

**Ekart Tol**

# **NOVA ZEMILJA**

Eckhart Tolle : "A New Earth"  
Copyright © 2005 by Eckhart Tolle

## PRVO POGLAVLJE

- Cvetanje ljudske svesti** \_\_\_ 7  
 Prizivanje \_\_\_ 7  
 Svrha ove knjige \_\_\_ 10  
 Naša urođena disfunkcionalnost \_\_\_ 12  
 Nova svest koja se budi \_\_\_ 15  
 Duhovnost i religija \_\_\_ 17  
 Nužnost transformacije \_\_\_ 19  
 Novo nebo i nova zemlja \_\_\_ 21

## DRUGO POGLAVLJE

- Ego: trenutno stanje čovečanstva** \_\_\_ 22  
 Iluzorno „ja“ \_\_\_ 23  
 Glas u glavi \_\_\_ 25  
 Sadržaj i struktura ega \_\_\_ 28  
 Identifikovanje sa stvarima \_\_\_ 29  
 Izgubljeni prsten \_\_\_ 31  
 Iluzija o posedovanju \_\_\_ 33  
 Željenje: potreba da se ima više \_\_\_ 36  
 Identifikovanje s telom \_\_\_ 38  
 Osećanje prisustva unutrašnjeg tela \_\_\_ 40  
 Zaboravljanje Bića \_\_\_ 41  
 Od Dekartove greške do Sartrovog uvida \_\_\_ 42  
 Mir koji prevazilazi sve razumevanje \_\_\_ 43

## TREĆE POGLAVLJE

- Sušтина ega** \_\_\_ 45  
 Prigovaranje i negodovanje \_\_\_ 46  
 Reagovanje i žaljenje \_\_\_ 49  
 Biti u pravu i tvrditi da drugi nisu \_\_\_ 50  
 U odbrani iluzije \_\_\_ 51  
 Istina: relativna ili apsolutna? \_\_\_ 52  
 Ego ne predstavlja ništa lično \_\_\_ 54  
 Rat je tvorevina uma \_\_\_ 55  
 Želite li mir ili dramu? \_\_\_ 57  
 Iznad ega: vaš pravi identitet \_\_\_ 57  
 Sve strukture su nestabilne \_\_\_ 59  
 Potreba ega za superiornošću \_\_\_ 60

Ego i slava\_\_\_ 61

#### ČETVRTO POGLAVLJE

**Tumačenje uloga: mnoga lica ega** \_\_\_ 63

Zločinac, Žrtva, Ljubavnik\_\_\_ 64

Oslobađanje od samodefinisanja\_\_\_ 65

Unapred utvrđene uloge\_\_\_ 66

Privremene uloge\_\_\_ 68

Monah sa znojnim dlanovima\_\_\_ 69

Sreća kao uloga nasuprot istinskoj sreći\_\_\_ 70

Odgajanje dece: uloga ili funkcija?\_\_\_ 72

Svesna patnja\_\_\_ 74

Svesno obavljanje funkcije roditelja\_\_\_ 75

Prepoznavanje sopstvenog deteta\_\_\_ 76

Odustajanje od tumačenja uloga\_\_\_ 77

Patološki ego\_\_\_ 79

Pozadinska nesreća\_\_\_ 81

Tajna sreće\_\_\_ 83

Patološki oblici ega\_\_\_ 85

Vaša profesija - s egom i bez njega\_\_\_ 87

Ego u bolesti\_\_\_ 89

Kolektivni ego\_\_\_ 89

Neoborivi dokazi o besmrtnosti\_\_\_ 91

#### PETO POGLAVLJE

**Telo-boli** \_\_\_ 93

Rađanje emocija\_\_\_ 94

Emocije i ego\_\_\_ 96

Patak s ljudskim mozgom\_\_\_ 98

Teret prošlosti\_\_\_ 99

Individualno i kolektivno\_\_\_ 101

Način na koji se telo-boli obnavlja\_\_\_ 103

Način na koji se telo-boli hrani vašim mislima\_\_\_ 103

Način na koji se telo-boli hrani dramatičnim situacijama\_\_\_ 105

Čvrsta tela-boli\_\_\_ 107

Zabava, mediji i telo-boli\_\_\_ 108

Kolektivno žensko telo-boli\_\_\_ 109

Nacionalna i rasna tela-boli\_\_\_ 111

## ŠESTO POGLAVLJE

**Oslobađanje** \_\_\_ 113

Prisustvo \_\_\_ 115

Povratak tela-boli \_\_\_ 117

Telo-boli kod dece \_\_\_ 118

Nesreća \_\_\_ 120

Prekid od identifikovanja s telom-boli \_\_\_ 121

„Pokretači” \_\_\_ 124

Telo-boli u ulozi budilnika \_\_\_ 126

Oslobađanje od tela-boli \_\_\_ 127

## SEDMO POGLAVLJE

**Pronalaženje istinskog sebe** \_\_\_ 129

Kako se zamišljate \_\_\_ 130

Obilje \_\_\_ 132

Poznavanje sebe i znanje o sebi \_\_\_ 133

Haos i viši red \_\_\_ 134

Dobro i loše \_\_\_ 135

Ne mariti za ono što se dešava \_\_\_ 137

Je li tako? \_\_\_ 138

Ego i sadašnji trenutak \_\_\_ 139

Paradoks vremena \_\_\_ 141

Eliminisanje vremena \_\_\_ 143

Sanjar i san \_\_\_ 144

Izdizanje iznad ograničenja \_\_\_ 145

Radost Bića \_\_\_ 147

Dopuštanje da se egu umanju značaj \_\_\_ 148

Koliko spolja, toliko i iznutra \_\_\_ 150

## OSMO POGLAVLJE

**Otkrivanje unutrašnjeg prostora** \_\_\_ 153

Objekatska i prostorna svest \_\_\_ 155

Spuštanje ispod misli i izdizanje iznad njih \_\_\_ 157

Televizija \_\_\_ 157

Prepoznavanje unutrašnjeg prostora \_\_\_ 160

Možete li da čujete planinski potočić? \_\_\_ 162

Pravo delanje	163
Opažanje bez imenovanja	163
Ko je taj koji doživljava?	165
Dah	166
Zavisnosti	168
Svest o unutrašnjem telu	169
Unutrašnji i spoljasnji prostor	170
Primećivanje praznina	173
Izgubite se da biste se pronašli	173
Duboki mir	175

#### DEVETO POGLAVLJE

<b><i>Tvoja unutrašnja svrha</i></b>	176
Buđenje	177
Dijalog o unutrašnjoj svrsi	179

#### DESETO POGLAVLJE

<b><i>Nova zemlja</i></b>	191
Kratka istorija vašeg života	193
Buđenje i čin povratka	194
Buđenje i čin odlaska	197
Svest	198
Probuđeno delanje	200
Tri modaliteta probuđenog delanja	201
Prihvatanje	201
Uživanje	202
Entuzijizam	205
Čuvari frekvencija	208
Nova zemlja nije utopija	210

**Buđenje radi pronalaženja svrhe života**

**Ekart Tol**

## *Cvetanje ljudske svesti*

### PRIZIVANJE

Planeta Zemlja pre 114 miliona godina, jednog jutra odmah nakon svitanja: prvi cvet koji se pojavio na planeti otvorio je svoje laticice kako bi dočekaao sunčeve zrake. Pre ovog značajnog događaja, koji je nagovestio revolucionarnu transformaciju u životu biljaka, planeta je već milionima godina bila prekrivena vegetacijom. Prvi cvet verovatno nije poživio dugo, i sigurno je da je cveće još dugo nakon toga predstavljalo redak i izolovan fenomen jer uslovi nisu bili povoljni za rasprostranjeno cvetanje cveća. Međutim, jednog dana dostignuta je kritična tačka, i odjednom je došlo do eksplozije boja i mirisa širom planete; barem da je i svest koja opaža bila tamo da to vidi.

Mnogo godina kasnije, delikatna i osetljiva bića koja nazivamo cvećem odigraće odlučujuću ulogu u evoluciji svesti drugih vrsta. Privlačiće i fasciniraće sve veći broj ljudi. Kako se ljudska svest razvijala, velika je verovatnoća da je cveće bilo prva stvar koju su cenili a koja nije imala utilitarističku vrednost za njih, tj. ono ni na koji način nije bilo povezano s opstankom. Predstavljalo je inspiraciju bezbrojnim umetnicima, pesnicima i misticima. Isus nas uči da posmatramo cveće i da od njega učimo kako se živi. Buda je jednom prilikom održao „nemu ceremoniju" tokom koje je držao cvet i zurio u njega. Nakon određenog vremena, jedan od prisutnih, monah po imenu Mahakasijapa, počeo je da se smeje. Veruje se da je on jedini razumeo ceremoniju. Po legendi, taj je osmeh (tj. shvatanje) prenošen s generacije na generaciju preko dvadeset osam naraštaja učitelja, i mnogo kasnije iz njega se razvio zen.

Opažanje lepote u cvetu, bez obzira na to koliko to opažanje bilo kratkotrajno, ljudima može da ukaže na lepotu koja je osnovni deo njihovog unutrašnjeg bića, njihove istinske prirode. Prvo prepoznavanje lepote predstavlja jedan od najznačajnijih događaja u procesu evolucije ljudske svesti. Osećanje radosti i ljubavi neraskidivo je vezano s tim prepoznavanjem. Iako nismo u potpunosti svesni toga, cveće je za nas postalo izraz onoga što je najuzvišenije, najsvetije i, u krajnjem smislu, bezoblično unutar nas. Cveće, koje je nepostojanije, eteričnije i osetljivije od ostalih biljaka od kojih je nastalo, postalo je glasnik iz drugog carstva, poput mosta između sveta fizičkih oblika i sveta bezobličja. Ne samo da je posedovalo miris koji je nežan i prijatan za ljude nego je donosilo i miomirise iz carstva duša. Koristeći reč „prosvetljenje“ u širem smislu nego što je opšteprihvaćeno, cveće možemo posmatrati kao prosvetljenje biljaka.

Za bilo koji oblik života u bilo kom carstvu - minerala, biljaka, životinja ili ljudi - može se reći da prolazi kroz proces „prosvetljenja“. Međutim, to se veoma retko događa jer se ne radi samo o evolucionom napretku. Ono takođe podrazumeva i prekid u razvoju, skok na potpuno drugačiji nivo Bića i, što je još važnije, slabljenje materijalnosti.

Postoji li nešto snažnije i otpornije od stene, najčvršćeg od svih oblika? S druge strane, pojedine vrste stena prolaze kroz proces promene u svojoj molekularnoj strukturi, pretvaraju se u kristale, i tako propuštaju svetlost. Pojedini ugljenici se na nezamislivim temperaturama i pod visokim pritiskom pretvaraju u dijamante, dok se neki teški minerali pretvaraju u drago kamenje.

Reptili, koji su bili primorani da puze i koji su u najvećoj meri vezani za zemlju, ostali su nepromenjeni milionima godina. Ali ipak, pojedinima je izraslo perje i krila i transformisali su se u ptice i počeli da prkose sili gravitacije, koja ih je toliko dugo sputavala. Nisu postali bolji u puzanju ili šetanju, nego su prerasli i jedno i drugo u potpunosti.

Od prastarih vremena, cveće, kristali, drago kamenje i ptice imali su poseban značaj za ljudski duh. Poput svih oblika života, oni su samo privremene manifestacije najosnovnijeg



jednog Života, jedne Svesti. Njihov poseban značaj i razlog zbog kog privlače i opčinjavaju ljude može se pripisati njihovoj eteričnosti.

Kada se jednom ostvari određeni stepen Prisutnosti, postojane i usmerene pažnje u ljudskoj percepciji, ljudi mogu da osete božansku suštinu života, jedinstvenu svest ili duh koji obitava u svakom stvorenju, svakom obliku života, i prepoznaju je kao deo sopstvenog bića i, samim tim, vole je kao same sebe. Dok se to ne desi, međutim, većina ljudi vidi samo spoljašnje oblike, nesvesni suštine, baš kao što su nesvesni i sopstvene suštine, identifikujući se sa svojim fizičkim i psihološkim oblikom.

U slučaju cveta, kristala, dragog kamena ili ptice, međutim, čak i neko s malo ili nimalo Prisutnosti može povremeno da oseti da postoji nešto više od običnog fizičkog postojanja tog oblika, a da nije ni svestan da je upravo to razlog zašto su privučeni njime i osećaju privrženost istom. Zbog svoje eterične prirode, njegov oblik prikriva duh koji obitava u njemu u manjoj meri nego kod drugih oblika života. Izuzetak čine novorođeni oblici života: bebe, kućići, mačići, jagnjad itd. Oni su krhki, osetljivi, još uvek nedovoljno oformljeni u materijalnom svetu. Nevinost, ljupkost i lepota, koji nisu ovozemaljski, još uvek sijaju kroz njih. Oni oduševavaju čak i relativno neosetljiva ljudska bića.

Dok ste oprezni i posmatrate cvet, kristal ili pticu, a da ih pri tom ne imenujete u svesti, to postaje vaš prozor ka bezobličju. Postoji unutrašnje otvaranje, bez obzira na to koliko malo, ka carstvu duha. To je razlog zašto su ova tri „prosvetljena“ oblika života odigrala značajnu ulogu u evoluciji ljudske svesti još od starih vremena; razlog zašto je, na primer, dragulj u lotosovom cvetu glavni simbol budizma, a bela ptica, golubica, Sveti duh u hrišćanstvu. Oni su pripremali teren za mnogo značajniju promenu u planetarnoj svesti, kojoj je predodređeno da se odigra u ljudima. To je duhovno buđenje kojem svi prisustvujemo.

## SVRHA OVE KNJIGE

Da li je čovečanstvo spremno za transformaciju svesti, za unutrašnje cvetanje koje je toliko radikalno i duboko da prema njemu cvetanje cveća, bez obzira na to koliko lepo, nije ništa do blede odraz? Da li ljudska bića mogu da izgube čvrstinu svojih uslovljenih struktura mozga i postanu poput kristala ili dragog kamenja, providni kako bi propuštali svetlost svesti? Mogu li se odupreti gravitacionoj sili materijalizma i materijalnosti i izdići se iznad identifikovanja s oblikom koji omogućava postojanje ega i osuđuje ih na zarobljeništvo unutar svojih ličnosti?

Mogućnost takve transformacije predstavlja centralnu poruku velikih mudrih učenja čovečanstva. Glasnici - Buda, Isus i ostali manje poznati - prvi su cvetovi čovečanstva. Oni su prethodnici, retka i dragocena bića. Rasprostranjeno cvetanje nije bilo moguće u njihovo vreme, i njihova poruka često je bila pogrešno protumačena i izopačena. Nije uspela da transformiše ljudsko ponašanje, osim kod malog broja ljudi.

Da li je čovečanstvo spremnije sada nego u vreme tih ranih učitelja? Šta je razlog tome? Šta se može uraditi, pod uslovom da se može nešto uraditi, kako bi se pokrenula ili ubrzala ta unutrašnja promena? Šta je to što karakteriše staro egoično<sup>1</sup> stanje svesti, i koji su to znaci po kojima se može prepoznati novo rađanje svesti? U ovoj knjizi baviću se ovim i drugim pitanjima. Štaviše, sama knjiga je transformaciono sredstvo koje se pojavilo nakon buđenja nove svesti. Ideje i koncepti koji su dati ovde mogu biti značajni, ali su od sekundarne važnosti. Oni su ništa više do putokazi koji usmeravaju ka buđenju. Dok budete čitali, promena će se odvijati u vama.

Glavni cilj ove knjige nije da ubaci nove informacije ili verovanja u vaš mozak ili da pokuša da vas ubedi u nešto, nego da prouzrokuje promenu svesti, tj. da je probudi. U tom smislu, ova knjiga nije „zanimljiva“. Zanimljivo znači da možete da održite distancu, da se poigravate s idejama i konceptima u svom mozgu, slažete se s njima ili ne. Ova knjiga govori o vama. Promeniće vaše stanje svesti ili vam neće značiti ništa. Može

<sup>1</sup> *Egoično* (engl. izraz „egoic“) - znači „koji se odnosi na ego“. Ne treba ga pomešati s *egoistično*, *egotistično* koji u sebi sadrže negativnu konotaciju sebičnosti i taštine. - Prim. prev.

jedino da probudi one koji su spremni. Ali, nisu svi još uvek spremni, iako mnogi jesu, i sa svakom novom osobom koja se probudi, zamah u kolektivnoj svesti jača i olakšava posao ostalima. Ako ne znate šta znači buđenje, nastavite da čitate. Jedino kroz sam čin buđenja može se doći do spoznaje o pravom značenju te reči. Samo jedan bljesak je dovoljan da se započne proces buđenja, koji je nepovratan. Pojedinama će se taj bljesak ukazati dok budu čitali ovu knjigu. Kod mnogih drugih, koji nisu ni svesni toga, proces je već počeo. Ova knjiga će im pomoći da to shvate. Za pojedine, proces će početi gubitkom i patnjom, za druge tako što će doći u kontakt s duhovnim učiteljem ili učenjem, čitajući *Moć sadašnjeg trenutka* ili neke druge duhovno žive i stoga transformacione knjige, ili kombinacijom navedenih stvari. Ako je proces buđenja već započet u vama, čitanje ove knjige će ga ubrzati i pojačati.

Osnovni deo buđenja je prepoznavanje neprobuđenog dela vas, vašeg ega dok razmišlja, govori, dela, kao i prepoznavanje kolektivno uslovljenih mentalnih procesa koji prolongiraju neprobuđeno stanje. Iz tog razloga, ova knjiga ukazuje na glavne aspekte ega i načine na koje oni funkcionišu u pojedincu kao i u kolektivu. Ovo je važno iz dva međusobno povezana razloga: prvi kaže da ukoliko ne poznajete osnovnu mehaniku koja stoji u središtu ega, nećete je ni prepoznati - navešće vas da se identifikujete s njim uvek iznova. To znači da će vas u potpunosti preuzeti varalica koja se pretvara da ste vi. Drugi razlog se odnosi na činjenicu da je sam čin spoznaje jedan od načina na koji se buđenje odvija. Kada prepoznate nesvesno u sebi, ono što omogućava spoznaju *jeste* svest koja se izdiže, *jeste* sam čin buđenja. Ne možete se boriti protiv ega i pobediti, isto kao što se ne možete boriti protiv tame. Svetlost svesti je sve što je potrebno. Vi ste ta svetlost.

## NAŠA UROĐENA DISFUNKCIONALNOST

Ako se zagledamo malo pažljivije u stare religije i duhovne tradicije čovečanstva, ispod mnogih površinskih razlika pronaći ćemo dve osnovne ideje oko kojih se većina njih slaže. Reči koje koriste kako bi ih opisali se razlikuju, ali, ipak, sve one ukazuju na dvostruku fundamentalnu istinu. Prvi deo te istine je uviđanje da „normalno“ stanje uma kod većine ljudskih bića sadrži snažan element onoga što nazivamo disfunkcionalnost ili čak ludilo. Pojedina učenja u srcu hinduizma možda se najviše približavaju toj disfunkcionalnosti kao obliku kolektivne mentalne bolesti. Oni to nazivaju *maya*, veo priviđenja. Ramana Maharši, jedan od najvećih indijskih mudraca, odrešito tvrdi: „Um je *maya*.“

Budizam koristi drugačije termine. Po Budinim rečima, ljudski mozak u normalnom stanju stvara *dukkha-u*, što se može prevesti kao patnja, nezadovoljstvo ili, jednostavno, čista nesreća. On to vidi kao karakteristiku ljudskog stanja. Gde god da odete, šta god da radite, tvrdi Buda, naići ćete na *dukkha-u* - manifestovaće se u svakoj situaciji, pre ili kasnije.

Po hrišćanskim učenjima, normalno kolektivno stanje čovečanstva je „prvi greh“. *Greh* je reč koja je u velikoj meri pogrešno shvaćena i protumačena. Bukvalni prevod sa grčkog, na kom je Novi zavet i napisan, znači promašiti oznaku, poput strelca koji promaši metu, tako da grešiti znači *promašiti smisao* ljudskog postojanja. Znači živeti nevešto, zaslepljeno i, samim tim, patiti i izazivati patnju. I opet, taj termin, lišen svog kulturološkog tereta i pogrešnih tumačenja, ukazuje na disfunkcionalnost karakterističnu za ljudsko stanje.

Ljudska dostignuća su impresivna i nesporna. Stvorili smo izvanredna muzička, književna, slikarska, arhitektonska i vajar-ska dela. Odskora, nauka i tehnologija su dovele do radikalnih promena u načinu na koji živimo i omogućili nam da radimo i stvaramo dela koja bi se smatrala čudima pre dve stotine godina. Bez sumnje, ljudski mozak je visoko inteligentan. Pa ipak je njegova inteligencija umrljana ludilom. Nauka i tehnologija su pojačale destruktivni udar koji disfunkcionalnost ljudskog uma

ima na planetu, na druge oblike života, i na same ljude. Stoga je istorija dvadesetog veka mesto gde se ta disfunkcionalnost, to kolektivno ludilo, može najjasnije uočiti. Ono što zabrinjava je činjenica da se ta disfunkcionalnost zapravo pojačava i ubrzava.

Prvi svetski rat izbio je 1914. godine. Destruktivni i surovi ratovi, motivisani strahom, pohlepom i željom za moći, česta su pojava u istoriji čovečanstva, kao i ropstvo, mučenja, rasprostranjeno nasilje, naneto iz religijskih i ideoloških razloga. Ljudi su više patili od ljudske ruke nego od prirodnih katastrofa. Do početka 1914. godine visoko inteligentni ljudski mozak ne samo da je izmislio motor s unutrašnjim sagorevanjem nego je izumeo i bombe, mitraljeze, podmornice, bacače plamena i otrovne gasove. Pamet u službi ludila! U rovovima širom Francuske i Belgije milioni ljudi su izgubili život kako bi se dokopali nekoliko kilometara blata. Po završetku rata, 1918. godine, preživeli su s užasom i nevericom gledali na pustoš koju su ostavili za sobom: deset miliona ljudi je poginulo, a još ih je više osakaćeno ili unakaženo. Nikad do tad ljudska ludost nije bila toliko destruktivna u svom naletu, tako jasno vidljiva. Niko nije ni slutio da je to bio samo početak.

Do kraja prošlog veka, broj ljudi koji su umrli nasilnom smrću od ruke drugih ljudi premašio je brojku od sto miliona. Ljudi su umirali ne samo u ratovima koji su vođeni između nacija nego i u masovnim istrebljenjima i genocidima, kao što je ubistvo dvadeset miliona „klasnih neprijatelja, špijuna i izdajica" u Sovjetskom Savezu pod Staljinom ili neizrecivi užasi holokausta u nacističkoj Nemačkoj. Umirali su i u bezbrojnim manjim unutrašnjim konfliktima, kao što je to bio španski Građanski rat ili režim Crvenih Kmera u Kambodži, kada je četvrtina stanovništva te zemlje ubijena.

Potrebno je samo da pogledamo dnevne izveštaje na televiziji kako bismo videli da ludilo ne jenjava, da se nastavilo i u XXI veku. Drugi aspekt kolektivne disfunkcionalnosti ljudskog mozga je nasilje bez presedana koje ljudi izvršavaju nad drugim oblicima života i nad samom planetom: uništavanje šuma i drugih biljaka koje su izvor kiseonika, kao i životinjskog sveta, loše ophođenje prema domaćim životinjama, zagađivanje reka,

okeana i vazduha. Vođeni pohlepom, nesvesni svoje povezanosti s celinom, ljudi nastavljaju s ponašanjem koje, ako ostane nekontrolisano, može jedino dovesti do njihovog ličnog uništenja.

Kolektivne manifestacije ludila, koje su osnovna odlika ljudskog stanja, sačinjavaju veći deo ljudske istorije. U velikoj meri to je istorija ludila. Ukoliko bi istorija čovečanstva bila klinički slučaj pojedinačnog ljudskog bića, dijagnoza bi bila: hronično-paranoične obmane, patološka sklonost ka ubistvu i činovima surovog nasilja i okrutnost prema onima koje smatra svojim „neprijateljima” - njegova lična nesvesnost projektovana na spoljašnji svet. Krajnja neuračunljivost s povremenim kratkim intervalima trezvenosti.

Strah, pohlepa, želja za moći su psihološke motivacione sile koje ne samo da stoje iza ratova i nasilja između nacija, plemena, religija i ideologija nego su i uzrok neprestanih konflikata u ličnim odnosima. Oni prouzrokuju poremećaj u vašem opažanju drugih ljudi i sebe. Kroz njih pogrešno tumačite svaku situaciju, što rezultira pogrešnim delanjem, koje je iskreirano tako da vas oslobodi straha i zadovolji vašu potrebu da posedujete više. To je bure bez dna, koje se nikad ne može ispuniti.

Međutim, važno je uvideti da strah, pohlepa i želja za moći nisu ona disfunkcionalnost o kojoj je ovde reč, nego proizvodi te disfunkcionalnosti, disfunkcionalnosti koja predstavlja duboko usađenu kolektivnu obmanu koja leži u umovima svih ljudskih bića. Brojna duhovna učenja govore nam da se oslobodimo straha i želje. Ali te su duhovne prakse često neuspešne. Nisu doprle do korena disfunkcionalnosti. Strah, pohlepa i želja za moći nisu krajnji uzroci. Sam pokušaj da se postane dobro ili bolje ljudsko biće zvuči kao hvale vredna i visokoumna stvar, pa ipak, to je poduhvat u kom ne možete uspeti ukoliko ne dođe do promene u svesti. Razlog tome je to što je svest još uvek deo te iste disfunkcionalnosti, profinjenijeg i ređeg oblika samoprecenjivanja, želje da se ima više i jačanja nečijeg zamišljenog identiteta, nečije predstave o sebi. Vi nećete postati bolji tako što ćete se truditi da budete bolji, nego tako što ćete pronaći dobrotu koja se već nalazi unutar vas, i tako što ćete dozvoliti toj dobroti da ispliva na površinu. Ali ona može isplivati samo ako se nešto fundamentalno promeni u vašem stanju svesti.

Istorija komunizma, koja je u osnovi bila inspirisana ple-  
menitim idejama, jasno pokazuje šta se desi kada ljudi pokušaju  
da promene spoljašnju stvarnost - stvore novu zemlju, ali bez  
ikakve prethodne promene u njihovoj unutrašnjoj stvarnosti, nji-  
hovom stanju svesti. Prave planove, a da pri tom ne uzimaju u  
obzir urođenu predispoziciju za disfunkcionalnost koju svako  
biće nosi unutar sebe: ego.

## NOVA SVEST KOJA SE BUDI

Najstarije religije i duhovne tradicije dele zajedničko  
shvatanje da je naše „normalno“ stanje uma pomućeno funda-  
mentalnim defektom. Međutim, iz ovog shvatanja o prirodi ljud-  
skog stanja, koje se može nazvati lošom vešću, rađa se drugo  
shvatanje: dobra vest o mogućnosti radikalne transformacije  
ljudske svesti. U učenjima hinduizma (a i budizma), ova transfor-  
macija nazvana je *prosvetljenje*. U učenjima Isusa, to je *spase-  
nje*, a u budizmu *kraj patnje*. *Oslobođenje* i *buđenje* su još neki  
od termina koji se koriste da bi se objasnila ova transformacija.

Najveća dostignuća čovečanstva nisu njegova umetnička  
dela, nauka ili tehnologija, nego spoznaja o njegovoj dis-  
funkcionalnosti, njegovom ludilu. U dalekoj prošlosti, nekoliko  
pojedinaца je došlo do te spoznaje. Čovek po imenu Guatama  
Sidarta, koji je živeo pre 2.600 godina u Indiji, verovatno je bio  
među prvima koji su došli do te spoznaje. Kasnije mu je dodelje-  
na titula Bude. *Buddha* znači „probuđeni“. Negde u isto vreme,  
još jedan od rano probuđenih učitelja čovečanstva pojavio se u  
Kini. Zvao se Lao Ce. Ostavio je zapis o svom učenju u vidu jedne  
od najduhovnijih knjiga ikad napisanih: *Knjiga o Putu i Vrlini*  
(*Tao Te Ching*).

Spoznaja o sopstvenom ludilu jasno predstavlja uzdizanje  
zdravog razuma, početak ozdravljenja i transcendentnosti. Nova  
dimenzija svesti počela je da se rađa na planeti, prvo vidljivo  
cvetanje. Ti retki pojedinci počeli su da se obraćaju svojim  
savremeniciма. Govorili su o grehu, patnji, obmanama. Rekli su:

„Pogledajte kako živite. Vidite šta činite, patnju koju prouzroku-  
jete." Potom su ukazali na mogućnost buđenja iz kolektivne more  
„normalnog" ljudskog postojanja. Oni su ukazali na put.

Svet još nije bio spreman za njih, a opet, oni su bili osnovni  
i neophodni deo ljudskog buđenja. Kako to uvek biva, najčešće su  
nailazili na nerazumevanje kod svojih savremenika, kao i kod  
sledećih generacija. Njihova učenja, iako jednostavna i snažna,  
izopačena su i pogrešno tumačena, u pojedinim slučajevima čak i  
u beleškama njihovih sledbenika. Tokom narednih vekova dodate  
su mnoge stvari koje nisu bile ni u kakvoj vezi sa originalnim  
učenjima, i koje su bile odraz osnovnog nerazumevanja. Pojedini  
učitelji su bili ismevani, izvrgnuti ruglu ili ubijeni, dok su drugi bili  
obožavani kao bogovi. Učenja koja su pokazivala put koji je vodio  
izvan disfunkcionalnosti ljudskog uma, put izvan ljudskog ludila,  
izopačena su, te su i sama postala deo tog ludila.

I tako su religije u velikoj meri postale sila koja razdvaja,  
a ne sila koja spaja. Umesto da doprinesu okončanju nasilja i  
mržnje putem spoznaje o fundamentalnoj jedinstvenosti života,  
one su donele još više nasilja i mržnje, više podela među ljudi-  
ma, kako onih različitih religija, tako i onih unutar iste religije.  
Razvile su se u ideologije, sisteme verovanja s kojima su se ljudi  
mogli identifikovati i na taj način uveličati lažni doživljaj o sop-  
stvenom „ja". Pomoću njih oni mogu da svoj život identifikuju kao  
„ispravan", a tuđe kao „pogrešne", te da na taj način definišu svoj  
identitet kroz svoje neprijatelje, „druge", „nevemike" ili „vernike  
pogrešne vere", za čije ubistvo često nađu opravdanje. Čovek je  
napravio „Boga" po svom liku. Večni, Beskonačni, Neimenovani  
sveden je na mentalnog idola u koga je trebalo da verujete i  
obožavate ga kao „svog boga" ili „našeg boga",

Pa ipak... ipak... uprkos svim suludim delima koja su  
počinjena u ime religije, Istina na koju one ukazuju i dalje sija u  
njihovom središtu. I dalje sija, bez obzira na to koliko slabo, kroz  
slojeve i slojeve izopačenosti i pogrešnih tumačenja. Međutim,  
mala je verovatnoća da ćete uspeti da je opazite ukoliko sami  
već niste okusili nagoveštaje te Istine unutar sebe. Tokom istori-  
je, uvek su postojali retki pojedinci koji su iskusili promenu u  
svesti i na taj način otkrili šta je ono na šta sve religije ukazuju.



Kako bi opisali tu nepojmljivu Istinu, koristili su pojmovni okvir svojih sopstvenih religija.

Uz pomoć pojedinih muškaraca i žena, oformile su se „škole“ ili pokreti unutar svih većih religija, koji su predstavljali ne samo novo pronalaženje nego i, u pojedinim slučajevima, jačanje svetlosti prvobitnih učenja. Na taj način su nastali gnosticizam i misticizam u ranom i srednjovekovnom hrišćanstvu, sufizam<sup>2</sup> u islamskoj religiji, hasidizam<sup>3</sup> i kabala u judaizmu, advaita vedanta<sup>4</sup> u hinduizmu, zen i džogčen<sup>5</sup> u budizmu. Mnoge od ovih škola bile su ikonoklastične. One su uništile sloj po sloj zatupljujućih razmišljanja i struktura verovanja, i zbog toga je većina utemeljenih religija na njih gledala sa sumnjom i neodobravanjem. Nasuprot glavnim religijama, njihova učenja su naglašavala spoznaju i unutrašnju transformaciju. Kroz te ezoterične škole ili pokrete, glavne religije su povratile svoju transformacionu moć prvobitnih učenja, iako im je u većini slučajeva samo mali broj ljudi imao pristup. Njihov broj nikad nije bio dovoljno velik da bi ostvario značajan udar na duboku kolektivnu nesvesnost većine. Tokom vremena, pojedine škole su postale suviše strogo formalizovane ili zamišljene da bi ostale efikasne.

## DUHOVNOST I RELIGIJA

Kakva je uloga utemeljenih religija u izdizanju nove svesti? Mnogi ljudi su svesni razlike između duhovnosti i religije. Oni znaju da vas posedovanje sistema verovanja, skupa misli za koje smatrate da predstavljaju apsolutnu istinu, ne čini pro-

<sup>2</sup> Sufizam ili tasavufje islamski misticizam, koji je dobio ime prema sufijima, odnosno dervišima, islamskim misticima. To je zajednički naziv za različite islamske pokrete koji se odlikuju insistiranjem na asketizmu i misticizmu, odnosno pronalaženju duhovne istine kao krajnjem cilju svakog pojedinca. - Prim. prev.

<sup>3</sup> Hasidizam je pokret započet u istočnoj Evropi kao odgovor na prazninu koju su osećali mnogi Jevreji. Naglašava mogućnost da svi Jevreji postanu bliži Bogu kroz ono što rade, govore i misle. - Prim. prev.

<sup>4</sup> Advaita vedanta je jedan od najdubljih sistema praktične filozofije, govori o nedvojnosti. „Advaita“ znači nedualan. - Prim. prev.

<sup>5</sup> Džogčen je jedan od priznatih pristupa nedualizmu. Po učenjima Džogčena, naša priroda, koja je viđena kao urođena svest, poseduje mnogo kvaliteta koje je čine „perfektnom“. - Prim. prev.

duhovljenim, bez obzira na prirodu tih verovanja. Zapravo, što više svoje misli (ubeđenja) identifikujete sa svojom ličnošću, više ste odsečeni od svoje duhovne dimenzije. Mnogi „religiozni“ ljudi zaglavljani su na tom nivou. Izjednačavaju istinu s mišljenjem, i pošto se u potpunosti identifikuju s mišljenjem (svojim umom), tvrde da su došli do konačne istine u nesvesnom pokušaju da zaštite svoj identitet. Nisu svesni ograničenja misli. Ako ne verujete u ono u šta oni veruju (tj. razmišljate poput njih), u njihovim očima ste grešni, i u ne tako dalekoj prošlosti smatrali bi ispravnim da vas ubiju zbog toga. Pojedini to rade i danas.

Nova duhovnost, transformacija svesti, rađa se u najvećoj meri izvan struktura postojećih institucionalizovanih religija. Oduvek su postojale mrvice duhovnosti čak i u religijama u kojima dominira razum, premda su se institucionalizovane hijerarhije osećale ugroženo i često pokušavale da ih potisnu. Otvaranje duhovnosti u velikim razmerama izvan religioznih struktura predstavlja novi razvoj događaja. U prošlosti bi ovo bilo nezamislivo, posebno na Zapadu, kulturi koja je pod najvećom dominacijom razuma, u kojoj hrišćanska crkva ima virtuelno pravo na duhovnost. Niste mogli samo da ustanete i održite duhovni govor ili objavite duhovnu knjigu bez odobrenja crkve, a ako ne biste imali dozvolu, ubrzo bi našli način da vas utišaju. Ali sada se čak i unutar pojedinih crkava i religija naziru znaci promene. Takav stav je dobrodošao, i pojedinci su zahvalni za čak i najmanji znak otvorenosti, kao što je obilazak džamija i sinagoga od strane pape Jovana Pavla II.

Delom kao rezultat duhovnih učenja koja su se pojavila izvan utemeljenih religija, ali i zahvaljujući uplivu starih istočnjačkih mudrih učenja, sve veći broj sledbenika tradicionalnih religija je u mogućnosti da se oslobodi identifikacije s oblikom, dogmom i strogim sistemom verovanja, te da otkrije prvobitnu dubinu, koja je skrivena unutar njihove duhovne tradicije, istovremeno dok otkrivaju dubinu unutar sebe. Shvataju da njihova „duhovnost“ nema nikakve veze s onim u šta veruju, nego s njihovim stanjem svesti. Ovo, zauzvrat, određuje način na koji će delati u svetu i postupati s drugim ljudima.

Oni koji nisu u mogućnosti da vide izvan oblika postaju robovi svojih ubeđenja, tj. svojih umova. Svedoci smo ne samo

neprevaziđenog upliva svesti u savremenom svetu nego i porobljavanja od strane ega i njegovog jačanja. Pojedine religiozne institucije biće otvorene za novu svest, druge će učvrstiti svoje doktrine i postati deo svih onih drugih ljudskih tvorevina pomoću kojih će se kolektivni ego braniti i „uzvraćati udarce". Pojedine crkve, sekte, kultovi ili religijski pokreti u osnovi su egoični entiteti, toliko strogo identifikovani sa svojim zamišljenim pozicijama da liče na sledbenike neke političke ideologije koja je bliska jednoj od alternativnih interpretacija stvarnosti.

Ali ego je osuđen na postepeno raspadanje, i svi njegovi spoljni delovi, bilo da su u pitanju religijske ili druge institucije, korporacije ili vlade, raspašće se iznutra, bez obzira na to koliko se čine zaštićenim. Najsnažnije strukture, najnepodložnije promenama, biće prve koje će se razgraditi. To je bio slučaj i s komunizmom u Sovjetskom Savezu. Toliko se činio zaštićenim, čvrstim i monolitnim, a opet se u roku od nekoliko godina raspao iznutra. Niko to nije predvideo. Svi su bili iznenađeni. Tek nas čekaju slična iznenađenja.

## **NUŽNOST TRANSFORMACIJE**

Kada se pojedinačni oblik života ili čak i cela vrsta suoči s radikalnom krizom, kada stari način postojanja i interakcije s drugima i s carstvom prirode prestane da funkcioniše, kada opstanak bude ugrožen od strane naizgled nepremostivih prepreka, ili će izumreti, biti istrebljen, ili će se izdići izvan ograničenja svog stanja kroz evolucionu skok.

Veruje se da su se prvi oblici života na našoj planeti razvili u moru. Kada druge životinje nisu ni postojale na kopnu, more je vrvelo od života. Verovatno je u jednom trenutku jedno od morskih stvorenja počelo da izlazi na kopno. Sigurno je u početku puzilo nekoliko centimetara, a onda bi se iscrpljeno zbog jake gravitacione sile vratilo u vodu, u kojoj gravitacija skoro da i ne postoji i gde mu je život bio olakšan. Onda je pokušalo ponovo, a mnogo kasnije prilagodilo se životu na

zemlji, razvila su mu se stopala umesto peraja, a pluća umesto škrga. Mala je verovatnoća da bi neka vrsta krenula u tako smeo poduhvat i prošla kroz evolucionu transformaciju osim ako nije bila primorana na to usled izvesne krizne situacije. Mora da je postojala velika morska površina koja je naglo odsečena od glavnog okeana, u kojoj se voda postepeno povlačila tokom hiljada godina i primorala ribe da napuste svoje okruženje i evoluiraju.

Odgovoriti na radikalnu krizu koja pretil našem ličnom opstanku - to je izazov za čovečanstvo danas. Disfunkcionalnost egoičnog ljudskog uma, prepoznata još pre 2.500 godina od strane starih mudrih učitelja, a sada uvećana naukom i tehnologijom, po prvi put pretil opstanku planete. Donedavno, transformacija ljudske svesti na koju su ukazivali stari učitelji predstavljala je samo mogućnost, i do nje su došli samo retki pojedinci, bez obzira na njihovu kulturološku ili religijsku pozadinu. Nije došlo do rasprostranjenog cvetanja ljudske svesti jer tad još nije postojao imperativ za tim.

Značajan deo Zemljine populacije uskoro će shvatiti, ako već i nije, da se čovečanstvo suočava s teškim izborom: evoluirati ili umreti. Još uvek relativno mali procenat stanovništva, ali koji se svakim danom povećava, u sebi oseća raskid sa starim egoičnim obrascima uma i rađanje nove dimenzije svesti.

Ono što se sada rađa nije novi sistem verovanja niti nova religija, duhovna ideologija ili mitologija. Suočavamo se s krajem ne samo mitologija nego i ideologija i sistema verovanja. Promena zalazi dublje, ne samo do sadržaja vašeg uma, vaših misli. U stvari, u srcu nove svesti leži transcendentnost misli, tek otkrivena mogućnost da se izdigne iznad tih misli, da se unutar sebe spozna dimenzija koja je beskonačno mnogo šira od misli. Više ne pokušavate da izgradite svoj identitet, svoj doživljaj o tome šta predstavljate, iz nepresušnog toka misli s kojim ste se poistovećivali u staroj svesti. Kakav je to osećaj slobode kada se shvati da „glas u mojoj glavi" nije ono što sam ja! Ko sam ja onda? Onaj koji sve to vidi. Shvatanje koje prethodi misli, prostor u kojoj se stvara misao, emocija ili čulni opažaj.

Ego nije ništa drugo do sledeće: identifikovanje s oblikom, pre svega misaonim oblikom. Ako se zlo može predstaviti, a može, ali samo relativno, ne apsolutno, to je istovremeno i njegova definicija: potpuno identifikovanje s oblikom, fizičkim oblicima, misaonim oblicima, emocionalnim oblicima. Kao rezultat dobija se potpuna nesvesnost o svojoj povezanosti s celinom, o povezanosti svoje urođene jedinstvenosti sa svim „ostalim“ kao i sa Izvorom. Ova zaboravnost je prvi greh, patnja, obmana. Kada ta obmana o konačnoj razdvojenosti leži u središtu mog razmišljanja, govorenja i delanja i upravlja njima, kakav to svet ja stvaram? Da biste našli odgovor na ovo pitanje, posmatrajte kako se ljudska bića odnose jedna prema drugima, čitajte istorijske knjige, ili pogledajte večerašnje izdanje vesti.

Ako strukture ljudskog uma ostanu nepromenjene, iznova ćemo stvarati u osnovi isti svet, isto zlo, istu disfunkcionalnost.

## NOVO NEBO I NOVA ZEMLJA

Inspiraciju za naslov knjige pronašao sam u biblijskom proročanstvu koje se čini primenljivijim sada nego u bilo koje drugo vreme u ljudskoj istoriji. Pojavljuje se i u Starom i u Novom zavetu i govori o propasti postojećeg sveta i izdizanju „novog neba i nove zemlje“. Mora se imati na umu da ovde nebo nije lokacija nego se odnosi na unutrašnje carstvo svesti. To je ezoterično značenje reči, i to je značenje koje se nalazi u Isusovim učenjima. Zemlja je, s druge strane, spoljašnja manifestacija u obliku koji je uvek odraz unutrašnje manifestacije. Kolektivna ljudska svest i život na našoj planeti su neraskidivo vezani. „*Novo nebo*“ je rađanje transformisanog stanja ljudske svesti, a „*nova zemlja*“ je njegov odraz u carstvu fizičkog. Pošto su, u suštini, ljudski život i ljudska svest jedno sa životom na planeti, kako se stara svest bude razgrađivala, sigurno će doći do sinhronizovanih geografskih i klimatskih prirodnih preokreta u mnogim delovima planete. Mada već prisustvujemo takvim dešavanjima.

<sup>6</sup> Otkrovenje 21:1 i Knjiga proroka Isaije 65:17

## *Ego: trenutno stanje čovečanstva*

Reči, bez obzira na to da li su izgovorene ili su ostale neizgovorene u formi misli, imaju moć da hipnotišu. Lako se izgubite u njima, postanete hipnotisani i poverujete da kada nečemu pripišete ime, onda znate šta je to. Činjenica je da ne znate. Samo ste misteriju prekrili imenom. Ni ptica, ni drveće, čak ni obični kamen ne mogu se spoznati u potpunosti, a kamoli ljudsko biće. To je zbog toga što poseduju nedokučivu dubinu. Sve ono što možemo da vidimo, osetimo, opazimo, samo je površinski sloj stvarnosti, manje od vrha ledenog brega.

Ispod površinskog sloja, sve ostalo povezano je ne samo sa svim ostalim nego i sa Izvorom svog života, iz kog je i nastalo. Čak i kamen, a još lakše cvet ili ptica, mogu vam pokazati put ka Bogu, Izvoru, vama samima. Kada ih pogledate i uzmete u ruke i jednostavno ih ostavite da *budu ono što jesu*, ne namećući im ime ili mentalnu oznaku, u vama se pojavljuje osećaj strahopoštovanja, čuđenja. Njihova suština vam se prikazuje bez reči i odražava vašu suštinu. To je ono što veliki umetnici osećaju i prenose na svoja dela. Van Gog nije rekao: „To je samo stara stolica.“ Posmatrao ju je dugo. Osetio je Postojanje u stolici. Potom je seo ispred platna i zamahnuo četkicom. Sama stolica dostigla je vrednost od, recimo, pet dolara. Slika te iste stolice danas vredi 25 miliona dolara.

Kada ne prikrivate svet rečima i oznakama, u vaš život se vraća osećaj čudesnosti, koji se davno izgubio kada je čovečanstvo umesto da koristi misao palo u njen posed. U vaš

život se vraća dubina. Stvari povrate svoju novinu, svoju svežinu. A najveće čudo je doživljavati istinskog sebe pre upotrebe bilo kakvih reči, misli, mentalnih oznaka i slika. Da bi se to dogodilo, treba da odvojite svoj doživljaj sopstvenog „ja“, svoje Postojanje, od svih stvari s kojima se uplelo, tj. identifikovalo. Ovo razdvajanje je glavna tema knjige.

Što ste brži u pripisivanju verbalnih ili mentalnih oznaka stvarima, ljudima ili situacijama, vaša stvarnost postaje sve površnija i beživotnija, i vi gubite dodir sa stvarnošću, čudom života koje se neprekidno odmotava unutar vas i oko vas. Na taj se način možda dolazi do lukavstva, ali se gubi mudrost, radost, ljubav, kreativnost i živost. Ostaju zarobljeni u nepomičnoj pukotini između opažanja i interpretacije. Naravno, moramo da koristimo reči i misli. I one imaju svoju lepotu, ali zar moramo da postanemo njihovi zarobljenici?

Reči svode stvarnost na nešto što ljudski um može da shvati, što i nije preterano mnogo. Jezik se sastoji od glasova koje stvaraju glasne žice. Osnovni glasovi su samoglasnici: *a, e, i, o, u*. Ostali glasovi su konsonanti, koji se stvaraju uz pomoć vazdušnog pritiska: *s, f, g* itd. Da li verujete da pojedine kombinacije osnovnih glasova mogu objasniti ko ste vi, ili konačnu svrhu univerzuma, ili šta su drvo ili kamen u svojoj suštini?

## ILUZORNO „JA“

Reč „ja“ u sebi sadrži najveću grešku i najdublju istinu, zavisno od toga kako je upotrebljavate. U konvencionalnoj upotrebi, ne samo da je to jedna od najčešće korišćenih reči u svakom jeziku (zajedno sa srodnim rečima poput „meni“, „moje“, „mene“ i „ja lično“) nego je i jedna od onih koje navode na pogrešno tumačenje. U normalnoj svakodnevnoj upotrebi, „ja“ sadrži iskonsku grešku, pogrešnu percepciju onoga što vi jeste. Iluzorni doživljaj identiteta. To je ego. Taj iluzorni doživljaj o sebi je ono za šta je Albert Ajnštajn, osoba koja je imala uvid ne samo u stvarnost prostora i vremena nego i u ljudsku prirodu, koristio termin

„optička iluzija svesti“. To iluzorno „ja“ potom postaje osnov za sve ostale interpretacije ili, tačnije, za pogrešne interpretacije stvarnosti, svih procesa razmišljanja, interakcija i međusobnih odnosa. Vaša realnost postaje odraz prvobitne iluzije.

Dobra vest je da ako prepoznate iluziju kao takvu, ona se razgradi. Prepoznavanje iluzije je istovremeno i njen kraj. Njen opstanak zavisi od vašeg pogrešnog verovanja da ona predstavlja stvarnost. Razumevanjem onoga što niste, vaša prava stvarnost izlazi na površinu. To je ono što će se desiti ako budete nastavili da polako čitate ovo i naredno poglavlje, koja govore o mehanizmu lažnog „ja“, koje nazivamo egom. Dakle, kakva je priroda tog iluzornog „ja“?

Ono na šta obično mislite kada kažete „ja“ nije ono što vi zaista jeste. Monstruoznim činom redukovanja, beskonačna dubina onoga šta predstavljate, u vašem umu je pogrešno zamenjena zvukom koji proizvode glasne žice ili mišlju o „ja“ i o svemu ostalom s čim se „ja“ identifikovalo. Na šta se onda „ja“ i srodne reči („meni“, „moje“, „mene“) zapravo odnose?

Kada nauči da niz glasova koje proizvode glasne žice njegovih roditelja predstavljaju njegovo ili njeno ime, dete počinje da izjednačava tu reč, koja u umu postaje misao, s onim što je on ili ona. U toj fazi pojedina deca na sebe ukazuju u trećem licu. „Džoni je gladan“. Ubrzo nauče magičnu reč „ja“ i izjednače je sa sopstvenim imenom, koje su pre toga izjednačili sa sobom. Potom i ostale misli dolaze i spajaju se s prvobitnom „ja-mišlju“. Sledeći korak su misli o „meni“ i „mojem“, koje označavaju stvari koje su na određeni način sastavni deo „ja“. To predstavlja identifikovanje s objektima, što podrazumeva da dajete identitet *stvarima*, tj. mislima koje predstavljaju stvari, ispunjavate ih doživljajem sopstvenog „ja“, i na taj način uzimate njihov identitet. Kada se „moja“ igračka polomi ili je neko uzme, pojavi se duboka patnja. Ne zbog očigledne vrednosti koju poseduje ta igračka - dete će ionako ubrzo izgubiti interesovanje za nju i zameniće je drugim igračkama, drugim objektima - nego zbog misli o „mojem“. Igračka je postala deo detetovog doživljaja sebe, deo detetovog „ja“.

I kako dete raste, prvobitnoj „ja-misli“ pridružuju se i druge misli; identifikuje se s polom, ličnim stvarima, telom



doživljenim čulima, nacionalnošću, religijom, zanimanjem. Drugi pojmovi s kojima se „ja“ poistovećuje su uloge: majka, otac, suprug, supruga itd, koje predstavljaju akumulirano znanje ili mišljenja, ono što nam se dopada i ne dopada, i stvari koje su se desile „meni“ u prošlosti, sećanja o kojima su misli koje dalje defihišu moj doživljaj o sebi u vidu „mene i moje priče“. Ovo su samo neke od stvari iz kojih ljudi izvlače svoj doživljaj identiteta. One ne predstavljaju ništa više do misli koje na okupu održava činjenica da su zaodenate doživljajem sopstvenog „ja“. Ono na šta obično mislite kada kažete „ja“ jeste mentalna tvorevina. Ili preciznije: veći deo vremena niste vi taj koji govori kada kažete ili mislite „ja“ - govori određeni deo te zamišljene tvorevine, egoično „ja“. Čak i kad bude došlo do buđenja, i dalje ćete koristiti „ja“, ali će ono dolaziti iz mnogo dubljeg mesta unutar vas.

Većina ljudi se i dalje poistovećuje s neprestanim tokom uma, s nagonskim razmišljanjem od kojeg se većina ponavlja i koje je besmisleno. Ne postoji „ja“ koje je razdvojeno od njihovih procesa razmišljanja i emocija koje ih prate. To znači biti duhovno nesvestan. Kada im se skrene pažnja na to da u njihovoj glavi postoji glas koji nikad ne prestaje da govori, oni upitaju: „Kakav glas?“ ili ljutito poriču sve, što naravno i *jeste* glas, jeste onaj koji razmišlja, jeste neopaženi deo uma. Skoro da se na njega može gledati kao na entitet koji ih je opseo.

Pojedini ljudi nikad ne zaborave trenutak kada su prvi put razdvojili sebe od svojih misli i time nakratko doživeli promenu identiteta, od onog momenta kad su bili sadržaj svog uma do onoga kad su postali svest u pozadini. Nekima se to dešava na tako suptilan način da jedva i primete, ili samo primete upliv radosti u njihov unutrašnji prostor, a da nisu svesni razloga.

## GLAS U GLAVI

Prvi nagoveštaj spoznaje imao sam kad sam bio na prvoj godini fakulteta na Londonskom univerzitetu. Dvaput sedmično sam išao podzemnom železnicom u univerzitetsku biblioteku,

obično oko devet sati pre podne, pred kraj špica. Jednom prilikom, žena u ranim tridesetim sela je na sedište preko puta mog. Viđao sam je i pre u vozu. Nisam mogao a da je ne primetim. Iako je voz bio pun, sedišta oko nje su bila prazna, verovatno zbog toga što je izgledala kao da je poremećena. Bila je prilično nape- ta i neprekidno je pričala sama sa sobom, glasno i ljutito. Bila je toliko udubljena u sopstvene misli da je u potpunosti bila nesve- sna sveta oko sebe. Glava joj je bila pognuta i nakrivljena na levu stranu, kao da se obraćala nekome ko je sedeo na praznom sedištu do nje. Iako se ne sećam tačnog sadržaja, njen monolog je ličio na sledeće: „I onda mi je ona rekla... i onda sam joj ja rekla da lažeš, kako se usuđuješ da me optužiš za tako nešto... kada si ti ta koja me je uvek iskorišćavala, verovala sam ti a ti si izneverila moje poverenje..." U glasu joj se mogao osetiti bes nekoga ko je pogrešio, nekoga ko je imao potrebu da brani svoju poziciju kako ne bi bio anuliran.

Kako se voz približavao stanici *Totnhem Kort Roud*, usta- la je i krenula prema vratima ne prekidajući svoj monolog. To je bila i moja silazna stanica, tako da sam stao iza nje. Kada smo izašli na ulicu, krenula je prema Bedford skveru, i dalje okupi- rana svojim imaginarnim dijalogom, i dalje ljutito optužujući i učvršćujući svoj položaj. Moja znatiželja se probudila i odlučio sam da je pratim sve dok budemo išli u istom smeru. Iako zaoku- pljena svojim zamišljenim dijalogom, izgledalo je kao da zna kuda ide. Ubrzo smo stigli pred veleepno zdanje Gornjeg doma, višespratne građevine iz 1930. godine, u kojoj se nalazi central- na administrativna zgrada univerziteta i biblioteka. Bio sam zaprepašćen. Zar je moguće da idemo na isto mesto? Da, tamo se uputila! Da li je nastavnica, student, službenica, bibliotekarka? Možda je angažovana za neki istraživački zadatak iz psihologije. Nikad nisam saznao odgovor. Nalazio sam se dvadesetak kora- ka iza nje, i dok sam ušao u zgradu (koja je igrom slučaja bila sedište generalštaba „Policije misli" u filmskoj verziji Orvelovog romana *1984*) već je bila nestala u nekom od liftova.

Bio sam nekako iznenađen onim čemu sam prisustvovao. Kao dvadesetpetogodišnji student prve godine fakulteta smatrao sam se intelektualcem koji se tek razvija, i bio sam ubeđen da se

svi odgovori na pitanja ljudske egzistencije mogu pronaći upotrebom intelekta, tj. razmišljanjem. Tad još nisam znao da razmišljanje bez svesnosti *jeste* glavni problem ljudske egzistencije. U profesore sam gledao kao u mudrace koji imaju odgovor na sve, a u univerzitet kao na hram znanja. Kako jedna poremećena osoba poput nje može biti deo toga?

Još sam razmišljao o njoj kad sam svratio u muški toalet pre ulaska u biblioteku. Dok sam prao ruke, pomislio sam: „Nadam se da neću završiti kao ona.“ Čovek do mene me je pogledao i u trenutku sam se zaprepastio jer sam shvatio da nisam to samo pomislio nego sam izgovorio naglas. „O, bože! Pa ja sam već kao ona!“, pomislio sam. Zar je i moj um neprestano aktivan poput njenog? Postoji samo mala razlika među nama. Glavno osećanje koje je ležalo iza njenog razmišljanja je bes. U mom slučaju, više je ličilo na strepnju. Ona je razmišljala naglas. Ja, uglavnom, razmišljam u sebi. Ako je ona luda, onda je svako lud, uključujući i mene. Razlika je u stepenu.

Na trenutak, bio sam u mogućnosti da se odvojim od svog uma i sagledam ga iz dublje perspektive, onakvog kakav je zaista. Došlo je do kratkog prelaza s razmišljanja na svesnost. Još uvek sam stajao u toaletu, ali sam, i posmatrao se u ogledalu. U tom trenutku razdvajanja od svog uma, nasmejavao sam se naglas. Možda sam i zvučao kao ludak, ali to je bio zdrav osmeh, osmeh Bude sa velikim stomakom. „Život nije toliko ozbiljan koliko ga um čini takvim.“ Činilo se da je to ono što taj osmeh pokušava da kaže. Ali, to je bio samo nagoveštaj koji ću ubrzo potom zaboraviti. Sledeće tri godine proveo sam u strepnji i depresiji, u potpunosti poistovećen sa svojim umom. Trebalo mi je da dođem do samoubilačkog stanja pre nego mi se svest povratila, a onda je to bilo mnogo više od nagoveštaja. Oslobodio sam se nagonskog razmišljanja i lažnog, umom stvorenog „ja“.

Navedeni događaj ne samo da mi je dao nagoveštaj o postojanju svesti nego je i usadio prvu sumnju u apsolutnu validnost ljudskog intelekta. Nekoliko meseci kasnije desilo se nešto tragično, što je pojačalo moje sumnje. Jednog ponedeljka ujutru došli smo na fakultet i javili su nam da je profesor čijem sam se intelektu divio izvršio samoubistvo prethodnog vikenda tako što

je pucao u sebe. Našao sam se u čudu. Bio je visoko cenjeni predavač i činilo se kao da ima odgovor na sve. Međutim, tad još nisam mogao da znam da postoji i alternativa za proces razmišljanja. Nisam shvatao da je razmišljanje samo maleni aspekt svesti koja smo zapravo mi, niti sam znao išta o egu, a još manje o tome da svako može da ga pronađe u sebi.

## SADRŽAJ I STRUKTURA EGA

Egoični um je u potpunosti uslovljen prošlošću. Njegovo uslovljavanje je dvostruko: sastoji se od sadržaja i strukture.

U slučaju deteta koje vrišti od boli jer mu je igračka oduzeta, igračka predstavlja sadržaj. Ne može se zameniti nijednim drugim sadržajem, nijednom drugom igračkom ili objektom. Sadržaj s kojim se poistovećujete uslovljen je vašim okruženjem, odgojem i kulturom koja vas okružuje. Bez obzira na to da li je dete bogato ili siromašno, da li je igračka u obliku životinje napravljena od komada drveta ili je reč o nekoj sofisticiranoj elektronskoj napravi, ne postoji nikakva razlika sve dok je igračka povezana s patnjom koja je prouzrokovana njenim gubitkom. Razlog za tako intenzivnu patnju skriven je u reči „moja“, i on je strukturalan. Nesvestan nagon za tim da se ojača nečiji identitet putem povezivanja s objektom ugrađen je u samu strukturu egoičnog uma.

Jedna od najvažnijih struktura uma pomoću koje ego izlazi na površinu je identifikacija. Reč „identifikacija“ izvedena je od latinskih reči *idem*, što znači „isti“ i *facere*, što znači „činiti“. Kada se identifikujem s nečim, ja to „činim istim“. Istim kao šta? Kao ja. Ispunjavam ga sopstvenim doživljajem koji imam o sebi i na taj način ono postaje deo mog „identiteta“. Jedan od najosnovnijih nivoa identifikovanja je identifikovanje sa stvarima: moja igračka kasnije postaje moj automobil, moja kuća, moja odeća itd. Pokušavam da se pronađem u stvarima, ali nikad ne uspevam u tome i završavam izgubljen u njima. To je sudbina ega.

## IDENTIFIKOVANJE SA STVARIMA

Ljudi iz marketinških agencija dobro su upoznati s činjenicom da, ako žele da prodaju ljudima nešto što im nije zaista potrebno, moraju ih ubediti da će to doprineti načinu na koji se vide ili načinu na koji ih drugi vide, drugim rečima, moraju doprineti njihovom doživljaju njih samih. To postižu tako što, recimo, kažu da ćete se isticati u masi ako koristite određeni proizvod, što implicira da ćete tako postati potpunija osoba. Ili mogu da u vašem umu stvore vezu između proizvoda i poznate osobe, ili mlade, privlačne i naizgled srećne osobe. Čak i fotografije starih ili preminulih poznatih ličnosti iz vremena kad su bili na vrhuncu svoje slave dobro služe toj svrsi. Neizgovorena pretpostavka je da time što kupite taj proizvod, putem magičnog čina prilagođavanja, vi postajete kao oni ili bar nešto nalik njima. U velikom broju slučajeva ne kupujete proizvod nego „pojačivač identiteta“. Firmirani predmeti su pre svega kolektivni Identiteti koje prihvatate. Oni su skupi, te samim tim i „ekskluzivni“. Kad bi svako mogao da ih kupi, onda bi oni izgubili svoju psihološku vrednost i od njih bi ostala samo njihova materijalna vrednost, koja retko kad dostiže i deo cene koju ste platili za njih.

Stvari s kojim se neko identifikuje variraju od osobe do osobe i zavise od godina, pola, primanja, društvene klase, mode, kulture koja ih okružuje itd. Ono s čim se vi identifikujete u vezi je sa sadržajem, dok je nesvesni nagon da se identifikujete s nečim strukturalan. To je jedan od najosnovnijih načina na koje egoični um funkcioniše.

Paradoksalno, ono što produžuje život takozvanom potrošačkom društvu jeste činjenica da pokušaji da se ljudi pronađu u stvarima ne daju rezultate. Zadovoljenje ega je kratkog veka i vi nastavljate da tražite više, kupujete više, trošite više.

Naravno, u fizičkoj dimenziji u kojoj naše površno „ja“ obitava, stvari su neophodan i neizbežan deo naših života. Potreban nam je prostor za življenje, odeća, nameštaj, alat, prevozno sredstvo. Takođe, u našem životu postoje i stvari koje cenimo zbog njihove lepote ili kvaliteta. Treba da odamo počast

svetu stvari, ne da ga preziremo. Svaka stvar se odlikuje Postojanjem, i predstavlja privremeni oblik koji svoje korene pronalazi unutar bezobličja jedinog Života, izvora svih stvari, svih tela, svih oblika. Kod većine starih kultura, ljudi su verovali da sve, čak i takozvani neživi objekti, poseduju duh u sebi, i u tom smislu bili su bliže istini nego što smo mi danas. Kada živite u svetu koji je otupeo od silnih mentalnih apstrakcija, više ne možete da osetite živost univerzuma. Većina ljudi ne živi u pravoj stvarnosti nego u zamišljenoj.

Ali ne možemo odavati počast stvarima ako ih koristimo da bismo ojačali svoj doživljaj sebe, tj. ako pokušavamo da pronađemo sebe u njima. To je upravo ono što ego radi. Ego-identifikacija sa stvarima tera nas da se vežemo za stvari i postanemo opsednuti njima, što za uzvrat stvara potrošačko društvo i ekonomske strukture u kojima je jedina jedinica napretka još više. Nekontrolisana težnja ka posedovanju nečega u još većoj meri, težnja ka beskonačnom rastu predstavlja disfunkcionalnost i bolest. To je ona ista vrsta disfunkcionalnosti koju manifestuje kancerogena ćelija, čiji je jedini cilj da se uveća, nesvesna činjenice da će time dovesti do sopstvenog uništenja jer uništava organizam čiji je deo. Pojedini ekonomisti su toliko privrženi terminu rasta da jednostavno ne mogu da se odvoje od te reči, pa čak i vreme recesije nazivaju „negativnim rastom“.

Ogroman deo ljudskog života protraćen je na opsesivnu preokupiranost stvarima. Iz tog razloga, jedno od najvećih zala našeg vremena je proliferacija objekata. Kada više niste u stanju da osetite svoj život, velika je verovatnoća da ćete pokušati da ga ispunite stvarima. Kao duhovnu vežbu predlažem da preispitate svoju vezu sa svetom stvari putem samoposmatranja, i da posebno obratite pažnju na one koje oslovljavate s „moj/a“. Potrebno je da budete oprezni i u potpunosti iskreni ako želite da saznate, na primer, da li je vaš doživljaj sopstvene vrednosti povezan sa stvarima koje posedujete. Da li određene stvari izazivaju profinjeni osećaj važnosti ili superiornosti? Da li to što ih ne posedujete čini da se osećate inferiornim u odnosu na one koji imaju više od vas? Da li povremeno spominjete stvari koje posedujete

ili ih pokazujete kako biste uvećali sopstveni osećaj vrednosti u nečijim očima, a samim tim i u svojim? Da li se osećate ogorčeno, besno ili poniženo ako neko drugi poseduje više od vas ili onda kada izgubite nešto veoma vredno?

## IZGUBLJENI PRSTEN

Dok sam odlazio u posete ljudima kao savetnik i duhovni učitelj, dva puta nedeljno sam posećivao ženu čije je telo bio napao rak. Bila je u četrdesetim i radila je kao nastavnica u školi. Doktori joj nisu davali više od pet meseci života. Tokom tih poseta ponekad bi neka reč bila izgovorena, ali smo većinu vremena provodili u tišini i za to vreme ona je osetila prve nagoveštaje mira u sebi, za koji nije ni znala da postoji tokom svog života nastavnice prepunog obaveza.

Jednog dana, međutim, došao sam i zatekao je ljutu i potresenu. „Šta se desilo?“, upitao sam. Njen dijamantski prsten, od neprocenjive vrednosti i u materijalnom ali i u emotivnom smislu, nestao je, i ona je bila ubeđena da ga je ukrala žena koja je vodila brigu o njoj nekoliko sati dnevno. Rekla je da ne razume kako neko može biti toliko surov i bezosećajan da uradi tako nešto. Upitala me je da li bi trebalo da se suoči s njom ili bi bilo bolje da odmah pozove policiju. Odgovorio sam joj da joj ja ne mogu reći kako da postupi, i dodao da se preispita i otkrije koliko joj je taj prsten, ili bilo šta drugo, zaista važan u tom trenutku njenog života. „Vi ne razumete!“, odgovorila je. „To je bio prsten moj bake. Nosila sam ga sve dok se nisam razbolela i dok prsti nisu počeli da mi otiču. To je više od prstena. Kako da ostanem mirna?“

Njena brza reakcija, ljutina i odbrambeni stav bili su znaci da ona još uvek nije bila dovoljno spremna da se zagleda u sebe i svoje postupke razdvoji od događaja i posmatra ih odvojeno. Njen bes i odbrambeni stav bili su znaci da njen ego još uvek govori iz nje. Rekao sam: „Postaviću vam nekoliko pitanja, ali umesto da odmah odgovorite, pokušajte da nađete odgovore u sebi. Napraviću pauzu posle svakog pitanja. Kada pronađete

odgovor, ne morate obavezno da ga iskažete rečima." Odgovorila je da je spremna da me sasluša. Upitao sam je: „Da li ste svesni da ćete u jednom trenutku, ako ne i veoma brzo, morati da se odreknete tog prstena? Koliko još vremena vam je potrebno da ga se odreknete? Da li će se vaša vrednost umanjiti ako ga se odreknete? Da li je *ono što jeste* umanjeno tim gubitkom?" Nakon poslednjeg pitanja usledila je tišina.

Kada je progovorila, osmeh je ozario njeno lice i činilo se da je pronašla mir. „Poslednje pitanje me je navelo da shvatim nešto izuzetno važno. Prvo sam odgovor potražila u svom umu i on mi je odgovorio: 'Da, naravno da si ponižena.' Potom sam sebi ponovila pitanje. 'Da li je ono što jesam umanjeno?' Ovog puta sam pokušala da osetim odgovor, a ne da razmišljam o njemu. Odjednom sad mogla da osetim svoje 'jesam'. Nikad pre to nisam osetila. Ako mogu da osetim to što jesam tako intenzivno, onda ono što jesam nije umanjeno ni po koju cenu. Još uvek to osećam, nešto mirno ali veoma živo."

„To je radost Postojanja", odgovorio sam. „Jedino kad prestanete da razmišljate možete da ga osetite. Postojanje se mora osetiti. O njemu se ne može razmišljati. Ego ne zna za njega jer se ego sastoji od misli. Prsten je postojao u vašoj glavi kao misao koju ste pomešali sa doživljajem onoga što jeste. Mislili ste da je ono što jeste ili deo onoga što jeste sadržano u tom prstenu."

„Sve ono za čim ego žudi i za šta se vezuje su zamene za Postojanje, koje ne može da oseti. Vi možete da cenite stvari i brinete o njima, ali kada god se vežete za njih, znaćete da je u pitanju ego. I zapravo, vi nikada nisi toliko vezani za stvari koliko za misli koje u sebi sadrže „ja", „meni" ili „moje". Kada god u potpunosti prihvatite gubitak, izdižete se iznad ega, i ono što ste vi, ono „jesam" koje predstavlja samu svest, isplivava na površinu."

Odgovorila je: „Sada razumem nešto što je Isus rekao, a što mi je pre zvučalo besmisleno: 'Ako ti neko uzme košulju, daj mu i svoj kaput.'"

„U pravu ste", odgovorio sam. „To ne znači da više ne treba da zaključavate vrata. Ali ono što znači je da ponekad čin odricanja ima mnogo veću snagu od čina odbrane nečega ili čvrstog držanja za to."



Tokom poslednjih nedelja svog života, iako je njeno telo postajalo sve slabije, ona je bivala sve vedrija, kao da je svetio sijalo kroz nju. Odrekla se mnogih stvari koje je posedovala, čak je neke darovala ženi za koju je mislila da joj je ukrala prsten, i sa svakim predmetom koji bi darovala, njena radost je bivala veća. Kada me je njena majka pozvala da mi saopšti da je umrla, rekla mi je i da su nakon njene smrti pronašli prsten u priručnoj apoteci u kupatilu. Da li je žena vratila prsten, ili je sve vreme bio tamo? Zauvek će ostati misterija. Ali jedna stvar koju znam jeste da će nam Život pružiti sve one vrste spoznaja koje će nam pomoći u evoluciji svesti. Kako da znate da je to ona vrsta spoznaje koja vam je potrebna? To je ono što osećate u ovom trenutku.

Da li je onda pogrešno da budete ponosni na stvari koje posedujete ili da osećate gorčinu prema ljudima koji imaju više od vas? Ne, nikako! Osećaj ponosa, potreba za isticanjem, očigledno jačanje nečijeg „ja“ kroz „više od nekoga“ i ponižavanje kroz „manje od nekoga“ niti je dobro niti je loše - prosto, to je ego. Ego nije pogrešan, on je jednostavno nesvestan. Kada uvidite ego unutar sebe, počinjete da se izdižete iznad njega. Nemojte ego shvatati preterano ozbiljno. Kada opazite egoično ponašanje kod sebe, nasmešite se. Ponekad možete i da se smejete tome. Kako čovečanstvo može da bude obmanuto njime toliko dugo? I iznad svega, budite svesni da ego nije nešto lično. Ne predstavlja vas. Ako mislite da je ego vaš lični problem, onda je ego još izraženiji kod vas.

## **ILUZIJA O POSEDOVANJU**

„Posedovati“ nešto - šta to zapravo znači? Šta znači učiniti nešto „svojim“? Ako stojite na ulici u Njujorku, uperite prst prema ogromnom neboderu i kažete: „Ta zgrada je moja. Ja je posedujem“, vi ste ili veoma bogati, ili ste u zabludi, ili ste lažov. U svakom slučaju, pričate priču u kom su se misaoni oblik „ja“ i misaoni oblik „zgrada“ stopili u jedno. To je način na koji

funkcioniše mentalni koncept o posedovanju. Ako se svi slažu s vašom pričom, postojaće potpisani papiri koji to potvrđuju. Vi ste bogati. Ako se niko ne slaže s vama, poslaće vas psihijatru. Živite u zabludi, ili lažete, a da se tome ne možete odupreti.

Ovde je važno uočiti da priča i misaoni oblici koji je sačinjavaju, bez obzira na to da li se ljudi slažu s njima ili ne, nemaju nikakve veze s time ko ste vi. Čak iako se ljudi slažu s pričom, u krajnjem slučaju to je samo privid. Mnogi ljudi ne shvate sve do trenutka dok ne završe na samrtnoj postelji, kad sve spoljašnje stvari nestanu, da nijedna *stvar* nikad nije određivala ono što su oni zapravo. Pri suočavanju sa smrću ceo koncept o posedovanju se pokaže kao krajnje beznačajan. U poslednjim trenucima života oni shvate da, dok su tokom svojih života težili da upotpune sebe, ono za čim su zapravo tragali, njihovo Biće, oduvek je bilo tu, ali je u velikoj meri bilo skriveno njihovim identifikovanjem sa stvarima, što u krajnjem slučaju znači identifikovanjem s njihovim umovima.

„Blago siromašnima duhom“, rekao je Isus, „jer je njihovo carstvo nebesko.“<sup>7</sup> Šta znači biti „siromašan duhom“? Bez unutrašnjeg tereta, bez identifikacija. Niti sa stvarima, niti s bilo kakvim mentalnim tvorevinama koje u sebi sadrže doživljaj sopstvenog „ja“. A šta je „carstvo nebesko“? Jednostavna, ali produbljena radost Postojanja, koju pronalazite u trenutku kada se oslobodite identifikacija i postanete „siromašni duhom“.

Iz tog je razloga odricanje svih oblika posedovanja stara duhovna praksa i na Istoku i na Zapadu. Odricanjem se, međutim, ne oslobađate ega automatski. On će pokušati da osigura svoj opstanak tako što će potražiti nešto drugo s čim će se identifikovati. Identifikovaće se, na primer, sa umišljenom slikom koju imate o sebi kao o nekome ko je prerastao svako interesovanje za materijalne stvari i samim tim je superioran u odnosu na druge, i više produhovljen od njih. Postoje ljudi koji su se odrekli svega što su posedovali, ali njihov ego je veći nego kod pojedinih milionera. Ako eliminišete jednu vrstu identifikacije, ego ubrzo pronađe drugu. U krajnjem slučaju, nije važno s čim se identifikujete sve dok to poseduje određeni identitet.

<sup>7</sup> Sveto jevanđelje po Mateju 5:3

Antikonzumerizam ili pokret protiv privatnog vlasništva još je jedan od misaonih oblika, još jedna mentalna pozicija koja može da zameni identifikaciju s posedovanjem. Kroz njega možete da pokažete da ste u pravu, a da drugi greše. Kasnije ćemo videti da taj čin dokazivanja da ste u pravu dok svi drugi greše predstavlja jedan od osnovnih principa po kojima egoični um funkcioniše, jedan od najosnovnijih oblika nesvesnosti. Drugim rečima, sadržaj ega može se menjati, ali struktura urna koja ga održava u životu ne može.

Jedna od nesvesnih pretpostavki je ta da će sam čin identifikovanja s predmetom kroz prividno posedovanje istog, očita čvrstina i istrajnost materijalnog predmeta ispuniti vaš doživljaj sebe još većom čvrstinom i istrajnošću. Ovo se posebno odnosi na građevine i na zemljišta, jer su to jedini oblici za koje mislite da ih možete posedovati, a koji se ne mogu uništiti. Apsurd posedovanja ponekad je najočigledniji u primeru posedovanja zemlje. U vreme kada su Evropljani naseljavali Severnu Ameriku, domorodačka plemena nisu mogla da shvate koncept o posedovanju. Zbog toga su i izgubili zemlju kada su ih Evropljani naterali da potpišu papire koji su za njih bili u istoj meri neshvatljivi. Oni su osećali da je njihovo mesto na toj zemlji, ali da ta zemlja ne pripada njima.

Ego često izjednačava posedovanje s Postojanjem; posedujem, dakle postojim. I što više posedujem, sve sam postojaniji. Ego se hrani poređenjem. Način na koji vas drugi vide preobrazila se u način na koji sami sebe vidite. Kada bi svi živeli u ogromnim kućama i bili bogati, vaša ogromna kuća i vaše bogatstvo ne bi više mogli da jačaju vaš doživljaj sebe. Mogli biste onda da se preselite i u običnu kolibu, da se odreknete svog bogatstva i povratite svoj identitet tako što ćete sebe videti i smatrati duhovnijim od ostalih. Način na koji vas drugi vide postaje ogledalo koje vam pokazuje ko ste i kakvi ste. Egov doživljaj o sopstvenoj vrednosti obavezno je povezan s vrednošću koju drugi misle da posedujete. Potrebni su vam drugi da bi vam dali vaše „ja“, i ako živite u društvu koje u velikoj meri izjednačava sopstvenu vrednost s onim šta posedujete i količinom toga, ako niste u stanju da prozrete kroz tu kolektivnu obmanu, bićete

osuđeni da ostatak svog života provedete jureći za stvarima s uzaludnom nadom da ćete na taj način pronaći sopstvenu vrednost i upotpuniti doživljaj sopstvenog „ja“.

Kako da se oslobodite vezivanja za stvari? Ne vredi ni da pokušate! To je nemoguće. Vezivanje za stvari nestane samo od sebe onog trenutka kada prestanete da svoj smisao tražite u njima. U međuvremenu, budite svesni sopstvenog vezivanja za stvari. Ponekad niste ni svesni da ste vezani za određeni predmet, tj. da ste se identifikovali s njim, sve dok ga ne izgubite ili dok se ne pojavi pretnja da ćete ga izgubiti. Ako se uznemirite, potresete i slično, to znači da ste se vezali za taj predmet. Ako ste svesni činjenice da ste se identifikovali s predmetom, sama identifikacija nije više potpuna. „Ja sam svest koja je svesna da postoji vezivanje.“ To je početak transformacije svesti.

## **ŽELJENJE: POTREBA DA SE IMA VIŠE**

Ego se identifikuje s posedovanjem, ali njegovo zadovoljenje time je relativno plitko i kratkog veka. Skriven unutra, ostaje duboko usađeni osećaj nezadovoljstva, nepotpunosti, „nedovoljnog“. „Još uvek nemam dovoljno“ zapravo su reči kojima ego želi da kaže: „Još nisam ispunjen.“

Kao što smo i videli, *posedovanje*, koncept o vlasništvu, predstavlja tvorevinu ega, koja treba da mu pruži čvrstinu i trajnost i da ga istakne, da ga učini posebnim. Pošto niste u stanju da pronađete sebe u posedovanju, postoji još jedan snažan nagon u njegovoj srži, a koji je sadržan u strukturi ega: potreba da se ima više, koju takođe možemo nazvati „željenje“. Nijedan ego ne može da opstane duži period vremena bez potrebe da ima više. Stoga željenje održava ego u životu više nego što to radi posedovanje. Ego želi da želi više nego što želi da poseduje. Površno zadovoljstvo posedovanja uvek se smenjuje s još većom željom. To je psihološka potreba za tim da se ima više, da se ima više predmeta s kojima se može identifikovati. To je zavistička potreba, a ne istinska.

U pojedinim slučajevima, psihološka potreba da se ima više ili osećanje nedovoljnosti, koji su veoma karakteristični za ego, prenesu se na fizički nivo i time u neutaživu glad. Bulimičari često teraju sebe da povrate kako bi nastavili da jedu. Njihov um je gladan, a ne telo. Ovaj poremećaj u ishrani biće izlečen ukoliko oboleli, umesto da se identifikuju s umom, dođu u kontakt sa svojim telom i time osete pravu potrebu svog tela pre nego nadripotrebe egoičnog uma.

Pojedini egoi znaju šta žele i idu prema svom cilju s nemilosrdnom i okrutnom odlučnošću - Džingis Kan, Staljin, Hitler, da nabrojim samo neke od ljudi koji su bili veći od života. Energija koja leži u središtu njihovih želja, međutim, stvara suprotnu energiju jednakog intenziteta, koja na kraju vodi ka njihovoj propasti. U međuvremenu, unesreće i sebe i ostale ili, u slučaju „većih od života“, stvore pakao na zemlji. Većina ega ima kontradiktorne želje. Žele različite stvari u različito vreme ili čak i ne znaju šta žele osim da to nije sadašnji trenutak. Nemir, nespokoj, dosada, uznemirenost, nezadovoljstvo, sve su to rezultati neispunjenih želja. Stalna želja je strukturalna, te nijedna količina sadržaja ne može da ostvari dugotrajno ispunjenje sve dok je ta mentalna tvorevina prisutna. Intenzivno željenje koje nema poseban cilj često se može pronaći kod ega koji su još uvek u razvoju, što je slučaj s tinejdžerima, od kojih određeni broj konstantno oseća negativnost i nezadovoljstvo.

Fizička potreba za hranom, vodom, skrovištem, odećom i osnovnom utehom trebalo bi da se lako zadovoljava kod svih ljudi da nije debalansa u sredstvima, koji je rezultat sulude i grabežljive potrebe da se ima više, pohlepnosti ega. On pronalazi kolektivni izraz u ekonomskim strukturama ovog sveta, poput ogromnih korporacija, koje su zapravo egoični entiteti koji se takmiče jedni s drugima u tome ko će imati više. Zaslepljeni su profitom. I s apsolutnom okrutnošću pokušavaju da dođu do njega. Priroda, životinje, pa čak i ljudi i njihovi poslodavci nisu ništa više do brojke na zaključnom računu, beživotni predmeti koji treba da se iskoriste, a potom odbace.

Misaoni oblici „mene“ i „moje“, „više od“, „ja želim“, „meni je potrebno“, „moram da imam“ i „nije dovoljno“ ne odnose se na

sadržaj ega nego na njegovu strukturu. Sadržaj podleže promeni. Sve dok te misaone oblike ne prepoznate kod sebe, sve dok ih niste svesni, verovaćete svemu što kažu, bićete osuđeni da ispoljavate nesvesne misli, osuđeni da tragate, a da ne pronalazite, jer sve dok ti misaoni oblici delaju, nijedan predmet, mesto, osoba ili stanje neće vas zadovoljiti. Sve dok egoična struktura postoji, nijedan vas sadržaj neće zadovoljiti. Bez obzira na to šta posedujete ili dobijate, nećete biti srećni. Uvek ćete biti u potrazi za nečim što obećava veće ispunjenje, za onim što garantuje da će dopuniti vaš nepotpuni doživljaj sebe i ispuniti osećaj praznine koji osećate u sebi.

## IDENTIFIKOVANJE S TELOM

Pored poređenja s predmetima, drugi osnovni oblik identifikovanja je identifikovanje sa „svojim“ telom. Kao prvo, telo može biti muško ili žensko, te polna identifikacija postaje značajan deo ljudskog „ja“. Pol postaje identitet. Identifikovanje s polom podstiče se u ranom dobu, i primorava vas da prihvatite ulogu, uslovljeni obrazac ponašanja, koji utiče na sve aspekte vašeg života, ne samo seksualni. To je uloga u koju se mnogo ljudi uplete, češće u tradicionalnijim društvima nego u zapadnjačkoj kulturi, u kojoj je identifikacija s polom počela da jenjava. U pojedinim tradicionalnim kulturama, najgora sudbina koja može da zadesi jednu ženu jeste da ostane usedelica ili jalova, a za muškarca da je impotentan, te da nije u mogućnosti da ima decu. Ispunjenje života se shvata kao ispunjenje polnog identiteta određene osobe.

Na Zapadu, fizički izgled u velikoj meri doprinosi načinu na koji se doživljavate: njegova snaga ili slabost, lepota ili ružnoća, osobine koje se mogu uočiti prilikom poređenja sa drugima. Kod mnogih ljudi, njihov osećaj vrednosti usko je povezan sa njihovom fizičkom snagom, privlačnošću, kondicijom i spoljašnjim izgledom. Mnogi osećaju da se njihova vrednost umanjila jer sebe doživljavaju ružnim ili nesavršenim.

U pojedinim slučajevima, mentalna slika ili koncept o „svom telu“ predstavlja potpuni poremećaj stvarnosti. Mlada žena može sebe smatrati debelom i stoga se izglednjivati, a da je zapravo prilično zgodna. Nije u stanju da vidi svoje telo. Jedino što može da „vidi“ je mentalni koncept o svom telu, koji kaže: „Ja sam debela“ ili „Udebljaću se“. U korenu ovog stanja leži identifikovanje s umom. Što se ljudi više identifikuju s umom, pojačava se egoična disfunkcionalnost, tako da je primetan drastičan porast slučajeva anoreksije tokom poslednjih decenija. Ukoliko bi obolela osoba bila u stanju da pogleda u svoje telo bez dodatnih predrasuda svog uma ili kad bi bar mogla da prepozna te predrasude i ono što one predstavljaju umesto što veruje u njih, ili još bolje, kada bi mogla da oseti svoje telo iznutra, time bi moglo započeti njeno izlečenje.

Oni koji se identifikuju sa svojim dobrim izgledom, fizičkom snagom ili sposobnostima pate kad god jedna od tih osobina počinje da blede ili nestaje, što je neizbežno. Njihov lični identitet, koji je zasnovan na tim osobinama, u opasnosti je. Bilo kako bilo, lepi ili ružni, ljudi zasnivaju značajan deo svog identiteta, bio on pozitivan ili negativan, na svojim telima. Tačnije, oni zasnivaju svoj identitet na misaonom „ja“, koje pogrešno povezuju s mentalnom slikom ili konceptom o svom telu, koje na kraju krajeva nije ništa drugo do fizički oblik koji deli sudbinu ostalih oblika - nepostojanost i neizbežno propadanje.

Izjednačavanje fizičkog tela, koje opažamo čulima i koje je osuđeno da stari, vene i umre s „ja“, pre ili kasnije vodi do patnje. Uzdržavanje od identifikovanja s telom ne znači da ga zanemarujete, prezirete ili da više ne brinete za njega. Ako je snažno, lepo, krepko, onda možete da uživajte u tim atributima i da ih cenite dok traju. Takođe, možete da popravite telesno stanje kroz ispravnu ishranu i vežbanje. Ako ne izjednačavate svoje telo s onim što jeste, kada lepota počne da blede, krepkost nestaje ili telo postane onesposobljeno, to nikako neće uticati na vaš osećaj sopstvene vrednosti ili identiteta. U stvari, kako telo počinje da slabi, bezoblična dimenzija, svetlost svesti može lakše da sija kroz oblike koji blede.

Nisu samo oni ljudi koji imaju dobra ili skoro savršena tela skloni tome da ga izjednačavaju s onim šta predstavljaju. Na isti

način, veoma lako se možete poistovetiti i s „problematičnim” telom, te telesne nedostatke, bolest ili invaliditet učiniti svojim identitetom. Tada počnete da doživljavate i vidite sebe kao „obolelog” od ove ili one hronične bolesti ili invaliditeta. Doktori i ostali koji vam neprestano potvrđuju vaš zamišljeni identitet paćenika ili pacijenta posvećuju vam mnogo pažnje. Vi se tada nesvesno držite te bolesti jer je ona postala imanentni deo vašeg doživljaja sebe. Ona je postala još jedan misaoni oblik s kojim se ego može identifikovati. U trenutku kada ego pronade identitet, ne želi da ga pusti. Začuđujuće, ego, koji je u potrazi za snažnijim identitetom može da stvori bolest, što često i čini, kako bi se kroz nju ojačao.

## **OSEĆANJE PRISUSTVA UNUTRAŠNJEG TELA**

Iako je identifikovanje s telom jedno od najosnovnijih oblika ega, dobra vest je ta da je to onaj oblik koji se lako može prevazići. To se ne postiže time što pokušavate da ubedite sebe da vi niste svoje telo, već preusmeravanjem svoje pažnje sa spoljašnjeg oblika tela i razmišljanja o njemu - bilo ono lepo, ružno, snažno, slabo, debelo, mršavo - na osećaj živosti unutar njega. Bez obzira na to kakav je spoljašnji izgled vašeg tela, izvan tog oblika ono predstavlja neverovatno živo polje energije.

Ako niste upoznati sa svešću o „unutrašnjem telu”, zatvorite oči na trenutak i pokušajte da otkrijete postoji li život u vašim rukama. Nemojte da pitate svoj um. Samo će vam odgovoriti: „Ne osećam ništa.” Verovatno će i dodati: „Daj mi nešto zanimljivije o čemu ću razmišljati.” Umesto da pitate svoj um, obratite se direktno rukama. Ovim želim reći: postanite svesni nežnog osećaja živosti u njima. Tu je. Treba samo da usmerite pažnju kako biste ga primetili. U početku ćete možda osetiti bockanje, a onda energiju i živost. Ako svoju pažnju zadržite na rukama, osećaj živosti će se pojačati. Pojedininim ljudima neće biti potrebno ni da zatvore oči. Oni će biti u stanju da osete svoje „unutrašnje ruke” dok ovo čitaju. Zatim priključite i stopala,



usmerite pažnju na njih i počnite da osećate i ruke i stopala istovremeno. Potom uključite i ostale delove tela - noge, ramena, stomak, grudi, itd - u taj doživljaj sve dok ne postanete svesni unutrašnjeg tela kao celokupnog osećaja živosti.

Ono što nazivam „unutrašnjim telom“ nije zapravo telo nego životna energija, most između oblika i bezobličja. Neka vam postane navika da osećate prisustvo unutrašnjeg tela. Nakon određenog vremena nećete morati da zatvarate oči kako biste ga osetili. Na primer, pokušajte da vidite da li možete da osetite unutrašnje telo svaki put kada slušate nekoga dok govori. Zvuči skoro paradoksalno; kada ste u dodiru sa svojim unutrašnjim telom, više se ne identifikujete s njim, niti se identifikujete sa svojim umom. Drugim rečima, više niste identifikovani s oblikom nego se udaljavate od njega i krećete se ka bezobličju, koje možemo nazvati i Bićem. Ono je vaš osnovni identitet. Svest o telu ne samo da vam pruža oslonac u sadašnjem trenutku nego predstavlja i vrata za beg iz zatvora ega. Ojačava i imunološki sistem i sposobnost tela da se samo leči.

## **ZABORAVLJANJE BIĆA**

Ego je uvek identifikovanje s oblikom, potraga za sobom, koja se završava gubitkom sebe u nekom od oblika. Oblici nisu samo materijalni predmeti ili fizička tela. Osim spoljašnjih oblika - stvari i tela - tu su i misaoni oblici, koji se neprestano uzdižu u polju svesti. Oni su energetske tvorevine, finije i manje čvršće od fizičkih, ali bez obzira na sve - ipak su oblici. Ono čega biste morali biti svesni, kao što ste svesni glasa u glavi koji ne prestaje da govori, jeste tok neprekidnog i nagonskog razmišljanja. Kada svaka misao u potpunosti okupira vašu pažnju, kada se u potpunosti identifikujete s glasom u svojoj glavi i s emocijama koje ga prate, toliko da se gubite u svakoj misli i svakoj emociji, onda ste u potpunosti identifikovani s oblikom i samim tim nalazite se u stisku ega. Ego predstavlja nagomilavanje misaonih oblika koji se ponavljaju i uslovljenih mentalno-emocionalnih

obrazaca koji su ugrađeni u način na koji doživljavamo sebe. Ego se izdiže kada se vaš osećaj Postojanja, ili „ja jesam“, što je zapravo bezoblična svest, zameni s oblikom. To je smisao identifikovanja. To je zaboravljanje Bića, primarna greška, iluzija o apsolutnoj razdvojenosti koja stvarnost pretvara u moru.

## **OD DEKARTOVE GREŠKE DO SARTROVOG UVIDA**

Dekart, filozof iz XVII veka, koji se smatra ocem moderne filozofije, dao je verbalni oblik te prvobitne greške u vidu poznate maksime (koju je smatrao konačnom istinom): „Mislim, dakle postojim.“ To je bio njegov odgovor na pitanje: „Postoji li nešto što sa sigurnošću mogu znati?“ Došao je do saznanja da je jedino u šta nikad ne može posumnjati činjenica da uvek razmišlja, tako da je razmišljanje izjednačio s Bićem, tj. identitet - „postojim“ - s razmišljanjem. Umesto konačne istine, pronašao je koren ega, ali nije bio svestan toga.

Trebalo je da prođe skoro tri stotine godina pre nego što je još jedan poznati filozof pronašao nešto u toj izjavi, što je Dekart, kao i svi ostali, prevideo. Njegovo ime je Žan-Pol Sartr. On se duboko zamislio nad Dekartovom izjavom „Mislim, dakle postojim“ i iznenada shvatio: „Svest koja kaže 'postojim' nije ona svest koja razmišlja.“ Šta je time hteo da kaže? Kada ste svesni da razmišljate, ta svest nije deo razmišljanja. To je različita dimenzija razmišljanja. I upravo ta svest kaže: „Postojim.“ Kad u vama ne bi postojalo ništa do misao, ne biste ni znali da razmišljate. Bili biste poput usnulog čoveka koji ne zna da sanja. Identifikovali biste se sa svakom mišlju poput sanjara koji se identifikuje sa svakom slikom svog sna. Mnogo ljudi živi na taj način, kao da šetaju u snu, uhvaćeni u starim disfunkcionalnim tvorevinama uma, koje iznova stvaraju stvarnost koja liči na moru. Kada ste svesni toga da sanjate, budni ste u snu. Pojavljuje se još jedna dimenzija svesti.

Implikacije Sartrovog uvida su veoma značajne, ali je i on sam bio suviše identifikovan s razmišljanjem da bi u potpunosti shvatio značaj onoga što je otkrio, nove dimenzije stvarnosti koja se rađa.

# MIR KOJI PREVAZILAZI SVE RAZUMEVANJE

Postoji mnogo priča o ljudima koji su iskusili rađanje nove dimenzije svesti nakon tragičnog gubitka u određenom trenutku svog života. Pojedini su izgubili sve što su imali, drugi decu ili suprugu, društveni položaj, reputaciju ili fizičku sposobnost. U pojedinim slučajevima, tokom ratova i prirodnih katastrofa, izgubili su sve od navedenog istovremeno i shvatili da nemaju „ništa“. To se može nazvati graničnom situacijom. Bez obzira na to s čim su se bili identifikovali, ili šta im je upotpunjavalo njihov doživljaj sebe, to im je bilo oduzeto. A onda, iznenada i neobjašnjivo, ta teskoba i snažni strah koji su prvobitno osećali ustupili su mesto svetom osećaju Prisutnosti, dubokom miru i spokoju i potpunoj slobodi od straha. Mora da je Sveti Pavle bio upoznat s ovim fenomenom kada je rekao: „Mir Božji koji prevazilazi svaki um.“<sup>8</sup> I to je zaista mir koji se čini besmislenim, i ljudi koji su ga osetili često se zapitaju: „Pored svega *ovoga* što mi se događa, kako je moguće da osećam takav mir?“

Kada jednom shvatite šta je ego i kako on funkcioniše, odgovor je jednostavan. Kada oblici s kojima ste se identifikovali nestanu, to može da vodi i do sloma ega, jer ego *jeste* identifikovanje s oblicima. Kada ne postoji ništa više s čim biste se mogli identifikovati, ko ste onda vi? Kada se oblici oko vas razgrade ili se smrt približi, vaš osećaj Postojanja, onoga što jeste, oslobođen je od veze s oblikom. Duh je oslobođen iz zarobljenštva u materijalnom. Shvatite da je vaš osnovni identitet bezobličan, poput sveprisutnog Prisustva, poput Bića koje je prethodilo svim oblicima, svim identifikacijama. Uvidite svoj identitet kao svoju savest, a ne kao ono s čim se ta savest identifikovala. To je mir Božji. Konačna istina o tome ko ste nije „ja sam ovo“ ili „ja sam ono“, nego jednostavno „ja jesam“.

Ne mora svako ko doživi veliki gubitak obavezno iskusiti i buđenje, prestanak identifikacije s oblikom. Pojedinci odmah stvore snažnu mentalnu sliku ili misaoni oblik u kom sebe vide kao žrtvu; bilo kao žrtvu okolnosti, drugih ljudi, nezaslužene sud-

<sup>8</sup> Poslanica Sv. Aposotola Pavla Filibljanima 4:7

bine ili Boga. Oni se veoma snažno identifikuju s tim misaonim oblikom i emocijama koje on stvara, poput, besa, ogorčenosti, samosažaljenja i sl. i taj oblik ubrzo zauzme mesto svih identifikacija koje su nestale prilikom gubitka. Drugim rečima, ego ubrzo pronade novi oblik. Činjenica da je taj novi oblik duboko nesrećan ne zabrinjava preterano ego sve dok on ima svoj identitet, bez obzira na to da li je dobar ili loš. U Stvari, taj će novi ego biti sadržajni, stroži i otporniji od prethodnog.

Kada god se desi taj tragični gubitak, vi se ili oduprete ili prepustite. Pojedini ljudi postanu ogorčeni ili veoma kivni, drugi postanu saosećajni, mudri i puni ljubavi. Prepuštanje znači unutrašnje prihvatanje stvari onakvim kakve jesu. Otvarate se prema životu. Odupiranje znači unutrašnju kontrakciju, očvršćivanje oklopa ega. Zatvarate se prema životu. Bilo kakve akcije da preduzmete u tom stanju unutrašnjeg opiranja (koje još možemo nazvati i negativnost) stvorićete još veće spoljašnje opiranje, i univerzum više neće biti na vašoj strani, život neće biti od preterane pomoći. Ako su roletne spuštene, sunčevi zraci ne mogu da prodru unutra. Kada se prepustite u sebi, kada se predate, otvori se nova dimenzija svesti. Ako je moguće ili ako je potrebno da se preduzme određena akcija, onda će ona biti u skladu s celinom i podržana od strane kreativnog uma, neuslovljene svesti, s kojom postajete jedno u trenutku unutrašnje otvorenosti. U tom trenutku, okolnosti i ljudi budu od velike pomoći, spremni na saradnju. Slučajnosti se događaju. Ako nema potrebe za delanjem, počivate u miru i unutrašnjoj mirnoći, koja dolazi kao rezultat prepuštanja. Počivate u Bogu.

### *Sušтина ега*

Izvestan broj ljudi je u potpunosti identifikovan s glasom u glavi, s tim neprekidnim tokom nesvesnog i nagonskog razmišljanja i emocija koje ga prate, i za njih se može reći da su opsednuti umom. Sve dok niste svesni toga, „mislioca“ posmatrate kao sebe. To je egoični um. Zovemo ga egoičnim jer postojiti doživljaj o sopstvenom „ja“ (ego) u svakoj misli, svakom sećanju, svakoj interpretaciji, mišljenju, stavu, reakciji i osećanju. U duhovnom smislu, tu se radi o nesvesnom delu uma. Vaše razmišljanje, sadržaj vašeg uma, uslovljen je prošlošću, vašim odgojem, kulturom, porodičnom istorijom itd. Centralni deo aktivnosti vašeg uma sastoji se od izvesnih misli, osećanja i oblika ponašanja, koji se uvek iznova ponavljaju i s kojima se naj-snažnije identifikujete. Taj entitet jeste ego.

U većini slučajeva, kada kažete „ja“, to zapravo ego govori iz vas, ne vi, kao što smo već imali prilike da vidimo. On se sastoji od misli i osećanja, od skupa sećanja s kojima se identifikujete i koje nazivate „ja i moja priča“, od uobičajenih uloga koje tumačite, a da niste ni svesni toga, od kolektivnih identifikacija poput nacionalnosti, religije, rase, društvene klase ili političke opredeljenosti. Sastoji se i od ličnih identifikacija, ne samo s predmetima koje posedujete nego i sa stavovima, spoljašnjim izgledom, dugo prisutnim osećanjem razočaranja, ili idejama o sebi kao nekome ko je bolji od nekog drugog ili nedovoljno dobar, kao uspešnoj osobi ili gubitniku.

Sadržaj ega zavisi od osobe do osobe, ali svaki ego ima istu strukturu. Drugim rečima: egoi se razlikuju samo na površini. U suštini su isti. Na koji način su isti? Žive od identifikovanja i razdvajanja. Kada živite kroz „ja“ koje je tvorevina uma i koje se sastoji od misli i emocija koje čine ego, osnova vašeg identiteta je nestabilna jer su misli i emocije po svojoj prirodi prolazne i nepostojane. Iz toga vidimo da se svaki ego bori za sopstveni opstanak, i pokušava da se zaštiti i ojača. Kako bi održao ideju o sebi, potrebna mu je suprotna misao o „drugima“. Zamišljeno „ja“ ne može da opstane bez zamišljenih „drugih“. Drugi su u toj meri „drugi“ da ih doživljavate kao neprijatelje. Na jednom kraju tog nesvesnog egoičnog obrasca leži egoistična prisilna navika da se uvek traži krivac i da se uvek žalimo na druge. Isus se na to osvrnuo sledećim rečima: „A zašto vidiš trun u oku brata svojega, a brvna u svom oku ne osećaš?“<sup>9</sup> Na drugom kraju postoji fizičko nasilje među pojedincima i ratovi koji se vode između nacija. U Bibliji Isusovo pitanje ostaje bez odgovora, ali on glasi: „Jer kada kritikujem ili osuđujem nekoga, osećam se većim, superiornim u odnosu na njega.“

## **PRIGOVARANJE I NEGODOVANJE**

Prigovaranje je jedna od egovih omiljenih strategija za ojačavanje. Svaki prigovor je mala priča koju mozak izmisli, a u koju vi potpuno poverujete. I nevažno je da li prigovarate naglas ili u sebi. Kada se nalazite u stisku takvog ega, prigovaranje, posebno u vezi sa drugim ljudima, postaje navika koje, naravno, niste svesni, što znači da niste svesni svojih postupaka. Primenjivanje negativnih mentalnih oznaka na ljude, dok razgovarate s njima ili dok razgovarate o njima s drugim ljudima, ili čak dok razmišljate o njima, često je deo tog obrasca. Nazivanje pogrđnim imenima je najsureviji oblik takvog označavanja i potrebe ega da bude u pravu i trijumfuje nad drugima: reči „budala, nitkov, drolja“ jesu konačne osude, koje ne možete

<sup>9</sup> Sveto Jevandjelje po Luci 6:41

povući kada ih jednom izgovorite. Na nižem nivou skale nesvesnosti nalaze se galama i vrištanje, a još niže - fizičko nasilje.

Negotovanje je osećanje koje često ide uz prigovaranje i mentalno označavanje ljudi, i obezbeđuje ego još više energije. Negotovanje znači osećati se ogorčeno, poniženo, ražalošćeno ili uvređeno. Negotujete zbog pohlepe drugih ljudi, njihovog nepoštenja, manjka integriteta, onoga čime se bave, šta su radili u prošlosti, šta su rekli, šta nisu uspjeli da urade, šta je trebalo da urade, a šta ne. Ego jednostavno uživa u tome. Umesto da ne obraćate pažnju na nesvesnost drugih, vi je vidite kao njihov identitet. Ko stoji iza toga? Vaša nesvesnost, vaš ego. Ponekad „mana“ koju vidite u drugima čak i ne postoji. To je sasvim pogrešno tumačenje, projekcija uma koji je uslovljen da sve posmatra kao neprijatelje i da uvek bude u pravu ili superioran u odnosu na druge. U drugim slučajevima mana možda i postoji, ali time što se koncentrišete na nju u tolikoj meri da zanemaruje sve ostalo, samo je uvećavate. I ono na šta reagujete kod drugih, jačate kod sebe.

Nereagovanje na ega drugih ljudi predstavlja jedan od najefikasnijih načina na koji se ne samo izdižemo iznad ega u sebi nego i oslobađamo od kolektivnog ljudskog ega. Međutim, možete da postignete stanje nereagovanja ako prepoznate da nečije ponašanje proističe iz ega, i da predstavlja izraz kolektivne ljudske disfunkcionalnosti. Kada shvatite da ego nije ništa lično, više i ne postoji nagon da reagujete na njega kao da jeste. Tako što nećete reagovati, bićete u mogućnosti da pomognete drugima da na površinu ispliva njihov zdrav razum, koji je zapravo neuslovljena svest nasuprot onoj uslovljenoj. S vremena na vreme možda ćete morati da preduzmete određene praktične korake kako biste se zaštitili od duboko nesvesnih ljudi. Možete uspeti u tome, a da pri tom od njih ne napravite neprijatelje. Vaša najveća zaštita je da ostanete svesni. Neko će vam postati neprijatelj ako personifikujete nesvesno u njemu, tj. njegov ego. Nereagovanje nije slabost nego snaga. Drugi naziv za nereagovanje je oprostaj. Oprostiti znači prevideti ili preciznije prozreti - prozreti kroz ego i time dopreti do zdravog razuma, koji je osnovni deo bića svakog čoveka.

Ego obožava da prigovara i da se oseća ogorčenim ne samo zbog drugih ljudi nego i zbog situacija. Ono što možete da uradite sa osobom, možete i sa situacijom - možete napraviti neprijatelja od nje. Implikacije su uvek iste: „Ovo ne bi trebalo da se događa“, „Ne želim da budem ovde“, „Ne želim ovo da radim“, „Ne ophode se fer prema meni.“ Najveći neprijatelj ega je, bez sumnje, sadašnji trenutak, što je, zapravo, sami život.

Prigovaranje ne treba da se pomeša s ukazivanjem na nečiju grešku ili nedostatak kako bi se oni ispravili. A suzdržavanje od prigovaranja ne znači tolerisanje lošeg kvaliteta ili ponašanja. Ego nema nikakve veze s tim da li ćete reći konobaru da vam je čorba hladna i da treba da se podgreje. Naravno, ukoliko se držite činjenica koje su uvek neutralne. „Kako se usuđujete da mi donesete hladnu supu...“ To je već prigovaranje. U toj tvrdnji postoji jedno „ja“ koje voli da se oseća uvređenim hladnom supom i iskoristiće to do kraja; „ja“ koje uživa da dokazuje da drugi greše. Prigovaranje o kome je reč nalazi se u službi ega, ne promene. Ponekad je očigledno da ego zapravo ne želi promenu, jer tada možda ne bi mogao nastaviti sa žaljenjem.

Pokušajte da uhvatite, tj. da primetite glas u glavi, možda baš u času kada se žali na nešto, i pokušajte da vidite šta on zaista predstavlja; glas ega, ništa više od uslovljenog obrasca uma, misao. Kad god opazite taj glas, shvatićete i da vi niste taj glas, vi ste onaj ko je svestan njegovog prisustva. U stvari, vi ste svest koja je svesna glasa. U pozadini se nalazi svest. U prednjem planu je glas, „mislilac“. Na taj se način oslobađate ega, neopaženog dela uma. Onog trenutka kada postanete svesni ega u sebi, strogo posmatrajući, to više nije ego, nego stari, uslovljeni obrazac uma. Ego podrazumeva nesvesnost. Svest i ego ne mogu da koegzistiraju. Stari obrazac uma ili mentalna navika i dalje može opstati i ponovo se pojaviti jer u sebi sadrži snagu hiljada godina kolektivne ljudske nesvesnosti, ali svaki put kada neko dođe do spoznaje, on slabi.



## REAGOVANJE I ŽALJENJE

Dok je negodovanje osećanje koje često ide uz prigovaranje, ono može biti propraćeno i intenzivnijim osećanjima, poput besa ili druge vrste uznemirenosti. Na taj način dobija na snazi. Prigovaranje se pretvara u reagovanje, još jedan od načina na koji se ego jača. Postoji mnogo ljudi koji samo čekaju priliku da reaguju protiv nečega ili nekoga, da se iznerviraju ili uznemire zbog toga i nikad im ne treba mnogo vremena da to i urade. „To je nečuveno“, kažu. „Kako se usuđuješ da...“ „Ne slažem se s tim.“ Zavisni su od uznemirenosti i besa kao što su neki ljudi zavisni od droge. Kroz reagovanje protiv ovoga ili onoga oni učvršćuju svoju poziciju i svoj doživljaj sopstvenog „ja“.

Dugotrajno stanje negodovanja naziva se žaljenje. Žaliti se znači biti u trajnom stanju protivljenja i iz tog razloga žaljenje sačinjava značajan deo ega mnogih ljudi. Kolektivno žaljenje može opstati vekovima u psihi nacije ili plemena i davati snagu neprekidnom ciklusu nasilja.

Žaljenje je jaka negativna emocija povezana s događajem iz daleke prošlosti, koja ostaje živa putem razmišljanja, prepričavanja priče u sebi ili naglas o „nečemu što mi je neko uradio“ ili o „nečemu što nam je neko uradio“. Žaljenje će zaraziti i ostale delove vašeg života. Na primer, dok razmišljate o svojoj tuzi i osećate je, njena negativna emocionalna energija može da poremeti vaše opažanje događaja koji se dešavaju u sadašnjosti ili da utiče na način na koji se ophodite i ponašate prema nekome. Jedno intenzivno žaljenje je dovoljno da zarazi ogromni deo vašeg života i da vas drži u stisku ega.

Potrebno je da budete iskreni kako biste shvatili da li još uvek gomilate tugu u sebi, da li postoji neko u vašem životu kome niste u potpunosti oprostili, neki „neprijatelj“. Ako ste iskreni, budite svesni tuge i na nivou misli i na nivou osećanja, tj. budite svesni misli koje je održavaju u životu, i osetite emociju koja predstavlja odgovor tela na te misli. Ne pokušavajte da se oslobodite tuge. *Pokušaj* da se oslobodite, da oprostite, ne uspeva. Oproštaj se dešava sam od sebe kada shvatite da nema drugu svrhu do jačanja vašeg lažnog doživljavanja sebe, i

održavanja ega u životu. Shvatanje predstavlja oslobađanje. Isusovo učenje o tome kako treba da „oprostimo svojim neprijateljima“ govori o poništavanju jedne od najosnovnijih egoičnih struktura ega u ljudskom umu.

Prošlost ne može da vas spreči da živite u sadašnjem trenutku. Ali vaše žaljenje za prošlošću može. I na kraju, šta je zapravo žaljenje? Teret starih misli i osećanja.

## **BITI U PRAVU I TVRDITI DA DRUGI NISU**

Prigovaranje, zajedno s traženjem krivice i reagovanjem jačaju egov osećaj graničenja i razdvojenosti, od kojeg i zavisi njegov opstanak. Ali oni jačaju ego i na drugi način tako što mu pružaju osećaj superiornosti koja mu daje snagu. Možda i nije odmah očigledno kako prigovaranja zbog, recimo, gužve u saobraćaju, političara, „pohlepni bogataša“ ili „nezaposlenih lenjivaca“, kolega s posla ili bivših supružnika, muškaraca ili žena mogu da vam pruže osećaj superiornosti. Razlog je sledeći. Kada prigovarate, implicitno dokazujete da ste u pravu, a da osoba ili situacija na koju se žalite i protiv koje delate - nije.

Ništa ne jača ego toliko kao činjenica da ste u pravu. Biti u pravu je identifikovanje s mentalnom pozicijom, perspektivom, stavom, zaključkom, pričom. Da biste bili u pravu, neko drugi mora da greši, tako da ego voli da dokazuje da drugi nisu u pravu kako bi on bio. Drugim rečima: morate da dokažete da drugi nisu u pravu kako biste doživeli snažniji osećaj o tome ko ste. Putem prigovaranja i reagovanja koje uvek podrazumeva da se „ovo ne bi smelo događati“, i osoba i situacija mogu izgledati kao da greše. Biti u pravu smešta vas u poziciju moralne superiornosti u odnosu na osobu ili situaciju koju osuđujete i koja je nezadovoljavajuća. Ego čezne za tim osećajem superiornosti i zahvaljujući njemu jača.

## U ODBRANI ILUZIJE

Činjenice bez sumnje postoje. Ako kažete: „Svetlost se kreće brže od zvuka“, a neko drugi kaže da to nije tačno, vi ste očigledno u pravu, a on greši. Jednostavno opažanje da sevanje prethodi grmljavini potvrđuje vaše reči. Tako ne samo da ste u pravu nego ste i sami svesni toga da jeste u pravu. Da li ego ima ikakve veze s tim? Moguće, ali ne i obavezno. Ako jednostavno tvrdite nešto za šta znate da je istinito, ego nema nikakve veza s tim, jer ne postoji identifikovanje. Identifikovanje s čim? Sa umom i zamišljenom pozicijom. Takvo identifikovanje, međutim, veoma lako može da se pojavi. Ako uhvatite sebe da izgovarate sledeće reči: „Veruj mi, ja znam“ ili „Zašto mi nikad ne veruješ?“, onda se ego već pojavio. Krije se u malenoj reči „ja“. Jednostavna izjava: „Svetlost je brža od zvuka“, iako tačna, sada je u službi iluzije, ega. Postala je zaražena lažnim doživljajem „sebe“, postala je personifikovana, pretvorena u zamišljenu poziciju. „Ja“ se oseća poniženim i uvređenim jer neko nije poverovao šta je „ja“ rekao.

Ego sve shvata lično. Pojavljuju se osećanja, odbrambenost, čak i agresija. Da li branite istinu? Ne, jer istini u svakom slučaju nije potrebna vaša zaštita. Svetlost ili zvuk ne mare šta vi ili neko drugi mislite. Vi branite sebe, iluziju o sebi, konstrukciju uma. Bilo bi tačnije tvrditi da iluzija brani sebe. Kako je čak i jednostavno i jasno carstvo činjenica podložno egoičnom poremećaju i iluziji, tako je i manje opipljivo carstvo verovanja, stanovišta i sudova, u kojima „ja“ dominira, podložno tome.

Svaki ego meša verovanja i stanovišta s činjenicama. Isto tako, ne može da uoči razliku između događaja i sopstvene reakcije na taj događaj. Svaki ego je majstor selektivne percepcije i poremećenih interpretacija. Samo uz pomoć svesti, a ne razmišljanja, možete napraviti razliku između činjenica i verovanja. Samo uz pomoć svesti možete da uvidite: to je situacija, a ovo je bes koji osećam povodom nje. Onda shvatite da postoje i drugi načini da priđete situaciji, drugi načini da je sagledate i suočite se s njom. Samo pomoću svesti možete da sagledate sveukupnost situacije ili osobe umesto da usvojite jednu ograničenu perspektivu.

## ISTINA: RELATIVNA ILI APSOLUTNA?

Izvan carstva jednostavnih i proverljivih činjenica, tvrdnja „ja sam u pravu, a ti nisi“ predstavlja veliku opasnost u ličnim odnosima, kao i u interakcijama između nacija, plemena, religija itd.

Ali ako je verovanje „ja sam u pravu, a ti nisi“ jedan od načina na koji se ego jača, ako to što verujete da ste uvek u pravu (za razliku od drugih) predstavlja disfunkcionalnost uma, koja prethodi razdvajanju i konfliktima između ljudskih bića, da li to onda znači da ne postoji dobro ili loše ponašanje, delanje ili verovanje? I zar to ne bi bio oblik moralnog relativizma, za koji pojedina hrišćanska učenja tvrde da je veliko zlo našeg vremena?

Istorija hrišćanstva je tipični primer toga kako verovanje da samo vi znate šta je istina, tj. šta je tačno, može da izopači vaše delanje i ponašanje i da vas gotovo dovede do ludila. Vekovima je mučenje i spaljivanje ljudi na lomači ako se njihovo razmišljanje bar malo razlikovalo od doktrine crkve ili uskih interpretacija Svetog pisma (Istine) smatrano ispravnim jer su žrtve „grešile“. Grešili su u tolikoj meri da je bilo potrebno da se eliminišu. Istina se smatrala važnijom od ljudskog života. A šta je zapravo bila Istina? Priča u koju ste morali da verujete - gomila misli.

Milioni ljudi koji su u Kambodži ubijeni po naređenju ludog diktatora Pola Pota nosili su naočare. Zbog čega su ubijeni? Po njemu, marksistička interpretacija istorije predstavljala je apsolutnu istinu i, prema njegovom stavu, svi koji nose naočare pripadaju obrazovanoj klasi, buržujima, izrabljivačima prostih ljudi. Trebalo je da budu eliminisani kako bi ustupili mesto novom društvenom poretku. Njegova istina se takođe sastojala od nagomilanih misli.

Katolička i ostale crkve su u pravu kada relativizam, verovanje da ne postoji apsolutna istina koja upravlja ljudskim ponašanjem, opisuju kao jedno od zala današnjice, ali nećete pronaći apsolutnu istinu ako za njom tragate tamo gde je ne možete ni naći: u doktrinama, ideologijama, skupu pravila ili priča. Šta im je zajedničko? Sve se sastoje od misli. Misli u najboljem slučaju mogu ukazati na istinu, ali nikada ne predsta-

vljaju istinu. Zato Budisti tvrde: „Prst koji pokazuje prema Mesecu, nije Mesec.“ Sve su religije podjednako pogrešne i podjednako ispravne, zavisno od toga kako gledate na njih. Možete da ih koristite u službi ega, ili u službi Istine. Ako smatrate da samo vaša religija predstavlja Istinu, onda je koristite u službi ega. Kada se koristi na takav način, religija postaje ideologija i stvara iluzorni osećaj superiornosti, ali i podele i konflikte među ljudima. Kada se koriste u službi Istine, religiozna učenja predstavljaju tragove ili mape koje su ostavili probuđeni ljudi kako bi vam pomogli u duhovnom buđenju, tj. da se oslobodite od identifikacije s oblikom.

Postoji samo jedna apsolutna Istina i sve se ostale istine razvijaju iz nje. Kada pronađete istinu, vaši postupci će biti u skladu s njom. Ljudski postupci mogu da izražavaju Istinu ili iluziju. Da li se Istina može izraziti rečima? Da, ali same reči ne čine Istinu. Samo ukazuju na nju.

**Istina je nerazdvojiva** od toga ko ste. Da, vi jeste Istina. Ako za njom tragate na drugom mestu, svaki put ćete biti prevareni. Samo Biće koje ste zapravo vi jeste Istina. Isus je pokušao da to opiše rečima: „Ja sam put i istina i život.“<sup>10</sup> Ova misao, koju je izgovorio Isus, jedan je od najsnažnijih i najdirektnijih putokaza ka Istini, pod uslovom da se ispravno protumači. Ako nije ispravno protumačena, postaje ogromna prepreka. Isus govori o najdubljem *postojim*, o osnovnom identitetu svakog muškarca i žene, svakog oblika života. Govori o životu koji ste vi. Pojedini hrišćanski mistici govore o tome kao o Isusu u nama, budisti o vašoj prirodi Bude, za hinduse to je Atman, Bog koji obitava u svemu. Kada se nalazite u dodiru s tom dimenzijom sebe, što je zapravo vaše prirodno stanje, a ne neko čudesno dostignuće, svi vaši postupci i veze odražavaće jedinstvo s celokupnim životom koji osećate duboko u sebi. To je ljubav. Zakoni, zapovesti, pravila i propisi potrebni su zbog onih koji su odsečeni od svoje prirode, od unutrašnje Istine. Oni sprečavaju najgore ispade ega, a nekad ne mogu ni to. „Voli i radi što želiš“, reči su svetog Avgustina. Reči ne mogu Istini prići bliže od ovog.

<sup>10</sup> Sveto Jevanđelje po Jovanu 14:6

## EGO NE PREDSTAVLJA NIŠTA LIČNO

Na kolektivnom nivou, tvorevina uma „ja sam u pravu, a oni nisu" posebno je duboko ukorenjena u onim delovima sveta gde je konflikt između dve nacije, rase, plemena, religije ili ideologije dugotrajan, ekstreman i predstavlja svakodnevnu stvarnost. Obe zaraćene strane podjednako su identifikovane sa svojim stanovištima, svojim „ličnim" pričama, tj. svojim mislima. I obe su podjednako nesposobne da shvate da i druga perspektiva, druga priča, može da postoji i da bude validna. Izraelski pisac Jehuda Halevi govori o mogućnosti „prilagođavanja suprotstavljenih narativa"<sup>11</sup>, ali u mnogim delovima sveta ljudi nisu spremni niti voljni da to urade. Obe strane veruju da su u potpunosti u pravu. Obe gledaju na sebe kao na žrtve, a na „druge" kao na zlo, i zbog toga što druge doživljavaju kao neprijatelje i time im oduzimaju ljudskost, imaju pravo da ih ubijaju i više nasilje nad njima, čak i nad decom, a da ne osećaju njihovu humanost i patnju. Oni postanu zarobljeni u začaranom krugu zločinačkog delanja i odmazde, akcije i reakcije.

Ovde je očigledno da je ego koji je poprimio kolektivni aspekt „mi" protiv „njih" opasniji od „ja", individualnog ega, mada je mehanizam isti. Ogromna količina nasilja koje su ljudska bića izvršila jedni nad drugima nije delo kriminalaca ni mentalno poremećenih ljudi, nego normalnih, uglednih građana koji delaju u službi kolektivnog ega. Može se otići i toliko daleko i tvrditi da je na našoj planeti normalno isto što i ludo. Šta leži u korenu te ludosti? Potpuna identifikacija s mislima i emocijama, tj. ego.

Pohlepa, sebičnost, izrabljivanje, okrutnost i nasilje mogu se naći svugde. Onda kada ih ne prepoznate kao individualne i kolektivne manifestacije centralne disfunkcionalnosti ili mentalne bolesti, pravite grešku jer ih time personifikujete. Stvorite zamišljeni identitet pojedinca ili grupe i kažete: „Ovo predstavlja njega. Ovo predstavlja njih." Kada pomešate ego koji opažate u drugima s njihovim identitetom, to je delo vašeg ličnog ega, koji koristi pogrešno tumačenje kako bi jačao sebe time što misli da

<sup>11</sup> Halevi, Yossie K. „Introspective as a Prerequisite for Peace", *New York Times*, 7. septembar 2002.

je u pravu i samim tim superioran, i tako što osuđuje, ponižava i iskazuje bes prema zamišljenom neprijatelju. Sve ovo veoma zadovoljava ego. Pojačava osećaj razdvojenosti između vas i drugih, čije „drugo“ je uvećano do tog stepena da više niste u stanju da osetite svoju ljudskost, niti korene u jednom Životu koji delite sa svim ljudskim bićima, vaš zajednički udeo u Bogu.

Specifični egoični obrazac drugih ljudi, na koji snažno reagujete i pogrešno ga tumačite kao njihov identitet, često je isti obrazac koji se nalazi i u vama, ali koji niste u mogućnosti da opazite ili niste voljni da to uradite. U tom pogledu, imate još dosta toga da naučite od svojih neprijatelja. Šta je to kod njih što vas najviše uznemirava, remeti? Njihova sebičnost? Pohlepa? Želja za moći i kontrolom? Njihova neiskrenost, nepoštenje, sklonost ka nasilju ili nešto drugo? Sve ono na šta se žalite kod drugih i na šta snažno reagujete predstavlja i vas same. Ali to nije ništa više do oblika ega, i zbog toga ne predstavlja ništa lično. Nije ni u kakvoj vezi s onim kakav je neko, niti kakvi ste vi. Ako ga spoznate u sebi, a onda ga pogrešno protumačite kao ono što jeste, to može da predstavlja pretnju vašem ličnom doživljaju sebe.

## **RAT JE TVOREVINA UMA**

U pojedinim slučajevima moraćete da zaštitite sebe ili druge od nekog, ali budite svesni opasnosti - nemojte od toga načiniti svoju misiju da „istrebite zlo“, jer ćete onda da se pretvorite u to protiv čega se borite. Ako se borite protiv nesvesnosti, završićete u stanju nesvesnosti. Ne možete se odbraniti od nesvesnosti, disfunkcionalnog egoičnog ponašanja, ako ga napadate. Čak iako savladate svog protivnika, nesvesnost će se uvući u vas, ili će se protivnik pojaviti u drugom obliku. Sve ono protiv čega se borite zahvaljujući vama postaje snažnije, a ono čemu se odupirete istrajava.

Ovih dana često se može čuti izraz „rat protiv“ nečega, i svaki put kad ga čujem, znam da je taj rat osuđen na propast.

Postoji rat protiv droge, rat protiv kriminala, rat protiv terorizma, rat protiv raka, rat protiv siromaštva itd. Na primer, uprkos ratu protiv kriminala i droge, došlo je do dramatičnog povećanja broja kriminalnih dela povezanih s drogom tokom poslednjih dvadeset i pet godina. Broj zatvorenika u Sjedinjenim Američkim Državama porastao je sa 300.000 tokom 1980. godine na zapanjujućih 2,1 milion u 2004.<sup>12</sup> Rat protiv bolesti dao nam je, između ostalog, i antibiotike. U početku su bili spektakularno uspešni, pomogli su, naizgled, da pobedimo u ratu protiv infektivnih bolesti. Danas se mnogi stručnjaci slažu s činjenicom da je rasprostranjena i nekontrolisana upotreba antibiotika stvorila tempiranu bombu, i da će grupa bakterija otpornih na antibiotike, tzv. superbube, verovatno pomoći u novom rađanju tih bolesti i mogućih epidemija. Po navođenju *Žurnala Američke medicinske asocijacije*<sup>13</sup>, medicinski tretman je treći po redu najčešći uzrok smrti nakon bolesti srca i raka u SAD. Homeopatija i kineska medicina su primeri mogućih alternativnih pristupa oboljevanju, kod kojih se bolest ne posmatra kao neprijatelj i zato ne stvara nove bolesti.

Rat je tvorevina uma, i svaki postupak koji proistekne iz te tvorevine samo će osnažiti neprijatelja, zamišljeno zlo, a ukoliko se rat dobije, stvoriće nove neprijatelje, novo zlo podjednako loše ili često još gore nego ono poraženo. Postoji duboko usađena veza između vašeg stanja svesti i spoljašnje stvarnosti. Kada se nalazite u stisku takve tvorevine mozga poput „rata“, vaše opažanje postaje izrazito selektivno, ali i poremećeno. Drugim rečima, videćete samo ono što želite da vidite, a potom ćete to i da pogrešno protumačite. Može se samo pretpostaviti kakvi postupci proističu iz takvog obmanjujućeg sistema. Ili, umesto da pretpostavljate, pogledajte večerašnje izdanje vesti.

Posmatrajte ego onakvim kakav je zaista: kolektivna disfunkcionalnost, bolesno stanje ljudskog uma. Kada ga vidite onakvim kakav je, više ga ne tumačite pogrešno kao nečiji identitet. Kada ga jednom vidite onakvim kakav je, lakše je ne reagovali na njega. Više ga ne doživljavate lično. Više nema prigo-

<sup>12</sup> Ministarstvo pravde SAD, Biro za statistiku, Zatvorska statistika, jun 2004.

<sup>13</sup> Journal of the American Medical Association. - Prim, prev.



varanja, traženja krivice, optuživanja, ili dokazivanja da neko nije u pravu. Niko ne greši. Nečiji ego može da pogreši, i to je sve. Samilost se pojavljuje onog trenutka kada spoznate da svi boluju od iste bolesti uma, neki ozbiljnije od drugih. Ne potpirujte dramatičnost koja je deo svih egoičnih odnosa. Šta znači potpirivati? Reagovati. Ego se hrani time.

## **ŽELITE LI MIR ILI DRAMU?**

Vi želite mir. Ne postoji osoba na svetu koja ne želi mir. A opet, u vama postoji nešto što čezne za dramom, za konfliktom. Možda i ne možete da to uočite odmah. Možda ćete morati da sačekate na situaciju ili čak misao koja će pokrenuti reakciju u vama; da vas neko optuži za nešto, da ne prizna vašu vrednost, upadne na vašu teritoriju, dovede u pitanje način na koji radite, pitanje novca... Možete li da osetite ogroman nalet sile koja struji kroz vas, strah, možda zamaskiran ljutnjom ili neprijateljstvom? Možete li da osetite svoj glas kako postaje grub, piskav ili glasniji i za nekoliko oktava niži? Možete li da osetite svoj um kako se takmiči da odbrani svoju poziciju, da se opravda, napadne, okrivi nekoga? Drugim rečima, možete li da se probudite u tom trenutku nesvesnosti? Da li možete da osetite da u vama postoji nešto što je u ratu, nešto što se oseća ugroženim i želi da preživi po svaku cenu, nešto čemu je potrebna drama kako bi utvrdilo svoj identitet pobjednika u pozorišnoj izvedbi? Možete li da u sebi osetite nešto što bi radije da je u pravu nego da pronađe mir?

## **IZNAD EGA: VAŠ PRAVI IDENTITET**

Kada je ego u ratu, znajte da to nije ništa drugo do iluzija koja se bori da opstane. Ta iluzija misli da ste to zapravo vi. Tada uopšte nije lako *biti* Prisustvo, posebno kada se ego nalazi u odbrambenom stavu ili kada se aktivira emocionalni obrazac iz

prošlosti. Ali kada ga jednom okusite, prerašćete u Prisustvo, i egov stisak će popustiti. Onda u vaš život ulazi sila koja je veća od bilo kog ega, veća od uma. Sve što je potrebno da biste se oslobodili ega jeste da postanete svesni njega, jer su ego i svest nekompatibilni. Svest je sila koja je sadržana u sadašnjem trenutku. Zato je možemo i nazvati Prisustvom. Konačna svrha ljudskog postojanja, koja je ujedno i vaša svrha, jeste da donesete silu na ovaj svet. Iz tog razloga, oslobađanje od ega ne može se odlagati za neki trenutak u budućnosti. Samo Prisustvo vas može osloboditi ega, a vi možete biti prisutni samo Sada, ne juče ili sutra. Samo Prisustvo može da porekne prošlost u vama i time transformiše vaše stanje svesti.

Šta je to duhovna spoznaja? Verovanje da ste duh? Ne, to je misao. Mada je bliže istini od misli koja kaže da ste vi ona osoba koja je navedena u izvodu iz matične knjige rođenih, ipak je samo misao. Duhovna spoznaja znači uočiti da ono što vidite, proživljavate, mislite, osećate nije ono šta ste vi, da se ne možete pronaći u stvarima, koje su uvek prolazne. Buda je verovatno bio prvi čovek koji je to uvideo, tako da je *anata* (ne-ja) postalo centralna tačka njegovih učenja. I kada Isus kaže: „Porekni sebe“, zapravo misli: Negiraj (i time poništi) iluziju o sebi. Kad bih ja - ego - bio zapravo ono što ste vi, bilo bi apsurdno „poreći“ ga.

Ono što preostaje jeste svetlost svesti u kojoj opažanja, doživljaji, misli i osećanja dolaze i prolaze. To predstavlja dublje Postojanje, istinsko „ja“. Kada sebe prepoznate kao takvog, šta god da se desi u vašem životu nema više apsolutni nego samo relativni značaj. Poštujete to, ali ono gubi svoju apsolutnu ozbiljnost, težinu. Jedino što je važno je sledeće: da li možete da osetite svoje osnovno Biće, ono što Jeste, prisutno u svakom trenutku? Preciznije, možete li da osetite ono što jeste u ovom trenutku? Da li svoj osnovni identitet osećate kao samu svest? Da li se možda gubite u svemu što se dešava, gubite u svom umu, u svetu?

## SVE STRUKTURE SU NESTABILNE

Bilo koji oblik da poprimi taj nesvesni pokretač ega, on jača predstavu o tome kako zamišljam sebe, fantomsko „ja“, koje je došlo na svet kada je misao, veliki blagoslov, ali i veliko prokletstvo počelo da preuzima i zamagljuje jednostavnu ali duboku radost povezanosti s Bićem, Izvorom, Bogom. Bez obzira na ponašanje ega, uvek postoji ista skrivena motivaciona sila: potreba za isticanjem, za posebnosti, kontrolom, moći, pažnjom, i za tim da se ima više. I naravno, potreba da se oseti razdvojenost, tj. potreba za opozicijom, neprijateljima.

Ego uvek želi nešto od drugih ljudi ili situacija. Uvek postoji skrivena agenda, stalni osećaj da „nema dovoljno“, osećaj nedostatka i manjka, koji treba da se nadoknadi. Ego koristi i ljude i situacije kako bi dobio šta želi, i kada uspe u tome, zadovoljstvo nikad nije dugog veka. Često je osujećen u svojim namerama, i često razlika između „onoga što želim“ i „stvarnog stanja“ postaje nepresušan izvor nemira i uznemirenosti. Poznata pesma koja je se smatra klasičnim hitom (*I Can't Get No*) *Satisfaction*<sup>14</sup> predstavlja himnu ega. Centralna emocija koja upravlja svakom aktivnošću ega je strah. Strah od toga da se bude niko i ništa, strah od nepostojanja, strah od smrti. Sve njegove aktivnosti su izdizajnirane tako da eliminišu strah, ali najbolje što ego može da uradi jeste da taj strah privremeno prikrije upuštajući se u intimne veze, ili kroz nove predmete, te pobeđivanjem u ovom ili onom. Iluzije vas nikada neće zadovoljiti. Samo će vas istina o tome ko ste osloboditi, pod uslovom da dođete do nje.

Zašto strah? Jer se ego izdiže kroz identifikaciju s oblikom, i duboko u sebi zna da nijedan oblik nije večan, da je sve prolazno. Osećaj nesigurnosti je uvek prisutan kod ega iako spolja izgleda samouvereno.

Jednom prilikom, dok sam sa prijateljem šetao prelepim prirodnim rezervatom u blizini Malibua u Kaliforniji, naišli smo na ruševine nekadašnje seoske kuće, koja je uništena u požaru pre nekoliko decenija. Dok smo se približavali imanju, odavno

<sup>14</sup> *Ne mogu da se zadovoljim* - hit pesma popularne rok grupe *Rolling Stouns*. — Prim. prev.

zaraslom u brojne veličanstvene biljke i skrivenom u krošnjama drveća, pored staze se nalazio znak koji su tu stavili ljudi zaduženi za očuvanje parka. Na njemu je pisalo: „PAŽNJA. SVE STRUKTURE SU NESTABILNE.” Obratio sam se svom prijatelju: „Kako je to duboka *sutra* (ili Sveto pismo).” Stajali smo osećajući strahopoštovanje. U trenutku kada shvatite da su sve strukture (oblici) nestabilne, čak i naizgled čvrsti materijali, u vama zavlađa mir. To je zbog toga što spoznaja o prolaznosti svih oblika ukazuje na dimenziju bezobličja u vama, onu koja je iznad smrti. Isus ju je nazvao „večni život”.

## POTREBA EGA ZA SUPERIORNOŠĆU

Postoje mnogi jedva primetni oblici ega, koji se lako mogu prevideti, a koje možete primetiti kod drugih ljudi i, još važnije, kod sebe. Upamtite: onog trenutka kada postanete svesni ega u sebi, svest koja se izdiže postaje ono što ste vi iznad ega, dublje „ja”. Prepoznavanje lažnog je izdizanje stvarnog.

Na primer, pripremate se da nekome saopštite vesti o tome šta se desilo. „Znaš šta? Još nisi čuo? Sad ću ti sve ispričati.” Ako ste dovoljno pažljivi, dovoljno prisutni, smesta ćete u sebi opaziti osećaj zadovoljstva u trenutku pre nego što saopštite vest, čak iako je u pitanju loša vest. To je zato što u tom trenutku u očima ega postoji debalans koji ide u vašu korist. U tom trenutku, vi znate *više* od ostalih. Zadovoljstvo koje osećate jeste ego, i nastao je iz snažnijeg doživljavanja sebe u odnosu na druge. Čak i ako je ta druga osoba predsednik ili papa, u tom trenutku osećate se superiorno u odnosu na njih jer vi znate *više*. Mnogi ljudi su ovisnici o ogovaranju baš iz tog razloga. Uz to, ogovaranje često u sebi sadrži i element maliciozne kritike i osuđivanja drugih, i na taj način jača ego putem podrazumevane, ali i umišljene moralne superiornosti, koja je prisutna svaki put kada se neko osuđuje.

Ako neko poseduje više, zna više ili može da uradi više od vas, ego se oseća ugroženim jer osećanje „manjeg” umanjuje

njegov zamišljeni doživljaj sebe u odnosu na druge. Pokušaće da povrati svoju moć tako što će umanjivati, kritikovati, ili opovrgavati vrednost onoga što drugi poseduju, znaju ili mogu. Ili će možda primeniti drugu strategiju, i umesto da se takmiči s drugom osobom, uvećaće svoj značaj tako što će se udružiti s njom, ukoliko je ta osoba cenjena od strane drugih ljudi.

## EGO I SLAVA

Poznati fenomen „pominjanja imena“, povremeno pozivanje na nekoga koga znate, deo je strategije ega, pomoću koje podiže svoj ugled u očima drugih i samim tim u svojim očima jer se povezuje s nekim „važnim“. Kada ste poznati u svetu, ono što ste vi zaista, postaje potpuno zamaskirano kolektivnom mentalnom slikom. Mnogi ljudi koje srećete žele da jačaju svoj identitet, mentalnu predstavu koju imaju o sebi, tako što se povezuju s vama. Oni sami možda nisu ni svesni toga da uopšte nisu zainteresovani za vas uopšte, nego samo za jačanje svog fiktivnog doživljaja sopstvenog „ja“. Oni veruju da kroz vas mogu postati nešto više. Pokušavaju da se dopune kroz vas, tj. kroz mentalnu predstavu koju imaju o vama kao o poznatoj ličnosti, kolektivnom zamišljenom identitetu nekoga ko je „veći od života“.

Apsurdno precenjivanje slave samo je jedno od mnogih manifestacija egoičnog ludila u svetu. Pojedini poznati ljudi pokleknu pred istom greškom i identifikuju sebe s kolektivnom fikcijom, slikom o njima, koju su osmislili ljudi i mediji, i počnu da posmatraju sebe kao nekoga ko je superioran u odnosu na obične smrtnike. Kao rezultat toga, postaju otuđeni i od sebe i od drugih, nesrećniji, i zavisni od svoje popularnosti. Okruženi ljudima koji hrane njihove prenaduvane slike o sebi, postaju nesposobni za prave veze.

Albert Ajnštajn, cenjen kao superčovek čija je sudbina bila da postane jedan od najpoznatijih ljudi na svetu, nikada se nije identifikovao sa slikom koju je kolektivni um stvorio o njemu. Ostao je skroman i nije potpao pod uticaj ega. Zapravo, on je

govorio o „grotesknoj suprotnosti između onoga šta ljudi vide kao moja dostignuća i sposobnosti i stvarnog 'ja' i onoga za šta sam sve sposoban".<sup>15</sup>

Zato je poznatoj osobi teško da ostvari pravu vezu s drugim ljudima. Prava veza je ona u kojoj ego ne dominira kroz svoje aktivnosti izmišljanja slika i potrage za sobom. U pravoj vezi postoji spoljašnji tok otvorene, jasne pažnje usmerene ka drugoj osobi, u kojoj ne postoji nikakva skrivena želja. Jasna pažnja predstavlja Prisustvo. Neophodna je za svaku autentičnu vezu. Ego uvek ili želi nešto ili je, ako veruje da ne može da dobi-je ništa od drugih, potpuno ravnodušan; nije ga briga za vas. Zaključak sledi: tri najočiglednija stanja egoičnih odnosa su: želja za nečim, osujećena želja (ljutnja, ogorčenost, traženje krivice, prigovaranje) i ravnodušnost.

<sup>15</sup> Einstein, Albert, *Mein Weltbild*, 25. izdanje (Frankfurt: Ullstein Verlag, 1993), str. 42. Prevod na engl. Ekart Tol.

## *Tumačenje uloga: mnoga lica ega*

Ego koji želi nešto od nekoga, a svaki ego želi, često će igrati određenu ulogu kako bi dobio to što „želi“, bez obzira na to da li se radi o materijalnoj dobiti, osećaju moći, superiornosti, posebnosti, određenoj vrsti potvrde, fizičke ili psihološke. Ljudi često nisu svesni uloga koje tumače. Oni *jesu* te uloge. Pojedine uloge su jedva приметne, dok su druge veoma očigledne svima osim osobama koje ih tumače. Neke uloge su izdizajnirane tako da privuku pažnju. Ego se hrani pažnjom koju dobija od drugih, to za njega predstavlja duševnu energiju. Ego ne zna da je izvor sve energije zapravo u vama, tako da za njom traga u spoljašnjem svetu. Ego ne traga za bezobličnom pažnjom koja je Prisustvo, nego za pažnjom koja ima određeni *oblik*, poput priznanja, pohvale, divljenja, ili želi da bude opažen na bilo koji način, da njegovo prisustvo bude potvrđeno.

Stidljiva osoba koja se plaši pažnje drugih ljudi nije oslobođena ega. Ona poseduje ambivalentni ego, koji istovremeno i želi pažnju drugih ljudi, ali je se i plaši. Strah dolazi od pretpostavke da ta pažnja može prerasti u neodobravanje ili kritiku, tj. nešto što će umanjiti doživljaj o sebi umesto da ga ojača. Tako je strah od pažnje kod stidljive osobe veći od njegove ili njene potrebe za pažnjom. Stidljivost često ide s idejom o sebi, koja je pre svega negativna, s verovanjem da niste sposobni za nešto. Svaki zamišljeni doživljaj sopstvenog „ja“, doživljavanje sebe na ovaj ili onaj način jeste ego, bez obzira na to da li je pozitivan (ja sam najbolji) ili negativan (ništa ne vredim). Iza svake

pozitivne ideje o sebi postoji skriveni strah da niste dovoljno dobri. Iza svake negativne ideje o sebi postoji skrivena želja da se bude najbolji ili bolji od ostalih. Iza samouverenog egovog osećaja i neprekidne potrebe za superiomošću nalazi se nesvesni strah od inferiornosti. Nasuprot tome, stidljivi, neprikladni ego, koji se oseća inferiorno u odnosu na druge, poseduje snažnu skrivenu želju za superiornošću. Mnogo ljudi se koleba između osećaja inferiornosti i superiornosti, zavisno od situacije ili ljudi s kojima dolaze u kontakt. Sve što treba da znate i da pokušate uočiti kod sebe jeste sledeće: kad god se osećate superiornim ili inferiornim u odnosu na druge, to je samo ego u vama.

## ZLOČINAC, ŽRTVA, LJUBAVNIK

Pojedini egoi, ako ne mogu dobiti pohvalu ili divljenje, zadovoljiće se i drugim oblicima pažnje i tumačiće uloge kako bi došli do njih. Ako ne mogu dobiti pozitivnu pažnju, mogu posegnuti za negativnom, tako što će, na primer, izazvati negativnu reakciju kod nekoga. To ponašanje je karakteristično za decu. Nepriključnim ponašanjem žele da privuku pažnju. Tumačenje negativnih uloga postaje izrazito naglašeno kad god je ego ojačan aktivnim učešćem u „tela-boli“, tj. emocionalnoj boli iz prošlosti koja želi da se obnovi kroz nanošenje još veće boli. Pojedini egoi počine i zločine u svojoj trci za slavom. Tragaju za pažnjom kroz zloglasno ponašanje i osudu drugih ljudi. „Molim te, reci mi da postojim, da nisam beznačajan“, kao da govore. Takvi patološki oblici ega predstavljaju samo ekstremnije verzije normalnog ega.

Veoma česta uloga je uloga žrtve, a oblik pažnje kakvu ona traži je simpatija ili sažaljenje ili interes drugih ljudi za *moje* probleme, za „mene i moju priču“. Posmatranje sebe kao žrtve je čest element u egoičnim obrascima poput prigovaranja, uvređenosti, besa itd. Naravno, kada se identifikujem s pričom u kojoj sam sebi dodelio ulogu žrtve, ne želim da joj dođe kraj, što potvrđuje činjenicu, kao što je svakom terapeutu poznato, da ego ne želi da okonča svoje „probleme“ jer su oni deo njegovog



identiteta. Ako niko neće da sluša moju žalosnu priču, mogu je pričati u sebi, iznova i iznova, i sažaljevati se, i poistovetiti se s nekim prema kome se život i drugi ljudi, sudbina i Bog ophode nepošteno. To daje definiciju mojoj slici o sebi, čini me određenom osobom, a to je sve za šta ego i mari.

U ranim fazama takozvanih romantičnih veza, tumačenje uloga je veoma često kako bi se privukao i zadržao onaj za koga ego smatra da je ta/taj koji će me „usrećiti, učiniti da se osećam posebnim, i ispuniti sve moje potrebe“. „Ja ću biti šta god ti želiš, a ti budi sve ono što ja želim.“ To je neizgovoreni i nesvesni dogovor. Međutim, tumačenje uloga je težak posao, i te su uloge neodržive, posebno kada počnete da živite zajedno. Kada maske padnu, šta vam preostaje? Nažalost, u većini slučajeva u tom trenutku još nije vidljiva prava suština tog bića, nego ono što tu suštinu skriva: sirov ego, kome je oduzeta uloga, i njegovo telo-boli, dok su njegove uskraćene želje, koje sada prelaze u bes, usmerene na supružnika ili partnera kao nekoga ko nije uspeo da otkloni strah i osećaj nedostatka, koji je neotuđivi deo egovog doživljaja o sebi.

Ono što se često smatra „zaljublivanjem“ zapravo je slučaj ojačavanja egoičnog željenja i potrebe. Postajete ovisni o drugoj osobi, tačnije, o slici koju imate o njoj. To nema nikakve veze s pravom ljubavi, kod koje nema nikakvog dodatnog željenja. Španski jezik je najiskreniji po pitanju uobičajenog shvatanja ljubavi: *te quiero* doslovno znači „želim te“, ali i „volim te“. Drugi način da se iskaže „volim te“, *te amo*, koji nije dvosmislen, retko kad se koristi, možda iz razloga što je i prava ljubav retka.

## OSLOBAĐANJE OD SAMODEFINISANJA

Kako su se plemena razvijala u stare civilizacije, određene funkcije su počele da se dodeljuju određenim ljudima: vladar, sveštenik, sveštenica, ratnik, poljoprivrednik, trgovac, zanatlija, radnik itd. Razvio se klasni sistem. Funkcija na kojoj bi neko bio rođen često je određivala i identitet, određivala ko je ko

u očima drugih, kao i u sopstvenim očima. Funkcija je postala uloga, ali nije posmatrana kao uloga: predstavljala je ono šta neko jeste, ili šta se mislilo da jeste. Samo retki pojedinci, poput Bude i Isusa, uvideli su krajnju nevažnost kasti i socijalnih klasa, prepoznali ih kao vid identifikovanja s oblikom i shvatili da takva identifikacija s uslovljenim i prolaznim zaklanja svetlost neuslovljenog i večnog, koje sija u svakom ljudskom biću.

U našem savremenom svetu, društvene strukture nisu toliko strogo i jasno definisane kao što je to bio slučaj u prošlosti. Mada je i dalje veliki broj ljudi uslovljen svojim okruženjem, funkcije i identiteti koji proizilaze iz njih nisu im automatski dodeljeni. Zapravo, u modermom svetu sve veći broj ljudi je zbunjen po pitanju svog pripadanja, svrhe, čak i sopstvenog identiteta.

Često čestitam ljudima na izjavi: „više ne znam ko sam.“ Oni me potom zbunjeno pogledaju i pitaju: „Zar je dobro to što ne znam ko sam?“ Ja im odgovorim da naprave malo istraživanje. Šta znači biti zbunjen? „Ne znam“ ne predstavlja zabunu. Zabuna je: „Ne znam, ali bi trebalo da znam.“ Da li je moguće osloboditi se verovanja da treba da znate ko ste ili da morate da znate? Drugim rečima, da li ste u stanju da prestanete da tražite definicije koje treba da vam obezbede značenje sopstvenog „ja“? Možete li da prestanete da tragate za mišlju o identitetu? Kada se oslobodite verovanja da morate znati ko ste i šta se dešava sa zbunjenosti? Iznenada nestaje. Kada u potpunosti prihvatite da ne znate, dostignete stanje mira i jasnoće, koje je bliže onome što ste nego što misao o tome može biti. Definirati sebe pomoću misli znači ograničavati sebe.

## UNAPRED UTVRĐENE ULOGE

Razumljivo je da različiti ljudi obavljaju različite funkcije. Drugačije i ne može biti. Postoje velike razlike među ljudima u vezi sa intelektualnim ili fizičkim sposobnostima poput znanja, veština, talenta, nivoa energije. Ono što je zaista važno nije

funkcija koju obavljate na svetu, nego da li se identifikujete s njom do te mere da vas u potpunosti preuzme i postane uloga koju tumačite. Kada tumačite uloge, niste svesni. Kada shvatite da igrate ulogu, ta spoznaja stvara prostor između vas i uloge. To je početak oslobađanja od uloge. Kada se u potpunosti identifikujete s ulogom, pomešate obrazac ponašanja s onim što ste, i počnete da sebe shvatate ozbiljno. Potom mehanički dodelite drugima uloge koje su u skladu s vašom. Na primer, kad odete kod lekara koji su u potpunosti identifikovani sa svojim ulogama, za njih nećete predstavljati ljudsko biće nego pacijenta ili istorijat bolesti.

Iako društvene strukture u savremenom društvu nisu stroge kao u stara vremena, i dalje postoje mnoge unapred utvrđene uloge s kojima se ljudi rado identifikuju i koje potom postanu deo ega. Zbog toga ljudski odnosi postanu lažni, nečovečni, ljudi se otuđe. Te unapred utvrđene uloge mogu vam pružiti skoro ugodan osećaj identiteta, ali se na kraju možete izgubiti u njima. Funkcije koje ljudi obavljaju u organizacijama u kojima postoji hijerarhija, poput vojske, crkve, vladinih institucija ili velikih korporacija, lako postanu tumačeni identiteti. Istinske veze među ljudima su nemoguće ako se ljudi izgube u ulogama.

Pojedine unapred utvrđene uloge mogu se nazvati društvenim arhetipovima. Navešću samo neke: domaćica iz srednje klase (ne toliko uobičajena danas koliko je nekad bila, ali i dalje rasprostranjena), snažni mačo-muškarac, zavodnica, umetnik ili izvođač „nekonformista“, osoba od „kulture“ (veoma česta uloga u Evropi), koja pokazuje znanje iz književnosti, likovne umetnosti, muzike kao što drugi pokazuju svoju skupocenu odeću ili automobile. I naravno, tu je i univerzalna uloga odraslog čoveka. Kada tumačite tu ulogu, i život i sebe posmatrate ozbiljnije. Spontanost, bezbrižnost i radost nisu deo te uloge.

Hipi pokret, koji je nastao na zapadnoj obali SAD-a tokom šezdesetih godina prošlog veka odakle se proširio zapadnim svetom, nastao je kao reakcija mnogih mladih ljudi na društvene arhetipove, uloge, unapred utvrđene obrasce ponašanja kao i na društvene i ekonomske strukture zasnovane na egoizmu. Oni su

odbili da tumače uloge koje su njihovi roditelji i društvo želeli da im nametnu. Od velikog značaja je i to što se taj pokret podudara s užasom Vijetnamskog rata, u kom je poginulo više od 57.000 Amerikanaca i tri miliona Vijetnamaca i uz pomoć kog je razotkriveno ludilo sistema i oni koji su ga osmislili. Dok su tokom pedesetih godina mnogi Amerikanci bili konformisti, tokom šezdesetih milioni ljudi su počeli da prekidaju svoje identifikovanje s kolektivnim zamišljenim identitetom jer je ludilo kolektivnog bilo tako očigledno. Hipi pokret je predstavljao popuštanje tadašnjih strogih egoičnih struktura u ljudskoj psihi. Sam pokret se izopao i okončao, ali je iza sebe ostavio otvorenost, i to ne samo kod onih koji su bili deo pokreta. To je omogućilo istočnjačkoj mudrosti i duhovnosti da proдре na Zapad i odigra ključnu ulogu u buđenju globalne svesti.

## **PRIVREMENE ULOGE**

Ako ste dovoljno budni, dovoljno svesni da ste u stanju da vidite kakvu interakciju ostvarujete s drugim ljudima, možda ćete uspeti da detektujete jedva primetne promene u govoru, stavu i ponašanju, koje se pojavljuju u zavisnosti od osobe s kojom dolazite u kontakt. U početku je lakše da ovo pokušate uočiti kod drugih ljudi, a tek onda kod sebe. Način na koji se obraćate predsedavajućem u kompaniji može se razlikovati na mnoge jedva primetne načine od načina na koji se obraćate domaru. Način na koji se obraćate detetu može da se razlikuje od načina na koji se obraćate odrasloj osobi. Šta to znači? Tumačite uloge. Vi niste vi, niti kad ste s predsedavajućim, niti kad ste s domarom, niti kad ste s detetom. Kada uđete u prodavnicu da kupite nešto, kada uđete u restoran, banku, poštu, verovatno ćete opaziti kako prihvatate unapred određene društvene uloge. Postajete kupac i ponašate se i govorite u skladu s tim. I verovatno će vas prodavač ili konobar posmatrati kao mušteriju. Niz uslovljenih obrazaca ponašanja ustanove se između dva ljudska bića i određuju prirodu njihove interakcije. Kontakt ostvaruju

zamišljene mentalne predstave, a ne ljudska bića. Što su ljudi više identifikovani sa svojim cenjenim ulogama, veze među njima su lažnije.

Vi posedujete zamišljenu sliku ne samo o tome ko su drugi nego i o tome ko ste vi, posebno u vezi s osobom s kojom dolazite u kontakt. *Vi* se ne povezujete s osobom uopšte, nego se ono što vi mislite da jeste povezuje s onim što mislite da je druga osoba, i obrnuto. Zamišljena slika koju je vaš um skrojio o vama povezuje se sa svojom kreacijom, što je zapravo zamišljena slika koju je stvorio o drugoj osobi. Um druge osobe verovatno radi isto, tako da svaka egoična interakcija između dvoje ljudi u stvarnosti predstavlja interakciju između četiri identiteta, četiri zamišljene tvorevine mozga, koje su u krajnjem slučaju fiktivne. Iz tog razloga ne čudi to što postoji toliko mnogo konflikata među ljudima. Ne postoji *čista* veza.

## **MONAH SA ZNOJAVIM DLANOVIMA**

Kasan, zen učitelj i monah, trebalo je da služi misu na sahrani poznatog plemića. Dok je stajao i čekao da stignu guverner provincije i drugi plemići i plemkinje, primetio je da mu se dlanovi znoje.

Sledećeg dana obratio se svojim učenicima i priznao im da još nije spreman da bude pravi učitelj. Objasnio im je da još uvek ne ume da istim očima posmatra sva ljudska bića, bez obzira na to da li su prosjaci ili kraljevi. Još nije umeo da gleda kroz društvene uloge i zamišljene identitete i vidi istovetnost u svim ljudima. Potom ih je napustio i postao učenik drugog učitelja. Vratio se svojim bivšim učenicima nakon osam godina, prosvetljen.

## SREĆA KAO ULOGA NASUPROT ISTINSKOJ SREĆI

„Kako ste?“ „Dobro. Nikad bolje.“ Istina ili ne?

Veoma često sreća je samo još jedna uloga koju ljudi tumače, i iza te nasmejjane fasade nalazi se ogromna bol. Depresija, slomovi i preterane reakcije česti su kada je nesreća skrivena iza nasmejjane spoljašnjosti i bisernih zuba, kada postoji poricanje, čak i pred sobom, da postoji ogromna nesreća.

„Dobro“ je uloga ega koja je veoma česta u Americi, više nego u drugim zemljama u kojim je stanje i osećanje mizerije skoro norma i time društveno prihvaćena. Sigurno se radi o preterivanju, ali sam čuo da u glavnom gradu jedne nordijske zemlje rizikuješ da budeš uhapšen zbog pijanstva ako se nasmejš strancu na ulici.

Ako u vama postoji nesreća, prvo treba da je spoznate. Ali nemojte reći: „Nesrećan sam.“ Nesreća nema nikakve veza s tim ko ste. Recite: „U meni postoji nesreća.“ A onda je istražite. Situacija u kojoj ćete se naći možda nema nikakve veze s vašim stanjem. Možda će biti potrebna akcija kako bi se ta situacija promenila ili kako biste se vi udaljili od nje. Ako ne postoji ništa što možete da preduzmete, suočite se s tim i recite: „Pa, dobro. Ovako stoje stvari: ili ću to prihvatiti ili ću navući nesreću u sebe.“ Primami uzrok nesreće nikada nije situacija nego vaše razmišljanje o njoj. Budite svesni svojih misli. Razdvojite ih od situacije, koja je uvek neutralna, koja je uvek ista. „Ovo je situacija ili činjenica, a ovo su moje misli o njoj.“ Umesto da izmišljate priče, držite se činjenica. Na primer, rečenica: „Uništen sam“ predstavlja priču. Ograničava vas i sprečava da preduzmete bilo koju efikasnu akciju. „Imam još samo pedeset centi na bankovnom računu“, predstavlja činjenicu. Suočavanje sa činjenicama uvek vam pruža snagu. Budite svesni toga da ono o čemu razmišljate u velikoj meri stvara emocije koje osećate. Uočite vezu između svojih misli i emocija. Umesto da budete svoje misli i emocije, budite svest koja stoji iza njih.

Ne tragajte za srećom. Ako tragate za njom, nećete je naći, jer potraga predstavlja antitezu sreći. Sreća je uvek privid-

na, ali je oslobađanje od nesreće dostižno tako što se suočavate sa stvarnim stanjem umesto što izmišljate priče. Nesreća prikri-va vaše prirodno blagostanje i unutrašnji mir, izvor čiste sreće.

## **ODGAJANJE DECE: ULOGA ILI FUNKCIJA?**

Mnogi odrasli ljudi igraju uloge dok se obraćaju deci. Koriste smešne reči i zvuke. Spuštaju se na nivo deteta. Ne ophode se prema detetu kao prema sebi ravnom. Činjenica da vi trenutno znate više ili da ste stariji ne znači da vam dete nije ravno. Većina odraslih ljudi u određenom trenutku života nađe se u ulozi roditelja, koja je jedna od najuniverzalnijih uloga. Najvažnije pitanje je: „Da li ste u stanju da obavljate funkciju roditelja, da je obavljate veoma dobro, a da se pri tom ne identifikujete s njom, tj. da ne postanete ta funkcija?" Deo neophodne funkcije roditelja je da brine o potrebama svog deteta, da spreči dete da upadne u nevolje i da, s vremena na vreme, kaže detetu šta treba da radi, a šta ne. Kada to što ste roditelj postane identitet, kada se vaš doživljaj o sebi u potpunosti ili velikim delom oslanja na to, funkcija postane prenapregnuta, preterana i preuzme vas do kraja. Preterana briga o detetu se pretvara u kvarenje, a sprečavanje deteta da upadne u nevolje pretvara se u preteranu zabrinutost i sukobljava se s potrebom deteta da istražuje svet i da se samo oprobava u nečemu. Napominjanje detetu šta treba da uradi a šta ne pretvara se u kontrolisanje, opterećivanje.

Štaviše, tumačeni identitet ostaje prisutan čak i kad te određene funkcije prestanu da bude aktivne. Roditelji se ne mogu osloboditi toga da i dalje budu roditelji čak i kad dete odraste. Ne mogu da se oslobode potrebe da budu potrebni svom detetu. Čak i kad dete postane četrdesetogodišnjak, roditelji se ne mogu osloboditi verovanja „da oni znaju šta je najbolje za njihovo dete". Uloga roditelja i dalje je veoma česta, tako da nema autentičnih veza. Roditelji pronalaze svoju definiciju u toj ulozi i nesvesno su uplašeni da će izgubiti identitet onog

trenutka kada prestanu da budu roditelji. Ako je njihova želja da kontrolišu postupke svog odraslog deteta i utiču na njih osujećena, kao što to obično biva, oni počnu s kritikama i negodovanjem, ili pokušavaju da detetu nabace osećaj krivice, i sve to u nesvesnom pokušaju da sačuvaju svoju ulogu, svoj identitet. Reklo bi se da se samo brinu o svom detetu, i oni sami veruju u to, ali prava je istina da su, u stvari, zabrinuti za očuvanje svog zamišljenog identiteta. Svaka egoistična motivacija služi za sopstveno jačanje, interes, i često je lukavo skrivena čak i od osoba u kojima ego deluje.

Majka ili otac koji se identifikuju sa ulogom roditelja pokušavaju da postignu određeni osećaj ispunjenosti kroz svoje dete. Time se potreba ega da manipuliše drugima kako bi ispunio osećaj nedostatka koji je uvek prisutan preusmerava ka njima. Kada bi većinom nesvesne pretpostavke i motivi koji stoje iza roditeljske potrebe da manipulišu svojim detetom postale svesne i zvučne, sigurno bi glasile ovako: „Želim da postigneš ono što ja nisam. Hoću da budeš neko u očima sveta kako bih i ja bio neko kroz tebe. Nemoj da me razočaraš. Toliko sam toga žrtvovao zbog tebe. Moje neodobravanje treba da te natera da se osećaš toliko krivim i toliko neprijatno da ćeš se na kraju povinovati mojim željama. I, naravno, ja znam šta je najbolje za tebe. Ja te volim i voleću te sve dok radiš ono što ja mislim da je dobro za tebe.”

Kada postanete svesni tih nesvesnih motiva, odmah uočite koliko su apsurdni. Ego, koji stoji iza njih, postaje vidljiv, kao i njegova disfunkcionalnost. Pojedini roditelji s kojima sam razgovarao odjednom su shvatili: „O, bože, zar smo to radili?” Onog trenutka kada shvatite šta radite i šta ste sve radili, uvidite i beskorisnost toga, i nesvesni obrazac se okonča sam od sebe. Svesnost je najbolji činilac promene.

Ako sve ovo proživljavate sa svojim roditeljima, nemojte im reći da su nesvesni i da se nalaze u stisku ega. To će ih oterati u još dublje stanje nesvesnosti, jer će ego zauzeti odbrambeni položaj. Dovoljno je da vi prepoznate da iz njih govori ego, da to nije ono šta su oni. Egoični obrasci, čak i oni dugotrajni, ponekad iznenada nestanu kad im se ne opirete u sebi. Suprotstavljanje



roditeljima daje snagu. Mada, čak i ako ne nestanu, možete da prihvatite ponašanje roditelja sa simpatijom i bez potrebe da reagujete na njega, tj. ne uzimate ih za lično.

Budite svesni i svojih nesvesnih pretpostavki ili očekivanja koja leže iza vaših starih, uobičajenih reakcija na njihovo ponašanje. „Moji roditelji treba da me podržavaju u onome što radim. Trebalo bi da me razumeju i prihvate ovakvog kakav sam.“ Stvarno? A zašto bi to uradili? Činjenica je da to ne rade jer nisu u stanju da to učine. Njihova svest, koja polako izlazi na površinu, još uvek nije napravila taj značajan iskorak ka potrebnom nivou svesti. Još nisu u mogućnosti da se oslobode svoje uloge. „Da, ali ne mogu da budem srećan i zadovoljan onim što jesam ako me oni ne prihvataju i podržavaju.“ Zaista? Koliko to što vas oni prihvataju ili ne prihvataju utiče na ono što ste vi u stvari? Sve takve neosnovane pretpostavke stvaraju ogromnu količinu negativnih emocija, i dosta bespotrebne nesreće.

Budite na oprezu. Da li su pojedine misli koje prolaze kroz vaš um usvojeni glasovi vaših roditelja, koji možda izgovaraju sledeće: „Nisi dovoljno dobar. Nikad ništa neće biti od tebe“, ili neku sličnu osuda ili umnu konstrukciju? Ako u vama postoji svest, bićete u stanju da prepoznate taj glas u svojoj glavi i vidite šta on predstavlja: staru misao uslovljenu prošlošću. Ako u vama postoji svest, nećete više morati da verujete u sve što pomislite. To je samo stara misao, ništa više. Svest znači Prisustvo, a samo Prisustvo može da poništi nesvesnu prošlost u vama.

„Ako mislite da ste toliko prosvetljeni“, kaže Ram Das, „idite i provedite nedelju dana sa svojim roditeljima.“ To je dobar savet. Odnos s roditeljima ne samo da je jedan od najstarijih odnosa koji priprernaju teren za sve sledeće nego je i dobar test da vidite na kom ste stupnju Prisutnosti. Što je više zajedničke prošlosti u vezi, potrebno je da budete prisutniji, u suprotnom, bićete primorani da stalno iznova proživljavate prošlost.

## SVESNA PATNJA

Ako imate malu decu, pružite im pomoć, vodstvo i zaštitu koliko je to u vašoj moći, ali što je još važnije, dajte im prostor - prostor u kom će da postoje. Vi im pomognete da dođu na ovaj svet, ali oni nisu „vaši“. Verovanje da „ja znam šta je najbolje za tebe“, može biti tačno dok su mali, ali što su stariji, ono sve više gubi na tačnosti. Što više očekivanja imate o tome kako njihov život treba da se odvija, zatvarate se u svoj um umesto da budete prisutni pored njih. Naposljetku će napraviti greške, i patiće poput svih ljudi. U stvari, možda ćete samo vi to smatrati greškama. Ono što vi smatrate greškom možda je upravo ono što je vašem detetu potrebno da uradi ili doživi. Pružite im onoliko pomoći i vodstva koliko je to moguće s vaše strane, ali shvatite da s vremena na vreme možete da im dozvolite da pogreše, posebno kako bivaju stariji. Ponekad ćete morati da im dozvolite i da pate. Patnju će možda iskusiti iznenada ili će ih zadesiti kao posledica njihovih sopstvenih grešaka.

Zar ne bi bilo divno kad biste mogli da ih poštediti sve patnje? Ne, ne bi! Oni se ne bi razvili kao ljudska bića i ostali bi plitki, identifikovani sa spoljasnjim oblikom stvari. Patnja pruža uvid. Paradoks je da je patnja rezultat identifikacije s oblicima i da ujedno uništava identifikaciju s oblicima. Mnogo toga je rezultat ega. Patnja uništava ego, ali to ne čini sve dok ne počnete svesno patiti.

Čovečanstvo je predodređeno da se izdigne iznad patnje, mada ne na način na koji to ego zamišlja. Jedna od mnogih pogrešnih pretpostavki ega i jedna od njegovih obmana glasi: „Ne bi trebalo da patim.“ Ponekad tu misao usvoji i neko iz vaše blizine. „Moje dete ne bi trebalo da pati.“ Ta misao leži u korenu patnje. Patnja ima plemenitu svrhu: evoluciju svesti i uništavanje ega. Čovek razapet na krstu predstavlja arhetipsku sliku. On je svaki čovek i svaka žena. Sve dok se opirete patnji, usporavate proces, jer opiranje stvara još veći ego koji treba da se uništi. Kada prihvatite patnju, međutim, dolazi do ubrzanja tog procesa, što znači da svesno patite. Možete da prihvatite svoju ili tuđu pat-

nju, patnju vašeg deteta ili roditelja. U središtu svesne patnje već se odvija transmutacija. Plamen patnje postaje svetlost svesti.

Ego kaže: „Ne bi trebalo da patim“, i ta misao prouzrokuje još više patnje. Predstavlja izvrtanje istine, što je uvek paradoksalno. Istina je da treba da prihvatite patnju pre nego što počnete da je prevazilazite.

## SVESNO OBAVLJANJE FUNKCIJE RODITELJA

Mnoga deca gomilaju skriveni bes i ogorčenost prema svojim roditeljima, a čest uzrok tome su neiskreni odnosi. Dete ima duboku potrebu da roditelj bude prisutan kao ljudsko biće, ne kao uloga, bez obzira na to kako savesno ta uloga bila tumačena. Možda vi i radite sve što je ispravno i najbolje za vaše dete, ali ponekad čak i to najbolje nije dovoljno. *Zapravo, samo delanje nikad nije dovoljno ako zanemarite Biće.* Ego ne zna za Biće, ali veruje da ćete naposljetku biti spašeni kroz delanje. Ako se nalazite u stisku ega, verujete da ćete, ukoliko budete radili više, konačno akumulirati dovoljno „delanja“ kako biste ispunili svoj doživljaj o sebi u budućnosti. Verujte da nećete. Samo ćete se izgubiti u svem tom delanju. Cela civilizacija se gubi u delanju koje nije ukorenjeno u Biću i stoga postaje beskorisno.

Kako da unesete Biće u život vaše porodice, u odnos s vašim detetom? Ključ je u tome da svom detetu podarite pažnju. Postoje dve vrste pažnje. Jednu možemo nazvati pažnjom zasnovanom na obliku. Druga je bezoblična pažnja. Pažnja zasnovana na obliku, na izvestan način uvek je povezana sa delanjem ili procenjivanjem. „Jesi li uradio domaći zadatak? Večeraš. Pospremi sobu. Operi zube. Uradi ovo. Prestani s tim. Požuri, spremi se.“

Šta je sledeće što treba da se uradi? Ovo pitanje u velikoj meri sumira porodični život mnogih porodica. Naravno, pažnja zasnovana na obliku je potrebna i ima svoju svrhu, ali ako je ona sve što postoji u odnosu vas s vašim detetom, onda nedostaje najvažnija dimenzija i Biće postaje zamaskirano delovanjem, „ovozemaljskim brigama“, kako to Isus naziva. Bezoblična pažnja je neodvojiva od dimenzije Bića. Kako ona funkcioniše?

Dok posmatrate svoje dete, slušate ga, dodirujete ili mu pomažete oko nečega, vi ste budni, mirni, potpuno prisutni, i ne želite ništa više. Na taj način stvarate prostor za Biće. U tom trenutku, ako ste prisutni, vi niste ni otac ni majka. Vi ste budnost, mir, Prisustvo koje sluša, posmatra, dodiruje, čak i govori. Vi ste Biće iza delanja.

## **PREPOZNAVANJE SOPSTVENOG DETETA**

Vi ste ljudsko biće. Šta to znači? Savladavanje života nije pitanje kontrole nego pronalaženja ravnoteže između ljudskog i Bića. Majka, otac, suprug, supruga, mladi, stari, uloge koje tumačite, funkcije koje obavljate, sve što radite - sve to pripada dimenziji ljudskog. Ona ima svoje mesto i potrebno je da se ceni, ali sama po sebi nije dovoljna za ispunjenu, istinski značajnu vezu ili život. Sama ljudskost nije dovoljna, bez obzira na vaš trud ili uspeh. A tu je i Biće. Pronalazi se u mirnoj, svesnoj prisutnosti same Svesti, Svesti koja ste zapravo vi. Ljudsko je oblik. Biće je bezobličje. Ljudsko i Biće nisu razdvojeni nego isprepleteni.

U dimenziji ljudskog vi ste bez sumnje superiorni u odnosu na dete. Viši ste, jači, informisaniji, spretniji. Ako ta dimenzija predstavlja sve vaše znanje, osećaćete se superiorno u odnosu na dete, ako ne drugačije, onda bar nesvesno. I nateraćete svoje dete da se oseća inferiorno u odnosu na vas, ako ne drugačije, onda bar nesvesno. Nema jednakosti između vas i vašeg deteta jer u vašem odnosu postoji samo oblik, a što se oblika tiče, naravno da niste jednaki. Možda vi i volite svoje dete, ali će vaša ljubav biti samo ljudska, tj. uslovljena, posesivna, nestalna. Samo iznad oblika, u Biću, vi ste jednaki, i samo onda kada pronađete bezobličnu dimenziju u sebi, može postojati i istinska ljubav u vašem odnosu. Prisustvo koje predstavljate, vanvremensko „jesam“, prepoznaje se u drugom, a drugi, u ovom slučaju vaše dete, oseća ljubav, tj. oseća se prepoznatim.

Voleti znači prepoznati sebe u drugome. „Drugo“ drugih se razotkriva poput iluzije koja jasno teži carstvu ljudskog,

carstvu oblika. Čežnja za ljubavlju, koja postoji kod svakog deteta, jeste čežnja za prepoznavanjem, ne na nivou oblika, nego na nivou Bića. Ako roditelji poštuju samo dimenziju ljudskog u detetu i zanemaruju Biće, dete će osetiti da je njihov odnos nepotpun, da nešto veoma važno nedostaje i doći će do nagomilavanja boli u detetu kao i do gomilanja nesvesne ogorčenosti prema roditeljima. „Zašto ne možete da me prepoznate?“, čini se da je upravo ono što ta bol ili ogorčenost pokušavaju da kažu.

Kada vas neko drugi prepozna, to prepoznavanje iznosi dimenziju Bića na ovaj svet kroz vas oboje. To je ljubav koja iskupljuje svet. Govorim o ovome s posebnim osvrtanjem na vaš odnos s vašim detetom, ali se to jednako može primeniti i na sve druge odnose.

Kaže se „Bog je ljubav“, ali to nije u potpunosti tačno. Bog je Jedan Život u bezbrojnim oblicima života i izvan njih. Ljubav podrazumeva dualitet: onog koji voli i onog koji se voli, subjekat i objekat ljubavi. Stoga je ljubav prepoznavanje jedinstvenosti u svetu dualnosti. To je rođenje Boga u svetu oblika. Ljubav čini svet manje svetovnim, manje čvrstim, transparentnijim za božansku dimenziju, svetlost same svesti.

## **ODUSTAJANJE OD TUMAČENJA ULOGA**

Osnovna lekcija u veštini življenja, koju svako od nas mora da nauči, jeste da uradimo sve što se od nas traži u svakoj situaciji, a da pri tom to ne postane uloga s kojom se identifikujemo. Postajemo najmoćniji u svemu što radimo ako se delanje izvršava radi samog delanja, a ne kao način na koji ćemo zaštititi svoj zamišljeni identitet, ojačati ga ili mu se prilagoditi. Svaka uloga predstavlja fiktivni doživljaj o sopstvenom „ja“, i kroz nju sve postaje lično i stoga pokvareno i izopačeno tvorevinom uma „malo ja“ i bilo kojom drugom ulogom koju tumači. Većina ljudi koji se nalaze na visokim položajima, poput političara, televizijskih ličnosti, poslovnih i religijskih lidera, u potpunosti su identifikovani sa svojim ulogama, s izuzetkom nekoliko njih. Možda ih

drugi vide kao veoma važne ličnosti, ali oni nisu ništa drugo do nesvesni igrači u egoičnoj igri, igri koja izgleda toliko važna, a na kraju opet izgubi svaki smisao. Po Šekspirovim rečima „bajka je to što tikvan priča nju, prepuna buke, pomame i besa, posve prazna”.<sup>16</sup> Neverovatno je to što je Šekspir do ovog zaključka došao i bez gledanja televizije. Ako egoična ovozemaljska drama ima ikakvu svrhu, onda je ona indirektna; stvara sve više patnje na planeti, a patnja, iako većim delom nastaje kao posledica ega, na kraju dovodi do njegovog uništenja. To je vatra u kojoj ego sagori.

U svetu tumačenih ličnosti - od kojih su pojedini na televiziji, medijima i u poslovnom svetu - mali broj je onih koji ne odražavaju slike stvorene u umu već funkcionišu iz dubljeg središta Bića, ne pokušavaju da pokažu da su više nego što jesu, ističu se kao neverovatni ljudi i oni su jedini koji rade nešto značajno. Oni su nosioci nove svesti. Šta god da rade, to ima snagu jer je u skladu sa svrhom celine. Njihov uticaj, međutim, ide dalje od onoga čime se bave, dalje od njihovih funkcija. Samo njihovo prisustvo, jednostavno, prirodno, nenametljivo, ima transformacioni efekat na svakoga s kim dođu u kontakt.

Kada ne tumačite uloge, to znači da ne postoji „ja” (ego) u tome šta radite. Ne postoji sekundarna, agenda: sopstvena zaštita ili jačanje. Kao rezultat toga, vaši postupci imaju daleko veću moć. Potpuno ste skoncentrisani na situaciju. Postajete jedno s njom. Ne pokušavate da budete neko drugi. Najsnažniji ste i najefikasniji kada ste svoji u celosti. Ali nemojte da pokušavate da budete svoji. To je još jedna uloga. Zove se „prirodno i spontano ja”. Čim pokušate da budete jedno ili drugo, tumačite uloge. „Budite svoji” je dobar savet, ali može i da navede na pogrešan put. Um će se umetati i reći: „Da vidimo kako mogu da budem svoj.” Potom će razviti određenu vrstu strategije pod nazivom „Kako da budem svoj”. To je još jedna uloga. „Kako da budem svoj?” je zapravo pogrešno pitanje. Podrazumeva da morate da učinite nešto kako biste bili svoji. Ali to „kako” ne može se ovde primeniti jer ste vi već svoji. Samo prestanite da dodajete nepotrebni teret na ono što ste. „Ali ja ne

<sup>16</sup> Šekspir, Vilijam, (2004) *Velike tragedije: Makbet*, prevod sa engleskog Ž. Živojinović, Ž. Simić i S. Pandurović, Vijesti, Podgorica.

znam ko sam. Ja ne znam šta znači biti svoj." Ako možete da prihvatite da ne znate ko ste, vi ste, zapravo, ono što je ostalo - Biće iza ljudskog, polje čistih mogućnosti umesto nečega što je već definisano.

Prestanite s pokušajima da definišete sebe, i sebi i ostalima. Nećete umreti. Oživećete. I ne brinite zbog toga kako vas drugi definišu. Time što vas definišu, ograničavaju sebe, te je to njihov problem. Kada god dolazite u kontakt s drugim ljudima, nemojte da se iskazujete kroz funkciju ili ulogu, nego kao polje svesnog Postojanja.

Zašto ego tumači uloge? Zbog jedne neosnovane pretpostavke, jedne fundamentalne greške, jedne nesvesne misli. Ta misao glasi: „Ja nisam dovoljan." Druge nesvesne misli slede za njom: „Moram da tumačim ulogu kako bih dobio ono što mi je potrebno da bih bio ispunjen. Moram da dobijem više da bih i sam bio više." Ali vi ne možete biti više od toga što jeste, jer iznad vašeg fizičkog i psihološkog oblika, vi ste jedno sa Životom, jedno s Bićem. Po pitanju oblika vi ćete uvek biti inferiorni u odnosu na jedne, i superiorni u odnosu na druge. Po pitanju vaše suštine, niste niti inferiorni niti superiorni u odnosu na druge. Istinsko samopoštovanje i istinska poniznost nastaju iz te spoznaje. U očima ega, samopoštovanje i poniznost su kontradiktorni. Istina je da su oni jedno te isto.

## PATOLOŠKI EGO

U širem smislu reči, ego je sam po sebi patološki oblik, bez obzira na to u kom se obliku pojavljuje. Kada pogledamo u starogrčki koren reči *patološki*, otkrivamo u kojoj meri ovaj termin pristaje uz ego. Iako se reč često koristi kako bi se opisalo stanje bolesti, izvedena je od reči *pathos*, što znači patnja. To je ono što je Buda još pre 2.600 godina označio kao karakteristiku ljudskog stanja.

Pošto osoba koja se nalazi u stisku ega ne prepoznaje patnju kao takvu, na nju će gledati kao na prikladan odgovor u

svakoj situaciji. Ego u svom slepilu nije sposoban da vidi patnju koju nanosi i sebi i drugima. Nesreća je mentalno-emocionalna bolest koju je stvorio ego i koja je dostigla epidemijske razmere. Ona je unutrašnji ekvivalent zagađivanju okoline. Negativna stanja poput besa, uznemirenosti, mržnje, ogorčenosti, nezadovoljstva, zavisti, ljubomore itd. ne posmatraju se kao negativna nego kao opravdana i potom se pogrešno tumače ne kao samostvorena nego kao prouzrokovana od strane drugih ili spoljašnjeg faktora. „Smatram te odgovornim za moju bol.“ To je ono što ego implicitno govori.

Ego ne može da napravi razliku između situacije i njegove interpretacije te situacije i reakcije na nju. Možda ćete reći: „Užasan dan“, a da ne shvatate da hladnoća, vetar, kiša ili drugi uslovi na koje reagujete nisu užasni. Oni su takvi kakvi jesu. Ono što je užasno je vaša reakcija, vaše unutrašnje opiranje njoj, i osećanje koje se stvara tim opiranjem. Ili po rečima Šekspira: „Jer ništa nije ni dobro ni rđavo, nego ga naše razmišljanje čini takvim“<sup>17</sup>. Štaviše, patnja ili negativnost često su pogrešno protumačeni od strane ega kao zadovoljstvo, jer do određene tačke ego kroz njih jača.

Na primer, bes ili ogorčenost jačaju ego u ogromnoj meri tako što uvećavaju osećaj razdvojenosti, naglašavaju različitost kod drugih i stvaraju mentalne pozicije „pravičnosti“, koje su naizgled neosvojive poput tvrđave. Kada biste bili u stanju da sagledate psihološke promene koje se odigravaju u vašem telu kada je opsednuto takvim negativnim stanjima, i kada biste bili svesni njihovog negativnog uticaja na rad srca, imunološki sistem, sistem za varenje i bezbrojne druge telesne funkcije, postalo bi vam jasno da su takva stanja zaista patološka, da predstavljaju oblik patnje, a ne zadovoljstva.

Kad god se nalazite u negativnom stanju, postoji nešto u vama što želi tu negativnost, što je vidi kao oblik zadovoljstva, ili što veruje da će vam ta negativnost dati ono što želite. U suprotnom, ko bi želeo da se drži negativnosti, da i sebe i druge čini nesrećnim i stvara bolest u svom telu? Stoga, kad god u vama postoji negativnost, ako tog trenutka možete da budete svesni da nešto u vama uživa u njoj ili veruje da ima svoju svrhu, direktno

<sup>17</sup> Šekspir, Vilijam, (2004) *Velike tragedije: Hamlet*, prevod sa engleskog Ž. Živojinović, Ž. Simić i S. Pandurović, Vijesti, Podgorica. - Prim. prev.



postajete svesni ega. Onog trenutka kad se to desi, vaš identitet je prešao s ega na svest. To znači da se ego povlači, a svest zauzima njegovo mesto.

Ako ste usred negativnog stanja sposobni da shvatite: „U ovom trenutku samom sebi stvaram patnju“, to će biti dovoljno da se izdignete iznad ograničenja uslovljenih, egoičnih stanja i reakcija. Uvek kada postoji svest, otvaraju vam se beskrajne mogućnosti i te mogućnosti predstavljaju daleko pametnije načine da se suočite sa svakom situacijom. Bićete u mogućnosti da se oslobodite svoje nesreće onog trenutka kada je spoznate kao nešto što nije inteligentno. Negativnost nije inteligentna. Ona uvek potiče od ega. Ego je možda spretan, ali nije inteligentan. Spretnost pokušava da ostvari svoje ciljeve. Inteligencija vidi širu celinu, u kojoj su sve stvari povezane. Spretnost je povezana s ličnim interesom, i veoma je kratkovida. Većina političara i poslovnih ljudi su spretni. Mali broj njih je i inteligentno. Sve do čega se dođe putem spretnosti kratkog je veka i samoporažavajuće. Spretnost deli, inteligencija uključuje.

## **POZADINSKA NESREĆA**

Ego stvara razdvajanje, a razdvajanje stvara patnju. Ego je, očigledno, patološko stanje. Osim očiglednih oblika poput besa, mržnje i sl. postoje mnogi jedva приметni oblici negativnosti, koji su toliko česti da se skoro i ne prepoznaju kao takvi, na primer, nestrpljenje, iritacija, nervoza i osećaj da je nekome „dosta svega“. Oni predstavljaju onu pozadinsku nesreću koja je dominantno unutrašnje stanje mnogih ljudi. Potrebno je da budete veoma oprezni i apsolutno prisutni kako biste bili u stanju da je detektujete. Kada god uspete u tome, to je trenutak buđenja, prekid identifikovanja s umom.

Sada ću vam navesti jedno od najčešćih negativnih stanja, koje se lako previdi baš zbog toga što je često, uobičajeno. Možda ste upoznati s njim. Da li često osećate nezadovoljstvo koje se najbolje može opisati kao vrsta propratnog ogorčenja? Može biti i specifično i nespecifično. Mnogi ljudi provedu veliki

deo svog života u takvom stanju. Toliko su identifikovani s njim da ne mogu da naprave distancu i sagledaju ga. Ono što leži u pozadini takvih osećanja su izvesna nesvesna verovanja, tj. misli. Vi generišete te misli baš kao što sanjate svoje snove. Drugim rečima, vi niste ni svesni da mislite te misli, baš kao što ni sanjar nije svestan svog sna.

Ovo su neke od najčešćih nesvesnih misli koje pothranjuju osećaj nezadovoljstva ili pozadinske ogorčenosti. Lišio sam ih sadržaja kako bi ostale gole strukture. Na taj način su приметnije. Kada god u pozadini vašeg života postoji nesreća (ili čak i u prvom planu), možete da vidite koja od ovih misli može da se primeni na vaš lični sadržaj i uklopi se u njega u skladu s vašom ličnom situacijom:

*„Potrebno mi je da se nešto desi kako bih mogao da pronađem mir (sreću, ispunjenost, itd.). I ogorčen sam što se to još nije desilo. Možda će to što sam ogorčen doprineti tome da se to konačno desi.”*

*„Nešto se desilo u prošlosti što nije trebalo, i ogorčen sam zbog toga. Da se to nije desilo, sada bih imao svoj mir”.*

*„Upravo se dešava nešto što ne bi trebalo da se dešava i sprečava me da pronađem mir.”*

Često su nesvesne misli usmerene na osobu, te „dešavanje” postaje „delanje”:

*„Treba da uradiš ovo ili ono da bih ja pronašao mir. I ogorčen sam zbog toga što to još nisi uradio. Možda će te moja ogorčenost naterati da to uradiš.”*

*„Nešto si ti (ili sam ja) uradio, rekao ili nisi uspeo da uradiš u prošlosti, što mo sprečava da sada pronađem mir.”*

*„Ono što radiš ili ne radiš sprečava me da pronađem mir.”*

# TAJNA SREĆE

Sve navedeno su pretpostavke, neosnovane misli koje su pogrešno protumačene kao stvarnost. To su priče koje ego stvara kako bi vas ubedio da u ovom trenutku ne možete pronaći mir niti biti ono što jeste. Pronaći mir i biti ono što jeste, tj. biti svoj, znači isto. Ego tvrdi: „Možda u određenom trenutku u budućnosti ja mogu pronaći mir ako se desi ovo, ono ili nešto treće, ili ako postignem ovo ili ono.“ Ili kaže: „Nikad neću pronaći mir zbog nečega što se desilo u prošlosti.“ Poslušajte priče drugih ljudi. Sve one mogu imati isti naslov „Zašto ne mogu pronaći mir.“ Ego ne zna da se vaša jedina šansa da pronađete mir nalazi u sadašnjem trenutku. Ili možda i zna, i plaši se da ćete i vi to saznati. Mir, na kraju krajeva, predstavlja kraj ega.

Kako pronaći mir? Tako što ćete sklopiti mir sa sadašnjim trenutkom. Sadašnji trenutak je teren na kom se igra utakmica života. Ne može se igrati na nekom drugom mestu. Kada jednom sklopite mir sa sadašnjim trenutkom, vidite šta se dešava, šta možete da uradite ili šta birate da uradite, ili tačnije šta život radi kroz vas. Postoje četiri reči koje u sebi sadrže tajnu veštine života, tajnu svakog uspeha i sreće: Biti Jedno Sa Životom. Biti jedno sa životom znači biti jedno sa Sadašnjim trenutkom. Tada shvatite da vi ne živite vaš život, nego da život živi vas. Život je plesač, a vi ste ples.

Ego prosto obožava svoju ogorčenost na stvarnost. Šta je to stvarnost? Sve što jeste. Buda ju je nazvao *tatata*, kakvoća života, što zapravo nije ništa više od kakvoće ovog trenutka. Suprotstavljanje takvoj kakvoći je jedna od glavnih odlika ega. Ono stvara negativnost od koje se ego hrani, nesreću koju obožava. Na taj način stvarate patnju i sebi i drugima i uopšte niste svesni toga šta radite, niste svesni da stvarate pakao na zemlji. Stvaranje patnje, a da pri tom ne postoji svest o tome, to je suština nesvesnog življenja; to znači biti potpuno u stisku ega. Razmeri do kojih ide nesposobnost ega da se prepozna i uvidi šta radi su začuđujući i neverovatni. Radi upravo ono što kod drugih osuđuje i nije svestan toga. Kada mu se skrene pažnja na

to, ljutito poriče i koristi odgovarajuće argumente i lična opravdanja kako bi okrenuo činjenice u svoju korist. Ljudi rade to isto, korporacije takođe, kao i vlade. Kada ništa drugo ne uspeva, ego pribegava galami ili čak fizičkom nasilju. Pošaljite specijalce! Sada možemo da razumemo duboku mudrost sadržanu u rečima koje je Isus izgovorio na krstu: „Oprostite im jer ne znaju šta čine.

Kako biste okončali nesreću koja utiče na ljudsko stanje hiljadama godina, morate početi od sebe i preuzeti odgovornost za vaše unutrašnje stanje u svakom datom trenutku. To znači - upravo sada. Upitajte se: „Da li u meni postoji negativnost u ovom trenutku?“ Potom budite oprezni i obratite pažnju na svoje misli i emocije. Čuvajte se jedva primetne nesreće u ma kom obliku koji sam pomenuo, poput nezadovoljstva, nerveze, osećanja da vam je dosta svega itd. Čuvajte se misli za koje se čini da opravdavaju ili nude objašnjenje za tu nesreću, ali je zapravo prouzrokuju. Onog trenutka kada postanete svesni negativnog stanja unutar sebe, to ne znači da niste uspeli. To baš znači da ste uspeli. Dok ne dođete do te svesti, i dalje se identifikujete s unutrašnjim stanjem, i to identifikovanje je ego. Sa svešću nastupa i prekid identifikovanja s mislima, osećanjima i reakcijama. To ne treba da se pomeša s poricanjem. Misli, osećanja ili reakcije su prepoznate, i u trenutku prepoznavanja dolazi do automatskog prekida u identifikovanju. Doživljaj koji imate o sebi, o tome ko ste, menja se: pre ste bili misli, osećanja i reakcije, sada ste svesnost, svesno Prisustvo, koje je svedok tim stanjima.

„Jednog dana ću se osloboditi ega.“ Čije su to reči? Egove, naravno. Osloboditi se ega i nije težak posao, baš naprotiv. Sve što treba da uradite je da budete svesni svojih misli i osećanja dok se odvijaju. To zapravo i nije „delanje“ nego budno „motrenje“. U tom smislu, istina je da ne možete uraditi mnogo toga kako biste se oslobodili ega. Kada dođe do te promene, što je zapravo prelaz s razmišljanja na svesnost, inteligencija, koja je mnogo veća od spretnosti ega, počinje da dela u vašem životu. Kada ste svesni, osećanjima i mislima oduzimate živi oblik. Prepoznaje se njihova bezlična priroda. U njima više ne postoji

doživljaj o sebi. Oni su samo ljudska osećanja, ljudske misli. Vaša cela lična istorija, u krajnjem slučaju, predstavlja samo priču, niz misli i osećanja, postaje od sekundarne važnosti i više ne zauzima centralni deo vaše svesti. Više ne čini osnovu vašeg doživljaja ličnog identiteta. Vi ste svetlost Prisustva, svest koja prethodi svakoj misli ili osećanju i koja je dublja od njih.

## PATOLOŠKI OBLICI EGA

Kao što smo imali prilike da vidimo, osnovna priroda ega je patološka, ako reč koristimo u širem smislu, kako bismo označili disfunkcionalnost i patnju. Mnogi mentalni poremećaji sastoje se od istih egoičnih crta koje deluju u normalnoj osobi, izuzev što su postali izuzetno naglašeni, te je njihova patološka priroda očiglednija svakome osim onom ko pati.

Na primer, mnogi normalni ljudi s vremena na vreme izgovaraju raznorazne laži kako bi izgledali važnije, posebnije, i kako bi uveličali svoju sliku u očima drugih; navode koga poznaju, svoja dostignuća, sposobnosti, imovinu i sve ostalo s čim se ego identifikuje. Pojedini ljudi, međutim, povučeni egovim osećajem nedovoljnosti i njegove potrebe da poseduje više ili da bude „više“, lažu iz navike i nagoni. Veliki deo toga što vam govore predstavlja fiktivne, izmišljene konstrukcije, koje je ego stvorio da bi se osećao većim, posebnijim. Njihova grandiozna i prenaduvana slika o sebi ponekad i uspe da zavara druge, ali ne zadugo. Mnogi je ubrzo prozru.

Mentalna bolest koja se zove paranoična šizofrenija ili, kraće, paranoja, u suštini je preterani oblik ega. Obično se sastoji od fiktivnih priča koje je um stvorio da bi našao smisao u konstantno prisutnom osećaju straha. Glavni element priče je verovanje da određeni ljudi (ponekad veliki broj ljudi ili skoro svi) kuju zaveru protiv *mene*, ili prave planove kako da *me* se dočepaju ili ubiju. Priča obično ima unutrašnju doslednost i logiku tako da i drugi poveruju u nju. Ponekada i organizacije ili cele nacije u svojoj osnovi imaju paranoične sisteme verovanja.

Egov strah i nepoverenje u druge ljude, njegova sklonost da preuveličava „drugog“ kod drugih time što se koncentriše na njihove očigledne mane i te mane poistovećuje s njihovim identitetom podiže se na viši nivo i od drugih ljudi stvori nehumane monstrume. Egu su potrebni drugi, ali je u dilemi - on ih i mrzi i plaši ih se. Izjava Žan-Pol Sartra: „Pakao su drugi ljudi“, izjava je ega. Osoba koja pati od paranoje taj pakao najuverljivije proživljava, ali svako kod koga je egoični obrazac aktivan osetiće taj pakao do određenog stepena. Što je ego u vama jači, veća je verovatnoća da će vaše opažanje drugih ljudi predstavljati glavni izvor problema u vašem životu. Još je veća verovatnoća da ćete vi drugima otežavati život. Ali, naravno, vi nećete biti u stanju da to shvatite. Uvek vam se čini da neko drugi radi nešto protiv vas.

Mentalna bolest koju zovemo paranoja ima još jedan simptom - on je deo svakog ega, mada kod paranoje ima ekstremniji oblik. Što se obolelom više čini da je gonjen, špijuniran, ugrožen, pojačava se njegov doživljaj o sebi, u kom sebe vidi kao centar oko koga se sve okreće, i oseća se posebnijim i važnijim, oseća se kao da je zamišljena centralna tačka pažnje mnogih ljudi. Njegov doživljaj o sebi kao žrtvi, kao nekome o koga su se svi ogrešili, tera ga da se oseća posebnim. U priči koja sačinjava osnovu njegovog sistema obmane, on često sebi pripisuje ulogu i žrtve i potencijalnog heroja, koji će spasti svet ili poraziti sile zla.

Kolektivni ego plemena, nacija i religijskih organizacija često sadrži snažan element paranoje: mi protiv zlih drugih. To je prouzrokovalo mnoge patnje. Španska inkvizicija, progoni i spaljivanje jeretika i „veštica“, odnosi među nacijama koji su doveli do Prvog i Drugog svetskog rata, komunizam tokom svoje istorije, Hladni rat, Mekartizam u Americi tokom pedesetih godina prošlog veka, dugi konflikti puni nasilja na Srednjem istoku predstavljaju bolne epizode u ljudskoj istoriji, u kojoj dominira ekstremna kolektivna paranoja.

Što su pojedinci, grupe ili nacije nesvesniji, veća je verovatnoća da će egoična patologija preuzeti oblik fizičkog nasilja. Nasilje je primitivni ali veoma rasprostranjeni način na koji ego pokušava da utvrdi svoj položaj, da dokaže da je u pravu

dok ostali greše. Nesvesni ljudi rasprave često završavaju fizičkim nasiljem. Šta je to rasprava? Kada dvoje ili više ljudi izrazi stavove koji se razlikuju. Svaka osoba je toliko identifikovana s mislima od kojih se sastoji njen stav da su te misli prerasle u mentalnu poziciju koja je usađena u lični doživljaj koji imamo o sebi. Drugim rečima: identitet i misli postaju jedno. Kad se to desi, svaki put kada branite svoj stav (misli) osećate se i delate na takav način kao da branite same sebe. Osećate se i delate kao da se borite za sopstveni opstanak i vaši osećaji reflektuju to nesvesno verovanje. Uznemirite se. Vi ste uznemireni, ljuti, agresivni i u odbrambenom stavu. Morate da pobedite po svaku cenu inače ćete biti anulirani. To je iluzija. Ego ne zna da um i mentalna pozicija nisu ni u kakvoj vezi s tim što ste, jer ego predstavlja neopaženi deo uma.

U učenjima zena kaže se: „Ne tragaj za istinom. Samo prestani da mariš za mišljenja.“ Šta to znači? Prestanite da se identifikujete s umom. Ono što ste izvan uma samo će isplivati na površinu.

## **VAŠA PROFESIJA - S EGOM I BEZ NJEGA**

Mnogi ljudi osećaju trenutke kada su oslobođeni ega. Oni koji su izuzetno dobri u tome što rade mogu biti u potpunosti ili u velikoj meri oslobođeni ega dok obavljaju svoje poslove. Možda toga i nisu svesni, ali njihov posao je postala njihova duhovna praksa. Mnogi su prisutni dok obavljaju svoj posao, a onda odlutaju u stanje relativne nesvesnosti u privatnom životu. To znači da je njihovo stanje prisutnosti u tom trenutku ograničeno na jednu oblast života. Upoznao sam učitelje, umetnike, medicinske sestre, vlasnike firmi i trgovce koji svoj posao obavljaju tako da izazivaju divljenje. Ne pokušavaju da tragaju za sobom i do kraja odgovaraju svemu što se od njih traži u datom trenutku. Oni su jedno s tim što rade, jedno sa Sadašnjim trenutkom, jedno s ljudima koje služe ili zadatkom koji obavljaju. Uticaj koji ti ljudi imaju na druge pruža se dalje od funkcije koju

obavljaju. Dovode do slabljenja ega kod svakoga ko dođe u kontakt s njima. Čak se i ljudi s velikim egoima kada dođu u kontakt s njima opuste, spuste svoj gard, i prestanu da tumače uloge. Ne iznenađuje to što su ljudi koji rade bez ega izuzetno uspešni u tome čime se bave. Svako ko je jedno s onim što radi gradi novu zemlju.

Naravno, sretao sam i one koji su u tehničkom smislu dobri u tome što rade, ali čiji ego konstantno sabotira njihov rad. Samo deo njihove pažnje je usmeren na to što rade, drugi deo je usmeren na njih same. Njihovom egu je potrebno lično priznanje i energiju troši na ogorčenost ako ih ne dobije dovoljno, a nikad ih nije dovoljno. „Da je li neko drugi priznatiји od mene?“ Često je njihov glavni cilj profit ili moć, i njihov posao predstavlja sredstvo za postizanje tog cilja. Kada je posao samo sredstvo za postizanje ciljeva, ne može biti kvalitetan. Kada se pojave poteškoće ili prepreke na poslu, kada se stvari ne odvijaju po planu, kada drugi ljudi ili okolnosti nisu od velike pomoći ili ne sarađuju, umesto da se odmah prilagode novoj situaciji i odgovore na potrebe sadašnjeg trenutka, oni reaguju protiv te situacije i udaljavaju se od nje. Postoji „ja“ koje se oseća lično uvređenim ili ogorčenim, i ogromna količina energije troši se na beskorisne proteste ili bes, energije koja se mogla iskoristiti na rešavanje situacije umesto što je pogrešno iskorišćena od strane ega, Štaviše, ta antienergija stvara nove prepreke, novu opoziciju. Pojedini ljudi su sami sebi najveći neprijatelji.

Ljudi nesvesno sabotiraju svoj rad kada drugim ljudima uskraćuju pomoć ili informacije ili kada pokušavaju da ih potcene kako oni ne bi postali uspešniji od „mene“ ili pokupili više zasluga. Saradnja je egu strana, osim ako ne postoji sekundarni motiv. Ego ne zna da će se posao lakše odvijati i da ćete lakše dolaziti do rezultata ukoliko je više ljudi uključeno u sam proces. Kada ljudima ne pružite pomoć, ili im pružite veoma malu pomoć, ili kada stvarate prepreke na njihovom putu, univerzum - u ljudskom obliku ili putem okolnosti - ne pruža nikakvu pomoć ili pruži veoma malu pomoć i vama, jer ste se odvojili od celine. Egovo centralno nesvesno osećanje „nedovoljnog“ primorava ga da na nečiji uspeh reaguje kao na uspeh



koji „meni“ oduzima nešto. On ne shvata da vaša ogorčenost zbog nečijeg uspeha umanjuje šanse za sopstveni uspeh. Kako biste privukli uspeh, morate da mu se radujete i onda kada ga vidite kod drugih.

## **EGO U BOLESTI**

Bolest može ili da ojača ego ili da ga oslabi. Ako prigrvarate, sažaljevate se ili se protivite bolesti, ego jača. Takođe, on postaje jači ako bolest učinite delom vašeg zamišljenog identiteta. „Bolujem od te i te bolesti.“ O, pa sada znamo ko ste. S druge strane, izvestan broj ljudi koji u normalnom životu imaju veliki ego kada se razbole odjednom postaju nežni i prijatni i bolji ljudi. Možda dobiju uvid u nešto što nikad pre nisu znali. Možda su pristupili svom unutrašnjem znanju i zadovoljstvu i govore mudre reči. A onda, kada ozdrave, povrati im se i energija i ego.

Kada se razbolite, vaš nivo energije je izuzetno mali, i inteligencija organizma preuzima i koristiti preostalu energiju u svrhu zaceljenja tela, tako da ne preostaje dovoljno energije za um, tj. za egoično razmišljanje i osećanja. Ego sagoreva značajnu količinu energije. U pojedinim slučajevima, međutim, ego zadržava malu količinu energije i koristi je u sopstvene svrhe. Nije potrebno naglašavati da je onim ljudima koji oseće jačanje ega u bolesti potrebno više vremena za oporavak. Pojedini se nikad i ne oporave, tako da bolest postaje hronična i trajni deo njihovog lažnog doživljaja koji imaju o sebi.

## **KOLEKTIVNI EGO**

Kako je teško živeti sa sobom! Jedan od načina na koje ego pokušava da pobjegne od nezadovoljstva ličnim postojanjem jeste da veliča i jača svoj sopstveni doživljaj putem identifikovanja s grupom: nacijom, političkom partijom, preduzećem, institucijom, sektom, klubom, bandom, fudbalskim timom.

U pojedinim slučajevima se čini da se lični ego razgrađuje onda kada neko svoj život posveti nesebičnom radu u službi višeg dobra kolektiva i ne zahteva nagrade, priznanja ili ulepšavanje. Kakvo je olakšanje osećati se slobodnim od užasnog tereta ličnog doživljaja o sebi. Članovi kolektiva se osećaju srećnim i ispunjenim bez obzira na to koliko naporno rade, koliko se žrtvuju. Čini se da su se izdigli iznad ega. Pitanje glasi: „Da li su se uistinu oslobodili, ili se ego jednostavno prebacio s ličnog na kolektivno?”

Kolektivni ego manifestuje iste osobine kao i lični ego, poput potrebe za konfliktima i neprijateljima, potrebom za tim da se ima više, potrebom da bude u pravu nasuprot onima koji nisu itd. Pre ili kasnije, kolektivni ego će se sukobiti s drugim kolektivnim egoima jer nesvesno traga za konfliktima i potrebna mu je opozicija kako bi definisao svoje granice, a time i svoj identitet. Njegovi članovi će potom iskusiti patnju, koja predstavlja neizbežni rezultat delanja motivisanih egom. U tom trenutku oni će se možda probuditi i shvatiti da njihov kolektivni ego ima snažne elemente ludila.

U početku će možda biti bolno kada se iznenada probudite i shvatite da je kolektivno s kojim ste se bili identifikovali i u čiju ste svrhu radili zapravo ludilo. U tom trenutku mnogi ljudi postanu cinični ili ogorčeni i samim tim poreknu sve vrline, sve vrednosti. To znači da su veoma brzo usvojili drugi sistem verovanja kada su prethodni prepoznali kao iluziju koja se srušila nakon spoznaje. Nisu se suočili sa smrću svog ega nego pobešli i reinkarnisali se u drugom.

Kolektivni ego je često nesvesniji nego pojedinačni egoi od kojih je sastavljen. Na primer, masa ljudi (koje predstavljaju privremene kolektivne egoične entitete) sposobna je da počini grozote koje pojedinci odvojeni od mase ne bi bili u stanju da počine. Nacije često poprime ponašanje koje bi se kod pojedinca smesta kvalifikovalo kao psihopatske

Kako se nova svest bude rađala, pojedini ljudi će biti sazvani da oforme grupe koje čine prosvećenu svest. Te grupe neće predstavljati kolektivna ega. Pojedinci od kojih će se ove grupe sastojati neće imati potrebu da svoj identitet definišu kroz njih.

Oni više ne tragaju ni za jednim oblikom da bi se definisali. Čak i ako članovi te grupe nisu u potpunosti oslobođeni ega, u njima će postojati dovoljna količina svesti da prepoznaju ego u sebi ili drugima onog trenutka kad se bude pojavio. Međutim, potrebna je konstantna budnost jer će ego *sigurno* pokušati da se vrati i zauzme svoj položaj na svaki mogući način. Poništavanje ljudskog ega tako što će se izneti na svetlost svesti, biće jedan od najvažnijih zadataka tih grupa, bilo da se radi o prosvetljenim poslovnim preduzećima, dobrotvornim organizacijama, školama ili zajednicama ljudi. Prosvetljeni kolektivi obavljaju značajnu funkciju u izdizanju nove svesti. Baš kao što vas egoični kolektivi vuku u nesvesnost i patnju, tako će ti prosvetljeni kolektivi biti vihor za svest koja će ubrzati planetarnu pramenu.

## NEOBORIVI DOKAZI O BESMRTNOSTI

Ego se pojavljuje pri podeli ljudske psihe u kojoj se identitet deli na dva dela, koja možemo nazvati „Ja“ i „mene“ ili „mene“ i „lično ja“. Svaki ego je šizofreničan, ako se prihvati popularno značenje sintagme „podeljena ličnost“. Vi živite sa mentalnom predstavom o sebi, sa zamišljenim „ja“ s kojim imate vezu. Život postaje zamišljen i odvojen od toga ko ste vi kada govorite o „svom životu“. Onog trenutka kada kažete ili pomislite „moj život“ i verujete u to što govorite (tako da to ne ostaje samo jezički materijal), ulazite u carstvo obmana. Ako postoji nešto što možete nazvati „moj život“, iz toga sledi da „ja“ i život predstavljaju dve različite stvari, što znači da možete izgubiti svoj život, imaginarnu vrednu stvar koju posedujete. Smrt postaje skoro neizbežna stvarnost i pretnja. Reči i koncepti dele život na delove koji u sebi ne sadrže stvarnost. Može se čak reći da shvatanje fraze „moj život“ predstavlja prvobitnu obmanu razdvojenosti, izvor ega. Ako su „ja“ i život dvoje, ako sam ja odvojen od svog života, onda sam odvojen i od ostalih stvari, bića, ljudi. Ali kako ja mogu biti odvojen od svog života? Koji deo „ja“ može biti odvojen od života, odvojen od Bića? To je nemoguće.

Stoga ne postoji nešto što se zove „moj život“, i ja ne *posedujem* život. Ja jesam život. Ja i život smo jedno. Ne može biti drugačije. Kako onda mogu da izgubim svoj život? Kako mogu da izgubim nešto što i ne posedujem? Kako mogu da izgubim nešto što sam zapravo ja? To je nemoguće.

## *Telo-boli*

Ogromni deo ljudskog razmišljanja odvija se nesvesno, automatski, i ponavlja se. Ne predstavlja ništa više od mentalnog komešanja i nema nikakvu stvarnu svrhu. Strogo govoreći, vi ne razmišljate; razmišljanje vam se dešava. Izjava: „Razmišljam“ podrazumeva volju, znači da se vi pitate, da postoji izbor s vaše strane. Kod većine ljudi to nije slučaj. „Mislim“ je samo lažna izjava poput „Ja varim hranu“ ili „Ja teram svoju krv da cirkuliše.“ Varenje se dešava samo od sebe, kao i cirkulacija i razmišljanje.

Glas u glavi ima svoj život. Mnogi ljudi se nalaze u njegovoj milosti; nalaze se pod opsadom misli, uma. A pošto je um uslovljen prošlošću, primorani ste da prošlost proživljavate uvek iznova. Istočnjački termin za to je karma. Kada ste identifikovani s tim glasom, toga naravno niste ni svesni. Ukoliko biste bili svesni, više ne biste bili opsednuti, jer vi ste jedino i istinski opsednuti onda kada taj entitet pomešate s tim što ste, tj. kada vi postanete taj entitet.

Hiljadama godina čovečanstvo je bilo pod ogromnim uticajem uma, i nije uspevalo da taj opsednuti entitet prepozna kao „ne-ja“. Uz pomoć potpune identifikacije s umom, lažnim doživljajem sopstvenog „ja“, ego isplivava na površinu. Čvrstina ega zavisi od stepena do kog ste vi - svest - identifikovani s vašim umom, s razmišljanjem. Razmišljanje je samo mali aspekt celokupne svesti, svega onoga što predstavljate.

Stepen identifikacije s umom razlikuje se od osobe do osobe. Pojedini ljudi uživaju u trenucima prekida identifikacije,

koliko god kratki bili, i mir, radost i živost koju osete u tim trenucima čine život vrednim življenja. To su takođe trenuci kada se pojavljuju kreativnost, ljubav i sažaljenje. Drugi ljudi su konstantno zarobljeni u egoičnom stanju. Otušeni su od sebe, kao i od drugih i od sveta oko sebe. Kada se zagledate u njih, možete da uočite napetost na njihovim licima, možda i podignutu obrvu, ili odsutni i ukočeni pogled. Veliki deo njihove pažnje je usmeren na razmišljanje, tako da vas oni zapravo niti vide niti čuju. Nisu prisutni ni u jednoj situaciji jer je njihova pažnja usmerena ka prošlosti ili budućnosti, koje su, naravno, misaoni oblici. Ili vam se obraćaju tumačeći određenu ulogu, tako da to i nisu oni. Većina ljudi je otušena od onoga što jeste, a pojedini su toliko otušeni da je način na koji se ponašaju i komuniciraju s drugim ljudima viđen kao „lažan“ od strane skoro svih ljudi, s izuzetkom onih koji su podjednako lažni, podjednako otušeni od toga što su.

Otušenje znači da se ne osećate opuštено ni u jednoj situaciji, ni na jednom mestu, ni s jednom osobom, čak ni sa sobom. Uvek pokušavate da stignete „kući“, ali se nikad ne osećate kao kod kuće. Neki od najvećih pisaca dvadesetog veka, poput Franca Kafke, Alberta Kamija, T. S. Eliota i Džejmsa Džojisa prepoznali su otušenje kao univerzalnu dilemu ljudskog postojanja. Verovatno su je i sami osećali i zbog toga su bili u mogućnosti da je briljantno opišu u svojim delima. Oni ne nude rešenje. Njihov doprinos se ogleda u tome što su nam ukazali na odraz ljudske nevolje kako bismo mogli da je jasnije vidimo. Jasno videti nečiju nevolju predstavlja prvi korak u njenom prevazilaženju.

## **RAĐANJE EMOCIJA**

Pored misli, mada ne odvojeno od njih, postoji i druga dimenzija ega: emocija. To ne znači da je svako razmišljanje i svaka emocija deo ega. Oni se pretvaraju u ego samo onda kada se identifikujete s njima i kada oni preuzmu potpunu kontrolu nad vama, tj. kada postanu „ja“.

Fizički organizam, vaše telo, poseduje sopstvenu inteligenciju, kao i organizam svih ostalih oblika života. I ta inteligencija reaguje na sve što vaš um govori, reaguje na vaše misli. Emocija je reakcija tela na vaš um. Inteligencija tela je, naravno, nerazdvojni deo univerzalne inteligencije, kao jedna od njenih bezbrojnih manifestacija. Ona daje privremenu koheziju atomima i molekulima koji sačinjavaju vaš fizički organizam. Ona predstavlja organizacioni princip iza funkcionisanja svih organa tela, preobraćanja kiseonika i hrane u energiju, otkucaja srca i cirkulacije krvi, imunološkog sistema, koji štiti vaše telo od napada, prenosa senzornih osećaja u nervne impulse koji se šalju u mozak, gde se dekodiraju i sklapaju u koherentnu unutrašnju sliku spoljašnje stvarnosti. Sve ove, kao i hiljade drugih funkcija koje se istovremeno dešavaju i ponavljaju, savršeno su usklađene uz pomoć inteligencije. Vi ne upravljate vašim telom. Za to je zadužena inteligencija. Ona je takođe zadužena i za reakcije organizma na okruženje.

Ovo se odnosi i na svaki drugi oblik života. To je ona ista inteligencija koja je biljkama dala fizički oblik, a sada se manifestuje u cvetu koji je nastao od biljke, cvetu koji otvara svoje latice ujutru, da bi primio sunčeve zrake, i uveče ih opet zatvara. To je ista inteligencija koja se manifestuje kao *Gaja*, složeno živo biće koje je planeta Zemlja.

Ta inteligencija stvara instinktivne reakcije organizma na svaki oblik pretnje ili izazova. Stvara u životinjama reakcije koje su slične ljudskim emocijama: bes, strah, uživanje. Ove instinktivne reakcije mogu se smatrati prvobitnim oblicima emocija. U pojedinim situacijama, ljudska bića imaju, poput životinja, instinktivne reakcije. Kada se suočavaju s opasnošću, kada je opstanak organizma doveden u pitanje, srce kuca brže, mišići se kontrahuju, disanje se ubrzava u pripremi za borbu. Iskonski strah. Kada ste saterani u ćošak, iznenadni nalet intenzivne energije telu daje snagu koju nije imalo pre. Iskonski bes. Ove instinktivne reakcije slične su emocijama, ali to nisu emocije u pravom smislu te reči. Osnovna razlika između instinktivne reakcije i emocije je sledeća: instinktivna reakcija je direktan odgovor tela na određenu spoljašnju situaciju. Emocija, s druge strane, predstavlja odgovor tela na misao.

Indirektno, emocija takođe može biti odgovor na stvarnu situaciju ili događaj, ali će biti reakcija viđena kroz filter mentalne interpretacije, filter misli, tj. viđena kroz zamišljeni koncept o dobru ili lošem, sviđanjima i nesviđanjima „Ja” i „moje”. Na primer, velika je verovatnoća da nećete osetiti nikakve emocije kada čujete da je nečiji auto ukraden, ali ako se radi o *vašem* autu, sigurno ćete se potresti. Neverovamo je koliko emocija može da stvori mali mentalni koncept o „mojem”.

Iako je telo veoma inteligentno, ne može da uoči razliku između stvarne situacije i misli. Reaguje na svaku misao kao da se radi o stvarnosti. Ne zna da je to samo misao. Telo zabrinjavajuća, zastrašujuća misao znači „ja sam u opasnosti”, i ono reaguje u skladu s tim, čak iako se u tom trenutku nalazite u toplom krevetu, usred noći. Srce kuca brže, mišići se kontrahuju, disanje se ubrzava. Energija se nagomilava, ali pošto je opasnost samo fiktivna, energija nema na šta da se potroši. Deo nje odlazi u mozak, koji generiše još više uznemiravajućih misli. Ostatak energije se pretvara u otrov i meša se s harmoničnim funkcionisanjem tela.

## EMOCIJE I EGO

Ego ne predstavlja samo neopaženi deo uma, glas u glavi, koji se pretvara da ste vi, nego i neopažene emocije, koje su odgovor tela na to šta taj glas govori.

Već smo videli u kakvo se razmišljanje upušta egoični glas, kao i disfunkcionalnost ugrađenu u strukturu njegovog misaonog procesa, bez obzira na sadržaj. Na to disfunkcionalno razmišljanje telo reaguje negativnim emocijama.

Glas u glavi priča priču u koju telo veruje i na koju reaguje. Te reakcije su emocije. Emocije, za uzvrat, šalju energiju nazad k mislima koje su i stvorile emocije. To je začarani krug između neosnovanih misli i osećanja, a rezultat je emocionalno razmišljanje i emocionalno izmišljanje priča.

Emocionalna komponenta ega razlikuje se od osobe do osobe. Kod pojedinih ega je veća nego kod drugih. Misli koje



pokreću emocionalne reakcije u telu mogu doći veoma brzo. Često i pre nego što um ima vremena da ih imenuje, telo je već odgovorilo emocijom, a emocija se pretvorila u reakciju. Te misli postoje u predgovornoj fazi i mogu se nazvati neizgovorenim, nesvesnim pretpostavkama. Potiču iz uslovljene prošlosti svake osobe, obično iz ranog detinjstva. „Ljudima se ne može verovati“, predstavlja primer takve nesvesne pretpostavke kod osobe čije se prvobitne veze, tj. veze s roditeljima i braćom i sestrama, nisu odlikovale podrškom i poverenjem. Ovo su još neke od čestih nesvesnih pretpostavki: „Niko me ne poštuje i ne ceni. Moram da se borim kako bih opstao. Nikad nemam dovoljno novca. Život me uvek izneveri. Ne zaslužujem da imam previše. Ne zaslužujem ljubav.“ Nesvesne pretpostavke u telu stvaraju emocije koje potom stvaraju aktivnost u umu i/ili trenutne reakcije. Na taj način, one kreiraju vašu stvarnost.

Glas ego konstantno remeti prirodno stanje dobrobiti u telu. Skoro svako ljudsko telo nalazi se pod velikim stresom i naporom. Ono nije ugroženo od strane nekog spoljašnjeg faktora, već iznutra, od strane uma. Ego je vezan za telo, i ono ne može a da ne odgovori na svaki disfunkcionalni misaoni obrazac od kojih se ego sastoji. Stoga, tok negativnih emocija prati tok neprestanog i nagonskog razmišljanja.

Šta je to negativna emocija? Emocija koja je toksična po telo i koja ometa izbalansirano i harmonično funkcionisanje tela. Strah, nemir, zameranje, tuga, mržnja ili intenzivno negodovanje, ljubomora, zavist - sve to remeti protok energije kroz telo, utiče na rad srca, imunološki sistem, varenje, lučenje hormona itd. Čak i priznata medicina, iako ne zna mnogo o načinu na koji ego funkcioniše, počinje da uviđa vezu između negativnog emocionalnog stanja i fizičke bolesti. Emocija koja škodi telu utiče i na ljude s kojima dolazite u kontakt indirektno, putem lančane reakcije, ali i na bezbrojne druge, s kojima uopšte ne dolazite u kontakt. Postoji sveobuhvatni termin za sve negativne emocije: nesreća.

Da li onda pozitivne emocije imaju suprotni efekat na fizičko telo? Da li one jačaju imunološki sistem, pospešuju zdravlje i leče telo? Da, zaista, ali treba da znamo razliku između

pozitivnih emocija koje stvara ego i dubljih emocija, koje proizilaze iz vašeg prirodnog stanja povezanosti s Bićem.

Pozitivne emocije koje stvara ego u sebi već sadrže njima suprotne emocije, u koje se veoma lako mogu pretvoriti. Evo nekoliko primera: Ono što ego naziva ljubavlju je posesivnost i zavisno vezivanje, koje se već narednog sekunda može pretvoriti u mržnju. Iščekivanje sledećeg događaja, što je egovo precenjivanje budućnosti, veoma lako se pretvara u suprotno - razočaranje i nezadovoljstvo - pošto se događaj okonča i ne ispuni očekivanja ega. Pohvale i priznanja vam pomažu da se osećate živim jedan dan, kritike i ignorisanje čine da se osećate odbačenim i nesrećnim narednog. Zadovoljstvo posle lude zabave pretvara se u mamurluk sledećeg jutra. Ne postoji dobro bez lošega, niti let bez vrtoglavog pada.

Emocije koje ego stvara potiču od identifikacije uma sa spoljašnjim faktorima, koji su, naravno, nestabilni i u svakom trenutku podložni promeni. Dublje emocije nisu zapravo emocije nego stanja Bića. Emocije postoje unutar carstva suprotnosti. Stanja Bića mogu biti prikrivena, ali ne postoje stanja suprotna njima. Ona potiču iz vaše unutrašnjosti i iskazuju se kroz ljubav, radost i mir, koji su deo vaše prave prirode.

## **PATAK S LJUDSKIM MOZGOM**

U knjizi *Moć sadašnjeg trenutka* pomenuo sam ono što sam uočio - kada dva patka ulete u borbu, koja nikad ne potraje dugo, razdvojiće se i odlepršati u suprotnim smerovima. Potom će obojica ponosito zaklepetati krilima nekoliko puta, oslobađajući se viška energije koja se nakupila tokom borbe. Nakon toga odlepršaće u miru, kao da se ništa nije desilo.

Kad bi patak imao ljudski mozak, nastavio bi s borbom tako što bi razmišljao i izmišljao priče. Ovako bi verovatno glasila patkova priča: „Ne mogu da poverujem u ovo šta je upravo uradio. Prišao mi je na samo nekoliko centimetara. On misli da poseduje ovo jezero. Uopšte nema obzira prema mom ličnom

prostoru. Nikad mu više neću verovati. Sledeći put će uraditi nešto drugo samo da bi me iznervirao. Siguran sam da već sada kuje plan protiv mene. Ali neću mu to dozvoliti. Naučiću ga pameti za sva vremena." I tako u nedogled um smišlja svoje priče i priča ih danima, mesecima i godinama. Kada je reč o telu, borba se i dalje nastavlja, i energija koju stvara kao reakciju na sve te misli jeste emocija koja nanovo generiše nove misli. To postaje emocionalno razmišljanje ega. Sada vidite kako bi život patka postao problematičan ukoliko bi imao ljudski mozak. Mnogi ljudi, ipak, žive na taj način. Nijedna situacija ili događaj se ne završe. Mozak i tvorevina mozga zvana „ja i moja priča“ produžuju njihovo trajanje.

Mi smo vrsta koja se izgubila. Sve što je prirodno - svaki cvet ili drvo, svaka životinja može nečemu da nas nauči samo kad bismo zastali, pogledali i poslušali. Naša pačja lekcija glasi: „Zaklepetajte krilima - što znači 'manite se priče' i vratite se na jedino mesto moći: sadašnji trenutak."

## TERET PROŠLOSTI

Nesposobnost ili, radije, nevoljnost ljudskog uma da se oslobodi prošlosti fantastično je ilustrovana u priči o dva zen monaha, Tanzanu i Ekidou, koji su hodali seoskim putem, veoma blatnjavim nakon velikog nevremena. U blizini sela naišli su na mladu ženu koja je pokušavala da pređe put, ali je blato bilo toliko duboko da bi uništilo njen svileni kimono. Tanzan ju je bez razmišljanja podigao i preneo na drugu stranu.

Monasi su nastavili da hodaju u tišini. Pet sati kasnije, dok su se približavali konačištu, Ekido se nije mogao više suzdržati. „Zašto si preneo onu devojkicu preko puta?“, upitao je. „Mi monasi ne bi trebalo da radimo tako nešto.“

„Spustio sam devojkicu pre nekoliko sati“, odgovorio je Tanzan. „Zar je ti još uvek nosiš?“

Sada zamislite kakav bi život bio nekome ko sve vreme živi kao Ekido, nesposoban i nevoljan da se oslobodi situacija,

čime akumulira sve više „stvari“. Sada imate predstavu o tome kakav je život većine ljudi. Kako težak teret prošlosti oni nose sa sobom u svojim umovima.

Prošlost u vama živi u vidu sećanja, ali sećanja sama od sebe ne predstavljaju problem. Zapravo, kroz sećanje učimo na primeru prošlosti i na starim greškama. Samo onda kada sećanja, tj. misli o prošlosti, preuzmu kontrolu nad vama, pretvaraju se u teret, postanu problematične i postanu deo vašeg doživljaja sopstvenog „ja“. Vaša ličnost, koja je uslovljena prošlošću, postaje vaš zatvor. Vaša sećanja su poprimila oblik vašeg doživljaja o sebi, i vaša priča postaje ono za šta se smatrate. To „malo ja“ je iluzija koja zaklanja identitet vas kao pravog vanvremenskog i bezobličnog Prisustva.

Vaša priča, međutim, sastoji se ne samo od mentalnih nego i od emocionalnih sećanja, od stare emocije, koja se neprekidno oživljava. Kao i u slučaju monaha koji je teret svog negodovanja nosio pet sati hraneći ga svojim mislima, većina ljudi nosi ogromne količine bespotrebnog tereta, i mentalnog i emocionalnog, tokom svojih života. Ograničavaju sebe kroz tugu, žaljenje, neprijateljstvo i krivicu. Njihovo emocionalno razmišljanje je postalo njihovo „ja“, i oni se drže starih emocija jer to jača njihov identitet.

Zbog sklonosti ljudi da produžuju staru emociju, skoro svako u svom energetskom polju nosi akumuliranu staru bol, koju nazivam „telo-boli“.

Međutim, možemo da prestanemo da dodajemo teret telu-boli, koje već posedujemo. Možemo da naučimo kako da se odviknemo navike da akumuliramo i produžujemo staru emociju, klepećući svojim krilima, metaforički rečeno, i da se suzdržimo od življenja u prošlosti, bez obzira na to da li se nešto desilo juče ili pre trideset godina. Možemo da naučimo da situacije i događaje ne održavamo živim u svojim umovima, nego da svoju pažnju preusmerimo na sveži, vanvremenski sadašnji trenutak i tako ne ostanemo zarobljeni u izmišljanju scenarija. Samo naše Prisustvo postaje naš identitet, a ne misli i osećanja.

Ništa što se desilo u prošlosti ne može da vas zaustavi da budete prisutni u sadašnjem trenutku, a ako prošlost ne može da vas spreči da budete prisutni u sadašnjem trenutku, kakvu onda moć ima?

## INDIVIDUALNO I KOLEKTIVNO

Svaka negativna emocija s kojom se niste u potpunosti suočili i uvideli šta zaista predstavlja u onom trenutku kad se pojavila nikada se ne razgradi u celosti. Za sobom ostavi tragove boli.

Deca smatraju te emocije suviše intenzivnim da bi se mogla suočiti s njima i trude se da ih ne osećaju. U odsustvu potpuno svesne odrasle osobe koja bi ih s ljubavlju i milosrdnim razumevanjem vodila kroz direktno suočavanje s emocijama, razumljivo je da će dete izabrati da uopšte ne oseća. Nažalost, rani odbrambeni mehanizam obično ostane prisutan i kada dete odraste. Neprepoznata emocija i dalje živi u njemu ili njoj i manifestuje se indirektno u vidu nemira, besa, izliva nasilja, lošeg raspoloženja ili čak i fizičke bolesti. U pojedinim slučajevima upliće se u svaki intimni odnos i sabotira ga. Većina psihijatara sreće se s pacijentima koji u početku tvrde da su imali krajnje srećno detinjstvo, a onda se ispostavi da uopšte nije tako. Niko ne može da proživi detinjstvo a da ne oseti emocionalnu bol, mada ima i takvih slučajeva. Čak i kad bi oba roditelja bila prosvećena, i dalje biste odrastali u svetu koji je u velikoj meri nesvestan.

Tragovi boli, koji su ostali nakon svake proživljene negativne emocije s kojom se niste u potpunosti suočili, prihvatili je, a onda je se oslobodili, spajaju se kako bi stvorili energetsko polje koje živi u svakoj ćeliji vašeg tela. Ne sastoje se samo od boli iz detinjstva, nego i od negativnih emocija koje su dodate kasnije, u adolescenciji i tokom života odrasle osobe i većinu te boli je stvorio glas ega. To je emocionalna bol, koja je vaš neizostavni saputnik u situaciji kada je vaš lažni doživljaj sebe osnova vašeg života.

To energetsko polje stare ali veoma žive emocije koja živi u skoro svakom živom biću predstavlja telo-boli.

Telo-boli, međutim, po prirodi nije individualno. U sebi sadrži i deo boli od koje su bolovali brojni ljudi tokom istorije čovečanstva, a to je istorija neprekidnih plemenskih sukoba, ropstva, pustošenja, silovanja, mučenja, i drugih oblika nasilja. Ta

bol još uvek živi u kolektivnoj psihi čovečanstva i nadodaje se na dnevnu dozu, u šta se možete uveriti ako pogledate večerašnje izdanje vesti ili posmatrate dramu u odnosima među ljudima. Kolektivno telo-boli verovatno je urezano u DNK svakog čoveka, iako to još nismo otkrili.

Svako novorođenče koje dođe na svet u sebi već nosi emocionalno telo-boli. Kod nekih je ono teže, čvršće nego kod ostalih. Pojedine bebe su većinu vremena srećne. Druge izgledaju kao da nose ogromnu količinu nesreće u sebi. Tačno je da pojedine bebe mnogo plaču jer im nije pruženo dovoljno ljubavi i pažnje, dok druge plaču bez očiglednog razloga, kao da pokušavaju da sve ostale oko sebe učine nesrećnim onoliko koliko su i one, i često im to polazi za rukom. One su na ovaj svet došle s ogromnom količinom ljudske boli. Druge bebe često plaču jer mogu da osele zračenje negativnih emocija iz svojih roditelja, što stvara bol kod njih i tera njihovo telo-boli da raste tako što apsorbuje energiju iz tela-boli svojih roditelja. O čemu god da se radi, jedno je sigurno: kako detetovo fizičko telo raste, tako raste i njegovo telo-boli.

Odojče s laganim telom-boli neće obavezno biti duhovno „napredniji“ muškarac ili žena u odnosu na ono s čvrstim telom-boli. U stvari, često se desi suprotno. Ljudi sa teškim telom-boli obično imaju bolje šanse da se duhovno probude nego oni sa relativno laganim telom-boli. Premda pojedini ostanu zarobljeni u svojim teškim telima-boli, mnogi dosegnu tačku kada više ne mogu da žive sa svojom nesrećom, te njihova motivacija za buđenje postaje snažnija.

Zašto je napaćeno telo Isusa, njegovo lice izobličeno od agonije, njegovo telo s bezbrojnim ranama koje krvare tako značajna slika u kolektivnoj svesti čovečanstva? Milioni ljudi, posebno tokom Srednjeg veka, ne bi se do te mere poistovetili s njom da nešto unutar njih nije odjekivalo njome, da nisu nesvesno u njoj prepoznali spoljašnju predstavu svoje unutrašnje stvarnosti - telo-boli. Još nisu bili dovoljno svesni kako bi ga direktno prepoznali u sebi, ali to je bio početak osvešćenja. Hrist se može posmatrati kao arhetip čoveka, otelotvorenje i boli i mogućnosti da se ona prevaziđe.

## **NAČIN NA KOJI SE TELO-BOLI OBNAVLJA**

Telo-boli je poluautonomni oblik energije, koji živi unutar većine ljudi, entitet sačinjen od emocija. Posедуje sopstvenu primitivnu inteligenciju, poput lukave životinje, i ta je inteligencija prvenstveno usmerena ka opstanku. Poput svih oblika života, s vremena na vreme potrebna mu je hrana, unos nove energije, a hrana koju zahteva kako bi se snabdeo sastoji se od energije koja je kompatibilna s njegovom, tj. sa energijom koja osciluje na sličnoj frekvenciji. Svako, u emocionalnom smislu bolno iskustvo, može se iskoristiti kao hrana za telo-boli. Zato se ono i hrani negativnim razmišljanjem kao i dramom u ličnim odnosima. Telo-boli je zavisno od nesreće.

Možda deluje kao šok kada po prvi put shvatite da unutar vas postoji nešto što s vremena na vreme čezne za emocionalnom negativnošću, za nesrećom. Potrebno je da budete još svesniji kako biste to uočili kod sebe. Kad vas obuzme nesreća, ne samo da ne želite da je okončate nego želite da i druge učinite nesrećnim kako biste se hranili njihovim negativnim emocionalnim reakcijama.

Kod većine ljudi telo-boli ima aktivnu i neaktivnu fazu. Kada je neaktivno, lako zaboravite da u sebi nosite teški tamni oblak ili usnuli vulkan, zavisno od energetskeg polja vašeg tela-boli. Koliko će dugo ostati neaktivno, zavisi od osobe do osobe; najčešće nekoliko nedelja, mada neaktivnost može potrajati i nekoliko dana ili meseci. U retkim slučajevima, telo-boli može da bude u stanju hibemacije i po nekoliko godina pre nego što ga određeni događaj pokrene.

## **NAČIN NA KOJI SE TELO-BOLI HRANI VAŠIM MISLIMA**

Telo-boli se budi iz svog sna kada ogladni, kada dođe vreme da se dopuni ili kada ga nešto pokrene. Telo-boli koje je spremno za hranjenje može iskoristiti beznačajni događaj kao pokretač, nešto što neko kaže ili uradi, ili čak pomisli. Ako živite

sami ili ako se niko ne nalazi u vašoj blizini, telo-boli će se hraniti vašim mislima. Iznenada će vaše razmišljanje postati krajnje negativno. Verovatno niste ni svesni da je baš pre naleta negativnog razmišljanja talas emocija okupirao vaš mozak, u vidu tamnog i teškog raspoloženja, nemira ili žestokog besa. Sve misli su energija i telo-boli se sada hrani energijom vaših misli. Ali ne može se hraniti svakom vrstom misli. Ne treba da budete preterano pažljivi da biste uočili da pozitivne misli imaju drugačiji ton osećanja od negativnih. To je ista energija, ali osciluje na različitim frekvencijama. Telo-boli ne može da svari srećnu, pozitivnu misao. Može samo da se hrani negativnim mislima jer samo te misli su kompatibilne s njegovim energetskim poljem.

Svaki predmet kroz neprekidno kretanje stvara energetsko polje. Stolica na kojoj sedite, knjiga koju držite u rukama čine se čvrstim i nepokretnim samo zato što na taj način osećate frekvenciju njihovog oscilovanja, tj. bezbrojne pokrete molekula, atoma, elektrona i subatomske čestice, koje zajedno čine ono što vidite kao stolicu, knjigu, drvo ili telo. Ono što vidimo kao fizički predmet zapravo je energija koja osciluje (kreće se) na određenom rasponu frekvencija. Misli se sastoje od iste vrste energije kao i fizičke stvari, ali osciluju na većim frekvencijama, i to je razlog zašto se ne mogu videti ili dodirnuti. Misli imaju sopstveni raspon frekvencija, gde se negativne misli nalaze niže na skali, a pozitivne više. Frekvencija oscilovanja tela-boli odjekuje frekvencijama negativnih misli, i zbog toga samo te misli mogu hraniti telo-boli.

Uobičajeni obrazac misli koje stvaraju emocije preokrenut je u slučaju tela-boli, bar u početku. Emocija iz tela-boli ubrzo uspostavlja kontrolu nad vašim razmišljanjem, i kada telo-boli preuzme vaš um, vaše razmišljanje postaje negativno. Glas u vašoj glavi priča tužne, uznemirujuće ili tmurne priče o vama i vašem životu, o drugim ljudima, prošlosti, budućnosti ili izmišljenim događajima. Glas krivi, optužuje, žali se i izmišlja. I vi ste u potpunosti identifikovani sa svim što glas govori, verujete u sve izopačene misli. U jednom trenutku postajete zavisni od nesreće.

I ne radi se o tome da vi ne možete da zaustavite tok svojih negativnih misli, vi to ne želite. To je zato što tada telo-boli živi



kroz vas, pretvara se da ste vi. A telu-boli bol predstavlja zadovoljstvo. Rado proždire svaku negativnu misao. Zapravo, taj uobičajeni glas u vašoj glavi postaje glas tela-boli. Preuzima unutrašnji dijalog. Uspostavlja se začarani krug između tela-boli i vašeg razmišljanja. Svaka misao hrani telo-boli i za uzvrat telo-boli stvara još misli. U jednom trenutku, nakon nekoliko sati ili čak i dana, dopunilo se i vraća se u stanje hibemacije, ostavljajući za sobom ispražnjeni organizam i telo koje je podložnije bolestima. Ako vam se čini da je reč o duševnom parazitu, znajte da ste u pravu. O tome se zapravo i radi.

## **NAČIN NA KOJE SE TELO-BOLI HRANI DRAMATIČNIM SITUACIJAMA**

Ako se u vašoj blizini nalaze drugi ljudi, po mogućnosti vaš partner ili blizak član porodice, telo-boli će pokušati da ih izazove, pogodi u živac, popularno rečeno, da bi se moglo hraniti dramatičnom situacijom koja proistekne iz toga. Telo-boli obožava intimne veze i porodice jer odatle dobija najviše hrane. Teško je odupreti se telu-boli druge osobe, koje će sigurno izazvati reakciju. Ono instinktivno poznaje sve vaše najslabije tačke, najosetljivija mesta. Ako ne uspe iz prvog puta, pokušaće ponovo. To je sirova emocija koja traži još emocija. Telo-boli druge osobe želi da probudi vaše telo-boli kako bi se međusobno jačala.

Mnoge veze redovno prolaze kroz nasilničke i destruktivne epizode tela-boli. Skoro je nepodnošljivo bolno za dete da prisustvuje emocionalnom nasilju tela-boli svojih roditelja, a, opet, to je sudbina miliona dece širom sveta, mora njihovog svakodnevnog postojanja. To je i jedan od glavnih načina pomoću kog se telo-boli prenosi s generacije na generaciju. Nakon svake epizode, partneri se mire, i nastupa period relativnog zatišja do onog stepena do kog ego to dozvoli.

Preterano konzumiranje alkohola često aktivira telo-boli, posebno kod muškaraca, ali i kod žena. Kada se osoba napije,

doživljava potpunu promenu ličnosti jer je telo-boli preuzme. Duboko nesvesna osoba, čije se telo-boli redovno dopunjava kroz fizičko nasilje često ga usmerava ka svom supružniku ili deci. Kada se otrezni, iskreno žali i obeća da se to više neće ponoviti i da zaista tako misli ovaj put. Osoba koja govori i obećava, međutim, nije entitet koji je počinio nasilje, tako da možete biti sigurni da će se sve ponoviti osim ako ta osoba ne postane prisutna, prepozna telo-boli unutar sebe i prekine identifikaciju s njim. Kod pojedinih slučajeva savetovanje pomaže.

Većina tela-boli žele da nanesu bol, ali i da je osete, a pojedina su pre svega ili počinitelji ili žrtve. U svakom slučaju, hrane se nasiljem, bilo emocionalnim bilo fizičkim. Pojedini parovi koji misle da su „zaljubljeni" osećaju privlačnost jedno prema drugom baš zbog toga što se njihova tela-boli međusobno dopunjuju. Ponekad je uloga počinitelja ili žrtve već unapred određena pri upoznavanju. Pojedini brakovi za koje se misli da su kao iz raja, zapravo su kao iz pakla.

Ako ste ikad živeli s mačkom, onda znate da je, i kada se čini da spava, ona i dalje svesna svega što se dešava, jer se i pri najmanjem zvuku njene uši pomeraju unapred, a njeni se kapci malo podignu. Usnula tela-boli su upravo takva. Na određenom nivou, ona su i dalje budna, spremna da skoče u akciju kada se pojavi odgovarajući pokretač.

U intimnim vezama, tela-boli često su dovoljno lukava da se pritaje sve dok ne počnete da živite zajedno i, po mogućnosti, potpišete ugovor po kom se obavezujete da ćete s tom osobom biti do kraja života. Ne venčavate se samo s vašim supružnikom nego i s njegovim ili njenim telom-boli, i vaš supružnik s vašim. Možete doživeti pravi šok kada ubrzo pošto počnete da živite zajedno, ili čak i tokom medenog meseca, otkrijete da je došlo do potpune promene ličnosti vašeg partnera. Njen glas postaje grublji ili piskaviji dok vas optužuje, krivi ili galami na vas, često zbog neke trivijalne stvari. Ili se povuče u sebe. „Šta nije u redu?", upitate. „Ništa", odgovori ona. Ali negativna energija kojom zrači govori: „Ništa nije u redu." Kada se zagledate u njene oči, u njima više nema svetlosti, kao da se tamni veo spustio na njih, i biće koje poznajete i volite i koje je pre moglo da

sija kroz svoj ego sada je zamaskirano. Čini vam se da u vas gleda potpuni stranac, i u njenim očima vidi se mržnja, neprijateljstvo, ogorčenost ili bes. Kada vam se obrati, to više nije vaša supruga ili partner nego telo-boli, koje progovara kroz nju. Šta god da govori, to je verzija tela-boli, stvarnost poremećena usled straha, neprijateljstva, besa ili želje da nanese i primi još boli.

U tom trenutku sigurno se pitate da li je to pravo lice vašeg partnera, jer ga pre niste videli, i pitate se da li ste možda napravili najveću grešku jer ste ga izabrali. To, naravno, nije pravo lice, nego samo telo-boli koje je privremeno preuzelo kontrolu nad njim. Teško je naći partnera koji u sebi ne nosi telo-boli, ali bilo bi pametno izabrati nekoga čije telo-boli nije preterano čvrsto.

## **ČVRSTA TELA-BOLI**

Pojedini ljudi u sebi nose čvrsta tela-boli, koja nikad nisu u potpunosti usnula. Oni se osmehuju i vode prijatne razgovore, ali ne treba da budete psihijatar da biste osetili da usijana lopta nesrećnih emocija, koja se nalazi neposredno ispod površine, čeka na sledeći događaj kako bi odreagovala, sledeću osobu koju će optužiti za nešto ili sa kojom će se suočiti, sledeću stvar zbog koje će biti nesrećna. Njihova tela-boli nikada se ne zadovoljavaju i uvek su gladna. Ona uvećavaju potrebu ega za neprijateljima.

U njihovim reakcijama relativno beznačajne stvari toliko su preuveličane da oni pokušavaju da uvuku i druge ljude u svoju dramu tako što ih primoravaju da reaguju. Neki se uključe u dugotrajne i beznačajne procese ili sudske slučajeve s organizacijama ili pojedincima. Druge obuzme opsesivna mržnja prema bivšem supružniku ili partneru. Nesvesni boli koju nose u sebi, svojim postupcima projektuju bol na događaje i situacije. Usled nedostatka svesti, nisu u stanju da uoče razliku između događaja i njihove reakcije na njih. Za njih se nesreća, pa i sama bol nalaze u događaju ili situaciji. Pošto su nesvesni svog unutrašnjeg stanja, oni i ne shvataju da su duboko nesrećni, da pate.

Ponekad ljudi s tako čvrstim telom-boli postanu aktivisti koji se bore za svoje ciljeve. Taj cilj možda je i vredan, i oni u početku ostvaruju uspeh. Međutim, negativna energija koja se upliće u ono što oni govore i rade i njihova nesvesna potreba za neprijateljima i konfliktima teže da stvore sve veću opoziciju prema njihovom stavu. Obično završe tako što stvore neprijatelje i unutar svoje organizacije, jer gde god da odu, pronalaze razloge da se osećaju loše, te njihovo telo-boli nastavlja da dobija ono što želi.

## **ZABAVA, MEDIJI I TELO-BOLI**

Kada ne biste bili upoznati s našom savremenom civilizacijom, kad biste bili iz drugog doba ili s druge planete, jedna od stvari koja bi vas zaprepastila jeste činjenica da milioni ljudi vole da gledaju kako se ljudi međusobno ubijaju i nanose bol jedni drugima, i čak plaćaju da bi gledali tu vrstu „zabave“.

Zašto filmovi o nasilju privlače toliku publiku? Postoji cela industrija čiji značajan deo hrani ljudsku zavisnost o nesreći. Ljudi očigledno gledaju te filmove jer žele da se osećaju loše. Šta je to u ljudima što voli da se osećaju loše i to naziva dobrim? Telo-boli, naravno. Veliki deo industrije zabave obezbeđuje takvu vrstu sadržaja. Uz reagovanje, negativno razmišljanje i ličnu dramu, telo-boli se posredno obnavlja i kroz bioskopski i televizijski ekran. Tela-boli pišu i režiraju te filmove, i tela-boli plaćaju da bi ih gledala.

Da li je uvek „pogrešno“ prikazivati i gledati nasilje na televiziji i u bioskopu? Da li takvo nasilje pomaže telu-boli? Na trenutnom stepenu razvoja čovečanstva, nasilje nije samo sveprisutno nego je i u porastu, jer se stara egoična svest, uvećana kroz kolektivno telo-boli, jača pre neizbežnog kraja. Ako film pokazuje nasilje u širem smislu, ako ukazuje na njegovo poreklo i posledice, ako pokazuje šta čini žrtvi kao i počiniocu, ako pokazuje kolektivnu nesvesnost koja leži iza tog nasilja i prenosi se s generacije na generaciju (bes i mržnja koji žive u

ljudima u vidu tela-boli), onda ti filmovi mogu obaviti osnovnu funkciju u buđenju ljudske svesti. Mogu delovati kao ogledalo u kom čovečanstvo može videti svoju ludost. Ono u vama što ljudi lo vidi kao takvo (čak iako je vaše lično) predstavlja zdrav razum, svest koja se izdiže, okončanje ludosti.

Takvi filmovi zaista postoje i oni ne hrane telo-boli. Neki od najboljih antiratnih filmova su oni koji pokazuju ratnu stvarnost umesto njegovu glamuroznu stranu. Telo-boli se jedino može hraniti filmovima u kojima je nasilje prikazano kao normalno ili čak poželjno ponašanje, ili u onima u kojima se veliča u jednu svrhu - da bi se u gledaocu stvorila negativna emocija. Na taj način, ova vrsta filmova postaje „fiks“ za ona tela-boli koja su navučena na bol.

Popularni tabloidi ne prodaju vesti nego negativne emocije, hranu za telo-boli. „Nečuveno“ više ogromni naslov, ili „Budale“. Britanski tabloidi prednjače u tome. Oni znaju da negativne emocije prodaju više primeraka novina nego bilo koja vest.

Postoji sklonost, posebno u informativnim emisijama, da se uživa u lošim vestima. Što je vest gora, to su voditelji uzbuđeniji i često je to negativno uzbuđenje stvoreno od strane samih medija. Telo-boli jednostavno uživaju u tome.

## **KOLEKTIVNO ŽENSKO TELO-BOLI**

Kolektivna dimenzija tela-boli satkana je od različitih niti. Plemena, nacije, rase, sve one poseduju svoja kolektivna tela-boli, neki čvršća nego drugi, i većina članova tih plemena ili nacija ili rasa učestvuju u njemu u većoj ili manjoj meri.

Skoro svaka žena učestvuje u kolektivnom ženskom telu-boli, koje teži ka tome da se pokrene upravo pre menstrualnog ciklusa. U to vreme mnoge žene su preosetljive zbog intenzivnih negativnih emocija.

Potiskivanje ženskog principa, posebno tokom poslednjih dve hiljade godina, pomoglo je egu da dobije apsolutnu prednost u kolektivnoj ljudskoj psihi. Iako i žene imaju ego, on se

lakše ukoreni i raste u muškom obliku nego u ženskom. To je zato što su žene u manjoj meri identifikovane sa svojim umom. One su bliže svom unutrašnjem telu i inteligenciji organizma, odakle potiču intuitivne reakcije. Ženski oblik nije strogo ukalupljen poput muškog, poseduje veću otvorenost i osetljivost prema drugim oblicima života, i više je u skladu sa svetom prirode.

Da ravnoteža između muške i ženske energije nije uništena, rast ega bi u velikoj meri bio ograničen. Ne bismo objavili rat prirodi, i ne bismo bili u potpunosti odvojeni od svog Bića.

Niko ne zna tačnu cifru jer niko nije vodio zapisnik, ali se pretpostavlja da je tokom tristogodišnjeg perioda tri do pet miliona žena mučeno i ubijeno u ime „Svete inkvizicije”, institucije oformljene od strane Rimske katoličke crkve kako bi se potisnula jeres. Ona je u istom rangu s holokaustom, koji predstavlja jedno od najcrnijih poglavlja u ljudskoj istoriji. Bilo je dovoljno da žena pokaže ljubav prema životinjama, sama prošetala poljem ili šumom, ili sakuplja lekovito bilje da bi bila označena kao veštica, a onda mučena i spaljena na lomači. Sveta ženstvenost je proglašena demonskom, i cela ta dimenzija je skoro u potpunosti nestala s lica zemlje. I druge kulture i religije, poput judaizma, islama, čak i budizma, potiskivale su žensku dimenziju, mada na manje nasilan način. Žena je, smatralo se, ona koja rađa, i ona je u vlasništvu muškarca. Muškarci, koji su poricali ženstvenost čak i u sebi, upravljali su svetom, svetom koji je bio van ravnoteže. Ostalo je istorija ili, tačnije, slučaj istorije ludila.

Ko je odgovoran za taj strah od ženskog, koji se može opisati jedino kao akutna kolektivna paranoja? Možemo reći: naravno, muškarci. Ali zašto su onda u mnogim starim prehršćanskim civilizacijama poput sumerske, egipatske i keltske žene bile poštovane i niko se nije plašio ženskog principa? Šta je to što je iznenada nateralo muškarce da se osećaju ugroženim od strane žena? Ego koji se razvijao u njima. Znao je da može dobiti potpunu kontrolu nad planetom kroz muški oblik, a da bi to uradio, morao je žene učiniti bespomoćnim.

Vremenom, ego je preuzeo kontrolu i nad većinom žena, ali se nikad nije mogao ukoreniti toliko duboko kao kod muškaraca.

Sada se suočavamo sa situacijom u kojoj je potiskivanje ženstvenosti postalo često, čak i kod samih žena. Iz razloga što je potisnuta, sveta ženstvenost se u svakoj ženi oseća kao emocionalna bol. Zapravo, postala je deo njihovog tela-boli, zajedno s nagomilanim bolom, koji su žene osećale tokom milenijuma pri porođajima, silovanjima, ropstvu, mučenju i nasilnoj smrti.

Ali stvari se sada brzo menjaju. Zbog rastućeg broja ljudi koji postaju svesni, ego popušta svoj stisak nad ljudskim umom. Pošto ego nikada nije bio duboko ukorenjen u ženi, taj stisak popušta brže kod njih nego kod muškaraca.

## **NACIONALNA I RASNA TELA-BOLI**

Pojedine zemlje u kojima je počinjeno mnogo kolektivnog nasilja imaju teža kolektivna tela-boli nego druge. Iz tog razloga, starije nacije često imaju jača tela-boli. Mlađe zemlje, poput Kanade ili Australije, i one koje su bile zaštićene od ludila iz okruženja, poput Švajcarske, imaju lakša tela-boli. Naravno, i u tim zemljama ljudi imaju svoja lična tela-boli s kojima treba da se nose. Ako ste dovoljno osetljivi, možete osetiti težinu u energetskom polju određenih zemalja onog trenutka kad izađete iz aviona. U nekim zemljama može se osetiti energetsko polje skrivenog nasilja neposredno ispod površine svakodnevnog života. Kod pojedinih nacija, na primer, na Bliskom istoku, kolektivno telo-boli je toliko jako da je značajan deo populacije primoran da ga ispoljava kroz beskrajne i sulude cikluse zločina i odmazde, kroz koje se telo-boli neprestano obnavlja.

U zemljama u kojima je telo-boli teško, ali ne i snažno, ljudi pokušavaju da ne reaguju na kolektivnu emocionalnu bol: u Nemačkoj i Japanu kroz rad, u pojedinim zemljama kroz rasprostranjeno uživanje u alkoholu (koje, međutim, ima suprotni efekat i stimuliše telo-boli, posebno ako se pretera). Kinesko teško telo-boli donekle je ublaženo kroz rasprostranjeno upražnjavanje tai-čija, koje začudo nije proglašeno nezakonitim od strane komunističke vlade, koja se oseća ugroženom svim što ne može da

kontroliše. Svaki dan na ulicama i u parkovima milioni ljudi vežbaju meditaciju u pokretu, koja umiruje um. To je veoma značajno za kolektivno energetsko polje i vodi ka umanjivanju tela-boli tako što smanjuje razmišljanje i stvara Prisustvo.

Duhovne prakse koje uključuju fizičko telo, poput tai-čija, či kunga<sup>18</sup> i joge, sve se češće prihvataju i na Zapadu. Ove vežbe ne dovode do razdvajanja tela i duha nego pomažu slabljenju tela-boli. Odigraće značajnu ulogu u globalnom buđenju.

Kolektivno rasno telo-boli naglašeno je kod Jevreja, koji pate od progona u mnogim zemljama. Ne iznenađuje ni to što je snažno i kod Indijanaca, čiji je broj smanjen i čija je kultura skoro uništena od strane evropskih doseljenika. I kod Afro-Amerikanaca telo-boli je naglašeno. Njihovi preci su nasilno proterani sa svojih ognjišta, batinama naterani u potlačeni položaj i prodati kao robovi. Temelj američke ekonomske procvati bazirao se na radu četiri ili pet miliona afričkih robova. Zapravo, ta patnja nanosena Indijancima i Afro-Amerikancima nije ostala ograničena na samo te dve rase, ona je postala deo kolektivnog američkog tela-boli. Čest je slučaj da i počinioци i žrtve pate od posledica raznih nasilničkih činova, ugnjetavanja i brutalnosti. Jer, što činite drugima, činite i sebi.

I stvarno, nije važno koliki deo vašeg tela-boli pripada vašoj naciji ili rasi, a koliki deo je vaš lično. U svakom slučaju, jedino ga možete prevazići tako što ćete preuzeti odgovornost za vaše trenutno unutrašnje stanje. Čak iako se krivica čini opravdanom, sve dok krivite druge, nastavljate da hranite svoje telo-boli mislima i ostajete zarobljeni u svom egu. Postoji samo jedan zločinac na našoj planeti: ljudska svest. Takvo shvatanje donosi iskreni oprostaj. Sa oprostajem, vaš identitet žrtve nestaje i rađa se vaša prava moć - moć Prisustva. Umesto da krivite tamu, unesite svetlost.

<sup>18</sup> Či kung ( *Qigong* ) je sve popularniji oblik kineske medicine, i predstavlja koordinaciju različitih šema disanja sa raznim fizičkim stavovima i kretanjima tela. - Prim. prev.



# *Oslobađanje*

Početak oslobađanja od tela-boli leži u prepoznavanju činjenice da vi *posedujete* telo-boli. Takođe, zavisi od vaše sposobnosti da budete dovoljno prisutni, dovoljno pažljivi da ga primetite u sebi kao težak upliv negativne emocije onoga trenutka kada se aktivira. Kada je prepoznato, ne može se više pretvarati da ste vi i živeti i obnavljati se kroz vas.

Vaša svesna Prisutnost je pravi razlog prekida identifikovanja s telom-boli. Kada se ne identifikujete s njim, telo-boli ne može više da kontroliše vaše razmišljanje i ne može da se obnavlja tako što će se hraniti vašim mislima. Telo-boli se ne razgradi odjednom, ali onda kada prekinete vezu između njega i svog razmišljanja, ono počinje da gubi svoju energiju. Vaše razmišljanje nije više zaklonjeno vašim emocijama, vaše trenutno opažanje nije poremećeno prošlošću. Energija koja je bila zarobljena u telu-boli menja svoju frekvenciju i prenosi se na Prisustvo. Na taj način telo-boli postaje pokretač svesti. To je razlog zašto su pojedini najmudriji, najprosvetljeniji muškarci i žene posedovali teško telo-boli.

Bez obzira na to šta kažete ili uradite ili kakvo lice pokazuje svetu, vaše mentalno-emocionalno stanje ne može se prikriti. Svako ljudsko biće emituje energetsko polje koje odgovara njegovom unutrašnjem stanju, i većina ljudi ga može osetiti, mada energiju drugih mogu osetiti samo podsvesno. Drugim

rečima, oni ne znaju da je osećaju, ali ipak u velikoj meri ona određuje ono što osećaju prema ljudima i način na koji reaguju na njih. Izvestan broj ljudi veoma je svestan te činjenice kada se prvi put sretne s nekim, čak i pre razmene reči. Ubrzo, međutim, reči preuzmu kontrolu nad odnosom, a s rečima dolaze i uloge, koje većina ljudi tumači. Pažnja se preusmeri na carstvo misli i umanjuje se sposobnost da se oseti energetsko polje drugih. Pa ipak, ono se i dalje oseća na nesvesnom nivou.

Kada shvatite da tela-boli nesvesno tragaju za još boli, tj. da žele da se desi nešto loše, shvatićete da su brojne saobraćajne nesreće prouzrokovane od strane vozača čija su tela-boli aktivna sve vreme. Kada dva vozača s aktivnim telima-boli istovremeno stignu na raskrsnicu, velika je verovatnoća da će doći do saobraćajne nesreće, mnogo veća nego pri normalnim okolnostima. Obojica nesvesno žele da se nesreća desi. Uloga tela-boli u saobraćajnim nesrećama je najočiglednija kod fenomena „uličnog besa“, kada vozači postanu fizički nasilni bez valjanog razloga, na primer, kada neko ispred njih vozi preterano sporo.

Mnogo nasilja je naneseo od strane „normalnih“ ljudi koji su se privremeno transformisali u manijake. Širom sveta u sudskim procesima može se čuti advokat odbrane kako tvrdi: „Ovo ne priliči njegovom/njenom karakteru.“ I optuženi tvrdi: „Ne znam šta me je bilo spopalo.“ Koliko je meni poznato, nijedan advokat odbrane nije rekao, mada se i to može desiti: „Ovo je slučaj umanjene odgovornosti. Telo-boli moga klijenta bilo je aktivno i on nije znao šta radi. Zapravo, on to nije ni uradio. Njegovo telo-boli je odgovorno za to.“

Da li to znači da ljudi nisu odgovorni za svoja dela kada su pod opsadom tela-boli? Moj odgovor glasi: Pa, zar mogu biti? Kako možete biti odgovorni kada ste nesvesni, kada ne znate šta činite? Međutim, na širem planu, ljudska bića su predodređena da se razvijaju u svesna bića, i oni koji ne uspeju u tome patiće od posledica svoje nesvesnosti. Neće biti u skladu s evolucionim impulsom univerzuma.

A čak je i to samo relativno tačno. Iz šire perspektive, nije moguće biti neusklađen s evolucijom univerzuma, tako da i ljudska nesvesnost i patnja koja iz nje proističe predstavljaju deo te

evolucije. Kada više ne možete da izdržite beskonačni ciklus patnje, počinjete da se budite. Izgleda da i telo-boli ima svoje obavezno mesto u široj slici.

## PRISUSTVO

Žena u tridesetim godinama došla je da me poseti. Dok se pozdravljala sa mnom, mogao sam osetiti bol iza njenog kulturnog i usiljenog osmeha. Počela je da mi priča svoju priču, i za nekoliko sekundi njen se osmeh pretvorio u bolnu grimasu. Potom je počela da nekontrolisano jeca. Rekla je da se oseća usamljeno i neispunjeno. Bilo je toliko besa i tuge u njoj. Kao dete bila je fizički zlostavljana od strane nasilnog oca. Ubrzo sam shvatio da njena bol nije prouzrokovana okolnostima njenog sadašnjeg života nego neverovatno teškim telom-boli. Njeno telo-boli je postalo filter kroz koji je sagledavala svoju životnu situaciju. Još nije mogla da uoči vezu između svoje emocionalne boli i svojih misli, jer je bila identifikovana i s jednim i s drugim. Nije mogla da shvati da svoje telo-boli hrani sopstvenim mislima. Drugim rečima, živela je s teretom duboko nesrećnog doživljaja o sopstvenom „ja”. U određenom trenutku, međutim, sigurno je shvatila da je njena bol poticala iz nje, da je sama sebi predstavljala teret. Bila je spremna za buđenje, i zbog toga je i došla kod mene.

Usmerio sam njenu pažnju na ono što je osećala u sebi i zatražio da oseti emociju direktno, a ne kroz filter svojih nesrećnih misli, svoje nesrećne priče. Ona mi je odgovorila da je od mene očekivala da joj ukažem na put ka oslobađanju od nesreće, ne ka nesreći. Nevoljno, međutim, učinila je ono šta sam tražio od nje. Suze su joj lile niz lice, celo telo se treslo. „U ovom trenutku, to je ono što osećate”, odgovorio sam joj. „Ne postoji ništa što možete da uradite povodom činjenice da je *u ovom trenutku* to ono što osećate. A sada, umesto da želite da ovaj trenutak bude drugačiji nego što jeste, što dodaje još boli na bol koja se već nalazi u vama, da li je moguće da u potpunosti prihvatite da je to ono što trenutno osećate?”

Nekoliko trenutaka je bila tiha. Odjednom je izgledalo kao da joj ponestalo strpljenja, spremala se da ustane i ljutito odgovorila: „Ne, ne želim da prihvatim to.“ „Ko govori iz vas?“, upitao sam je. „Vi ili nesreća u vama? Možete li da uvidite da vaša nesreća zbog toga što ste nesrećni predstavlja samo dodatni sloj nesreće?“ Ponovo se ućutala. „Ne tražim od vas da *uradite* nešto. Sve što tražim je da otkrijete da li je moguće da dozvolite tim osećanjima da budu tu. Drugim rečima, i ovo će možda da zvuči čudno, ako ne marite za nesreću, šta se dešava s njom? Zar ne želite da saznate?“

Izgledala je zbunjeno, i nakon minut-dva sedenja u tišini, odjednom sam primetio značajnu promenu u njenom energetskom polju. Rekla je: „Ovo je čudno. Još uvek sam nesrećna, ali sada oko toga postoji prostor. Čini mi se da mi nije više toliko važno.“ Tad sam prvi put čuo da se neko izrazio na taj način: postoji prostor oko moje nesreće. Taj prostor, naravno, pojavljuje se kada dođe do unutrašnjeg prihvatanja svega što proživljavate u sadašnjem trenutku.

Nisam više mnogo govorio, dozvolio sam njoj da bude sama sa svojim iskustvom. Kasnije je shvatila da od onog trenutka kada je prestala s identifikovanjem sa svojim osećanjima, sa starim bolnim osećajem koji je boravio u njoj, onog trenutka kada je svoju pažnju direktno preusmerila na njega, a da nije pokušala da mu se odupre, više nije mogao da kontroliše njeno razmišljanje i da se meša s njenom mentalnom konstrukcijom nazvanom „nesrećna ja“. Pojavila se druga dimenzija u njenom životu, koja je prevazilazila njenu ličnu prošlost - dimenzija Prisutnosti. Pošto ne možete biti nesrećni ako nemate nesrećnu priču, tu je kraj vašoj nesreći. To je i početak kraja tela-boli. Emocija sama od sebe ne predstavlja nesreću. Jedino emocija uz nesrećnu priču čini nesreću.

Po završetku naše seanse bilo je veoma ispunjavajuće znati da sam upravo prisustvovao izdizanju Prisutnosti u drugorh ljudskom biću. Jedini razlog našeg postojanja u ljudskom obliku je da donesemo dimenziju svesti na ovaj svet. Takođe sam prisustvovao umanjivanju tela-boli, ne putem borbe, nego donošenjem svetlosti svesti k njemu.

Nekoliko minuta nakon njenog odlaska, prijateljica Je navratila do mene da mi nešto donese. Čim je ušla, upitala je: „Šta se ovde desilo? Oseća se neka težina i tama. Povraća mi se. Otvori prozore i zapali tamjan.“ Objasnio sam joj da sam upravo prisustvovao ogromnom oslobađanju kod nekoga ko je imao veoma čvrsto telo-boli i da je to što oseća sigurno deo energije koja je oslobođena tokom seanse. Moja prijateljica, međutim, nije htela da ostane i sasluša ostatak. Želela je da pobegne što pre.

Otvorio sam prozore i otišao na večeru u mali indijski restoran u blizini. Ono što se desilo tamo dalja je potvrda onoga što sam već znao - na određenom nivou, sva naizgled pojedinačna ljudska tela-boli su povezana. Mada je oblik u kom je ta potvrda došla predstavljao priličan šok za mene.

## **POVRATAK TELA-BOLI**

Seo sam za sto i naručio obrok. Bilo je još nekoliko gostiju u restoranu. Za stolom do mene sedeo je sredovečni čovek u invalidskim kolicima, koji je upravo završavao s večerom. Bacio je pogled na mene, kratko ali intenzivno. Prošlo je nekoliko minuta. Odjednom se uznemirio, potresao, njegovo telo je počelo da se trza. Konobar je prišao da počisti njegov sto. Čovek je počeo da se prepire s njim. „Hrana nije bila dobra. Bila je užasna.“ „Zašto ste je onda pojeli?“, upitao je konobar. Kao da je samo to čekao. Počeo je da viče, postao nasilan. Iz njegovih usta izletale su reči pune zlobe; intenzivna mržnja puna nasilja ispunila je prostoriju. Moglo se osetiti kako ta energija ulazi u ćelije drugih i traži nešto na šta bi se prikačila. Počeo je da viče i na druge goste, ali iz nekog čudnog razloga mene je izbegavao jer sam sedeo sasvim prisutan. Pretpostavljam da se univerzalno ljudsko telo-boli vratilo da bi mi saopštilo: „Mislio si da si me pobedio! Samo me posmatraj! Još sam tu.“ Takođe sam razmotrio i mogućnost da me je oslobođeno energetske polje koje je ostalo nakon završetka seanse pratilo do restorana i zakačilo se za prvu osobu u kojoj je našlo kompatibilnu frekvenciju oscilovanja, tj. teško telo-boli.

Menadžer restorana je otvorio vrata i rekao: „Idite. Samo idite.“ Čovek je izjurio u svojoj električnoj invalidskoj stolici i ostavio sve u čudu. Ubrzo se vratio. Njegovo telo-boli nije reklo sve što je imalo da kaže. Htelo je još. Odgurnuo je vrata svojom stolicom i počeo da viče grozote. Konobarica je pokušala da ga zaustavi. Gurnuo je svoja kolica brzo napred i pritisnuo je uza zid. Drugi gosti su joj priskočili u pomoć i pokušali da ga odgurnu. Vika, dreka, pakao. Ubrzo je stigao policajac, čovek se utišao, zamolili su ga da ode i da se ne vraća. Konobarica srećom nije bila povredena, imala je samo nekoliko modrica na nogama. Kada je sve bilo završeno, menadžer je prišao mom stolu i upitao me kroz šalu, ali možda intuitivno osećajući da je postojala neka vrsta povezanosti: „Da li ste vi odgovorni za ovo?“

## **TELO-BOLI KOD DECE**

Tela-boli dece ponekad se manifestuju kroz loše raspoloženje i povlačenje u sebe. Dete postane mrzovoljno, odbija da saraduje s drugima, možda i sedi u ćošku, grli igračku i sisa palac. Mogu se manifestovati i kroz napade plača ili izlive besa. Dete viče, baca se na pod ili postaje destruktivno. Neostvarene želje mogu lako da pokrenu telo-boli, a kod ega u razvoju sila željenja može biti izrazito snažna. Roditelji bespomoćno i u neverici posmatraju kako se njihov mali anđeo za samo nekoliko sekundi pretvara u malog đavola. „Odakle dolazi sve to nezadovoljstvo?“, pitaju se. U većoj ili manjoj meri, dolazi iz detetovog udela u kolektivnom telu-boli čovečanstva koje ide nazad, do samog korena ljudskog ega.

Ali možda je dete već preuzelo i bol iz tela-boli svojih roditelja, tako da roditelji mogu videti u detetu odraz onoga što se nalazi u njima. Veoma osetljiva deca nalaze se pod posebnim uticajem tela-boli svojih roditelja. Zato što je primorano da prisustvuje sumanutim dramama svojih roditelja, kod deteta se stvara nepodnošljiva emocionalna bol, tako da često ta osetljiva deca odrastu u odrasle ljude s teškim telom-boli. Roditelji ne

mogu da zavaraju decu ako pokušaju da sakriju svoja tela-boli od njih i kažu: „Ne smemo se svađati pred decom.” To obično znači da dok roditelji vode uljudne razgovore, u domu prevladava negativna energija. Potisnuta tela-boli su veoma otrovna, čak i više od aktivnih, i taj duševni otrov je apsorbovan od strane dece i doprinosi razvoju njihovih tela-boli.

Pojedina deca nesvesno nauče o egu i telu-boli jer žive s nesvesnim roditeljima. Žena čija su oba roditelja imala snažna ega i teška tela-boli rekla mi je jednom prilikom da je često posmatrala svoje roditelje dok su vikali i galamili jedno na drugo, i mada ih je volela, govorila je sebi: „Oni su ludi. Kako sam ja završila ovde?” U njoj je već tada postojala svest o tome koliko je takav način života „lud”. Svest joj je pomogla da umanju količinu boli koju je apsorbovala iz svojih roditelja.

Roditelji se često pitaju kako da se nose sa telom-boli svoje dece. Primarno pitanje je, naravno, kako se nose sa svojim? Da li ga prepoznaju u sebi? Da li su sposobni da budu dovoljno prisutni kada se aktivira, te da budu svesni emocije na osećajnom nivou pre nego što ona dobije šansu da se pretvori u razmišljanje i time u „nesrećnu osobu”?

Dok dete ima napad tela-boli, ne postoji mnogo toga što možete da uradite osim da ostanete prisutni i da ne budete uvučeni u emocionalnu reakciju. Telo-boli deteta bi se samo hranilo time. Tela-boli mogu biti izrazito dramatična. Ne padajte na dramu. Ne uzimajte je previše ozbiljno. Ako je telo-boli pokrenuto neispunjenim željenjem, ne popuštajte sada. U protivnom, dete će naučiti sledeće: „Što sam nesrećniji, veća je verovatnoća da ću dobiti ono što želim.” To je recept za disfunkcionalnost u kasnijem životu. Telo-boli će biti isfrustrirano vašim nereagovanjem i možda će još žešće napasti pre nego se povuče. Na sreću, epizode tela-boli kod dece često traju kraće nego kod odraslih.

Nešto kasnije, kada se povuče, ili možda sledećeg dana, možete razgovarati s detetom o tome šta se dogodilo. Ali nemojte *reći* detetu ništa o telu-boli. Umesto toga postavljajte pitanja. Na primer: „Šta te je bilo spopalo juče kada nisi hteo da prestaneš s vriskom? Da li se sećaš? Na šta te je to podsećalo?

Je li bio dobar osećaj? Da li možeš to da imenuješ? Ne? Kad bi imalo ime, kako bi se zvalo? Kad bi ga mogao videti, na šta bi ličilo? Možeš li da nacrtáš kako bi to izgledalo? Šta mu se desilo kada je nestalo? Je li otišlo na spavanje? Da li misliš da će se vratiti?"

Ovo su samo predlozi. Sva ova pitanja su smišljena tako da dovedu do buđenja sposobnosti kod deteta da postane svesno, tj. da doprinesu Prisutnosti. Ona će pomoći detetu da prekine identifikaciju s telom-boli. Možete, takođe, razgovarati s detetom o svom telu-boli koristeći dečju terminologiju. Naredni put kada telo-boli zaposedne dete, možete reći: „Vratilo se, zar ne?" Koristite sve reči koje je dete koristilo kada je pričalo o njemu. Usmerite detetovu pažnju na to kako ga ono *doživljava*. Neka se iz vašeg stava vidi da ste zainteresovani ili zaintrigirani, a ne spremni da kritikujete ili osuđujete.

Mala je verovatnoća da će to zaustaviti telo-boli u svom naletu, i možda će izgledati kao da vas dete uopšte ne čuje, ali jedan će deo svesnosti ostati negde u pozadini detetove svesti čak i dok je telo-boli aktivno. Nakon nekoliko puta, svest će rasti, a telo-boli slabiti. Dete prerasta u Prisutnost. Jednoga dana ćete shvatiti da je dete to koje vam govori da je vaše lično telo-boli preuzelo kontrolu nad vama.

## NESREĆA

Ne potiče sva nesreća od tela-boli. Jedan deo nje predstavlja novu nesreću, koja se stvara svaki put kada niste u skladu sa sadašnjim trenutkom, kada je Sadašnji trenutak poreknut na ovaj ili onaj način. Kada shvatite da je sadašnji trenutak sveprisutan i samim tim neizbežan, možete mu pridodati nekompromisno „da", i ne samo da ćete prestati da stvarate novu nesreću nego ćete se, kada unutrašnji otpor nestane, osetiti osnaženim samim Životom.

Nesreća tela-boli je uvek preterana u odnosu na njen uzrok. Drugim rečima, predstavlja preteranu reakciju. Tako je



najčešće vidi onaj ko pati, opsednuta osoba, mada nije uvek takav slučaj. Pojedinaac s teškim telom-boli lako pronalazi razloge za nemir, bes, povređenost, tugu ili strah. Relativno beznačajne stvari, koje bi neko drugi odbacio uz osmeh ili ih ne bi ni primetio, postaju očigledan uzrok intenzivne nesreće. One naravno ne predstavljaju stvarne uzroke, nego samo pokretače. One vraćaju u život staru akumuliranu emociju. Emociju koja potom utiče na glavu i uvećava i jača egoičnu strukturu mozga.

Telo-boli i ego su veoma bliski. Potrebni su jedno drugom. Događaj ili situacija koji ih pokreću tumače se kroz perspektivu veoma emotivnog ega i na njih se reaguje u skladu s tim. Takoreći, njegov značaj postaje u potpunosti izopačen. Posmatrate prošlost očima emocionalne prošlosti unutar vas. Drugim rečima, ono što vidite i proživljavate ne nalazi se u tom događaju ili situaciji nego u vama. Ili, u pojedinim slučajevima, nalazi se u događaju ili situaciji, ali vi ga uvećavate kroz vašu reakciju. Ta reakcija, to uvećavanje, predstavlja ono što telo-boli želi i što mu je potrebno, ono čime se hrani.

Nekome ko je opsednut teškim telom-boli, često je nemoguće da istupi iz svoje poremećene interpretacije teško emocionalne „priče“. Što je emocija u priči negativnija, telo-boli postaje teže i nepremostivije. Priča se ne vidi kao takva nego se zameni za stvarnost. Kada ste potpuno zarobljeni u pokretu misli i propratnih emocija, istupanje nije moguće jer vi zapravo i ne znate šta se nalazi vani. Zarobljeni ste u svom filmu ili snu, zarobljeni u sopstvenom paklu. Za vas je to stvarnost, drugačija stvarnost nije moguća. I što se vas tiče, i vaša reakcija je jedina moguća.

## **PREKID IDENTIFIKOVANJA S TELOM-BOLI**

Osoba sa snažnim, aktivnim telom-boli ima posebno emitovanje energije, koje drugi ljudi opažaju kao veoma neprijatno. Kada se sretnu s takvom osobom, pojedini ljudi požele da se odmah udalje od nje ili da svedu kontakt na minimum. Osećaju

odvratnost prema energetskom polju druge osobe. Drugi osete talas agresije prema toj osobi i budu grubi ili je napadnu verbalno, možda čak i fizički. To znači da u njima postoji nešto što odjekuje telom-boli druge osobe. Ono na šta reaguju tako snažno nalazi se i u njima. To je njihovo telo-boli.

Ne iznenađuje to što se ljudi s teškim telom-boli često nađu u konfliktnim situacijama. Ponekad, naravno, oni ih sami izazovu. Ali često ne učine ništa. Negativnost koju emituju dovoljna je da privuče neprijateljstvo i stvori konflikt. Potreban je visok stepen Prisutnosti da bi se izbeglo reagovanje kada se suočite s nekim ko ima veoma aktivno telo-boli. Ako ste sposobni da ostanete prisutni, ponekad se dešava da vaše Prisustvo omogućí drugoj osobi da prekine identifikaciju sa sopstvenim telom-boli i time iskusi čudo iznenadnog buđenja. Iako je buđenje možda kratkotrajno, proces buđenja će započeti.

Jedno od prvih takvih buđenja kojima sam prisustvovao desilo se pre mnogo godina. Zvono na mojim vratima oglasilo se negde oko jedanaest sati uveče. Preko interfona se začuo uznemireni glas moje susedke Etel: „Moramo da porazgovaramo. Veoma je važno. Molim te, pusti me unutra.“ Etel je sredovečna žena, inteligentna i visoko obrazovana, ali i osoba s jakim egom i teškim telom-boli. U adolescenciji je uspela da pobegne iz nacističke Nemačke, dok su mnogi članovi njene porodice nestali u koncentracionim logorima.

Etel je sela na kauč, potresena. Ruke su joj se tresle. Izvadila je pisma i dokumente iz fascikle koju je ponela sa sobom i rasula ih po kauču i podu. Imao sam čudan osećaj, kao da se prekidač u mom telu okrenuo na maksimum. Nije mi preostalo ništa drugo osim da ostanem otvoren, pažljiv, intenzivno prisutan, prisutan svakom ćelijom svoga tela. Gledao sam u nju bez ikakvih misli ili osuđivanja i slušao mimo, bez unutrašnjih komentara. Bujica reči je izletela iz njenih usta: „Danas su mi poslali još jedno preteće pismo. Svete mi se. Moraš mi pomoći. Moramo da im uzvratimo udarac. Njihovi podmukli advokati neće prezati ni od čega. Izgubiću svoj dom. Prete mi isterivanjem iz kuće...”

Istina je bila da je odbila da plati račune za usluge jer oni koji su zaduženi za održavanje nisu izvršili pojedine popravke. Za uzvrat su joj zapretili da će je odvesti pred sud.

Pričala je desetak minuta. Ja sam sedeo, gledao i slušao. Odjednom je prestala da priča, pogledala je u papire rasute oko sebe i kao da se probudila iz sna. Smirila se i raznežila. Celo njeno energetsko polje se promenilo. Zatim me je pogledala i rekla: „Ovo nije toliko važno, zar ne?“ „Ne, nije“, odgovorio sam. Sedela je mirno nekoliko minuta, pokupila svoje papire i otišla. Sledeće jutro me je zaustavila na ulici i pogledala nekako sumnjičavo. „Šta si mi uradio? Prošle noći sam prvi put u proteklih nekoliko godina mimo spavala. Zapravo, spavala sam kao beba.“

Bila je ubeđena da sam joj „nešto uradio“, ali istina je da nisam. Umesto što me je pitala šta sam joj uradio, trebalo je da me pita šta joj nisam uradio. Nisam reagovao, nisam potvrdio stvarno postojanje njene priče, nisam hranio, njen um s još više misli i njeno telo-boli s još više emocija. Dozvolio sam joj da oseća to što je osećala u tom trenutku, a sposobnost za tako nešto leži u nereagovanju, nedelanju. Biti prisutan uvek je mnogo moćnije od svega što neko može da kaže ili uradi, mada ponekad i to stanje doprinosi stvaranju reči ili dela.

Ono što se njoj desilo ne predstavlja trajnu promenu, nego ono što je moguće da se desi, delić onoga što se već nalazi u njoj. U učenjima žena, takva mogućnost se naziva *satori*. Satori je trenutak prisutnosti, kratko odstupanje od glasa u glavi, misaonih procesa i njihovog odraza u telu u vidu emocije. To je izdizanje unutrašnje prostranosti na mestu gde je pre postojalo zagušenje misli i bura emocija.

Um koji misli ne može razumeti Prisutnost i često je pogrešno tumači. Kaže da niste pažljivi, da ste udaljeni, da nemate samilosti, da se ne vezujete. Istina je da se vi vezujete, ali na nivou koji je dublji od misli i emocija. Zapravo, na tom nivou dolazi do istinskog spajanja, istinskog povezivanja, koje je mnogo više od prostog vezivanja. U dubokom miru Prisutnosti možete osetiti bezobličnu suštinu i u sebi i u drugima kao nešto jedinstveno. Poznavanje sopstvene i jedinstvenosti drugih predstavlja istinsku ljubav, brigu, samilost.

## „POKRETAČI“

Pojedina tela boli reaguju samo na određenu vrstu pokretača ili situacija, i obično je to ona situacija koja odjekuje određenom vrstom emocionalne boli propačene u prošlosti. Na primer, ako dete odrasta s roditeljima za koje finansijska pitanja predstavljaju izvor česte drame i konflikta, on ili ona može apsorbovati strah roditelja po pitanju novca i razviti telo-boli koje se pokrene svaki put kad se pomenu finansije. Dete, baš kao i odrastao čovek, uznemiri se ili naljuti čak i zbog beznačajne sume novca. Iza te uznemirenosti i ljutnje leži pitanje opstanka i intenzivnog straha. Imao sam prilike da sretnem duhovne, tj. relativno svesne ljude, koji počnu da viču, da okrivljuju druge i da optužuju svoje brokere ili agente za nekretnine onog trenutka kada podignu slušalicu kako bi razgovarali sa njima. Baš kao što postoji upozorenje na kutijama za cigarete, možda bi slično upozorenje trebalo da stoji i na svakoj novčanici i bankarskom izveštaju: „Novac može da aktivira telo-boli i dovede do potpune nesvesnosti.“

Oni koji su bili zanemareni ili zlostavljani u detinjstvu od strane jednog ili oba roditelja verovatno će razviti telo-boli koje se aktivira u svakoj situaciji koja i najmanje podseća na njihovu prvobitnu bol zbog napuštanja. Prijatelj koji kasni nekoliko minuta na aerodrom ili supružnik koji dolazi kasno mogu da pokrenu intenzivne napade tela-boli. Ako ih njihov partner ili supružnik napusti ili umre, emocionalna bol koju osećaju mnogo je jača od boli koja je normalna u takvim situacijama. Kreće se od intenzivne uznemirenosti, dugotrajne onesposobljavajuće depresije do opsosivnog besa.

Žena koja je u detinjstvu fizički zlostavljana od strane oca možda će otkriti da se njeno telo-boli lako aktivira u bliskoj vezi s muškarcem. S druge strane, emocija od koje je sačinjeno njeno telo-boli može biti privučena ka muškarcu čije je telo-boli slično onom njenog oca. Njeno telo-boli može osetiti magnetsko privlačenje ka onome što će joj priuštiti još iste boli. Bol je nekad pogrešno protumačena kao zaljublivanje.

Muškarac koji je bio neželjeno dete i kome nije pružena ljubav nego samo minimum pažnje i brige od strane majke, razvija veoma dvosmisleno telo-boli, koje se sastoji od neuzvraćene intenzivne čežnje za majčinskom ljubavi i pažnjom i, istovremeno, intenzivnom mržnjom prema njoj jer mu je uskraćivala ono što mu je očajnički bilo potrebno. Kada odraste, skoro svaka žena će pokrenuti osećaj nedostatka u njegovom telu-boli, oblik emocionalne boli, i to će se manifestovati kao zavisnički impuls da „osvoji i zavede“ skoro svaku ženu koju sretne, i da na taj način pridobije žensku ljubav i pažnju za kojom telo-boli čežne. Postaje stručnjak za zavođenje, ali čim veza postane intimnija ili bude odbijen, bes tela-boli prema svojoj majci se pojavljuje i sabotira vezu.

Dok budete prepoznavali svoje telo-boli u trenutku kad se aktivira, uočićete koji su najčešći pokretači, bilo da se radi o situaciji ili nečemu drugom, nečemu što ljudi rade ili govore. Kada se ti pokretači pojave, odmah ćete uvideti kakvi su zaista i produbićete stanje svesti. U roku od sekunde ili dve, primetićete i emocionalnu reakciju koja je zapravo telo-boli, ali u stanju budne Prisutnosti, i nećete se identifikovati s njom, što znači da telo-boli ne može preuzeti kontrolu nad vama i postati glas u vašoj glavi. Ako ste tada sa svojim partnerom, možete mu reći: „To što si upravo rekao (ili uradio) pokrenulo je moje telo-boli.“ Dogovorite se s vašim partnerom da ćete kada god neko od vas kaže ili uradi nešto što pokrene telo-boli druge osobe partneru ukazati na to. Na taj način, telo-boli se ne može obnavljati kroz dramu u vezama, i umesto da vas vuče u nesvesnost, pomoći će vam da postanete u potpunosti svesni.

Svaki put kada ste prisutni dok se telo-boli aktivira, deo negativne emocionalne energije tela-boli će sagoreti, ili će se pretvoriti u Prisutnost. Ostatak tela-boli ubrzo se povuče i čeka na bolju priliku da se ponovo pojavi, tj. čeka da budete manje svesni. Bolja prilika za telo-boli će se pojaviti svaki put kada izgubite Prisutnost, možda nakon nekoliko pića ili nakon gledanja filma u kom ima mnogo nasilja. I najmanja negativna emocija, poput nervoze ili nemira, može da posluži kao prag za povratak tela-boli. Telo-boli je potrebna vaša nesvesnost. Ne može da podnese svetlost Prisutnosti.

## TELO-BOLI U ULOZI BUDILNIKA

Na prvi pogled, može se učiniti da telo-boli predstavlja najveću prepreku u buđenju nove svesti kod čovečanstva. Okupira vaš um, kontroliše i remeti vaše razmišljanje, unosi razdor u vaše veze i čini se poput crnog oblaka koji zauzima vaše celokupno energetsko polje. Tera vas da budete nesvesni, duhovno govoreći, što znači u potpunosti identifikovani s umom i emocijom. Tera vas da reagujete, tera vas da govorite i radite ono što je izdizajmirano da stvara nesreću unutar vas i sveta.

Kako nesreća raste, međutim, stvara još veći poremećaj u vašem životu. Možda telo ne može da podnese više stresa i razvije bolest ili neku vrstu disfunkcionalnosti. Možda ćete biti umešani u saobraćajnu nesreću, određenu konfliktnu situaciju ili dramu koja je prouzrokovana željom tela-boli za tim da se nešto loše dogodi ili da počinite fizičko nasilje. Ili sve postane suviše teško i vi više ne možete da živite sa svojom nesrećom. Telo-boli, naravno, deo je tog lažnog doživljaja koji imate o sebi.

Kad god telo-boli preuzme kontrolu nad vama, kad god ga ne doživite onakvim kakvo je, postaje deo vašeg ega. Bilo šta s čim se identifikujete pretvara se u ego. Telo-boli predstavlja jedno od najsnažnijih entiteta s kojima se ego identifikuje, baš kao što je telo-boli potreban ego da bi se obnovilo kroz njega. Nesveta zajednica, međutim, naposljetku se ruši u onim slučajevima gde je telo-boli toliko teško da egoična struktura mozga, umesto da se ojača pomoću njega, postaje slabija usled neprestanih naleta energije tela-boli, baš poput elektronskog aparata koji dobija napajanje kroz električnu energiju, ali može pregoreti ako je napon suviše visok.

Ljudi sa snažnim telima-boli često dođu do tačke kada osete da je njihov život postao nepodnošljiv, kada više ne mogu da podnose bol, niti dramu. Jedna osoba je ovo stanje opisala jednostavnim i prostim rečima, rekla je da joj je „dosta toga da bude nesrećna“. Pojedini ljudi, poput mene, mogu osetiti da više ne mogu da podnose svoje prisustvo. Tada za njih unutrašnji mir postaje prioritet. Njihova snažna emocionalna bol tera ih da

prekinu identifikaciju sa sadržajem svojih umova i mentalno-emocionalnim strukturama koje doprinose stvaranju i održavanju nesrećnog sebe. Oni onda znaju da ni njihova nesrećna priča ni njihove emocije ne predstavljaju njih. Shvate da su oni znanje, a ne ono znano. Umesto da ih odvuče u nesvesnost, telo-boli postaje njihov budilnik, odlučujući faktor koji ih natera u stanje Prisutnosti.

Međutim, zahvaljujući uplivu svesti bez presedana, kojem prisustvujemo, mnogim ljudima više nije potrebno da proživljavaju duboku bol da bi bili sposobni da prekinu identifikaciju s telom-boli. Kada god primete da se vraćaju u prethodno disfunkcionalno stanje, mogu da *odluče* da se udalje od identifikovanja s razmišljanjem i emocijom i pristupe stanju Prisutnosti. Oni odustanu od opiranja, postaju mirni i pažljivi, jedno s onim što je unutra ali i spolja.

Naredni korak u ljudskom razvoju nije neizbežan, ali po prvi put u istoriji naše planete to može biti svestan izbor. Ko odlučuje o tome? Vi. A ko ste vi? Svest koja je postala svesna sebe.

## OSLOBADANJE OD TELA-BOLI

Pitanje koje ljudi često postavljaju glasi: „Koliko vremena je potrebno da bih se oslobodio tela-boli?" Odgovor naravno zavisi i od čvrstine pojedinačnog tela-boli kao i od stepena ili intenziteta Prisutnosti koja je prisutna kod pojedinca. Ali, patnju koju nanosite i sebi i drugima ne prouzrokuje telo-boli već vaše identifikovanje s njim. Ne tera vas telo-boli da iznova proživljavate prošlost, ne drži vas ono u stanju nesvesnosti nego identifikovanje s njim. Stoga bi adekvatnije pitanje bilo: „Koliko vremena je potrebno da bi se oslobodili od identifikacije s telom-boli?"

Odgovor na to pitanje glasi: Nimalo. Kada je telo-boli aktivno, znajte da to što osećate predstavlja telo-boli u vama. To znanje je sve što vam je potrebno da biste prekinuli identifikaciju, i proces potpune promene može da počne. Znanje sprečava

staru emociju da dospe do vaše glave i preuzme kontrolu ne samo nad unutrašnjim dijalogom nego i nad vašim postupcima i kontaktima s drugim ljudima. To znači da telo-boli ne može više da vas iskorišćava i da se obnavlja kroz vas. Stara emocija može da živi određeni period vremena i da se periodično pojavljuje. Takođe, može vas prevariti i navesti da se ponovo identifikujete s njom, i zamaskirati znanje, ali ne zadugo. To što staru emociju ne projektujete na situacije znači da se suočavate direktno s njom unutar sebe. Možda neće biti prijatno, ali vas neće ni ubiti. Vaša Prisutnost je više nego sposobna da je obuzda. Emocija ne predstavlja ono šta ste vi.

Kada osećate telo-boli, nemojte prerano doneti zaključak da nešto nije u redu s vama. Ako od sebe napravite problem, samo činite uslugu ego. Znanje treba da bude ispraćeno prihvatanjem. Sve ostalo će ga samo nanovo zamaskirati. Prihvatanje znači da sebi dozvoljavate da osećate sve ono što osećate u sadašnjem trenutku. To je deo „jestva" Sadašnjeg trenutka. Ne možete se protiviti onome *šta jeste*. Pa, u stvari, možete, ali onda sebi stvarate patnju. Putem prihvatanja, postajete ono šta jeste: beskrajni, prostrani. Postajete celi. Niste više samo deo, jer je to način na koji ego vidi sebe. Vaša prava priroda izlazi na videlo i ona je zapravo jedno s prirodom Boga.

Isus ukazuje na to rečima: „Budi vi, dakle celina, kao što je ceo otac vaš nebeski."<sup>19</sup> „Budi savršen" - reči koje se nalaze u Novom zavetu predstavljaju pogrešan prevod originalne grčke reči koja znači ceo. Drugim rečima, vi ne treba da postanete celi, nego da *budete* to što već jeste s telom-boli ili bez njega.

<sup>19</sup> Sveto Jevandjelje po Mateju 5:48



## *Pronalaženje istinskog sebe*

*Gnothi seauton* - Upoznaj samoga sebe. Ove reči su isklesane iznad ulaza u hram Apolona na Delfima, mestu svetog Proročišta. U Staroj Grčkoj, ljudi su dolazili u Proročište u nadi da će saznati kakva ih sudbina čeka ili kakve akcije da preduzmu u određenoj situaciji. Velika je verovatnoća da je većina posetilaca pročitala te reči dok je ulazila u zgradu, a da pri tom nije ni shvatila da one ukazuju na dublju istinu nego što je to mogla biti ijedna koju su dobili u Proročištu. Možda nisu shvatali da su, bez obzira na to koliko velika otkrovenja ili istinu predstavljale, te informacije, u krajnjem slučaju, beskorisne, jer ih neće spasti od dalje nesreće i samoprouzrokovane patnje. Oni nisu uspjeli da pronađu istinu koja je skrivena u toj opomeni - upoznajte sebe. Ono na šta te reči ukazuju je sledeće: „Pre nego što postavite bilo koje drugo pitanje, prvo se zapitajte: 'Ko sam zapravo ja?'”

Nesvesni ljudi, a mnogo ih ostane nesvesno, zarobljeni u stisku svog ega tokom celog života, veoma brzo će vam ponuditi odgovor na to pitanje: svoje ime, zanimanje, ličnu istoriju, oblik ili stanje svog tela, i sve ostalo s čim se identifikuju. Drugi se mogu učiniti naprednijim jer sebe vide kao besmrtne duše ili božanski duh. Ali da li oni stvarno znaju ko su ili su samo sadržaju svojih umova nadodali pojedine koncepte koji imaju duhovnu notu? Poznavanje sebe ide mnogo dublje od prihvatanja zbira ideja ili verovanja. Duhovne ideje i verovanja u najboljem slučaju mogu vam ukazati put ka nečemu, ali retko kad poseduju moć da poremete čvrsto ustanovljene središnje koncepte o tome šta vi

zamišljate ko ste, i koji čine deo uslovljavanja ljudskog mozga. Dobro poznavanje sebe nije ni u kakvoj vezi s idejama koje tumaraju kroz vaš um. Poznavati sebe znači biti ukorenjen u Biću, a ne izgubljen u svom umu.

## KAKO SE ZAMIŠLJATE

Vaš doživljaj o sebi određuje ono što vi smatrate da vam je potrebno i važno u životu, i sve ono što vam je važno imaće moć da vas uznemiri i poremeti. To možete da koristite kao kriterijum pomoću kog ćete saznati koliko zapravo poznajete sebe. Ono što vam je važno nije obavezno ono šta govorite ili u šta verujete, nego šta vaši preduzeti koraci i reakcije otkrivaju. Možda bi bilo dobro da sebi postavite sledeće pitanje: „Šta je to što me uznemirava i remeti?" Ako male stvari imaju moć da vas poremete, onda ste vi upravo to - mali. U to nesvesno verujete. Šta su male stvari? Sve, jer je sve na svetu prolazno.

Možete reći: „Svestan sam toga da sam besmrtni duh", ili „Umoran sam od ovog ludog sveta, želim samo malo mira". Tada će zazvoniti telefon - loše vesti za vas: „Došlo je do sloma na berzi, dogovor je propao, auto vam je ukraden, tašta vam stiže u posetu, put je otkazan, ugovor je prekršen, partner vas je napustio, zahtevaju više novca, okrivljuju vas za nešto." Odjednom dolazi do naleta besa, uznemirenosti. Glas vam postaje grublji: „Ne mogu više da izdržim." Okrivljujete druge, optužujete i napadate ih, branite ili opravdavate sebe, a sve se to dešava automatski. Nešto vam je u tom trenutku očigledno važnije nego unutrašnji mir, koji ste do pre jednog minuta želeli, i više nište besmrtni duh. Dogovor, novac, ugovor, gubitak ili nagoveštaj gubitka su važniji. Kome? Besmrtnom duhu za koji tvrdite da ste? Ne, nego vama. Malom vama, koji traži sigurnost ili ispunjenje u stvarima koje su prolazne i ljuti se ili uznemiri kad ih ne dobije. Pa, napokon znate šta stvarno mislite da ste.

Ako je mir zaista ono što želite, onda ćete izabrati mir. Ukoliko bi vam mir značio više od bilo čega, i ukoliko biste zaista

znali da ste duh umesto mali vi, ostali biste mirni i prilično oprezni svaki put kada se suočite s izazovnim ljudima ili situacijama. Smesta biste prihvatili situaciju i time postali jedno s njom umesto što se udaljavate od nje. Potom bi iz te vaše opreznosti proistekao odgovor. Odgovor bi dala svest (ono što ste), a ne malo vi (ono što mislite da ste). To bi vas ojačalo i povećalo vašu efikasnost, a pri tom ne biste stvarali neprijatelje.

Svet se uvek postara da ne živite u zabludi o tome šta vi mislite ko ste tako što vam pokaže šta je ono što vam zaista znači. Način na koji reagujete na ljude i situacije, posebno kada se pojavi izvestan izazov, najbolje pokazuje koliko zapravo poznajete sebe.

Što ograničeniji, što uži egoični pogled imate o sebi, više ćete posmatrati egoična ograničenja, nesvesnost u drugima, koncentrisati se na njih i reagovati na njih. Njihove „mane“ ili ono što vi smatrate njihovim manama za vas postaju njihov identitet. To znači da ćete u njima videti samo njihov ego i time jačati ego u sebi. Umesto da gledate „kroz“ ego u drugima, vi gledate „u“ ego. Ko gleda u ego? Ego u vama.

Izrazito nesvesni ljudi doživljavaju svoj sopstveni ego kroz njegov odraz u drugima. Kada shvatite da se ono na šta reagujete kod drugih nalazi i u vama (a ponekad isključivo u vama), počinjete da budete svesni svog ega. U toj fazi shvatite i da ste drugima radili ono za šta ste mislili da su oni radili vama. Prestajete da sebe posmatrate kao žrtvu.

Vi niste ego, tako da kada postanete svesni ega u sebi, to ne znači da znate ko ste, samo znači da znate ko *niste*. Ali samo kroz znanje o tome ko niste uklanja se najveće prepreka istinskom poznavanju sebe.

Niko vam ne može reći ko ste. To bi predstavljalo samo još jedan koncept i ne bi doprinelo vašoj promeni. *Ko* ste ne zahteva nikakvo verovanje. Zapravo, svako verovanje predstavlja prepreku. Nije potrebno ni vaše shvatanje jer ste vi već vi. Ali bez shvatanja, ono što ste vi, ne isijava u ovaj svet. Ostaje u domenu nemanifestovanog, što, naravno, predstavlja vaš pravi dom. Vi tada izgledate poput veoma siromašne osobe koja ne zna da na bankovnom računu ima sto miliona dolara i njeno bogatstvo ostaje neiskorišćeni potencijal.

## OBILJE

Ono za šta se smatrate blisko je povezano s načinom na koji mislite da se drugi ophode prema vama. Izvestan broj ljudi se žali na to kako se drugi ponašaju prema njima. „Ne dobijam ni malo poštovanja, pažnje, priznanja, pohvala“, česte su reči. „Ne uzimaju me za ozbiljno.“ Ukoliko su ljudi pažljivi prema njima, sumnjaju da postoje skriveni motivi. „Drugi žele da manipulišu mnome, da me iskoriste. Niko me ne voli.“

Ono za šta oni sebe smatraju je sledeće: „Ja sam siroti 'mali ja', čije potrebe nisu zadovoljene.“ Osnovno pogrešno shvatanje o tome ko su stvara disfunkcionalnost u svim njihovim odnosima. Oni veruju da nemaju ništa da daruju, a da ih svet ili drugi ljudi sprečavaju da dobiju šta im je potrebno. Njihova celokupna stvarnost bazirana je na iluzornom shvatanju onoga što su. Takvo shvatanje sabotira situacije, remeti sve odnose. Ako je osećaj nedostatka, bez obzira na to da li se radi o novcu, priznanju ili ljubavi, postao deo onoga što mislite da jeste, uvek ćete osećati nedostatak. Umesto da prihvatite dobro koje je uvek prisutno u vašem životu, sve što vidite je nedostatak. Prihvatanje dobrog koje je već prisutno u vašem životu osnova je sveg obilja. Činjenica je da bez obzira na to šta vi mislite da vam svet uskraćuje, vi to uskraćujete svetu. To radite jer se duboko u sebi smatrate malim i mislite da nemate šta da darujete svetu.

Pokušajte da u narednih nekoliko nedelja uradite sledeće i vidite kako se vaša stvarnost menja: Šta god mislite da vam ljudi uskraćuju: pohvalu, zahvalnost, pomoć, brigu itd., podarite im. Nemate sve to? Samo se ponašajte kao da imate i sve će to doći samo od sebe. Potom, ubrzo nakon što počnete davati, počecete i da primete. Ne možete primiti ono što niste podarili. Odliv određuje priliv. Sve što mislite da vam svet uskraćuje već posedujete, ali osim ako ne dozvolite tome i da otiče, nećete biti svesni toga da imate. To podrazumeva obilje. Zakon da odliv određuje priliv iskazan je Isusovim snažnim rečima: „Dajite, i daće vam se: meru dobru i nabijenu i stresenu i prepunu daće vam u naručje više.“<sup>20</sup>

<sup>20</sup> Sveto Jevandlje po Luci 6:38

Izvor obilja se ne nalazi izvan vas. On je deo vas. Međutim, počnite s prepoznavanjem i prihvatanjem obilja spolja. Uočite punoću života oko vas. Toplinu sunca na svojoj koži, prelepo cveće izloženo ispred cvećare, trenutak kada zagrizete sočno voće ili pokisnete do gole kože usred pljuska. Punoća života je prisutna na svakom koraku. Prihvatanje obilja koje se nalazi oko vas budi usnulo obilje u vama. Onda ga pustite da isteče van. Kada se nasmejete strancu, već dolazi do malog otpлива energije. Postajete davalac. Često sebi postavite pitanje: „Šta sada mogu da dam? Kako mogu pomoći ovoj osobi, u ovoj situaciji?" Nije potrebno da posedujete išta da biste osećali obilje, mada ako konstantno osećate obilje, stvari će vam sigurno same dolaziti. Obilje dolazi samo onima koji ga već imaju. Zvuči skoro nepošteno, ali naravno da nije. To je univerzalni zakon. I obilje i oskudica su unutrašnja stanja koja se manifestuju u vidu vaše stvarnosti. Isus je to iskazao sledećim rečima: „Jer ko ima, daće mu se; a koji nema, uzeće mu se i ono što ima.”<sup>21</sup>

## **POZNAVANJE SEBE I ZNANJE O SEBI**

Možda i ne želite da poznajete sebe jer se plašite onoga što ćete otkriti. Mnogi ljudi se potajno plaše da su loši. Ali ništa što možete saznati o sebi ne predstavlja vas. Ništa što možete znati o sebi ne predstavlja vas.

Dok izvestan broj ljudi ne želi da postane svestan sebe jer se plaši, drugi se odlikuju nezasitom radoznalošću i žele da znaju što više. Možete biti toliko fascinirani sobom da provodite godine u psihoanaliziranju, zalazite u svaki aspekt svog detinjstva, razotkrivate tajne strahove i želje, i nailazite na slojeve i slojeve složenosti u strukturi svoje ličnosti i karaktera. Nakon deset godina vašem terapeutu dosadite i vi i vaša priča i kaže vam da je analiza gotova. Pošalje vas s dosijeom od pet hiljada strana. „To je sve o vama. To je ono što ste vi.” Dok taj teški dosije nosite kući, početno zadovoljstvo zbog konačnog poznavanja sebe

<sup>21</sup> Sveto Jevanđelje po Marku 4:25

ubrzo ustupi mesto osećanju nedovoljnosti i pritajenoj sumnji da ste sigurno nešto više od toga. I zaista jeste, ne možda u kvantitativnom smislu - da postoji još činjenica, nego u kvalitativnom smislu - da postoji dublja dimenzija vas.

Nema ništa pogrešno u psihoanalizi ili kopanju po svojoj prošlosti, sve dok znanje o sebi ne pomešate s poznavanjem sebe. Dosije od pet hiljada strana je o vama; reč je o sadržaju vašeg uma, koji je uslovljen prošlošću. Šta god da saznate putem psihoanalize ili samoposmatranja, sve je to o vama. To niste vi. To je sadržaj, ne suština. Izdizanje iznad ega znači istupanje iz sadržaja. Poznavanje sebe podrazumeva biti ono što jeste, a biti ono što jeste predstavlja prekid identifikacije sa sadržajem.

Većina ljudi sebe definiše kroz sadržaj svojih života. Sve što opažate, doživljavate, radite, mislite ili osećate, sve je to sadržaj. Sadržaj je ono što zaokupljuje pažnju većine ljudi i predstavlja ono s čim se identifikuju. Kada pomislite ili kažete „moj život“, ne mislite na život koji *predstavlja* vas nego na život koji *imate*, ili se čini da ga imate. Mislite na sadržaj: vaše godine, zdravlje, veze, finansije, posao i životnu situaciju, kao i mentalno-emocionalno stanje. Unutrašnje i spoljašnje okolnosti vašeg života, vaša prošlost i budućnost, sve su one u domenu sadržaja, kao i događaji, tj. sve što se dešava.

Šta još postoji osim sadržaja? Ono što obezbeđuje život sadržaju - unutrašnji prostor svesti.

## HAOS I VIŠI RED

Kada sebe poznajete samo kroz sadržaj, onda ćete misliti i da znate šta je dobro, a šta loše za vas. Pravite razliku između onoga što je „dobro za vas“ i onoga što je „loše“. To je fragmentisana percepcija celosti života, u kojoj je sve međusobno povezano, u kojoj svaki događaj ima svoje neophodno mesto i funkciju unutar te celosti. Celost, međutim, predstavlja više od spoljašnjeg izgleda stvari, više od ukupnog zbira njenih delova, više od bilo čega što vaš život ili svet sadrži.

Ponekad iza naizgled nasumičnog ili čak haotičnog sleda

dogadaja u našim životima kao i u svetu leži skriveni viši red i svrha, koji se polako razotkrivaju. Ovo je divno izraženo u jednoj zen izreci: „Sneg pada, a svaka je pahuljica na odgovarajućem mestu.“ Nećemo shvatiti taj viši red tako što ćemo razmišljati o njemu, jer sve o čemu razmišljamo je sadržaj, dok viši red proizilazi iz bezobličnog carstva svesti, iz univerzalne inteligencije. Ali možemo ga uočiti, i više od toga, možemo postići sklad s njim, što znači da možemo biti svesni učesnici u otkrivanju te više svrhe.

Kada zađemo u netaknutu šumu, naš um vidi samo nered i kaos svuda okolo. Nije čak ni u stanju da napravi razliku između života (dobro) i smrti (loše) jer svuda naokolo raste novi život iz materije koja propada i trune. Samo ukoliko smo dovoljno mirni u sebi, a buka od razmišljanja se povuče, možemo postati svesni skrivene harmonije, svetosti, višeg reda u kom sve ima svoje savršeno mesto i ne može biti ništa drugo do ono što jeste i kakvo jeste.

Um se oseća prijatnije u kultivisanom parku, koji je pažljivo osmišljen i nije samonikao. Tu postoji red koji je shvatljiv za um. U šumi postoji neshvatljiv red, koji se umu čini kao kaos. Nalazi se iznad misaonih kategorija dobrog i lošeg. Ne možete ga razumeti putem razmišljanja, ali ga možete osetiti kada se oslobodite misli, kada se umirate, budete na oprezu, i ne pokušavate da razumete ili objasnite. Samo tada možete postati svesni svetosti šume. Onog trenutka kada osetite skrivenu harmoniju, tu svetost, shvatite da niste odvojeni od nje, a kada to shvatite, postajete svesni učesnik u njoj. Na taj način priroda vam može pomoći da nanovo postignete sklad sa celosti života.

## **DOBRO I LOŠE**

U određenom trenutku svog života većina ljudi postane svesna toga da ne postoje samo rađanje, rast, uspeh, dobro zdravlje, zadovoljstvo i pobeđivanje, nego i gubitak, neuspeh, bolest, starost, propadanje, bol i smrt. Ovo se obično obeležava

kao „dobro“ i „loše“, kao red i nered. „Smisao“ ljudskih života često je u vezi sa onim što označavaju kao „dobro“, ali dobro je konstantno u opasnosti da se sruši, razgradi, poremeti, u opasnosti od besmislenog „lošeg“, nakon čega svako objašnjenje prestaje biti validno i život prestaje da ima smisao. Pre ili kasnije, nered će upasti u svačiji život, bez obzira na to koliko polisa osiguranja imali. Može doći u vidu gubitka ili saobraćajne nezgode, bolesti, invaliditeta, starosti, smrti. Međutim, upliv nereda u život određene osobe, što rezultira rušenjem svih definicija, može da predstavlja otvaranje ka višem redu.

„Jer je premudrost ovog sveta ludost pred Bogom“<sup>22</sup>, kaže se u Bibliji. Šta predstavlja mudrost sveta? Pokret misli, i smisao koji je definisan isključivo kroz misli.

Kroz razmišljanje se situacija ili događaj izoluju i nazovu dobrim ili lošim, kao da oni imaju posebno postojanje. Kroz preterano oslanjanje na razmišljanje, stvarnost postaje fragmentisana. Ta fragmentacija je iluzija, ali izgleda prilično stvarno dok ste zarobljeni u njoj. A opet, univerzum je nedeljiva celina u kojoj je sve međusobno povezano i gde ništa ne postoji u izolaciji.

Dublja međusobna povezanost svih stvari i događaja podrazumeva da su mentalne oznake „dobro“ i „loše“ - iluzorne. One uvek podrazumevaju ograničenu perspektivu, te su samo delimično i privremeno tačne. Ovo je ilustrovano u priči o mudrom čoveku koji je na lutriji dobio skupi auto. Njegova porodica i prijatelji bili su veoma srećni zbog njega i došli su da proslave s njim. „Zar to nije lepo?“, rekli su. „Baš si srećković.“ Čovek se nasmejao i rekao: „Možda.“ Nekoliko nedelja je uživao u vožnji automobilom. Onda je jednog dana pijani vozač naleteo na njegov novi auto na raskrsnici, i on je završio u bolnici, s višestrukim ranama. Njegova porodica i prijatelji su došli da ga posete i rekli: „Kakva nesreća!“ Čovek se ponovo nasmejao i odgovorio: „Možda.“ Dok je još uvek ležao u bolnici, došlo je do odrona zemljišta i njegova kuća se srušila u more. Narednog dana su njegovi prijatelji ponovo došli i rekli: „Kakva sreća što si bio ovde, u bolnici!“ On je ponovo odgovorio: „Možda.“

To „možda“ mudrog čoveka znači da je on odbio da

<sup>22</sup> Poslanice Sv. apostola Pavla, Prva Korinćanima 3:19



osuđuje bilo šta što se dešavalo. Umesto osuđivanja, on prihvata, i time postiže svesni sklad s višim redom. On zna da je često nemoguće da um razume kakvo mesto i svrhu naizgled nasumični događaji imaju u široj slici. Ali ne postoje nasumični događaji, niti postoje događaji i stvari koji postoje samo radi sebe, izolovani. Atomi od kojih se sastoji vaše telo nekad su bili deo unutrašnjosti zvezda, a uzroci čak i najmanjih događaja virtuelno su beskonačni i povezani s celinom na neshvatljive načine. Ako želite da pronađete uzrok svakom događaju, moraćete da se vratite na sami početak stvaranja. Kosmos nije haotičan. Sama reč *cosmos* znači red. Ali to nije red koji ljudski mozak može da razume, mada ponekad može imati kratke uvide u njega.

## NE MARITI ZA ONO ŠTO SE DEŠAVA

Krišnamurti, veliki indijski filozof i duhovni učitelj, više od pedeset godina je putovao i držao besede širom sveta, pokušavajući da rečima, koje predstavljaju sadržaj, iskaže ono što je iznad reči, iznad sadržaja. Tokom jednog od svojih govora iznenadio je publiku rečima: „Da li želite da vam otkrijem svoju tajnu?“ Svi su pažljivo slušali. Većina ljudi iz publike je dolazila da ga sluša već dvadeset ili trideset godina i nije uspevala da uhvati srž njegovih učenja. Konačno, nakon svih tih godina, učitelj će im dati ključ za razumevanje. „Ovo je moja tajna“, rekao je. „Ne marim za ono što se dešava.“

Nije dalje objašnjavao, te pretpostavljam da je većina publike bila zbunjenija nego pre. Implikacije ove proste izjave su, međutim, veoma duboke.

Šta se podrazumeva pod tim da ne marim za ono što se dešava? Podrazumeva se da, unutar sebe, ja prihvatom sve što se dešava. „Što se dešava“, naravno, ukazuje na kakvoću ovog trenutka, koji je već ono što jeste. Ukazuje na sadržaj, na oblik koji ovaj trenutak, jedini koji i postoji, poprima. Prihvatati *šta jeste* znači biti u vezi s unutrašnjim neopiranjem prema onome

što se dešava. Znači ne pripisivati mentalne oznake dobrog ili lošeg, nego pustiti da bude ono što jeste. Da li to znači da više ne možete da preduzimate određene korake kako biste uneli promene u svoj život? Naprotiv. Kada je osnova za vaše korake unutrašnji sklad sa sadašnjim trenutkom, vaši koraci postaju snažniji uz pomoć inteligencije samog Života.

## **JE LI TAKO?**

Zen učitelj Hakuin živeo je u jednom gradu u Japanu. Bio je visoko cenjen i mnogi ljudi su ga posećivali ne bi li dobili duhovne savete. Desilo se da je kćerka njegovih suseda, tinejdžerka, zatrudnela. Kada su je njeni besni i ogorčeni roditelji ispitali za identitet oca deteta, konačno im je odgovorila da je to Hakuin, zen učitelj. U žestokom besu, roditelji su otrčali do Hakuina i galameći mu rekli da im je njihova kćerka priznala da je on otac njenog deteta. Sve što je on rekao bilo je: „Je li tako?”

Skandalozne vesti su se brzo proširile gradom i izvan njega. Učitelj je izgubio svoju reputaciju. To ga nije ni najmanje zabrinjavalo. Niko mu više nije dolazio u posete. Nije reagovao. Kada se dete rodilo, roditelji su bebu odneli Hakuinu. „Ti si otac, ti se i brini o njemu.” Učitelj je s puno ljubavi pazio dete. Godinu dana kasnije, majka deteta je pokajnički priznala da je pravi otac deteta mladić koji radi u mesnici. Veoma potreseni, roditelji su otišli do Hakuina da mu se izvine i zatraže oprostaj. „Stvarno nam je žao. Došli smo da uzmemo dete nazad. Naša kćerka je priznala da ti nisi otac.” „Je li tako?”, bilo je sve što je on rekao, i predao im je dete.

Učitelj odgovara na lažne optužbe i istinu, na loše i dobre vesti na isti način: „Je li tako?” On dozvoljava obliku trenutka, bio on dobar ili loš, da bude ono što jeste i ne učestvuje u ljudskoj drami. Za njega postoji samo jedan trenutak, i taj trenutak je, onakav kakav je. Događaji nisu personifikovani. On nije ničija žrtva. On je u tolikoj meri jedno s onim što se dešava da to što se dešava nema nikakvu moć nad njim. Jedino ako se opirete

onome što se dešava, naći ćete se u milosti toga, a svet će određivati vašu sreću i nesreću.

Beba je pažena s mnogo ljubavi. Loše se pretvara u dobro kroz snagu neopiranja. Odgovarajući uvek tome što sadašnji trenutak zahteva od njega, on se odriče deteta kada dođe vreme za to.

Zamislite na trenutak kako bi ego reagovao tokom različitih faza ovog događaja.

## **EGO I SADAŠNJI TRENUTAK**

Najvažnija i najstarija veza u vašem životu je ona sa Sadašnjim trenutkom ili, preciznije, sa svakim oblikom koji Sadašnji trenutak poprimi, tj. sa onim šta jeste ili šta se dešava. Ako je vaša veza sa Sadašnjim trenutkom disfunkcionalna, ta će se disfunkcionalnost odraziti na svaku vezu i svaku situaciju na koju naiđete. Ego se jednostavno može definisati sledećim rečima: disfunkcionalna veža sa Sadašnjim trenutkom. U ovom trenutku možete da odlučite kakvu vrstu veze želite da imate sa Sadašnjim trenutkom.

Jednom kada dostignete određeni nivo svesti (a ako ovo čitate, onda svakako jeste), u mogućnosti ste da odlučite kakvu vrstu veze želite da imate sa Sadašnjim trenutkom. Da li želite da Sadašnji trenutak bude vaš prijatelj ili neprijatelj? Sadašnji trenutak je nerazdvojiv od života, te vi, zapravo, odlučujete kakvu vezu želite da imate sa životom. Onda kada odlučite da želite da vam Sadašnji trenutak bude prijatelj, na vama je da napravite prvi korak: budite prijateljski nastrojeni prema njemu, dočekajte ga s osmehom bez obzira na to u kom obliku dođe, i ubrzo ćete videti rezultate. Život postaje prijateljski nastrojen prema vama, ljudi takođe, a okolnosti vam idu na ruku. Jedna odluka menja celu vašu stvarnost. Ali tu odluku morate da donosite uvek iznova, sve dok ne postane sastavni deo vašeg života.

Odluka da Sadašnji trenutak bude vaš prijatelj označava kraj ega. Ego nikada ne može biti u skladu sa Sadašnjim trenutkom, tj. sa životom, jer je u njegovoj prirodi da ignoriše

Sadašnji trenutak, da mu se opire ili umanjuje njegovu vrednost. Ego živi od vremena. Što je ego jači, više vremena vas drži u svom stisku. Skoro svaka misao koju pomislite odnosi se na prošlost ili budućnost, a vaš doživljaj o sebi oslanja se na prošlost, u potrazi za identitetom i na budućnost, u potrazi za ispunjenjem. Strah, uznemirenost, očekivanja, žaljenje, krivica, bes predstavljaju disfunkcionalnosti stanja svesti, koje je zavisno od vremena.

Postoje tri načina na koja se ego ophodi prema Sadašnjem trenutku; kao sredstvo za postizanje nečega, kao prepreka ili kao neprijatelj. Razmotrimo svaki posebno. Kada se jedan od njih pojavi kod vas, prepoznacete ga i doneti odluku.

Za ego, Sadašnji trenutak je, u najboljem slučaju, koristan onda kada služi kao sredstvo za postizanje nečega. Vodi vas u neki budući trenutak koji se smatra važnijim, mada se budućnost nikad ne pojavljuje osim u vidu Sadašnjeg trenutka i stoga je samo misao u vašoj glavi. Drugim rečima, nikada niste u potpunosti prisutni jer ste uvek zauzeti pokušajima da budete na nekom drugom mestu.

Kada je ovaj obrazac izrazito očigledan, a to se često dešava, Sadašnji trenutak se vidi kao prepreka koja se mora savladati. Tada se pojavljuju nestrpljenje, frustracije i stres, i u našoj kulturi to predstavlja svakodnevicu, normalan život. Život koji se sastoji od Sadašnjeg trenutka smatra se „problemom“ i vi živite u svetu problema koji se moraju rešiti kako biste bili srećni, ispunjeni ili počeli da živite stvarnim životom, ili bar vi tako mislite. Problem u vezi s tim je sledeći: iza svakog problema koji se reši, pojavi se novi. Sve dok se Sadašnji trenutak posmatra kao prepreka, nema kraja problemima. „Biću sve što želiš od mene“, kaže Život ili Sadašnji trenutak. „Ophodiću se prema tebi isto kao što se ti ophodiš prema meni. Ako misliš da sam problem, i biću problem. Ako me vidiš kao prepreku, i biću prepreka.“

U najgorem slučaju, a to je često, Sadašnji trenutak se doživljava kao neprijatelj. Kada mrzite to što radite, žalite se na svoje okruženje, proklinjete stvari koje se dešavaju ili su se desile, ili kada se vaš unutrašnji dijalog sastoji od „trebalo je i nije trebalo“, optužbi i krivica, onda se nalazite u sukobu a onim

što *jeste*, u sukobu s onim što je već onako kakvo je. Od Života pravite neprijatelja, a Život na to odgovara: „Rat je ono što želite, i rat ćete dobiti.“ Spoljašnja stvarnost, koja uvek predstavlja odraz vašeg unutrašnjeg stanja, doživljava se kao neprijateljska.

Glavno pitanje koje sebi treba da postavite glasi: „Kakva je moja veza sa Sadašnjim trenutkom?“ Onda pažljivo potražite odgovor. Da li Sadašnji trenutak vidim kao sredstvo za postizanje nečega? Ili kao prepreku? Da li od njega pravim neprijatelja? Pošto je Sadašnji trenutak sve što imate, a Život je nerazdvojiv od Sadašnjeg trenutka, ono što se stvarno traži je odgovor na pitanje: „Kakva je moja veza sa Životom?“ Pitanje je odličan način razotkrivanja ega u vama i dovodi vas u stanje Prisutnosti. Iako pitanje ne predstavlja apsolutnu istinu (u krajnjem slučaju, „ja“ i Sadašnji trenutak su jedno), dobar je pokazatelj pravog smera. Često sebi postavljajte to pitanje sve dok za to više ne bude bilo potrebe.

Kako se izdižete iznad disfunkcionalne veze sa Sadašnjim trenutkom? Najvažnije je da ga uočite u sebi, u svojim mislima i delima. U trenutku sagledavanja, shvatanja da je vaša veza sa Sadašnjim trenutkom disfunkcionalna, vi ste prisutni. Sagledavanje predstavlja izdizanje Prisutnosti. Onog trenutka kada uvidite disfunkcionalnost, ona počinje da se poništava. Pojedini ljudi nasmeju se naglas kada uvide ovo. S uviđanjem dolazi i snaga izbora, izbora da kažete „da“ Sadašnjem trenutku, i sprijateljite se s njim.

## PARADOKS VREMENA

Na površini, Sadašnji trenutak je ono „šta se dešava“. S obzirom na to da se to što se dešava konstantno menja, čini se da se svaki dan vašeg života sastoji od hiljada trenutaka u kojima se nešto različito dešava. Vreme se posmatra kao beskrajni redosled trenutaka, „dobrih“ i „loših“. Mada, ako pogledate pažljivije, tj. kroz lično iskustvo, saznajete i da nema mnogo trenutaka. Otkrivete da postoji samo *ovaj trenutak*. Život je uvek

Sadašnji trenutak. Ceo vaš život se odmotava u neprekidnom Sadašnjem trenutku. Čak i prošli i budući trenuci postoje samo kada ih se prisećate ili učestvujete u njima, a to radite tako što razmišljate o njima u jedinom trenutku koji postoji: ovom.

Zašto se onda čini kao da postoji mnogo trenutaka? Jer se Sadašnji trenutak često meša s onim šta se dešava, meša se sa sadržajem. Prostor Sadašnjeg trenutka je zamenjen s onim što se dešava u tom prostoru. Mešanje Sadašnjeg trenutka sa sadržajem stvara ne samo iluziju vremena nego i iluziju ega.

Ovde postoji paradoks. S jedne strane, kako možemo da poreknemo postojanost vremena? Potrebno vam je vreme da biste se kretali s jednog mesta na drugo, spremali obroke, gradili dom, čitali ovu knjigu. Potrebno vam je vreme da odrastete, da naučite nešto novo. Sve što radite zahteva vreme. Sve je podređeno vremenu i, konačno, kako Šekspir kaže, „vreme, taj prokleti tiranin“ na kraju će vas usmrtiti. Možete ga uporediti s nabujalom rekam koja vas nosi, ili sa vatrom koja proždire sve.

Nedavno sam sreo stare prijatelje, porodicu koju nisam video dugo, i bio sam zaprepašćen. Zamalo da sam ih upitao: „Jeste li bolesni? Ko vam je to uradio?“ Majka, koja je šetale uz pomoć štake, izgledala je kao da se smanjila, njeno lice je bilo smežurano poput stare jabuke. Kćerka, koja je bila puna energije, entuzijazma i mladalačkih očekivanja kada sam je poslednji put video, izgledala je iscrpljeno, umorno nakon podizanja troje dece. Onda sam se setio: prošlo je skoro trideset godina od našeg poslednjeg susreta. Vreme im je to uradilo. Siguran sam da su se i oni zaprepastili kad su ugledali mene.

Čini se da je sve podređeno vremenu, a, opet, sve se dešava u Sadašnjem trenutku. To je paradoks. Gde god da sa osvrnete naći ćete dovoljno *neoborivih* dokaza o postojanju vremena - trula jabuka, vaše lice u ogledalu u poređenju s vašim licem na fotografiji slikanoj pre trideset godina, a opet nikada ne nađete *direktni* dokaz, nikad ne okusite vreme lično. Jedino što možete da osetite je Sadašnji trenutak ili, tačnije, ono što se dešava tokom njega. Ako ćete slediti samo direktne dokaze, onda vreme ne postoji, a Sadašnji trenutak je sve što preostaje.

## ELIMINISANJE VREMENA

Ne možete postaviti stanje bez ega za svoj budući cilj i onda raditi da ga postignete. Sve što ćete dobiti je nezadovoljstvo, još više unutrašnjih sukoba, jer se uvek čini kao da niste postigli cilj - niste „dostigli” to stanje. Kada je oslobađanje od ega vaš cilj u budućnosti, dajete sebi više vremena, a više vremena znači još ega. Pažljivo se zagledajte ne biste li otkrili da li vaša duhovna potraga predstavlja zamaskirani ego. Čak i pokušaj da se oslobodite od sopstvenog doživljaja „sebe” može biti skrivena potraga za „više” ako je taj pokušaj pretvoren u budući cilj. Ako sebi dajete još vremena, onda zapravo dajete doživljaju koji imate o „sebi” više vremena. Vreme ili, preciznije, prošlost i budućnost, jeste ono od čega lažni, zamišljeni doživljaj o sopstvenom „ja” - ego - živi, a vreme se nalazi u vašem umu. To nije nešto što ima objektivno postojanje „negde vani”. To je misaona struktura potrebna radi čulnih opažanja, nezamenjiva u praktičnoj upotrebi, ali najveća prepreka za sopstveno poznavanje. Vreme je horizontalna dimenzija života, površinski sloj stvarnosti. Ali tu je i vertikalna dimenzija dubine, dostupna jedino kroz portal Sadašnjeg trenutka.

Umesto da sebi dajete vreme, oduzmite ga. Eliminisanje vremena iz vaše svesti predstavlja eliminisanje ega. To je jedina prava duhovna praksa.

Kada govorimo o eliminisanju vremena, ne govorimo naravno o vremenu koje merimo satima, što predstavlja upotrebu vremena u praktične svrhe, poput zakazivanja sastanaka, planiranja putovanja. Bilo bi skoro nemoguće funkcionisati bez te vrste vremena. Ono na šta mislimo je eliminisanje psihološkog vremena, što predstavlja beskonačnu preokupaciju egoičnog uma prošlošću i budućnošću i njegovog odbijanja da bude jedno sa životom tako što će živeti u skladu s neizbežnim *jestvom* Sadašnjeg trenutka.

Kada god se uobičajeno „ne” životu pretvori u „da”, kada god dozvolite tom trenutku da bude to što jeste, razgrađujete i vreme i ego. Da bi ego opstao, potrebno mu je da stvara vreme,

prošlo i buduće radije nego sadašnje. Ego ne može da podnese da se prijatelji sa Sadašnjim trenutkom, osim nakratko, nakon što dobije šta želi. Ali ništa ne zadovoljava ego zadugo. Sve dok upravlja vašim životom, postoje dva načina da vas učini nesrećnim. Da vam ne pruži ono što želite je prvi. Da vam pruži to što želite je drugi.

Sve što jeste ili se dešava predstavlja oblik koji Sadašnji trenutak poprima. Sve dok mu se opirete u sebi, taj oblik, tj. svet, predstavlja nepremostivu prepreku koja vas razdvaja od onoga što ste vi iznad tog oblika, razdvaja vas od bezobličnog jednog Života koji jeste. Kada date unutrašnji pristanak obliku koji Sadašnji trenutak preuzme, taj oblik postaje prag ka bezobličnom. Razdvajanje između sveta i Boga nestaje.

Kada se usprotivite obliku koji Život preuzima u ovom trenutku, kada Sadašnji trenutak vidite kao način, prepreku ili neprijatelja, jačate svoj oblički identitet, ego. I samim tim, jačate reaktivnost ega. Šta je reaktivnost? Kada postanete zavisni od reagovanja. Što više reagujete, sve se više uplićete u oblik. Što ste više identifikovani s oblikom, vaš ego je jači. Vaše Biće više ne sija kroz vas, ili sija tek neznatno.

Kroz neopiranje prema obliku, ono što je iznad oblika u vama, izdiže se u vidu sveobuhvatnog Prisustva, u vidu neme snage, mnogo jače od vašeg kratkotrajnog obličkog identiteta, osobe. Ona vas zapravo predstavlja mnogo dublje nego išta iz sveta oblika.

## **SANJAR I SAN**

Neopiranje je ključ za najveću moć u univerzumu. Uz pomoć njega se svest (duh) oslobađa iz zarobljenštva u obliku. Unutrašnje neopiranje obliku, šta god da jeste ili se dešava, predstavlja poricanje apsolutne stvarnosti oblika. Opiranje čini svet i ovozemaljske stvari stvarnijim, čvršćim, dugotrajnijim nego što jesu, uključujući i vaš oblički identitet, ego. Ono ispunjava svet i ego težinom i apsolutnim značajem, koji vas tera da sebe i



svet shvatate ozbiljno. Igra oblika se tada pogrešno tumači kao borba za opstanak, a kada to postane i način na koji opažate svet, onda to postaje i vaša stvarnost.

Mnoge stvari koje se dešavaju, mnogi oblici koje život preuzima, po prirodi su prolazni. Svi su nepostojani. Predmeti, tela i egoi, događaji, situacije, misli, emocije, želje, ambicije, strahovi, drama... pretvaraju se da su važni, i pre nego što se osvrnete, nestanu, rasprše se u nepredmetnost iz koje su i potekle. Jesu li ikad bile stvarne? Jesu li ikad bile nešto više od sna, sna o obliku?

Kada se ujutru probudimo, snovi nestanu i kažemo: „O, to je bio samo san. Nije stvarno.“ Ali nešto u snu mora da je stvarno, inače ga ne bi ni bilo. Kada se smrt približava, osvrnemo se na prethodne dane i zapitamo se da li je i to bio samo san. Čak i sada možete da se prisetite prošlogodišnjeg odmora ili jučerašnje dramatične situacije i da zaključite da su slični snu iz prethodne noći.

Postoji san i onaj ko ga sanja. San je kratkotrajna igra oblika. To je svet, relativno, a ne apsolutno stvaran. A tu je i sanjar, apsolutna stvarnost u kojoj oblici dolaze i prolaze. Sanjar nije osoba. Osoba je deo sna. Sanjar je dublji sloj, sloj u kom se pojavljuje san, onaj koji omogućava postojanje sna. To je apsolutno iza relativnog, vanvremensko iza vremenskog, svest u obliku i izvan njega. Sanjar je sama svest - ono šta ste vi.

## **IZDIZANJE IZNAD OGRANIČENJA**

U životu svake osobe dođe vreme kada teži za rastom i povećanjem na nivou oblika. Tada težite da prevaziđete ograničenja poput fizičkih slabosti ili nedostatka novca, savladate nove veštine ili steknete novo znanje, ili da kroz kreativne poteze unesete nešto novo, nešto što ojačava i vaš život kao i živote drugih. To može biti muzička kompozicija ili umetničko delo, knjiga, usluga koju obezbeđujete, funkcija koju obavljate, posao ili organizacija koju ste osnovali ili kojoj značajno doprinosite.

Kada ste prisutni, kada je vaša pažnja u potpunosti usmerena na Sadašnji trenutak, ta Prisutnost će uplivati u sve što radite i sve će to transformisati. Imaće određeni kvalitet i snagu. Vi ste prisutni onda kada to što radite nije prvenstveno sredstvo za postizanje nečega (novca, prestiža, pobede) nego vas ispunjava, kada postoji radost i živost u tome što radite. I, naravno, ne možete biti prisutni ako se ne sprijateljite sa Sadašnjim trenutkom. To je uslov za efikasnu akciju, nezaraženu negativnošću.

Oblik predstavlja ograničenje. Nalazimo se ovde ne da bismo okusili ograničenje nego da bismo prerasli u svest tako što ćemo se izdići iznad tog ograničenja. Pojedina ograničenja mogu se prevazići na spoljašnjem nivou. A opet, postoje i druga ograničenja u vašem životu, s kojima morate da naučite da živite. Ona se mogu prevazići isključivo na unutrašnjem nivou. Svako će se susresti s njima, pre ili kasnije. Ta ograničenja će vas ili držati zarobljenim u egoičnom reagovanju, što podrazumeva intenzivnu nesreću, ili ćete se izdići iznad njih unutar vas tako što ćete se bezuslovno predati onome što jeste. Ona su tu da bi vas naučila tome. Stanje predaje svesti otvara vertikalnu dimenziju u vašem životu, dimenziju dubine. Nešto će se izdići iz te dubine, nešto od beskrajne vrednosti, što bi inače ostalo nemanifestovano. Izvestan broj ljudi koji su se u potpunosti predali ozbiljnim ograničenjima postali su iscelitelji ili duhovni učitelji. Drugi nesebično rade kako bi umanjili ljudsku patnju ili doneli određeni kreativni dar na ovaj svet.

Tokom kasnih sedamdesetih, svaki dan sam išao na ručak s jednim ili dva prijatelja u menzu studentskog centra na Univerzitetu Kembridž, gde sam studirao u to vreme. Čovek u invalidskim kolicima često bi sedeo za susednim stolom, obično u društvu troje-četvoro ljudi. Jednog dana, dok je sedeo za stolom koji se nalazio baš preko puta mog, nisam mogao da odolim, te sam ga pažljivo osmotrio i bio sam šokiran onim što sam video. Izgledalo je kao da je u potpunosti paralizovan. Njegovo telo je bilo slabo, njegova glava trajno nagnuta napred. Jedan od ljudi koji su bili s njim pažljivo je stavljao hranu u njegova usta, mada je veliki deo nje ispadao i padao u tanjirić koji je drugi čovek držao ispod njegove brade. S vremena na vreme,

čovjek u kolicima bi proizveo nerazgovetan, kreštav zvuk, a jedan od njegovih pratilaca bi prislonio svoje uvo na njegova usta i preneo ostalima šta je rekao.

Kasnije sam upitao prijatelja da li zna ko je taj čovek. „Naravno“, odgovorio je. „Profesor matematike, a ljudi oko njega su njegovi diplomirani studenti, Ima bolest motornih neurona, koja progresivno parališe svaki deo tela. Dato mu je najviše pet godina. Mora da je to najgora stvar koja može da zadesi ljudsko biće.“

Nekoliko nedelja kasnije, dok sam izlazio iz zgrade, on je ulazio i dok sam držao vrata otvorenim kako bi on prošao u električnim invalidskim kolicima, pogledi su nam se sreli. Na moje iznenađenje, video sam da mu je pogled jasan. U njemu nije bilo ni tračka nesreće. Odmah sam znao da se nije opirao, prihvatio je svoju situaciju.

Nekoliko godina kasnije, dok sam kupovao novine, zaprepastio sam se kad sam ga ugledao na naslovnoj strani popularnog međunarodnog časopisa. Ne samo da je i dalje bio živ nego je postao i najpoznatiji svetski teoretičar fizike. Stiven Hoking. U članku se nalazio divan deo, koji je potvrdio ono što sam osetio u njegovom pogledu pre nekoliko godina. Pričajući o svom životu, rekao je (uz pomoć sintetizatora): „Ko bi mogao poželeti više?“

## **RADOST BIĆA**

Nesreća ili negativnost škode našoj planeti. Ono što zagađenje radi na spoljašnjem nivou, negativnost radi na unutrašnjem. Nalazi se svugde, ne samo na mestima gde ljudi nemaju dovoljno nego i tamo gde ljudi imaju i previše. Zar vas to iznenađuje? Ne. Prebogati svet je u još većoj meri identifikovan s oblikom, izgubljen u sadržaju, zarobljen u egu.

Ljudi veruju da njihova sreća zavisi od onoga što im se dešava, tj. da zavisi od oblika. Ne shvataju da je ono što se dešava najnestabilnije u celom univerzumu. Stalno se menja.

Sadašnji trenutak posmatraju kao nešto što je zaprljano nečim što se desilo, a nije trebalo da se desi, ili ga smatraju nepotpunim jer se nešto nije desilo, a trebalo je. I tako oni propuštaju dublje savršenstvo, koje se već nalazi u životu, savršenstvu koje je uvek prisutno, koje leži iza onoga što se dešava ili ne dešava, iznad oblika. Prihvatite sadašnji trenutak i pronađite savršenstvo koje je dublje od bilo kog oblika i netaknuto vremenom.

Radost Bića, koje predstavlja jedinu istinsku sreću, ne može vam doći u vidu ikakvog oblika, predmeta koji posedujete, dostignuća, osobe ili događaja, niti kroz bilo šta što se dešava. Ta radost ne može *doći* k vama, nikada. Ona isijava iz bezoblične dimenzije *unutar* vas, iz same svesti, i stoga je jedno s onim što ste vi.

## **DOPUŠTANJE DA SE EGU UMANJI ZNAČAJ**

Ego je uvek spreman da odreaguje čim uoči da postoji nešto što može umanjiti njegov značaj. Automatski mehanizmi za popravku ega aktiviraju se kako bi nanovo uspostavili umišljeni oblik „sebe“. Kada me neko okrivljuje ili kritikuje, za ego to znači umanjivanje onoga što „ja“ predstavlja, i odmah će pokušati da popravi svoj umanjeni doživljaj koji ima o sebi kroz samoopravljanje, odbranu ili optuživanje. Za ego je krajnje nevažno da li je druga osoba u pravu ili greši. Zainteresovan je za samoočuvanje, ne za istinu. To je očuvanje psihološkog oblika „ja“. Čak i tako obična stvar poput uzvraćanja na opasku vozaču koji vas je nazvao idiotom predstavlja automatski i nesvesni mehanizam popravke ega. Jedan od najčešćih mehanizama odbrane je bes, koji prouzrokuje privremenu ali ogromnu naduvanost ega. Svi mehanizmi imaju savršenog smisla za ego, ali su zapravo disfunkcionalni. Najekstremniji u svojoj disfunkcionalnosti su fizičko nasilje i samoobmanjivanje u vidu grandioznih fantazija.

Snažna duhovna praksa svesno će umanjiti značaj ega kada se pojavi, a da pri tom neće doći do pokušaja popravljanja. Predlažem da s vremena na vreme probate sledeće: kad vas

neko kritikuje, okrivljuje, naziva pogrđnim imenima, umesto da odmah uzvratite ili se branite, ne činite ništa. Dozvolite da značaj slike koju imate o sebi bude umanjen i pokušajte da osetite kako to doživljavate duboko u sebi. Nekoliko sekundi ćete osećati neprijatnost, kao da ste se smanjili. Ali ćete onda osetiti unutrašnje prostranstvo koje se oseća veoma živim. Vaš značaj nije umanjen uopšte. Zapravo, vi ste se proširili. Doći ćete do zapanjujućeg saznanja: kada je vaš značaj na izvestan način naizgled umanjen, a vi ne odreagujete, ne samo na spoljašnjem nivou nego i na unutrašnjem, shvatite da zapravo ništa nije umanjeno, da time što postajete „manji“, vi zapravo postajete veći. Kada se više ne branite ili ne pokušavate da ojačate sopstveni oblik, odstupate od identifikovanja s oblikom, s umišljenom slikom o sebi. Tako što postajete manje (u očima ega), vi prolazite kroz ekspanziju i stvarate prostor za Biće. Istinska snaga, ono što ste iznad oblika, može da sija kroz naizgled oslabljeni oblik. To je ono na što Isus ukazuje rečima: „Poništi sebe“, ili „Okreni drugi obraz.“

To naravno ne znači da treba da izazovete nasilne, nesvesne ljude ili da se pretvorite u njihovu žrtvu. Ponekad će situacija od vas zahtevati da nekome direktno kažete: „Odbij.“ Bez egoičnog odbrambenog stava, iz vaših reči će izlaziti snaga, i nećete imati želju da reagujete. Ako je potrebno možete i reći „ne“, jasno i glasno, i to će biti ono što ja nazivam „visoko kvalitetno ne“, ne koje je oslobođeno negativnosti.

Ako ste zadovoljni time da ne predstavljate ništa posebno, zadovoljni tim da se ne ističete, vi se izjednačavate sa silom univerzuma. Ono što se egu čini kao slabost, zapravo je istinska snaga. Ta duhovna istina je dijametralno suprotna vrednostima naše savremene kulture i načinima na koje ona uslovljava ponašanje ljudi.

Umesto što pokušavate da budete planina, kako piše u *Knjizi o Putu i Vrlini*, „budite dolina univerzuma“.<sup>23</sup> Na taj način vraćate se celosti i „sve stvari dolaze k vama“.<sup>24</sup>

<sup>23</sup> Tzu, Lao, *Tao Te Ching*, 28. poglavlje

<sup>24</sup> Ibid, 22. poglavlje

Slično tome, u jednoj od svojih parabola Isus kaže: „Nego kad te ko pozove, došavši sedni na poslednje mesto, da ti reče kad dođe onaj koji te pozva: prijatelju! pomakni se više; tada će tebi biti čast pred onima koji sede s tobom za trpezom. Jer svaki koji se podiže, poniziće se; a koji se ponižava, podignuće se.”<sup>25</sup>

Drugi aspekt ove prakse je da se suzdržavate od pokušaja da se jačate kroz hvaljenje, da se ističete, budete posebni, ostavite utisak i zahtevate pažnju. To ponekad podrazumeva i suzdržavanje od izražavanja svojih misli kada svako drugi izražava svoje, ali pokušajte da uočite kako se osećate u tom trenutku.

## **KOLIKO SPOLJA, TOLIKO I IZNUTRA**

Kada pogledate u vedro nebo noću, smesta shvatite istinu, tako jednostavnu i neverovatno duboku. Šta je to što vidite? Mesec, planete, zvezde, osvetljeni sloj Mlečnog puta, možda kometu ili čak susednu galaksiju Andromeda, udaljenu dva miliona svetlosnih godina od nas. Ali ako još više pojednostavite stvari, šta vidite? Predmete koji lebde u svemiru. Od čega se onda sastoji svemir? Od predmeta i prostora.

Ako ne ostanete bez reči dok gledate u svemir tokom vedrih noći, onda zapravo i ne gledate, niste svesni ukupnosti svega što je gore. Verovatno samo gledate u predmete i pokušavate da ih imenujete. Ako ste ikad osetili strahopoštovanje dok ste gledali u svemir, ili čak osetili duboko poštovanje suočeni s tom nerešivom zagonetkom, to onda znači da ste se na trenutak oslobodili želje da objašnjavate i označavate i postali svesni ne samo predmeta u svemiru nego i beskonačne dubine samog prostora. Mora da ste bili dovoljno staloženi da primetite prostranstvo u kome ovi nebrojivi svetovi postoje. Osećaj strahopoštovanja ne potiče od činjenice da tamo postoje milijarde svetova, nego od dubine koja ih sve sadrži.

Ne možete sagledati svemir, niti ga čuti, dodirnuti, okusiti ili omirisati, pa kako onda znate da postoji? Ovo logično pitanje

<sup>25</sup> Sveto Jevanđelje po Luci 14:10-11

u sebi sadrži fundamentalnu grešku. Osnova svemira je nepredmetnost, tako da on ne „postoji“ u uobičajenom smislu te reči. Postoje samo predmeti, oblici. Čak i to što ga nazivamo prostor<sup>26</sup> može biti pogrešno jer ga imenujući ga pretvaramo u predmet.

Da se izrazim ovako: u vama postoji nešto što iskazuje povezanost sa svemirom, zato i možete biti svesni njega. Svesni čega? Ni to nije u potpunosti tačno, jer ne možete biti svesni svemira/prostora ako ne postoji to čega treba da budete svesni.

Odgovor je i jednostavan i dubok. Kada ste svesni svemira, zapravo niste svesni ničega, svesni ste svesnosti - unutrašnjeg prostora svesti. Kroz vas, univerzum postaje svestan sebe.

Kada oko ne pronalazi ništa što bi moglo da vidi, ta se nepredmetnost opaža kao svemir. Kada uvo ne pronalazi ništa što bi moglo da čuje, ta se nepredmetnost opaža kao mirnoća. Kada se naša čula, koja su stvorena da opažaju oblike, susretnu s nedostatkom oblika, bezoblična svest koja leži iza opažanja i čini opažaje i doživljaje mogućim, nije više skrivena u obliku. Kada razmišljate o neshvatljivoj dubini svemira ili slušate tišinu u ranim jutarnjim časovima, pre svitanja, nešto u vama odjekuje tom dubinom kao vid priznanja. Tada prostranu dubinu svemira osećate kao vašu sopstvenu dubinu, i znate da vas dragoceni mir, koji nema nikakav oblik, predstavlja vemije od bilo kog predmeta od kojih se vaš život sadrži.

Upanišade, sveto indijsko pismo, ukazuju na tu istinu sledećim rečima:

„Ono što se okom ne može videti, ali ono što oku daje moć vida: znaj da je to Braman, Duh a ne ono čemu se ljudi ovde klanjaju. Ono što se uvom ne može čuti, ali što uvu daje moć sluha: znaj da je to Braman, Duh a ne ono čemu se ljudi ovde klanjaju... Ono što se umom ne može zamisliti, ali što umu daje moć da razmišlja: znaj da je to Braman, Duh a ne ono čemu se ljudi ovde klanjaju.“<sup>27</sup>

Bog, kako kaže Sveto pismo, bezoblična je svest i osnova onoga što ste. Sve ostalo je oblik, ono „čemu se ljudi ovde klanjaju“.

<sup>26</sup> Igra reči: „space“ - engleski izraz i za prostor i za svemir - Prim. prev.

<sup>27</sup> *Kena Upanishad*

Dvostruka stvarnost univerzuma - koji se sastoji od predmeta i prostora - predmetnost i nepredmetnost, ujedno je i vaša stvarnost. Zdrav, uravnotežen, plodan ljudski život jeste ples između dve dimenzije od kojih se stvarnost sastoji: oblika i prostora. Većina ljudi je toliko identifikovana s dimenzijom oblika, sa čulnim opažanjem, mislima i emocijama, da je značajna, skrivena polovina odsutna u njihovom životu. Njihovo identifikovanje s oblikom drži ih zarobljene u egu.

Ono što vidite, čujete, osećate, dodirujete ili mislite predstavlja samo deo stvarnosti. To je oblik. U učenjima Isusa, to se jednostavno zove „svet“, dok je druga dimenzija „carstvo nebesko“ ili „večni život“.

Baš kao što prostor dozvoljava svim predmetima da postoje, i baš kao što bez tišine ne bi bilo zvuka, ni vi ne biste postojali bez osnovne bezoblične dimenzije koja čini osnovu onoga što ste. Mogli bismo to nazvati „Bogom“ da ta reč nije toliko pogrešno korišćena. Više mi se sviđa da to nazovem Bićem. Biće prethodi postojanju. Postojanje je oblik, sadržaj, ono „šta se dešava“. Postojanje je prednji plan života, Biće je njegova pozadina.

Kolektivna bolest čovečanstva jeste to što su ljudi toliko preokupirani time šta se dešava, toliko hipnotisani svetom nestalnih oblika, toliko udubljeni u sadržaje svojih života da su zaboravili osnovu, onu koja je iznad sadržaja, iznad oblika, iznad misli. Toliko su opterećeni vremenom da su zaboravili na večnost, koja je njihovo mesto porekla, njihov dom, njihova sudbina. Večnost je živa stvarnost onoga što ste.

Pre nekoliko godina, kada sam bio u poseti Kini, naišao sam na budistički hram na planinskom vrhu u blizini Guilina. Na njemu se nalazio pozlaćen natpis i upitao sam svog domaćina šta znači. „Znači 'Buda'“, odgovorio je. „Ali zašto postoje dva ideograma umesto jednog?“, upitao sam. „Jedan znači 'čovek'“, objasnio mi je. "Drugi znači 'ne'. A uzeti zajedno znače 'Buda'." Osetio sam strahopoštovanje. Ideogrami koji predstavljaju Budu već u sebi sadrže kompletno Budino učenje, i za one koji imaju oči da vide, sadrže i tajnu života. Stvarnost se sastoji od dve dimenzije, predmetnosti i nepredmetnosti, oblika i poricanja oblika, što predstavlja priznanje da oblik ne čini ono što vi jeste.



## *Otkrivanje unutrašnjeg prostora*

Po staroj Sufi priči, u jednoj zemlji na Bliskom istoku živeo je jedan kralj, koji je uvek bio razapet između osećanja sreće i očajanja. I najmanja stvar bi ga uznemirila ili izazvala snažnu reakciju i njegova bi se sreća brzo pretvorila u razočaranje i očaj. Došlo je vreme kada se kralj umorio i od sebe i od života, kada je počeo da traži izlaz iz te situacije. Naredio je da mu se dovede mudrac iz njegovog kraljevstva, koji je bio poznat kao prosvetljen čovek. Kada je mudrac došao, kralj mu reče: „Želim da budem poput tebe. Da li možeš da mi daš nešto što će mi doneti ravnotežu, smirenost i mudrost? Platiću koliko kažeš.“

Mudrac mu odgovori: „Možda ću i moći da vam pomognem, ali cena je tolika da ni celo vaše kraljevstvo neće biti dovoljno. Stoga neka to bude poklon za vas ako ćete ga prihvatiti.“ Kralj je pristao i mudrac je otišao.

Vratio se nekoliko nedelja kasnije i poklonio kralju ukrašenu kutiju od žada. Kralj ju je otvorio i u njoj pronašao jednostavni zlatni prsten. Nešto je bilo urezano na njemu. Natpis je glasio: *I ovo će proći*. „Šta znači ovo?“, upitao je kralj. Mudrac je odgovorio: „Nosite uvek ovaj prsten. Šta god da se desi, pre nego što to nazovete dobrim ili lošim, dodignite prsten i pročitajte to što je urezano. Tako ćete uvek osećati mir.“

*I ovo će proći*. Šta je to u tim jednostavnim rečima što ih čini tako snažnim? Gledajući površno, čini se da te reči pružaju utehu u lošim situacijama, ali, isto tako, umanjuju uživanje u

dobrim stvarima u životu. „Ne budite previše srećni jer neće potrajati.“ Čini se da poruka tako glasi kada se primeni na situaciju koja se smatra dobrom.

Pravi smisao ovih reči postaje jasan kada ih sagledamo u kontekstu dveju priča na koje smo naišli ranije. Prva je priča o zen učitelju, čiji odgovor na sve: „Je li tako?“, pokazuje dobro koje proizilazi iz unutrašnjeg neopiranja događajima, tj. iz situacija kada ste jedno s onim šta se dešava. Druga priča, priča o čoveku čiji je odgovor uvek bio jedno lakonsko „Možda“, pokazuje mudrost u neosuđivanju, a priča o prstenu ukazuje na činjenicu o nepostojanosti koja, kada je prepoznata, vodi ka nevezivanju. Neopiranje, neosuđivanje i nevezivanje su tri aspekta istinske slobode i prosvetljenog življenja.

Reči urezane u prsten ne govore da ne treba da uživate u dobrom, niti služe jedino kao uteha u vreme patnje. Imaju dublji značaj: da vas nateraju da postanete svesni prolaznosti svake situacije, jer su i svi oblici prolazni, bez obzira na to da li su dobri ili loši. Kada postanete svesni prolaznosti svih oblika, vaše vezivanje za njih se umanjuje, i do određenog stepena prekidate identifikovanje s njima. To što ste udaljeni ne znači da ne možete uživati u dobru koje svet ima da vam ponudi. Zapravo, uživate i više. Jednom kada uočite i prihvatite prolaznost svega i neizbežnost promene, možete da uživate u dobrobitima sveta dok traju, bez straha od gubitka i bez strepnje zbog budućnosti. Kada se udaljite, imate bolju perspektivu za sagledavanje događaja iz vašeg života nego kada ostanete zarobljeni u njima. Postajete poput astronauta koji vidi planetu Zemlju okruženu prostranošću svemira i shvati paradoksalnu istinu: Zemlja je istovremeno i dragocena i beznačajna. Spoznaja *I ovo će proći* rezultira odvajanjem, a sa odvajanjem u vaš život ulazi druga dimenzija - unutrašnji prostor. Kroz odvajanje, kao i kroz neosuđivanje i unutrašnje neopiranje, dobijate pristup toj dimenziji.

Kada više niste u potpunosti identifikovani s oblicima, svest, ono što ste, oslobađa se iz zarobljeničtva u obliku: Ta sloboda je izdizanje unutrašnjeg prostora. Dolazi u obliku mirnoće, jedva primetnog mira prisutnog duboko u vama, čak i kada ste suočeni s nečim naizgled lošim. *I ovo će proći*. Odjednom se

pojavljuje prostor oko događaja. Takođe se stvara prostor oko emocionalnih izliva, čak i oko boli. I iznad svega, pojavljuje se prostor između vas i misli. I iz tog prostora stvara se mir koji nije „ovozemaljski“, jer ovaj svet je oblik, a mir je prostor. To je mir Božji.

Sada možete uživati i diviti se ovozemaljskim stvarima, a da im ne pridajete značaj ili važnost koje i nemaju. Možete uživati u plesu stvaranja i biti aktivni, a da se ne vežete za krajnju situaciju i postavljate nerazumne zahteve: ispuni me, usreći me, učini da se osećam sigurno, reci mi ko sam. Svet vam ne može pružiti tako nešto, i kada ne budete imali tu vrstu očekivanja, svaka samostvorena patnja će nestati. Svaka takva patnja rezultat je precenjivanja oblika i nesvesnosti dimenzije unutrašnjeg prostora. Kada je ta dimenzija prisutna u vašem životu, možete uživati u stvarima, doživljajima, i zadovoljstvima svih čula, a da se pri tom ne izgubite u njima. Ne morate se vezati za njih na unutrašnjem nivou, tj. ne morate postati zavisni od sveta.

Reči *I ovo će proći* su smernice ka stvarnosti. Pokazujući implicitno na nepostojanost svih oblika, one ukazuju i na večno. Samo ono što je večno u vama može da prepozna prolaznost kao takvu.

Kada je dimenzija prostora izgubljena ili, što je češće, neprepoznata, stvari s ovog sveta poprimaju apsolutni značaj, ozbiljnost i težinu koje zapravo i ne poseduju. Kada se svet ne posmatra iz perspektive bezobličja, on postaje opasno mesto i, konačno, mesto očajanja. Prorok iz Starog zaveta sigurno je mislio na to kad je napisao: „Sve je mučno, da čovek ne može iskazati.“<sup>28</sup>

## OBJEKATSKA I PROSTORNA SVEST

Životi velikog broja ljudi su pretrpani stvarima: materijalnim, onim koje treba da obave, onim o kojima treba da razmišljaju. Njihovi životi liče na istoriju čovečanstva za koju je

<sup>28</sup> Saborne poslanice 1:8

Vinston Čerčil rekao da je „jedna prokleta stvar za drugom“. Njihovi umovi su prepuni začepljenja nastalih od misli koje se nižu jedna za drugom. To je dimenzija objekatske svesti, koja predstavlja stvarnost kod znatnog broja ljudi, i to je razlog zašto su njihovi životi toliko neujednačeni. Objekatska svest treba da se dovede u ravnotežu pomoću prostome svesti kako bi se zdrav razum vratio na našu planetu i čovečanstvo ispunilo svoju sudbinu. Izdizanje prostorne svesti je sledeći korak u evoluciji čovečanstva.

Prostorna svest znači da pored toga što ste svesni predmeta, što se uvek svodi na čulna opažanja, misli i emocije, postoji i skriveni tok svesti. Svest podrazumeva da ste ne samo svesni predmeta (objekata) nego ste i svesni da ste svesni. Ako u pozadini možete da osetite budnu unutrašnju mirnoću dok se nešto dešava neposredno pred vama, to je to! Ta dimenzija je prisutna kod svih, ali je određen broj ljudi nesvestan njenog prisustva. Ponekad ukazujem na to pitanjem: „Možete li da osetite svoju Prisutnost?“

Prostorna svest ne predstavlja samo slobodu od ega nego i od zavisnosti od ovozemaljskih stvari, od materijalizma i materijalnosti. To je duhovna dimenzija koja može da svetu podari uzvišeno i istinsko značenje.

Kada god ste uznemireni zbog nekog događaja, osobe ili situacije, pravi razlog nije događaj, osoba ili situacija nego gubitak prave perspektive, koju jedino prostor može da obezbedi. Zarobljeni ste u objekatskoj stvarnosti, nesvesni vanvremenskog unutrašnjeg prostora svesti. Kada se koriste kao pokazatelji, reči *I ovo će proći* mogu da povrate svest o toj dimenziji.

Drugi pokazatelj istine u vama sadržan je u sledećoj izjavi: „Nikad nisam uznemiren iz onog razloga iz kojeg mislim da jesam.“<sup>29</sup>

<sup>29</sup> *A Course in Miracles*, radna sveska, Prvi deo, Lekcija 6 (Kalifornija: Fondacija za unutrašnji mir, Glen Allen, 1990), 8.

## **SPUŠTANJE ISPOD MISLI I IZDIZANJE IZNAD NJIH**

Kada ste veoma umorni, možete delovati smireniji, opušteniji nego što ste obično. To je zato što se razmišljanje povlači i ne možete da se setite svog izmišljenog i problematičnog „ja“. Nalazite se u stanju nalik snu. Dok pijete alkohol ili uzimate pojedine lekove (pod uslovom da oni ne aktiviraju vaše telo-boli), takođe ste opušteniji, bezbrižniji, i možda čak i živiji neko vreme. Počnete s pevanjem i igranjem, koji su još od prastarih vremena izrazi radosti života. Pošto ste manje opterećeni svojim umom, možete da imate uvid u radost Bića. Možda je zbog toga alkohol i nazvan „spirit“<sup>30</sup>. Ali cena je visoka: nesvesnost. Umesto da se izdižete iznad misli, vi se spuštate ispod njih. Nakon nekoliko pića dostižete skoro vegetativno stanje.

Prostorna svest nije isto što i „izbacivanje iz prostora“. Oba stanja se nalaze iznad misli. To im je zajedničko. Glavna razlika je, međutim, što se u slučaju prve izdižete iznad misli, dok se u drugom slučaju spuštate ispod njih. Jedno predstavlja naredni korak u evoluciji ljudske svesti, drugo povratak na stanje koje smo prevazišli vekovima ranije.

## **TELEVIZIJA**

Gledanje televizije predstavlja omiljenu slobodnu aktivnost ili, tačnije, neaktivnost miliona ljudi širom sveta. Prosečan Amerikanac do svoje šezdesete godine provede petnaest godina zureći u televizor. Slično je i u mnogim drugim zemljama.

Mnogo ljudi gledanje televizije smatra „opuštajućim“. Pažljivo posmatrajte sebe i shvatićete da što duže gledate u televizijski ekran, vaša razmišljanje se umanjuje. Uz to, tokom dužih

<sup>30</sup> Engleski izraz „spirit“ znači jako alkoholno piće poput viskija ili brendija, ali i duh. - Prim. prev.

vremenskih perioda dok gledate šou-programe, nagradne igre, sitkome ili reklame, vaš um je gotovo neaktivan. Ne samo da se ne možete setiti svojih problema nego se privremeno oslobađate i od sebe, a šta može biti više opuštajuće od toga?

Da li onda gledanje televizije stvara unutrašnji prostor? Da li vam pomaže da budete prisutni? Nažalost, ne. Iako se dešava da duži period vremena vaš um ne generiše nikakve misli, ipak se povezuje s misaonom aktivnošću televizijskog programa. Vaš um je neaktivan samo u smislu da ne generiše misli. Međutim, on neprestano apsorbuje misli i slike koje se smenjuju na ekranu. To dovodi do pasivnog stanja uvećane podložnosti, nalik transu, slično hipnozi. Zato se ekran i koristi za manipulisanje „javnog mnjenja“, kako od strane političara i grupa s posebnim interesovanjem tako i od strane reklamnih agencija, koje će platiti milione dolara kako bi vas uhvatile u tom stanju receptivne nesvesnosti. Oni žele da njihove misli postanu vaše misli, i to im obično polazi za rukom.

Kada gledate televiziju, težite tome da padnete ispod misli, a ne da se izdignete iznad njih. To je zajedničko televiziji, alkoholu i pojedinim lekovima. Iako stvara određeni osećaj olakšanja, cena je visoka: gubitak svesti. Poput lekova, i ona se odlikuje snažnom zavisnošću. Posegnete za daljinskim upravljačem da biste ugasili televizor, ali umesto toga shvatite da prebacujete s kanala na kanal. Pola sata kasnije i dalje gledate televiziju, i dalje prebacujete kanale. Izgleda da je dugme za isključivanje jedino koje ne možete da pritisnete. I dalje gledate, ne zato što ste naišli na nešto zanimljivo nego baš zato što nema ničeg interesantnog za gledanje. Kada se navučete na televiziju, što je program trivijalniji i beznačajniji, vi ste navučeniji. Kad bi bio interesantniji i kad bi vas terao na razmišljanje, onda bi stimulisao vaš um da ponovo razmišlja, što je svesnije i poželjnije stanje od transa prouzrokovanog gledanjem televizije. Vaša pažnja ne bi više bila zaokupljena slikama s ekrana.

Sadržaj programa, ako postoji i određeni kvalitet, ponekad može da ima suprotni efekat, čak i da poništi hipnotični, zatupljujući efekat televizijskog medija. Postoje programi koji su bili od velike pomoći mnogim ljudima, promenili njihove živote

nabolje, otvorili njihova srca, učinili ih svesnijim. Čak i pojedine komedije, iako ne govore ni o čemu posebnom, mogu slučajno posedovati duhovnu notu jer prikazuju iskarikiranu sliku ljudske gluposti i ega. Uče nas da ništa ne shvatamo suviše ozbiljno, da pridemo životu otvorenog srca i, iznad svega, uče nas da se smejemo. Smeh ima oslobađajuću moć, poput isceljenja. Mnoge televizijske stanice, međutim, nalaze se pod kontrolom ljudi koji su u potpunom stisku ega, te skrivena agenda televizije postaje kontrola nad vama tako što vas uspavljuje, tj. čini vas nesvesnim. Mada, još uvek postoji ogroman neistraženi potencijal televizijskog medija.

Izbegavajte gledanje programa i reklama koje vas napadaju brzim nizom slika koje se menjaju svake dve-tri sekunde. Preterano gledanje televizije, a naročito pomenutih programa, u velikoj meri je uzročnik poremećaja smanjene pažnje, mentalne disfunkcionalnosti koja pogađa milione dece širom sveta. Kratak domet pažnje čini da svi vaši opažaji i odnosi budu plitki i nezadovoljavajući. Šta god da radite ili preduzmete u takvom stanju, nedostaje mu kvalitet, jer kvalitet zahteva pažnju.

Često i dugo gledanje televizije ne samo da vas čini nesvesnim nego prouzrokuje pasivnost i crpe energiju iz vas. Stoga, umesto da gledate televiziju nasumice, izaberite programe koje želite da gledate. Kada god se setite da postupite na taj način, osetite živost u svom telu dok gledate. Isto tako, s vremena na vreme budite svesni svog disanja. Povremeno skrenite pogled s ekrana da vaše čulo vida ne bi bilo konstantno okupirano. Nemojte pojačavati ton više od potrebnog, da vas televizija ne bi nadjačala u auditivnom smislu. Koristite dugme za isključivanje tona tokom reklama. Postarajte se da ne odete u krevet neposredno nakon gledanja televizije ili, što je gore, da zaspate dok je još uključen.

## PREPOZNAVANJE UNUTRAŠNJEG PROSTORA

Prostor između misli verovatno se naizmenično izdiže u vašem životu, a da niste toga ni svesni. Čini se da je objekatskoj svesti, svesti hipnotisanoj doživljajima i uslovljenoj tako da se identifikuje isključivo s oblikom, nemoguće da postane svesna prostora. U krajnjem slučaju, to znači da ne možete postati svesni sebe jer ste konstantno svesni nečega drugog. Vaša pažnja je neprekidno zaokupljena oblikom. Čak i kad se čini da ste svesni sebe, zapravo ste od sebe napravili predmet, misaoni oblik, tako da to čega ste svesni niste vi nego misao.

Kada čujete za unutrašnji prostor, možda ćete krenuti u potragu za njim, ali pošto tragate za njim kao da tražite predmet ili avanturu, ne možete ga naći. To predstavlja dilemu za sve one koji tragaju za duhovnim shvatanjem ili prosvetljenjem. Tako Isus tvrdi: „Carstvo Božje neće doći da se vidi. Niti će se kazati: Evo ga ovde ili onde; jer gle, carstvo je Božje unutra u vama.”<sup>31</sup>

Ako ne provodite ceo svoj budni život u nezadovoljstvu, brizi, uznemirenosti, depresiji, očajanju ili preokupirani drugim negativnim stanjima, ako ste sposobni da uživate u jednostavnim stvarima poput zvuka kiše ili vetra, ako možete da vidite lepotu u oblacima koji se kreću nebom ili da povremeno budete sami a da ne osećate samoću ili potrebu za mentalnim stimulansom u vidu zabave, ako "uhvatite" sebe kako otvorena srca pomažete potpunom strancu a da ništa ne tražite zauzvrat... to znači da se stvorio prostor u inače neprekidnom toku razmišljanja koje predstavlja ljudski mozak. Kada se to desi, postoji određeni osećaj dobrobiti, živi prostor, iako jedva primetan. Intenzitet će varirati od jedva primetnog pozadinskog osećaja zadovoljstva do onoga što su Stari Indijci nazivali *ananda*, blagoslov Bića. Budući da ste uslovljeni da obraćate pažnju isključivo na oblik, verovatno ga niste ni svesni osim indirektno. Na primer, postoji zajednički element u sposobnosti da možete da vidite lepotu, da cenite male stvari, da uživate u sopstvenom društvu ili da se obraćate drugim

<sup>31</sup> Sveto Jevanđelje po Luci 17:20-21



ljudima s pažnjom. Zajednički element je osećaj zadovoljstva, mira, živosti, koji čini jedva приметnu pozadinu, bez koje ovi doživljaji ne bi bili mogućí.

Kad god u vašem životu postoje lepota, pažnja, spoznaja dobrote jednostavnih stvari, potražite pozadinu tih osećanja unutar vas. Ali ne tragajte za njom kao da tragate za nečim. Ne možete pokazati prstom i reći: „Pronašao sam je“, shvatiti je umom i definisati na određeni način. Ona je poput vedrog neba. Nema oblik. Ona je prostor, mirnoća, slatkoća Bića i beskonačno više od reči, koje su, naposletku, samo pokazatelji. Kada ste u mogućnosti da je osetite direktno unutar sebe, ona se produbljuje. Kada cenite nešto jednostavno - zvuk, pogled, dodir, kada uočite lepotu, kada osećate ljubav prema drugoj osobi, osetite i unutrašnje prostranstvo koje je izvor i pozadina tog iskustva.

Mnogi pesnici i mudraci tokom godina došli su do zaključka da se istinska sreća, koju ja zovem radost Bića, nalazi u jednostavnim, naizgled neverovatnim stvarima. Izvestan broj ljudi, u svojoj neumornoj potrazi za tim da im se desi nešto značajno, neprestano propuštaju beznačajno, što uopšte nije beznačajno. Filozof Niče, u retkim trenucima duboke mirnoće, napisao je: „Za sreću je potrebno tako malo!... najmanja moguća stvar, najnežnija stvar, najlakša stvar, šuškanje guštera, dah, pokret, pogled - najmanje stvari čine najveću sreću. Budite mirni.“<sup>32</sup>

Zašto je „najmanja stvar“ ta koja čini „najveću sreću“? Jer istinska sreća nije *prouzrokovana* stvarima ili događajima, mada se na prvi pogled tako čini. Stvari ili događaji su toliko neprimetni, nenametljivi; oni zauzimaju samo mali deo vaše svesti, a ostalo je unutrašnji prostor, sama svest neometena oblikom. Svest unutrašnjeg prostora i ono što ste vi u svojoj osnovi čine jedno. Drugim rečima, oblik malih stvari ostavlja mesto za unutrašnji prostor. I iz tog unutrašnjeg prostora, iz neuslovljene svesti, rađa se istinska sreća, rađa se radost Bića. Da biste bili svesni malih, nemih stvari, treba da budete tihi iznutra. Potreban je visok nivo budnosti. Budite mirni. Gledajte. Slušajte. Budite prisutni.

Ovo je još jedan način da pronađete unutrašnji prostor:

<sup>32</sup> Niče, Fridrih, *Tako je govorio Zaratustra*

budite svesni da ste svesni. Recite ili pomislite: „Postojim“, ne dodajući ništa više. Budite svesni mirnoće koja prati postojanje. Osetite svoje postojanje: ogoljeno, nezamaskirano, neskriveno biće. Osobine mladog, starog, bogatog, siromašnog, dobrog ili lošeg ga ne dotiču. To je prostrana materica sveg stvaranja, svih oblika.

## MOŽETE LI DA ČUJETE PLANINSKI POTOČIĆ?

Učitelj zena je išao sa svojim sledbenikom planinskom stazom. Kada su se približili starom drvetu kedra, seli su ispod njega da obeduju. Nakon obroka, sledbenik, mladi monah koji još nije bio pronašao ključ za misteriju zena, prekinuo je tišinu pitajući Učitelja: „Kako da dostignem stanje zena?“

On je, naravno, pitao kako da postigne stanje svesti karakteristično za zen.

Učitelj je ostao nem. Skoro pet minuta sledbenik je nestrpljivo čekao odgovor. Upravo se spremao da postavi još jedno pitanje kada je Učitelj iznenada progovorio. „Čuješ li planinski potočić?“

Sledbenik nije bio svestan nikakvog planinskog potoka. Bio je previše zauzet svojim razmišljanjem o značenju zena. Sada, kada je počeo da čuje zvuk, njegov bučni um se povukao. U početku nije mogao da čuje ništa. Potom je njegovo razmišljanje ustupilo mesto intenzivnoj budnosti, i onda je čuo jedva čujan žubor potoka u daljini.

„Da, sada ga čujem“, odgovorio je.

Učitelj je podigao prst i s pogledom koji je istovremeno bio i žestok i nežan rekao: „Počni odatle.“

Sledbenik je bio zaprepašćen. To je bio njegov prvi *satori* - trenutak prosvetljenja. Znao je šta je zen, a da nije ni znao šta je to što zna.

Nastavili su put u tišini. Sledbenik je bio iznenađen živošću sveta oko sebe. Sve je doživljavao, kao prvi put. Postepeno, počeo je ponovo da razmišlja. Budnost je zatrpana

mentalnom bukom i ubrzo je imao drugo pitanje. „Učitelju“, rekao je, „nešto sam razmišljao. Šta biste rekli da nisam bio u stanju da čujem potočić?“ Učitelj je zastao, pogledao ga, podigao prst i rekao: „Počni odatle.“

## **PRAVO DELANJE**

Ego postavlja pitanje: „Šta da učinim kako bi ova situacija zadovoljila moje potrebe ili kako da dođem do situacije koja će *svakako* zadovoljiti moje potrebe?“

Prisustvo je stanje unutrašnje prostranosti. Kada ste prisutni, postavljate pitanje: „Kako da odgovorim zahtevima ove situacije, ovog trenutka?“ U stvari, nije potrebno ni da postavite pitanje. Mirni ste, oprezni i otvoreni prema onome što *jeste*. Donosite novu dimenziju u situaciju: prostor. Potom posmatrate i osluškujete. Na taj način postajete jedno sa situacijom. Kada se, umesto da odreagujete na situaciju, spojite s njom, rešenje proistekne iz same situacije. Zapravo, to niste vi, osoba, onaj ko posmatra i osluškuje, nego oprezna tišina. Potom, ako je delanje moguće ili potrebno, započnete ga. Ili, preciznije, delanje se dešava kroz vas. Pravo delanje je ono koje je u skladu s celinom. Kada se delanje završi, ostaje oprezna, prostrana tišina. Niko ne podiže ruku u znak trijumfa uzvikujući poraženom: „Jeee!“ Niko čak i ne govori: „Vidi, uspeo sam.“

Sva kreativnost dolazi iz unutrašnje prostranosti. Kada se stvaranje desi i nešto poprimi svoj oblik, vi treba da budete oprezni kako se „ja“ ili „moje“ ne bi pojavilo. Ako uzimate zasluge za ono što ste postigli, znači da se ego vratio, i prostranost je počela da nestaje.

## **OPAŽANJE BEZ IMENOVANJA**

Većina ljudi je samo delimično svesna sveta koji ih okružuje, posebno ako je okruženje poznato. Glas u glavi zaokuplja veliki deo njihove pažnje. Pojedini ljudi se osećaju življim

dok putuju ili posećuju nepoznata mesta ili strane zemlje jer tada njihova čulna opažanja, doživljavanje, zauzimaju veći deo njihove svesti od razmišljanja. Postaju prisutniji. Drugi ostaju u potpunosti pod kontrolom glasa u glavi. Njihova opažanja i doživljaji su poremećeni brzopletim osuđivanjem. Oni zapravo nisu otišli nikuda. Njihovo telo putuje, dok oni ostaju tamo gde su oduvek i bili, u svojoj glavi.

Takva je stvarnost kod velikog broja ljudi. Čim se nešto opazi, fantomsko „ja“, tj. ego, odmah to imenuje, tumači, poredi s nečim drugim; to mu se sviđa ili ne sviđa, naziva ga dobrim ili lošim. Ti ljudi su zarobljeni u misaonim oblicima, u objekatskoj svesti.

Ne možete se duhovno probuditi sve dok ne nestane nagonско i nesvesno imenovanje, ili bar dok ne postanete svesni njega i sposobni da ga opazite dok se dešava. Uz pomoć tog neprestanog imenovanja ego ostaje prisutan u vidu neosmatranog dela uma. Kada god postanete svesni, stvara se unutrašnji prostor i više niste pod kontrolom uma.

Izaberite predmet u vašoj blizini, olovku, stolicu, šoljicu, biljku, i vizuelno je ispitujte, tj. posmatrajte je s velikim interesovanjem, s radoznalošću. Izbegavajte predmete za koje ste snažno emocionalno vezani i koji vas podsećaju na prošlost, na mesto na kom ste ih kupili, na osobu koja vam ih je poklonila itd. Takođe izbegavajte sve što ima natpis, poput knjige ili flaše. To će samo stimulisati razmišljanje. Bez suzdržavanja, opušteni ali na oprezu, usmerite svu svoju pažnju na taj predmet, na svaki njegov detalj. Ako se misli pojave, nemojte se uplesti u njih. Niste zainteresovani za misli, nego za sam čin opažanja. Da li možete da razdvojite razmišljanje od opažanja? Da li možete da posmatrate bez glasa u glavi koji komentariše, zaključuje, upoređuje ili pokušava nešto da shvati? Nakon nekoliko minuta, pustite pogled da luta po sobi ili gde god da se nalazite, i neka vaša budna pažnja osvetli svaki predmet na koji se vaš pogled spusti.

Potom oslušnite svaki zvuk koji je možda prisutan. Slušajte na isti način na koji ste gledali predmete oko sebe. Pojedini zvuci su prirodni: voda, vetar, ptice, drugi su veštački. Neki će biti prijatni, drugi ne. Međutim, nemojte da pravite razliku između dobrog i lošeg. Dopustite svakom zvuku da bude ono što jeste, nemojte da ga interpretirate. I ovde je akcenat na opuštenosti, ali

i na budnoj pažnji.

Kada posmatrate i oslušujete na ovaj način, možete postati svesni nežnog i u prvi mah jedva primetnog osećaja smirenosti. Pojedini ljudi to osećaju kao pozadinsku tišinu. Drugi to nazivaju mirom. Kada svest nije više u potpunosti zaokupljena razmišljanjem, jedan njen deo ostaje u svom bezobličnom, neuslovljenom i prvobitnom stanju. To je unutrašnji prostor.

## **KO JE TAJ KO DOŽIVLJAVA?**

Ono što možete da vidite, čujete, okusite, dodirujete i mirišete su čulni objekti. To je ono što osećate, doživljavate. Ali ko je onda subjekat, taj koji doživljava? Ako sada kažete nešto poput: „Pa, naravno, ja, Džejn Smit, viši računovođa, stara četrdeset pet godina, razvedena, majka dvoje dece, Amerikanka - ja sam subjekat, onaj koji doživljava", onda grešite. Džejn Smit i sve ono što je identifikovano s mentalnim konceptom o Džejn Smit jesu objekti doživljavanja, ne subjekat koji doživljava.

Svaki doživljaj se sastoji od tri moguća sastojka: čulnog opažanja, misli ili mentalne slike i emocije. Džejn Smit, viši računovođa, stara četrdeset pet godina, majka dvoje dece, razvedena, Amerikanka - sve su to misli i, samim tim, deo onoga što doživljavate u trenutku razmišljanja. Ove misli i sve ono što možete da kažete i pomislite o sebi su objekti, ne subjekti. One su doživljaj, ne onaj koji doživljava. Možete dodati još hiljade definicija (misli) o tome ko ste i time uvećati složenost vašeg doživljaja sebe (ali i honorar vašem psihijatru), ali na taj način nećete doći do subjekta, do onoga koji doživljava, koji prethodi svakom doživljaju i bez koga doživljavanje nije ni moguće.

Dakle, ko je onda taj koji doživljava? Vi. A ko ste vi? Svest. A šta je svest? Na ovo pitanje nema odgovora. Onog trenutka kada odgovorite na njega, menjate ga i pravite od njega još jedan objekat. Svest, koja se tradicionalno zove i *duh*, ne može se spoznati u uobičajenom smislu te reči, i sama potraga je beskorisna. Sve znanje se nalazi u domenu dualnosti - subjekat i objekat,

znalac i znano. Subjekt, ja, znalac bez koga ništa i ne može biti znano, opaženo, zamišljeno, doživljeno, zauvek mora ostati nedokučiv. Zbog toga „ja“ nema oblik. Jedino oblici mogu biti znani, a bez bezoblične dimenzije svet oblika ne bi ni postojao. To je osvetljeni prostor u kom se svet izdiže i povlači. Prostor je život koji sam ja. On je vanvremenski. Ja sam vanvremenski, večan. Ono što se dešava u tom prostoru je relativno i privremeno: uživanje i bol, dobit i gubitak, rođenje i smrt.

Najveća prepreka za otkrivanje unutrašnjeg prostora, najveća prepreka za pronalaženje onoga ko doživljava je to što postajete toliko zaokupirani time što doživljavate da se izgubite u svemu. To znači da je svest izgubljena u sopstvenom snu. Toliko ste povučeni svakom mišlju, svakom emocijom i svakim doživljajem da se zapravo nalazite u stanju nalik snu. To je normalno stanje čovečanstva već hiljadama godina.

Iako ne možete poznavati svest, možete postati svesni svesti kao dela sebe. Možete je direktno osetiti u svakoj situaciji, bez obzira na to gde se nalazite. Možete je osetiti upravo sada kao svoje Prisustvo, unutrašnji prostor u kom su reči s ove stranice opažene i pretvorene u misli. To je pozadinsko „ja“. Reči koje čitate i o kojima razmišljate su u prednjem planu, a „postojim“ je podsloj, pozadina prisutna kod svakog doživljaja, misli i osećanja.

## DAH

Otkrijte unutrašnji prostor tako što ćete stvarati praznine u misaonom toku. Bez tih praznina vaše razmišljanje se ponavlja i ne odlikuje se inspiracijom ili određenom kreativnom iskrom, što je često stanje. Ne treba da se brinete oko dužine tih praznina. Nekoliko sekundi je sve što je potrebno. Postepeno će se same uvećavati bez ikakvog napora s vaše strane. Ono što je još važnije od njihove dužine jeste njihova učestalost, te će tako vaše dnevne aktivnosti i vaš tok misli postati ispresecani prostorom.

Jedna osoba mi je nedavno pokazala godišnji plan ogromne duhovne organizacije. Dok sam ga listao, bio sam impresioniran

širokim izborom zanimljivih seminara i radionica. Podsetio me je na švedski sto s kog možete sami da izaberete ono što želite iz mnoštva ponuđenih primamljivih jela. Ta osoba me je upitala da li mogu da preporučim jedan ili dva kursa. „Ne znam“, odgovorio sam. „Svi izgledaju zanimljivo. Ali znam sledeće“, dodao sam, „budite svesni svog disanja što je češće moguće. Radite to tokom jedne godine, i to će imati veću moć transformisanja nego posećivanje bilo kog od ovih kurseva. A još je i besplatno.“

Kada ste svesni svog disanja, preusmeravate pažnju s razmišljanja i stvarate prostor. To je jedan od načina za generisanje svesti. Iako je punoća svesti već prisutna u vidu nemanifestovanog, mi smo tu da svest dovedemo u ovu dimenziju.

Budite svesni svog disanja. Primetite doživljaj daha. Osetite vazduh koji ulazi i izlazi iz vašeg tela. Primetite kako se grudi i stomak polako šire i skupljaju dok udišete i izdišete. Jedan svestan dah je dovoljan da se stvori prostor na mestu gde se pre nalazio jedan neprekidni tok misli. Jedan svestan dah (ili dva ili tri, što bi bilo još bolje), uzet nekoliko puta dnevno, odličan je način da se unese prostor u život. Iako biste mogli da razmišljate o svom disanju nekoliko sati, što pojedini ljudi i rade, jedan dah je dovoljan da budete svesni, on i jeste jedino čega možete biti svesni. Sve ostalo je sećanje ili iščekivanje, što je zapravo - razmišljanje. Disanje nije nešto što vi radite nego nešto čemu prisustvujete dok se dešava. Disanje se dešava samo od sebe. Inteligencija unutar tela se brine za to. Sve što vi treba da uradite jeste da ga posmatrate dok se dešava. Ne zahteva nikakav napor ili nagon. Takođe, primetite kratku pauzu pri disanju, posebno taj mirni trenutak na kraju izdisaja, baš pre početka udisaja.

Disanje mnogih ljudi je neprirodno plitko. Što ste svesniji daha, pre će se ustanoviti njegova prirodna dubina.

Pošto dah nema oblik, od davnina je izjednačavan s duhom, bezobličnim jednim Životom. „A stvori Gospod Bog čoveka od praha zemaljskog, i dunu mu u nos duh životni; i posta čovek duša živa.“<sup>33</sup> Nemačka reč za disanje - *atmen* - izvedena je od stare indijske (sanskrt) reči *Atman*, što znači obitavajući

<sup>33</sup> Postanje 2:7

božanski duh ili Bog u nama.

Činjenica da dah nema oblik, jedan je od razloga zbog kog je svest o disanju veoma efikasan način stvaranja prostora u vašem životu, generisanja svesti. To je izvrstan objekat meditacije baš zato što nije objekat, nema nacrt ili oblik. Drugi razlog je taj što je dah jedan od najneprimetnijih naizgled beznačajnih fenomena, „najmanja stvar“, koja, po Ničeju, pričinjava „najveću sreću“. Da li ćete praktikovati svesno disanje kao vid formalne meditacije zavisi od vas. Formalna meditacija, međutim, ne predstavlja zamenu za donošenje prostorne svesti u svakodnevni život.

To što ste svesni svog disanja primorava vas da budete prisutni u Sadašnjem trenutku - što predstavlja ključ za celokupnu unutrašnju transformaciju. Kad god ste svesni daha, vi ste apsolutno prisutni. Takođe ćete primetiti da ne možete razmišljati i *istovremeno* biti svesni svog disanja. Svesno disanje zaustavlja vaš um. Ali daleko od toga da ste u transu ili polubudni, naprotiv, vi ste u potpunosti budni i oprezni. Ne spuštate se ispod misli, izdižete se iznad njih. I ako pogledate pažljivije, otkrićete dve stvari - da ste u potpunosti prisutni u sadašnjem trenutku i da ste prestali da razmišljate, a da pritom niste izgubili svest, što zapravo predstavlja jedno te isto - izdizanje prostorne svesti.

## ZAVISNOSTI

Dugotrajni nagonski obrazac ponašanja može se nazvati zavisnost, a zavisnost živi u vama kao kvazientitet ili nadličnost, energetsko polje koje s vremena na vreme preuzme kontrolu nad vama. Kontroliše čak i vaš um, glas u glavi, koji potom postaje glas zavisnosti. Možda govori: „Imali ste težak dan. Zaslužujete da se počastite. Zašto biste sebi uskratili ono malo zadovoljstva što vam je ostalo u životu?“ Ako ste identifikovani s unutrašnjim glasom usled nedostatka svesnosti, naći ćete se u situaciji da idete prema frižideru i uzimate čokoladnu tortu. Drugi put, zavi-



snost može prevazići um koji misli i vi ćete završiti s cigaretom ili alkoholnim pićem u rukama. „Kako je ovo dospelo u moje ruke?“ Uzimanje cigarete iz paklice ili sipanje pića jesu akcije izvršene u stanju potpune nesvesnosti.

Ako imate nagonski obrazac ponašanja, poput pušenja, prejedanja, opijanja, gledanja televizije, surfovanja intemetom ili bilo čega drugog, evo šta možete uraditi: kada osetite da se nagonska potreba rađa u vama, zastanite i svesno udahnite tri puta. To stvara svesnost. Onda nekoliko minuta budite svesni nagonske potrebe kao energetskog polja u vama. Svesno osetite tu potrebu da fizički ili mentalno svarite ili konzumirate određenu supstancu, ili želju da odglumite izvestan oblik nagonskog ponašanja. Potom još nekoliko puta svesno udahnite. Posle toga ćete verovatno osetiti da je nagonska potreba nestala, bar na određeno vreme. Ili ćete osetiti da još uvek ima moć nad vama, a da vi ne možete da joj se ne povinujete i ne ugodite joj. Ne pravite problem od toga. Od zavisničkog dela vaše svesnosti napravite praksu sličnu onoj već opisanoj. Kako svesnost bude rasla, zavisnički obrazac će slabiti i, konačno, nestati. Međutim, setite se da uhvatite svaku misao koja opravdava zavisničko ponašanje u trenutku kad se pojavljuje u vašem umu, koristeći ponekad lukave argumente. Postavite sebi pitanje: „Ko ovde vodi glavnu reč?“ I shvatićete da zavisnost govori iz vas. Sve dok ste toga svesni, sve dok ste prisutni kao posmatrač svog uma, manji su izgledi da će vas prevariti i navesti da uradite ono što želi.

## **SVEST O UNUTRAŠNJEM TELU**

Drugi jednostavan ali veoma efikasan način za pronalaženje prostora u vašem životu blizak je disanju. Otkrićete da time što osećate nežan protok vazduha koji ulazi i izlazi iz vašeg tela, te izdizanje i spuštanje grudi i stomaka, postajete svesni i unutrašnjeg tela. Vaša se pažnja pomera s disanja na osećaj živosti u vama, koji je protkan kroz celo telo.

Većina ljudi je toliko ometena svojim mislima, toliko identifikovana s glasovima u glavi da nije u stanju da oseti živost

unutar sebe. Ako niste u mogućnosti da osetite život koji pokreće fizičko telo, taj život koji ste vi, to predstavlja najveći gubitak koji može da vam se desi. Vi tada ne samo da počinjete da tražite zamenu za prirodno stanje dobiti unutar vas nego tražite i nešto što bi prikrilo neprekidni osećaj težine, koji se javlja kada niste u dodiru sa živošću koja je uvek prisutna, ali često zane-marena. Određene zamene za kojima ljudi tragaju su „haj” stanja prouzrokovana upotrebom droge, preterana čulna stimulisanja poput glasne muzike, uzbuđenja ili opasne aktivnosti, ili opsed-nutost seksom. Čak se i drama u ličnoj vezi koristi kao zamena za originalni osećaj živosti. Najčešći beg od stalno prisutnog osećaja nelagodnosti je lični odnos s nekim: muškarcem ili ženom „koji će me usrećiti”. Naravno, to predstavlja i jedno od najčešće doživljenih „razočarenja”. A kada se nelagodnost vrati, ljudi često krive svog partnera.

Svesno udahnite još dva-tri puta. Pokušajte da vidite da li možete da primetite nežni osećaj živosti koja vas okupira. Da li možete da osetite svoje telo iznutra? Osetite nakratko delove svog tela. Osetite svoje dlanove, potom ruke, stopala, noge. A šta je s usnama? Ima li života u njima? Potom postanite svesni unutrašnjeg tela kao celine. Možda bi bilo bolje da u početku zatvorite oči, a onog trenutka kada osetite unutrašnje telo, otvorite oči, pogledajte okolo, i nastavite da istovremeno osećate svoje telo. Pojedini čitaoci možda neće morati da zatvaraju oči, oni mogu osetiti svoje unutrašnje telo dok čitaju ovo.

## UNUTRAŠNJI I SPOLJAŠNJI PROSTOR

Vaše unutrašnje telo nije čvrsto nego prostrano. Ono nije vaše fizičko telo nego ono što daje život tom fizičkom telu. To je inteligencija koja je stvorila telo i izdržava ga, istovremeno koor-dinišući stotinama različitih funkcija te neverovatne složenosti, koju ljudski um može da razume samo delimično. Kada je postanete svesni, inteligencija postaje svesna sebe. To je ne-uhvatljivi „život” koji nijedan naučnik nije pronašao jer svest koja traga za njim *jeste* on.

Fizičari su otkrili da čvrstoća materije koju opažamo jeste iluzija stvorena našim čulima. To uključuje i fizičko telo, o kome mislimo kao o obliku i shvatamo ga na taj način, ali 99,99 posto njega je zapravo prazan prostor. Toliko je veliki prostor između atoma u poređenju s njihovom veličinom, a, opet, u svakom atomu se nalazi isto toliko prostora. Fizičko telo nije ništa drugo do pogrešno opažanje onoga što ste. Na mnogo načina, to je mikrokosmička verzija spoljašnjeg prostora. Da bih vam predočio koliko je prostran prostor između nebeskih tela, razmislite o sledećem: svetlost koja putuje konstantnom brzinom od 186.000 milja (300.000 km) u sekundi putuje samo jedan sekund između Zemlje i Meseca; zracima Sunca potrebno je osam minuta da stignu do Zemlje. Svetlost s nama najbliže zvezde, Proksima Kentauri, koja se nalazi u sazvežđu najbližem nama, i koja je zapravo sunce najbliže našem Suncu, putuje 4,5 godine pre nego što dospe do Zemlje. Toliko je prostran prostor koji nas okružuje. A tu je i intergalaktički prostor, čija prostranost prevazilazi sve razumevanje. Svetlost iz nama najbliže galaksije, galaksije Andromeda, putuje 2,4 miliona godina do nas. Zar nije čudesno što je vaše telo jednako prostrano kao svemir?

Dakle, vaše fizičko telo, koje je oblik, otkriva se kao krajnje bezoblično kada zakoračite malo dublje u njega. Postaje prag ka unutrašnjem prostoru. Iako unutrašnji prostor nema oblik, on je veoma živ. Taj „prazni prostor“ je život u svojoj punoći, nemanifestovani Izvor iz kojeg potiču sve manifestacije. Tradicionalni naziv za taj Izvor je Bog.

Misli i reči pripadaju svetu oblika, i ne mogu da iskažu bezoblično. Kada kažete: „Mogu da osetim svoje unutrašnje telo“, reč je o pogrešnom opažanju, koje je proisteklo iz razmišljanja. Ono što se zaista dešava je to da svest koja se pojavljuje kao telo, svest koja sam ja, postaje svesna sebe. Kada više ne mešam ono što sam s privremenim oblikom „mene“, onda se dimenzija bezgraničnog i večnog - Boga - izražava kroz „mene“ i upravlja „mnome“. Isto tako me oslobađa zavisnosti od oblika. Međutim, čisto intelektualna spoznaja ili verovanje da „ja

nisam ovaj oblik" ne pomaže. Najvažnije pitanje glasi: „U ovom trenutku, mogu li da osetim prisustvo unutrašnjeg prostora, što zapravo znači, mogu li da osetim svoje Prisustvo, ili Prisustvo koje Jesam?"

Ili, možemo prići toj istini koristeći drugačije smernice. Upitajte se: „Da li sam svestan ne samo onoga što se upravo dešava nego i Sadašnjeg trenutka kao živog vanvremenskog unutrašnjeg prostora u kom se sve dešava?" Iako se čini da ovo pitanje nema nikakve veze s unutrašnjim telom, možete se iznenaditi, jer time što postajete svesni prostora Sadašnjeg trenutka, počinjete da se osećate življim iznutra. Osećate živost unutrašnjeg tela, živost koja je urođeni deo radosti Bića. Moramo da uđemo u telo da bismo otišli izvan njega i saznali da to nismo mi.

Ukoliko je to moguće, u svakodnevnom životu koristite svesnost o unutrašnjem telu kako biste stvorili prostor. Dok čekate, slušate nekoga, kada zastanete da pogledate u nebo, drvo, cvet, svog partnera ili dete, istovremeno osetite i živost unutar sebe. To znači da deo vaše pažnje ili svesti ostaje bezobličan, a ostatak je dostupan za spoljašnji svet oblika. Kada god „nastanite" svoje telo na ovaj način, ono će vam poslužiti kao sidro - da biste ostali prisutni u Sadašnjem trenutku. Sprečiče vas da se izgubite u razmišljanju, u emocijama ili spoljasnjim situacijama.

Kada razmišljate, osećate, opažate i doživljavate, svest se rađa u obliku. Reinkarniše se u misao, osećaj, čulni opažaj, doživljaj. Ciklus ponovnih rođenja (budisti se nadaju da će ga se konačno osloboditi) dešava se konstantno, i samo u ovom trenutku, kroz moć Sadašnjeg trenutka, možete ga se osloboditi. Kroz čin potpunog prihvatanja oblika Sadašnjeg trenutka postižete unutrašnji sklad s prostorom, što je zapravo osnova Sadašnjeg trenutka. Putem prihvatanja postajete prostrani iznutra. Postižete sklad s prostorom umesto s oblikom: to donosi pravu perspektivu i ravnotežu u vaš život.

Tokom dana odmotava se neprekidni promenljivi tok onoga što vidite i čujete. U prvom trenutku opažanja, a posebno ako je reč o nečemu nepoznatom, pre nego što um imenuje ili interpretira to što ste opazili, često postoji praznina ispunjena budnom pažnjom, u kojoj se opažanje i dešava. To je unutrašnji prostor. Njegovo trajanje zavisi od osobe do osobe. Lako gaje propustiti jer kod velikog broja ljudi ti prostori su izuzetno kratki, traju oko sekundu ili manje.

Evo šta se dešava: pojavi se novi prizor ili zvuk, i u prvom trenutku opažanja postoji kratak prekid u uobičajenom toku razmišljanja. Svest je preusmerena s misli jer se zahteva čulno opažanje. Veoma neobičan prizor ili zvuk mogu vas ostaviti „bez reči“, čak i iznutra, tj. mogu da stvore veću prazninu.

Frekvencija i trajanje takvih prostora određuju vašu sposobnost da uživate u životu, da osećate unutrašnju povezanost s drugim ljudima i s prirodom. Isto tako, određuju i nivo do kog ste se oslobodili od ega jer ego podrazumava potpunu nesvesnost o dimenziji prostora.

Kada postanete svesni ovih kratkih prostora dok se oni prirodno dešavaju, oni će se produžavati, i dok se budu produžavali, vi ćete sve češće osećati radost opažanja u kom nema uplitanja razmišljanja. Svet oko vas se čini svež, nov i živ. Što više opažate život kroz apstraktnu i konceptualizovanu sliku, svet oko vas će biti sve beživotniji i monotoniji.

## IZGUBITE SE DA BISTE SE PRONAŠLI

Unutrašnji prostor se stvara svaki put kada se oslobodite potrebe da naglašavate vaš oblički identitet. To je potreba ega. Ne predstavlja istinsku potrebu. O ovome smo već nešto rekli. Kada god odbacite jedan od ovih obrazaca ponašanja, stvara se unutrašnji prostor. Vi postajete verniji vašem pravom „ja“. Za ego će to izgledati kao da se gubite, ali se dešava upravo suprotno.

Isus je učio da treba da izgubite sebe da biste se pronašli. Kada god se oslobodite jednog od tih obrazaca, vi poništavate naglašavanje onoga što ste na nivou oblika, a ono što ste iznad tog oblika pojavljuje se u punom svetlu. Postajete manje da biste mogli da budete više.

Ovo su neki od načina na koje ljudi nesvesno pokušavaju da naglase svoj pojavni identitet. Ako ste dovoljno pažljivi, bićete u stanju da uočite pojedine nesvesne obrasce i kod sebe: kada zahtevate priznanje za nešto što ste uradili, i uznemirite se ili naljutite ako ga ne dobijete, kada pokušavate da privučete pažnju tako što govorite o svojim problemima, svojoj bolesti, kada pravite scenu, kada dajete svoje mišljenje iako niko to ne traži od vas, iako ono nema nikakav značaj za situaciju, kada ste više zabrinuti za to kako vas drugi doživljavaju nego zbog načina na koji se ponašate prema drugima, tj. kada koristite druge ljude za egoični odraz ili kao ojačivač ega, kada pokušavate da ostavite utisak na druge pokazujući imovinu, znanje, dobar izgled, status, fizičku snagu itd., kada ispoljavate privremenu nadutost ega kroz ljutitu reakciju usmerenu protiv nekoga ili nečega, kada stvari shvatate lično, kada se osećate uvređenim, kada se pravite da ste u pravu putem bezuspešnog mentalnog ili verbalnog prigovaranja, kada želite da vas smatraju važnim ili da tako izgledate.

Kad uočite takav obrazac kod sebe, predlažem da sprovedete sledeći eksperiment. Otkrijte kako se osećate i šta se dešava ako se oslobodite takvog obrasca. Samo ga odbacite i vidite šta se dešava.

Neisticanje sebe na nivou oblika predstavlja drugi način izdizanja svesti. Otkrijte ogromnu snagu koja protiče kroz vas u svet u trenutku kada prestanete da naglašavate svoj oblički identitet.

## DUBOKI MIR

Rečeno je: „Duboki mir je jezik kojim Bog govori, a sve ostalo je loš prevod.“ Duboki mir je zapravo drugi naziv za prostor. Biti svestan dubokog mira kad god ga osetimo u svom životu povezaće nas s bezobličnom i vanvremenskom dimenzijom unutar nas, onom koja je iznad misli, iznad ega. To može biti duboki mir koji prožima svet prirode, ili duboki mir vaše sobe u ranim jutarnjim časovima, ili neme praznine između zvukova. Duboki mir nema nikakav oblik, iz tog razloga i ne možemo ga postati svesni putem razmišljanja. Misao je oblik. Biti svestan dubokog mira znači biti smiren. Biti smiren znači biti svestan, a da pri tom ne razmišljate. Nikada niste toliko blisko, toliko duboko povezani s onim što ste kao onda kada ste smireni. Kada ste smireni, vi ste ono što ste bili pre nego što ste privremeno nastanili određeni fizički i mentalni oblik nazvan osoba. Vi ste takođe i ono što ćete tek postati kad se oblik raspadne. Kada ste mirni, vi ste ono što ste iznad vašeg privremenog postojanja: svest - neuslovljena, bezoblična, večna.

### *Vaša unutrašnja svrha*

Čim se izdignete iznad pukog preživljavanja, pitanje značenja i svrhe postaje od najvećeg značaja u vašem životu. Mnogo ljudi se oseća zarobljenim u dnevnim navikama koje umanjuju značaj njihovih života. Mnogi veruju da život prolazi pored njih, ili je već prošao. Drugi se osećaju izuzetno ograničenim zahtevima svog posla i izdržavanjem porodice, svojom finansijskom ili životnom situacijom. Pojedinci se nalaze u stanju intenzivnog stresa, drugi intenzivne dosade. Pojedini ljudi su izgubljeni u fanatičnom napredovanju, drugi u stagnaciji. Veliki broj ljudi čezne za slobodom i ekspanzijom, koje obećavaju prosperitet. Drugi već uživaju u relativnoj slobodi koja proizilazi iz prosperiteta, a onda otkriju da čak ni to nije dovoljno da njihove živote ispuni značenjem. Ne postoji zamena za pronalaženje prave svrhe. Ali prava ili primarna svrha vašeg života ne može se pronaći ni na jednom spoljašnjem nivou. Nije povezana s onim šta radite nego s onim što ste, tj. s vašim stanjem svesti.

Stoga je najvažnije da shvatite sledeće: vaš život ima i unutrašnju i spoljašnju svrhu. Unutrašnja svrha tiče se Bića i ona je primarna. Spoljašnja svrha tiče se vašeg delanja i ona je sekundarna. Dok se ova knjiga uglavnom bavi vašom unutrašnjom svrhom, ovo i sledeće poglavlje pozabaviće se pitanjem kako uskladiti spoljašnju i unutrašnju svrhu vašeg života. Unutrašnja i spoljašnja svrha su toliko isprepletene da je skoro nemoguće govoriti o jednoj, a da se pritom ne osvrćete i na drugu.



Vaša unutrašnja svrha je da se probudite. To je sve. Tu svrhu delite sa svim ostalim ljudima na planeti, jer je to svrha čovečanstva. Vaša unutrašnja svrha je osnovni deo svrhe celine, univerzuma i inteligencije koja se rađa. Vaša spoljašnja svrha se može vremenom menjati. Razlikuje se u velikoj meri od osobe do osobe. Pronalaženje unutrašnje svrhe i vođenje života u skladu s njom je osnov za ispunjenje vaše spoljašnje svrhe. To je uslov za istinski uspeh. Bez sklada, vi opet možete postići određene stvari trudom, borbom, odlučnošću, teškim radom ili lukavošću. Ali u takvom poduhvatu nema radosti, i on se neizbežno završi patnjom.

## **BUĐENJE**

Buđenje je promena u svesti pri kojoj dolazi do razdvajanja razmišljanja od svesnosti. Za većinu ljudi to nije događaj nego proces kroz koji prolaze. Čak i ona retka bića koja dožive iznenadno, dramatično i naizgled nepovratno buđenje prolaze kroz proces u kom njihovo novo stanje svesti postepeno ulazi u sve što rade, i transformišu ga tako da ono postaje integrisani deo njihovih života.

Umesto da budete izgubljeni u svom razmišljanju, kada ste budni, vi sebe prepoznajete kao svesnost koja stoji iza tog buđenja. Razmišljanje prestaje da bude autonomna aktivnost koja služi isključivo svojoj svrsi i preuzima kontrolu nad vašim životom i upravlja njim. Svesnost umanjuje uticaj razmišljanja. Umesto da i dalje ima kontrolu nad vašim životom, svesnost upravlja njim. Svesnost je svesna veza s univerzalnom inteligencijom. Druga reč za to je Prisustvo: svest bez razmišljanja.

Inicijacija u proces buđenja je čin milosti. Ne možete je prouzrokovati, pripremati se za nju ili skupljati poene da biste je zaslužili. Ne postoji uredan niz logičnih koraka koji vode prema njoj, iako bi um to jedva dočekaao. Ne treba da prvo postanete vredni nje. Nekada će pre doći grešniku nego svecu, ali ne i obavezno. Zato se Isus povezivao s različitim ljudima, ne samo

onim vrednim poštovanja. Ne postoji ništa što možete da uradite po pitanju buđenja. Sve što uradite predstavljaće pokušaj ega da na svoj spisak doda buđenje ili prosvetljenje kao najvredniju nagradu i time se učini važnijim ili većim. Umesto buđenja, vi u vaš um dodajete *koncept* o buđenju ili mentalnu sliku o tome kako izgleda probuđena ili prosvetljena osoba, i onda pokušavate da dostignete tu sliku. Ispunjenje očekivanja koje imate o sebi ili koje drugi ljudi imaju o vama predstavlja neautentično življenje, to je druga nesvesna uloga koju tumači ego.

Dakle, ako ne postoji ništa što možete da preduzmete po pitanju buđenja, bez obzira na to da li se ono desilo ili nije, kako onda ono može predstavljati primarnu svrhu života? Zar svrha ne podrazumeva da morate da uradite nešto po tom pitanju?

Jedino prvo buđenje, prvi nagoveštaj svesti bez razmišljanja, događa se uz milost i bez ikakvog delovanja s vaše strane. Ako ovu knjigu smatrate nerazumljivom ili beznačajnom, onda vam se još nije desilo. Ako nešto u vama reaguje na nju, ako ste na određeni način prepoznali istinu u njoj, to znači da je proces buđenja započet. Kad jednom počne, ne može se povratiti, mada se može odgoditi zbog uticaja ega. Za pojedine ljude proces buđenja će započeti čitanjem ove knjige. Za druge, funkcija ove knjige je da im pomogne da uvide da su već počeli da se bude i da ih motiviše da pojačaju i ubrzaju taj proces. Druga funkcija knjige je da pomogne ljudima da prepoznaju ego u sebi svaki put kad on pokuša da preuzme kontrolu i zamaskira svest koja se izdiže. Kod pojedinih ljudi, buđenje se dešava u trenutku kada iznenada postanu svesni misli koje obično misle, posebno upornih negativnih misli s kojima se identifikuju ceo svoj život. Iznenada se javlja svesnost koja je svesna misli, ali nije njihov deo.

Kakva je veza između svesnosti i razmišljanja? Svesnost je prostor u kojem postoje misli kada je taj prostor postao svestan sebe.

Jednom kada dobijete nagoveštaj svesnosti ili Prisustva, odmah ste toga svesni. To više nije samo koncept u vašem umu. Vi tada možete napraviti svestan izbor da budete prisutni umesto da se upustite u beskorisno razmišljanje. Možete pozvati Prisustvo u svoj život, tj. možete stvoriti prostor. S milošću buđenja dolazi i odgovornost. Možete ili da pokušate da se

pravite kao da se ništa nije desilo, ili da uočite njegov značaj i prepoznate svesnost koja se izdiže kao nešto najvažnije što *može* da vam se dogodi. Otvaranje sebe za izdizanje svesti i donošenje njene svetlosti na ovaj svet postaje primarna svrha vašeg života.

„Želim da upoznam um Božji“, rekao je Ajnštajn. „Sve ostalo su detalji.“ Šta je to um Božji? Svest. A šta znači poznavati um Božji? Biti svestan. Šta su detalji? Vaša spoljašnja svrha, i sve što se dešava spolja.

Dok još uvek čekate da vam se nešto značajno desi, možda i nećete uspeti da shvatite da vam se ono najznačajnije što se može desiti ljudskom biću već dogodilo: početak razdvajanja procesa razmišljanja od svesnosti.

Mnogi ljudi koji prolaze kroz rane faze procesa buđenja nisu više sigurni koja je njihova spoljašnja svrha. Ono što pokreće svet ne pokreće njih. Pošto su jasno uočili ludost naše civilizacije, oni se osećaju otuđeni od kulture koja ih okružuje. Pojedini se osećaju kao da su nastanjeni na ničijoj zemlji, između dva sveta. Nisu više pod kontrolom ega, a njihova svest, koja se budi, nije dovoljno integrisana s njihovim životima. Unutrašnja i spoljašnja svrha još uvek se nisu spojile.

## DIJALOG O UNUTRAŠNJOJ SVRSI

Naredni dijalog sadrži sažete brojne razgovore koje sam vodio s ljudima koji su tragali za istinskom svrhom svog života. Nešto je istinito kada odjekuje u vašem najdubljem Biću i izražava ga, kada je u skladu s unutrašnjom svrhom. Iz tog razloga skrećem pažnju na njihovu unutrašnju i primarnu svrhu.

*Ne znam tačno šta želim, ali znam da želim da se nešto promeni u mom životu. Želim proširenje, želim da radim nešto značajno i, naravno, želim prosperitet i slobodu koja dolazi s tim. Želim da radim nešto što ima smisla, nešto što će znatno promeniti stvari. Ali ako me pitate šta želim, moram reći da ne znam. Možete li mi pomoći da pronađem svrhu svog života?*

Vaša svrha je da sedite ovde i razgovarate sa mnom, jer ovde se nalazite i ovo upravo radite. Sve dok ne ustanete i uradite nešto drugo. U tom slučaju, to postaje vaša svrha.

*Znači, moja svrha je da sedim u svojoj kancelariji narednih trideset godina, dok se ne penzionišem ili dok me ne pošalju na prinudni odmor?*

Vi se sada ne nalazite u svojoj kancelariji, tako da to nije vaša svrha. Kada sedite u svojoj kancelariji i radite to što radite, to je vaša svrha. Ne za narednih trideset godina, nego upravo tada.

*Mislim da se ne razumemo. Za vas je svrha ono što radite u datom trenutku, za mene svrha znači posedovati cilj u životu, nešto veliko i značajno što daje smisao onome što radim, nešto što će znatno promeniti stvari. Preturanje papira u kancelariji nije to. U to sam siguran.*

Sve dok niste svesni Bića, tražićete značenje isključivo unutar dimenzije toga što radite i svoje budućnosti, tj. dimenzije vremena. I svako značenje ili ispunjenje na koje naiđete nestaće ili će biti lažno. Neizbežno će biti uništeno proticanjem vremena. I značenje koje nađemo na tom nivou je samo relativno i privremeno istinito.

Na primer, ako briga za vaše dete daje smisao vašem životu, šta se dešava s tim smislom kada više niste potrebni svojoj deci ili kada vas ona čak više i ne slušaju? Ako to što pomažete drugima daje smisao vašem životu, onda zavisite od toga da drugi budu u gorem stanju od vas, te tako vaš život nastavlja da ima smisao i vi se osećate zadovoljni sobom. Ako vam želja da nadmašite nešto ili nekoga, da pobedite ili uspete pruža smisao, šta se dešava ako nikad ne pobedite ili ako se vaš pobednički niz okonča jednog dana, što je neizbežno? Vi ćete se onda morati oslanjati na svoju maštu i svoje sećanje, veoma nezadovoljavajuće mesto za pronalaženje značenja u životu. „Uspeti“ u bilo kom polju jedino je značajno sve dok postoje hiljade i milioni drugih koji ne uspevaju, tako da je vama potrebno da drugi ljudi „ne uspeju“ kako bi vaš život imao značenje.

Ne kažem da pomaganje drugima, briga za svoju decu ili težnja ka izuzetnosti u svakom polju nisu vredni truda. Mnogim ljudima oni predstavljaju značajan deo njihove spoljašnje svrhe, ali spoljašnja svrha je uvek relativna, nestabilna i nepostojana. To ne znači da ne treba da se upustite u takve aktivnosti. Znači da treba da ih povežete sa svojom unutrašnjom, primarnom svrhom, tako da to što radite dobije dublji značaj.

Ako ne živite u skladu sa svojom primarnom svrhom, svaki cilj koji osmislite, čak iako podrazumeva stvaranje raja na zemlji, biće proizvod ego ili će biti uništen vremenom. Pre ili kasnije doveste do patnje. Ako ignorišete svoju unutrašnju svrhu, bez obzira na to šta radite, čak iako to predstavlja duhovnu praksu, ego će se uvući u *način* na koji to obavljate, te će sredstvo pokvariti cilj. Poznata poslovice „Put ka paklu popločan je dobrim namerama“ ukazuje na istinu. Drugim rečima, vaši ciljevi ili delanje nisu primarni, primarno je stanje svesti iz koje oni nastaju. Ispunjavanje vaše primarne svrhe predstavlja postavljanje temelja za novu stvarnost, novu zemlju. Kada postavite temelj, vaša spoljašnja svrha dopunjava se duhovnom snagom jer će vaši ciljevi i namere biti jedno s evolucionim impulsom univerzuma.

Razdvajanje razmišljanja od svesnosti, koje leži u središtu vaše primarne svrhe, dešava se kroz poricanje vremena. Ovde se ne govori o vremenu korišćenom u praktične svrhe, kao što je, na primer, zakazivanje sastanka ili planiranje puta. Ne govori se *o vremenu koje se meri satom, nego o psihološkom vremenu*, koje predstavlja duboko ukorenjenu naviku uma da ispunjenje života traži u budućnosti, gde ga ne može naći, i da ignoriše jedinu tačku pristupa tom ispunjenju: sadašnji trenutak.

Kada to što radite ili gde se nalazite posmatrate kao primarnu svrhu svog života, vi negirate vreme. To daje neverovatnu snagu. Negiranje vremena u onome što radite stvara vezu između unutrašnje i spoljašnje svrhe, između Bića i delanja. Kada negirate vreme, negirate i ego. Sve što radite, radite izvanredno dobro, jer samo delanje postaje centralna tačka vaše pažnje. Vaše delanje postaje kanal kroz koji svest ulazi na ovaj svet. To znači da postoji kvalitet u tome što radite, čak i u najprostijim potezima kao što su listanje stranica u telefonskom imeniku ili

šetanje kroz sobu. Glavna svrha listanja stranice je listanje stranice; sekundarna svrha je da se pronađe određeni broj telefona. Glavna svrha šetanja kroz sobu je šetanje kroz sobu; sekundarna svrha je da uzmete knjigu ili nešto drugo, i onog trenutka kada uzmete knjigu, to postaje glavna svrha.

Možda se sećate paradoksa vremena koji sam već spomenuo: sve što radite oduzima vreme, a opet se dešava u sadašnjem trenutku. Dok je vaša unutrašnja svrha da negirate vreme, vaša spoljašnja svrha obavezno uključuje budućnost, te tako i ne može da postoji bez vremena. Ali je uvek od sekundarnog značaja. Kad god se uznemirite ili potresete| spoljašnja svrha je preuzela glavnu reč, i vaša unutrašnja svrha vam izmiče. Zaboravljate da je vaše stanje svesti primarno a sve ostalo sekundarno..

*Da li će me ovakav način života sprečiti da postignem nešto veliko? Plašim se da ću završiti tako što ću ostatak života raditi male stvari, stvari koje nemaju nikakav značaj. Bojim se da se nikad neću izdići iznad osrednjosti, da se nikad neću usuditi da postignem nešto uzvišeno, da neću iskoristiti svoj potencijal.*

Veliko nastaje iz malog koje je poštovano i paženo. Svačiji život se zapravo sastoji od malih stvari. Veličina je mentalna konstrukcija i omiljena fantazija ega. Paradoks je u tome da se temelj za veličinu sastoji od malih stvari sadašnjeg trenutka umesto od traganja za idejom o veličini. Sadašnji trenutak je uvek mali, u smislu da je uvek jednostavan, ali unutar njega leži skrivena najveća snaga. Poput atoma, to je jedna od najmanjih stvari koje sadrže ogromnu snagu. Samo kada se uskladite sa sadašnjim trenutkom možete da pristupite toj snazi. Ili je tačnije reći da ona ima pristup vama i, kroz vas, celom svetu. Isus je mislio na tu snagu kada je rekao: „Reči koje vam ja govorim ne govorim od sebe; nego otac koji stoji u meni on tvori dela" I: „Ja ne mogu ništa činiti sam od sebe."<sup>34</sup> Uznemirenost, stres i negativnost odvrćaju vas od te snage. Iluzija da niste jedno sa snagom koja upravlja univerzumom se vraća. Ponovo se osećate samim,

borite se protiv nečega i trudite se kako biste postigli ovo ili ono. Ali zašto se pojavljuju uznemirenost, stres i negativnost? Jer ste okrenuli glavu od sadašnjeg trenutka. A zašto ste to uradili? Jer ste mislili da postoji nešto važnije od njega. Zaboravili ste svoju glavnu svrhu. Jedna mala greška, jedno pogrešno tumačenje, stvara svet patnje.

Kroz sadašnji trenutak dobijate pristup snazi samog života, koja se tradicionalno naziva „Bogom“. Čim se okrenete od nje, Bog prestaje da bude stvarnost u vašem životu, i vi ste ostavljeni s mentalnim *konceptom* o Bogu, u koga pojedini ljudi veruju dok drugi poriču njegovo postojanje. Čak i samo verovanje u Boga je puka zamena za živu stvarnost Boga, koji se manifestuje u svakom trenutku vašeg života.

*Zar potpuna harmonija sa sadašnjim trenutkom ne podrazumeva prestanak svakog pokreta? Zar postojanje svakog cilja ne podrazumeva da postoji privremeni prekid u toj harmoniji sa sadašnjim trenutkom i možda novo uspostavljanje harmonije na višem, složenijem nivou onog trenutka kada se dostigne cilj? Pretpostavljam da mladica koja prokopava svoj put kroz zemljište ne može biti u potpunoj harmoniji sa sadašnjim trenutkom jer ima cilj: želi da postane veliko drvo. Možda će kada sazre živeti u harmoniji sa sadašnjim trenutkom.*

Mladica ne želi ništa jer se nalazi u jedinstvu s celinom, a celina se iskazuje kroz nju. „Pogledajte na krinove u polju kako rastu“, rekao je Isus, „ne trude se niti predu. Ali ja vam kažem da se ni Solomon u svojoj slavi svojoj ne odenu kao jedan od njih.“<sup>35</sup> Možemo reći da ta celost - Život - želi da mladica postane drvo, ali se sama mladica ne smatra razdvojenom od života i ne želi ništa za sebe. Ona je jedno s onim što Život želi. Zato nije niti zabrinuta niti potresena. I ako treba da ugine mlada, ugine s lakoćom. Predaje se smrti isto kao što se bila predala životu. Ona oseća, bez obzira na to koliko nejasno, svoje korene u Biću, bezobličnom i večnom jednom Životu.

<sup>35</sup> Sveto Jevanđelje po Mateju 6:28-29

Poput mudraca u tao religiji u Staroj Kini, i Isus je želeo da skrene pažnju na prirodu jer je u njoj video snagu na delu, s kojom su ljudska bića izgubila dodir. To je kreativna snaga univerzuma. Isus nastavlja: ako je Bog zaodenuo jednostavno cveće takvom lepotom, s kakvom će tek lepotom zaodenući vas. Time se želi reći da, iako je priroda prelepi izraz evolucionog impulsa univerzuma, kada ljudi uspostave sklad s inteligencijom koja se nalazi u njenoj pozadini, oni će izraziti taj isti impuls na višem, čudesnijem nivou.

Budite iskreni prema životu tako što ćete biti iskreni prema svojoj unutrašnjoj svrsi. Kada postanete svesni i time sjedinjeni s tim što radite, vaši postupci odišu duhovnom energijom. Možda se ispočetka neće primećivati nikakva značajna razlika u *tome* što radite, jer se samo *način* menja. Vaša primarna svrha je da omogućite svesti da uđe u to što želite. Sekundarnu svrhu predstavlja sve ono što želite da postignete svojim delanjem. Dok je shvatanje svrhe pre bilo povezano s budućnosti, sada postoji dublja svrha, koja se isključivo može pronaći u sadašnjosti, poricanjem vremena.

Kada susrećete ljude, na poslu ili na nekom drugom mestu, posvetite im svoju celokupnu pažnju. Vi niste prisutni pre svega kao osoba, nego kao polje svesnosti, budne Prisutnosti. Prvobitni razlog za interakciju s drugim ljudima - kupovina ili prodaja, zahtevanje ili pružanje informacija i sl. - postaju sekundarne. Polje svesnosti koje se rađa između vas postaje primarna svrha interakcije. Prostor svesnosti postaje važniji od onoga o čemu razgovarate, važniji od fizičkih ili misaonih objekata. Ljudsko *Biće* postaje važnije od ovozemaljskih stvari. To ne znači da zanemarite sve što se treba uraditi na praktičnom nivou. Zapravo, delanje se odvija ne samo s još većom lakoćom nego i snažnije kada je dimenzija Bića priznata, na taj način postajući primarna. Izdizanje tog ujedinjavajućeg polja svesnosti između ljudskih bića je najosnovniji faktor u vezama u novoj zemlji.

*Da li je shvatanje uspeha samo egoična iluzija? Kako merimo pravi uspeh?*



Svet će vam reći da je uspeh postizanje onoga što ste sebi postavili kao cilj. Reći će vam da je uspeh pobeđivanje, da su dobijanje priznanja i/ili postizanje prosperiteta najosnovniji sastojci svakog uspeha. Sve navedeno ili nešto od toga samo su propratni proizvodi uspeha, ali ne predstavljaju uspeh. Uobičajeno shvatanje uspeha tiče se rezultata onoga što radite. Izvestan broj ljudi tvrdi da je uspeh rezultat kombinacije napornog rada i sreće, ili odlučnosti i talenta, ili činjenice da se nalazite na pravom mestu u pravo vreme. Iako svaka od njih može biti determinanta uspeha, one ipak ne čine njegovu osnovu. Ono što vam svet ne govori, jer ne zna, jeste da ne možete *postati* uspešni. Možete jedino *biti* uspešni. Ne dozvolite da vam pomahnitali svet kaže da je uspeh bilo šta do uspešan sadašnji trenutak. A šta je to? Kada postoji osećaj kvaliteta u svemu što radite, čak i u najjednostavnijim potezima. Kvalitet podrazumeva brigu i pažnju, koje proističu iz svesnosti. Kvalitet zahteva vaše Prisustvo.

Recimo da ste vi poslovna osoba i da nakon dve godine konstantnog stresa i briga konačno osmislite proizvod ili uslugu koja se dobro prodaje i stvara profit. Uspeh? U konvencionalnom smislu, da. U stvarnosti, proveli ste dve godine zagađujući svoje telo i zemlju svojom negativnom energijom, činili sebe i sve oko vas nesrećnim, i ugrozili mnoge druge, koje čak niste ni sreli. Nesvesna pretpostavka, koja stoji iza svakog ovakvog delanja, jeste da je uspeh budući događaj, i da cilj opravdava sredstva. Ali cilj i sredstva su jedno te isto. I ako sredstvo nije doprinelo ljudskoj sreći, neće ni cilj. Ishod, koji je nerazdvojiv od koraka koji su vodili prema njemu, već je zagađen tim koracima i tako stvara još nesreće. To je karmična akcija, što predstavlja nesvesno prolongiranje nesreće.

Kao što vam je već znano, vaša sekundarna ili spoljašnja svrha leži unutar dimenzije vremena, dok je vaša glavna svrha nerazdvojiva od Sadašnjeg trenutka i time zahteva negaciju vremena. Kako se mire? Shvatanjem da se vaš ceo životni put konačno sastoji od koraka koje preduzimate u ovom trenutku. Uvek postoji samo ovaj jedan korak, i zato mu podarite svu svoju pažnju. To ne znači da ne znate kuda ste krenuli, to samo znači

da je ovaj korak primaran, a destinacija sekundarna. A ono što vas čeka na cilju zavisi od kvaliteta ovog koraka. Drugim rečima: ono što vam budućnost sprema zavisi od trenutnog stanja svesti.

Kada delanje postane prožeto vanvremenskim kvalitetom Bića, *to* je uspeh. Ako Biće ne upliva u delanje, ako niste prisutni, izgubite se u svemu što radite. Takođe se izgubite u razmišljanju, kao i u vašim reakcijama na spoljašnja dešavanja.

*Na šta tačno mislite kada kažete: „Izgubite sebe“?*

Osnova onoga što predstavljate je svest. Kada svest (vi) postane u potpunosti identifikovana sa razmišljanjem i stoga zaboravi svoju osnovnu prirodu, izgubi se u mislima. Kada se identifikuje s mentalno-emocionalnim tvorevinama poput željenja i straha, primarnim motivacionim silama ega, izgubi se u tim tvorevinama. Svest se takođe gubi kada se identifikuje s delanjem i reagovanjem na ono što se dešava. Svaka misao, svaka želja ili strah, svaka akcija ili reakcija, odlikuje se lažnim doživljajem o sebi, koje je nesposobno da oseti jednostavnu radost Bića i onda traži zadovoljstvo, ponekad i bol, kao zamenu za to. To znači živeti u zaboravu o postojanosti Bića. U tom stanju zaborava, svaki uspeh ne predstavlja ništa više do prolaznu obmanu. Bez obzira na to šta ste postigli, ubrzo ćete opet biti nesrećni, ili će neki drugi problem ili dilema okupirati vašu pažnju.

*Kako da se preusmerim sa shvatanja šta je moja unutrašnja svrha ka pronalaženju onoga što bi trebalo da radim na spoljašnjem nivou?*

Spoljašnja svrha u velikoj meri varira od osobe do osobe, a nijedna spoljašnja svrha ne traje zauvek. Podložna je proticanju vremena i ubrzo bude zamenjena novom svrhom. Stepenu do kog vaša posvećenost unutrašnjoj svrsi buđenja menja spoljašnje okolnosti takođe varira. Kod pojedinih ljudi dolazi do iznenadnog ili postepenog raskida s njihovom prošlošću, poslom, životnom situacijom, vezama; sve prolazi kroz korenite promene. Izvesne promene pokrenu oni sami, a da pri tom ne prolaze kroz mučni proces odlučivanja. Iznenada se odluče ili shvate: Ovo je ono što

moram da uradim. Odluka je, takoreći, unapred doneta. Dolazi iz svesnosti, ne pomoću razmišljanja. Probudite se jednog jutra i tačno znate šta želite da radite. Pojedini ljudi napuste nezdrava radna mesta ili životne situacije. Zato, pre nego što otkrijete šta je dobro za vas na spoljašnjem nivou, pre nego što otkrijete šta vam ide od ruke, šta je u skladu sa svešću koja se budi, možda ćete morati da otkrijete ono što nije u redu, šta vam ne ide od ruke, šta nije u skladu s vašom unutrašnjom svrhom.

Druge vrste promena mogu vam se desiti iznenada i izvana. Slučajni sastanak donosi nove mogućnosti i proširenja u vaš život. Dugotrajna prepreka ili konflikt se uklone i reše. Vaši prijatelji ili prođu s vama kroz ovu unutrašnju transformaciju ili se rastanu od vas. Pojedine veze se raskinu, druge se prodube. Možda vas pošalju na prinudni odmor ili postanete osoba koja unosi pozitivne promene na vaše radno mesto. Supružnik vas ostavi ili pređete na novi nivo intimnosti. Pojedine promene izgledaju negativne na površini, ali ubrzo shvatite da se stvorio prostor u vašem životu za nešto novo što će uslediti.

Biće perioda nesigurnosti ili neizvesnosti. Šta da uradim tada? Pošto ego više ne upravlja vašim životom, psihološka potreba za spoljašnjom sigurnošću, koja je ionako iluzorna, popušta. Sposobni ste da živite u neizvesnosti i da čak uživate u njoj. Kada vam postane prijatno u društvu neizvesnosti, u vašem životu se stvaraju beskonačne mogućnosti. To znači da strah nije dominantni faktor u vašem delanju i ne sprečava vas da preduzmete korake kako biste započeli prornene. Rimski filozof Tacit došao je do zaključka da „želja za sigurnošću stoji nasuprot svakom velikom i plemenitom podvigu". Ako neizvesnost smatrate neprihvatljivom, ona se pretvara u strah. Ako je spremno prihvatite, pretvara se u intenzivniju živost, budnost i kreativnost.

Pre mnogo godina, kao rezultat snažnog unutrašnjeg impulsa, napustio sam posao za koji sam se školovao i koji svet naziva „obećavajućim" i zakoračio u potpunu neizvesnost, i iz nje, nakon nekoliko godina, izronila je moja nova inkarnacija u liku duhovnog učitelja. Mnogo godina kasnija desilo se nešto slično. Impuls me je naterao da se odrekнем svog doma u Engleskoj i preselim na Zapadnu obalu u Severnoj Americi.

Poslušao sam taj impuls iako nisam znao razlog takvom mom postupku. Iz tog poteza, kojim sam zakoračio u neizvesnost, proistekla je knjiga *Moć Sadašnjeg trenutka*, čiji je najveći deo napisan u Kaliforniji i Britanskoj Kolumbiji dok još nisam imao svoj dom. Praktično nisam imao nikakvih prihoda i živeo sam od ušteđevine, koju sam ubrzo potrošio. Zapravo, sve se savršeno uklopilo. Nestalo mi je novca upravo kada sam završavao knjigu. Kupio sam tiket za loto i dobio hiljadu dolara, od kojih sam se izdržavao narednih mesec dana.

Neće svi, međutim, morati da iskuse drastične promene u svojim spoljašnjim okolnostima. Na drugom kraju postoje ljudi koji će ostati tamo gde su i nastaviti da rade ono što su radili pre. Kod njih se menja *način* rada, ne *to što* rade. To se ne dešava zbog straha ili inercije. Ono što oni rade već predstavlja savršeno sredstvo kojim će svest doći na ovaj svet, i nije im potrebno nešto drugo. Kroz njih se manifestuje nova zemlja.

*Zar to ne bi trebalo da važi za sve? Ako ispunjavanje unutrašnje svrhe znači biti jedno sa sadašnjim trenutkom, zašto bi bilo ko morao da se odvoji od svog sadašnjeg posla ili životne situacije?*

Biti jedno s onim što jeste ne znači da vi više ne inicirate promene ili da postajete nesposobni za preduzimanje koraka. Motivacija za preduzimanje koraka dolazi s dubljeg nivoa, ne iz egoičnog željenja ili strahovanja. Unutrašnje poravnanje sa sadašnjim trenutkom otvara vašu svest i donosi je u sklad s celinom, čiji integralni deo čini unutrašnji trenutak. Celina, ukupnost života, deluje kroz vas.

*Na šta mislite kada kažete celina?*

S jedne strane, celina obuhvata sve što postoji. Ona je svet ili kosmos. Ali sve što postoji, od bakterija, preko ljudskih bića do galaksija ne predstavlja zapravo razdvojene stvari ili entitete, nego čini mrežu međusobno povezanih višedimenzionalnih procesa.

Postoje dva razloga zašto nismo u stanju da uočimo ovo jedinstvo, zašto sve posmatramo odvojeno. Prvi je sam čin

opažanja, koji stvarnost svodi na ono što nam je dostupno putem naših čula, na ono što vidimo, čujemo, mirišemo, kušamo i dodirujemo. Ali ako nešto opazimo a da ga pri tom ne interpretiramo niti mu dodeljujemo mentalne oznake što podrazumeva da ne dodajemo misli našem opažanju, onda možemo istinski osetiti dublju povezanost u pozadini našeg opažanja naizgled razdvojenih stvari.

Drugi ozbiljniji razlog za iluzornu razdvojenost je nagonско razmišljanje. Upravo onda kad smo zarobljeni u neprekidnom toku nagonског razmišljanja, univerzum se dezintegriše u našim očima, i gubimo sposobnost da osetimo međusobnu povezanost svega što postoji. Razmišljanje secira stvarnost na beživotne komadiće. Iz tako fragmentisanog pogleda na stvarnost nastaju izuzetno neinteligentni i destruktivni potezi.

Međutim, postoji dublji nivo celine osim međusobne povezanosti svega što postoji. Na tom dubljem nivou sve što postoji je jedno. To je Izvor, nemanifestovani jedan Život. To je vanvremenska inteligencija, koja se manifestuje u vidu univerzuma koji se vremenom otkriva.

Celina se sastoji od postojanja i Bića, manifestovanog i nemanifestovanog, sveta i Boga. Kada se uskladite s celinom, postajete svesni deo međusobne povezanosti celine i njene svrhe: rađanja svesti na ovom svetu. Kao rezultat dolazi do spontanijih, korisnijih okolnosti, slučajnijih susreta, slučajnosti i usklađenijih događaja. Karl Jung je usklađenost nazvao „antiuzročni princip povezanosti“. To znači da ne postoji uzročna veza između usklađenijih događaja na površinskom nivou stvarnosti. To je spoljašnja manifestacija pozadinske inteligencije, koja leži iza sveta pojava i dublje povezanosti, koju naš um ne može da razume. Ali mi možemo biti svesni učesnici u razotkrivanju inteligencije, cvetanju svesti.

Priroda postoji u stanju nesvesne jedinstvenosti s celinom. To je razlog što, na primer, nijedna divlja životinja nije poginula u cunamiju koji je zadesio Nju Orleans 2004. godine. Pošto su u bližoj vezi s celinom, one su bile u stanju da predosete da se cunami približava mnogo pre nego što se mogao otkriti, te su tako imale dovoljno vremena da se povuku na višu nadmorsku

visinu. Mada ovo može da bude samo ljudsko viđenje događaja. Možda su same životinje htele da se presele na višu visinu. Raditi *nešto* zbog *nečega* predstavlja način na koji um secira stvarnost, dok priroda živi u nesvesnom jedinstvu s celinom. Naša svrha i sudbina je da donesemo novu dimenziju na ovaj svet tako što ćemo živeti u nesvesnom jedinstvu s ukupnošću i u svesnom skladu s univerzalnom inteligencijom.

*Da li celina može da koristi ljudski um kako bi stvorila nešto ili prouzrokovala situacije koje su u skladu s unutrašnjom svrhom?*

Da, kada god postoji inspiracija, što se prevodi kao „duhovnost“, i entuzijazam, što znači „božansko“, postoji kreativno ojačavanje, koje se izdiže iznad onoga što je prosečna osoba sposobna da uradi.

## *Nova zemlja*

Astronomi su našli dokaze koji pokazuju da je univerzum nastao pre petnaest milijardi godina pri ogromnoj eksploziji i da se od tad širi. Ne samo da se širi nego postaje složeniji i raznovrsniji. Pojedini naučnici tvrde da će se ovaj pokret od jedinstva ka višestrukosti naposljetku preokrenuti. Univerzum će prestati da se širi, počće da se skuplja i na kraju će se pretvoriti u nemanifestovano, neshvatljivo ništavilo iz kog je i nastao, a onda će se ciklus rađanja, širenja, skupljanja i smrti možda ponavljati u nedogled. Kakva je svrha toga? „Zašto se univerzum uopšte trudi da postoji?“, pita se fizičar Stiven Hoking i u isti mah shvata da nijedan matematički model ne može da mu ponudi odgovor.

Ako posmatrate iznutra, a ne samo spolja, shvatićete da postoji i unutrašnja i spoljašnja svrha, a pošto ste vi mikrokosmički odraz makrokosmosa, sledi da i univerzum poseduje unutrašnju i spoljašnju svrhu koja je nerazdvojiva od vaše. Spoljašnja svrha univerzuma je da stvori oblik i ostvari interakciju oblika, igru, san, dramu, ili kako god to nazivate. Njegova unutrašnja svrha je da se probudi radi svoje bezoblične osnove. Potom sledi pomirenje spoljašnje i unutrašnje svrhe: da se donese suština - svest - na ovaj svet oblika i time ga transformiše. Konačna svrha te transformacije prevazilazi sve što ljudski um može da zamisli i razume. Danas je taj zadatak prepušten nama. To predstavlja pomirenje spoljašnje i unutrašnje svrhe, pomirenje sveta i Boga.

Pre nego se usredsredimo na to kakav značaj ima proširenje i skupljanje univerzuma na vaš život, treba da imamo na umu činjenicu da ništa što kažemo o prirodi univerzuma ne treba prihvatiti kao apsolutnu istinu. Ni koncepti ni matematičke formule ne mogu da objasne beskonačno. Nijedna misao ne može uokviriti prostranost sveukupnosti. Stvarnost je jedinstvena celina, ali je misli seciraju na fragmente. Iz toga proističe osnovno pogrešno tumačenje da postoje razdvojene stvari i događaji, ili da je *ovo* prouzrokovalo *ono*. Svaka misao podrazumeva perspektivu, a svaka perspektiva, po svojoj prirodi, podrazumeva ograničenje, što u krajnjem smislu znači da nije istinita, ili bar ne apsolutno. Jedino je celina istinita, ali o celini se ne može govoriti niti razmišljati. Posmatrano bez ograničenja koje nameće razmišljanje i stoga neshvatljivo ljudskom umu, sve se dešava sada. Sve što postoji ili će postojati, van vremena, koje je tvorevina uma.

Kao ilustraciju za relativnu i apsolutnu istinu uzmite izlazak i zalazak sunca. Kada kažemo da sunce izlazi ujutro, a zalazi uveče, to je istina, ali samo relativna. U apsolutnom smislu netačna. Samo iz ograničene perspektive posmatrača na površini planete ili u njenoj blizini sunce izgleda kao da izlazi i zalazi. Kad biste se nalazili daleko u svemiru, videli biste da sunce niti izlazi niti zalazi - ono neprekidno sija. Ipak, čak i nakon te spoznaje mi nastavljamo da govorimo o izlasku ili zalasku sunca, uočavamo njihovu lepotu, slikamo ih, pišemo pesme o njima, iako znamo da predstavljaju samo relativnu, a ne apsolutnu istinu.

Još ćemo malo govoriti o jednoj drugoj vrsti relativne istine. Reč je o pojavi univerzuma u obliku i povratku u bezobličje, što podrazumeva ograničenu perspektivu vremena, i uticaj koji to ima na vaš život. Shvatanje „mog života“ je, naravno, druga ograničena perspektiva stvorena od misli, još jedna relativna istina. U krajnjem slučaju, ne postoji nešto kao „vaš“ život, jer vi i život niste razdvojeni, vi ste jedno.



# KRATKA ISTORIJA VAŠEG ŽIVOTA

Manifestovanje u ovom svetu kao i povratak u nemanifestovano, širenje i skupljanje, predstavljaju dva univerzalna pokreta, koje možemo nazvati odlazak od kuće i povratak njoj. Ta dva pokreta su reflektovana širom univerzuma na različite načine, u vidu neprestanog širenja i skupljanja vašeg srca, potom udisaja i izdisaja. Odražavaju se i u ciklusima spavanja i buđenja. Svake noći, a da toga niste ni svesni kada zakoračite u duboki san bez snova, vraćate se nemanifestovanom Izvoru sveg života, a onda ujutru izronite ispunjeni.

Ta dva pokreta, odlazak i povratak, odražavaju se i u životnom ciklusu svake osobe. Iznenada i niotkuda pojavite se „vi“. Rađanje je propraćeno širenjem. Ne dolazi samo do fizičkog rasta, nego i do porasta u znanju, aktivnostima, imovini, iskustvima. Vaša sfera uticaja se širi i život postaje sve složeniji. To je vreme kada ste obično preokupirani pronalaženjem svoje spoljašnje svrhe. Obično dolazi i do odgovarajućeg rasta ega, što predstavlja identifikovanje sa svim navedenim, te tako vaš oblički identitet postaje sve definisaniji. To je takođe i vreme tokom kog vaša spoljašnja svrha, rast, pretežno postane uzurpirana od strane ega, koji za razliku od prirode ne zna kada da se zaustavi u svojoj želji za proširenjem i ima proždrljiv apetit za time da ima više.

I baš kada pomislite da ste uspeli ili da pripadate negde, usledi čin povratka. Možda ljudi bliski vama počnu da umiru, ljudi koji su bili deo vašeg sveta. Potom vaš fizički oblik slabi, vaša sfera uticaja se umanjuje. Umesto da postajete više, vi postajete manje, a ego na to reaguje povećanom uznemirenošću ili depresijom. Vaš svet počinje da se sužava i shvatite da nemate kontrolu nad tim. Umesto da delujete u skladu sa životom, život deluje u skladu s vama tako što postepeno umanjuje vaš svet. Svest koja se identifikovala s oblikom doživljava kraj, razgrađivanje oblika. A onda jednog dana i vi nestanete. Vaša fotelja je i dalje tu. Ali umesto vas vidi se samo prazan prostor. Vratili ste se tamo odakle ste došli pre samo nekoliko godina.

Život svake osobe, svaki oblik života, zapravo, predstavlja svet, jedinstveni način pomoću kog univerzum doživljava sebe. I kada se vaš oblik raspadne, svet se okonča, jedan od nebrojeno mnogo svetova.

## **BUĐENJE I ČIN POVRATKA**

Čin povratka u životu svake osobe, buđenje ili razgrađivanje oblika, usled godina, bolesti, invaliditeta, gubitka ili lične tragedije, nosi u sebi velike mogućnosti za duhovno buđenje - prekid identifikovanja svesti s oblikom. Pošto u našoj savremenoj kulturi postoji samo mala količina duhovne istine, neveliki broj ljudi prepozna tu mogućnost, tako da i kada se ukaže njima ili nekome ko im je blizak, pomisle da nešto nije u redu, da se dešava nešto što ne bi trebalo.

U našoj civilizaciji postoji ogromno neznanje o ljudskom stanju, i što ste duhovno neupućeniji, više patite. Za mnoge ljude, posebno na Zapadu, smrt predstavlja samo apstraktni pojam, i nemaju predstavu šta se dešava s ljudskim oblikom kada se približi trenutak raspadanja. Najnemoćniji i stari ljudi budu smešteni u staračke domove. Tela mrtvacu, koja se u pojedinim kulturama izlažu, sakriju se. Pokušajte da vidite telo mrtvacu, i videćete da je to skoro ilegalno, osim ako preminuli nije blizak član porodice. U mrtvačnicama ih šminkaju da bi izgledali lepše. Dozvoljeno vam je da vidite ublaženu sliku smrti.

Pošto je za njih smrt samo apstraktni pojam, većina ljudi je u potpunosti nespregna za trenutak raspadanja oblika, koji ih čeka. Kad se približi, dolazi do šoka, nerazumevanja, očaja i intenzivnog straha. Ništa više nema smisla, jer svaki smisao i svrha, koje je život imao, bili su povezani s akumuliranim, neizbežnim, nadograđivanim, zaštitničkim i čulnim zadovoljavanjem. Bio je povezan sa spoljašnjim delanjem i identifikovanjem s oblikom, tj, egom. Izvestan broj ljudi ne može da pronađe nikakav smisao kada se njihov život, njihov svet razgrađuje. A opet, možda, u tom postoji i dublji smisao nego kod spoljašnjeg pokreta.

Kada nastupi starost, ili usled gubitka ili lične tragedije, po običaju, u životima ljudi stvara se duhovna dimenzija. Drugim rečima, njihova unutrašnja svrha pojavljuje se onda kada se njihova spoljašnja svrha raspadne i oklop ega počne da puca. Takvi pokreti predstavljaju početak čina povratka prema razgrađivanju oblika. U najstarijim kulturama verovatno je postojalo intuitivno razumevanje tog procesa, jer su stari ljudi bili poštovani i cenjeni. Oni su predstavljali skladište mudrosti i obezbeđivali dimenziju dubine bez koje nijedna civilizacija ne može dugo opstati. U našoj civilizaciji, koja je u potpunosti identifikovana sa spoljašnjom dimenzijom duha dok joj je unutrašnja nepoznata, reč *star* uglavnom ima negativne konotacije. Izjednačava se s beskorisnošću, te na nju gledamo kao na uvredu. Kako bismo izbegli tu reč, koristimo eufemizme poput *vremešni* ili *stariji*. Reč kanadskih urođenika za „baku“ označava osobu velikog dostojanstva. Današnje „bakica“ u najboljem slučaju označava neku slatku baku i ništa više. Zašto se staro smatra beskorisnim? U starom dobu naglasak se prebacuje s delanja na Biće, a naša civilizacija, koja je izgubljena u delanju, ne zna ništa o Biću. Pita se: „Kakvo Biće? Šta radiš s njim?“

Kod pojedinih nacija, spoljašnji pokret rasta i širenja ozbiljno je poremećen naizgled ranim početkom čina povratka, razgrađivanja oblika. U pojedinim slučajevima radi se o privremenom poremećaju, u nekima o trajnom. Verujemo da dete ne bi trebalo da se suoči sa smrću, ali činjenica je da se mnoga deca susretnu sa smrću jednog ili oba roditelja zbog bolesti ili nesrećnog slučaja ili čak i sa svojom. Pojedina deca se rađaju s invaliditetima koja ozbiljno ograničavaju prirodno širenje njihovih života. Ili se neka ozbiljna ograničenja pojave kod mnoge dece u ranom detinjstvu.

Zastoj u spoljašnjem delanju u vreme kad „ne bi trebalo da se dogođa“ može dovesti do ranog duhovnog buđenja kod određene osobe. U krajnjem slučaju, ne dešava se ništa što ne bi trebalo da se dešava, tj. ne dešava se ništa što nije deo veće celine i njene svrhe. Stoga, uništenje ili poremećaj spoljašnje svrhe može dovesti do pronalaska vaše unutrašnje svrhe i, shodno tome, stvaranju dublje spoljašnje svrhe, koja je u skladu s

unutrašnjom. Deca koja su mnogo patila često izrastu u odrasle ljude koji su zreliji nego što bi se to očekivalo za njihov uzrast.

Ono što se izgubi na nivou oblika, dobije se na nivou suštine. U tradicionalnoj osobi „slepeg mudraca“ ili „ranjenog iscelitelja“ kod starih kultura i u legendama, veliki gubitak ili nesposobnost na nivou oblika postali su otvor za duh. Kada direktno iskusite nepostojanost prirode svih oblika, velika je verovatnoća da ih nikada više nećete preceniti i da se nećete izgubiti u slepoj potrazi za njima ili vezivanju za njih.

Mogućnost koju predstavlja razgradnja oblika, a posebno doba starosti, zaista je samo početak koji se treba prepoznati u našem savremenom društvu. Kod većine ljudi ta mogućnost još uvek tragično nedostaje, jer se ego identifikuje s činom povratka baš kao što se identifikovao sa spoljašnjim delanjem. To rezultira u jačanju oklopa ega, skupljanju umesto otvaranju. Umanjeni ego potom provodi ostatak svog vremena jadikujući ili prigovarajući, zarobljen u strahu ili besu, samosažaljevanju, krivici, optuživanju ili drugim negativnim mentalno-emocionalnim stanjima ili strategijama za izbegavanje, poput vezivanja za uspomene, razmišljanje i pričanje o prošlosti.

Kada ego više nije identifikovan sa činom povratka u životu jedne osobe, starost ili skora smrt postaju ono što je i trebalo: otvaranje u carstvo duha. Srećo sam stare ljude koji predstavljaju otelotvorenje ovog procesa. Sijali su. Njihovi oslabljeni oblici postali su providni za svetlost svesti.

U novoj zemlji, starost će biti univerzalno priznata i visoko cenjena kao vreme u kom dolazi do cvetanja svesti. Za one koji su još uvek izgubljeni u spoljašnjim okolnostima svojih života, to će biti vreme kasnog povratka kući, vreme kada postaju svesni svoje unutrašnje svrhe. Kod drugih će to predstavljati jačanje i kulminaciju procesa buđenja.

## BUĐENJE I ČIN ODLASKA

Prirodno proširenje nečijeg života, koje prati spoljašnje delanje, tradicionalno je uzurpirano egom i korišćeno u svrhe njegovog proširenja. „Vidi šta ja mogu da uradim. Kladim se da *ti* ne možeš”, kaže jedno dete drugom kada otkrije sve veću snagu i sposobnost svog tela. To je jedan od prvih pokušaja ega da ojača putem identifikovanja sa spoljašnjim delanjem i konceptom „više od tebe” i da se osnaži tako što će poniziti druge. To je, naravno, samo početak mnogih kasnijih pogrešnih opažanja ega.

Međutim, kako se vaša svest uvećava i kako ego gubi kontrolu nad vama, ne treba da čekate da se vaš svet umanja ili raspadne zbog starosti ili lične tragedije da biste pronašli svoju unutrašnju svrhu. Kako nova svest počinje da se rađa na planeti, rastućem broju ljudi nije potrebno prodrmanje da bi se probudili. Oni rado prigrle proces buđenja dok su još uvek okupirani spoljašnjim ciklusom rasta i širenja. Kada taj ciklus više nije ugrožen od strane ega, duhovna dimenzija izranja na svet kroz spoljašnji pokret - misao, govor, delanje, stvaranje, toliko snažno kao i kroz čin povratka - smirenost, Biće i razgrađivanje oblika.

Sve do sada, ljudska inteligencija, koja predstavlja samo delić univerzalne inteligencije, bila je poremećena i iskorišćavana od strane ega. Ja to nazivam „inteligencija u svrsi ludila”. Razdvajanje atoma zahteva visoku inteligenciju. Korišćenje te inteligencije za kreiranje i skladištenje bombi predstavlja ludost ili, u najboljem slučaju, veoma neinteligentan potez. Glupost je relativno bezbolna, ali inteligentna glupost je veoma opasna. Ta inteligentna glupost pretili opstanku naše vrste.

Bez umanjene egoične disfunkcionalnosti, naša inteligencija dolazi u potpuni sklad s odlazećim ciklusom univerzalne inteligencije i impulsa koji stvara. Postajemo svesni učesnici u stvaranju oblika. Nismo mi ti koji stvaramo, nego inteligencija stvara kroz nas. Ne identifikujemo se s tim što stvaramo i tako se ne gubimo u tome što radimo. Naučimo da čin stvaranja može sadržati energiju najjačeg intenziteta, ali da ne predstavlja

„naporan rad" ili stres. Treba da razumemo razliku između stresa i intenziteta, na šta ću uskoro i ukazati. Borba ili stres, kao i negativne reakcije kada naiđemo na prepreke, znak su da se ego vratio.

Snaga koja stoji iza egovog željenja stvara „neprijatelje", tj. reakciju u obliku suprotne sile istog intenziteta. Što je ego jači, veći je i osećaj razdvojenosti među ljudima. Jedine akcije koje ne prouzrokuju suprotne reakcije su one koje su u svrsi višeg dobra. One su uključujuće, ne isključujuće. One spajaju, a ne razdvajaju. One nisu za „moju" zemlju nego za celo čovečanstvo, nisu za „moju" religiju nego za rađanje svesti kod svih ljudi, nisu za „moju" vrstu nego za osećajna bića i svu prirodu.

Takođe, uviđamo i to da delanje, iako neophodno, predstavlja samo sekundarni faktor u manifestovanju naše spoljašnje stvarnosti. Bez obzira na to koliko smo aktivni, koliko se trudimo, naše stanje svesti stvara naš svet, i ako nema promene na tom unutrašnjem nivou, nijedno delanje neće znatno promeniti stvari. Mi ćemo samo nanovo stvarati modifikovane verzije istog sveta, sveta koji predstavlja spoljašnji odraz ega.

## SVEST

Svest je već svesna. Ona je nemanifestovana, večna. Univerzum, međutim, samo postepeno postaje svestan. Svest je sama po sebi vanvremenska i stoga ne može da se razvija. Nikad se nije rodila, te tako ne može ni da umre. Kada svest postane manifestovni univerzum, čini se da postaje podložna vremenu i procesu evolucije. Nijedan ljudski um nije sposoban da u potpunosti shvati razloge zašto je to tako. Ali možemo dobiti kratki uvid u to unutar sebe i postati svesni učesnici u tom procesu.

Svest je inteligencija, organizacioni princip iza izdizanja oblika. Svest priprema oblike milionima godina kako bi se mogla izraziti kroz njih u vidu manifestovanog.

Premda se nemanifestovano carstvo čiste svesti može smatrati drugom dimenzijom, ipak nije razdvojeno od dimenzije

oblika. Oblik i bezobličnost se prepliću. Nemanifestovano upli-  
vava u tu dimenziju u vidu svesnosti, unutrašnjeg prostora,  
Prisustva. Kako to radi? Kroz ljudski oblik koji postaje svestan i  
time ispuni svoju sudbinu. Ljudski oblik je stvoren radi te više  
svrhe, a milioni drugih oblika su pripremili teren za to.

Svest se inkarniše u manifestovanoj dimenziji, tj. postaje  
oblik. Kada to dostigne, ulazi u stanje nalik snu. Inteligencija  
ostaje i dalje prisutna, dok svest postaje nesvesna sebe. Izgubi  
se u obliku, identifikuje se s oblicima. Ovo se može opisati kao  
silazak božanskog u materijalno. U toj fazi evolucije univerzuma,  
ceo čin odlaska dešava se u stanju nalik snu. Nagoveštaji  
buđenja pojavljuju se isključivo u trenucima razgradnje pojedinačnih  
oblika, tj. smrti. Potom sledi naredna inkarnacija, sledeće  
identifikovanje s oblikom, sledeći pojedinačni san, koji je deo  
kolektivnog sna. Kada lavovi raspore telo zebre, svest koja se  
inkarnisala u obliku zebre odvaja se od oblika koji se razgrađuje  
i na trenutak postaje svesna svoje osnovne besmrtne prirode u  
vidu svesti, a onda ubrzo pada u san i reinkarniše se u drugom  
obliku. Kada lav ostari i nije u stanju da lovi, dok mu se približava  
poslednji čas, ponovo dolazi do kratkog buđenja, praćenog  
još jednim snom u obliku.

Na našoj planeti ljudski ego predstavlja poslednju fazu u  
univerzalnom snu, identifikovanje svesti s oblikom. To je  
neophodna faza u evoluciji svesti.

Ljudski mozak je veoma specifičan oblik, kroz koji svest  
ulazi u ovu dimenziju. Sadrži približno hiljadu milijardi nervnih  
ćelija (zvanih neuroni), skoro koliko i zvezda u našoj galaksiji,  
koja se može smatrati makrokosmičkim mozgom. Mozak ne  
stvara svest, ali je svest stvorila mozak, najsloženiji fizički oblik  
na Zemlji, kako bi se izrazila kroz njega. Kada se mozak ošteti, to  
ne znači da gubite svoju svest. Znači da svest ne može više da  
koristi taj oblik kako bi ušla u ovu dimenziju. Ne možete izgubiti  
svest jer je ona, zapravo, ono što ste vi. Možete, izgubiti jedino  
ono što posedujete, ali ne možete izgubiti nešto što ste vi.

## PROBUĐENO DELANJE

Probuđeno delanje je spoljašnji aspekt naredne faze u evoluciji svesti na našoj planeti. Što smo bliži kraju naše trenutne evolucione faze, ego postaje disfunkcionalniji, na isti način na koji gusenica postaje disfunkcionalna pre nego se transformiše u leptira. Ali, nova se svest rađa čak i dok se stara razgrađuje.

Nalazimo se u centru značajnog događaja u istoriji ljudske svesti, ali se o tome neće pričati na vestima. Na našoj planeti, a možda istovremeno i u mnogim delovima naše galaksije i još dalje, svest se budi iz sna u obliku. To ne znači da će se svi oblici (svetovi) razgraditi, mada nekoliko njih sigurno hoće. Znači da svest sada može da počne da stvara oblike, a da se pri tom ne gubi u njima. Može ostati svesna sebe, čak i dok stvara i proživljava oblik. Zašto bi trebalo da nastavi da stvara i proživljava oblik? Da bi uživala u njemu. Kako svest to radi? Kroz probuđene ljude koji su shvatili značenje *probuđenog delanja*.

Probuđeno delanje je usklađivanje vaše spoljašnje svrhe, onoga što radite, s vašom unutrašnjom svrhom, buđenjem i ostajanjem u budnom stanju. Kroz probuđeno delanje postajete jedno s odlazećom svrhom univerzuma. Kroz vas svest ulazi u ovaj svet. Ulazi u vaše misli i inspiriše ih. Ulazi u to što radite, vodi vas i ojačava.

Ne *to što radite*, nego *kako radite* određuje da li ispunjavate svoju sudbinu. A kako radite to što radite, određeno je vašim stanjem svesti.

Promena u prioritetima nastupa kada glavni razlog delanja postane samo delanje ili, preciznije, tok svesti koji ulazi u to delanje. Taj tok svesti je ono što određuje kvalitet. Drugim rečima: u svakoj situaciji i u svemu što radite vaše stanje svesti je primarni faktor, sama situacija i to što radite se sekundarni. „Budući“ uspeh zavisi od svesti, iz koje delanje i nastaje, a ujedno je i nerazdvojivi deo svesti. To može biti ili reakcijska sila ega ili budna pažnja probuđene svesti. Sve istinski uspešne akcije proizilaze iz tog polja budne pažnje, a ne od ega i uslovljenog, nesvesnog razmišljanja.



# TRI MODALITETA PROBUĐENOG DELANJA

Postoje tri načina na koje svest može ući u to što radite i onda, kroz vas, u ovaj svet, tri modaliteta po kojima možete uskladiti svoj život s kreativnom energijom univerzuma.

Modalitet označava datu energetsku frekvenciju, koja ulazi u vaše delanje i povezuje vaše aktivnosti s probuđenom svešću koja se izdiže. Ono šta radite biće disfunkcionalno i egoično ukoliko ne nastane iz jednog od ova tri modaliteta. Oni se mogu menjati u toku dana, a jedan od njih može biti dominantan tokom određene faze vašeg života.

Svaki modalitet odgovara određenoj situaciji.

Modaliteti probuđenog delanja su prihvatanje, uživanje i entuzijazam. Svaki od njih predstavlja određenu frekvenciju oscilovanja svesti. Treba da budete veoma oprezni kako biste uvideli da je jedan od njih aktivan kad god nešto radite, od najprostijih zadataka do onih najsloženijih. Ako se ne nalazite u stanju prihvatanja, radovanja ili entuzijazma, preispitajte se i shvatićete da prouzrokuje patnju sebi i drugima.

## PRIHVATANJE

Sve ono što ne možete da radite uživajući prihvatite kao nešto što jednostavno morate da uradite. Prihvatanje znači sledeće: u ovom trenutku, to je ono što ova situacija, ovaj trenutak zahtevaju od mene da uradim, pa ću to rado i uraditi. Već smo dovoljno govorili o značaju unutrašnjeg prihvatanja onog šta se dešava, a prihvatanje onoga što treba da uradite je samo jedan aspekt toga. Na primer, verovatno nećete uživati u menjanju izduvane gume na svom automobilu usred noći u nekoj nedodiji dok pljušti Kiša, a kamoli biti entuzijastični po pitanju toga, ali možete to prihvatiti. Izvođenje akcije u stanju prihvatanja znači da počivate u miru dok to izvršavate. Mir je jedva приметно oscilovanje energije, koja potom ulazi u to što radite. Na površini,

prihvatanje se čini kao pasivno stanje, ali je zapravo aktivno i kreativno jer donosi nešto potpuno novo na ovaj svet. Taj mir, blago oscilovanje energije, jeste svest, i jedan od načina na koji ona ulazi na ovaj svet jeste čin predaje, a jedan aspekt te predaje jeste prihvatanje.

Ako ne možete niti da uživate niti da prihvatite to što radite - prestanite. U suprotnom, ne preuzimate odgovornost za jednu jedinu stvar za koju ste odgovorni, koja je igrom slučaja i jedino što je važno: vaše stanje svesti. A ako ne preuzimate odgovornost za svoje stanje svesti, ne preuzimate odgovornost za život.

## UŽIVANJE

Mir koji dolazi uz delanje kojem ste se posvetili pretvara se u osećaj živosti onda kada zaista uživate u tome što radite. Uživanje je drugi modalitet probuđenog delanja. Na novoj zemlji, uživanje će zameniti željenje kao motivacionu energiju koja leži iza ljudskih postupaka. Željenje proističe iz egoične obmane da ste vi poseban deo, koji je odvojen od snage koja stoji iza svakog stvaranja. Uživajući, povezujete se s tom univerzalnom kreativnom snagom.

Kada od sadašnjeg, umesto prošlog ili budućeg trenutka, stvorite centralnu tačku svog života, dramatično se uvećava vaša sposobnost da uživate u tome što radite, a samim tim i kvalitet vašeg života. Radost je dinamični aspekt Bića. Kada kreativna snaga univerzuma postane svesna sebe, ona manifestuje radost. Nije potrebno da čekate da se desi nešto „značajno“ kako biste konačno uživali u tome što radite. Postoji više smisla u radovanju nego što će vam i biti potrebno. Sindrom „čekanja da se započne život“ jedna je od najčešćih obmana nesvesnog stanja. Širenje i pozitivna promena na spoljašnjem nivou pre će doći u vaš život ako uživate u tome što radite, umesto što čekate da se nešto promeni kako biste počeli da uživate. Nemojte da tražite dozvolu od svog uma da biste uživali u tome što radite. Sve što ćete dobiti je gomila razloga zašto ne možete da uživate. „Ne sada“, reći će

um. „Zar ne vidiš da sam zauzet? Nemam vremena. Možda ćeš sutra moći da počneš da uživaš...” To sutra neće nikad doći ukoliko ne počnete da uživate u tome što upravo radite.

Kada kažete da uživate u tome što radite, to je zapravo obmana. Čini vam se da radost proističe iz toga što radite, ali to nije slučaj. Radost ne dolazi iz toga što radite, nego ulazi u to što radite i potom iz vaše dubine izlazi na svet. Zabuna da radost dolazi iz toga što radite je uobičajena, ali i opasna, jer stvara verovanje da je radost nešto što se može stvoriti iz nečega, poput aktivnosti ili predmeta. Vi onda očekujete od sveta da vam pruži radost, sreću. Ali on to ne može. Zbog toga se mnogo ljudi oseća isfrustrirano. Svet im ne daje ono što oni misle da im je potrebno.

Ali kakva je onda veza između toga što radite i stanja radosti? Uživaćete u svakoj aktivnosti koju ostvarujete u potpunosti prisutni, u svakoj aktivnosti kojom ne pokušavate da nešto postignete. Vi ne uživate u koracima koje preduzimate, nego u dubokom osećaju živosti koji ulazi u njih. Ta živost je jedno s onim što ste vi. To znači da kada uživate da radite nešto, vi zapravo doživljavate radost Bića u svom dinamičnom aspektu. Zbog toga vas sve u čemu uživate povezuje sa snagom koja je u srži sveg postojanja.

Sledi duhovna vežba koja će doneti jačanje i kreativno proširenje u vaš život. Napravite popis svakodnevnih aktivnosti koje često obavljate. Uključite i aktivnosti koje smatrate nezanimljivim, dosadnim, zamornim, iritirajućim ili stresnim. Ali nemojte uključiti ništa što mrzite ili prezirete. To je slučaj ili za prihvatanje ili za prestanak obavljanja date aktivnosti. Lista može uključivati i put na posao i nazad, kupovinu namirnica, pranje rublja ili bilo šta drugo što je zamorno ili stresno u vašem svakodnevnom radu. Zatim, kad god obavljate jedan od tih poslova, neka oni posluže kao sredstvo za budnost. Budite apsolutno prisutni u tome što radite i osetite živu smirenost unutar vas u pozadini tih aktivnosti. Uskoro ćete otkriti da će to što radite u stanju uvećane svesnosti, umesto da vam stvara stres, zamor ili nervozu, zapravo predstavljati uživanje. Još preciznije, ono u čemu uživate nije samo spoljašnje delanje nego unutrašnja dimenzija svesti koja ispunjava to delanje. To znači pronaći

radost Bića u tome što radite. Ako osećate da vašem životu nedostaje smisao ili je preterano stresan ili zamoran, to je iz razloga što u svoj život još uvek niste uneli tu dimenziju. Svesnost tokom rada još uvek nije postala vaš glavni cilj.

Nova zemlja se rađa jer sve više ljudi otkriva da je njihova glavna svrha u životu da donesu svetlost na ovaj svet i da sve što rade koriste kao sredstvo za izdizanje svesti.

Radost Bića je radost stanja svesnosti.

Probuđena svest preuzima kontrolu nad egom i počinje da upravlja vašim životom. Tada otkrivete da se aktivnost kojom ste bili okupirani dugo vremena prirodno širi u nešto veće kada je ono ojačano svešću.

Izvestan broj ljudi, koji kroz kreativno delanje obogaćuju živote mnogih drugih, jednostavno uživa u tome što radi i pri tom ne želi da postigne nešto tom aktivnošću ili da postane nešto kroz nju. Možda se radi o muzičarima, umetnicima, piscima, naučnicima, predavačima, građevinskim radnicima ili ljudima koji mogu da donesu novu socijalnu ili poslovnu strukturu (prosvetljeni biznis) u sferu manifestovanog. Ponekad je godina-ma njihov uticaj neznatan, a onda se desi da iznenada ili postepeno talas kreativne snage upliva u to što rade, i njihove aktivnosti se prošire izvan svega što su mogli da zamisle i počnu da utiču na bezbrojne druge ljude. Pored uživanja tu je i intenzitet, a s njim dolazi kreativnost koja ide iznad svega što običan čovek može da ostvari.

Ali ne dozvolite da vam to udari u glavu, jer se u njoj kriju ostaci ega. Vi ste i dalje obično ljudsko biće. Neverovatno je šta sve može doći na ovaj svet iz vas. Ali tu osnovu delite sa svim bićima. Persijski pesnik i sufi učitelj iz četrnaestog veka, Hafiz, iskazao je ovo na prelep način: „Ja sam rupa na svirali kroz koju Isus duva. Oslušnite tu muziku.”<sup>36</sup>

<sup>36</sup> Hafiz, *The Gift* (New York: Penguin, Arkana, 1999). Prevod s engl. Daniel Ladinski

# ENTUZIJAZAM

Postoji i drugi način kreativnog manifestovanja koje može doći do onih koji ostanu verni svojoj unutrašnjoj svrsi buđenja. Iznenada, jednog dana, oni spoznaju svoju spoljašnju svrhu. Imaju veliku viziju, cilj, i od tog trenutka rade na dostizanju svog cilja. Njihov cilj ili vizija obično su na određeni način povezani s nečim čime se u manjoj meri već bave i u čemu uživaju. Tu se stvara treći modalitet probuđenog delanja: entuzijazam.

Entuzijazam znači da postoji duboko uživanje u tome što radite, uz dodatni element cilja ili vizije koju želite da ispunite. Kada tom uživanju u radu dodate i cilj, menja se energetska polje ili frekvencija oscilovanja. Određeni stepen onoga što nazivam strukturalna napetost dodaje se uživanju, i time se ono pretvara u entuzijazam. Na vrhuncu kreativne aktivnosti ispunjene entuzijazmom, pojaviće se ogromni intenzitet i energija u tome što radite. Osećaćete se poput strele koja se kreće prema meti, i pri tom uživa u svojoj putanji.

Posmatraču se može učiniti da ste pod stresom, ali intenzitet entuzijazma nije ni na koji način povezan sa stresom. Kada vam je cilj važniji od toga što radite, dolazite u stresnu situaciju. Ravnoteža između uživanja i strukturalne napetosti je izgubljena, i ova poslednja je pobedila. Kada postoji stres, to je obično znak da se ego vratio, i vi se odvajate od kreativne energije univerzuma. Umesto toga, postoji samo snaga i nit egoičnog željenja, i morate se boriti i „naporno raditi“ da biste uspeli. Stres uvek umanjuje kvalitet i efikasnost toga što radite. Takođe, postoji i snažna veza između stresa i negativnih emocija, poput uznemirenosti i besa. Stres ima toksični uticaj na telo i sada je priznat kao jedan od glavnih uzroka takozvanih degenerativnih bolesti, poput raka ili bolesti srca.

Za razliku od stresa, entuzijazam ima visoku frekvenciju oscilovanja energije i odlikuje se kreativnom snagom univerzuma. Iz tog je razloga Ralf Valdo Emerson rekao: „Ništa veliko nikad nije postignuto bez entuzijazma.“<sup>37</sup> Reč *entuzijazam* potiče

<sup>37</sup> Emerson, Ralph Waldo, „Circles“, *Ralph Waldo Emerson: Selected Essays, Lectures, and Poems* (New York: Bantam Classics).

od starogrčkih reči *en* i *theos*, što znači Bog. A srodna reč *enthusiazem* znači „biti opsednut od strane Boga“. Kad osećate entuzijazam, otkrijete da ne morate da sve radite sami. Zapravo, ništa značajno i *ne možete* uraditi sami. Stalno prisutni entuzijazam rađa talas kreativne energije i sve što treba da uradite jeste da jašete na talasima“.

Entuzijazam unosi ogromnu snagu u to što radite, tako da svi oni koji još nisu pristupili toj snazi na „vaše“ uspehe gledaju sa strahopoštovanjem i izjednačavaju ih s onim što ste vi. Vi, međutim, znate istinu na koju je Isus ukazao rečima: „Ja ne mogu ništa činiti sam od sebe.“<sup>38</sup> Za razliku od egoičnog željenja, koje stvara suprotnost direktno proporcijalnu jačini tog željenja, entuzijazam se nikad ne protivi. On je nesuprotstavljajući. Njegovo delovanje ne stvara pobednike i gubitnike. Zasniva se na uključivanju drugih, ne na njihovom isključivanju. Nije mu potrebno da koristi ljude i manipuliše njima jer predstavlja snagu samog stvaranja i nije mu potrebno da uzima energiju od sekundarnog izvora. Ego uvek nastoji da preuzme oblik nekoga ili nečega, entuzijazam nudi sve iz sopstvenog obilja. Kada entuzijazam naiđe na prepreku u vidu drugačije situacije ili ljudi koji nisu spremni na saradnju, nikada ih ne napada, nego se samo udalji od njih ili suprotnu energiju preobrati u korisnu i prigrlji je, pretvori neprijatelja u prijatelja.

Entuzijazam i ego ne mogu da koegzistiraju. Jedan podrazumeva odsustvo drugog. Entuzijazam zna kuda se uputio, ali istovremeno čini jedno sa sadašnjim trenutkom, izvorom živosti, njegovom radošću i snagom. Entuzijazam ne „želi“ ništa jer mu ništa ne nedostaje. Čini jedno sa životom, i bez obzira na to koliko su aktivnosti inspirisane entuzijazmom dinamične, ne gubi se u njima. Uvek postoji prisutan, miran ali veoma živ prostor u centru kruga, središnji deo delanja, koji je i izvor svega, a ujedno i netaknuti prostor.

Kroz entuzijazam ulazite u potpuni sklad s kreativnim principom beskonačne povratne petlje, ali se ne identifikujete s njegovim tvorevinama, tj. sa egom. Tamo gde ne postoji identifikovanje, ne postoji ni vezivanje, jedan od najvećih izvora patnje. Jednom kada talas kreativne energije prođe, strukturalna

<sup>38</sup> Sveto Jevanđelje po Jovanu 5:30

napetost se umanjuje i ostaje vam mogućnost da uživate u tome što radite. Niko ne može da oseća entuzijizam konstantno. Ali novi talas kreativne energije može ubrzo da naiđe i obnovi ga.

Kada se čin povratka prema razgrađivanju oblika ustanovi, entuzijizam vam više nije od koristi. Entuzijizam pripada večnom ciklusu života. Jedino kroz predaju možete da se uskladite s činom povratka - putovanjem kući.

Da zaključimo: uživanje u tome što radite, u kombinaciji s ciljem ili vizijom prema kojima težite, postaje entuzijizam. Premda imate cilj, ono što radite u sadašnjem trenutku treba da ostane centralna tačka vaše pažnje; u suprotnom, ispašćete iz sklada s univerzalnom svrhom. Postarajte se da vaša vizija ih cilj ne predstavljaju naduvanu sliku sebe, čime bi sadržale oblik ega, poput želje da se postane filmska zvezda, poznati pisac, bogati preduzetnik. Takođe se postarajte da vaš cilj nije skoncentrisan na *posedovanje* ovoga ili onoga, poput vile na moru, privatnog preduzeća ili deset miliona dolara u banci. Uvećana slika sebe ih vizija sebe kako *posedujete* ovo ih ono predstavljaju statične ciljeve i iz tog razloga vas ne jačaju. Da se to ne bi dogodilo, potrudite se da vaši ciljevi budu dinamični, tj. da ukazuju na *aktivnost* oko koje ste angažovani i pomoću koje ste povezani s drugim ljudskim bićima, kao i s celinom. Umesto da sebe vidite kao poznatog glumca ih pisca, vidite sebe kao inspiraciju bezbrojnim ljudima s kojima radite, i obogatite njihov život. Osetite kako ta kreativnost obogaćuje i produbljuje ne samo vaš život nego i živote mnogih drugih. Osetite sebe kao otvor kroz koji teče energija od nemanifestovanog Izvora sveg života, kroz vas, u svrhu dobrobiti ostalih.

Sve ovo ukazuje na to da vaš cilj ili vizija već predstavlja stvarnost za vas unutar vas, na nivou uma i osećanja. Entuzijizam je snaga koja prenosi mentalne nacрте na fizičku dimenziju. To je kreativna upotreba uma, i zbog toga se nikakvo željenje ne podrazumeva. Ne možete manifestovati ono što želite, možete manifestovati jedino ono što već posedujete. Možete doći do onoga što želite napornim radom i uz stres, ali to nije način na koji funkcioniše nova zemlja. Isus je dao ključ za kreativnu upotrebu uma i svesnu manifestaciju oblika rečima: „Sve što ištete u svojoj molitvi, verujte da ćete primiti; i biće vam.”<sup>39</sup>

<sup>39</sup> Sveto Jevandjelje po Marku 11:24

# ČUVARI FREKVENCIJA

Spoljašnje delanje u obliku ne iskazuje se s jednakim intenzitetom kod svih ljudi. Pojedini imaju snažan nagon da grade, stvaraju, budu umešani, postignu nešto, ostvare uticaj na svet. Ako nisu svesni, njihov će ego, bez sumnje, preuzeti energiju večnog ciklusa i iskoristiti je u svoje svrhe. To, međutim, značajno umanjuje protok kreativne energije koja im je dostupna i sve se više moraju oslanjati na „trud“ da bi dobili ono što žele. Ako su svesni, oni ljudi kod kojih je spoljašnje delanje snažno biće visoko kreativni. Drugi, nakon što se prirodno širenje koje dolazi uz odrastanje okonča, vode spolja neprimetno, naizgled pasivno i relativno nezanimljivo postojanje.

Po svojoj prirodi oni više gledaju ka unutra, i za njih je spoljašnje delanje u obliku minimalno. Oni će se radije vratiti kući nego izaći. Nemaju nikakvu želju da se mešaju sa svetom ili da ga promene. Ako i imaju ikakve ambicije, one ne idu dalje od pronalaženja nečega što će im dati određeni stepen nezavisnosti. Nekima je veoma teško da se uklope u ovaj svet. Drugi su dovoljno srećni da pronađu prikladno mesto gde mogu da vode relativno zaštićen život, posao koji im obezbeđuje redovna primanja ili svoj lični mali posao. Neki će poželeti da žive u duhovnoj zajednici ili manastiru. Drugi mogu postati otpadnici i živeti na marginama društva, s kojim ne osećaju da imaju išta zajedničko. Pojedini se okrenu drogi jer je život na ovom svetu suviše bolan za njih. Neki, konačno, postanu iscelitelji ili duhovni učitelji, tj. učitelji Bića.

U stara vremena verovatno bi ih nazvali misliocima. Izgleda da u našem društvu nema mesta za njih. U novoj zemlji koja se rađa, međutim, njihova uloga je ključna jer se vide kao stvaraoci, delatnici, reformatori. Njihova funkcija je da čuvaju frekvenciju nove svesti na toj planeti. Ja ih zovem čuvari frekvencija. Oni su tu da generišu svest kroz aktivnosti svakodnevnog života, kroz interakciju s drugima, kao i kroz „samo postojanje“.

Na taj način, oni usađuju duboki smisao u ono što je naizgled beznačajno. Njihov zadatak je da donesu prostrani mir na



ovaj svet tako što će biti apsolutno prisutni u svemu što rade. Postoji svesnost, a time i kvalitet, u onome što rade, čak i kad se radi o najjednostavnijim zadacima. Njihova svrha je da sve rade sa posvećenošću. Pošto je svako ljudsko biće integralni deo kolektivne ljudske svesti, oni mnogo dublje utiču na svet nego što je to vidljivo na površini njihovih života.

# NOVA ZEMLJA NIJE UTOPIJA

Da li je poimanje nove zemlje samo još jedna utopijska vizija u nizu? Ne, uopšte! Sve utopijske vizije imaju nešto zajedničko: mentalnu projekciju budućeg vremena, kada će sve biti u redu, kada će svi biti spašeni, kada će postojati mir i harmonija i kada neće biti nikakvih problema. Imali smo dovoljno takvih utopijskih vizija. Neke su okončane s razočaranjem, druge katastrofom.

U središtu svih utopijskih vizija leži jedna od glavnih strukturalnih disfunkcionalnosti stare svesti: pogled ka budućnosti, za spasenjem. Jedino postojanje koje budućnost ima je kao misaoni oblik u vašem umu, tako da kada se pouzdate u budućnost u potrazi za spasenjem, vi se zapravo nesvesno pouzdate u svoj um u potrazi za spasenjem. Zarobljeni ste u obliku, a to je ego.

„I videh nebo novo i zemlju novu“<sup>40</sup>, piše biblijski prorok. Temelj za novu zemlju je novo nebo, probuđena svest. Zemlja, spoljašnja stvarnost, predstavlja samo spoljašnji odraz. Izdizanje novog neba i, implicitno, nove zemlje nisu budući događaji koji će nas osloboditi. Ništa nas *u budućnosti* neće osloboditi jer samo sadašnji trenutak može da nas oslobodi. Spoznaja toga predstavlja buđenje. Buđenje kao budući događaj nema nikakav značaj jer je buđenje spoznaja o Prisustvu. Nova zemlja, probuđena svest, nije nikakvo buduće stanje koje se mora dostići. Novo nebo i nova zemlja se izdižu u vama u ovom trenutku, a ako se ne izdižu, onda nisu ništa do misao u vašoj glavi i stoga se ne izdižu uopšte. Šta je Isus rekao svojim sledbenicima? „Carstvo Božje unutra je u vama.“<sup>41</sup>

U Propovedi na Planini, Isus je predvideo ono što je mali broj ljudi do sada shvatio. Rekao je: „Blaženi krotki, jer će naslediti zemlju.“<sup>42</sup> U modernoj verziji Biblije, „krotki“ je prevedeno kao skromni. Ko su ti krotki ili skromni, i šta znači to da će naslediti zemlju?

<sup>40</sup> Otkrivenje 21:1

<sup>41</sup> Sveto Jevandlje po Luci 17:21

<sup>42</sup> Sveto Jevandlje po Mateju 5:5

Krotki su oni bez ega. To su oni koji su spoznali svoju istinsku prirodu kao svest i prepoznali tu osnovu u svim „drugima“, u svim oblicima života. Oni žive u stanju predaje i osećaju jedinstvo s celinom i Izvorom. Oni predstavljaju otelotvorenje probuđene svesti, koja menja sve aspekte života na našoj planeti, uključujući i prirodu, jer je život na zemlji nerazdvojiv od ljudske svesti, koja opaža i dolazi u kontakt s njom. U tom će smislu krotki naslediti zemlju.

Nova vrsta se rađa na planeti. Upravo sada, a to ste vi!

