

**Swami Narayanananda**

Univerzalna Religija, Mudrost i  
Temelji Univerzalne Religije

SADRŽAJ  
UNIVERZALNA RELIGIJA

1. Univerzalna religija.....	4
2. Osnivač.....	6
3. Bog.....	7
4. Univerzum.....	9
5. Um.....	11
6. Etika i potreba za njom.....	13
7. Brahmacharya ili celibat.....	14
8. Guru i potreba za Njim.....	15
9. Kundalini Shakti ili centralna tjelesna moć.....	17
10. Nirvikalpa Samadhi.....	18

MUDROST

1. Bog.....	23
2. Sloboda.....	24
3. Univerzum živi samo u umu.....	25
4. Bog i Univerzum.....	26
5. Beskonačnost.....	27
6. Istina.....	28
7. Milosrđe.....	29
8. Poruka.....	30
9. Um.....	31

TEMELJI UNIVERZALNE RELIGIJE

1. Temelji Univerzalne Religije.....	33
2. Uvodni koraci prema kontroli uma.....	38
3. Kontrola uma.....	42
4. Kako meditirati.....	43

# **UNIVERZALNE RELIGIJE**

Naslov originala:  
"The Universal Religion"

Prvi prijevod: Željko Štajduhar

Drugi prijevod: Kristina Tavra - Paramešvari

Lektor: Ana Anić

## 1. UNIVERZALNA RELIGIJA

### Univerzalna Religija i potreba za njom

Krug, kakve god da je veličine, može imati samo jedan centar. No mi možemo povući nebrojene radijuse. Bog može biti uspoređen s centrom kruga, a različite Religije s radijusima. Tako, univerzum može imati samo Jednog Boga, ali mogu postojati mnoge religije. Cilj svake religije je da učini čovjeka čistim, svetim, uspješnim, spokojnim, sretnim i konačno, da ga vrati natrag k Izvoru – Bogu. Taj cilj je zaboravljen i najstrašnija i najžalosnija stvar je što su mnoge svjetske Religije upravo na nivou dječjeg vrtića, te tako krivo vode svoje sljedbenike ispunjavajući njihove umove i dušu raznim bajkama. One imaju za cilj samo povećanje broja svojih sljedbenika, ali ne i njihov duhovni napredak. Mnogi sljedbenici i njihovi propovjednici postali su najgora vrsta fanatika, bez zdravog rasuđivanja. Oni su kao vrane ili divlji tigrovi. Vrana ili tigar voli svoju mladunčad, ali bi bez imalo milosti mogli rastrgati mladunče drugih vrsta.

Iako je Bog samo Jedan u Njegovo je ime bilo, a i danas još ima, toliko krvoprolića u svijetu i to upravo zbog sebičnosti, neznanja, mržnje, i nedostatka suosjećanja za druge. Danas je već postalo pomodno govoriti o svjetskom miru - svaki vođa neke velike ili male nacije govori o miru u svijetu. No, oni ne misle tako kako govore, iza njihovih riječi kriju se sebični motivi.. Oni razmišljaju o ratovima, te se potajno pripremaju kako bi mogli prodavati svoje oružje, municiju i avione zaraćenim narodima i na taj način pribaviti posao svome narodu i povećati nacionalno bogatstvo. Mnogo je licemjerja svuda unaokolo. Kada jedan intelektualan čovjek prostituirao svoj intelekt u niskim i vulgarnim stvarima, postaje gori i od divlje zvijeri. Bez obzira na napredak nauke i civilizacije, čovjek se još uvijek ponaša kao zvijer, potpuno zaboravivši svoj Izvor, cilj i svrhu života. Većina religija sa svojim propovjednicima i sljedbenicima trude se prikupiti što veće bogatstvo i povećati broj svojih sljedbenika, dok njihov duhovni napredak ili rast zaostaje. Zbog svega toga svijet je u velikoj opasnosti.

Bog je Najviša Istina, On nema oblika. Ograničeni čovjekov um ne može bez pomoći imena i forme razmišljati o Bogu u Njegovom bezobličnom aspektu, stoga se čovjek služi nebrojenim imenima i formama u svrhu štovanja i razmišljanja o Bogu. Tko je iskren, tko živi čistim i svetim životom i tko marljivo radi na svojoj realizaciji stječe ju ili, drugim riječima, vraća se k svom Izvoru. Bog je zajednička svojina svakog bića, stoga niti jedna nacija, niti Svetac, niti jedna knjiga, ne može imati apsolutni monopol nad Njim. Kao primjer uzmimo čovjeka koji putuje raketom sa Zemlje na Mjesec. Pretpostavimo dalje da čovjek fotografira Mjesec, počevši sa Zemlje pa sve dok ne stigne do njega samog. Tako dobivamo nebrojene fotografije istog Mjeseca, mada se fotografije razlikuju jedna od druge. Isto tako se razlikuje i evolucija jednog čovjeka od evoluiranosti drugog, pa je tako velika i razlika između Sveca (koji je postigao Nirvikalpa Samadhi) i jednog "idiota". Budući da je tome tako, ljudska bića trebaju raznovrsna imena i forme prilikom štovanja Boga već prema sklonosti, ukusu i duhovnoj

evoluciji. Različite religije ispunjavaju sve te potrebe. Međutim, fanatici pojedinih religija, potpuno su zaboravili tu činjenicu te misle da je njihova religija jedina koju treba slijediti, misle da su njihove Svete knjige jedine vrijedne čitanja i njihov prorok jedini čovjek poslan od Boga, da nitko ne može postići spasenje bez njihovog proroka, itd. Takve uskogrudne i apsurdne tvrdnje uzročima su ljudske patnje i pada.

Osnivači različitih religija su zasigurno ljudi određenih postignuća. Oni su evoluirali mnogo više od drugih bića. Neki su samo načitani, školovani ljudi. Neki su ljudi inspiracije. Neki su postigli Savikalpa Samadhi (realizacija Boga s formom), a vrlo rijetki od njih su postigli Nirvikalpa Samadhi (Transcendentalno stanje). Tako, mnoge religije vode samo do pola puta, te njihove teorije i zaključci također zavode mnoge ljude. Mnoge religije završavaju s veličanstvenim rajem kao nagradom za dobre i strašnim paklom kao kaznom za zle. Ta ideja o paklu i raju potrebna je samo radi vrlo zaostalog čovjeka. S tom idejom, on može činiti dobro i kloniti se zlih djela. No, bez poznavanja činjenica, glupi fanatici se međusobno bore i istrebljavaju. To je strašno. Adekvatno razumijevanje, ljubav, uvažavanje i simpatija, nužno su potrebni preduvjeti. "Pomozi čovjeku tamo gdje on stoji. Pomozi ali nikad ne potkopavaj", moto je Univerzalne Religije. Ova Religija, "Univerzalna", ne kosi se niti s jednom sektom, vjerom, doktrinom, dogmom ili spolom. Ona se bavi najvišom vrstom Filozofije koja je praktična, a ne spekulativna. Ova se Filozofija vrlo lako može suočiti s teškim iskušenjem Znanosti. Ona gaji ljubav i simpatiju za sve, bez obzira na kastu, vjeroispovijest, boju i spol.

Općenito govoreći, ljudski um ima četiri glavne funkcije: voljnu, osjećajnu, misaonu i koncentracionu. Iako um posjeduje nebrojene funkcije, ipak sve nisu jednako razvijene kod jedne prosječne osobe. Kod većine ljudi jedna od tih funkcija je razvijenija u odnosu na druge tri. Već prema najrazvijenijoj sposobnosti (funkciji) uma, razlikujemo četiri glavna puta do realizacije Boga ili do postignuća Nirvikalpa Samadhija. To su putovi kroz rad, štovanje, filozofiju i psihičku kontrolu. Sve religije svijeta mogu se sasvim sigurno svrstati pod jedan od ovih nabrojanih putova. Neke religije prednost daju radu, neke službi predanog štovanja, neke filozofiji, a neke druge kontroli uma. Univerzalna Religija daje podjednaku važnost svim navedenim putovima i vodi aspirante duž različitih putova već prema njihovim ukusima, sklonostima i duhovnom rastu.

## 2. OSNIVAČ

### Osnivač Univerzalne Religije

Swami Narayanananda, osnivač Univerzalne Religije, rođen je u Coorgu (Južna Indija) u cijenoj obitelji. Već kao mladić običavao je svakodnevno meditirati ujutro i navečer iako tada nije imao Gurua (Učitelja) niti bilo koga tko bi ga vodio. Kao rezultat tih meditacija, doživljavao je duboke koncentracije uma, dok je još bio student. Godine 1929. napustio je rodbinu i rodni dom sa svojih 27 godina te otišao na Himalaje da postigne realizaciju (spoznaju) Boga. Nakon vrlo naporene Tapasye (Pokore), postiže Nirvikalpa Samadhi (Transcendentalno stanje) 1933. godine. Čak i nakon postignuća te najviše vrste Samadhija, Swami Narayanananda je ostao u svom vlastitom raspoloženju u osami sve do 1947. godine.

Godine 1947. Indija, koja je bila pod upravom Britanije, stekla je svoju nezavisnost. Traženje nezavisnosti Indijci su započeli još 1880. godine. Snaga tog pokreta sve se više povećavala. Tada je nastupio Prvi svjetski rat. Britanci su obećali nezavisnost nakon završetka rata, te uključili u rat čitavu naciju sa svim njezinim bogatstvom. Indijski vojnici prolijevali su svoju krv i davali živote u europskim ratovima. Rat je bio dobiven, i nakon Versajskog ugovora za Indiju je donesena Rowlattska odluka prema kojoj osumnjičeni čovjek može biti pritvoren u zatvoru i tamo biti zadržan bez mučenja na neodređeno vrijeme, ali slobodu Indija nije dobila. Narod je to uvidio, pa su vođe i ostali ljudi održali, kao znak protesta, javni sastanak. Usred sastanka, vojnicima je bilo naređeno da masakriraju nevine ljude (muškarce, žene i djecu). Rezultat tog masakra bilo je osnivanje pokreta koji je s još većom usrdnošću zahtijevao slobodu i tada su snage udružili i Hindusi i Muslimani. To je Britancima bilo previše. Bili su na kraju svojih snaga. Generalni guverner Indije (u Indiji zvan potkraljem) nije spavao tri dana. Nije znao što da čini i kako da postupi u ovoj situaciji. Konačno, došao je do zaključka da podijeli zemlju i uvede politiku čvrste ruke, što je bilo vrlo uspješno. Do tada su Hindusi, Muslimani i Sikhi živjeli u miru kao djeca istih roditelja, ali sada su počeli žestoko mrziti jedni druge. Otmice nevinih mladih žena, ubojstva i masakri, događali su se sve slobodnije. Pored toga, Muslimani su tražili posebnu državu. Indija je, kao rezultat toga, bila podijeljena na dvije države: Hindustan i Pakistan. Prije podjele Indije na dva dijela i davanja slobode, bilo je potrebno učiniti određene mjere kako bi se osigurala emigracija. No to nije bilo učinjeno te su Hindusi, koji su bili zatočeni u Pakistanu, preživjeli paklene muke. Muslimani su im zagorčali život neljudskim postupcima. Kada su Hindusi u Indiji saznali kako postupaju s njihovom braćom i sestrama u Pakistanu, nastupilo je užasno stanje. Posljedice su bile strašne - obje strane igrale su se ljudskom krvlju. Sve moguće besramne stvari koje su činili nevinim djevojkama, ženama i drugim poštenim ljudima na obje strane, teško se mogu i opisati. Opis svih tih besramnih i vulgarnih djela počinjenih od obje strane zahtijevao bi posebnu knjigu. Ukratko, ti su se ljudi ponašali gore od zvijeri. Sve te stvari činile su se u ime Boga, religije, rase i boje kože, u nedostatku jasnog razumijevanja Boga i religije. Vidjevši svu tu užasnu ljudsku bijedu i neznanje, Swami Narayananandino srce se sažalilo nad tim te ga potaklo da

izađe iz svoje osame i počne pisati knjige. Taj je događaj zapravo bio uzrokom postavljanja temelja Univerzalnoj Religiji.

### 3. BOG

Ne može biti posljedica bez uzroka. Nešto nikad ne može proizaći ni iz čega. Mrtva materija ili slijepa sila nikad ne može proizvesti Svijest ili svjesno biće. Reći da nešto egzistira ili da ništa ne egzistira automatski povlači to da mora postojati Svijest ili svjesno biće koje izriče te tvrdnje. Kako čovjek koji kaže da Bog postoji ili ne postoji, može nijekati vlastito postojanje? Koji dokaz želiš da možeš reći da postojiš? Općenito kažeš "moje tijelo, moja osjetila, moj ego, moj um, moj intelekt, moje pamćenje", itd. Govoreći tako, ti automatski niječeš da si ti to tijelo, osjetila, ego, um, intelekt, pamćenje, itd. Ako je tako, tko si onda ti? Na tebi je da to saznaš. Tvoje unutarnje Biće je samo po sebi Bog. Bog je Ocean Svijesti Sam po Sebi. On je Veliki Uzrok. Uzrok svih uzroka. Najviša Istina: On je Jedan bez drugoga. Taj Jedan Bog ima različita imena, kao Brahman, Beskonačnost, Veliki Uzrok, Najviša Istina, Energija, Sila, Priroda, itd. Isto tako, koliko ima različitih jezika, toliko je i različitih imena za Istu Stvar. Imena se mogu razlikovati, ali Stvar ostaje ista. Bog nema određenu formu ni ime, ali u isto vrijeme ima mnogobrojne forme i imena. Bog u Svom Vlastitom Stanju je bez oblika. Ograničeni čovjekov um ne može poimati Boga u Njegovom Bezobličnom Aspektu. On uvijek želi neku formu o kojoj može razmišljati. Čovjek iz tog razloga Boga oslovljava s On ili Ona, naziva ga Ocem ili Majkom univerzuma. Bog je kao centar kruga, dok su putovi u različitim religijama, doktrinama i dogmama kao mnogi radijusi koji se sastaju u tom zajedničkom centru.

Bog je Subjekt svih subjekata, Svijest svih svijesti, Moć svih moći, Mudrost svih mudrosti. Bog je Beskonačan, Vječan, Sveprožimajući, Nepokretan, Nepromjenjiv, bez rođenja, rasta i smrti i bez spola. On je uvijek Pun Sam po Sebi (Purna). Može postojati samo Jedno Biće sa svim tim kvalitetama.

Beskonačnost nema početka, sredine i kraja. Tako može postojati samo Jedna Beskonačnost. Ako bi bile dvije, jedna bi drugu ograničavala. Ograničena stvar postaje konačna. U Beskonačnosti nema promjena. Ukupna količina energije ili sile koja postoji u Beskonačnosti uvijek je ista. Beskonačnom se ne može niti dodati niti oduzeti čak niti jedan atom. Kada bi to bilo moguće, tada bi Beskonačnost postala ograničena. Zato u Beskonačnom ne može biti nikakvih promjena.

Kada kažemo da je Bog sveprožimajući Ocean Svijesti Sam po Sebi, potpuno je shvatljivo da ne može niti jedna stvar biti odvojena od Boga, niti jedna stvar ne može postojati odvojeno od

Boga ili Svijesti. Bog je dovoljan i materijalan uzrok ovog univerzuma. Sva bića dolaze od Boga, žive u Bogu i konačno se Bogu i vraćaju. Ovaj univerzum imena i formi ne može postojati niti sekunde bez Boga. Izreka "Univerzum je prividan dok je jedino Bog stvaran", podrazumijeva to da univerzum imena i formi prolazi kroz neprestane promjene, a tako promjenjiva stvar nije drugo do nestalna i lažna. Međutim, iz svih tih promjenjivih fenomena mora postojati nešto što se ne mijenja, i to nešto što ne podliježe promjenama nazivamo Bogom. Tako, ukoliko uklonimo sva imena i forme iz ovog univerzuma, ostaje Bog i samo Bog.

Kao što je već rečeno, Bog je Ocean Svijesti Sam po Sebi. Posjeduje sve moći i mogućnosti. Svijest nije ni svjetlo ni tama. Ona nije ni toplina ni hladnoća, itd. Svi parovi suprotnosti samo su osjetilne percepcije i postoje samo u umu. Svijest nije ni muškog ni ženskog roda. Ona je bez spola. Ideja o spolu samo je u tijelu i umu. S jedne strane Bog nikada ne može biti spoznat. Spoznati stvar znači objektivizirati ju. Kako Bog, budući da je Subjekt svih subjekata, može biti objektiviziran? To nije moguće. S druge strane, Bog ti je više nego znan, jer On je tvoje unutarnje Biće, tvoja vlastita Svijest. Koji dokaz ti je potreban da bi mogao reći da postojiš? Zbog krive identifikacije zaboravio si svoju Istinsku Prirodu. Sada je pokušaj naći. Bog je manji od najmanje čestice i veći od najvećeg objekta. Stvar koja je manja od najmanje čestice i veća od najvećeg objekta nadilazi poimanje ograničenog ljudskog uma. Najviša koncepcija Boga ograničenim ljudskim umom je Apsolutno Postojanje, Apsolutno Znanje i Apsolutno Blaženstvo (Sat-Chit-Ananda). Čak i ta najviša koncepcija Boga nije ništa drugo nego ograničavanje Neograničenog. Samo u stanju Nirvikalpa Samadhija (Transcendentalno stanje) čovjek može imati iskustvo svoje vlastite Istinske Prirode, Prirode Svijesti. To je iskustvo bez osjetila i uma. Kada se um stopi s Jastvom i kada individualna svijest, postajući sve finija i suptilnija, postane jedno s tim Oceanom Svijesti Samim po Sebi, čovjek stječe to iskustvo.



#### 4. UNIVERZUM

Riječ "kreacija" je pogrešna. Ona u sebi nosi ideju o proizlaženju nečega iz ničega (ništavila). Ona također ograničava Neograničeno. Ako kažemo da je Bog Sveprožimajući, onda zvuči besmisleno da On kreira. Kada bi to i bilo moguće tada bi Božja osobina, kao Sveprožimajućeg, bila besmislena. Tada bi na jednoj strani bio Sveprožimajući Bog, a na drugoj (pored Njega) nešto drugo što On ne prožima. To bi značilo da je Bog ograničen. Već smo spomenuli da se Beskonačnosti ne može ni dodati ni oduzeti čak niti jedan atom. Kada bi to bilo moguće tada bi Beskonačnost bila ograničena, a ograničena stvar nije Beskonačna već konačna. Dakle, riječ "kreacija" je pogrešna.

Univerzum nije ništa drugo nego projekcija nečijeg vlastitog uma. Zbog pogrešnog vježbanja uma, zbog mnogobrojnih želja i grješnih djela, čovjek vidi različitost/raspršenost umjesto Jedinstva.

Kao primjer uzmimo sunce. Sunce i njegovo svjetlo koegzistiraju. Ne možemo ih razdvojiti. Oni su kao lice i naličje novčića. Jedno ne može biti bez drugog. Sunce bi bilo besmisleno bez svjetlosti, dok svjetlost ili sunčeve zrake ne mogu postojati odvojene od sunca čak niti na jednu sekundu. Na sličan način koegzistiraju Bog i univerzum. Dakle, nije postojalo vrijeme kad nije bilo ovog univerzuma niti će doći vrijeme kad ovaj univerzum neće postojati. Pitati se kad je započelo stvaranje ili kreacija isto je kao da se pitamo kad je Bog bio stvoren. To bi bilo apsurdno pitanje. Kada bismo mogli ustanoviti početak ovog univerzuma tada bismo lako mogli odrediti i kada je Bog počeo postojati. Nametnulo bi se pitanje "što je bilo prije toga?" Tako zaključujemo da je univerzum bio s Bogom. Ta pojava vječno će biti prisutna. Ona je bila, jest i uvijek će biti.

Univerzum poznajemo onako kako nam ga predočuju naših pet osjetila i um. Ako su osjetila oštećena i intelekt izvježban u krivom smjeru, bit ćemo zavedeni. Tada će i naše znanje i razumijevanje univerzuma biti iskrivljeno. Dok smo u budnom stanju svijesti, sve što činimo, vidimo, dodirujemo, okusimo i pomirišemo, mi doživljavamo kao veliku realnost. Kada spavamo i sanjamo, zaboravljamo iskustvo budnog stanja svijesti, odnosno svijet koji doživljavamo dok smo budni. Tada nam svijet snova postaje realniji od stvarnosti i jave. Već prema sadržaju snova, možemo se u snu smijati ili plakati. Nakon stanja snova ulazimo u stanje dubokog sna bez snova, te zaboravljamo i svijet snova i svijet budnog stanja svijesti. Kada, međutim, osoba uđe u Nirvikalpa Samadhi, dobiva potpuno novo iskustvo. To je jedinstveno i trajno postignuće. Kada čovjek jednom postigne to stanje svijesti, neznanje je potpuno uništeno, a on vidi Jedinstvo u različitosti. Za njega ovaj univerzum imena i formi potpuno nestaje. U tom stanju svijesti čovjek živi u vlastitoj slavi, odnosno u slavi Jastva, ili u Oceanu Svijesti Samom po Sebi. Kada čovjek nakon postizanja Transcendentalnog Stanja siđe dolje na nivo relativne Svijesti, on više nije zaveden niti prevaren imenima i formama koje postoje u ovom univerzumu. On vidi Boga iza svih imena i formi. Kao primjer uzmimo nešto različitog nakita načinjenog od zlata. Neupućeno dijete vidi različite oblike nakita koji nose različita imena i svu pažnju posvećuje različitosti oblika i imena, a zaboravlja zlato koje

je uzrok svog tog nakita najrazličitijeg oblika i imena. Jedna se odrasla osoba neće zavarati različitim oblicima. Isti slučaj je s jednim neupućenim čovjekom i čovjekom koji je postigao Nirvikalpa Samadhi.

Za jednu neupućenu nezalicu, ovaj svijet je stvarniji od bilo čega. To je stoga jer mu osjetila stalno predočuju osjetilne objekte. On ih tako gleda, dodiruje, miriše, sluša i isprobava im okuse. Kako bi ih tada mogao nijekati, kako bi ih mogao proglasiti lažnima? S druge je strane Bog, budući da je Suptilniji od najsuptilnije stvari, iznad osjetilne percepcije. Takav čovjek, koji vjeruje svojim osjetilima, ne može vjerovati u postojanje Boga. Razmatrajući različite nivoe i stupnjeve ljudske egzistencije i iskustva, vrlo jasno možemo uočiti konfuziju i potpunu bespomoćnost jednog neupućenog čovjeka. U budnom stanju svijesti, svijet mu je realan. Kad sanja, potpuno zaboravlja budni svijet i tada mu je svijet snova realniji od bilo čega. Kad pak uđe u duboki san bez snova, potpuno zaboravlja i budni svijet i svijet snova. Koji od tih nivoa egzistencije da uzmemo kao stvaran? Ima li uopće kakvog rješenja? Da. Postoji rješenje (oslobođenje) za one koji to žele. Postoji nada za one koji traže i postoji Put za one koji žele poči njime. Tajna je u kontroli uma. Kada čovjek u potpunosti stavi um pod kontrolu, on ulazi u Samadhi. U stanju Nirvikalpa Samadhija, čovjek realizira svoju Vlastitu Istinsku Prirodu. Do tada trpi paklene muke.

Svijest se prostire čitavim Univerzumom ili Beskonačnošću. Ona je uvijek puna. Nikada ne može biti razdijeljena, iako tako izgleda. To nije ništa drugo nego krivo poimanje uzrokovano krivim uvježbavanjem vlastitog uma. Kao primjer uzmimo sunce koje obasjava čitavu šumu u kojoj je lišće orošeno kapima. Zrake sunca koje padaju na bezbrojne kapi pojavljuju se kao bezbrojna sunca koja se reflektiraju u tim kapima. Malo dijete u svom neznanju doživljava te refleksije kao bezbrojna mala sunca. Odrastao čovjek zna da te bezbrojne refleksije sunca samo prividno stvaraju dojam o mnoštvu sunaca i da sve te zrake sunca ni sekunde ne mogu postojati bez sunca i da je jedino sunce stvarno. Ovdje sunce može biti uspoređeno sa Sviješću, a bezbrojne refleksije s individuama koje se pojavljuju kao odvojene egzistencije u Univerzumu. Svaka zraka sunca proizvodi malenu refleksiju sunca, a ta refleksija se sastoji od Svijesti, uma, intelekta, ega i Chitte (umne tvari). Um i ego, budući da neprestano izlaze van kroz osjetila, zaboravljaju Istinsku Prirodu Jastva ili Svijest. Svaki pojedina refleksija misli da je odvojena od drugih refleksija i s tom idejom odvojenosti dolaze sve vrste zala kao što su: sebičnost, mržnja, ljubomora, pohlepa, požuda, srdžba, itd. Tim krivim aktivnostima um gubi svoju prvotnu čistoću i njegove se snage raspršuju, te postaje nečist i glup. To je uzrok bijede i zasljepljenosti. Univerzum je potpuno u umu. Kada procesom Sadhane (čist, svet i jednostavan život, Mantra Japa i meditacija) postane čistim i kada postigne Nirvikalpa Samadhi, individua gubi svoju individualnost te odlazi natrag u svoj Izvor. Stanje Nirvikalpa Samadhija je baš kao vraćanje zrake sunca od refleksije natrag suncu. Kada ta sunčeva zraka stigne ponovno do sunca, refleksija nestaje, osoba gubi ideju o individualnosti i univerzum imena i formi nestaje, ostaje samo Ocean Svijesti Sam po Sebi. Služeći se ovim iskustvom i promatrajući stvari na taj način, univerzum imena i formi nema stvarno postojanje. On je samo jedna prividna pojava, a jedina stvarnost je Ocean Svijesti Sam po Sebi. On je Jedan bez drugoga.

## 5. UM

Um je vrlo suptilna sila kojoj u pozadini stoji Individualna Svijest. Ona zna što radi. To je razlika između uma i slijepe sile. Um je spoznajni instrument Jastva ili Svijesti. Jastvo, um i mozak tri su potpuno različite stvari. To nisu sinonimi kao što govore neki neupućeni ljudi. Mozak je na fizičkom planu i sastoji se od kompliciranih mehanizama, a um, dok je u budnom stanju, djeluje u moždanom centru. Um dobiva život i svjetlo od Jastva ili Individualne Svijesti. Um zato ne može niti sekunde živjeti bez Svijesti. U stanju sna, um djeluje u malom mozgu, a u dubokom snu on ostaje stopljen s Jastvom. Um ima različite funkcije, a prema tome i različite nazive: kada prihvaća ili odbija pojedinu ideju zove se um; kada diskriminira, odlučuje i donosi znanje o nekom objektu ili subjektu, događaju ili incidentu, itd., zovemo ga intelekt; kada se identificira s tijelom, zovemo ga ego; kada potiče osjetila na rad zovemo ga voljom; kada čuva i bilježi sve prošle događaje, incidente, itd. zovemo ga Chitta (mentalna ili umna tvar – mind stuff).

Um nema svoje vlastite boje niti oblika, već poprima boju i oblik objekta o kojem misli. Ako stavimo neki objekt pred glatku površinu kao što je ogledalo, ono reflektira formu i boju dotičnog objekta. Isto tako i um projicira oblik i boju objekta o kojem misli u moždanom centru. Ime i suptilna forma uvijek idu zajedno, a formu također slijedi i boja. Bez projiciranja forme i boje nekog objekta ne može se doći ni do kakvog znanja niti razumijevanja. Kad osjetila dođu u kontakt sa svojim objektima i proizvedu misli, um projicira formu i boju osjetilnog objekta u suptilnoj formi u moždanom centru. Kada osoba planira (na mentalnom planu) ili nešto zamišlja, tada on projicira svoju vlastitu mentalnu formu i boju već prema prirodi, odnosno sadržaju imaginacije. Poznavajući tu tajnu, najviše dobro što si čovjek može učiniti jest da neprestano zapošljava um u razmišljanju o visokim, plemenitim i uzdižućim stvarima. S druge strane, ako živi u niskim, svjetovnim i vulgarnim stvarima, osoba tone sve niže i niže te tokom vremena postaje vrlo jadna, vulgarna i glupa. Stoga su Mantra Jap i meditacija prijeko potrebni. Ta sredstva čovjeku pomažu da se uzdigne, ponovno primi izgubljeno kraljevstvo. Mantra Jap znači uvijek se sjećati Boga i stalno ponavljati Njegovo ime. Meditacija znači živjeti neprekidno u Božjoj Moći i Slavi. Ako osoba živi život na takav način, bit će bez svake sumnje uzdignuta. Zato se kaže da poznavalac Boga postaje Bog Sam. Um Bogorealiziranog čovjeka uvijek živi u Bogu. Samo jedan vrlo mali dio uma pokreće tijelo i osjetila, ili, drugim riječima, veći dio svog vremena on utroši na razmišljanje o Bogu, a vrlo malo vremena troši na tijelo i osjetila. Uzimajući u obzir takav stav kaže se da si ti sam tvorac svoje sreće ili nesreće. Što misliš, to i postaješ. Tvoji sadašnji uspjesi i neuspjesi u životu posljedica su tvojih prošlih dobrih i loših želja, misli i aktivnosti. Ako su dakle sadašnja sreća i nesreća uzrokovane tvojim prošlim dobrim i lošim djelima, tvoji budući uspjesi i neuspjesi u životu potpuno su u tvojim rukama. Stoga počni živjeti čist, svet i plemenit život te kontroliraj svoj um. Bez toga, nemoj se nadati da ćeš steći mir i sreću u životu.

Um ima četiri glavne funkcije: voljnu, osjećajnu, misaonu i koncentracionu. Sve ostale funkcije podvrste su ovih četiriju glavnih. Iako su sve funkcije u umu, nisu sve jednako razvijene kod svih bića. Kod većine bića, jedna je od ovih funkcija jače razvijena u odnosu na ostale tri. Prema ovim dominantnim funkcijama uma postoje četiri glavna puta koja vode do Najvišeg Cilja, a to su: rad, štovanje, filozofija i psihička kontrola. Sve najrazličitije religije svijeta mogu se svrstati u jednu od ovih nabrojanih putova. Neke religije daju prednost radu, neke štovanju, neke filozofiji, a druge opet psihičkoj kontroli. Univerzalna Religija daje prednost svim četirima putovima i vodi aspiranta prema njegovom ili njezinom ukusu, sklonostima, kapacitetu i duhovnom rastu.

Um ima tendenciju da ponavlja neke stvari vrlo često. Ako baciš kamen na mirnu površinu vode, on će, dodirnuvši vodenu površinu, proizvesti niz malih valova i mjehurića. Isto tako jedna misao proizvodi niz drugih snažnijih ili manje snažnih misli.

Čist i discipliniran um velika je snaga i djeluje kao najbolji prijatelj. Suprotno tome, nečist um zavodi čovjeka i djeluje kao njegov neprijatelj. S čistim i dobro kontroliranim umom, zaista si u raju, dok s nečistim umom podnosiš paklene muke. Zaista, ideja je pakla i raja samo u umu. Um postaje onečišćen grješnim željama, mislima i aktivnostima. Najjednostavnija metoda da se pročisti um je Mantra Jap i meditacija.

## 6. ETIKA I NJEZINA POTREBA

### Karma i njezini plodovi

Što siješ u formi želja, misli i djela, to ćeš sasvim sigurno u dogledno vrijeme i požnjeti. To je neizbježno. Možeš u tajnosti željeti dobro ili zlo, možeš činiti potajno vrlo sramotnu ili vrlo plemenitu stvar, ali nikad ne možeš izbjeći posljedicama bilo jedne ili druge stvari. To je stoga što sve što želiš, misliš i činiš, tvoja Chitta (mentalna ili umna tvar) automatski bilježi i pohranjuje u memoriju. Tokom vremena te impresije (sjeme) počinju djelovati. Tako, živeći čist, svet i jednostavan život, ti pomažeš mnogim drugim bićima i samom sebi. Ako pak živiš nemoralnim, prevarantskim i sramotnim životom, štetiš tolikim drugim bićima, a također degradiraš i degeneriraš samoga sebe. To je razlog rađanja tolikog broja ljudi s defektnim mozgom i/ili ostalim organima, te potpuno jadnih. Drugi su opet rođeni u dobrom stanju, u dobrim obiteljima, te sa svim ostalim pogodnim uvjetima. Ljudi koji su činili zlo u prošlom životu, moraju to platiti u sadašnjem životu, dok ljudi koji su živjeli čistim i svetim životom stječu dobro rođenje u naprednoj obitelji. S teorijom o samo jednom životu nikako se ne mogu objasniti postojeće razlike koje su vidljive u ovom svijetu već kod samog rođenja. Ako pristanemo uz teoriju o samo jednom rođenju, tada je Bog odgovoran za sve dobre i loše stvari koje vidimo u ovom svijetu. Tada Bog, koji je dobar i milostiv prema jednima, a prema drugima strašan i bez milosti, nema nikakvog smisla. Takva osoba se ne može nazvati Bogom nego demonom. Ali činjenica je da smo mi sami odgovorni za uspjehe i neuspjehe u svom životu. Što sijemo to ćemo i požnjeti i mi sami smo tvorcii naše vlastite sudbine. Bog niti malo nije odgovoran za sreću i nesreću bića.

## 7. BRAHMACHARYA ILI CELIBAT

Seksualna energija najveća je moć tijela i uma. Seksualna energija, um, snaga volje, intelekt i Kundalini Shakti (Centralna tjelesna Moć), vrlo su usko povezani jedno s drugim. Da bi kontrolirao um, čovjek također mora kontrolirati i seksualnu energiju. Nemoguće je postići Nirvikalpa Samadhi, a time i Najvišu Vrstu Mudrosti (Brahma-Jnana) bez savršene Brahmacharye. Kundalini Shakti je ta koja, kada ostaje u nižim centrima, uzrokuje seksualne podražaje, te potiče različite žlijezde s unutarnjim izlučivanjem da izlučuju sokove, i kod muškaraca i kod žena. Isto tako, Kundalini Shakti je ta koja istječe van paralelno s doživljavanjem orgazma. Uzrok nervnih struja također je Kundalini Shakti. Medicinska nauka otkrila je postojanje važnosti i djelovanje nervnih struja, no nije otkrila dinamo (pokretač) tih struja. Ona smatra da je leđna moždina i moždani centar njihov pokretač, što je zabluda.

Seksualno uživanje je najveća nečistoća tijela, a isto tako i uma. Seksualna energija kreće se u dva smjera, i to prema gore i prema dolje. Prema dolje se vrlo lako pokrene u seksualnom uživanju između muškarca i žene, muškarca i muškarca, žene i žene, zatim između ljudi i životinja ljubimaca te masturbacijom. Kada se ta seksualna uživanja prekinu i stave pod kontrolu, Kundalini Shakti se pokrene u suprotnom smjeru, prema gore. Postoji pojam kontrole i pojam potiskivanja. Većina ljudi ne razumije razliku između ta dva pojma. Osoba treba kontrolirati tu energiju neprestanim razlučivanjem i nepristranošću. Prvo treba održavati Brahmacharyu (celibat) na djelu, zatim u govoru i konačno u mislima. Tako dugo dok Kundalini Shakti ostaje u najnižem centru, tri stvari dominiraju u životu sobe: hrana, spavanje i seks. Takva osoba nalazi velik užitak u zadovoljavanju ovih triju stvari. Ona postaje privržena hrani, spavanju i seksu. Zato je većina ljudi ovog svijeta potpuno utopljena u njima. Kad seksualna energija poprimi formu sokova na fizičkom planu, ne može više biti pod kontrolom. Yogi pretvara seksualnu energiju u ogromnu mentalnu moć koja se zove Ojas Shakti prije nego seksualna energija poprimi fizičku formu sokova. To se može činiti samo kada se Kundalini Shakti digne iznad srčanog centra (Anahata Chakra). Kada se Kundalini Shakti digne iznad srčanog centra, osoba više ne može imati seksualan čin. Tada se seksualna energija automatski pretvara u Ojas Shakti (veliku mentalnu energiju). Sve dok se Kundalini Shakti ne digne iznad srčanog centra, bit će uspona i padova. Osoba koja održava Brahmacharyu može imati povremene "vlažne snove". Ta je pojava prirodna, ali ako osoba ima strpljenja i ustrajnosti, uspjeh će doći.

Muškarac ili žena nalaze veliki seksualni užitak u orgazmu. Paralelno s orgazmom, iscjeduju se nervne struje iz moždanog centra i iz cijelog tijela. Osoba također gubi i ogromnu količinu Ojas Shakti. Osoba koja je sklona seksualnom uživanju postaje žrtva različitih vrsta bolesti kao što su neuroze, živčana oboljenja, drhtanje glave i ruku, slaba probava itd., te preuranjeno starenje i smrt.

Nirvikalpa Samadhi ili Najviša Mudrost ili Znanje o Jastvu, može se steći samo kroz Brahmacharyu (celibat). Sve dok se Kundalini Shakti ne digne do Sahasrare, osoba ne može postići Nirvikalpa Samadhi. Bez savršene Brahmacharye, Kundalini nikad ne može doći do

Sahasrare. Tako Brahmacharya, postizanje Nirvikalpa Samadhija i Znanja o Jastvu ili realizacija Boga, uvijek idu ruku pod ruku. Nema spiritualnog rasta bez Brahmacharye.

## 8. GURU I POTREBA ZA NJIM

Duhovni vodič zove se Guru. Svaki muškarac ili žena ne može zauzeti to odgovorno mjesto. Jedan običan čovjek ili propovjednik (svećenik) bez duhovnih postignuća ne može zauzeti to uzvišeno mjesto i odgovornost. To bi bila igra sa životom i smrću. Kada bi osoba bez adekvatnih kvalifikacija preuzela na sebe ulogu Gurua, tada bi to bilo kao kad bi od rođenja slijep čovjek vodio druge slijepce. Svi bi pali u jamu i skončali karijeru. Samo muškarac ili žena koji su postigli Nirvikalpa Samadhi ili Savikalpa Samadhi (realizaciju Boga bez i sa formom) su osposobljeni da zauzmu mjesto Gurua, da imaju učenike i da ih sigurno vode Duhovnim putem. U današnje vrijeme mnogi ljudi uzimaju ulogu Gurua bez adekvatnih kvalifikacija. To je postala profesija.

Pravi Guru nema osobne koristi od učenika, već iz čiste samilosti prema postojećem čovječanstvu On uzima breme svojih učenika pokazujući im put do realizacije Boga. Učenik je taj koji treba platiti velik dug Guru-u, a ne Guru učeniku. Imajući to u vidu, nema demokracije na Duhovnom području. Bilo bi pogrešno da je ima. Duhovni put je vrlo suptilan i zamršen te potpuno ovisi o iskustvu Gurua. Ako učenik slijedi svoju ćud i tako radi, nikad ne može postići napredak već se samo susreće s nesrećama. Učenik mora imati intenzivnu Ljubav i Vjeru u Gurua i slijediti Njegove instrukcije pod svaku cijenu. Oko dvanaest godina unatrag, jedan diplomirani učenik želio je doći k meni u Rishikesh i podvrći se Duhovnom treningu. Dozvolio sam mu. Napustio je Kalkutu (koja je 1000 milja udaljena od Rishikesh) i krenuo za Rishikesh te je na pola puta promijenio odluku. Umjesto da dođe u Rishikesh, ostao je u Benaresu i sam je uzeo ulogu Gurua te počeo s intenzivnom Sadhanom na vrlo krivi način. Rezultat toga je bio da se za tjedan – dva našao na samrtničkoj postelji. Njegovi su ga ljudi odveli natrag u Kalkutu u bolnicu, ali doktori mu više nisu mogli pomoći. Nakon tog neuspjeha, mladić više nije imao hrabrosti da mi piše, a također je bio i vrlo posramljen. Jedan je od njegovih prijatelja bio moj učenik, pisao je moleći za oprostaj i pomoć u ime svog prijatelja. Dao sam neke savjete i promjenu u ishrani što je mladića iscijelilo. Postoji i drugi slučaj u Danskoj. Mladi čovjek slijedio je knjige bez Gurua. Mislio je da više nikad neće saviti svoja koljena pred Guruom te da se Sadhana može prakticirati i bez Gurua. Tako je s punim zamahom krenuo s vježbanjem viših oblika Pranayame. Rezultat je bilo ludilo. Morala

je intervenirati i policija te silom odvesti mladića u ludnicu. Poslije su mi njegova majka i neki moji učenici pisali moleći za pomoć. Morao sam i njemu pomoći. Pored ovih, postoji mnogo drugih slučajeva iste vrste. Iznio sam ova dva slučaja samo da ukažem na opasnost koja se javlja kada osoba postane egoistična.

Navest ću još jedan primjer da ukažem na opasnost koja se javlja kod učenika kada je pod vodstvom lažnog Gurua. Mi nikad ne dopuštamo svojim učenicima da se služe natprirodnim moćima. Služiti se tim moćima znači igrati se vlastitim životom. U našem primjeru, Guru kaže svom učeniku da upotrijebi Siddhi-je (natprirodne moći) za iscjeljenje bolesnika. Učenik je bio liječnik i slobodno se služio Siddhi-jem u liječenju pacijenata. Stekao je ime, slavu i novac. Ali to nije dugo potrajalo. Vrlo brzo se morao suočiti s vrlo ozbiljnom reakcijom koja je za njega bila prejaka. Imao je vlastitu kliniku. Jednoga dana kada je reakcija bila na svom vrhuncu, naš liječnik je otišao u svoju kliniku s punim revolverom te tamo ubio tri svoja pacijenta, a zadnji metak je sačuvao za sebe te tako završio svoj život. Tako vidimo da ne mogu svi postati Gurui i ako to netko pokuša bez određenih kvalifikacija, on čini veliku štetu. Zaista, Guru ima velike odgovornosti. Učenik koji želi vlastiti duhovni napredak treba biti zahvalan, napustiti ego te se ozbiljno dati na posao prema uputama svog Gurua. Biti egoističan te se protiviti Guru-u, značilo bi duhovnu propast učenika. To je sasvim sigurno i izvjesno, već smo vidjeli i mnoge slučajeve te vrste.

Je li svakome potreban Guru da bi postigao najvišu vrstu Samadhija? Ne. Postoje neke iznimke i u ovom pravilu. Ima ljudi koji su naporno radili u svojim prošlim životima, došli do visokog stupnja duhovne evolucije, a tada ih je zaustavila smrt. Takvi ljudi stječu dobro rođenje u plemenitoj obitelji kao i povoljnu okolinu. Ti ljudi već od rođenja znaju svoju Poruku i put te nastavljaju posao nedovršen u prošlim životima. Takvi ljudi nemaju potrebu za Guruom. Broj takvih ljudi je vrlo malen i oni su zaista rijetkost. Međutim, kod prosječnih ljudi, postoji velika potreba za Guruom.



## 9. KUNDALINI SHAKTI ILI CENTRALNA TJELESNA MOĆ

Električni pokretač proizvodi elektricitet i pomoću tog elektriciteta možemo učiniti da taj isti pokretač radi slabim, srednjim ili jakim intenzitetom. Kundalini Shakti je uzrok ili pokretač nervnih struja. Postoji vrlo velika sličnost između elektriciteta i nervnih struja ili, drugim riječima, nervne struje nisu ništa drugo nego elektricitet u minijaturnoj formi. Zato čovjek trenutno umre kada doživi električni šok. Jaka električna struja uđe u tijelo, uništi pokretač, prijeđe na zemlju i čovjek umre.

Kundalini Shakti proizvodi nervne struje svih dvadeset i četiri sata, te ih cirkulira kroz Nadbije (živce) po čitavom tijelu. Vibracija nervnih struja u srcu i plućima pokreće iste na rad, dok su otkucaji uzrok disanja. Sjedište Kundalini Shakti kod obične osobe je Muladhara Chakra. Međutim, to sjedište mijenja svoj položaj kada osoba započne Sadhanu (duhovne vježbe). Bez Brahmacharye osoba ne može ni sanjati da će saznati čak i osnove same Shakti. Kad se pridržava striktnog celibata i podvrgava se duhovnim vježbama, Kundalini Shakti se nastoji uzdignuti u više centre. Kada Kundalini Shakti u potpunosti uđe u Sushumna Nadi i stigne do Sahasrare, osoba postiže Nirvikalpa Samadhi. U stanju Nirvikalpa Samadhija, osoba egzistira bez disanja. Tada disanje samo po sebi prestane bez ikakvog napora od strane same osobe. To je tada prirodno stanje. Poznato je pod imenom Keevala Kumbhaka.

Kao što je već rečeno, vibracija nervnih struja u srcu i plućima pokreće iste na rad te tako počinje disanje. Kada Kundalini Shakti uđe u Sushumna Nadi i krene prema gore, dinamo prestaje sa svojim radom, kao i svi Nadiji, te tako cijelo tijelo ostaje bez opskrbe nervnim strujama. Kada se srce i pluća ne opskrbe nervnim strujama, disanje automatski prestaje. Tako dolazi do Keevala Kumbhake.

Kundalini Shakti je uzrok uma, a um opet djeluje na Kundalini Shakti, koji radi na normalan, subnormalan i abnormalan način, isto kao i električni pokretač i električna struja, kako je već prije navedeno. Svaka misao je suptilna sila. Snaga misli se razlikuje. Intelekt odlučuje o snazi misli ili emocije, koja može biti slaba, srednja ili jaka po intenzitetu. Prema toj odluci intelekta, um potiče Kundalini Shakti da radi na normalan, subnormalan ili abnormalan način. Kad Shakti radi na normalan način, osoba je zdrava. Ako pak radi na subnormalan ili abnormalan način, dolazi do bolesti. Ako djeluje na subnormalan način, doći će do nedovoljnog pritjecanja nervnih struja u tijelo, a osoba će se osjećati iscrpljeno. Ako radi na abnormalan način, postojat će suvišak nervnih struja u tijelu te će također doći do bolesti. Dakle, manjak ili višak nervne energije rezultiraju bolešću; kontrola uma je stoga potrebna. Kontroliranjem uma, osjećaja i misli, osoba uživa zdravlje. Kada nema kontrole nad mislima i osjećajima, stvaraju se mnoge neizlječive bolesti i osoba trpi paklene muke.

## 10. NIRVIKALPA SAMADHI

U Duhovnoj evoluciji Nirvikalpa Samadhi, odnosno postignuće Nirvikalpa Samadhija, posljednja je točka (stepenica). U tom stanju, filozofija gubi svoj smisao. U stanju Samadhija čovjek se ponovno susreće sa svojom vlastitom Istinskom Prirodom, odnosno vraća se natrag u Ocean Svijesti Sam po Sebi. To iskustvo doživljava se bez uma. Općenito se može reći da u procesu spoznavanja mora postojati subjekt (svjesno biće), objekt i konačno, znanje. Bez te tri stvari ne možemo imati razumijevanje. Suprotno tome, u stanju Nirvikalpa Samadhija ideje subjekt, objekt i znanje potpuno nestaju. U Nirvikalpa Samadhiju um i individualna svijest postaju sve finiji i suptilniji te se svjesno stapaju s Oceanom Svijesti Samom po Sebi. U tom stapanju čovjek nalazi Jedinost i ideje o različitosti potpuno nestaju. Čak više ne postoji niti ideja o jednom, jer ako postoji ideja o jednom, mora također postojati i ideja o mnoštvu. To su relativni pojmovi. Kada za nešto kažemo da je bijelo, tada paralelno mora postojati i nešto što nije bijelo. Isto tako, ako postoji samo Jedna Stvar – Ocean Svijesti Sam po Sebi, ako si izgubio svoju individualnost i stopio se u Njemu te postao Jedno s Njim, nemoguće je čak imati ideju o Ja.

Kada se čovjek nakon postizanja Nirvikalpa Samadhija vrati natrag na nivo relativne svijesti, on postaje potpuno izmijenjen čovjek. On postaje prosvijetljen. Njegov pogled na svijet se potpuno mijenja. On posjeduje i ego i um koji vrše svoju ulogu. Međutim, to više nije jedan običan ego i um. Zovemo ga pročišćenim egom i pročišćenim umom. On je kao skuhani krumpir u gomili sirovih krumpira. Skuhani krumpir naizgled je kao i svi ostali sirovi krumpiri, no kad ga stavimo pod zemlju, on više nikada ne može proklijati. Ili, drugi primjer, spaljeno užo zadržava oblik prvobitnog užeta, ali više se ne može iskoristiti za vezanje. Drugim riječima, njegova mu karma više ne stvara posljedice (plodove). Njega zovu Jivan Mukta (oslobođen još za života). Um takvog čovjeka djeluje s Nadsvjesnog plana. Većina njegovog uma živi u Bogu ili Brahmanu, dok samo vrlo mali dio pokreće tijelo i osjetila. To je kao s kompasom - u koji god položaj ga staviš, igla uvijek pokazuje smjer sjever – jug. Isto tako, što god Jivan Mukta radi, njegov um ostaje u dodiru s Bogom ili Brahmanom. Tako radeći, nikakav rad mu ne može ostaviti posljedice. Zato se kaže da što god Jivan Mukta radi, on u stvarnosti ne radi ništa. To je zaista činjenica.

Umjetnik stvara različite predmete od gline te ih prži i boja različitim bojama. Jedno dijete uzima te oblike i boje kao nešto stvarno i veže se za njih. Ono nema ideju o glini iz koje se svi ti oblici izrađuju. Međutim, umjetnik zna da imena i oblici ne postoje nezavisno od gline. Na neki način, on vidi jedinstvo u različitosti. Na sličan način, Jivan Mukta vidi tu jednu stvarnost iza svih oblika i imena u ovom univerzumu, odnosno on vidi Jedinost u različitosti. To ne znači da osjetila Jivan Mukte ne rade. Ona normalno funkcioniraju. Osjetila došavši u dodir s osjetilnim objektima primaju podražaje, ali ne dolazi do reakcije kao kod jednog neupućenog (neizvježbanog) čovjeka. To možemo usporediti s ogledalom i objektom ispred njega. Ogledalo će reflektirati oblik i boju objekta, no kada objekt sklonimo od ogledala, na

njemu neće ostati nikakvih tragova. Takvo je stanje Jivan Mukte. On živi okružen osjetilnim objektima, ali bez privrženosti ili ovisnosti o njima.

Statički centar Kundalini Shakti je Sahasrara Chakra (na vrhu lubanje). Njezin dinamički centar je Muladhara Chakra. Kod evolucije (stvaranja) mikrokozmosa, Kundalini Shakti postaje sve grublja i spušta se u niže Chakre, a kada dospije u Muladhara Chakru, tu ostaje u Svojoj dinamičkoj formi. Ova Chakra je pokretač nervnih struja, a sama Kundalini Shakti je uzrok tih struja. Ta prividna odvojenost Kundalini Shakti od njezinog statičkog centra uzrok je dualnosti u mikrokozmosu (čovjeku). To je uzrok neznanja i ropstva kod čovjeka: ako netko želi Slobodu, Kundalini Shakti se mora vratiti u svoj statički centar. Kada se ona vrati u svoj statički centar, nastupa stanje Nirvikalpa Samadhija. Uzdizanje Kundalini Shakti do Sahasrare (statičkog centra), ulazak u Nirvikalpa Samadhi te Samorealizacija ili realizacija Boga, uvijek idu ruku pod ruku.

Da bi se postiglo potpuno podizanje Kundalini Shakti mora postojati trostruka čistoća: čistoća tijela, Nadija (grubih i suptilnih živaca), te čistoća uma. Bez te trostruke čistoće Kundalini Shakti se nikako ne može potpuno podići. Ako se prije dozrelog vremena želi forsirati podizanje Kundalini Shakti uzimanjem LSD-a ili hašiša, doći će samo do parcijalnog dizanja koje je opasno. S parcijalnim podizanjem Kundalini Shakti samo će mali broj sretnika, koji već imaju zasluge iz prijašnjih života, eventualno dobiti inspiraciju u umjetnosti, poeziji, itd., no ne mogu postići Nirvikalpa Samadhi ili Oslobođenje. Da bi se postigao Nirvikalpa Samadhi ili Oslobođenje, Kundalini Shakti se mora podignuti u potpunosti. Tako, potreban je napor da se Kundalini Shakti podigne do Sahasrare. Taj napor oko dizanja Kundalini Shakti iz Muladhare do Sahasrare zove se Sadhana.

Postoji prirodna sklonost u svakom biću da bude Slobodno, odnosno da se vrati natrag svom Izvoru. Ta ideja o slobodi ugrađena je čak i u vlat trave. Međutim, ako je trud u procesu oslobađanja krivo usmjeren, tada se umjesto Slobode i Blaženstva postiže ropstvo i bijeda. Većina ljudi misli da će postati sretni putem osjetilnog uživanja, zarađivanja novca, stjecanja imena i slave itd. Sve te stvari donose trenutno zadovoljstvo, a kasnije rezultiraju bijedom.

Pravi Mir ili Slobodu možemo steći samo kroz kontrolu uma i postizanjem Nirvikalpa Samadhija. Iako to znaju, većina se ljudi ipak plaši tog stanja. To je stoga što je njihova ovisnost o osjetilima i njihovim objektima vrlo jaka, pa iako se suočavaju sa stalnim udarcima i razočarenjima, ne žele ih napustiti. Takvi ljudi žele jednu blagu, nezahtjevnu religiju kao na primjer odlazak u hram ili crkvu najviše jednom tjedno, davanje milodara svojim propovjednicima, molitva Bogu za oprostjenje grijeha, za spas njihove žene i djece i njih samih od bolesti i smrti, i za svjetovni uspjeh i napredak. Oni imaju velike apetite za jelom i pićem. Imaju potrebu spavati 8 do 10 sati i seksualno uživati što je više moguće. Misle da će tako postati sretni. Na kraju se razočaraju, jer niti hrana, niti spavanje, niti seks, bez kontrole uma, ne može nikada nikoga učiniti sretnim.

Postoji druga, naprednija skupina ljudi koja je također vrlo privržena hrani, spavanju i seksu, ali oni imaju bolje razumijevanje o životu i dužnosti. Oni nastoje živjeti poštenim životom jer im za takav život njihovi Sveti spisi obećavaju vječni raj ili za grješan život vječni pakao.

Neki od njih mole, prakticiraju Mantra Jap i meditaciju. Oni također prakticiraju život milosti. Broj ljudi koje bi mogli svrstati u ovu drugu skupinu je mnogo manji u odnosu na prvu skupinu.

Došli smo i do treće skupine. Samo pročišćen i duhovno visoko razvijen čovjek može ući u nju. Broj ljudi u ovoj skupini još je manji. Ljudi iz ove skupine Duhovno su probuđeni. Oni napuštaju svjetovna zadovoljstva i žive čist, svet i jednostavan život. Oni razumiju vrijednost i veliku potrebu za životom u celibatu (Brahmacharyi), kao i svakodnevnu praksu Mantra Jap-a i meditacije zbog kontroliranja uma, te konačno i postignuća Samadhija. Čak i u ovoj trećoj skupini, ljudi koji aspiriraju prema Nirvikalpa Samadhiju vrlo su rijetki. Broj takvih Velikih Duša, koje aspiriraju prema postignuću Nirvikalpa Samadhija te ga i postižu, može biti nabrojen na prste.

Postoji prirodna i podsvjesna sklonost u svakom biću da se vrati svom Izvoru. Sve stvorene stvari se prije ili kasnije moraju raspasti i vratiti se u svoje uzročno stanje. To je prirodno. Čovjek se također mora vratiti svom Izvoru. To može biti danas ili sutra ili za milijun godina. Usprkos tako dugom vremenskom razdoblju, on se mora vratiti u svoju početnu točku. To vraćanje svom Izvoru i to Jedinstvo može se dogoditi samo u Nirvikalpa Samadhiju. Da se postigne Nirvikalpa Samadhi, Kundalini Shakti (Centralna tjelesna moć ili Primarna snaga u čovjeku) se mora vratiti natrag u svoj statički centar Sahasraru (na vrhu lubanje), napuštajući svoj dinamički centar (Muladhara). Tako dugo dok Kundalini Shakti ostaje u svom dinamičkom centru, prevladavat će dualnost i osoba će percipirati mnogostrukost u Jedinstvu. To je uzrok neznanja, ropstva i bijede koju vidimo u ovom univerzumu. S ciljem podizanja Kundalini Shakti do Sahasrare, osoba mora održavati celibat (Brahmacharyu) u mislima, riječima i djelima, vježbati kontrolu svih pet osjetila, vježbati kontrolu uma, te konačno, živjeti čistim, jednostavnim i svetim životom.

Pod čistim životom podrazumijevamo sljedeće: čist zrak, čistu vodu, jednostavnu i hranjivu hranu, čisti životni prostor, čistu društvenu okolinu, čistu odjeću, da osoba bude dobra, pristojna i plemenita, da ne govori laži, da ne krade, da ne povređuje druge, itd. Ukratko, pridržavanje svih pravila etike i morala. Inteligentan, ali nemoralan čovjek (muškarac ili žena) svojim lukavstvom i lažnom propagandom može sakupiti bogatstvo, može steći ime i slavu, postati poznat, no kako bi postigla Duhovni napredak osoba mora biti čista i moralno jaka. Tako vidimo da temelj Duhovnog života počinje s čistim životom. Takav čist život donosi čistoću tijela i Nadija (živaca), a Mantra Jap i meditacija donose čistoću uma.

Recimo da je čovjek krenuo pravim putem i Kundalini Shakti se počela kretati prema gore. S tim podizanjem čovjek osjeća više radosti, mira i sreće u Sadhani. No ponekad dođu reakcije, te mnogi osjete obeshrabrenje, ostavljaju započeti rad i odlaze krivim smjerovima. To je vrlo loše, a i opasno. Kada nastupe takve krize skupi snagu, imaj strpljenja i ustrajnosti; reakcija će proći. Kada Kundalini Shakti dostigne srčani centar, osoba percipira Božansko Svjetlo, Božanske Vizije i čuje Božanske Zvukove, no to nije nikakvo postignuće. Te pojave samo pokazuju da čovjek napreduje. Mnogi ljudi nemaju dovoljno snažan um, rade predstave od tih postignuća, skupljaju učenike te završavaju svoj Duhovni život. Druga opasnost je kada se

Kundalini Shakti podiže u više centre i osoba stječe natprirodne moći. To je vrlo privlačno i potajna želja za imenom i slavom iz podsvijesti ispliva na površinu. Tako se javlja kušnja za upotrebom. To je vrlo opasna igra, po cijenu vlastitog života, zato budi oprezan. Nikad ne upotrebljavaj svoje Natprirodne moći - stavi ih pod kontrolu. Na taj način, tvoja mentalna snaga i koncentracija tvog uma rastu. Kada Kundalini Shakti dostigne šesti centar, prije nego se stopi u Sahasrari, osoba može imati Savikalpa Samadhi (apsorpciju uma u formi ili Ishta Devati). Iako je Blaženstvo tog Samadhija intenzivno i to je samo po sebi već visoko postignuće, ipak to postignuće nije krajnje. Većina ljudi stane na tom stupnju. Ako želiš postići Nirvikalpa Samadhi, nemoj stati ovdje. Napusti čak i to Blaženstvo. Samo tada možeš postići Nirvikalpa Samadhi. Blaženstvo Nirvikalpa Samadhija nadilazi svaku vrstu Blaženstva koja se može iskusiti ili o kojoj se može čuti.

Digni se! Probudi se! I nemoj stati dok ne postigneš Cilj!

Om Shanti! Shanti!! Shanti!!!

# **MUDROST**

Naslov originala:

"Wisdom"

Prvi prijevod: Željko Štajduhar

Drugi prijevod: Kristina Tavra - Paramešvari

Lektor: Ana Anić

Rungsted, četvrtak, 27.5.1971.

Nema posljedice (efekta) bez uzroka. Nešto ne može proizaći ni iz čega. Slijepa sila ili mrtva materija ne može nikada proizvesti inteligentna bića. Taj veliki uzrok, uzrok pojavnog univerzuma, zove se Bog, Vrhovna (Najviša) Moć, Priroda, itd. Imena se mogu razlikovati, ali Stvar ostaje ista.

Krug može imati samo jedan centar, ali u isto vrijeme i mnogo radijusa. Isto tako, univerzum može imati samo jednog Boga, ali može postojati toliko mnogo religija. Bog je Sveprostrući, Svemoćan, Vječan i Beskonačan, Ocean Svijesti Sam po Sebi. Može postojati samo jedan takav Bog. Ako bi postojala dva, jedan bi ograničavao drugoga i oni bi bili konačni, ograničeni.

Ako je Bog Sveprostrući i Ocean Svijesti Sam po Sebi, u isto vrijeme ne može postojati odvojena stvar koja se zove mrtva materija ili slijepa sila. Postoji samo Svijest. Čitav prostor i čitava vječnost puna je te Jedne Svijesti. Svijest spava, možemo tako reći, u mineralima, sanja u vegetaciji, budi se i hoda u životinjama, budi se, hoda i misli u čovjeku, a poznaje samu sebe u Svecima i Mudracima.

Bog je Personalan (osoban) i Impersonalan (neosoban). Posljednji stupanj je Bezoblični aspekt, ali se On može manifestirati isto tako u bezbrojnim formama. Čovjek postiže realizaciju Boga s formom ili bez forme. U Savikalpa Samadhiju osoba realizira Boga s formom, dok se u Nirvikalpa Samadhiju osoba vraća natrag Apsolutu i postaje jedno s Njim.

Sunce i njegovo svjetlo koegzistiraju. Oni su kao lice i naličje istog novčića, potpuno nerazdvojni. Isto tako, Bog i univerzum koegzistiraju. Nije bilo vremena bez univerzuma, niti će ga ikada biti. On je bio, jest i bit će. Bog bez univerzuma nema značenja, a univerzum ne može ni sekunde egzistirati bez Boga. Tako, pitanje kada je stvaranje počelo nije logično. Kada bi se takva stvar mogla dogoditi (stvaranje, održavanje i uništenje čitavog univerzuma u vremenu), tada bismo mogli znati ili reći da je Bog bio rođen u to i to vrijeme. Takva tvrdnja bila bi nelogična i apsurdna. Postoje bezbrojni Sunčevi sustavi u Beskonačnosti, dok neki tek dolaze u egzistenciju, neki budu uništeni, a neki opet ostaju. Ta trostruka funkcija (rađanje, rast i umiranje bezbrojnih Sunčevih sustava) neprekidno se zbiva u Vječnosti bez ikakvog predaha.

Što je sunčeva zraka suncu, to je individualnost Bogu. Sunčeva zraka koja izvire iz sunca i odlazi od njega, proizvodi ili reflektira mali odraz sunca. Taj se odraz sastoji od Jastva, uma, ega, intelekta i Chitte (spremišta uma). Negirati Boga značilo bi negirati svoj vlastiti Izvor, što bi bila apsurdna glupost. Čovjekov um, izlazeći van kroz pet osjetila, zaboravio je Izvor ili Boga. Dakle, težnja je zaustaviti tu sklonost uma da izlazi van te ga vratiti u Izvor. Sadhana ili Yoga ima za cilj da dovede um do njegovog Izvora, u stanje Samadhija ili početnu točku, odnosno Boga.

Swami Narayanananda

## SLOBODA

Gylling, utorak, 15.6.1971.

Postoji jedna urođena potreba – potreba za Slobodom. Ta ideja o Slobodi utjelovljena je čak i u vlat trave. Nitko ne želi bol. Nitko ne želi bijedu. Sama je ideja o bolesti i smrti svima grozna. Ipak, čovjek je svojim akcijama i djelima skrenuo s pravog puta i upao u ropstvo i bijedu umjesto da živi u Slobodi i Blaženstvu.

Nema trajnog zadovoljstva u osjetilnim užicima. Uživanjem jednog osjetila, čovjek si otvara vrata za sve više želja. Novac je samo sredstvo za osjetilna uživanja, a ime i slava vežu čovjeka i čine ga još bjednijim. Gdje onda leži stvarna sreća ili Sloboda? Ona leži u poznavanju svoje vlastite Istinske Prirode.

Čovjek kaže: "Moje tijelo, moja osjetila, moj ego, moj um", itd. Govoreći tako, on automatski negira da je on to tijelo, osjetila, ego, um.... Tada, tko je on? Traženje tog "Ja", zove se Religija, Filozofija ili Yoga.

Univerzum nije ništa drugo do projekcija nečijeg vlastitog uma. Ono o čemu misliš, to i postaješ, što siješ, to ćeš i požnjeti. Ono što si posijao u prošlosti u formi želja, misli i djela, to ćeš sada žnjeti. Ako je tvoja sadašnja sreća ili nesreća zasluga tvojih prošlih dobrih ili loših djela, tvoj budući uspjeh ili neuspjeh potpuno ovisi o tvojim sadašnjim dobrim ili lošim djelima. Prema tome, ukoliko želiš mir i napredak, živi čistim, jednostavnim i svetim životom i prakticiraj kontrolu uma. Spoznaj svoju Istinsku Prirodu i budi Slobodan.

Swami Narayanananda



## UNIVERZUM ŽIVI SAMO U UMU

Gylling, srijeda, 16.6.1971.

Postoji sila koja pokreće automobil. Također postoji i sila iza ispaljenog metka. Međutim, ta je sila slijepa. Um je također suptilna sila, ali ona ima Svijest u svojoj pozadini. Um nije slijep, on zna što čini.

Jastvo živi u tijelu samo kao svjedok i Ono nije ovisno niti vezano za aktivnosti uma i tijela. Um je glavni instrument Jastva. Um dobiva svoj život i svjetlo od Jastva. Jastvo možemo usporediti s carem koji je dao svu vlast prvom ministru (njega možemo usporediti s umom). Moždani centar možemo usporediti s metropolom, makrokozmos s carstvom, a ego, intelekt, volju i Chittu (spremište uma) s ministarskim kabinetima. Tako, čitav univerzum je pod vlašću i upravom uma.

Osoba doživljava svakodnevno tri stanja: budno stanje, san i duboki san bez snova. U budnom stanju um pokreće i upravlja fizičkim tijelom i doživljava svijet. U stanju sna, um doživljava svijet snova kroz suptilno tijelo, dok u dubokom snu bez snova um ostaje stopljen s Jastvom. U dubokom snu, iako život i dalje funkcionira, osoba nije svjesna stvarnog svijeta. Kada se probudi, um postaje aktivan i tek tada postaje svjestan vanjskog svijeta. To svakodnevno iskustvo jasno pokazuje da Jastvo živi u tijelu samo kao svjedok, a ovaj svijet dolazi u egzistenciju (postojanje) samo posredstvom uma, i nije ništa drugo nego njegova projekcija. Kontrolom uma ti ćeš kontrolirati čitav univerzum.

Swami Narayanananda

## BOG I UNIVERZUM

Gylling, petak, 18.6.1971.

Bog i univerzum koegzistiraju kao sunce i svjetlo. Svjetlo ne može egzistirati bez sunca, a sunce s druge strane nema smisla bez svjetla. Isto tako i univerzum ne može egzistirati bez Boga, a Bog opet nema smisla bez univerzuma.

Bog je Vječan, Beskonačan, Sveprostirući, Svemoćan i Ocean Svijesti Sam po Sebi. Ima sve moći, sve mogućnosti i samo je Jedan. On je Uzrok svih uzroka, Snaga svih snaga, bez početka i bez kraja. On je Samopostojanje. On je bio, jest i bit će uvijek isti bez promjene. On nije sastavljen.

Bog, budući da je Subjekt svih subjekata, ne može nikada biti objektiviziran. Spoznati znači objektivizirati stvar i takva stvar postaje ograničena i konačna. Bog je neograničen i stoga ne može biti spoznat. S druge strane, Bog ti je više nego znan. Zapravo, On je tvoje unutarnje Biće, tvoje vlastito Jastvo, tako, koji dokaz još želiš za potvrdu svog postojanja? Nikakav dokaz nije potreban. Ti znaš da postojiš. Tada, tko si ti? Spoznaj svoju Istinsku Prirodu. Ti nisi tijelo, ni osjetila, ni um, ni intelekt, itd. Ti si Jastvo, Svijest koja daje život i svjetlo tvome umu.

Ti si zaboravio svoju Istinsku Prirodu zahvaljujući nečistoćama svog uma. Um se onečišćava mnogobrojnim željama i grijesima. Recimo na primjer da sjediš na obali jezera i tvoj odraz pada na površinu vode. Ako je voda čista, bez valova na površini, vidjet ćeš svoj odraz. Ako je voda mutna, puna mjehurića i valova, nećeš moći vidjeti svoj odraz na površini vode. Vodu možemo usporediti s umom, mutnu vodu s grijesima, a mjehuriće i valove s bezbrojnim željama. Te stvari uzrok su tvog zaboravljanja vlastite Istinske Prirode.

Ono što se podrazumijeva pod Sadhanom čišćenje je uma oslobođanjem od prošlih grijeha i napuštanje svih želja. Kada um tvoj postane čist i slobodan od želja on ponovno stječe svoju iskonsku čistoću i Jastvo u tebi sja u svoj svojoj slavi. To se zove Samadhi ili poznavanje svoje Istinske Prirode ili vraćanje natrag Izvoru.

Swami Narayanananda

## BESKONAČNOST

Gylling, nedjelja, 20.6.1971.

Beskonačnost je bez početka, bez sredine i bez kraja. Može postojati samo jedna Beskonačnost. Kad bi postojale dvije jedna bi ograničavala drugu i bile bi konačne. Beskonačnosti se ne može dodati niti oduzeti čak niti jedan atom. Kada bi to bilo moguće, tada bi beskonačnost postala ograničena, a ograničena stvar je konačna. Dakle, riječ "stvaranje" (kreacija) je pogrešna. Kreacija pretpostavlja kreatora i kreiranu stvar ili biće. To nam također nameće ideju o nečemu što dolazi ni iz čega, a to je apsurdna ideja. Nešto nikada ne može nastati ni iz čega. Ako netko kaže da je Bog kreirao ovaj univerzum on ograničava Neograničeno. Bog postaje konačan i tada ideja o Božjoj Sveprostirućoj (sveprisutnoj) Svijesti nema smisla (značenja). Ako je Bog ili Beskonačnost pun i samo Jedan, kako On onda i iz čega može stvarati? Kad je čitav prostor pun, kad se ne može ništa dodati ili oduzeti, stvaranje nije moguće. Riječ "kreacija" samo ograničava neograničeno i čini Boga konačnim i ograničenim. Na taj način i Beskonačnost postaje konačna i ograničena.

Bog, budući da je Ocean Svijesti Sam po Sebi sa svim moćima i svim mogućnostima, projicira scenu, te se pojavljuje, nestaje i opet se pojavljuje. To je jedna vječna igra.

Swami Narayanananda

Najviša Istina je samo Jedna. Zove se Bog. On je zajedničko vlasništvo svih bića. Unutarnje biće u svakom stvorenju je Bog. Zato niti jedna religija, kasta, vjera, spol ili nacija ne može imati isključivo pravo na Njega. Onaj koji živi istinskim životom i radi na spoznaji Istine, postići će Ju.

*Država, Obrazovanje i Religija:*

Cilj jedne idealne države je da učini svoje stanovnike mirnima, naprednima i sretnima. Pravo obrazovanje i religija imaju iste te ciljeve, stoga država, obrazovanje i religija nisu potpuno odvojene strukture i ne bi se smjele boriti jedna protiv druge. One bi se trebale upotpunjavati i pomoći čovječanstvu.

*Istočna i Zapadna kultura i svjetski mir:*

Danas na svijetu postoje dvije velike kulture. Istočna i Zapadna. Istočna kultura značajna je zbog religije i filozofije, dok je Zapadna kultura najzaslužnija za znanost i materijalno dostignuće. Kao što je danas vidljivo, ove dvije kulture postale su jednostrane i tu je pogriješka. Istok je zanemario materijalnu, a Zapad duhovnu stranu. Za mir i prosperitet nacija apsolutno je potrebna kombinacija tih dviju velikih kultura. – Odgovorni ljudi svih nacija moraju učiniti iskreni napor da to i postignu. Samo tako mogu stvoriti stvarni mir na ovom svijetu.

*Celibat ili Brahmacharya:*

Nema građevine bez temelja, a niti duhovnog napretka bez celibata. Bez savršenog celibata nema Brahma-Jnane, odnosno Mudrosti, Znanja o Sebi (Jastvu) ili postignuća Samadhija. Tako dugo dok Kundalini Shakti ostaje u najnižem centru – Muladhara Chakri – mogući su seksualni užici, no kada se Kundalini Shakti digne iznad srčanog centra (Anahate Chakre) osoba je mrtva za seks, a kada se Shakti podigne do Sahasrare (centra u glavi) osoba postiže Samadhi. Bez dovođenja Kundalini Shakti do centra u glavi, Samadhi, Mudrost ili Samo-realizacija je nemoguća. Kada Shakti ostaje u najnižem centru (Muladhari) dominira Tamo-Guna i u takvoj osobi prevladava velika želja za hranom, spavanjem i seksom. Zato je većina ljudi tako zaposlena i uronjena u uživanju ovih triju glavnih stvari.

Swami Narayanananda

## MILOSRĐE

Gylling, srijeda, 23.6.1971.

Postoje tri vrste milosrđa. Dati ogladnjelom čovjeku hranu i tako mu spasiti život, pomoći bolesnom čovjeku, sagraditi ustanove za socijalnu pomoć, itd., dobro je utrošen pošteno zarađeni novac. Više od toga je dati nekome svjetovno znanje. Pretpostavi da daš 10.000. gladujućoj porodici - to će biti pomoć za samo nekoliko dana, i ako osoba nije mudra, novac će zlorabiti. S druge strane, ako utrošiš tih 10.000. da čovjeku daš dobro obrazovanje, pomoći ćeš mu za čitav život. Dakle, ova je pomoć veća od prve. Najviša vrsta milosrđa je da se čovjeku pomogne ovdje u ovom i u onom životu, dajući mu duhovno obrazovanje. To će lako učiniti Sadhaka (duhovni aspirant) živeći čist, svet i jednostavan život samopožrtvovnosti i Brahmacharye (celibata). Samo pogled na takav sveti život inspirira stotine i tisuće ljudi i pomaže im da postignu realizaciju Boga. Tako Sadhaka i Samorealizirani čovjek daju najvišu vrstu milosrđa. Svjetovni ljudi mogu davati prva dva oblika milosrđa, dok treću vrstu milosrđa mogu dati samo Sadhake i Siddhasi (savršeni ljudi koji su realizirali Boga).

Swami Narayanananda

## PORUKA

Gylling, 06.6.1975.

Gdje je neznanje blaženstvo, glupo je biti mudar. Ne bacaj biserje pred svinje. Ipak, moramo nešto učiniti da i svinje podignemo. Pomozi čovjeku na stupnju na kojem se on nalazi. Pomoći, a nikad odmoći, mora biti naš moto.

Moderno obrazovanje, pa i civilizacija svijeta, otišli su u krivom smjeru. Greška je u jednostranosti i gubitku cilja života. – Bilo koja količina osjetilnih zadovoljstva bez kontrole uma neće nikad čovjeka učiniti sretnim. Ta zadovoljstva pružaju samo trenutačno zadovoljstvo i čovjeka čine još bjednijim. Basnoslovno bogatstvo također neće čovjeka učiniti sretnim. S druge strane, čovjek bez da išta posjeduje bit će sretan ako kontrolira um. U to smo se uvjerali. Takozvana sloboda udovoljavanja hirovima svog nečistog uma bez ikakve kontrole zapravo nije sloboda. To nije ništa drugo nego apsolutno ropstvo. Postoji potiskivanje, a postoji i kontrola. Riječ kontrola je zaboravljena. Potiskivati snažnu emociju je loše, ali ako je kontroliramo na ispravan način to je vrlo dobro i korisno. To će pomoći čovjeku da bude sve jači i jači.

Već do tada seksualno opčinjenom svijetu, njemački seksolog "Freud" dao je potpunu slobodu što se tiče seksa. Ta seksualna filozofija i poruka tog seks-proroka širi se čitavim svijetom kao podivljala vatra. Ako je kontrola seksualnih uživanja uzrokom ludila i drugih bolesti, onda u današnjem svijetu, gdje seks ima potpunu slobodu, uopće ne bi trebalo biti ludih ljudi. Međutim, kako lako muškarac ili žena, mladić ili djevojka, polude kada ne mogu obuzdati ili kontrolirati snažnu emociju! Lijek za sva ova zla je kontrola uma. Nema pravog mira bez kontrole uma.

Seksualna energija je najveća moć uma i tijela. Kada se ta energija obuzda i stavi pod kontrolu, razvija se u veliku mentalnu snagu koja se zove Ojas Shakti. Za višu duhovnu evoluciju, kontrola seksualne energije (Brahmacharya) je apsolutno potrebna. Čak i da se samo postigne dobro zdravlje, seksualni život mora biti dobro reguliran. Spreman sam dokazati ovu činjenicu i prihvaćam izazov iz bilo kojeg kraja svijeta.

Država, obrazovanje i religija imaju zajedničku, istu svrhu da čovjeka učine naprednim, mirnim i sretnim. Jednu idealnu državu mogli bi usporediti s čednom i poštenom majkom, a obrazovanje i religiju s dvije nevine kćeri. Zovem ih nevinima, jer te dvije strukture zaista treba držati čistima i neukaljanim. Za stvarni napredak nacija, sve ove tri strukture moraju kooperirati i ispravno funkcionirati.

Tragedija je što većini ljudi nije samo ispran mozak, nego je i sastrugan. Lažnom propagandom kroz novine, radio, televiziju i kina, ti ljudi su manipulirani, bespomoćni i zaglupljeni. Izgubili su moć vlastitog mišljenja i mnogi od njih su spali natrag na nivo života meduze iz Darwinove teorije. Život bez kontrole uma zaista je pakao, dok je čovjek koji kontrolira svoj um i osjetila već u nebu (raju). Zaista, pakao i raj samo su u umu.

Swami Narayananda

Um je vrlo suptilna sila koja u svojoj pozadini ima Svijest. On zna što radi. Metak ispaljen iz pištolja također proizvodi silu. Međutim, ta je sila slijepa i ispaljeni metak ne zna što radi.

Um djeluje u moždanom centru kao intelekt, volja, ego, itd. Um nije mozak niti Svijest. Mozak možemo usporediti s radio-prijemnikom sa svim njegovim kompliciranim mehanizmima. Um može biti uspoređen s električnošću, a Duša ili Jastvo ili Svijest, s električnim dinamikom. Dakle, mozak nije um, a um nije Svijest. Te tri stvari potpuno su različite, ali u isto vrijeme su vrlo tijesno povezane jedna s drugom. Mozak ne može funkcionirati bez uma, a um ne može postojati bez Svijesti.

Um djeluje u moždanom centru i spoznaje svijet imena i formi putem očiju. Razlikuje ugodne i neugodne mirise putem nosa. Zvuk čuje kroz uši, okus doživljava putem jezika, a dodir pomoću kože i živčanih završetaka. Um sam po sebi ne može iskusiti ništa bez osjetila, a osjetila sama po sebi ne mogu spoznati univerzum bez uma, a um opet ne može egzistirati ni djelovati bez Svijesti.

Swami Narayananda

# **TEMELJI UNIVERZALNE RELIGIJE**

Naslov originala:

"The Basis of Universal Religion"

Prvi prijevod: Paolo Brajković

Drugi prijevod: Kristina Tavra - Paramešvari

Lektor: Ana Anić



## 1. TEMELJI UNIVERZALNE RELIGIJE

Beskonačnost nema početka, nema sredine i nema kraja. Stvar koja ima početak, mora također imati i kraj. Takva stvar postaje ograničena i konačna. Beskonačnost je Sveprožimajuća, Samopostojeća. To je Ocean Svijesti Sam po Sebi.

Samo jedna Beskonačnost može postojati. Da su dvije, jedna bi ograničavala drugu i tako bi obje postale konačne.

Vječnost je Krajnja Istina, ali su joj dana različita imena kao: Brahman, Apsolut, Bog, Vrhovna Sila, Vrhovna Moć, itd. Imena se razlikuju, ali Beskonačnost je jedna i ista. U Beskonačnosti ne može biti ni povećanja ni smanjenja čak ni za atom. Sam pojam promjene je apsurdan. Jer stvar koja se mijenja je samo ograničena i konačna.

Riječ "kreacija" pogrešno je upotrebljavana riječ, jer ona sadrži u sebi pojam o kreatoru odvojenom od kreiranih stvari ili bića, a to je nelogično i apsurdno. Kad postoji samo jedna Beskonačnost koja je puna, savršena i Sveprožimajuća, ne može biti stvorene stvari ili stvorenog bića odvojenog od Nje. Ponovno, pojam kreacije označava ideju da je nešto proizašlo ni iz čega, što je također nelogično. Kao što je rečeno, u Beskonačnosti ni atom ne može biti nadodan ili oduzet. Da je to moguće učiniti, Beskonačnost bi postala ograničena i konačna. Tako riječ "kreacija" nameće ograničenje na neograničenu Beskonačnost. Jer, ako je stvoritelj odvojen od stvorenja, oni ograničavaju jedan drugog i Vječnost se pretvara u nešto ograničeno i konačno.

Na primjer, uzmimo sunce. Sunce i njegovo svjetlo koegzistiraju i sasvim su neodvojivi jedno od drugog. Slično koegzistiraju Bog i univerzum. Nikad nije bilo vremena kad univerzum nije postojao i nikad neće biti vremena kad će univerzum prestati postojati. Kad bi se takva stvar dogodila, Vječnost bi izgubila svoje specijalne karakteristike i postala bi ograničena i konačna. Nastajanje univerzuma u određeno vrijeme i njegovo rastvaranje je ograničavanje Beskonačnosti. Evolucija i involucija su vječna igra u Vječnosti. Ako gledamo površinu oceana, vidimo bezbroj mjehurića i valova u konstantnoj igri. Neki već postoje, neki se podižu, a neki se rastvaraju u vodi oceana. Slično je konstantno nastajanje bezbrojnih Sunčevih sustava, zajedno s njihovim planetima. Neki nastavljaju život, dok se drugi rastvaraju u komadiće Vječnosti. Nastajanje bezbrojnih Sunčevih sustava, njihovo trajanje i uništenje konstantno se odvijaju u Vječnosti. U toj trostrukoj funkciji, suma ukupne korištene energije u Vječnosti uvijek ostaje ista.

Kao što sveprožimajuća para, postajući hladnija i hladnija, poprima formu oblaka, vode, leda, itd., tako se moć Božja (Shakti) pojavljuje (razvija) kao Duh, um i materija i kao pojavni univerzum. Para se pretvara u led, a led, kad se topi i hlapi, postaje ponovno para. Isto tako se evolucija i involucija univerzuma nastavlja vječno u Beskonačnosti, bez ijednog gubitka, povećanja ili smanjenja energije. Tako je i suma cjelokupne Energije korištene u Vječnosti, u evoluciji i involuciji univerzuma, uvijek ista.

Kao što je pojedina zraka svjetla suncu, tako je individualno biće Bogu. U stvari, zraka sunčevog svjetla nema odvojenog postojanja od sunca i individualnost bića nema odvojeno postojanje od Boga ili Vječnosti. Kad bi odvojena individualnost ili stvar postojala uz Boga, tada bi Bog ili Vječnost bio ograničen i konačan. U stvarnosti, dakle, postoji samo jedna Apsolutna Egzistencija koja se može doživjeti u stanju Nirvikalpa Samadhija.

Stanje Nirvikalpa Samadhija osposobljava čovjeka da se vrati natrag svom Izvoru. Primijenjen proces je isti kao onaj koji se može zamisliti kod vraćanja zrake svjetla suncu. Kad ta zraka svjetla dostigne sunce, ona realizira postojanje samo jednog sunca, dok je u neznanju toliko dugo mislila da je odvojena od sunca i od milijardi drugih zraka. Isto tako, kad čovjek dostigne Nirvikalpa Samadhi vidi jedinstvo u različitosti univerzuma. Tada on vidi samo jednu stvar - Ocean Svijesti Sam po Sebi iza svih imena i formi univerzuma.

Kao što se pojedina zraka sunčeva svjetla, iako zrači od sunca i jedino njemu duguje vlastito postojanje, pojavljuje kao da ima svoju vlastitu individualnost odvojenu od sunca, tako i jedna individua u neznanju i zaboravljajući Boga, svoj Izvor, zamišlja da ima odvojeno postojanje u univerzumu.

U vječnom procesu evolucije i involucije, Božja se Moć (Brahman Shakti) prvo manifestira kao dvije sile – pozitivna i negativna. Te dvije suprotne sile se dalje pojavljuju kao Duh, um i materija, te kao pozitivne i negativne električne struje (pražnjenja), kao parovi suprotnosti, kao dobro i zlo, bol i zadovoljstvo, toplo i hladno, i na kraju kao muške i ženske vrste. Te dvije sile (pozitivna i negativna), privlače jedna drugu. Postoji jako uska veza između pozitivnih i negativnih električnih struja i eferentnih i aferentnih nervnih struja u tijelu. U stvari, eferentne i aferentne nervne struje nisu ništa drugo već negativne i pozitivne minijaturne struje. Iste pozitivne i negativne električne struje, koje djeluju u atomu, pojavljuju se kao elektroni i protoni. Nuklearni centar atoma nije ništa drugo nego Jastvo ili Svijest atoma.

U živom tijelu bića, Jastvo živi samo kao svjedok. Život ili Svijest može biti bez uma, kao što je slučaj u stanju dubokog sna i u mineralima i biljkama, ali um nikad ne može biti bez Jastva ili Svijesti. To jasno dokazuje da su Jastvo ili Svijest i um dvije različite stvari. Od tih, um je samo instrument Jastva, koji mu daje život i svjetlo. Um ne može postojati bez Jastva. Zamislimo, na primjer, da jedna zraka svjetla, polazeći od sunca, pada na ogledalo koje ju reflektira. Ta refleksija pada na vodenu površinu ribnjaka koja opet reflektira sićušni lik sunca. Ako je voda ribnjaka čista, mirna, bez i jednog vala, vidjet ćemo jasan lik sunca. Ako je voda ribnjaka polu-čista, a njegova površina neravna s malim valovima, moći ćemo tu i tamo vidjeti sliku, ali ne vrlo jasno. Ali ako je voda jako prljava i uskomešana s velikim valovima, lik sunca nam postaje potpuno nevidljiv, iako reflektirana zraka i dalje pada na vodenu površinu. Sunce se može usporediti s Apsolutom, zraka svjetla koja pada na ogledalo s individualnom Svijesti ili Duhom, a tri vrste vode s čistim, polu-čistim i nečistim umom. Kao što čista i mirna površina vode ribnjaka reflektira lik sunca i održava vezu zrake svjetla od površine vode do ogledala i od ogledala do sunca neoslabljenom, tako čisti um (Sattva-um) zadržava svoju povezanost s Jastvom ili Duhom i Apsolutom. Kada um dostigne tu vrstu

čistoće, postiže se Samadhi i mudrost najviše vrste (Vijnana). Kao što polu-čista voda ponekad reflektira lik sunca, tako polu-čisti um (Rajas-um) ponekad reflektira ili osjeća postojanje Apsoluta; kao što nečista voda uskomešana valovima ne reflektira lik sunca, tako nečist um (Tamas-um) ne reflektira niti osjeća postojanje Apsoluta.

Um je sve. Dobro uvježban i dobro discipliniran um djeluje kao najbliži i najdraži prijatelj. Suprotno tome, loše uvježban i nečist um djeluje kao neprijatelj i može iznevjeriti u svako doba. Um postaje nečist kroz želje, a želje se provlače u umu s ego idejom. Ako se kontrolira um, kontrolira se sudbina.

Postoji uska povezanost između makrokozmosa i mikrokozmosa. Što je vidljivo u makrokozmosu, nalazi se također i u mikrokozmosu. Tijelo jedne individue se može usporediti s carstvom, Jastvo s carem, a um s premijerom. Jastvo daje svu vladalačku moć umu, a um je taj koji vlada nad moćnim carstvom tijela. Jastvo živi u tijelu samo kao svjedok. Njegovo mjesto je duhovni srčani centar na desnoj strani grudi. Pretpostavimo da čovjek ide spavati s osjećajem intenzivne radosti ili boli. Za vrijeme besanog spavanja čovjek potpuno zaboravi bilo radost, bilo bol. Kako da to objasnimo? U stanju dubokog sna, život u tijelu, disanje, otkucaji srca, cirkulacija krvi, itd. normalno se nastavlja. Ipak, čovjek ne osjeća ni bol ni zadovoljstvo. Taj nedostatak iskustva za vrijeme dubokog sna posljedica je odsutnosti uma iz moždanog centra. To jasno pokazuje da su um i Jastvo ili Svijest dvije različite stvari, da Svijest ili Jastvo ostaje u tijelu samo kao svjedok i da nikakvo iskustvo nije moguće bez uma. Kako u stanju dubokog sna um ostaje momentalno uronjen s Jastvom u duhovnom srčanom centru, čovjek nije svjestan ni zadovoljstva ni bilo kakvog čulnog nadražaja.

Ono što je Apsolut ili Ocean Svijesti univerzumu (makrokozmos), to je Jastvo mikrokozmosu. Prijestolnica mikrokozmosa je moždani centar. Um i mozak su dvije različite stvari, a ne jedno te isto kako mnogi izjavljuju u neznanju. Um je suptilna sila koja ima Svijest u svojoj pozadini i djeluje u moždanom centru, dok je mozak gruba tvar s delikatnim i kompliciranim mehanizmom. Um ne može djelovati sam po sebi bez Jastva. Mozak sam po sebi ne može djelovati i spoznati nešto bez pomoći moždanog centra i pet suptilnih i pet grubih osjetila. U stvari, um je samo instrument Jastva, a Jastvo poznaje univerzum kroz njegov instrument, um. Um ne može poznavati vanjski svijet bez moždanog centra i pet suptilnih i pet grubih osjetila.

Ego je uzrok želje, a kad se želja razvije, ona postaje misao, misao postaje uzrok djelovanja u obliku govora, tjelesnih pokreta ili oboje. U budnom stanju, osjetila drže um širom budnim i na taj način se rasipaju moći uma. Kao što mjehurići i valovi uznemiruju mirnu vodenu površinu jezera, tako i želje i misli uznemiruju spokojno stanje uma. Tako su te želje i misli uzrok nečistoće i vezanosti individue.

Jastvo (Atman) je uvijek čisto, savršeno i slobodno. Nije ničim vezano. Pojmovi o slobodi i zarobljenosti su samo u umu. Čisti um vodi k slobodi, a nečist um vuče čovjeka prema dolje u ropstvo i bijedu. Sa svrhom pročišćenja i kontrole uma primjenjuju se različite metode. Krug može imati samo jedno središte, ma kolika da mu je veličina, ali od njega možemo povući bezbroj radijusa. Svi radijusi, počevši od obujma, imaju zajedničko mjesto susreta, središte

kruga. Ovdje se središte kruga može usporediti s Apsolutom, a radijusi s različitim putovima spasenja ili religijama svijeta. Cilj i kraj svih religija je realizirati Krajnju Istinu.

Iako su sva živa bića jedno po vrsti, ona se jako razlikuju po rastu, ukusu i temperamentu. putovi spasenja za individue se razlikuju u skladu s njihovim ukusima i tendencijama. Bilo koji put da se odabere, ono što je najvažnije jest iskrenost svrhe i naporan rad. Široko rečeno, um ima četiri glavne funkcije: voljnu funkciju, osjećanje, mišljenje i koncentraciju. Sve druge sposobnosti ili sklonosti uma su podvrgnute tima četirima glavnim funkcijama. Iako su sve četiri funkcije u umu, nisu sve jednako razvijene kod svih ljudskih bića. Kod većine muškaraca i žena jedna od tih sposobnosti prevladava nad ostalim. Svatko si odabire put u skladu s prevladavajućom funkcijom svoga uma. Ti putovi su Karma Yoga, Bhakti Yoga, Jnana Yoga i Raja Yoga. Sve religije svijeta mogu biti svrstane u jednu od tih Yoga ili Putova.

Moralni i etički zakoni ponašanja zajednički su svim religijama svijeta. Istinski rečeno, pravila Yame i Niyame ili moralni i etički zakoni dobrog ponašanja sam su temelj na kojem počiva cijela struktura religije.

Što sijemo u obliku želja, misli i djela, to i žanjemo u svoje vrijeme. Mi smo ono što su od nas učinile naše prošle misli, želje i djela. Naše buduće blagostanje ili bijeda u potpunosti ovise o našim sadašnjim željama, mislima i djelima. Svaki uzrok ima neku posljedicu i svaka akcija ima reakciju. Odatle proizlazi da nitko ne može izbjeći plodove vlastitih reakcija. Ako si dobar, ljubazan i uljudan prema drugima, čeka te ogroman dobitak. Ako si neljubazan i zao prema drugima, ako potkradaš i ranjavaš druge, ranjavaš samoga sebe i taj grijeh postaje uzrokom tvoje patnje i bijede u dogledno vrijeme.

Bez striktnog pridržavanja moralnog i etičkog zakona ponašanja, kontrola uma i postignuće Samadhija je nemoguće. Bez kontrole uma, stvarni mir i blaženstvo nikada se ne mogu postići.

Bogat, moćan čovjek može udariti i ozlijediti siromašnog, bespomoćnog čovjeka bez razloga i još uz pomoć svog novca i utjecaja može izbjeći kaznu. Ali to izbjegnuće, trebalo bi biti znano, je samo privremeno, jer postoji jaka stvar zvana misaona sila. Jadan, bespomoćan čovjek, iako nije u poziciji da se otvoreno osveti, osjeća ozljedu, uvredu i poniženje prilično snažno, te proklinje bogatog čovjeka iz dna srca. Te kletve iz jezgre njegovog srca zahuktavaju se i u svoje vrijeme ranjavaju bogatog čovjeka. Kad takav čovjek nastavlja činiti zla djela, kletve mnogih ljudi dolaze uskoro u akciju i stvore jako moćnog čovjeka koji se osvećuje bogatom čovjeku čak i za trivijalne događaje. Pored toga, zle i grješne želje, misli i djela, čine um takvog čovjeka jako nemirnim i on ne može nikada uživati mir uma. Jer je tu stvar koja je nazvana glas savjesti. Kad čovjek planira napraviti zlo djelo, nečist um ga tjera na grijeh, ali unutarnji glas mu govori da to ne čini. Tu dolazi do sukoba, do borbe za prevlast. Za vrijeme sukoba, ako razlučujuća sposobnost uma zakaže u svom pravilnom funkcioniranju, čovjek djeluje pogrešno i čini grješno djelo. S druge strane, ako razluči pravilno, um uviđa grijeh koje to djelo nosi u sebi. Kad god čovjek počini grješno djelo, čak i tajno, ono u sebi nosi reakciju. Jer Chitta (uma tvar) drži zapisanu svaku želju, misao, djelo

nekog bića. Ništa nije izgubljeno i ništa ne ostaje, a da ne ostavi impresiju u Chitti. Te impresije, dobre ili loše, proizvode učinke: onaj koji čini loše pati, dok činilac dobrih djela uživa. Te prošle impresije daju plod i one su uzrok bijede ili radosti bića. Nemir i patnje koje vidimo u univerzumu rezultat su prošlih ljudskih grijeha. Grješan čovjek ne može nikada imati miran um. Nemiran čovjek ne može kontrolirati svoj um, niti prakticirati koncentraciju.

Tako, pravila Yame i Niyame (sva pravila etičkih i moralnih normi ponašanja) su temeljna početna točka, temelj religije i filozofije. Ako želiš biti uspješan u kontroliranju uma i uživati mir i blaženstvo, pokušaj živjeti čist i svet život. Zараđuj svoju plaću na pošten način. Nikad ne jedi stvari zarađene varanjem. Takva hrana je zaprljana ljudskom krvlju i upropastit će te.

## 2. UVODNI KORACI PREMA KONTROLI UMA

1. Drži se istine mišlju, riječju i djelom.
2. Nikad ne gaji laž u mislima, govoru i akciji.
3. Provodi Brahmacharyu (celibat) u mislima, riječima i djelima.
4. Govori malo, ali slatko i ljubazno.
5. Pokušaj ustati rano ujutro (između 3 i 6) i praktimirati Mantra Jap i meditaciju.
6. Provodi kontrolu nad hranom i pićem. Odredi količinu hrane i vrijeme za jelo. Nikad ne prepuni želudac. Kada jedeš, uvijek napuni pola želuca s hranom i prilozima, četvrtinu s vodom, a preostala četvrtina neka bude za slobodan prolaz zraka. To je pravilan način uzimanja hrane u skladu s pravilima Yoge.
7. Izbjegavaj obilnu hranu, previše začinjenu hranu i sve vrste hrane koje nisu lako probavljive. Neprobavljanje i loš želudac uzroci su mnogih bolesti, a s lošim zdravljem teško je kontrolirati um.
8. Hrana i piće trebali bi potpuno ovisiti o vremenu, klimi, te njihovoj pogodnosti nečijoj konstituciji i koristi postignutoj s njima.
9. Prakticiraj Yoga Asane ujutro i druge fizičke vježbe navečer.
10. Uvijek drži utrobu (crijeva) otvorenom. To će ti pomoći u mnogočemu, fizički i mentalno.
11. Načini si vremenski notes da dobro iskoristiš svoje vrijeme. Potpuno zaposli um redovnom i sistematskom dnevnom rutinom posla.
12. Uvijek čitaj dobre knjige i Spise i kreći se među ljudima dobrog i čistog karaktera.
13. Izbjegavaj zlo društvo i tračanje.
14. Istraži um, bdij nad umom i nađi njegove slabosti i nedostatke, obuzdaj ga, ispravi greške i stavi ga na pravi put.
15. Kada se zla i grešna misao pojavi u umu, pokušaj je izbaciti donošenjem u svijest odgovarajuće dobre misli.
16. Uvijek budi vođen visokim idealima i gaji velike nade.
17. Uvijek budi brz u akciji. Nikad ne zanemari svoju dužnost (poduzeti posao).
18. Nikad ne daj oduška svojim emocionalnim osjećajima. Uvijek osjećaj kao gospodar, ali nikad kao sluga. (Osjećati nešto prema drugima je dobro, ali gledaj da budeš

gospodar svojih osjećaja i da te ne nadvladaju i učine te njihovim robom. Ako si rob svojih osjećaja, to će te učiniti jako bijednim.)

19. Budi ljubazan prema onima u nevolji, budi od pomoći potrebitima, raduj se s radosnima i budi indiferentan prema zlima, ali nikad ne mrzi nikoga. Jer, mrziti znači sudjelovati u grijesima omraženog.
20. Uvijek misli na Boga (Apsolut) i nastoj fiksirati um na Njegovu moć i slavu. Pođi na počinak s imenom Božjim na usnama i čim se probudiš, pomisli prvo na Boga. Um je jako suptilna sila bez vlastitog oblika. On projicira misaonu formu u moždani centar i živi u njoj. Što misliš, to i postaješ.
21. Uvijek razmišljaj o svojim prošlim dobrim djelima, a nikad o grijesima i promašajima. Razmišljanjem o svojim grijesima i pogreškama ti nesvjesno daješ lošu impresiju umu i Chitti (umnoj tvari) i na taj način toneš sve niže i niže.
22. Uvijek nastoj činiti sve najbolje što možeš. Budi iskren prema svom vlastitom Jastvu i svijet će biti iskren prema tebi.
23. Uvijek prakticiraj kontrolu nad svojim željama i ostani veseo.
24. Dopustiti strasti da vlada je jednako samoubojstvu.
25. Neka svaki čovjek učini od sebe ono što druge uči da budu.
26. Same velike riječi ne čine čovjeka svetim i čestitim; jedino život u vrlinama čini nekoga dragim Bogu.
27. Daj dobru volju i psihičku (mentalnu) ljubaznost svima, ali životnu privrženost ne daj nikome osim Bogu.
28. Čovjek prolazi, ali Krajnja Istina ostaje zauvijek.
29. Fizička ljepota i snaga gube se starenjem, ali duhovna ljepota i snaga se povećavaju.
30. Kontrolirati i obuzdati osjetila, čak i za kratko vrijeme, je dobitak prema Vječnosti.
31. Izgradnja je teška, ali destrukcija je lagana. Životno duga borba i dostignuće se prekidaju s nekoliko minuta nepažnje i indolencije – budi na straži i uvijek budi budan.
32. Taština vezuje dok čistoća i poniznost vode čovjeka ka Oslobođenju.
33. Istina je Gospod univerzuma, a tražioc Istine uvijek je nasljednik tog moćnog carstva.
34. Mir je rezultat vrline, a mentalni nemir je rezultat grijeha.
35. Izvorna ljubav je neprivrženost. Požuda nije ljubav. Ljubav oslobađa, dok požuda veže. Čista ljubav ne zna za strah, mržnju i trampu. Ona uvijek daje.

36. Suoči se s đavlom. Suoči se sa svakom teškoćom i nesrećom muški, kako one dolaze, i put će biti jasan u svoj svojoj duljini.
37. Za početnika je bolje da se pokori nego da vlada. Sigurnije je čuti i primiti savjet nego ga dati.
38. Od svih zala na svijetu, tjelesna želja je najbolnija.
39. Iskreni napori i iskrene molitve čine da napor bude blagoslovljen s uspjehom. Mlaki osjećaji i molitve pomažu jedino da prođe vrijeme bez uspjeha.
40. Učini danas ono što bi trebao učiniti sutra. Učini upravo sada ono što si mislio učiniti nakon nekog vremena. Jer, smrt neće čekati da vidi da li si napravio svoj posao ili ne. Ako čekaš da dođe vrijeme, to vrijeme nikad neće doći. Mnogi se poskliznu između čaše i usana.
41. Traži istinski mir, ne u osjetilima, nego u kontroli osjetila; ne u muškarcu ili ženi, nego u Istini.
42. Nema praznika u moralnom životu. Vječna opreznost i neprekidna aktivnost su sama bit moralnog života (života Dharme ili Božanskog života).
43. U svakom radu nalazi se dobit, dok pust, isprazan razgovor naginje jedino k osiromašenju - pod svaku cijenu izbjegavaj tračanje.
44. Istina i ljubav čuvaju čovjeka; prijevara i seksualni užici ga razaraju.
45. Nikada ne počini preljub. Ako si oženjen, pokušaj voditi dobro reguliran seksualni život. Ako si neoženjen, održavaj striktan celibat (Brahmacharyu), jer su um, seksualna energija, moć volje, intelekt i Kundalini Shakti (centralna tjelesna moć) jako usko međusobno povezani. Da bi se kontrolirao um, mora se također kontrolirati i seksualna energija. Kundalini Shakti je ta koja, dok boravi u nižim centrima, uzrokuje seksualna uzbuđenja i potiče različite spolne žlijezde da luče sekrete i kod muškaraca i kod žena; Kundalini Shakti je ta koja izlazi van putem orgazma. Uzrok nervnih struja je Kundalini Shakti. Medicinska znanost je otkrila postojanje i rad nervnih struja, ali još uvijek nije otkrila generator tih struja. Ona naziva kralježnicu i moždani centar njihovim generatorima, što je zabluda. Seksualna energija najveća je moć tijela i uma. Kroz orgazam iscrpljuju se nervne struje iz moždanog centra i cijelog tijela. Tamo gdje je preobilje seksualnih užitaka, postaje se žrtvom različitih vrsta bolesti (neuroze, nervna oboljenja, drhtanje glave i ruku, otežana probava, itd.), prerane starosti i smrti.
  - 1) Jer svaka snažna emocija čini da generator nervnih struja radi i cirkulira nervne struje na abnormalan način. Taj abnormalan način rada nervnih struja djeluje na srce i pluća čineći i njihov rad abnormalnim, proizvodi kemijske promjene u sistemu i uništava milijune krvnih tjelešaca, te tako izaziva bolest.



- 2) Svaki seksualni užitak (orgazam) lišava sistem njegovih nervnih struja. Orgazam započinje u moždanom centru i crpi živčanu energiju ili živčane struje iz raznih dijelova tijela, pa čak i iz koštane srži i izlazi kroz muške i ženske spolne organe. Kad je to iscrpljivanje svakodnevno prisutno u tijelu, ono podliježe bolesti.
- 3) Za svako mentalno ili fizičko djelovanje potrebna je određena količina nervnih struja ili energije. Kad se uslijed seksualnog uživanja događa velik gubitak energije, tjelesne i umne funkcije ne dobivaju odgovarajuću opskrbu nervnom energijom, a rezultat toga su tjelesne bolesti i smanjenje mentalne sposobnosti također.
- 4) Obilje seksualnih užitaka uzrokuje veliki gubitak nervne energije i na taj način moć volje i memorija postaju jako slabi dok intelekt postaje jako tup.
- 5) Suvišak ili nedostatak nervnih struja u bilo kojem dijelu tijela uzrokuje bolest. Yogiji liječe bolest razmještanjem nervnih struja ravnomjerno po cijelom tijelu. Znamo da, kad nema opskrbe nervnim strujama u bilo kojem dijelu tijela, taj dio postaje neaktivan i neosjetljiv, usprkos cirkulaciji krvi u tom dijelu tijela. To jasno pokazuje važnost i neophodnost nervnih struja u tijelu i potrebu za njihovim brižnim očuvanjem. To je učenje i cilj Brahmacharye.
- 6) Generator nervnih struja u odraslom čovjeku je anus-centar kojeg su Yogiji nazivali Muladhara Chakrom. Sama Kundalini Shakti je uzrok nervnih struja, a ona svih dvadeset i četiri sata djeluje u Muladhara Chakri bez ikakvog odmora i prekida te cirkulira nervne struje. Kako je već rečeno, Shakti je ta koja donosi seksualne želje i potiče različite spolne žlijezde da luče sekrete. To je dio te Shakti koja putem orgazma izlazi van. Tamo gdje je prisutno nenormalno seksualno uživanje generator gubi snagu, a prisutan je i gubitak nervnih struja kroz anus i spolne organe. Moždani centar, različita osjetila i tijelo u tom slučaju ne dobivaju potrebnu opskrbu nervnim strujama, a njihova je nesposobnost obavljanja normalnih funkcija, opet, uzrok bolesti.

Ovih nekoliko gore navedenih točaka jasno pokazuju apsolutnu neophodnost održavanja striktnog celibata (Brahmacharye) u svrhu višeg mentalnog razvoja, i dobro reguliranog seksualnog života radi dobrog mentalnog i tjelesnog zdravlja.

Što se toga tiče, toliko razvijena biologija počinila je najveću štetu ljudskom rodu, dajući slobodu u seksualnosti tom već seksualno iživljenom svijetu. Kao rezultat tog pogrešnog usmjerenja u ime nauke, ljudska bića postala su gora od životinja, pa čak i od beznačajnih insekata. Takozvani racionalni seksolozi i biolozi, ne poznajući tajne Brahmacharye, njenog utjecaja i povezanosti s umom, intelektom, voljom i Kundalini Shakti te seksualne sublimacije, učinili su, i još uvijek čine, veliku štetu ljudskom rodu. Činjenica jest da se bez provođenja savršene Brahmacharye ne može nikada postići Samadhi. U tom pogledu dajem izazov vodećim seksolozima i biolozima da opovrgnu gore navedene činjenice. Sada je krajnje vrijeme da isprave grješke i pomognu čovječanstvu. Tih nekoliko točaka o celibatu

pišem nakon što sam proživio dug životni period od 62 godine u celibatu i učinio prisne eksperimente u domeni Duha i uma i došao licem u lice s Istinom. Tako, najprije živi čist i svet život. Provodi sve moralne i etičke zakone dobrog vladanja i paralelno prakticiraj kontrolu uma.

### 3. KONTROLA UMA

(Moja knjiga "Tajne kontrole uma" u detalje obrađuje ovaj predmet, a ovdje ću se na njega samo osvrnuti.)

Običan um ne može misliti o Vječnosti ili Apsolutu u Njegovom bezobličnom aspektu jer ime i oblik, misao i objekt misli, uvijek idu jedno s drugim. Um ne može shvatiti nešto bez projiciranja suptilne slike zamišljene ili imenovane stvari u moždanom centru. Simboli su zato postali uobičajeni u praksi kontrole uma. Drugo, um se lako koncentrira na stvar koju netko najviše voli. Tako, da bi se stekla koncentracija koristi se Mantra. Mantra je ime Apsoluta i ona je velika moć. Da bi se uklonile brojne želje, osnažuje se jedna želja stalnim prisjećanjem Mantre. Zajedno s Mantrom, uzeta je i određena forma da se um fiksira na nju. Kad um postane čist i jednousmjeren i dostigne Samadhi, ime (Mantra) i forma (simbol) automatski nestaju i um utone u Beskonačnost (veliku prazninu). Jedino u stanju Samadhija može se iskusiti bezoblični aspekt Apsoluta.

Riječ "Om" može se koristiti kao univerzalna Mantra. "Om" je nazvan Maha Bija Mantra (Maha = velik, Bija = sjeme ili korijen, Mantra = posvećena riječ). "Om" je uzrok svih zvukova i riječi. Ako uopće i postoji neka riječ koja može stajati za Apsolut ili Vječnost i objasniti Njene mnogostruke moći, onda je to ta jedna riječ "Om". Ustvari, sve vedske Mantre počinju i završavaju s "Om". "Om" je također nazvan jednosložnom riječju. Ta riječ "Om" nije skovana riječ. To je prirodni ili svemirski zvuk kojeg je čuo Yogijski um. Kad Sadhaka (duhovni aspirant) postigne duhovni napredak, kad stekne čistoću tijela, Nadija (živaca) i uma i kada se Kundalini Shakti podigne djelomično ili potpuno do srčanog centra, može se čuti Anahata zvuk "Om". Tako je Mantra "Om" rođeno pravo svakog muškarca i žene i kao takvu ne je može prisvojiti nijedan čovjek, nijedna religija, nijedna nacija, nijedna sekta, nijedan spol. Ta je Mantra univerzalna, vrlo je korisna i može se koristiti kao zajednička Mantra univerzalne religije.

Kao što je već rečeno, Apsolut ili Vječnost je bezoblična. Taj bezoblični aspekt može se razumjeti u stanju Nirvikalpa Samadhija. Izvan tog stanja (stanja Nirvikalpa Samadhija) život znači poimanje dvojnosti i ne može se misliti ni o čemu bez mentalnog projiciranja forme misaonog objekta. Tako, kada se koristi riječ "Om" projicira se mentalna forma, gruba ili suptilna, u skladu s razumijevanjem ili predodžbom o značenju riječi. Kada duhovni aspirant postigne napredak i kad se Kundalini Shakti djelomično ili potpuno podigne do srčanog centra, zajedno sa slušanjem različitih zvukova vide se (mentalno ili drugačije) različite vizije u formi munje, mnoštva vatrenih plamenova, vatrene lopte svjetlećeg mjeseca ili sveprožimajućeg srebrnog svjetla, itd. Kao takvo, svjetlo u obliku izlazećeg sunca (plamena) može se koristiti kao simbol predstavljanja forme "Om" za vrijeme meditacije. Kao i Mantra "Om", simbol svjetla može se koristiti kao simbol univerzalne religije. Također, nijedna religija, nijedan čovjek, nijedna sekta i nijedan spol ne može si prisvojiti apsolutno pravo na taj simbol svjetla. On je rođeno pravo svakog muškarca i žene.

#### 4. KAKO MEDITIRATI

U čistom stanju tijela i uma, sjedni uspravno, licem okrenut ka istoku ili sjeveru. Pošalji dobre misli. Reci: "Neka sva bića žive u miru i sreći zauvijek". Pošalji te misli na istok, zapad, sjever, jug, gore i dolje, sa svom iskrenošću. Zatim reci: "Om Shanti, Om Shanti, Om Shanti". Zamisli lotos s osam latica u srčanom centru, tj. u području srčane duplje. U središtu procvalog lotosa zamisli svjetlo u obliku izlazećeg sunca. Zatim zamisli da to svjetlo predstavlja Vrhovni Bitak tvog vlastitog Atmana, a također i "Om" (sve kao jedno). Kreni ponavljajući mentalno "Om" i nastoj fiksirati um na svjetlo i ukoliko je moguće, stopi sve to na navedenom mjestu. Kad pokušaš meditirati i koncentrirati um na jednu stvar, npr. svjetlo, uvidjet ćeš svoju poteškoću. Vidjet ćeš da um ne stoji ni sekundu na jednoj točki. On skače s jednog objekta na drugi i s jedne misli na drugu. Vidjevši tu promjenu i brojne misli koje u brzom slijedu odlaze i dolaze, neki smiješni i površni ljudi izjavili su da je nemoguće kontrolirati um. Ali to, recimo to tako, nije ništa drugo nego velika glupost. Ono što treba učiniti jest skupiti neograničeno strpljenje i ustrajnost. Neka misli dođu i odu - ne pridaj im nikakvu pažnju. Nastavi ponavljati "Om" i pokušaj dovesti um u određenu točku (simbol svjetla). Za to se vrijeme ne napreži i ne brini, čak i ako se pojavljuju loše misli. Često se znaju pojaviti najvulgarnije misli baš za vrijeme meditacije. Postoji čvrst razlog za to. Svako duboko promišljanje znači nesvjesno napadanje Chitte (umne tvari). U Chitti ostaju sve impresije bezbrojnih prošlih želja i misli u njihovom uzročnom stanju. One nisu samo od

ovog rođenja, nego i od eona i eona prošlih rođenja. Te prošle impresije podižu se do moždanog centara za vrijeme meditacije i uzrokuju gore navedena uznemirenja.

Ako uzmeš posudu s jako prljavom vodom i ostaviš tu posudu jedan dan u kutu sobe, vidjet ćeš da se voda razbistrila na površini. Ali ako uskomešaš vodu, sedimenti s dna opet će se podignuti i sva će voda opet postati mutna. Ali, ako procijediš vodu nekoliko puta kroz komad tkanine i voda postane bistra onda se, čak i ako uskomešaš vodu nakon dan ili dva, voda neće zamutiti. Na sličan način, ponavljanje "Om"-a i konstantno okretanje uma ka simbolu (objektu meditacije) svjetla jedan je lagani proces pročišćavanja uma i Chitte. Nastavi svoju meditaciju redovito i sistematski, najmanje dva puta dnevno, tj. ujutro i navečer. Ako si iskren u svom radu, vidjet ćeš određene promjene u umu, tj. um postaje stabilan i sklonost lutanju postaje sve manja i manja. Stjecanjem čistoće uma, možeš uživati mir i blaženstvo.

Za početak meditiraj bar pola sata do sat u jednom sjedenju. Kad osjetiš zadovoljstvo i snagu, polako povećavaj vrijeme do tri sata u jednom sjedenju. Oni koji mogu pronaći vremena i koji žele brze rezultate moraju sjesti u meditaciju najmanje četiri puta dnevno, tj. ujutro, u podne, navečer i u ponoć. Ako se, odvojeno od sati za meditaciju, može ponavljati Mantra u slobodno vrijeme i za vrijeme obavljanja bilo kakvog fizičkog posla, to će u mnogočemu pomoći osobi, a ta će navika pridonijeti i meditaciji.

Om Shanti! Shanti!! Shanti!!!