

SMIRAJ I MILINA PROSVJETLJENJA

Swami Brahmajñanananda

U Maha Yoga Centru (MYC) vodimo intenzivne meditativne radionice kao što je Intenziv svjesnosti, Intenziv prosvjetljenja, Intenziv samospoznaje, Intenziv bogoaktualizacije (realizacije čiste svijesti) i sl. Svima njima je osnovna svrha ubrzati put ljudskog bića prema njegovom krajnjem/vrhovnom cilju. Razni ljudi definirat će taj cilj različitim riječima; navodim samo par primjera: oslobođenje (od ograničenja, od iluzije, od patnje), jedinstvo s apsolutom-istinom-bogom, svenadilazeća svijest (svijest koja nadilazi besani san, sanjanje i fizičku budnost), prosvjetljenje (samadhi)...

Koje su vaše životne vrijednosti? Drugim riječima, u što ulažete svoja sredstva, životnu energiju i napore? Čemu posvećujete najviše pažnje, vremena i novca? Što vas privlači u stvarima, pojmovima i osobama? Koji su vaši uzvišeni ciljevi, i vaš najviši konačni cilj? Što danas činite za dobrobit drugih i vlastitu dobrobit? Kad netko postigne vrhovno-krajnje-najviše stanje bića, ljudi povezani s njim se osjećaju bolje i razumiju više samim tim što on postoji. Prosvjetljeni pojedinac samim svojim postojanjem čini život slađim, boljim i vrednijim življenja.

Vrhovna/krajnja realnost je vječna istina; nepromjenjiva je (stalno ista) i postoji sama po sebi, neovisno o tome što čovjek vjeruje, misli, osjeća i opaža putem uma i osjetila. Najviša/najdublja realnost je apsolutna istina koja sjaji svojom vlastitom svjetlošću, a ne posuđenom/reflektiranom svjesnošću. Iskustvena spoznaja vječne istine upija pojedinca u božansku milinu, nadosobnu svijest, supramentalni sjaj i nepomućeni smiraj koji nadilazi svaku patnju i svaki raj.

U ovaj članak o prosvjetljenju uključio sam i prepravljeni kratki tekst o prosvjetljenju koji je napisao Yogešwar Muni, a odnosi se na dijadne meditativne intenzive čiji je cilj prosvjetljenje. Prosvjetljenje je nedualno stanje svijesti, u kojem nema iluzornog razgraničenja između promatrača i promatranog. Prosvjetljenje je iznad sumnje i sigurnosti te iznad drugih parova suprotnosti koji sačinjavaju um. U prosvjetljenju nema ograničenog "ja", nego ste supersvjesni bez osjećaja sebe.

PROSVJETLJENJE doslovno znači osvijetliti nešto, tako da pojedinac toga može biti svjestan. Prosvjetljenje je direktno doživljavanje istine o vama, drugim ljudskim bićima, svepostojanju, Bogu... U slučaju kontemplacije o tome tko ste vi i što ste vi, prosvjetljenje je direktno iskustvo vaše prave prirode na najvišem i najistinitijem nivou. Ovakvo iskustvo većina pojedinaca postiže na našim meditativnim intenzivima za svega jedan dan.

Svijest neposredno svjesna svijesti je prosvjetljenje. U kontekstu ove definicije prosvjetljenja, neposredno znači direktno, izravno, bez posrednika, bez fizičkih i psihičkih procesa. Prema tome, NE osjetilnom percepcijom (gledanjem, itd.), prisjećanjem, razmišljanjem, vjerovanjem, odlučivanjem, filozofiranjem, osjećanjem ili bilo kojim indirektnim-zaobilaznim-posrednim putem.

Hrpa želja, misli i zamisli u vašem umu je poput mnoštva oblaka na duhovnom nebu. Zavjesa fizičkog opažanja, zavjesa emocionalnog svidanja/atrakcije i odbojnosti/averzije i zavjesa umovanja zastiru vam neposredno viđenje istinske stvarnosti. Najviša istina vam postaje otkrivena tek kad zaboravite tijelo (fizičke stvari) i um (spletove misli u koje ste

se zapleli) te proniknete kroz mentalnu prazninu u božansku istinu. Ono što nadilazi materiju (fizički svijet) i umovanje je božansko. Prosvjetljenje je nadumno otkrivenje božanskog savršenstva.

DOBROBITI SUDJELOVANJA NA INTENZIVU

Prednosti sudjelovanja na našim intenzivima neposrednog iskustva istine su mnogobrojne i raznovrsne. Neke koristi rezultat su neposrednog iskustva istine, dok se druge koristi javljaju nezavisno o tome jeste li doživjeli izravno iskustvo istine ili niste. Ako ste prošli kroz naš meditativni intenziv, napišite nam izvještaj/izvješće o rezultatima. Ovo su neke od najčešćih dobrobiti koje su prijavili oni koji su imali sreće da sudjeluju na nekom od naših meditativnih intenziva:

Postizanjem prosvjetljenja ili direktnog vlastitog iskustva apsolutne stvarnosti izbrisan je privid razgraničenja između subjekta i objekta te individua doživljava jedinstvo sa svepostojanjem. Umjesto pukog intelektualiziranja te umjesto suhoparnog i nepotpunog/djelomičnog iskustva, ona doživljava puninu života. Individua doživljava veću čistoću, jasnoću, lakoću, spontanost i kreativnost. Pojedinao otkriva/osvještava svoje osnovne duboko ukorijenjene traume (kao što je trauma rođenja), oslobađa se nepoželjnog emocionalnog naboja i prestaje biti zaglavljen u umu (subjektivnom univerzumu).

Duhovni život samospoznatog/samorealiziranog pojedinca postaje stvaran i autentičan. Probudeni pojedinac oplemenjuje svoju osobnost, svoj život i svoju sudbinu. On ima više slobode da djeluje iz istinskog sebe te veću sposobnost da bude sam svoj u svim aspektima života, umjesto da reagira na vanjske podražaje poput mašine. To rezultira pojednostavljenjem stila življenja i povećanom sposobnošću suosjećanja/empatije. Pojedinao uživa više čiste radosti, dubokog ispunjenja, duševnog zadovoljstva i blaženog mira (spokojne miline).

Prosvijetljeni pojedinac postaje slobodan od utjecaja prošlosti i iščekivanja budućnosti te biva integriran u Ono što nadilazi ego. Povećava se pojedinčeva sposobnost nesebične ljubavi i sposobnost povezivanja s drugima na dublji način. Odnosi s drugima se poboljšavaju na temeljnoj razini, jer pojedinac postaje bolji slušatelj, ima više povjerenja u istinsku prirodu drugih ljudskih bića, otvoreniji je prema svenadilazećem nadfizičkom supramentalnom biću i predaniji je istini-bogu-savršenstvu.

Prosvijetljena individua ima razvijenu sposobnost da se sabere i da ostane sabrana dulje vrijeme. Sposobnost mentalne koncentracije je ključna moć jer kroz nju možemo probuditi sve psihičke moći. Stalna prisutnost svijesti o tome što je nepromjenjiva srž našeg bića (tko smo mi zaista) postaje stalna referentna točka iz koje prolazi cijeli naš život. Spašeni ste kad kroz tihovanje (mentalnu tišinu, smiraj duha) dopustite sebi da nadidete vlastita ograničenja i prestanete robovati zamislama/idejama "ja" i "moje".

ULOGA PROSVJETLJENJA U ŽIVOTU:

Da biste postigli prosvjetljenje ne morate pripadati nijednoj posebnoj organizaciji (društvenom ustroju) niti trebate pristupiti nekoj specifičnoj vjeroispovjesti. Na intenzivima vas ne etiketiramo kroz vašu pripadnost nekoj kasti (društvenom staležu), rasi, naciji, političkoj stranci, državizmu i slično. Ako ste član neke vjerske skupine, prosvjetljenje može samo potvrditi ono što je istinito u vašoj religiji. A ono što je nestvarno-nerealno-neistinito ionako ne postoji čak ni sada dok vam se pričinja.

Čovjek egzistira na Zemlji dugo godina i uspio je opstati zahvaljujući vrlo malom broju prosvjetljenih ljudi. Većina ljudi prožive cijeli svoj život a da ne dosegnu neposredno iskustvo sebe. Raditi nešto, ili ne raditi ništa, velika je radost, ako ste to vi, istinski vi, koji to radite (ili ne radite).

Radost se sastoji u svjesnom svladavanju barijera na putu ka vlastitom životnom cilju. Ključna stvar je da čovjek mora djelovati/raditi na savladavanju barijera iz dubine svog bića, a ne njegova ličnost/personalnost, ili nešto drugo s čime je sebe pobrkao. Ako ste svjesni, kroz direktno iskustvo, tko ste i što ste, vi možete djelovati direktno iz sebe.

Bivajući iznad sumnje i sigurnosti, vi govorite sa stvarnim/istinskim autoritetom, a niste samo prenositelj naučenih informacija. Um pretrpan naštrebanim podacima je veo koji vam zaklanja vječnu istinu. Um prepun predrasuda (unaprijed stvorenih ideja o tome što je istina) je zastor iluzije koji vam prikriva apsolutnu realnost.

METODE ZA POSTIZANJE PROSVJETLJENJA

Većina tehnika koje su u prošlosti korištene u kršćanstvu, zenu itd. koristile su metodu izolacije (napuštanje svjetovne sredine) radi postizanja prosvjetljenja. Povlačenje i izdvajanje iz svakodnevnog života pokazalo se djelotvornom metodom. Međutim, takav pristup ipak nije od velike koristi zato što većini osoba, kad se vrate u svakodnevni život, stanje prosvjetljenja ostane samo u sjećanju. Izuzetak je bio samo onaj sretni učenik koji je imao dovoljnu podršku i kontakt sa svojim duhovnim učiteljem.

U doticaju sa osobama koje spavaju u neznanju, duhovni aspiranti koji nisu u kontaktu sa samospoznatim/bogoaktualiziranim spiritualnim učiteljem jednostavno "ispadnu/skliznu" iz vječne istine (stanja prosvjetljenja) u iluziju materijalne stvarnosti. Zato se na našim meditativnim intenzivima kod aspiranata koji još nemaju duboka i stabilna spiritualna postignuća koristi tehnika iznošenja/priopćavanja. Kroz stalnu interakciju s drugim svjesnim bićem, i zahvaljujući potpunom saopćavanju rezultata nastojanja da doživi samog sebe ili predmet meditacije, ubrzava se kod aspiranta-početnika proces dostizanja prosvjetljenja.

Meditativni intenzivi (naše radionice spiritualne elevacije) pod vodstvom samorealiziranog majstora pomažu vam da nadiđete sebe (ego) budući da osiguravaju optimalnu podršku majstora prosvjetljenja i drugih sudionika intenziva. Pojedinaac lakše zadržava svoje stanje povišene svijesti jer je ono dostignuto tijekom kontakta s drugim ljudima. Na taj način on je istovremeno i u životu i izvan/iznad života, a u svakodnevnom životu je njegova prosvjetljena prisutnost korisna neprosvjetljenima (svjetovnim ljudima). U kojoj mjeri će prisutnost prosvjetljenog pojedinca duhovno uzdići druga ljudska bića ovisno je o njihovom afinitetu prema božanskom (prema najvišoj istini) te o stupnju receptivnosti-prijemčivosti-otvorenosti svake pojedine individue.

DEFINICIJA SVJESNOSTI

Prosvjetljenje je samoodnosna svijest bez ikakvih razgraničenja i omeđenja. Prosvjetljenje je čista svijest izravno svjesna čiste svijesti. Prosvjetljenje je bezgranična svijest neposredno svjesna bezgranične svijesti. Prosvjetljenje je otkrivenje nedjeljive čiste svijesti koja transcendirira relativnu svjesnost. Svjestanost je stanje međusobne razmjene između pojedinaca, a prosvjetljenje je direktno SVJESNO iskustvo istine.

Nečije prosvjetljenje zahtijeva potvrdu sadguru (prosvjetljenog gurua, istinskog spiritualnog učitelja, majstorskog duhovnog učitelja). Prema Yogešvaru Muniju, da bi

netko postao svjestan svoje vlastite istinske prirode on je mora iznijeti te iskazati sebe drugoj osobi. U trenutku kad je odlučio da drugoj osobi saopći sebe onakvim kakav stvarno jest, on postaje svjestan sebe. Ako, međutim, saopćava nešto drugo, a ne istinskog sebe, on postaje svjestan toga: ličnosti/osobnosti, misli, stanja bića ili nečeg drugog s čime se je poistovjetio.

PROCES IDENTIFIKACIJE I DEZIDENTIFIKACIJE

Svjesno i namjerno zauzimanje optimalnih identiteta omogućava ljudskom biću djelotvorno ostvarenje životnih ciljeva. Nepoželjni identiteti vezani su uz naša (samo)ograničavajuća vjerovanja, traumatska iskustva i sl. Identifikacija je nesvjesno poistovjećivanje s nečim što vi zapravo niste.

Nenamjernim poistovjećivanjem sebe s nekim stanjem bića, vi niste gospodar nego ste žrtva tog stanja. Čovjek nije svjestan toga što je i tko je pa onda pogrešno počinje sebe smatrati tijelom, mozgom, imenom ili drugim stvarima kojima su ga naučili, zaključivši da je to on sam, ili osjetivši da on to mora biti da bi uspostavio odnos s drugim ljudima.

Nastojeći otvoreno prenijeti drugima neku poruku o sebi i pretrpjevši pritom neuspjeh, pojedinac pokušava prenijeti tu poruku na neizravne-posredne-zaobilazne načine pa se nehotice poistovjećuje s nečim što on nije. Ovaj pristup je bezuspješan i pogoršava osnovni problem jer dovodi do toga da pojedinac zaboravlja izvornu poruku (pravog Sebe) umjesto da osvještava pojedinca i povećava njegovu sposobnost da poruku prenese izravno.

Možda vi uopće niste čovjek? Dobro je da posumnjate u sve svoje predrasude (unaprijed stvorene ideje, neprovjerena vjerovanja) o tome tko ste vi i koja je vaša istinska priroda. Posumnjajte u vjerovanje da ste vi nekakvo odvojeno/zasebno biće koje je smješteno "sada-i-ovdje". Testirajte svoja vjerovanja; ako su istinita izdržat će probu yoga-meditacije.

Dok se čovjek nesvjesno poistovjećuje s činiteljem i promatračem, njegova je svjesnost ograničena konceptom/zamišlju "ja" (ego). Osoba pati sve dok vjeruje da je jedno malo "ja" (limitirana svjesnost) umjesto da bude svjesna sebe kao sveopće svijesti, bezgraničnog nesupstancijalnog/nadfizičkog JAstva cjelokupnog postojanja.

Proces dezidentifikacije odvija se vrlo brzo ako individua – kada postane svjesna toga što ona smatra da jest – iskaže to drugoj svjesnoj individui. Ako je to s čime se ona poistovjetila u osnovi neistinito, ono će otpasti i iščeznuti do stupnja do kojeg je to razumjela druga osoba. Sadguru može razumjeti kroz što prolazite jer je i sam morao proći kroz svakojake vrste iskustava da bi postigao ostvarenje/realizaciju Boga.

Princip odvajanja i iščezavanja neistine kroz saopćavanje sebe drugoj individui te bivanja shvaćenim od strane te druge individue (u smislu da je ona razumjela što ste joj iznijeli-priopćili-iskomunicirali) djelotvorno ubrzava vaš napredak u nastojanjima da postignete prosvjetljenje. Neprekidnim prezentiranjem sebe drugom pojedincu i njegovim razumijevanjem ideje za idejom stvari s kojima se učesnik dijadnog meditativnog intenziva pogrešno poistovjećivao, sudionik naših intenziva se dezidentificira od svih tih stvari.

Identificirajući se s mislima i emocijama stvaramo sebi patnju. Jedno je kada jednostavno osjetite tugu, a drugo je kada ste zaglavljani u identitetu "ja sam žalosna osoba". U prvom slučaju ste svjesni da osjećate emociju koja je prolazno

stanje, a u drugom slučaju se poistovjećujete s tugom i čini vam se da je identitet "tužne osoba" vaša priroda, da je to fiksno stanje.

Da bismo razriješili svoje psihološke probleme, bitno je da se oslobodimo nesvjesne zaglavljenosti u identitete. Ego ili lažno "ja" nastaje procesom identifikacije i u temelju/osnovi je svakog identiteta. Spiritualni razvoj podrazumijeva osvještavanje vaše zaglavljenosti u određenom stanju bića, deidentifikaciju (prepoznavanja da vi niste nijedan od vaših identiteta) i postupno otkrivanje vašeg istinskog bića.

ŠTO JE POTREBNO ZA DOSTIZANJE PROSVJETLJENJA?

Što ne smijete činiti i što je neophodno učiniti da biste se probudili iz ove pseudostvarnosti? Nemojte sanjati (umišljati) da ste probuđeni/prosvijetljeni, nego potražite društvo istinski prosvijetljenog. Trebali biste zanemariti distrakcije i odustati od samosabotaža kao što su dugotrajno odgađanje spiritualnih praksi bitnih za vaš duhovni razvoj: "Nemam za to vremena; ostavit ću to za neki drugi put." Recimo, morate li meditirati o banci za međunarodna poravnanja i multinacionalnim pljačkaškim korporacijama koje preko vlastodržaca isisavaju novac iz tobože suverenih država? Pustite Stvoritelja da svakome dade prema zaslugama. Bog će poboljšati vaše okolnosti tek kad vi poboljšate stanje svog uma/duha.

Da biste se uzdigli u viša stanja bića pročistite svoje tijelo, svoje nadije (suptilne živce) i svoj um. Otpustite brige barem za vrijeme meditacije. Pustite sve misli i budite bezbrižni. Za istinsko oslobođenje potrebna vam je umjerena prehrana uravnoteženom sattvičkom hranom, ispravno/dharmičko ponašanje, gorljiva aspiracija prema vječnoj istini, otvorenost za sveuključujući svenadilazeći apsolut, yoga-kontemplacija i bezmisaona meditacija (tihovanje), brahmačarya (preusmjeravanje seksualne energije u više psihoenergetske centre i prebivanje u nadosjetilnom i supramentalnom stanju bića), te predanost sveopćem Biću (svudaprisutnom Jastvu).

Naše intenzivne meditativne radionice skraćuju vrijeme potrebno za postizanje prosvjetljenja. Da bi se prosvjetljenje postiglo u kratkom roku neophodna je puna koncentracija pažnje (sabranost pozornosti), prikladan koan (zagonetka na koju ne postoji racionalan odgovor), točno strukturirana vježba/tehnika prosvjetljenja, majstorski učitelj (sadguru, sat guru, istinski spiritualni učitelj), odgovarajuća dijeta i suplementi (kvalitetni dodaci prehrani), optimalan dnevni raspored i vrlo pažljiv savjestan (pošten, etički, ispravan, fer) odnos prema drugima.

Postoje osobe kojima ne savjetujemo sudjelovanje na našim intenzivnim meditativnim povlačenjima/radionicama. Osobe sa oštećenjima mozga i teškom shizofrenijom treba izdvojiti i uputiti ih odgovarajućem stručnjaku. Drugi težak slučaj predstavlja čovjek koji osjeća da ne zaslužuje biti prosvijetljen. Njemu se pomaže tako što ga se hrabri da bude pažljiv, koliko god može, prema drugim učesnicima. Primjerice, kad je na njemu red da promatra i sluša svoje partnere za vrijeme dijadnih vježbi prosvjetljenja, on se hrabri da bude budan i da razumije druge koliko god može. Ovakvo ponašanje postupno rastvara njegov osjećaj krivnje i tako povećava njegove šanse da postigne prosvjetljenje.

PRIKLADNA ZADAĆA/ZADATAK

Kao vodič koji usmjerava čovjekovu sposobnost ka "objektu" prosvjetljenja najčešće se koristi koan poput "Tko sam ja", "Što sam ja" i "Odakle ja?". Koan je "pitanje" koje

meditant postavlja samom sebi, a na koje razum nema pravi odgovor. Koan je zagonetka koja pomaže aspirantu koji traga za istinom da transcendirati ograničenja svog razuma. Ovaj provjereni koan probija se kroz tisuće mogućih područja neplodne kontemplacije i usmjerava napore pojedinca pravo ka njegovom istinskom biću. Kakva korist od toga da znamo bilo što ako još uvijek ne znamo da smo nerazdjeljiva čista svijest koja je osnova-temelj-suština svega?

Bolje jedan jedini dan proveden u moćnoj težnji za samoprosvjetljenjem (otkrivenjem vlastite istinske prirode), nego tisuću dana provedenih bez odlučne težnje/aspiracije. Za samo jedan dan ili jedan vikend ispravnog meditiranja vjerojatno nećete uspjeti integrirati u svoj život istinu božanskog sunca u punom sjaju te cijeli svoj život u puninu istine. Usvojiti ćete samo poneku iskru ili zraku tog sunca, i to će vas trenutačno ispuniti.

Prosvjetljenje se postiže u jednom bezvremenom bljesku svevremenosti.

Koliko smiraja i miline/blaženstva možete podnijeti, a da vam nije previše? Ako ste se navikli na tamnu tamnicu materije, možda osjećate da niste spremni za prenapli izlazak na svjetlo dana? Za početak, mogli biste se otvoriti barem za iskricu božanskog svjetla. Nemojte odlagati bitne stvari; ako biste prosperirali jako sporo, splasnula bi vam motivacija za vaš uzvišeni cilj. Pravo vrijeme da krenete stazom samospoznaje i bogoaktualizacije je upravo sada.

Najviši nivo svjesnosti je nivo bez nivoa, u kojem su objedinjeni svi nivoi. To je prosvjetljenje, to je bezdimenzionalna svedimenzionalnost. To je čista svijest koja nadilazi podjele na unutra i izvan, na više i niže, na grubo i suptilno, itd. Prosvjetljenje nije samo mentalno oslobođenje, nego puno više od toga. Prosvjetljenje podrazumijeva povratak Šakti (božanske Majke, dinamičkog aspekta Boga) nepokretnom-nepromjenjivom-statičnom Svevišnjem prazvoru (nepomućenoj čistoj svijesti).

STRUKTURA VJEŽBI PROSVJETLJENJA

Izvorna snaga tehnike prosvjetljenja proizlazi iz osnovne pokretačke snage života – povezivanja. Važan faktor u tradicionalnim metodama dostizanja prosvjetljenja bio je kontakt, međusobni utjecaj između učitelja i njegovih učenika. Ključ je u povezivanju jednog ljudskog bića s drugim. Kao što je rekao Isus Krist: "Gdje su dvoje ili troje okupljeni u Moje ime, tu sam Ja među njima..."

Na dijadnom meditativnom intenzivu grupa zainteresiranih ljudi raspoređena je u parove. U svakom paru jedna osoba daje komandu drugoj da, naredbu da osjeti objekt svoje meditacije nastojeći ga doživjeti neposredno (bez procesa). Primjerice: *Osjeti svoje "ja" / Osjeti što "ja" nije*. U spomenutom primjeru individua koja se povinuje komandama naizmjenice pokušava stvarno doživjeti tko/što jest ona i što ona nije.

Na klasičnom intenzivu prosvjetljenja pojedinac se neprekidno "drži svog pitanja" ostajući stalno otvoren na mogućnost da doživi sebe ili drugo ljudsko biće ili nešto treće na što meditira. Oči su mu zatvorene dok meditira, a otvorene dok komunicira. Učesnik meditativnog intenziva govori svom partneru, što je moguće potpunije i jasnije, što se dogodilo u njegovoj svijesti kao rezultat držanja pažnje na koanu/zagonetki.

U isto vrijeme, poslije postavljanja naredbe, drugi partner drži sve vrijeme punu pažnju na partneru koji pokušava doživjeti sebe ili neki drugi predmet meditacije. Kad meditant govori (da bi isporučio rezultate prethodne meditacije), njegov partner nastoji razumjeti što više od onoga što mu meditant govori, a da on sam ne kaže ništa. On eventualno može upitati "Pojasni mi to" u slučaju da nije uspio shvatiti što mu je partner htio saopćiti.

Kada je meditant koji je nastojao doživjeti sebe, ili neki drugi predmet svoje meditacije, završio s iznošenjem onoga čega je postao svjestan, on nastavlja s pokušajima izravnog doživljavanja.

"Pasivni" partner je onaj koji drži pažnju na "aktivnom" partneru dok on kontemplira i koji bez komentara sluša rezultate njegove kontemplacije dok on komunicira. Ovisno o vrsti dijadnog intenziva, ovo naizmjenično kontempliranje i komuniciranje aktivnog partnera traje pet do deset minuta. Zatim se pasivni partner zahvali aktivnome i onda se uloge promijene, tj. aktivni partner postaje pasivni, i daje komandu. Radeći s jednim partnerom tijekom 40 minuta napravit ćete 4 do 8 ovakvih izmjena, a onda ćete si odabrati novog partnera.

Prednosti rada sa partnerom su sljedeće:

1. Intenzivni međusobni utjecaj i iščekivanje odgovora/rezultata pomažu čovjeku da se drži svog zadatka nastojeći doživjeti predmet meditacije. Početnik koji nastoji meditirati bez podrške majstora meditacije i grupne atmosfere je u nezavidnoj/lošoj situaciji.
2. Kada meditant meditira na sebe, komunicirajući ono što nije a s čim se poistovjetio, te stvari iščezavaju do stupnja do kojeg su primljene i shvaćene od drugog pojedinca. Neistina iščezava kada se prezentira drugome; istina ostaje. Na ovaj način, priopćavanjem partneru svega onoga što se događa kao rezultat držanja koana/zagonetke u polju svijesti (u žarištu pažnje), pojedinčeva duševna zbrka nestaje.
3. Rad u dijadama je bitan za samospoznaju: "Tko si Ti?" i "Što si Ti?" Samo prezentiranjem sebe drugom ljudskom biću nečija svjesnost o Sebi može rasti. Nema svjesnosti bez našeg odnosa/povezivanja. Osjetite svoju istinsku prirodu (istinu o Sebi) i prezentirajte je drugima. Zatim otkrijte tko/što je drugo ljudsko biće i potvrdite Mu to.
4. Stabilnost iskustva prosvjetljenja određena je stupnjem do kojeg pojedinac može prezentirati istinskog sebe i do kojeg jest saopćio istinskog sebe drugome. Struktura vježbi/tehnika na intenzivima direktnog iskustva istine daje osnovni okvir za najbolje povezivanje, koje brzo dovodi do dubokog iskustva prosvjetljenja.

Uz rad u parovima/dijadama, na meditativnim intenzivima također prakticiramo solo meditacije pod vodstvom majstora intenziva. Vođene solo-meditacije sačinjavaju tek manji dio u vremenskom rasporedu intenziva namijenjenog početnicima. Naravno, održavamo i tečaje na kojima poučavamo raznovrsne forme samostalne meditacije, i na tim tečajevima nema nikakvog rada u parovima. Kada srce govori srcu, nema više potrebe za riječima.

U Maha Yoga Centru imamo i napredne meditativne intenzive s minimum dijadnog rada te intenzive na kojima uopće nema rada u parovima. Ovi meditativni intenzivi su za napredne spiritualne aspirante kojima solo-meditacija nije pokušaj bijega od suočavanja s drugim ljudskim bićima, nego instrument nadosjetilnog i supramentalnog povezivanja s Onkrajem koji nadilazi njihovu osobnost. Materijalisti negiraju sve ono što ne mogu percipirati fizičkim osjetilima, i instrumentima koji su produžeci njihovih osjetila, pa njihov duh postaje slijep za sve što odbijaju vidjeti.

Oni spiritualni aspiranti koji imaju jaku nadfizičku povezanost sa svojim spiritualnim učiteljem i više vole carstvo Svevišnjeg Boga (nadfizičku i nadosobnu realnost) nego ovaj svijet iluzije/materije, zreli su za meditaciju u osami (fizičkoj izolaciji). Civilizirana društva poštovala/respektirala su i podržavala takve duhovne aspirante. Aspirant koji tihuje u osami s umom/duhom upijenim u božansku stvarnost vredniji je za opću dobrobit društva od vladajućih političara, proračunatih bankara, egocentričnih zakonodavaca, profesionalnih sportaša, materijalističkih znanstvenika, itd. Naravno, naše manifestirane/očitovane prirode se razlikuju pa nemaju svi ljudi istovjetne dužnosti. Svatko je velik na svom vlastitom mjestu pa su i loši/zločesti ljudi potrebni da odigraju svoje uloge u poretku/ustrojstvu omniverzuma.

ULOGA MAJSTORSKOG UČITELJA:

Vi oblikujete mentalne i fizičke navike, a onda vaše navike formiraju vas. Postajemo robovi naših misaonih navika, naših uvjerenja, naših obrazaca u ponašanju... Kada osvijestimo naše navike, uviđamo potrebu da neodgovarajuće navike promijenimo nabolje. Kada popravimo naše navike, popravlja se i naša sudbina. Da bi nadišli vlastita ograničenja i pobijedili svoje slabosti potrebna nam je samodisciplina, a da bismo stekli nadprosječnu samodisciplinu moramo prihvatiti vanjsku podršku. Svatko koga susrećemo može nas nečemu naučiti, ali nije svatko samospoznati duhovni učitelj (sadguru).

Majstor koji vodi meditativni intenziv naglašava da je cilj ovakvih intenziva prosvjetljenje. Mnogi ljudi ne dolaze na Intenzive s namjerom da postignu prosvjetljenje, nego zbog nekih nižerazrednih motiva. Primjerice, neki dođu samo da bi udovoljili svojoj znatiželji/radoznalosti, neki se osjećaju osamljeno i žele upoznati nove ljude, neki dođu da bi "pokupili" meditativnu tehniku i vodili je za druge (pa kasnije pokušavaju imitirati majstora prosvjetljenja koji vodi ovakve intenzive), neki žele neobična zabavna iskustva, neki žele razviti čudesne psihičke moći, itd.

Zbog činjenice da je duboko prosvjetljen, majstor prosvjetljenja ima apsolutnu sigurnost da može dovesti učesnike intenziva do prosvjetljenja. On se posvećuje drugima i uspješan je u vođenju učesnika kroz razne krizne barijere do prosvjetljenja. On pomaže tako što stvara povoljnu sredinu, atmosferu u kojoj postoji velika vjerojatnost da se prosvjetljenje dogodi.

Majstor koji vodi meditativni intenziv inspirira učesnike na rad sve do posljednjeg atoma njihove snage i usmjerava ih da precizno rade vježbe prosvjetljenja. On sprječava da se prosvjetljenje zamijeni s intelektualiziranjem ili fenomenima. Prosvjetljeni majstor sposoban je prepoznati je li učesnik/sudionik intenziva doživio istinu direktno i da li to adekvatno iznosi.

Vanjska pomoć spiritualnog učitelja neophodna je da biste otkrili svog "unutarnjeg" istinskog gurua. Sudionik intenziva ne može biti "sam svoj guru" jer bi to značilo da robuje svom egu (ograničenom "ja"). Prosvjetljenje podrazumijeva nadilaženje ega pa ga nije moguće postići voljnim naporima koji proizlaze iz ega. To bi bilo kao da kriminalac odjene policijsku uniformu, proglasi se policajcem i pretvara se da je u potrazi za kriminalcem. Kada je sâm policajac lopov kojeg treba uhvatiti, kako će on uhvatiti lopova?

ODGOVARAJUĆA DIJETA:

Na jednodnevni meditativni intenziv ponesite sa sobom lako probavljivu sattvičnu/čistu i uravnoteženu hranu iz organskog-biološkog-ekološkog uzgoja. Na višednevnim/dûgim intenzivima imamo kuhare koji sudionicima pripremaju laktovegetarijanske ili veganske obroke. Obroci su organskog porijekla i pažljivo su odmjereni i pripremljeni. Po potrebi sudionici dobivaju i dodatke prehrani kao što su suplementi vitamina (kao što je B-kompleks i vitamin C s bioflavonoidima), minerala (kao što su magnezij i kalcij) i drugih esencijalnih nutrijenata. Sudionicima se mogu ponuditi i medhya rasayane (nootropici), ali ih ne treba forsirati da ih uzimaju.

Kad je riječ o prehrani, najvažnija stvar na meditativnim intenzivima (a i u svakodnevnom životu) je da ne jedete halapljivo i da se ne prejedete. Trebate jesti umjerene količine posvećene hrane, i to posve svjesno te u smirenom stanju uma. Tijelo mora imati odgovarajuću snagu i izdržljivost da bi tijekom brojnih uzastopnih sati moglo ostati u napornim pokušajima doživljavanja sebe i komunikaciji doživljenog. Zbog toga koristimo lako probavljivu hranu koja ne opterećuje organizam, ali je dovoljno hranjiva da se mogu izdržati predviđeni naponi.

Znanstvenici drevne yoge preferirali su uravnoteženu hranu s minimum toksina i antinutrijenata te s maksimum životne energije. Premda sirova hrana sadrži puno prane (vitalne energije), čovjek neće moći izvući/iskoristiti iz hrane pranu ako jede sirovu hranu koju nije kadar optimalno probaviti. Vaša hrana mora biti usklađena s vašom psihofizičkom konstitucijom i s vašom probavnom moći. Pojedina hrana (npr. mung dal i urid dal) mora se termički obraditi da bi postala probavljivija, tako da iz nje lakše možemo iskoristiti životnu silu i hranjive tvari. Voće je obično najbolje jesti sirovo. Sok od crnog grožđa neće imati istu ljekovitost kao crno grožđe, a ako ga termički obradite uništiti ćete dio njegove vrijednosti.

Razmak između obroka mora biti takav da ne započinjete s novim obrokom sve dok prethodni obrok nije posve probavljen. Nije svaka hrana jednako poželjna u različita doba dana. Tešku hranu nikad nemojte konzumirati za večeru, inače ćete si pokvariti noćni počinak. Hrana koja podržava vaše zdravlje u nekoj određenoj klimi može biti loša po zdravlje u nekim drugim klimatskim uvjetima. Ako živite u umjerenom klimi, jedenje umjerenih količina bijelog i crvenog luka tijekom zime može za vas biti blagotvorno zbog zagrijavajućih svojstava luka. Međutim, ako češnjak i crveni luk jedete ljeti, to će izazvati nepoželjno pregrijavanje vašeg organizma i stimuliranje nezdravih strasti.

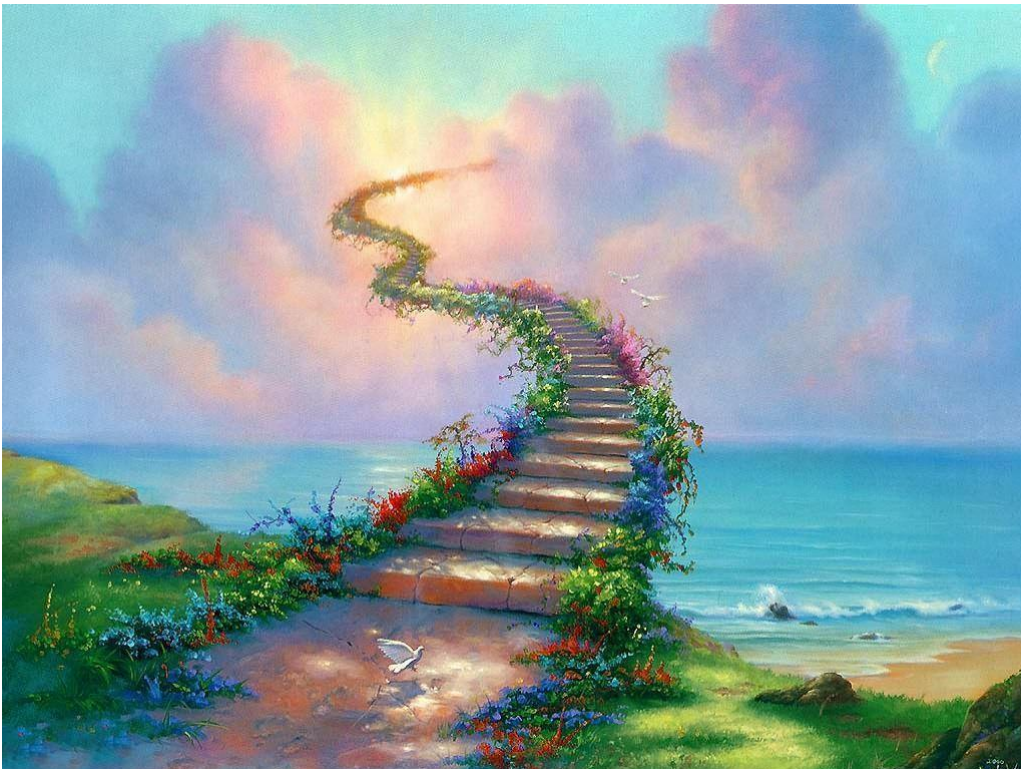
Priprema hrane mijenja njena svojstva, počevši od njene mehaničke i termičke obrade (kuhanja, pečenja i sl.). Ako jedete sirovi neoguljeni krastavac, on će povećati nervni faktor (*vata doša*) i doprinositi mršavljenju. Ako ogulite i bacite zelenu koru krastavca i pojedete ostatak, konzumiranje takvog krastavca će doprinositi povećanju hranjivog faktora (*kapha doša*). Ako ukiselite krastavce slanom vodom (osobito ako im još dodate i začine poput hrena, gorušice i češnjaka), nakon fermentacije laktobakterijama oni će u vašoj prehrani doprinositi povećanju metaboličkog faktora (*pitta doša*).

Jedna od dužnosti obiteljskog čovjeka je da sâm uzgaja vlastitu hranu. Preferirajte svježu hranu iz vlastitog vrta, pripremljenu s ljubavlju i posvećenu molitvama, vizualiziranjem (zamislite npr. auru svjetla koja prožima i okružuje vaš obrok) ili posebnim mantrama. Uzgojiti zdravo žito, samljeti ga na žrvnju te ispeći beskvasni kruh

bez štetnih aditiva – to je primjer hrane koja će osnažiti vaše tijelo i dobar duh. Tradicionalne sorte pšenice i basmati riža spadaju u sattvične žitarice, no moderna franken-pšenica (hibrid za kojeg je dodijeljena Nobelova nagrada) je samo jedan primjer nesvjesnog znanstvenog doprinosa masovnom obolijevanju ljudi. *FrankenWheat* sorta pšenica je škodljiva za zdravlje jer sadrži "supergluten", "superškrob", "superopijate" i druge škodljive sastojke. Nesavjesne metode genetskog preinačavanja biljaka također ugrožavaju ljudsko zdravlje.

Ovisno o kakvoći, kruh može biti dobar ili loš za vaše zdravlje, a isto to vrijedi i za životinjsko mlijeko. Nije potrebno ubijati niti izgladnjivati telad da bi i ljudi dobili kravlje mlijeko, koje može biti vrlo zdrava hrana za tijelo/mozak i duh. Toplo prijesno svježe mlijeko od zdrave krave, koja nema preveliko vime i koja se hrani pasući travu na otvorenom, može biti vrlo zdrava hrana kad je pomuzeno bez ozljeđivanja vimena. Međutim, ono postaje nezdravo ako ga pasterizirate i homogenizirate. Sirovo mlijeko sadrži više od 60 probavnih enzima koji se uništavaju termičkom obradom pa je takvo mlijeko teže probavljivo. Čak i pravo punomasno prijesno/sirovo mlijeko postaje nezdravo ako ga pojedete previše ili ga kombinirate s inkompatibilnom hranom kao što su recimo kruh s kvascem i banane.

Znanstveno-tehnološki napredak trebao bi olakšati fizičko-materijalni aspekt ljudskog života i omogućiti čovjeku da ima više vremena za sadhanu (meditaciju i sve što vodi prema božanskom savršenstvu). Međutim, on u rukama spiritualno neosviještenih ljudi donosi sa sobom nove opasnosti, a jedna od njih je i hrana puna mana. Primjeri mogućih kvarenja kakvoće hrane su industrijski visokoprocenirana denaturirana hrana, nezdravi kemijski aditivi i pesticidi u hrani, industrijski prerađene masnoće (nezdrave trans-masti i sl.), interaktivna "pametna" hrana, štetno "obogaćivanje" hrane, toksična ambalaža (koja truje hranu), mikroplastika, nanotehnološki malformirana hrana...



USPON DO PROSVJETLJENJA

Postoje stadiji/stupnjevi do prosvjetljenja, ali ne postoje vrste prosvjetljenja. Nema prečice do iskustva istine. Naši meditativni intenzivi nude samo brz napredak i velike potencijalne mogućnosti, ali nitko ne može izbjeći ni jedan od stupnjeva do prosvjetljenja. Ako ste izabrali proći bilo kojim putem koji vodi do prosvjetljenja, bez obzira koju metodu koristite, morat ćete proći kroz neke od idućih koraka-stadija-stupnjeva. Sudionik meditativnog intenziva može provesti više ili manje vremena u svakom od idućih stadija/etapa, ponekad se može vratiti u neki od prethodnih stadija, a ponekad može preskočiti neki stadij. Neke stadije ste možda već uglavnom prošli prije odluke da dođete na naš meditativni intenziv, no to nije preduvjet za sudjelovanje.

Prvi korak/stupanj je **davanje** poznatih **odgovora** na zagonetku (kao što je "Tko sam ja?"), onakvih odgovora kakve je čovjek naučio od drugih. Od roditelja, svećenika, učitelja i društva (kroz obrazovanje, medije, itd.) ljudsko biće već u najranijoj dobi usvoji razne ideje o tome tko je ono, što je ono, što je život, što je čovjek, što (ni)je istina-realnost-Bog, itd. Saopćavajući ove odgovore svome partneru, pojedinac čisti svoj um od uvjetovanosti ograničavajućim osobnim uvjerenjima. Pročišćavajući svoj um, on se osposobljava da sve bolje i bolje vidi nadosobnu istinu. Drugim riječima, individua napreduje od nižih istina prema višim istinama, sve do najviše/nepromjenjive istine.

Drugi stadij/stupanj je **intelektualiziranje**. Čovjek promišlja recimo ovako: "Ako je točno ovo i ako je točno ono, onda iz toga slijedi zaključak da i XYZ mora biti istinito." Drugačije rečeno, pojedinac pokušava logičkim razmišljanjem (razumskim pametovanjem, filozofiranjem) odrediti tko je i što je on i tko/što su druga ljudska bića, život, stvarnost, itd. On ponekad uspije doći do ispravnog odgovora. Međutim, odgovori, ispravni ili ne, nisu ono što se traži. Učesnika se na ovom stupnju usmjerava da nađe intelektualiziranje i da radi na direktnom doživljavanju sebe. Vi imate sposobnost da mislite misli, no pokušajte svjesno prestati misliti na barem nekoliko minuta. Osposobite se da zaustavite um i prebivate u bezmisaonom tihovanju. Misli grade svijet relativne istine, yin misao je samo naličje yang misli. Um i unverzum se sastoje se od parova suprotnosti. Apsolutna istina je nadmisaona, ona nadilazi polaritete.

Na trećem stupnju aspirant koji stremi istini doživljava neobične fizičke i mentalne pojave. Pošto on još uvijek koristi mozak, njegov pregrijani mozak počinje stvarati raznolike halucinacije i tjelesne **fenomene**. Može doći do iskrivljenja uobičajene percepcije tijela i okoline. Majstor koji vodi Intenziv isključit će osobu iz Intenziva jedino ako ona ne razlikuje halucinacije od fizičke realnosti. Fenomeni se doživljavaju kad se zaustavi intelektualiziranje i pokuša sebe doživjeti direktno. Na ovom stupnju možda ćete vidjeti aure oko ljudi i stvari. U tijelu se mogu osjećati tople ili hladne nervne struje. A u umu se pojavljuju vizije slične onima koje izazivaju psihodelične droge. Na ovom stupnju morate paziti da ne ostanete zarobljeni u spilji/gnijezdu samozavaravanja. Napustite sve koncepte, prozrite zamajavanja i oslobodite se iluzije (*makyō, māyā*).

Četvrti stupanj je **praznina**, ništavilo ili mentalni vakuum koji se pojavljuje se kad pojedinac koji teži neposrednom iskustvu istine isprazni polje/prostor svijesti od svih

sadržaja. To je "ničija zemlja" u kojoj se ništa ne vidi i ne čuje, nema nikakvih misli (ni mentalnih slika) i izgleda kao da nema nikakvog napretka. Ovo je istinski test za provjeru nečije zainteresiranosti za postizanje prosvjetljenja. U to vrijeme majstor će vrlo pažljivo provjeriti kako učenik radi tehniku prosvjetljenja i otklonit će preostale greške da bi aspirantu osigurao brži napredak. Aspirant ne nadilazi stadij praznine promatranjem praznine, nego namjerom da doživi istinu direktno i cjelovito. Tragajući za promatračem praznine (osvještavajući odakle "ja" izvire), otkrivete da on ne postoji neovisno od praznine. Stadij praznine poznat je u mnogim spiritualnim školama kao mir/tišina uma i ponekad se zabludno smatra krajnjim ciljem duhovnog napretka. Nema ničeg suptilnijeg od čiste svijesti... Promatrač je ego koji je gušći/grublji od čiste svijesti pa mu se punina svijesti pričinjava kao praznina (*śūnyatā*).

Peti stadij su **emocionalne barijere, bol i smrt ega**, ili iskustvo dezidentifikacije od ega. U ovom stadiju rastvaraju se osnovna stanja bića s kojima se nefizički pojedinac poistovjetio. Mentalni "talog" meditanta uzburkao se i emocionalno se oslobađa ka njegovom dijadnom partneru. Pojavljuju se osjećaji straha, ljutnje, žalosti, duboke tuge, apatije i spokojsva, i ponekad se pogrešno zamjenjuju sa prosvjetljenjem. Strah, uključujući i strah od smrti, može se pojaviti uslijed dezidentifikacije odnosno odvajanja svog istinskog Ja (čiste svijesti) od mentalno-emocionalnih stanja ega. Ključ za vaš proboj kroz ove barijere/prepreke je vaša voljnost da se suočite sa svim s čim se neophodno suočiti da biste otkrili vječnu istinu. Kada ste istinski posvećeni/predani izravnoj spoznaji krajnje istine, vi ste voljni iskusiti sve što je neophodno da biste otkrili vrhovnu istinu.

Ponizno usmjerite svoj pehar uvis, i slapovi miline milostive istine će ga ispuniti. Šesti stupanj na putu ka dvorcu/palači istine ima dva vida koji se javljaju istodobno. Uz **direktno svjesno iskustvo** samog sebe pojedinac istovremeno doživljava "nuspojave" – **oslobađanje energije i ostale sporedne efekte**. Doživljaj prosvjetljenja događa se u jednom bezvremenskom "trenutku". Prosvjetljenje je jedno sasvim određeno probajno iskustvo. Simultano s prosvjetljenjem, čovjek se može smijati, plakati, vikati, vrištati, osjećati zanos/ekstazu ili jednostavno biti potpuno zadovoljan i smiren. Kao prosvjetljeni pojedinac znat ćete sa apsolutnom (100%) sigurnošću istinu iza vela života/postojanja, drugih ljudskih bića i samoga sebe. Prosvjetljenje je iznad svih sumnji i iznad svih uvjerenja.

Na sedmom stupnju, bez potrebe za govorom i mišljenjem misli, individua bez ikakvih procesa doživljava svoju istinsku prirodu: Vaše pravo Ja je Put i Cilj, Život svih života i krajnja Istina. Prebivajući kao sjaj-smiraj-milina nepodijeljene svijesti, vi isijavate svjetlo istine poput podnevnog sunca. Sve dok u potpunosti emanirate-saopćavate-zračite samog sebe kao istinu, ovo stanje će se nastaviti. Zbog vašeg zračćeg prisustva, svi koji se povezuju s vama lakše će se uzdići u viša stanja svijesti i razumjet će više.

Na putu ka dvorcu/palači istine, spiritualni aspirant je prošao kroz dolinu sjećanja, preko grebena osobnih uvjerenja, preko planine intelekta, preko brzaka halucinacija, kroz maglu dremljivosti/pospanosti, kroz pustinju ničije zemlje, kroz kompleksnu zemlju emocionalnosti i kroz šumu trajanja. Bez Božjeg dopuštenja (blagoslova Više Sile) moj trud bi bio uzalud. Zahvaljujući Milosti Svevišnjeg ušao sam u dvorac istine. Sada nema

razgraničenja promatrača od promatranog, nema procesa doživljavanja, nema dualnosti, nema vela/zastora između božanske realnosti i onog tko u njoj uživa.

Ego (ograničeno "ja") nema svoj kontinuitet; ego je stvaran samo naizgled, zbog sićušne iskrice prisvojene/posuđene svjesnosti neograničenog Jastva (Svevišnjeg). Prosvijetljeni pojedinac transcendirira ego prebivajući u nerazdvojivom orgazmičkom jedinstvu sa Svevišnjim. S motrišta drugih, on stalno spontano prezentira svoju božansku prirodu kao vječnu istinu drugima u životu. Međutim, za njega nema drugih; on je nerođen i besmrtn. Nema ničeg neovisnog od njega, nema ničeg odvojenog od njega. On je nediferencirana punina, koja je cjelovita i nerazlomljiva svijest.

U svejedinstvu čiste svijesti nema ega (nema zasebnog "ja") i nema drugih. Ta bezoblična čista svijest je u osnovi svega što jest (svega postojećeg i nepostojećeg) i to je naša neprolazna priroda. Ta nepromjenjiva sveprisutna svijest je temelj svih imena i formi; ona se prividno diferencira u vrijeme-prostor i energiju-materiju, a zapravo se uopće ne mijenja. Stvaranje je iluzija, ali to ne znači da je kreacija sama po sebi loša. Bog je stvorio ime-i-formu čovjeka, a čovjek je stvorio božanska imena-i-forme da uživa u različitim aspektima Boga.

Osmi stupanj je čisto postojano stanje svijesti o samom Sebi, kakvi ste zaista. Sada boravite iznad postojanja i nepostojanja, sada ste pretopljeni s besprostornim i bezvremenim sveoceanom svijesti. Svijest totalno prosvijetljenog pojedinca nenaporno-spontano-prirodno nadilazi tijelo i um. Prosvijetljeni pojedinac jest njegova nerazdjeljiva beskrajna svijest. On je svjestan i u stanju fizičke budnosti i u snovima i u besanom snu. Kao čista svijest svjesna sebe, on nadilazi i fizičku budnost i sanjanje i besani san.

Vaše istinsko biće je sveopće vечно slobodno biće i vaše Jastvo je bezgranično Ja svih "ja". Svijest postoji sama po sebi; ona nije epifenomen mozga i uma. Svijest je suptilnija od praznine pa ego (iluzorno "ja") ne može percipirati čistu svijest jer ego ne može percipirati ništa suptilnije od sebe samoga. Vaše pravo Ja je beskrajna svijest, suptilnija od najsubtilnijeg, sveprožimajuća i svenadilazeća, finija-tananija-suptilnija od praznine, nemanifestirana osnova svepostojanja, koja sjaji sama od sebe, sveprisutni izvor svega.





POVIJEST INTENZIVA

Meditacija na "Tko sam ja?" ili "Odakle ja?" (tj. otkrivanje izvora osjećaja sebe) je oduvijek prakticirana od istinskih duhovnih aspiranata (tragača za istinom, praktičara yoge) i spominje se u drevnim svetim spisima yoge. Primjera radi, "Tko sam ja?" je jedno od osnovnih pitanja Upanišada, a spominje ga i Maharši Valmiki u svojem remek-djelu *Yoga Vāśīśtha* (*Vasistha's Yoga*) koja se također naziva i *Mahā-Rāmāyana*, *Ārṣa Rāmāyana*, *Vāśīśtha Rāmāyana*, *Yogavāśīśtha-Rāmāyana* i *Jñānavāśīśtha*.

Kombinirajući tehniku sebe-istraživanja *jñana yoge* i pristup Rinzai škole zen-budizma sa scijentološkim tehnikama komunikacije, Yogešwar Muni (svjetovnim imenom Charles H. Berner) strukturirao je 1968. godine prvi Intenziv prosvjetljenja (čije je svrha *anubhava* ili direktna svjesnost istine), i kasnije ga usavršavao. *Anubhava* je sanskr(i)tska riječ za neposrednu spoznaju, tj. nečije vlastito izravno doživljavanje istine. Intenziv prosvjetljenja je tehnika pročišćavanja uma (oslobađanja uma od tame neznanja) i postizanja *anubhava*. Na temelju Intenziva Prosvjetljenja (koji traje tri ili više dana) Živorad Mihajlović Slavinski je oblikovao svoj jednodnevni Intenziv Gnoze.

Na temelju Intenziva Prosvjetljenja i Intenziva Gnoze Swami Brahmajñanananda je razvio Intenziv Probuđenja, Intenziv Svjesnosti, Intenziv samospoznajne bogoaktualizacije i neke druge, još naprednije Intenzive direktnog iskustva istine. Na Yogešwarovom Intenzivu Prosvjetljenja i na Intenzivima koje je razvio Sw. Brahmajñanananda najveći dio vremena sudionici rade u parovima (dijadama), no uključene su i povremene solo-meditacije. Tijekom jednog ili nekoliko ovakvih Intenziva učesnici postižu ono (prosvjetljenje, kenšo ili satori) za što su zen-monasima trebale desetine godina pa i cijeli život.

CIJENA INTENZIVA

Jeste li dužni/obavezni putem državnog aparata hraniti svojim radom svjetsku predatorsku banku? Morate li pratiti dnevne kvazivijesti i davati desetinu (ili koji god

postotak) svoje zarade državi koja podržava nadnacionalne iluzionističke banke koje su kreirale dužničko ropstvo i održavaju moderni robovlasnički sustav? Ako ste si izabrali vlastodršce/političare u redu je da ih podržavate (radom odnosno novcem) ako oni služe vašim idealima. U redu je da vaša država ne podržava nijednu specifičnu religiju, no podržava li vaša država univerzalnu religiju? Pod univerzalnom religijom podrazumijevamo stvari koje su prisutne u svakoj istinskoj religiji (religiji koja je utemeljena na vječnoj istini) i pomažu pojedincu da se uzdigne u viša stanja bića, sve do svog božanskog praznora.

Trebate li platiti usluge Maha Yoga Centra (MYC) da biste postigli prosvjetljenje? Rad MYC ne financira se iz državnog proračuna niti iz trezora *Bank for International Settlements (BIS)*, nego isključivo zahvaljujući dobrovoljnim priložima članova MYC. Dolazeći na intenzivne meditativne radionice vi ne plaćate niti poduku niti prosvjetljenje. Vi jednostavno sudjelujete u pokrivanju troškova MYC kao što su izdaci za najam prostora itd. Prosvjetljenje se ne može kupiti novcem; novcem vam jedino možemo osigurati bolje uvjete za rad na postizanju prosvjetljenja.

Trebate li platiti za nešto veliku cijenu da biste to cijenili? Ljudi koje smo pozivali na besplatno sudjelovanje na našim meditativnim radionicama, često bi ih napustili čim bi ušli u pročišćavajuću krizu, ili uopće ne bi došli jer bi prelako podlegli reakciji/krizi u kojoj neiskusni aspirant-početnik već uoči intenziva sabotira svoju pozitivnu prvobitnu odluku. Ljudi koji plate za sudjelovanje na intenzivima više će se potruditi da prime nešto zauzvrat pa je manje vjerojatno da odustanu od uzvišenog cilja i pobjegnu čim uđu u krizu.

Studentima koji nemaju vlastiti izvor prihoda kao i članovima MYC obično nudimo sudjelovanje po upola manjoj cijeni. Da biste si rezervirali mjesto za sudjelovanje na intenzivu, možda trebate uplatiti 50% ukupne cijene intenziva u sklopu prijave. Ako se predomislite dovoljno rano, možemo vam vratiti uplaćeni predujam/akontaciju. U slučaju da se predomislite i odustanete na dan meditativnog intenziva ili dan uoči tog intenziva, akontaciju vam ne vraćamo jer se dan prije početka intenziva ne bavimo popunjavanjem upražnjenih mjesta u zadnji čas (eventualno možete poslati nekog drugog sposobnog da učestvuje umjesto vas).

Fiat! (Neka bude tako!)

Netko je odlučio da njegov novac bude simbol za nekakvu vrijednost, no je li danas novac samo sredstvo koje olakšava razmjenu određenih vrijednosti među ljudima? Napredujemo li zbog novca ili unatoč novcu? Zahvaljujući moći novca imamo bankare, političare (mašineriju državnog aparata), vojsku (ratove), carinike, poreznike, policiju, tamničare (zatvore), odvjetnike, ekonomiste, itd. Novac je *porta inferna* (ulaz u pakao, naziv za drugo astrološko polje-kuću-sektor), put u zatočeništvo posjedovanja, pad u okove materije.

Iskustvo je pokazalo da je svijet nenasilja, empatije i obilja moguć bez novca, no je li moguć s novcem? Makar novac sam po sebi nije zlo, iskustvo nam također pokazuje da se u ljudima koji posjeduju moć novca lakše manifestiraju njihove najgore osobine i da oni vrlo često postaju instrumenti zlih sila. Nepošteno bogaćenje i ekstremno siromaštvo, manjak tzv. slobodnog vremena, legalizirane pljačke, globalni kriminal, dužničko ropstvo i mnoge strahote današnje tzv. civilizacije ne bi bile moguće bez obmanjućeg/prevarantskog novčanog sustava.

Kakav je doprinos novca sreći i slobodi ljudskog bića? O vama ovisi.
 Čovječe, sam financiraš svoje porobljavanje i sam financiraš svoje oslobođenje.
 Moć novca: <https://www.vutra.org/threads/monetarni-sistem-za%C5%A1to-smo-sve-du%C5%BEenji-i-u-vje%C4%8Dnom-kreditu.6284/>

Bog je neograničeni ocean svijesti koja nema supstance. Ta svijest je nerascjepkana vječna istina-milost-milina. Bog je vrhovna realnost i On(a) se ne može pomiješati s iluzijom kao što se ni filmsko platno ne može pomiješati sa slikama koje se prikazuju na njemu. Bog je vrhovna/krajnja istina neovisna od imena-i formi koje je prividno prekrivaju/zasjenjuju. Bog je sveprisutan, ali nije svako mjesto dobro za čovjeka koji žudi za bogorealizacijom (spoznajom Boga). Na nekim je mjestima dobro boraviti, neka se mjesta mogu promotriti ne ulazeći u njih, a o nekim mjestima nije blagotvorno čak ni razmišljati. Bog je i u vašem tijelu, s tim da je odvojen/nezavisan od tijela. Ljudska tijela su poput lutaka uronjenih u svudaprisutni ocean milosti. Plastične lutke ne upijaju vodu božanske milosti, krpene lutke upiju nešto svete vode s tim da zadržavaju svoju staru osobnu strukturu/oblik, a lutke od soli se sasvim rastvore u sveoceanu božanske milosti (*kripa*).

Od svih ptica letačica, vrana se smatra najpametnijom, a i ona sama misli da je jako mudra. Uvijek izmiče zamkama, odleti i na najmanji znak opasnosti i ukrade hranu s najvećom spretnošću. Ali ta njena proračunata prepredenost ("ciganska" mudrost) ne može joj osigurati ništa bolje od života u prljavštini i smradu materije. Takav je i rezultat tobožnje mudrosti smutljivaca koji ne biraju sredstva da si osiguraju novac, osjetilne užitke i poželjni društveni status. Patnje svijeta održavaju obične budale, bogate budale i visokoobrazovane budale (službeno certificirani pametnjakovići). Samo dvije vrste ljudi mogu postići iskustvenu spoznaju istine o sebi, drugim ljudskim bićima i impersonalnom Bogu: oni čiji umovi uopće nisu pomućeni obrazovanjem (pretrpani mnoštvom zbrkanih misli preuzetih od drugih ljudi) i oni koji su nakon proučavanja svih knjiga i znanosti shvatili da ništa ne znaju.



NADAHNJUJUĆA PRIČA

Bog je sveocean svijesti neposredno svjesne sebe. Bog je JA svih ja, Subjekt svih subjekata kojeg nije moguće objektivizirati; Bog je naše pravo JAstvo koje je Put, Život i istina koja je konačni cilj svačijeg života. TI To jesi premda još možda nisi svjestan/svjesna Toga. JA sam To; otkrio sam To "kroz" izravnu svijest o Sebi. Sad kad smo ukazali na Put ka Sebi, preostaje samo "sitnica", a to je da ga prijedete i upoznate Boga. Što se tiče odlučnosti/riješivosti da spoznate svoje istinsko biće, trebate slijediti primjer vrapca koji je izgubio jaja u valovima oceana. O tome govori iduća priča:

Ženka vrapca položila je jaje na obalu oceana, ali joj je veliki ocean oduzeo jaje svojim valovima. Ona je zamolila ocean da joj vrati jaje, ali ocean nije ni razmotrio njezinu molbu. Stoga je ta ptica neumorno uranjala u ocean, svaki put uzimajući malo vode u svoj kljun, doletjela bi do obale te ispljunula vodu na obalu u pokušaju da isprazni/isuši ocean. Svi su se podsmjehivali tom bespomoćnom vrapcu. Svetac Narada koji je tuda prolazio vidio je što vrabac radi, raspitao se i saznao razlog.

"Glupi vrapče! Je li to nešto što možeš napraviti?" – reče Narada.

Vrabac odgovori: "Uopće se ne brinem je li to moguće ili nije. Na meni je da nepokolebljivo ustrajem u tome, a sve van toga je u Božjim rukama."

Narada, razdragan vrapčevom vjerom i ozbiljnošću, otiče kod Garude i sve mu ispriča, potaknuvši ga da pomogne: "Stvorenje koje pripada tvom ptičjem plemenu napreže se s toliko vjere. Priliči li ti da šutiš? Ne možeš li pomoći?"

Čuvši što se zbiva, velika Garuda-ptica postala je prožeta suosjećanjem prema svojoj maloj sestri. Vrlo zadovoljan nepokolebljivim naumom malog vrapca, veliki božanski orao Garuda odlučio je da pomogne malom vrapcu. Zamahnuvši krilima, zatražio je ocean da vrati jaja. Ocean se podijelio na dva dijela te je jaje na dnu oceana postalo vidljivo. Vrabac ga je istog trena pokupio svojim kljunom i odletio dalje.

Slično tome, oni koji meditiraju na svoju istinsku prirodu i čine dobra djela, ako marljivo rade bez osjećaja, "Ovo je pretežak zadatak! Nema nikoga tko bi mi pomogao! Je li moguće da to napravim?", onda će Božja pomoć automatski doći. Hoće li se smanjiti količina vode u oceanu vrapčevim nošenjem vode u kljunu na obalu? Vrabac je radio s postojanom ustrajnošću i vjerom/povjerenjem (*śrāddha*).

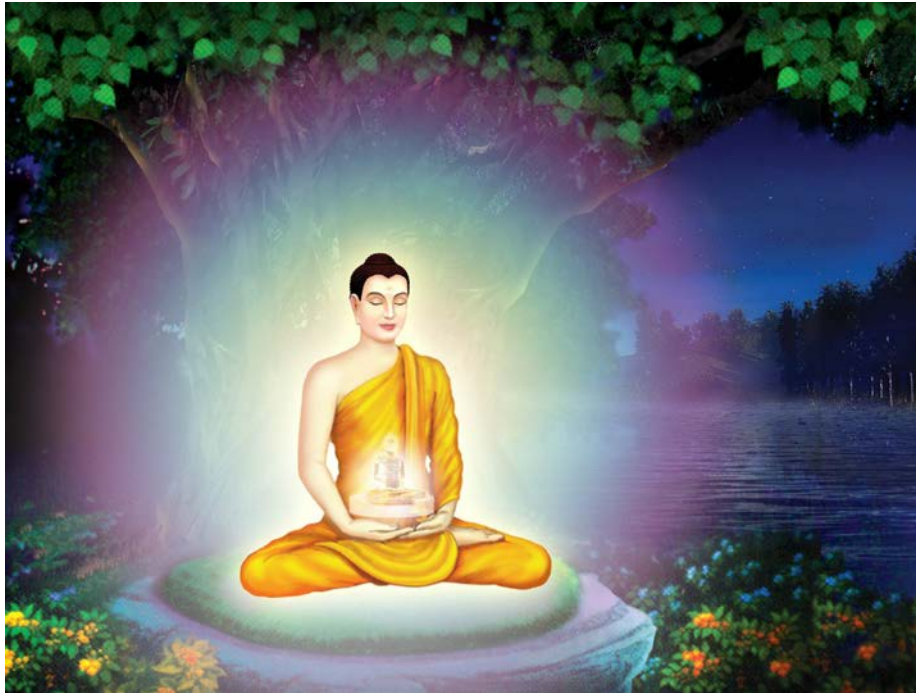
Slično tome, ako netko poduzme najveća nastojanja da spozna Sebe/Boga, to će prije ili kasnije donijeti svoj plod. Bog je totalitet sveprožimajuće i svenadilazeće svijesti, punina Milosti koja može dodijeliti plodove karme, ali i osloboditi pojedinca karmičkih uvjetovanosti. Za sve je stvari jedino bitna vjera u Boga i sadgurua, koji je očitovanje Boga na fizičkom planu.

Ovdje ne govorim o nekakvoj slijepoj vjeri, nego o vašoj otvorenosti prema Onom što vas nadilazi. Za one koji čine dobra djela, ako rade s vjerom, Božja pomoć će sigurno stići; kao što je stigla vrapcu u obliku Garude. Bog je vaša vlastita najintimnija i najsuptilnija priroda. Bog je bezobličan, ali vam On (koji nije ni muško ni žensko) može poslati pomoć u obličju spiritualnog učitelja, koji je vanjski izraz vašeg istinskog unutarnjeg/nefizičkog bića.

Dok mu takva pomoć ne stigne, pojedinac treba marljivo nastaviti sa svojim spiritualnim nastojanjima (*sādhana*) s krajnjim naporom i ustrajnom postojanošću. Da biste ovladali umom, ovladajte najprije životnim silinama koje struje kroz vaša osjetila i organe djelovanja. Da biste zagospodarili svojim umom/univerzumom, spoznajte prvo svoje istinsko biće koje nadilazi i tijelo i um. Dođite na naše intenzivne meditativne

radionice koje mogu osloboditi vaše istinsko biće iz zatvora materije-energije i prostora-vremena.

Dobrodošli u naše društvo!



JE LI OVAJ INTENZIV ZA MENE?

Što radite, kako (na koji način) to radite, s kim to radite, kada i gdje to radite, radite li to samo u snovima ili i na javi...? Nisu važna samo nečija djela, nego i motiv zbog kojeg netko nešto radi. Najveći napredak na našim meditativnim intenzivima postići ćete ako dođete s naumom da spoznate istinu neposredno, tj. postignete prosvjetljenje. Neki ljudi dođu samo zbog znatiželje/radoznalosti, a neki od njih dođu sa željom da saznaju kakve tehnike prakticiramo na intenzivu pa da to poslije intenziva sami vode za druge ljude. *Vid'la žaba da se konj potkiva pa i ona digla nogu*, kaže naš narod za loše oponašatelje.

Ovaj meditativni intenziv je za vas koji težite višim stanjima svijesti. Ako ste motivirani mogućnošću da ubrzate svoj put ka prosvjetljenju, intenzivi su vjerojatno prava stvar za vas. Međutim, ako imate npr. teško oštećenje mozga tada vam ovi intenzivi vjerojatno neće pomoći da postignete prosvjetljenje. Ako bolujete od psihoze u kojoj ne možete razlučiti sadržaje svog subjektivnog uma (mentalne slike, verbalne misli...) od fizičke stvarnosti, tada je intenziv prenapredna tehnika za vas. U tom slučaju vam je neophodna druga vrsta pomoći.

Puno ih je i riječima i bezglasno zvano, no malo ih se iznutra Bogu odazvalo. Nemate vremena doći na naš intenziv? Ako nikad u svom rasporedu ne odvajate vremena za samopoboljšanje i projekte samonadilaženja, koliko ste iskreni u nastojanjima da transcendirate vlastita ograničenja? Svoju pasivnu želju da pobijedite patnju trebali biste preobraziti u aktivnu namjeru. Jedan jedini dan života proživljen u moćnoj težnji više vrijedi od tisuću dana proživljenih vegetirajući bez goruće težnje. Neka vaš naum bude izraz najuzvišenije volje univerzuma.

Stablo manga živi tri stotine godina, no potrebno mu je oko tri godine da počne donositi plodove. Najbolje bi bilo da ste stablo manga zasadili dok ste još bili mladi. Sljedeće nabolje vrijeme da ga posadite je sada! Par ljudi mi je prije 25 godina dalo priliku da njihov život preobrazim nabolje, da ih eleviram u viša stanja bića. Ja to ne bih mogao napraviti bez njihove predanosti/posvećenosti ni bez dopuštenja Više Sile. Ako imate blagoslov vašeg vlastitog uma, imat ćete i blagoslove Neba. Imati Božje blagoslove, znači da je vaša volja istovjetna s Voljom Svevišnjeg Boga.

Makar nikad nisu bili dobri učenici, neki ljudi odmah žele biti duhovni učitelji. Makar nisu napravili nikakav značajan napredak na putu duhovnog razvoja, neki ljudi nakon intenziva odmah započinju voditi vlastite intenzive izvanjskim oponašanjem prosvijetljenog majstora-voditelja intenziva. Ti površni imitatori degradiraju intenziv na njihov vlastiti nivo jer umjesto svete vatre prenose dim. Samo adept u čijem srcu plamti božanski plamen može uspješno prenositi svetu vatru drugim ljudskim bićima. Tek kada otkrijete Svevišnjeg, imat ćete božanski autoritet za poučavanje istinske yoge, za prenošenje Duha Duhom.

Who knows his own nature knows heaven. So what is our true self? That is the central question. — *Shankara (Śaṅkarācārya)*

He who knows his own self, knows God. — *Mohammed (Muḥammad ibn `Abdullāh)*

The Way is not in the sky; the Way is in the heart. — *Shakyamuni Buddha (Siddhārtha Gautama Buddha)*

I am the Way, and the Truth, and the Life... — *Jesus (Isus Krist)*

I am the source of all spiritual and material worlds. Everything emanates from Me. — *Krishna (Kriṣṇa)*

Nadolazeći Intenziv:

<https://caya.hr/events/jednodnevni-intenzivi-samospoznaje-6-10-2018-i-13-10-2018/>



ISKUSTVA SUDIONIKA / RIJEČI ZAHVALNOSTI:

