

# PARAMHANSA YOGANANDA

Karma i  
reinkarnacija

---

Kako uvijek  
biti sretan



**p**lanetopija *biblioteka* QUANTUM

**Paramhansa Yogananda**

**KARMA I  
REINKARNACIJA**

**KAKO UVIJEK  
BITI SRETAN**

**Zagreb, 2008.**

Biblioteka Quantum

Naslov originala

*Karma and Reincarnation*  
*How to Be Happy All the Time*

© Hansa Trust

Crystal Clarity, Publishers, c/o Ananda Europa,  
Cassella Postale 48, I-06088 Santa Maria degli Angeli,  
Assisi (PG), Italy  
Phone 39-0742-813-620  
[www.ananda.it](http://www.ananda.it)

Prevela **Aleksandra Barlović**  
Lektorirala **Sanda Jelenski**  
Uredila **Danijela Duvnjak**  
Naslovnica **Zlatko Havočić**  
Grafičko oblikovanje **Ermego, Zagreb**  
Tisak **Kratiš, Sveta Nedelja**  
Za nakladnika **Marina Kralj Vidačak**  
Nakladnik **Planetopija, Zagreb**  
lipanj, 2008.

Sva prava pridržava nakladnik. Nijedan dio ove knjige ne smije se upotrijebiti niti reproducirati na bilo koji način bez pisane dozvole, osim u slučaju kratkih navoda u kritikama ili ocjenjivačkim člancima. Za sve obavijesti možete se obratiti nakladniku.

ISBN 978-953-257-106-6

CIP zapis dostupan u računalnom katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 668961.

## NAPOMENA

Dragi čitatelju,

U ovoj ćete knjizi čitati riječi Paramhanse Yoganande, slavnog učitelja joge koji nije pisao sa stajališta pretpostavki već iz svojega unutarnjeg poimanja istine.

Yogananda je pružio učenja koja vaš život mogu ispuniti nadahnućem i rasvijetliti vaš duhovni smjer.

Paramhansa Yogananda je 1920. godine iz Indije došao u Sjedinjene Američke Države te na Zapad donio učenja i tehnike joge, stare znanosti buđenja duše. Bio je prvi učitelj joge koji se nastanio na Zapadu, a njegova je *Autobiografija jednog jogija* postala najprodavanija autobiografija svih vremena općinjavajući zapadnjake duhovnim učenjima Istoka.

Joga je stara znanost usmjeravanja vlastitih energija prema unutarnjem svijetu s ciljem duhovnog buđenja. Osim što je Amerikancima donio najpraktičnije i najdjelotvornije tehnike meditacije, Yogananda je objasnio kako je ta načela moguće primijeniti na svim područjima života. Bio je plodan pisac, predavač i skladatelj. U Americi je živio trideset i dvije godine, do svoje smrti 1952. godine.

Članci objavljeni u ovoj knjizi potječu iz nekoliko izvora: pouka koje je pisao dvadesetih i tridesetih godina dvadesetog stoljeća, njegovih članaka objavljenih u časopisima *Inner Culture* i *East West* prije 1943. godine, izdanja *Autobiografije jednog jogija* iz 1946. godine, Yoganandina izvorna tumačenja *Rubaija* Omara Khayyama, koje je uredio

**Swami Kriyananda i bilježaka koje je Swami Kriyananda vodio dok je živio s Yoganandom kao njegov bliski učenik. Željeli smo da u ovoj knjizi Učiteljev duh jasno dode do izražaja, uz minimalno uređivanje. Neke su rečenice, suviše u današnjem kontekstu, izbrisane. Na nekim su mjestima promijenjene riječi ili interpunkcija radi razjašnjavanja. Najveći dio sadržaja ove knjige nije dostupan ni iz jednog drugog izvora.**

**Neka vam Yoganandine riječi o ovoj važnoj temi donesu razumijevanje, utjehu i nadahnuće.**

**Crystal Clarity Publishers**

*"Yoganandinaje prisutnost na ovom svijetu bila poput  
blještave zrake u tami. Toliko uzvišena duša na zemlju  
dolazi rijetko, kad je ljudima doista potrebna."*

**Shankaracharya iz Kanchipurama**

# SADRŽAJ

## KARMA I REINKARNACIJA

### 1. poglavlje **Zakon karme**

<i>Što je karma?</i> .....	H
<i>Duša je slobodna</i> .....	14
<i>Kažnjavamo sami sebe</i> .....	16
<i>Dobra karma</i> .....	17
<i>Losa karma i pakleni oganj</i> .....	18
<i>Bog nam želi pomoći</i> .....	21

### 2. poglavlje **Kako pristupiti vlastitoj karmi**

<i>Život je igra</i> .....	2J
<i>Karma je nosa vlastita odgovornost</i> .....	25
<i>Kako prevladavati karmičke izazove</i> .....	26
<i>Življenje iznutra vodi oslobođenju od karme</i> .....	27
<i>Prekoračenje ega</i> .....	29

### 3. poglavlje **Oslobođenje od karme**

<i>Prevladavanje karme</i> .....	tt
<i>Svijest uzvišenih duša</i> .....	*2
<i>Kriyajoga i oslobođenje od karme</i> .....	H
<i>Učitelji preuzimaju karmu drugih</i> .....	M
<i>Važnost meditacije</i> .....	*5

4. poglavlje	Smrt i uskrsnuće	
	<i>Što se događa u trenutku umiranja?</i>	18
	<i>Primjeri uskrsnuća</i>	47
	<i>Nebo čeka</i>	49
	<i>Čarobna mrkva</i>	49
	<i>Moje lane</i>	51
	<i>Posljednji dan</i>	51
	<i>Duhovno uskrsnuće</i>	56

5. poglavlje	Reinkarnacija	
	<i>Teorija reinkarnacije</i>	58
	<i>Podrijetlo reinkarnacije</i>	69
	<i>Ukratko o reinkarnaciji</i>	75
	<i>Znanstveni dokazi reinkarnacije</i>	76
	<i>Oslobođenje od reinkarnacije</i>	82

## KAKO UVIJEK BITI SRETAN

1. poglavlje	Traženje sreće na pogrešnom mjestu	89
2. poglavlje	Sreća je izbor	98
3. poglavlje	Izbjegavanje kradljivaca sreće	107
4. poglavlje	Naučite ponašati se ispravno	118
5. poglavlje	Jednostavnost je presudno važna	126
6. poglavlje	Dijeljenje vlastite sreće s drugima	112
7. poglavlje	Istinski uspjeh i blagostanje	140
8. poglavlje	Unutarnja sloboda i radost	157
9. poglavlje	Nalaženje Boga najveća je sreća	61
	<b>Bilješka o autoru</b>	<b>171</b>



/./ poglavlje

## ZAKON KARME

### ŠTO JE KARMA?

Ako prihvaćamo načelo uzroka i posljedice u prirodi te načelo akcije i reakcije u fizici, kako možemo poreći da se taj prirodni zakon proteže i na ljudska bića. Kad svijest shvatimo kao temelj svega, moramo se zapitati ne pripadaju li i ljudska bića prirodnom poretku.

Zakon karme kaže: kako šiješ, tako ćeš i žeti\*. Ako ste posijali zlo, požet ćete zlo u obliku patnje. A ako ste posijali dobro, požet ćete dobro u obliku unutarnje radosti.

Da biste razumjeli karmu, morate shvatiti da su misli stvarne. Sam se univerzum u konačnici ne sastoji od materije već od svijesti. Materija odgovara na moć misli mnogo više nego što ljudi pretpostavljaju. Moć volje usmjerava energiju, a energija djeluje na materiju. Materija zapravo *jest* energija.

Svaki postupak i svaka misao donose odgovarajuće povrate.

Ljudska patnja nije znak gnjeva Boga ili prirode prema čovječanstvu. Štoviše, ljudska je patnja pokazatelj čovjekova nepoznavanja božanskog zakona.

Taj zakon pouzdano djeluje.

\* "Ne varajte se: Bog se ne da ismježivati! Što tko sije, to će i žeti." (*Poslanica Gatačanima 6:7*)



## DUŠA JE SLOBODNA

Duše su "stvorene" prema Božjem liku. Čak ni najveći grešnik ne može zauvijek biti proklet. Konačan uzrok ne može imati beskonačnu posljedicu. Zbog zlorabe slobodne volje čovjek može sebe doživljavati kao zla, ali je iznutra sin Božji. Kraljev bi sin, pod utjecajem alkohola ili lošeg sna, mogao pomisliti da je siromašan, ali čim se oporavi od omamljenosti ili čim se probudi, zaboravlja tu pomisao. Savršena duša, vječno bezgrešna, naposljetku se probudi u Bogu kad se sjeti svoje istinske, vječno plemenite prirode.

Budući da je čovjek stvoren prema Božjem liku, njegova je zabluda privremena. Zbog te privremene zablude sebe doživljava kao smrtnika. Dokle god se poistovjećuje sa smrtnošću, neizbježno pati.

Zabluda o smrtnosti može se protegnuti na mnoge inkarnacije duše. Međutim, izgubljeni sin uslijed vlastitog nastojanja te pod vječnim utjecajem Božjeg zakona, počinje shvaćati, prisjeća se svojega doma u Bogu i dostiže mudrost. Izgubljeni se sin uslijed prosvjetljenja prisjeti vječnoga Božjeg lika i ponovno se sjedinjuje s kozmičkom sviješću. Njegov mu Otac tada posluži "ugojeno tele" vječnog blaženstva i mudrosti te ga zauvijek oslobađa.

### *Zabluda je privremena*

Čovjek može neko vrijeme zlorabiti svoju slobodnu volju smatrajući se smrtnim, ali ta privremena zabluda ne može u njemu izbrisati pečat besmrtnosti i savršen Božji lik. Privremena smrt malog djeteta nipošto mu ne može dopustiti da slobodnu volju primjenjuje krjeposno ili zlonamjerno. Priroda tu dušu mora vratiti na zemlju kako bi joj pružila

mogućnost da pomoću slobodne volje razriješi i prošlu karmu, zbog koje je umrla tako mlada, te da čini dobra djela koja vode oslobođenju.

Ako besmrtna duša nije u školi jednoga života razotkrila zabludu koja ju sputava, potrebni su joj daljnji životi školovanja kako bi shvatila svoju besmrtnost. Tek se tada može vratiti u stanje kozmičke svijesti. Obične se duše stoga reinkarniraju, potaknute zemaljskim žudnjama. No, uzvišene duše na zemlju ne dolaze samo zbog razrješavanja vlastite karme, već ponajviše u namjeri da, kao plemeniti sinovi Božji, izgubljenoj djeci pokažu put prema domu njihova nebeskog Oca.

### *Privlačenje tjelesnog doma*

Kad se dobri roditelji povezu u tjelesnom sjedinjenju, povezivanje pozitivnih i negativnih struja u korijenu njihovih kralježnica i u spolnim organima stvara čistu astralnu svjetlost. Ta je svjetlost poziv dobrim dušama s odgovarajućim vibracijama u astralnom svijetu na utjelovljivanje u sjedinjenju spermija i jajne stanice. Kad duša ude, nastaje embrij i tijelo se postupno priprema za rođenje.

Duše s lošom karmom moraju ući u tijela zlih majki. Kad se zli roditelji povezu u tjelesnom sjedinjenju, u korijenu njihovih kralježnica nastaje prigušena, mutna svjetlost koja poziva duše s lošom karmom.

Sličnosti se privlače. Duše s lošom karmom rađaju se u zlim obiteljima; duše s dobrom karmom rađaju se u dobrim obiteljima. Zle i dobre obitelji privlače sebi slične duše. Drugim riječima, zle obitelji privlače duše s lošom karmom. Dobre obitelji privlače dobre duše. Privlačnost se temelji na obostranim sklonostima i nesklonostima. Zli entiteti skloni

su zlim obiteljima, dok su dobre duše sklone dobrim obiteljima.

Ljudi koji u životu imaju više mogućnosti, zahvaljujući dobroj karmi, trebali bi pomagati onima s manje mogućnosti jer će u suprotnom stvoriti lošu karmu. Sebičnost unazađuje duhovnost i naposljetku donosi nesreću.

Bog nije božanski diktator koji sudi ljudima za njihove postupke. Prosudbe kozmičkih zakona temelje se na karmičkom uzroku i posljedici i pravedne su.

Božanski zakon sklada stvara prirodnu ravnotežu. Kad duša naruši tu ravnotežu, naudi samoj sebi. Primjerice, ako uronite ruku u hladnu vodu, uživete u ugodnom osjetu, ali ako se približite vatri, njezina vas toplina upozorava da biste mogli opeci ruku. Vatra vam ne želi nanijeti bol, kao što ni hladna voda ne namjerava izazvati ugodu. Onaj tko se opeče jer je stavio ruku u vatru, sam je odgovoran za to. Za osjećaj ugone u hladnoj vodi također je odgovoran onaj koji je uronio ruku u nju. Vatra i voda, toplina i hladnoća, sastavnice su sveopćeg stanja univerzuma, a naša je dužnost živjeti u skladu s njima.

## KAŽNJAVAMO SAMI SEBE

Grešnim življenjem čovjek stvara tjelesni i mentalni pakao, strasniji od paklenog ognja, kojega osvetoljubivi zamišljaju za druge nakon njihove smrti. Kreposnim življenjem čovjek može u sebi stvoriti svijet ugodniji od raja, u kojemu se ljudi zamišljaju nakon smrti.

Sveljubećemu Bogu mnogi, pod utjecajem zablude, pripisuju osvetoljubivost koja stvara paklove i čistilišta. Bog,

u svojoj beskrajnoj ljubavi, duše neprestano poziva na povratak Njegovu vječnom kraljevstvu blaženstva. Ali, zlorabeći neovisnost koju im je Bog dao, duše se udaljavaju od Boga i grcaju u kaljuži patnje kažnjavajući se posljedicama vlastitih pogrešaka.

Zamisao je vječnog raja točna, premda su predodžbe raja u većine ljudi vrlo ograničene. Stvoreni smo prema Božjem liku te ćemo, nakon dugog niza inkarnacija, lutajući zbog materijalnih žudnji, otkriti da naš divan nebeski Otac čeka nas, svoju izgubljenu djecu, i da nas uvodi u vječnu, uvijek novu radost. Ali, zamisao vječnoga prokletstva za duše stvorene prema Božjem liku nije održiva te bi ju trebalo razoriti i kao praznovjerje protjerati iz ljudskih umova.

## DOBRA KARMA

Ovaj je život nalik filmu pa, kao i u uzbudljivom filmu, mora postojati zlikovac kako bismo zavoljeli junaka. Međutim, ako oponašate zlikovca, primit ćete njegovu kaznu. Sve je san, ali zapitajte se zašto biste, stvarajući lošu karmu, živjeli ružan san? S dobrom karmom možete uživati u snu. Osim toga, dobra karma u vama s vremenom stvara želju da se probudite iz sna. S druge strane, loša karma pomračuje um te ga drži vezanim uz proces sanjanja.

S planinskog vrha jasno vidimo okolni krajolik, ali i beskrajno nebo. Na vrhuncima je prirodno poželjeti vinuti se još više, visoko iznad zemlje. Međutim, u maglovitoj bi dolini neznatan uspon mogao biti najviše čemu težimo.

## LOŠA KARMA I "PAKLENI OGANJ"

Nebeski Otac nipošto ne bi mogao svoju djecu poslati u vječni pakao zbog pogrešaka koje počine za svojega kratkog boravka na zemlji. Ako zloporabe neovisnost koju im je Bog dao, moraju pretrpjeti zemaljske posljedice vlastitih nedjela te se nagraditi zahvaljujući vlastitoj dobroj karmi ili krjeposnim djelima.

Ljudi koji postupaju pogrešno, stvaraju zle sklonosti koje ostaju skrivene u umu, spremne donijeti silnu patnju u odgovarajućem trenutku. Duša s lošom karmom te skrivene sklonosti koje stvaraju nesreću - ili paklene vatre - nakon smrti prenosi u astralni svijet. Duše nakon smrti nemaju tjelesna osjetila pa ih materijalna vatra ne može opeci. Ali, duše s lošom karmom mogu trpjeti mentalnu agoniju strasniju od ognja.

Riječ "hell" ("pakao"; prim, prev.) potječe od staroengleskog korijena helan, "sakriti". Grčki korijen je helios, "Sunce" ili "vatra". Stoga pojam "pakleni oganj" posve primjereno opisuje vatru agonije koju nakupljene sklonosti mogu stvoriti u zemaljskom životu ili u astralnom svijetu. Kao što ubojica osjeća žarenje loših posljedica tijekom budnog stanja, a u snu proživljava podsvjesni užas, tako i u snu smrti trpi plameno zlo.

Dobročudni otac nipošto ne bi mogao u vječnom ognju držati dušu stvorenu prema Njegovu liku samo zbog njezinih privremenih pogrešaka na Zemlji. Zamisao vječne kazne nije logična. Duša je zauvijek stvorena prema Božjem liku. Čak ni milijun godina grijeha ne bi moglo promijeniti njezinu osnovnu, božansku bit. Čovjekov je nepomirljiv gnjev na zlodjela vlastite braće stvorio tu zabludu vječnoga paklenog ognja.

*iskustvo s ortodoksnim  
u pakleni oganj*

Jednom sam upoznao starca koji je živio nedaleko od Seattlea. Sjedio sam na obali oceana, duboko nadahnut golemošću božanskoga. Kad je nadahnuće popustilo, osjetio sam glad i došao na njegovu farmu želeći kupiti trešnje. Taj se čovjek rumenih obraza doimao vrlo sretnim i ljubazno mi je iskazao gostoprimstvo. Tada me je svladao božanski poriv pa sam mu rekao: "Prijatelju, doimate se sretnim, ali je u vašemu životu prikrivena patnja." Upitao me : "Zar vi proričete sudbinu?" Odgovorio sam mu: "Ne, ali govorim ljudima kako da poboljšaju svoju sudbinu."

On je tada rekao: "Svi smo mi grešnici, a Bog će naše duše osuditi na pakleni oganj."

Odgovorio sam mu: "Kako bi čovjek, koji smrću izgubi tijelo i postane nevidljiva duša, mogao gorjeti u materijalnoj vatri?" Iznenadio me gnjevno ponovivši: "Nedvojbeno ćemo gorjeti u paklenom ognju." Rekao sam: "Je li vam Bog poslao telegram kojim vas je obavijestio da ćemo gorjeti u paklenom ognju?" Na to se starac još više uzrujao.

Želeći ga smiriti, promijenio sam temu i rekao: "Sto je s vašom ogorčenošću zbog grešnog sina?" Moje su ga riječi iznenadile i priznao je da sina ne uspijeva izvesti na pravi put, da se doima nepopravljivim. Ta je tuga ostala kao goruća vatra u zakutku njegova uma.

Rekao sam mu: "Imam lijek koji će potpuno ispraviti tu situaciju." Starac se nasmiješio, a u očima mu je zablistala radost. Tada sam mu, hineći tajanstvenost, kao da ću mu otkriti veličanstveno rješenje, šapnuo: "Imate li veliku pećnicu s dodatkom za roštilj?"

"Pa, imam", rekao je. A tada me sumnjičavo upitao: "Na što ciljate?"



"Ne brinite", utješio sam ga. "Predlažem vam rješenje koje će okončati sav vaš jad."

On je, donekle umiren, rekao: "Nastavite."

"Dakle", nastavio sam, "zagrijte pećnicu s dodatkom za roštilj na vrlo visoku temperaturu. Imate li čvrsto uže i dva pouzdana prijatelja koji neće reći ništa protiv vas?" Ponovno je rekao: "Pa, imam." Tada sam rekao: "Pozovite sina. Neka vam prijatelji pomognu vezati mu ruke i noge i tada ga stavite u vruću pećnicu."

Starac se razbjesnio! Prijeteći mi šakom, vikao je: "Nitkove! Tko je ikada čuo da je otac spalio svojega sina, koliko god grešnoga?"

Tada sam mu mirno rekao: "Upravo sam vam to želio reći. Odakle vama, ljudskom biću, taj poriv ljubavi ako ne od Božanskoga Oca? Čak ni ljudski otac ne može podnijeti pomisao da svojega sina živoga ispeče kako bi ga, ili sebe, oslobodio jada. Kako ste mogli pomisliti da bi Božanski Otac, čija je ljubav beskrajno jača od vaše i koji je stvorio roditeljsku ljubav, vlastitu djecu osudio na pakleni oganj?"

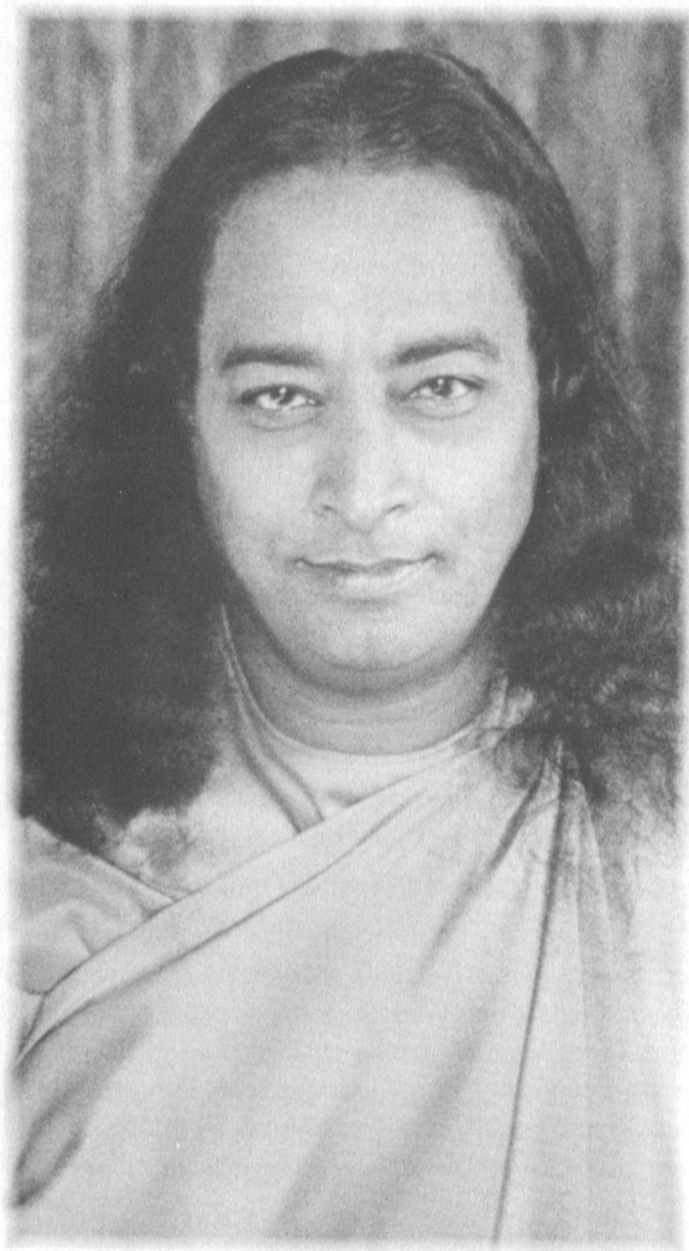
Starčeve su se oči ispunile suzama pokajanja kad je rekao: "Sada shvaćam da je Nebeski Otac Bog ljubavi!"

Sami sebe kažnjavamo vlastitim zlodjelima i nagrađujemo se vlastitim dobrim djelima.

Grijech ne može promijeniti dušu. Mi se, stvoreni prema Božjem liku, možemo privremeno izgubiti u prašumi zlog okružja, ali ni beskrajn niz grijeha ne može promijeniti našu vječnu, božansku prirodu. Grijech je kora koja skriva savršenu dušu, vječno stvorenu prema Božjem liku. Kad se ta kora otopi meditacijom, napokon se otkriva savršenstvo duše.

## BOG NAM ŽELI POMOĆI

**Kad Bog opazi da se duša izgubila u šumi egoizma, uslijed zlorabe slobodne volje ili nepovoljnog utjecaja lošeg društva, veoma se zabrine za nju te joj šalje duhovnu pomoć kako bi ju vratio u svoje utočište božanskog, kreposnog življenja. Dušama pomaže reinkarnirati se na mjestima na kojima mogu razriješiti svoju karmu te meditacijom i mudrošću osloboditi svoje duše. Sve duše na Zemlji pripadaju Božjem utočištu; Nevidljivi Pastir vječno bdije nad njima.**



## 2. poglavlje

# KAKO PRISTUPITI VLASTITOJ KARMI\*

## ŽIVOT JE IGRA

Izmjenjivanje noći i dana na Zemlji koja se vrti te izmjenjivanje tuge i radosti u ljudskim životima nalik je višedimenzionalnoj šahovskoj ploči. Pravila igre određena su karmom, zakonom uzroka i posljedice. Karma uređuje ponovni susret prijatelja izgubljenih u mračnoj noći smrti. Kad duše iscrpe svoje vrijeme na Zemlji, karma ih vraća u astralni svijet.

Kao što se "zarobljene" šahovske figure vraćaju u kutiju, tako i sudbina uklanja ljude s "ploče" života i stavlja ih u tajni "ormar" ili počivalište drugoga svijeta.

Životnim usponima i padovima pristupajte spokojnim umom. Vanjsko je postojanje samo igra. Svoje pobjede i gubitke promatrajte s mentalnom nevezanošću, kao da gledate film. Kad pogledate dobru dramu, čak i tragediju, uskliknete: "Odlična priča! Mnogo sam naučio iz nje." Slično tome, čak i nakon tragičnih životnih doživljaja sami sebi kažete: "Zahvalan sam za to iskustvo! Poučilo me mnogočemu."

\* Iz *Rubaija Omara Kbayyama* - tumačenja *Paramhanse Yoganande*, uredio J. Donald Walters

Životu je potrebna raznovrsnost da bi bio zanimljiv. Sviđa nam se roman koji nas nasmije ili rasplače. Život shvatite kao dobar roman ili kao dobar film. Mentalno malo ustuknite. Sagledajte ga objektivno. Ako vam se radnja ne sviđa, sjetite se da je vaša sposobnost promjene radnje razmjerna vašoj unutarnjoj slobodi.

Karma vlada. Ali, tko je pokrenuo našu karmu? Mi smo ju pokrenuli!

Ne možemo poništiti ono što smo učinili u prošlosti. Sada nam je potrebna samo ispravna odlučnost, proizašla iz sve veće unutarnje slobode.

Ljudi rado igraju igre poput šaha, a pobjede i poraze prihvaćaju manje-više mirno. Na isti način možemo uživati u životu bez obzira na to donosi li nam pobjedu ili poraz. Živimo mirno i s osjećajem zahvalnosti. U tom duhu uživajmo u ponovnim susretima sa svojim istinskim prijateljima - nakon tko zna koliko mnogo života. A u trenutku smrti mirno prihvatimo ponovni rastanak.

Život je igra. Budite zainteresirani za nju, ali uvijek nevezani. Ne dopustite da bilo što utječe na vaš unutarnji svijet. Sto god se dogodilo, sjetite se da u tome ništa nije stvarno. Ne budite poput čovjeka koji je, ushićen nakon pobjede u šahu, umro od srčanog udara!

Radostan stav zadržite čak i u mračnom razdoblju tugovanja te tijekom neizbježnog propadanja tijela u starosti. Crni se kvadrati na šahovskoj ploči izmjenjuju s bijelima. No, unatoč tome, svaka se životna tama izmjenjuje sa svjetlošću, svaka tuga s radošću, a svaki neuspjeh s uspjehom. Promjena i kontrast neizbježni su, a bez njih ne bi bilo ove uzvišene igre. Promatrajte ih nepristrano i nipošto im ne dopuštajte da vas odrede iznutra.

KARMA JE NAŠA  
VLASTITA ODGOVORNOST

Čovjek u svojoj duši nije predodređen da bude dobar ili zao. Premda se poročnost ili krepost mogu doimati prirođenima, svaka je ljudska sklonost stečena u ovom ili u prijašnjim životima. Svaka je sklonost posljedica osobnog izbora.

Opravdavanje vlastitih nedostataka tvrdnjama poput: "Zao sam samo zato jer me karma čini takvim" ili "Sotona me natjerao na to; to nije moja već *njegova* krivnja" vrlo je opasno. Nažalost, mnogi ljudi razmišljaju na taj način. Nadaju se da negdje postoji kakvo dobro opravdanje, skriveno u golemom, pretrpanom spremištu prošlih iskustava; kakav davno zaboravljeni grijeh koji nisu *sami* počinili, već je počinjen *protiv* njih; utjecaj pred čijom su moći bili nemoćni. U današnje vrijeme psihoanaliza općinjava mnoge pa su ljudi skloni svoje probleme pripisivati onome što su doživjeli od drugih - okrutnosti ili nezainteresiranosti roditelja, učitelja, društva - bilo čemu, kako se ne bi morali suočiti s potrebom popravljanja samoga sebe. Izražavanje nemoći pred teškoćama tek je izgovor ega. Istinski uzroci naših problema nastaju izvan našega vidnog polja, u podsvijesti. Te uzroke stvaramo *sami-*, prije svega nedjelima koja smo počinili u prošlosti. Ako danas netko loše postupa s nama, optužujemo ga za svoju povrijeđenost. I ne pomišljamo da smo na određeni način *privukli* tu povredu. Ako nam "sreća" okrene leđa, optužujemo sve i svakoga osim samih sebe. Ali, privlačnom silom vlastite karme sami smo privukli ponašanje koje nas je povrijedilo ili "zlu sreću".

Koliko god mi to poricali, sami smo, nedavno ili u dalekoj prošlosti, stvorili sve okolnosti, svaku značajku, svaku na-

**viku. Sve je to proizašlo iz zlorabe slobode izbora koju nam je Bog dao.**

**Dao nam je slobodu da mu se vratimo, ako to odlučimo, ili da nam životi besmisleno teku u smjeru čulnih užitaka. Od Njega, jedinoga Izvora života, dolaze sva snaga i dobrota. Ako naša životna sila neprestano teče prema van udaljavajući se od svojega unutarnjeg Božanskog Izvora, ulazi u suhu pustinju. Jalovi pijesak materijalne svijesti upija našu životnu silu i ona potpuno nestaje.**

**Nikoga ne optužujte za zla koja vas snađu. Prihvatite odgovornost za vlastiti život i za nesreće s kojima se suočavate. Uz čvrstu odluku, dajte sve od sebe kako biste svoju prirodu oslobodili škodljivih sklonosti.**

**I, iznad svega, vratite se Bogu.**

**Utjecaj sotonske zablude iz svojega ćete života ukloniti samo potpunom iskrenošću prema sebi i energičnim nastojanjem. Upamtite da ste taj utjecaj sami prizvali svojim mislima i postupcima. Od danas živite vođeni unutarnjom božanskom mudrošću.**

## **KAKO PREVLADATI KARMIČKE IZAZOVE**

**Ljudi malokad traže skrivene uzroke događaja u svojim životima. Ne shvaćaju zašto pate. Patnja njihove umove obavija gustim velom skrivajući svoje podrijetlo.**

**Samo uslijed dubokog unutarnjeg doživljaja viših stanja svijesti postaje jasno da su svi nedostaci, mentalni ili tjelesni, tek posljedice lošeg ponašanja u prošlosti. Mudrac posjeduje unutarnju jasnoću koja mu omogućuje uvidjeti**

uzrok svake nevolje. Potom može predložiti postupke za uklanjanje utjecaja toga uzroka u životu.

Onaj tko se rodio prikraćen na bilo koji način, trebao bi se energično opirati iskušenju samosažalijevanja. Sažalijevati samoga sebe znači oslabjeti vlastitu unutarnju moć prevladavanja. Umjesto toga afirmirajte: "Prepreke ne postoje, postoje samo *moгуćnost?*"

Ne optužujte nikoga pa čak ni samoga sebe. Optuživanje i osuđivanje neće izbrisati ono što je učinjeno, već će potvrditi vašu ovisnost o okolnostima nad kojima ste doista izgubili nadzor.

Tražite Boga i unutarnju tišinu. Pomirite se s onime što jest i s onime što je potrebno učiniti. Svaku je karmu moguće preoblikovati ako od danas počnete živjeti prema svijesti duše. Odbacite zapovijedi ega. One su uvijek utemeljene u zabludi.

Sto se više približite Bogu, to je izvjesnije da ćete ga upoznati kao samu Božansku Ljubav: najbližu od bliskih i najdražu od dragih.

## ŽIVLJENJE IZNUTRA VODI OSLOBOĐENJU OD KARME

Većina ljudskih bića odbija vodstvo iznutra, vodstvo više mudrosti. Umjesto toga, žive pod utjecajem utvrđenih navika koje su stvorili u prošlosti. Stoga su njihovi životi nalik lopti koju igrači udaraju po vlastitu nahodaenju. Kao što lopta u igri mora ići onamo kamo je poslana, tako i čovječanstvo, vodeno navikama, nema drugog izbora doli živjeti rezultate svoje karme, stvorene prijašnjim postupcima.



Većina ljudskih bića robuje svojoj uvjetovanosti, koja se može činiti kao vanjski uzrok, ali zapravo potječe iz njih. Njima upravljaju njihove navike. Premda su sami stvorili te navike, jednom stvorena navika sama se održava.

Vrlo malo ljudi sluti koliko njihove navike, stvorene uslijed prošlih postupaka, utječu na njihovo sadašnje ponašanje, na njihov svjetonazor, te u kolikoj mjeri određuju kakve će ljude i okolnosti privlačiti, kao i ono što pogrešno nazivaju "srećom", dobrom ili zlom. Ne uviđaju da te navike izviru iz dubina podsvijesti i da neopaženo utječu na sve njihove sadašnje stavove i postupke. Ljudi — napose zapadnjaci - vjeruju da imaju slobodnu volju. Drugi - mahom istočnjaci - jednako pogrešno vjeruju da nema izlaza, da je sve kismet: sudbina.

Ali, izlaz postoji! Postoji način da odbacimo zabludu prema kojoj slobodu dokazujemo dajući "odriješene ruke" svojim egoističnim željama. U području karme upravo karma ima najveći utjecaj. Ali, ljudska se bića mogu povući u posve drugo područje usklađujući se s beskonačnom mudrošću u temelju karmičkog zakona. Sljedeću mjeru slobode vječno imamo na raspolaganju: prihvatiti Boga i Njegove unutarnje smjernice ili nastaviti slijediti vlastite egoistične želje.

Sto više živimo prema unutarnjim smjernicama, to više upravljamo vanjskim događajima velike igre života. Ako živimo u vlastitom središtu, u nadsvijesti, živimo u jedinoj istinskoj slobodi. U svijesti duše više nismo nemoćni u vlasti navika i žudnji. Dakle, mjera u kojoj razvijemo svijest duše jest mjera naše slobode od robovanja karmi.

Umjesto da prihvatite fatalistička pravila karme, slijedite unutarnji put prema slobodi. Svakodnevno meditirajte. Duboko se povezujte s Bogom. Od Njega, pomoću tihog glasa intuicije, doznajte kako se možete osloboditi robovanja navikama koje ponižava dušu.

Koliko su vas dugo - koliko tragično dugo! - navike držale u strahu od budućnosti. Ako vas neočekivana sreća i nesreća u vašemu životu zbunjuju, potražite jedino moguće rješenje beskrajne životne zagonetke: duboku meditaciju i sve veće usklađivanje s mudrošću pomoću svakodnevnog kontakta s vječno slobodnim Beskonačnim Duhom.

## PREKORAČENJE EGA

Nepromjenjiva pravila karme upravljaju ljudskom sudbinom dokle god čovjek živi kroz svoja osjetila reagirajući na vanjske događaje. Za takvu je osobu moralno rasuđivanje utemeljeno u svijesti ega. Učenje svetih spisa utemeljeno je u svijesti ega. Suze samosažalijevanja proizlaze iz svijesti ega. Svijest ega je problem. Sto više vlada umom, to karma snažnije utječe na naše živote.

Međutim, kozmički zakon nije bezuman tiranin. Njegovi sudovi nisu nasumice upućeni uplašenom i nemoćnom čovječanstvu. Svaka je posljedica, dosuđena božanskim zakonom, ispravna i pravedna; proizlazi iz dubljih stvarnosti u samoj ljudskoj prirodi, a dosuđuje se za počinjena djela. Nije li doista logično da žanjemo pravedne posljedice vlastitih postupaka?

Međutim, kad u svijesti duše prekoračimo ego, prekoračujemo i područje karmičkog zakona. Duša ostaje zauvijek netaknuta jer samo ego stvara karmičke posljedice. One nestaju jer više nema centripetalnog vrtloga koji bi ih doveo u žarište svijesti "mene" i "mojega".

Duša se uslijed samoostvarenja napokon oslobađa okova karmičkoga zakona. Čak se i dobra djela velikih svetaca šire poput koncentričnih valova svjetlosti blagoslivljajući cijelo čovječanstvo.



### 3. poglavlje

## OSLOBOĐENJE OD KARME

### PREVLADAVANJE KARME

Nekoć davno, jedan se moćni vladar napio. Prerušio se i pošao u krčmu na svojem posjedu te nekom čovjeku u svađi slomio nogu. Krčmar ga je odveo pred suca, kojega je postavio kralj. Kad je sudac zaustio presudu, kralj je odjednom odbacio krinku i uskliknuo: "Ja sam kralj koji te postavio za suca i imam moć zatvoriti te u tamnicu! Kako se usuđuješ osuditi me?"

Savršena duša, poistovjećena s tijelom, na sličan način može počiniti zlo te ju sudac - ili zakon karme - može proglasiti krivom. Ali, ako ta duša svoju svijest može poistovjetiti s Bogom, Stvoriteljem zakona karme, vladajući zakon ne može kazniti kraljevsku dušu.

Zakon karme moguće je izbjeći poistovjećivanjem s Bogom. Kad čovjek postane sposoban poistovjetiti se s Bogom, trebao bi oprostiti svojoj braći koja su zgriješila protiv njega. Ali ako duša, koja je meditacijom postigla božanski oprost vlastite karme, ne oprašta svojoj grešnoj braći, ponovno se poistovjećuje s ljudskim životom i podvrgava se tajanstvenim zakonima ograničavajuće karme. Stoga bi svaka duša trebala ostati božanska pomoću dosljednog opraštanja i ljubavi, kao što Bog oprašta i voli.

Prema zemaljskim zakonima, sudac može mladog zločinca osuditi na tri godine boravka u popravnom domu. Ali, sudac ga može i pomilovati ako se mladi prijestupnik pokaje te obeća da će se u budućnosti dobro ponašati. Dakle, prema zakonu karme, osoba koja čini zlo, mora požeti posljedice svojih postupaka. Ali, ako zločinac usrdnom molitvom i meditacijom zamoli Boga za oprost, Bog, Tvorac zakona karme, može ga poštedjeti kazne.

## SVIJEST UZVIŠENIH DUŠA

Pri dolasku na ovaj svijet većina duša nema svjestan nadzor nad svojom sudbinom. Maglovito su svjesne da ih ovamo dovodi struja njihovih žudnji. Međutim, osim te maglovite svijesti, nemaju osjećaj svrhe ili smjera.

Napredne duše nisu ograničene. One znaju zašto su došle i što moraju učiniti na zemlji. Usklađene s Božjom voljom te s unutarnjim vodstvom duše, svoje živote i živote drugih usmjeravaju prema sve većoj slobodi u Beskonačnomu.

Učeći doživljavati uvijek novu radost u meditaciji, drugi se također postupno izdižu iznad grube materijalne svijesti, u slobodu Duha.

Sto je duša jasnije svjesna uzvišenijeg vodstva, to je slobodnija od zakona karme. Savršena predaja Božjoj volji nipošto nije pasivna. Savršeno usklađivanje uma iziskuje veliku moć volje i veliku usredotočenost. Predaja omogućuje duši širenje svijesti poput neograničene kugle svjetlosti, sve dok

ne obuhvati sveprisutnost. Radosno širenje duše donosi sve veću vlast - ne samo nad samim sobom već i nad svom materijom.

## KRIYA JOGA I OSLOBOĐENJE OD KARME

"Kriya joga je sredstvo koje može ubrzati čovjekov razvoj." Objasnio je Sri Yukteswar svojim učenicima... \*

Život naprednog Kriya jogija nije pod utjecajem prošlih postupaka već isključivo smjernica duše. Posvećenik na taj način izbjegava spore evolucijske podsjetnike na egoistične postupke, dobre i loše, uobičajeni život koji se orlovskom srcu doima tegobnim i sporim poput puža...

Poistovjećujući se s plitkim egom, čovjek je uvjeren da sam razmišlja, želi, osjeća, probavlja obroke i održava se na životu ne priznajući uslijed promišljanja (i malo bi bilo dovoljno!) da je u svojem uobičajenom životu tek marioneta prošlih postupaka (karme) te prirode ili okružja. Intelektualne reakcije, osjećaji, raspoloženja i navike svakog čovjeka ograničeni su posljedicama prošlih uzroka iz ovoga ili prijašnjih života. Međutim, njegova je kraljevska duša visoko iznad takvih utjecaja...

Ne upuštajući se u poistovjećivanje svojega uma, volje i osjećaja s tjelesnim žudnjama te sjedinjujući um s nadsvjesnim silama u kralježničnim svetištima, napredni jogi u ovom svijetu živi prema Božjem naumu, slobodan od utjecaja impulsa iz prošlosti i novih besmislica sadašnjih ljudskih motiva. Takav jogi prima ispunjenje svoje Najveće Žudnje, siguran u konačnom utočištu neiscrpnog blaženog Duha.

Više informacija o Kriya Yogi i Sri Yukteswariju možete pronaći u *Autobiografiji jednog jogija* Paramhansa Yoganande.

## UČITELJI PREUZIMAJU KARMU DRUGIH

Na sreću svojih učenika, Sri Yukteswar spalio je mnogo njihovih grijeha u vatri svoje jake groznice u Kašmiru. Iznimno napredni jogiji poznaju metafizičku metodu tjelesnog prijenosa bolesti. Jak čovjek slabijemu može pomoći nositi njegov težak teret; duhovni je „superčovjek“ sposoban olakšati tjelesni i mentalni teret svojih učenika dijeleći karmu njihovih prošlih postupaka. Kao što bogataš izgubi nešto novca kad plati veliki dug svojega rasipnoga sina, kojega na taj način spašava strašnih posljedica njegove nepromišljenosti, tako i učitelj svjesno žrtvuje dio svojega tjelesnoga bogatstva kako bi učenicima olakšao teškoće.

Primjenjujući tajnu metodu, jogi sjedinjuje svoj um i astralno tijelo s umom i astralnim tijelom onoga tko pati; bolest se, u cijelosti ili djelomično, prenosi u tijelo sveca. Budući da je na tjelesnom polju postigao Boga, učitelj više ne mari što će se dogoditi s tim materijalnim oblikom. Premda mu može dopustiti očitovanje određene bolesti kako bi ju olakšao drugima, njegov um ostaje netaknut; smatra se sretnim jer je mogao pomoći na taj način.

Posvećenik koji je postigao konačno spasenje u Bogu, ustanovljuje da je njegovo tijelo potpuno ispunilo svoju svrhu; tada se njime može koristiti kako mu odgovara. U svijetu nastoji ublažiti tugu čovječanstva, duhovno, intelektualnim savjetovanjem, pomoću moći volje ili tjelesnim prijenosom bolesti. Uzdižući se u nadsvijest kad god poželi, učitelj može ostati neosjetljiv na tjelesnu patnju; katkad tjelesnu bol odluči podnositi stoički, kao primjer učenicima. Preuzimajući bolesti drugih, jogi umjesto njih može zadovoljiti karmički zakon uzroka i posljedice. Taj zakon djeluje mehanički ili matematički, a ljudi koji posjeduju božansku mudrost, mogu sustavno manipulirati njegovim funkcioniranjem.

Duhovni zakon ne zahtijeva da učitelj oboli kad god iscjeljuje nekoga. Iscjeljivanja se u pravilu događaju zahvaljujući svećevu poznavanju raznih metoda trenutnog iscjeljenja koje neće nauditi duhovnom iscjelitelju. Međutim, učitelj koji želi znatno ubrzati razvoj svojih učenika, u rijetkim slučajevima može vlastitim tijelom razriješiti mnogo njihove nepoželjne karme.

Isus se proglasio otkupiteljem grijeha mnogih ljudi. Budući da je posjedovao božanske moći, njegovo tijelo nije moglo biti usmrćeno razapinjanjem jer je voljno surađivao sa suptilnim kozmičkim zakonom uzroka i posljedice. Na taj je način preuzeo posljedice karme drugih ljudi, a osobito svojih učenika. Učenici su stoga bili iznimno pročišćeni i spremni primiti sveprisutnu svijest koja je kasnije sišla na njih.

Jedino samoostvoreni učitelj može prenijeti svoju životnu silu ili u svoje tijelo preuzeti bolesti drugih. Običan čovjek ne može izvesti tu jogičku metodu iscjeljivanja, što i nije uputno jer je nezdravo tijelo zapreka božanskoj meditaciji. Hinduistički sveti spisi govore da je održavanje tijela u dobrom stanju čovjekova najvažnija dužnost; u suprotnom njegov um ne može ostati postojan u vjerskoj usredotočenosti.

## VAŽNOST MEDITACIJE

Tko ne bi želio poštedu od posljedica vlastitih grijeha? Međutim, malo je onih koji su spremni učiniti ono što je potrebno da bi postigli takvu poštedu. Preklinjanje nas ne može poštedjeti tegobnog kotača pravde. Kozmički je zakon matematički precizan. Njegova je pravila moguće



izbjeci življenjem u božanskoj svijesti. Sloboda se ne postiže ulagivačkim molitvama već dubokim usklađivanjem sa sveljubećom Unutarnjom Tišinom. Koliko smo god zaokupljeni radom ili svjetovnim pitanjima, trebali bismo težiti unutarnjoj tišini kako bismo se uskladili s Bogom. Tihim štovanjem možemo produbiti svoju svijest o božanskoj ljubavi i mudrosti. Božansko je iznad zakona. U svemu što činimo trebali bismo osjećati kako Božja svestvaralačka Inteligencija radi kroz nas. Sto je naš život bliži Bogu, to Njegov zakon manje utječe na nas.

Najveća od svih "zaokupljenosti" jest zaokupljenost Bogom. Najveća od svih dužnosti jest postaviti Njega na prvo mjesto u svojem životu. Ni jedna zaokupljenost i ni jedna zemaljska dužnost ne bi bile moguće bez inteligencije koja potječe od Njega.

Odlučite dosljedno ispunjavati svoju najvažniju obvezu: svoje dnevne sastanke s Bogom. Dva puta dnevno ulazite u unutarnju tišinu. Stujte Boga na oltaru svitanja. Na kraju dana tiho sjedite u hramu noći; neka vas tama odvoji od svega što vam danju odvraća pozornost.

Promišljajte jednolično ponavljanje smrti i ponovnog rađanja. Već u ovom tijelu nastojte uništiti sjemenke svoje prošle karme (postupaka). Sjetite se da spaljene sjemenke ne klijaju. Ljudi koji u dubokoj meditaciji svoje karmičke sjemenke pale u vatri mudrosti, više se nikada neće morati inkarnirati na zemlji.



#### 4. poglavlje

## SMRT I USKRSNUĆE

### ŠTO SE DOGAĐA U TRENUTKU UMIRANJA

Kad se običan čovjek približi smrti, cijelo mu se tijelo najčešće paralizira, kao što dijelovi vašega tijela katkad utrnu. Kad vam stopalo utrne, vidite ga i znate da je vaše, ali ga ne možete pomaknuti. Dakle, većina ljudi nadomak smrti osjeća posvemašnju oduzetost ili utrnuće cijeloga tijela - udova, mišića, čak i unutarnjih organa uključujući srce, pluća i dijafragmu.

Umirući je na početku svjestan da mu mišići i udovi polako trnu. Kad srce počne trnuti, pojavljuje se osjećaj gušenja jer pluća ne mogu raditi bez funkcije srca. Taj je osjećaj gušenja pomalo bolan, nelagoda traje jednu do tri sekunde i uzrokuje jak strah od smrti. Budući da se duše reinkarniraju mnogo puta te neizostavno moraju iskusiti smrt uslijed prijelaza iz staroga tijela u tijelo malog djeteta, zadržavaju sjećanje na taj osjećaj gušenja i boli u trenutku smrti. To sjećanje uzrokuje strah od smrti.

#### *Tjelesna i psihološka stanja umiranja*

Običan čovjek u trenutku smrti doživljava sljedeće osjete:

1. Postupno utrnuće udova, mišića, srca, pluća i dijafragme.
2. Uslijed širenja utrnutosti na udove i mišiće, pojavljuju se osjećaji tuge i nemoći te želja za životom.

3. Kad mišić srca počne trnuti, pojavljuje se osjet boli i gušenja, koji može izazvati jak strah od smrti. Dušu preplavljuje vezanost uz imovinu i voljene osobe te izaziva jaku mentalnu bol.
4. Uslijed boli gušenja, umirujući mentalno, svim silama, nastoji ponovno doći do daha. Tada mu se u umu odvija sažeti prikaz svih dobrih i loših postupaka u tom životu. Iz te mentalne introspekcije proizlazi sklonost koja će biti smjernica u određivanju vrste rođenja u sljedećem životu.
5. Istodobno jedan za drugim nestaju osjeti dodira, okusa, njuha, vida i sluha. Osjet sluha zadnji napušta svijest umirućega. Zbog toga u blizini umirućega nipošto nije uputno čak ni šapnuti: "Gotovo je; umrijet će."

Dvoje mojih učenika, brat i sestra, doživjeli su neuobičajeno iskustvo. Sestra je ležala na umoru, a uz nju su bili njezin brat i liječnici. Kad je brat nakratko izašao iz sobe po vodu, liječnici su glasno rekli: "Gotovo je; pulsa više nema." Opazili su grč i tada su zaključili da je mrtva. Kad se njezin brat vratio, otpravio je sve prisutne. Tada je energično protresao sestru, vičući: "Sestro, učitelj ti je rekao da ćeš preživjeti ako se potrudiš!"

Njezino je srce za nekoliko trenutaka ponovno počelo kucati; počela je disati, sjela i ispriповijedala sljedeće iskustvo: "Cijelo mi je tijelo obamrlo, ali sam čula korake svojega brata dok je izlazio iz sobe. Pokušavala sam voljom pokrenuti životnu silu u svojem nepomičnom tijelu, ali čim sam čula kako su liječnici rekli: 'Gotovo je', odustala sam od želje za životom. Uslijedilo je potpuno obamiranje mojih vanjskih mišića i unutarnjih organa te zasljepljujući bljesak svjetlosti u glavi i potom duboka tama. U tom sam stanju čula kako mi brat prilazi, kao izdaleka, i čim me je potaknuo da upotrijebim moć volje

i probudim se, ponovno sam osjetila želju za životom i evo me. Moja je svijest uspjela oživjeti u obamrlim unutarnjim organima, mišićima i osjetilima."

Budući da je posljednja najvažnija misao umirućega opterećena životnom sklonošću navici, nije uputno opterećivati tu svijest strahom od smrti.

Umirućemu nije uputno govoriti ništa, ali, ako je hrabar i želi umrijeti, možete mu šapnuti u uho: "Prijeđi prag ovoga bijednog života i udi u svijet vječne sreće."

6. Nakon doživljaja gušenja, običan čovjek odjednom osjeća oslobođenje od težine svojega tijela, potrebe za disanjem i svake tjelesne boli.
7. Duša preminuloga nakon toga ulazi u san zaborava, milijun puta dublji i ugodniji od običnog dubokog sna.
8. Duša osjeća kao da leti kroz vrlo miran, mračan tunel.
9. Ako čovjek umre brzo, primjerice, uslijed vješanja, strujnog udara, ustrjeljivanja ili nesretnog slučaja, gotovo uopće ne osjeća tjelesnu bol.

Patnja je isključivo mentalna jer um uvida da ne može disati te da više ne može živjeti u tom tijelu. Zamišljeni se osjećaj gušenja i boli u trenutku smrti pretvara u bolnu mentalnu moru, koja neko vrijeme muči um preminuloga, ali se ubrzo pomiri s time, kad duša uvidi da je izgubila tijelo. Ako je dobra duša ubijena, nakon iznenadne smrti malokad trpi čak i mentalnu agoniju.

*Astralno tijelo nakon smrti postaje  
nositelj djelovanja*

Premda je fizičko tijelo Božji san, u vlasti se ega doima stvarnim. Jednako se tako astralno tijelo u smrti doima stvarnim i postaje nositelj djelovanja ega. Kao što fizičko tijelo može

sanjati ljudske snove, tako i astralno tijelo (nakon smrti fizičkog tijela) u sebi može stvoriti bilo koji san.

Sveci i usredotočeni ljudi, koji su tijekom zemaljskog života primjenjivali tehniku meditacije, sposobni su zadržati svijest čak i kad srce uspori ili stane; svijest bi mogli zadržati i u stanju smrtnog sna. Kao što mi možemo uživati u dubokom snu ili polusvjesno promatrati odvijanje lijepoga sna, tako se i u svjesnoj smrti sva astralna iskustva promatraju svjesno ili polusvjesno.

### *Astralna klima*

Astralni je svemir prirodnije usklađen s božanskom voljom i naumom savršenstva no što je to zemaljski svijet. Svaki se astralni objekt očituje ponajprije Božjom voljom i djelomice voljnim nastojanjem astralnih bića. Ona posjeduju moć promjene ili usavršavanja ljepote i oblika bilo čega što je Bog već stvorio.

Duša astralni svijet doživljava kao prelijep vrt. Astralna je klima ujednačeno topla i hladna, a moguće ju je regulirati pomoću moći volje, kao što ljudi mogu zagrijati ili rashladiti svoje domove pomoću električnih grijača ili klimatizacijskih uređaja.

Astralnu klimu čine astralna zima, proljeće, sezona kiša i ljeto. Tijekom astralne zime nad astralnim krajolikom plove iznimno lijepi, svjež, ali ne i hladni, bijeli pahuljasti oblaci ili zrake. Astralni snijeg pada po narudžbi stanovnika, uglavnom zbog uljepšavanja krajolika. Taj snijeg mijenja temperaturu prema volji stanovnika astralnog područja.

Astralno proljeće i ljeto ispunjeni su beskrajnom raznolikošću nebeskog cvijeća, koje se smiješi s tla prozirne, smrznute, zlatne svjetlosti. Cvjetovi cvjetaju i mijenjaju se ili nestaju.

ju, u beskrajnoj raznovrsnosti nijansi, prema želji astralnog vrtlara. Cvijeće nikada ne vene. Kad više nije željeno, samo nestane ili se promijeni.

U astralnoj kišnoj sezoni zrake pljušte po zlatnom tlu stvarajući neopisivu raznovrsnost glazbe sfera. Uslijed pada stvaraju cvjetne oblike pa se tijekom astralne kiše opaža sloj srebrnih niti koje vise sa svjetlosnih krasuljaka i ruža spuštajući ih na astralno tlo. Lokvice svjetlosti u obliku cvjetova krasi ulice tijekom astralne kiše.

### *Astralne kuće*

U astralnom je području mnogo palača ili sfera raznih šarenih, svjetlucavih vibracija. Kao što grad obuhvaća različite četvrti - bogate i siromašne - tako je i u astralnom kraljevstvu mnogo četvrti s različitim vrstama nastambi. Astralne se nastambe sastoje od opeka, koje čine zgusnuti atomi.

Sveci žive u finim astralnim područjima. Obične bi se duše ondje smrznule ili ugušile, ali su sveci sposobni živjeti na iznimnoj hladnoći ili vrućini, slobodni od magnetskih poremećaja. Zle duše žive u astralnim sirotinjskim četvrtima i nisu sposobne ući u fino ozračje blaženoga duhovnog plemstva.

### *Reinkarnacija u astralnom području*

Astralno područje obuhvaća rođenje, smrt i reinkarnaciju kao i zemaljski život, ali je život u astralnom području vrlo dug, a napredne duše ne moraju umrijeti, ni promijeniti se, za razliku od zlih duša.

Kad se napredna duša s ljubavlju prisjeti zemaljskih iskustava, možda se mora vratiti te iskusiti život i smrt u materijalnom svijetu. Astralna smrt ne obuhvaća bol ili strah.

### *Astralne bolesti i zločin*

Astralne su bolesti uglavnom mentalna raspoloženja i mentalni poremećaji ili astralna pothranjenost. Astralne bolesti lako liječe moćni umovi gotovo svih stanovnika astralnog područja.

Astralni zločin čine neznanje i težnja sebičnoj sreći. Ne postoje suci koji bi kažnjavali. Duše se same kažnjavaju kad zgriješe, same si određuju kaznu.

### *Kako možemo stupiti u vezu s mrtvima?*

Ne pokušavajte stupiti u vezu s lutajućim dušama kojima vrvi eter. Kao što lutalice mogu zauzeti i uništiti prazan, nezaključan automobil, tako lutajuće duše mogu ući u rastresene ljude plitkoga uma, koji pokušavaju prizvati duhove pomoću pasivnog stanja uma. Te lutajuće duše mogu opsjesti um i uništiti ga. Zbog toga ljudi koji se pasivno prepuštaju opsjednutosti najčešće izgube karakter, razum i duhovnu moć.

Uputno je zvati samo pouzdane duše koje su vas voljele, koje vas i dalje vole. Dobre vam duše mogu pomoći, a i vi možete njima uputiti pomoć.

### *Kako prizvati dobre duše*

Usredotočite se duboko, strpljivo, sve dok ne budete vidjeli svoje duhovno oko (srebrnobijelu zvijezdu u opalnojplavom



polju, obavijenu zlatnom aureolom) zatvorenih i otvorenih očiju. Morate biti sposobni zadržati tu predodžbu koliko god želite. Tada vizualizirajte dobru dušu s kojom želite uspostaviti vezu i pozivajte ju u svjetlost. Ako ste dovoljno strpljivi i posjedujete dovoljno osobnog žara, ugledat ćete tu predodžbu i razgovarati s njom, kao u filmu, na zaslonu duhovnog oka. Dublji razvoj donijet će vam sposobnost opažanja te duše otvorenim očima.

Ako vaš poziv prihvati duša poput Isusa, možda vam neće biti samo vidljiva jer može postići toliko jaku tjelesnu vibraciju da ju možete i čuti i dodirnuti.

Zle duše ne mogu ući u utvrđeno, visoko pobuđeno polje duhovnog oka. Duhovnim su okom vidljive samo dobre duše koje vam mogu pomoći.

### *Kako otjerati zle dahove*

Ako je netko opsjednut zlim duhom, dodirnite mu čelo kažiprstom desne ruke, a kažiprst lijeve ruke stavite na primozak; potom pritisnite objema rukama te, gledajući svojim duhovnim okom, recite: "Palim te astralnom svjetlošću i naređujem ti da izađeš."

Ako ste se sami našli u toj nevolji, prije spavanja na jastuku prstom ispišite "AUM" ili "Amen". Vizualizirajte svjetlost oko svojega tijela, pogledajte u duhovno oko i nekoliko puta mentalno ili glasno ponovite: "Ja sam Svjetlost. Tama nestaje." Osim toga, u stojećem ili sjedećem položaju spojite dlanove ispred tijela, zamahnite rukama, spojite dlanove iza leđa te ponovno ispred tijela, nekoliko puta u brzom slijedu, izgovarajući "AUM", i bit ćete zaštićeni.

## *Stupanje u vezu s dušama preminulih*

U istinskoj komunikaciji s duhom čovjek ne bi smio izgubiti svijest, već bi trebao svjesno komunicirati s prizvanom dušom. Emocije uzbuđenja u pravilu se ne pojavljuju u tim stanjima. Ne iskušavajte brze, čudotvorne trikove za uspostavljanje veze s dušama preminulih. To je velik duhovni zločin protiv Boga i čovječanstva. Vezu s voljenim preminulim osobama uspostavljajte samo dubokom, ustrajnom meditacijom. Samo vam meditacija i mjeseci, katkad i godine strpljivosti, mogu omogućiti uspostavljanje te veze.

Svake se večeri zatvorenih očiju usredotočite na Kristovo središte, astralni odašiljač duhovnog oka, i preminulima šaljte dobre namjere mentalno govoreći: "Uskrsni i oživi u Bogu." Oni će primiti tu poruku. Potom sjedite u tišini i pokušajte osjetiti njihovu ljubav; kad osjetite ushit, znajte da su vam odgovorili.

Čak i ako su se duše nekih vaših preminulih voljenih osoba ponovno inkarnirale, opisanim postupkom možete stupiti u vezu s njihovim vječno budnim astralnim tijelima te primiti odgovor u obliku sna tijekom spavanja ili vizije tijekom meditacije.

Pronalazeći prijatelje u ovom životu i slijedeći ih u astralnom području nakon smrti, otkrit ćete tajnu života poslije smrti. Tada ćete shvatiti da vas je smrt razdvojila od voljenih kako ne biste voljeli samo njih, već i pružali ljubav svim ljudima u svim inkarnacijama. Kad vaše srce postane dovoljno veliko da bi voljelo sve, spoznat ćete Oca koji jednako voli svu svoju djecu. Spoznavši Njega, spoznat ćete sve svoje brojne roditelje i prijatelje koje ste nekoć voljeli. Uz tu duboku ljubav zavoljet ćete svu svoju živu i neživu braću kao djecu jedinoga, vječno dobrog, vječno zagonetnog Oca-Boga.

Nemojte neprestano misliti o duši preminule osobe ako ne znate da je dobra i ako ne osjećate nepokolebljivu želju da s njom stupite u vezu. Ako vam vrijeme ne omogući zaboraviti preminulog prijatelja, pokušajte s njim stupiti u vezu. Ustrajna želja da doznate štogod o duši preminule osobe najbolja je astralna poruka koju možete poslati.

### *Osjećanje veze u svjesnom stanju*

Ako vam dragi prijatelj danonoćno nedostaje, osjećat ćete svojevrsnu čežnju, utješnu prisutnost oko srca. Taj osjećaj govori da blagonaklona duša pokušava stupiti u vezu s vama pomoću vaših osjećaja, ali se ne može očitovati zbog vašega neprestanog mentalnog nemira.

### *Veza u snu, u podsvjesnom stanju*

Ako ste nekoliko minuta prije spavanja usredotočeni na osjećaj prisutnosti svojega prijatelja, pokazat će vam se u snu.

### *Svjesna veza u nadsvjesnom stanju*

Ako osjećate prisutnost svojega preminulog prijatelja i tada se zatvorenih očiju usredotočite na točku između obrva i vizualizirate ga, nakon nekog će se vremena pojaviti. To može potrajati mjesecima, ili čak godinama, ali ako ste strpljivi i ustrajno produbljujete astralni poziv meditacije, uspjete.

*Metafizička tehnika pronalaženja izgubljenih  
voljenih prijatelja*

Ako vam smrt oduzme nekoga koga duboko volite i ne možete ga zaboraviti, pokušajte ga pronaći vježbajući svakodnevno po dva sata, mjesecima ili, ako bude potrebno, godinama na sljedeći način: sjednite na stolac s uspravnim naslonom i sat vremena primjenjujte najbolju tehniku usredotočenja koju poznajete. Potom podignite ruku i usredotočite se na vrhove prstiju. Usredotočeni na točku između obrva, opazit ćete duhovno oko i ustrajte u namjeri da uspostavite vezu s astralnim tijelom preminule duše.

Blago kružite šakom u raznim smjerovima: prema sjeveru, jugu, istoku, zapadu i tako dalje. U svakom smjeru kruga pokušajte osjetiti prisutnost astralnog tijela preminule duše. Kad prstima osjetite da ste ju dodirnuli kao što ste ju dodirivali za života, srce će vam se ispuniti ushićenjem. Nastavite ju vizualizirati duhovnim okom i vidjet ćete ju. Zamolite prste i srce da vam otkriju gdje se vaš prijatelj ponovno rodio, prema smjeru u kojemu ste ga prstima osjetili. Kad ga osjetite prstima i srcem, kad ga opazite i budete sposobni razgovarati s njim, reći će vam gdje se nalazi u astralnom svijetu ili gdje se rodio. Tada će nastupiti silna radost.

### PRIMJERI USKRSNUĆA

*Stvarni Kriyananda pripovijeda sljedeće priče:*

U Encinitasu je živio čovjek koji je prodavao nekretnine. Njegova je supruga devedeset dana bila teško bolesna. Kad je čovjek čuo za Yoganandu, koji je živio nedaleko od njih

i imao iscjeliteljske moći, pošao je k njemu i zamolio ga da moli za nju. Yogananda je molio, ali mu je rečeno da još ne ide k toj ženi. Žena je nedugo potom umrla, što je njezina supruga bacilo u očaj.

Tek je tada Yoganandi u meditaciji rečeno neka pode k njemu. Ušavši u njihov dom, ondje je zatekao tridesetak tugujućih ljudi. Čovjek je bio pokraj postelje svoje supruge te ju je, uplakan, očajnički tresao. Yogananda ga je mirnim pokretom udaljio te jednu ruku stavio na čelo mrtve žene, a drugu na njezina leđa te počeo prizivati Božansku Moć.

Za pet do deset minuta njezino je tijelo počelo drhtati - "poput motora", kako je to Yogananda kasnije opisao. Uskoro se potpuno smirila. Srce joj je zakucalo i počela je disati. Polako je otvorila oči. Pogled joj je bio odsutan, kao da se upravo vratila s dugog putovanja.

Potpuno je ozdravila.

i\*

"Kad sam 1935. godine posjetio Indiju", rekao nam je Yogananda, "hodao sam ulicom u Seramporeu, u kojoj je živio moj guru, i iz jedne sam kuće čuo glasno naricanje. Ispostavilo se da je to kuća rođaka mojega prijatelja. Ušao sam i doznao da je taj čovjek upravo umro. Njegova je obitelj plakala. Prišao sam tijelu i duboko molio nad njime. Čovjek je, Božjom milošću, oživio."

Doktor Lewis mi je mnogo godina poslije rekao: "Jednom sam upitao Učitelja: 'Jeste li u tu kuću ušli zbog osobne povezanosti s tim čovjekom? Ili zato jer vas je Bog uputio?'"

Yogananda je odmah odgovorio: 'Oh, zato jer me je Bog uputio. Inače ne bih ušao.'"

## NEBO ČEKA

Smrt nije potpuni nestanak. Smrt je stanje pasivnog, nevoljnog opuštanja prouzročenog nesrećom, bolešću ili tugom. To prisilno i trajno odvajanje tijela od struje života popularno se naziva smrću ili potpunim prestankom života. No, zapravo je posrijedi tek privremeno stanje. To nije svršetak svega, već tek prijelaz iz područja promjenjive, ružne materije u područje beskrajne radosti i raznobojnih svjetala.

Zašto ne biste putem meditacije svladali metodu voljnog odvajanja cijeloga tijela od struje života te na taj način oslobodili dušu okova smrti? Kao što električna struja ne umire kad se žarulja razbije, tako ni smrt ne uništava naše istinsko jastvo, koje se nakon nje povlači u beskrajno, Sveprisutno Jastvo.

Ovaj svijet doživljavamo pomoću pet osjetila: okusa, dodira, njuha, sluha i vida. Nebo se doživljava pomoću intuicije. Zbog toga je potrebno meditirati često i duboko jer meditacijom razvijamo šesto osjetilo ili intuiciju. Mi nismo tijelo već Duh. Nebo vas čeka, a jedini način da dođete do njega jest razvijanje intuicije dubokom molitvom i meditacijom.

## ČAROBNA MRKVA

U staro je doba u Indiji živjela vrlo svadljiva žena. Ime joj je bilo Kalaha, što na bengalskom znači "svađa". Gospođica Kalaha porječkala bi se sa svakime i zbog najbezazlenijeg povoda te nije mogla učiniti ni najmanje dobro djelo.

Vrijeme je prolazilo, a Kalaha je bila sve zlobnija i pakosnija. Naposljetku ju je Anđeo Smrti izbacio iz njezina tijela.

Njezino je astralno tijelo tada krenulo niz spiralne stepenice tmine, u područje najdublje tame. Tresnula je na tlo Hada, iz kojega je izlazila para. U očaju je i strahu vrištala tražeći milost kad je vidjela da je Anđeo Smrti ostavlja na tom strašnom mjestu, na kojemu grešne sjene žive u mucima i očaju.

Privučen molećivim, prodornim kricima zle žene, Jama (Anđeo Smrti) se ipak vratio i rekao joj: "Molim te, možeš li se sjetiti bilo kojeg dobrog djela koje si učinila za svojega boravka na zemlji kako bih te mogao poštediti ovoga strašnog mjesta na kojemu si se našla zbog vlastitih pogrešaka?"

Zla se žena neko vrijeme češala po glavi te je, nakon dugog razmišljanja, uskliknula: "O, da, vaše Visočanstvo, sjećam se jednoga svojeg dobrog djela! Jednom sam imala nekoliko mrkvi. Namjeravala sam ih sve pojesti, ali sam opazila da je u jednoj crv pa sam ju dala drugome čovjeku. Vjerojatno sam mu savjetovala da pojede samo dobar dio, a ostatak baci kako ne bi ubio crva."

"To je dovoljno", odgovorio je Jama. Mahnuo je rukom i pred grešnu je ženu doletjela mrkva. Jama je nastavio: "Zla dušo, drži ovu mrkvu i ne puštaj ju. Ne popuštaj stisak i odnijet će te na nebo."

Žena je pomamno uhvatila mrkvu i počela se uspinjati prema nebu. Vidjevši to, drugi se grešnik uhvatio za njezinu nogu, sljedeći se uhvatio za nogu prvoga, a treći se uhvatio za noge drugoga, sve dok s nogu zle žene nije visio lanac od stotinu grešnika. Podižući ženu i lanac od stotinu grešnika, čarobna se mrkva počela uzdizati prema nebu poput rakete.

Zla je žena bila presretna jer se tako lako oslobodila ruku posmrtnih pravednosti. A kada je osjetila kako joj nešto poteže stopala, spustila je pogled i shvatila da se s njom prema

nebu uzdiže dug lanac grešnika. Razbjesnila se uvidjevši da svi nezasluženo iskorištavaju taj uspon. Nije mogla podnijeti pomisao da bilo tko drugi osvoji naklonost Anđela Smrti. Bijesno je viknula: "Bezvrijedni grešnici, pustite moje noge! Kako se usuđujete letjeti prema nebu s mojom čarobnom mrkvom?"

Dok je mahala nogama kako bi zbacila druge grješnike, ispustila je mrkvu. Tada se sunovratila s cijelim lancem i tresnula na tlo Hada.

Ova nas priča poučava da čak i maleno dobro djelo može biti majušna splav spasenja koja će nas ponijeti preko opasnog zaljeva grijeha, ali onaj tko pije vino sebičnosti i pleše na čamcu zlobe, tone u oceanu neznanja. Sebična sreća, koja ne može podnijeti dobrobit drugih, nedvojbena će se pretvoriti u tugu.

## MOJE LANE

U Bogu nema razdvojenosti, ali smrt donosi razdvajanje onima koji nisu shvatili jedinstvo Boga. Oni smrt doživljavaju kao prazan zid iza kojega duše nestaju i odlaze u zaborav. Prosvijetljen čovjek vidi dalje od zemlje smrti, kako duše plešu i ponovno se bude. Smrt ne bi trebala prouzročiti tugu. I sam sam duboko tugovao kad bi koji od mojih prijatelja umro. Ne smijete to osjećati. Kad spoznate Boga, u uzvišenosti Božanskoga opazit ćete sve i tada ćete shvatiti da zapravo nikada nisu daleko od vas.

U našoj školi u Ranchiju u Indiji jedno mi je lane veoma priraslo srcu. Toliko sam ga volio da sam mu dopuštao spavati u mojoj sobi. Životinjica bi se u svitanje dogejala do mogega kreveta na jutarnje milovanje.



Jednoga sam dana morao otići iz škole. Premda sam dječacima rekao da lane ne smiju hraniti do mogega povratka, jedan od njih dao mu je poveću količinu mlijeka. Kad sam se navečer vratio, dočekala me tužna vijest: "Lane je na umoru zbog pretjeranog hranjenja." Gotovo sam umro od tuge. Rekao sam: "Ako Bog postoji, neće mi uzeti lane." Stoga sam sjeo u meditaciju i lane je nakon tri sata ustalo. Bog mi ga je vratio.

Ali, kakvu li sam pouku kasnije primio! Bdio sam uz lane do dva sata u noći, a tada sam zaspao. Lane mi se ukazalo u snu i reklo:

"Zadržavaš me. Molim te, pusti me, pusti me!"

"U redu", odgovorio sam u snu.

Istog sam se trena probudio i viknuo: "Dječaci, lane ugiba!" Djeca su dotrčala k meni.

Požurio sam u kut sobe, kamo sam bio smjestio lane. Ono je posljednji put pokušalo ustati, posrnulo prema meni i srušilo se pred mojim nogama, mrtvo.

Prema sveopćoj karmi koja usmjerava i određuje sudbine životinja, život toga laneta je završio i ono je bilo spremno napredovati u viši oblik. Ali, zbog svoje duboke vezanosti, u kojoj sam kasnije prepoznao sebičnost, i usrdnih molitvi, uspio sam ga zadržati u granicama životinjskoga tijela, kojega se ta duša svim silama nastojala osloboditi. Duša laneta u snu mi je uputila svoju molbu jer bez mogega blagonaklonog dopuštenja ne bi željela ili ne bi mogla otići. Cim sam pristao na to, otišla je.

Sva me je tuga napustila. Ponovno sam shvatio kako Bog želi da Njegova djeca vole sve kao dio Njega, da ne podliježu zabludi smrti kao svršetku svega. Neuk čovjek vidi samo nesavladivi zid smrti koji naizgled zauvijek skriva njegove voljene prijatelje. Ali, slobodan čovjek, onaj tko druge voli

**kao očitovanja Boga, zna da se voljeni nakon smrti samo vraćaju u odmorište Njegove radosti.**

## **POSLJEDNJI DAN**

**Vi koji čitate, ja koji pišem i dvije milijarde ljudi koliko ih danas\* pulsira životom, za stotinu će godina postojati samo u mislima. Uzvišeni i skromni moraju biti pokopani pod travom ili spaljeni u plamenu kremiranja. Mi, koji smo toliko sigurni u svoj doručak, ručak i večeru, nećemo moći gutati ni govoriti. Usne će nam biti zauvijek zapečaćene.**

**Mi, koji rado slušamo laskanje, zvuk potoka, milozvučnu melodiju glazbe i poznate riječi voljenih osoba, jednoga dana više nećemo čuti ni jedan zvuk ove žalosne zemlje.**

**Ruže i cvjetovi koje volite jednoga će dana poslati glasnike miomirisa da pokucaju na vrata vašega osjetila očaranog mirisima, ali se vrata toga osjetila više neće otvoriti. Zemaljski vas miris prirode više nikada neće mamiti.**

**Doći će dan kad će sve ljepote nijemo stajati pred mudronim vratima vašega lotosova pogleda i pokušavati ući u odaju vašega divljenja, ali vi više nećete opažati nesavršenu materiju.**

**Odaja mudrosti ostat će prazna. Mozak, koji je upravljao radom 27 bilijuna vaših stanica i vašom tjelesnom tvornicom, više ih neće usmjeravati. Meki dodiri povjetarca i sunčeve topline više vam neće goditi jer će vaše tijelo biti nepomično i beživotno.**

**Doći će dan kad više nećete vidjeti, kad nećete moći pomicati ruke i noge, kad nećete misliti ni dobre ni loše misli,**

\* Napisano 1934. godine.

**kad nećete doživljavati ni uspjeh ni neuspjeh, kad neće biti ni mudrosti ni neznanja.**

**Budući da se to mora dogoditi, zašto uz taj topivi kip od maslaca vežete sve jače uvjerenje u vječnu ugodu? Vrućina smrti otopit će smrznute atome tijela. Jeste li ikada pomislili da imate samo ovaj život i da ćete se nakon njega pridružiti sjenama milijuna duša koje su također mislile, živjele, smijale se i umrle s neostvarenim nadama?**

**Reinkarnacija nedvojbeno jest zbiljska, ali jeste li svjesni da više nikada nećete imati isto tijelo, isti um, prijatelje u istim oblicima ili isti način života i smrti koji ćete iskusiti u ovom životu?**

**Sjetite se da jednu ulogu ostvarujete tijekom nekoliko godina tuge i smijeha na zaslonu vremena, nakon čega će taj životni film biti zauvijek odložen na policu i više se nikada neće odvitii, iako će se izmijenjen pojaviti na zaslonu neke druge inkarnacije.**

**Ako svaka duša mora odbaciti malovrijedno odijelo tijela kako bi se mogla zaogrnuti blistavim ogrtačem besmrtnosti, zašto biste plakali. Ako i sveci koji se proglašavaju besmrtnima i mali ljudi koji drhte pred smrću moraju umrijeti, zašto biste se plašili smrti. Smrt je univerzalno iskustvo koje svi moraju proći.**

**Zamislite kakav je misterij Život! Izvire iz nepoznatoga i utječe u nepoznato. Zamislite kakav je Smrt misterij! Jednako proguta radinog čovjeka i besposličara te ih ponovno pretvara u eter i elemente. Zamislite kako svi strahuju od smrti, ali im smrt ipak donosi mir i olakšanje kad životni teret postane pretežak uslijed nagomilane tuge, bolesti ili očito nerješivih muka.**

**Zašto biste svu dragocjenost svoje mudrosti tratali na pokušaje ugađanja tom nestalnom, prolaznom tijelu? Probudite se! Pokušajte na prolaznom tlu tijela ubrati plodove vječne**

besmrtnosti, trajnog, vječno novog blaženstva. Tijelo koje se polako raspada nikada vam neće pružiti trajnu ugodu. Med božanske sreće ne možete iscijediti iz kamena čulnih užitaka. Trajna se uгода neprestano ulijeva u vjetro vašega života ako saće meditacije stišćete revnim, snažnim rukama volje te sve jačom usredotočenošću.

Zašto biste se u snu neznanja, koji je nalik smrti, opijali materijalnim žudnjama? Vaša je sadašnja aktivnost u materijalnom svijetu nalik hodanju u snu obmane dok spavate u neznanju. Zašto ste toliko sigurni u sebe i zašto sve vrijeme posvećujete stvaranju materijalne budućnosti koju u trenutku morate ostaviti za sobom kad vas smrt pozove? Kao što znate, materijalno je bogatstvo preteško da biste ga u svojem astralnom automobilu odvezli na drugi svijet. Zašto se sada ne biste pripremili za svoj posljednji dan na zemlji, kad ćete morati ostaviti sve za što ste toliko vezani?

Ne želim reći da biste trebali biti cinični i ne uživati u onome što pripada ovom životu. Želim reći samo: nemojte se čvrsto vezati za ono što će vam donijeti mentalnu agoniju kad to izgubite ili budete prisiljeni na razdvajanje. Ako u trenutku odbacivanja tjelesnog ogrtača ne žalite za zemaljskim stvarima, dobit ćete još bolje. Iz ruku svojega Oca, Boga, primit ćete sve što ste ikada silno voljeli i izgubili. On vam uzima kako ne biste bili vezani za zemlju i kako ne biste zaboravili svoje istinsko besmrtno stanje. Steknite moć meditacije, dragocjenosti intuitivnog poimanja te uvijek nov mir i radost, koje će vam više koristiti na vašem posljednjem putovanju. Zaboravite današnju zabludu. Pripremajte se za smrt tako što ćete se svakodnevno sastajati s Bogom. Na kraju puta, na vratima posljednjega dana, bit će vam dopušteno ući u Kraljevstvo vašega Oca te zauvijek ostati ondje.

## DUHOVNO USKRSNUĆE

Život je veličanstven; život je prelijep, samo ako ispod materije opazite Boga. Ne dopustite da vas općini ta promjenjiva slika života i smrti, već opazite besmrtnost. Radosniji doživljaj ne možete iskusiti. Bog se skriva iza Mjeseca, Sunca i zvijezda. Vaša je svijest glas Boga. A Boga se može spoznati samo istinskom posvećenošću i meditacijom.

Svakoga dana uskrsavajte u meditaciji. Usporedite svoje stanje prije i poslije meditacije. Meditirajte duboko ako želite spoznati Boga. Neka vaše loše navike, ravnodušnost i nemir svakodnevno umiru.

Uskrsnuće znači opuštanje - u meditaciji odmoriti svijest od tijela i uma. Tada se oslobađate: vaša duša zna da možete živjeti bez tijela iako i dalje živite u tijelu; ona je odvojena.

Ljudski život može biti lijep, ali je nalik životu ptice u kletci. Kad otvorite vrata kletke, ptica ne želi odletjeti. Plaši se, a i mi u meditaciji kažemo: "Hoću li nepovratno kliznuti u Beskonačno?" Plašimo se nebeskog prostranstva. Predugo smo živjeli poistovječeni s tijelom pa se plašimo vlastite beskonačne sveprisutnosti, plašimo se uskrsnuti svoju sveućnost, svoje sveznanje.

Ne znate kakva se radost krije onkraj zaslona podsvjesnoga uma. Kad se oslobodite nemira i tjelesnih osjeta, sjedite u tišini i recite: "Bože, na Nebu Tišine rodi se u meni", a On će tada, na oltaru tišine, doći. Božja je radost neopisiva - radost koju vam ni jedan promjenjivi san života i smrti ne može oduzeti.



Faded, illegible text, likely a caption or introductory paragraph, located below the portrait.

## 5. poglavlje

# REINKARNACIJA

## TEORIJA INKARNACIJE

Pitanje utemeljenosti reinkarnacije izaziva podosta prijepora. Ako teorija reinkarnacije nije istinita, besmisleno je vjerovati u bilo koji oblik religije. Reinkarnacija poučava da se život nastavlja nakon takozvane smrti. Tijelo nije trajno, ali je duša vječna - vječna duša u privremenom tijelu. Duša se ne može vratiti Bogu dok ne dosegne savršenstvo. Dakle, kad jedno tijelo propadne, duša mora dobiti drugo kako bi ispravila svoje nesavršenosti.

Tijelo je nastamba, a duša je stanar. Tjelesna je kuća prolazna, a duša je, kao odraz Duha, neprolazna. Stoga duša po smrti tijela mora potražiti drugo sklonište. Budući da je tijesno povezana s tijelom, duša razvija tjelesne žudnje. Te nesavršene materijalne vezanosti prate neutjelovljenu dušu i onemogućuju joj povratak Duhu. Stoga besmrtnoj duši ne preostaje drugo doli vratiti se u smrtnu školu života jer samo u njoj može ispraviti svoje nesavršenosti.

Ako dijete u školi ne uspije završiti razred, ponavlja ga sve dok ne položi ispite. Tako se i duše, koje u smrtnoj školi učenja i zabave ne uspiju sačuvati svoju savršenost, moraju vraćati u mnogim inkarnacijama, sve dok potpuno ne upoznaju svoju skrivenu prirodu Duha. Besmrtna duša mora osvojiti nekoliko nagrada da bi održala izdržljivost Duha:

samokontrolu, nevezanost, moralnost, smirenost i duhovnost - i mora završiti sve razrede zemaljske škole da bi se oslobodila.

Djeca besmrtnne duše šalju se u kino Života kako bi sa smirenom nepristranošću stvarala ili gledala filmove o Životu, tragedije i komedije. Kad se koje od te božanske djece uspije vratiti Bogu i reći: "Oče, uživao sam glumiti u Tvojim zemaljskim filmovima i gledati ih, ali više nemam želju za prolaznom zabavom", materijalne ih žudnje više ne prisiljavaju vratiti se na zemlju.

Bog je na zemlju poslao savršene duše kako bi poput besmrtnika - smirene, bez žudnji i uvijek sretno - gledale zemaljske filmove i glumile u njima. Međutim, duše uslijed gledanja zemaljskih filmova i glumljenja u njima razvijaju vezanosti. Ako se materijalnih žudnji ne oslobodi prije smrti, duša se mora u drugom tijelu vratiti u zemaljsko kino kako bi razriješila žudnje koje su u njemu nastale.

Ako umrete sa željom da posjedujete Rolls Royce, nećete moći vječno živjeti na nebu, gdje duše vječno klize uokolo bez vozila. Stoga ćete se morati vratiti na zemlju jer ta želja može biti ispunjena samo na njoj. Čak i najuzvišenija vanjska žudnja dušu ograničava u usporedbi s vječnim kraljevstvom svemira, koje duša gubi zbog usredotočenosti na sitnice.

### *Kako je moguće spriječiti reinkarnaciju*

Ako savršene duše - Božja djeca - dođu na zemlju i nastoje na sve moguće načine ugađati Bogu umjesto da zadovoljavaju žudnje ega, neće se morati ponovno inkarnirati. Stoga kad god (primjerice) jedete, pomislite: "Ne jedem zbog pohlepe već samo zbog održavanja Tvojega hrama svijesti i zbog ugađanja tebi jer si mi Ti dao poriv gladi." Ili pomis-



lite: "Zarađujem samo zbog nebeske odgovornosti održavanja sebe i drugih, a ne zbog gramzivosti." Sto god činili, recite sami sebi: "Mislim, hoću i rado ugađam samo Tebi."

Rad za Boga vrlo je ugodan, a donosi i osobno zadovoljstvo. Rad za vlastiti ego zasljepljuje i donosi nezadovoljstvo. Stoga sva dobra djela nemojte činiti zbog sebe već za Boga. Na taj način vaša odgovornost za vlastite postupke i njihove posljedice neće utjecati na dušu. Takav mentalni stav prekida uže vezanosti koje duše vraća na zemlju. Ako jedete, radite, mislite, zabavljate se, meditirate i uživate istinsku zemaljsku sreću samo da biste ugodili Bogu, a ne da biste ugodili sebi, uvijek ste spremni ostati ovdje ili napustiti zemlju bez tuge ili vezanosti, kako Bog želi. Tada nećete biti prisiljeni vratiti se na zemlju.

Djela učinjena s ciljem ugađanja Bogu ne prouzrokuju vezanost. Ako jedete pitu od jagoda ili zarađujete sa sviješću o ugađanju Bogu, nakon smrti sa sobom ne nosite želju za zadovoljenjem tih žudnji. Ako postupate iz pohlepe ili sebičnosti te umrete s nezadovoljenim žudnjama, morat ćete se vratiti na zemlju kako biste ih zadovoljili. To ne znači da morate biti slobodni od ambicija. Lijen ili nemaran čovjek nema ambiciju ugađati Bogu dobrim djelima na zemlji pa se mora vraćati sve dok ne nauči marljivo raditi s jedinom svrhom ugađanja Bogu.

Egoist, koji radi samo kako bi ugodio sebi, zapliće se u beskrajnu mrežu želja, iz koje se može izvući samo nakon mnogo inkarnacija. Stoga nikada nemojte biti besposleni, rastreseni ili egoistično ambiciozni, već budite božanski ambiciozni u želji da na zemlji radite i zabavljate se s ispravnim stavom, kao što Božanski Upravitelj želi.

Napustiti svijet i otići u šumu meditirati jedna je krajnost, ali vas vaše zemaljske želje mogu slijediti i u šumu. Biti sjeđinjen sa svijetom, ali ne *od* svijeta ili, još bolje, uživati u

ovom svijetu s čistom Božjom radošću, donosi trajnu sreću.

Napuštanje svjetovnog života bez unutarnjeg prevladavanja žudnji rada licemjerjem. Ako u svijetu živite bez duhovne pouke, kruti ste i svjetovni. Prema hinduističkom svetom spisu Bhagavad Giti, čija se uzvišena učenja mogu uskladiti s istočnjačkim i zapadnjačkim načinom života, najviši je ideal ugađati Bogu svim postupcima u svijetu. Ako živimo kao pustinjaci u šumi, možda ne živimo higijenski i mogli bismo umrijeti zbog bolesti. Ako živimo u svijetu u kojemu nema mira, mogli bismo umrijeti od mentalne zabrinutosti. Stoga držite Boga u svojem srcu gdje god da jeste, smiješite se u Njegovoj radosti i radite samo za Istinu.

### *Zastoje uputno izbjegavati reinkarnaciju*

B udući da smo besmrtne duše i Božja djeca, posljedice naših zlodjela ne smiju nas prisiliti na povratak u nepoželjan život na zemlji. Naš dom je sveprisutnost: vječno blaženo Božje kraljevstvo u kojemu nema bolesti ni tuge. Taj dom nije zemaljsko prenočište, u koje dolazimo zbog zemaljske zabave. Kad završimo ovu svjetovnu igru, moramo se odlučiti na povratak kući.

Reinkarnacija je stvorena uslijed sotonske sile, koja je ljudima usadila pogrešne žudnje i vezanosti te ih potaknula napustiti vječno sretno Božje kraljevstvo i vraćati se na zemlju, u svijet lažnih nada, razočaranja, tuge i neznanja.

### *Ego voli tjelesni zatvor*

Reinkarnacija besmrtne duše drži podalje od njihova kraljevstva sveprisutnosti, u majušnom tjelesnom zatvoru

podložnom bolestima, sklonom nesrećama i opterećenom nezadovoljstvom. Kao što se neki zločinci toliko naviknu na zatvor da ga nerado napuštaju kad izdrže kaznu, tako se i sveprisutne duše toliko vežu da nerado napuštaju tjelesni zatvor, čak i kad im život istekne.

Slobodne duše poput Isusa, Krišne ili našega glasovitog gurua Babajija mogu posjetiti zemaljski zatvor kako bi izbile duše zatvorenika te ih vratile u njihovo kraljevstvo beskrajne sreće.

### *Potvrde reinkarnacije*

Dvije stotine milijuna hinduista, pet stotina milijuna Kineza, milijun Japanaca\* i još mnogo drugih nacija vjeruje u inkarnaciju. U reinkarnaciju su vjerovali Pitagora, glasoviti pjesnik Emerson, poslovni ljudi poput Henryja Forda i svjetski poznati znanstvenici poput Thomasa Edisona i Luthera Burbanka. Hinduistički su učitelji, kao i Isus, poznavali i promicali učenje o reinkarnaciji.

"Isus je rekao: 'Ali vam kažem da je Ilija već došao, samo ga oni ne poznadoše...' Tada učenici razumješe da im govori o Ivanu Krstitelju." (Evandjelje po Mateju 17: 12 - 13)

Isusove riječi jasno izriču zakon reinkarnacije. Prorok Ilija bio je duša u tijelu. Kad je njegovo tijelo umrlo, duša je uzašla na nebo i vratila se na zemlju zbog daljnjih inkarnacija te ušla u tijelo Ivana Krstitelja. Sto su drugo mogle značiti te riječi nego da se prorok Ilija ponovno rodio kao Ivan Krstitelj.

U Otkrivenju 3:12 čitamo: "Pobjednika ću učiniti stupom u hramu moga Boga odakle sigurno više neće izići." Onaj

\* Napisano 1934. godine.

tko prevlada tjelesne žudnje, postat će stalna duša (stup) u palači Božje prisutnosti i više se neće morati vraćati na zemlju zbog težnje svjetovnim ispunjenjima.

U Otkrivenju 2:7 piše: "Pobjedniku ću dati 'da jede sa stabla života' koje se nalazi 'u Božjem rajju'." Onaj tko prevlada tjelesne žudnje, neće se vratiti na zemlju kako bi kušao gorkoslatke plodove zemaljskog života, već će uživati Boga ili "stablo života", koje je vječno prisutno u rajju uvijek žive, božanske sreće.

U Bhagavad Giti, najsvetijem hinduističkom spisu, piše: "Ja, najviši Duh, reinkarnirani se opet i ponovno kako bih uzdignuo tlačitelje i izbavio kreposne."

Kao što čovjek odbaci iznošeno odijelo i odjene novo, tako i duša napušta dotrajalo tijelo te preuzima novu tjelesnu nastambu.

Isaac Newton, Galileo i Jules Verne pretkazali su mnoge istine. Galileo je bio kažnjen jer je znao i poučavao da je Zemlja okrugla u vrijeme kad su svi na kugli zemaljskoj smatrali da je ravna ploča.

Tako su i Isus te drugi mudraci uvidjeli istinu o reinkarnaciji. Ako ljudi ne shvaćaju istinu, moraju se osloniti na autoritarna učenja božanskih "supersinova" kao što je Isus.

### *Što se reinkamiraf*

Fizičko tijelo obuhvaća još dva nevidljiva tijela, astralno i duhovno (idejno) tijelo.

Ako se pola litre slane vode ulije u staklenku i začepi, pa se staklenka stavi u veću staklenku i začepi, a zatim se obje staklenke stave u treću, veću staklenku koja se također začepi, pa se sve tri staklenke stave u more, slana se voda iz unutarnje staklenke ne može pomiješati s morskom vodom ako

se samo najveća staklenka razbije. Sve se tri ograničavajuće staklenke moraju razbiti kako bi se voda stopila s morskom vodom. Jednako tako, fizičko tijelo sadrži astralno tijelo i ideacijsko ili kauzalno tijelo; duša je nepromjenjivo obuhvaćena idejnim tijelom i začepljena neznanjem.

Stoga duša po propasti tijela uslijed smrti još nije slobodna. Slobodu postiže tek kad se čepovi neznanja uklone s astralnog i idejnog tijela omogućujući joj da se stopi s oceanom Duha. Kao što mi navlačimo tri sloja odjeće - donje rublje, odijelo i ogrtač - tako i duša smrću gubi samo ogrtač fizičkog tijela.

### *Tri tijela*

Fizičko se tijelo sastoji od šesnaest metalnih i nemetalnih elemenata: željeza, fosfora, klora, natrija, joda, kalija i tako dalje.

Astralno se tijelo sastoji od mentalnih, emocionalnih i životvornih elemenata uključujući inteligenciju, ego, osjećaj, um (razum-svijest); pet pomagala *znanja*, suptilnih inačica osjetila vida, sluha, njuha, okusa i dodira; pet pomagala *djebvanja*, mentalnih inačica sposobnosti razmnožavanja, izlučivanja, govora, hodanja i ručnoga rada i pet pomagala *životne sile*, koja obavljaju tjelesne funkcije kristalizacije, asimilacije, eliminacije, metabolizma i cirkulacije.

Primjerice, ako kristalizacijska struja u tijelu ne funkcionira pravilno, pojavljuje se tuberkuloza. Ako cirkulacijska struja ne funkcionira pravilno, pojavljuje se anemija.

Idejno se tijelo sastoji od sjemenskih zamisli, pandana šesnaest elemenata fizičkog tijela i devetnaest elemenata astralnog tijela. Sve je elemente fizičkog i astralnog tijela Bog morao najprije stvoriti kao zamisli. Potom je te misaono stvorene

fizičke i astralne elemente grubom vibracijom pretvorio u fizičke i astralne elemente. Primjerice, prije no što je stvorio željezo, misao ili osjećaj, Bog ih je morao stvoriti u svojem umu. Kamen očitovan u snu i bljesak misli u snu razlikuju se samo po vrsti ideje.

Smrt uništava fizičko tijelo, ali ga zemaljske žudnje ponovno stvaraju. Svijest usmjerava sve materijalno stvaranje.

### *Kako dušu osloboditi njezina tri tijela*

Najprije odbacite zemaljske žudnje; potom uzvišenom meditacijom naučite oslobađati svoju dušu okova triju tijela i puštati ju u ocean Duha. Ako to, uz pomoć pravoga gurua, uspijete za fizičkoga života, isto ćete biti sposobni učiniti kad vaše fizičko tijelo umre.

### *Razlozi za reinkarnaciju*

Ako prejedanjem prekršite zakone zdravlja, velika je vjerojatnost da ćete se roditi s probavnim poremećajem ili sklonošću želučanim tegobama, što dovodi do prijevremene smrti. Nakon što u sljedećoj inkarnaciji platite karmu prejedanja, u trećoj biste se mogli roditi sa sklonošću prejedanju, ali i živjeti dovoljno dugo da biste prevladali pohlepu, ako to izaberete.

Djeca koja umru u majčinoj utrobi, najčešće su prijašnji slučajevi samoubojstva. Već su jednom odbacila život pa u procesu ponovnog rađanja proživljavaju grčeve latentnog gnušanja prema životu, što tijelu toliko nudi da umire u fazi embrija. Oni koji su u prošlom životu stekli bogatstvo, zdravlje, blagostanje, mudrost ili duhovnost, sljedeći život započinju sa specifičnim prednostima. Jednako tako, oni

koji su u prošlim životima nemarom stvarali siromaštvo, bolest i neznanje, s tim će se stanjima suočiti na samom početku svojih sljedećih života.

Taj je zakon djelovanja, koji nalaže da u ovom životu žanjete ono što ste posijali u prošlom životu, pravedan i mudar. Boga oslobađa stigme koju mu je čovjek nametnuo, određenja diktatora koji neke mozgove stvara zdravima, a neke maloumnima samo zbog raznovrsnosti. Zakon djelovanja objašnjava prividne nepravde od samog početka ljudskog života. Ujedno svima pruža nadu jer grešnik nije grešan zato jer su mu roditelji prenijeli sklonost grijehu, već zato jer je u prošlom životu grijешio te je na taj način privukao grešne roditelje.

Liječnici bi rekli da je John naslijedio umobolnost od svojega umobolnog oca, a metafizičar bi rekao da je John privukao umobolnog roditelja za ovaj život jer je njegova duša iz prošlog života ponijela sklonost umobolnosti. Potonja teorija omogućuje vjeru u pravednost i mudrost funkcioniranja Božjih zakona u ljudskim životima.

Ako čovjek živi stotinu godina, ima vremena boriti se protiv zla i postati dobar, ali dijete koje umre u petoj godini, nije imalo vremena upotrijebiti razum i slobodu izbora kako bi pobijedilo u životnoj bitci. Takvo malo dijete umire zbog prošloga, vlastitoga grijeha. Stoga se mora ponovno rađati u različitim životnim školama sve dok ne usvoji primjereno ponašanje.

Ako mala djeca nakon smrti odlaze na nebo, zašto ne bismo utapali svu novorođenu djecu te ih poštedjeli životne borbe. Nasilnik nakon smrti neće postati anđeo samo zato jer je umro. Oni koji žive besciljno, ali ipak očekuju da će nakon smrti postati anđeli, doživjet će razočaranje. Kad se probudimo iz sna, isti smo kakvi smo bili prije no što smo

zaspali. Grešne ili kreposne duše ostaju iste nakon tjelesne smrti.

Kao duše već jesmo zrake Božje svjetlosti. Možemo ostati skriveni iza oblaka grijeha, kao što se Sunce neko vrijeme skriva iza oblaka, ali dušu ne možemo vječno skrivati. Ni svi grijesi svemira ne bi mogli uništiti našu suštinsku svjetlost; moramo ukloniti zagušljive oblake neznanja i ponovno očitovati svoju vječnu svjetlost.

Ne smijemo zaključiti da se možemo opustiti jer ćemo jednoga dana biti izbavljeni. To je nerazborito jer je grijeh vrlo bolan. Zašto bismo zbog neznanja vjekovima hotimice patili?

*Zašto nesvjesnost o prošlim životima nije dokaz  
protiv reinkarnacije*

Sjećanje nije mjerilo prijašnjeg postojanja. Ne sjećamo se ni devet mjeseci svojega postojanja u obliku embrija, kao što se ne sjećamo ni najranijeg djetinjstva. Kako bismo se tada mogli sjećati života u drugom tijelu, s drugim mozgom i živčanim sustavom te s drugačijim izgledom?

Dobro je da se ne sjećamo teških iskustava iz škole prošlih života jer nam se ponovna općinjenost tim teškoćama ne bi svijejala. Kad bismo se sjećali svih teških udaraca koje smo pretrpjeli u prijašnjim životima, možda ne bismo bili skloni ponovno biti dobri, možda bi nam ponavljanje bilo dosadno ili bismo se željeli popraviti, ali bismo osjećali da to ne možemo. Kad bismo se sjećali svojega djetinjstva, mladosti i starosti, ne bismo željeli ponovno proživljavati lukave psine djetinjstva, komedije mladosti i tragedije starosti.



Zamislite kakav je blagoslov reinkarnacija! Uništava naše dotrajalo životno vozilo i daje nam potpuno nov model kako bismo pokušali napokon pobijediti u životnoj utrci!

Svi zločinci, ubojice i nečasni ljudi, odbačeni na zemlji, mogu se vratiti u novim oblicima, spremni iznova započeti život uz dobrodošlicu i poticaj novih prijatelja te u novim okolnostima.

### *Pokazatelji reinkarnacije*

Neki su zapadnjaci, napose Amerikanci, nalik najduhovnijim hinduistima, a neki se hinduisti ponašaju poput tvrdokornih američkih poduzetnika. Mnogi su duhovni hinduisti preuzeli američka tijela kako bi, prema božanskom naumu, produhovili Ameriku. Jednako tako, mnogi Amerikanci koji su voljeli materijalno propale, ali duhovno velike hinduiste, rodili su se u Indiji kako bi ju oslobodili.

U sjećanju se vratite u prošlost koliko god daleko možete i pobrojite svoje prve čiste sklonosti. Jeste li voljeli mirisne štapiće i istočnjačku filozofiju ili oruđe i strojeve? Te rane sklonosti, odvojene od sklonosti razvijenih u ovom životu, pomažu otkriti vašu prošlost.

Članovi nekih obitelji neprestano se svađaju; ti su ljudi u prošlosti bili neprijatelji i u srcima su utvrdili međusobnu mržnju. Budući da zakon privlačenja obuhvaća mržnju jednako kao i ljubav, priroda je povezala te sukobljene duše kako bi kaos sukobljavanja nastavile u tiješnoj areni maloga doma. Stoga budite oprezni! Ne privlačite neprijatelja, ni njegove mane, tako što ćete u mržnji neprestano biti usredotočeni na njega.

## *Dug proces*

Reinkarnacija započinje na stadiju kristala. Nakon osam milijuna života doseže razinu ljudskoga postojanja. Duša se doista dugo razvija do rođenja u čovječjem tijelu. Materija sputava Duh koji neprestano nastoji izmijeniti materiju iznutra potičući njezin razvoj.

Metali, povrće i ljudska bića: tijela su različita, ali je duša uvijek ista. Reinkarnacija je proces kojim se Duh vraća Sebi - od mnogih prema jednome.

## PODRIJETLO REINKARNACIJE

Bog je čovjeka stvorio besmrtnim. Namijenio mu je besmrtni život na Zemlji. Čovjek je trebao promatrati dramu promjene s nepromjenjivom besmrtnom sviješću te se, pogledavši ples promjene na pozornici nepromjenjivoga, vratiti u okrilje vječnoga blaženstva. Tada se u njega uvuklo zlo. Potaknulo ga je usredotočiti se na životne promjene i na pojavnost umjesto besmrtnosti svega; iz toga je proizašla zabluda smrti kao potpunog nestanka.

## *Poništavanje zamisli smrti*

Film čovjekova života — rođenja, života na zemlji i smrti - obuhvaća sreću u rođenju i tugu u smrti. Međutim, sotonsko neznanje čovjeku onemogućuje vidjeti filmove prijašnjeg postojanja, radosnog silaska od Boga i radosnog povratka u uzvišenija područja nakon smrti. Sotona nam je donio zaborav iskustava prije i poslije rođenja tako što

**nam kratko pokazuje dramu života, a potom spušta zavjesu navodeći nas na pogrešan zaključak o smrti.**

**Bilo bi pogrešno reći da smrt ili promjena ne postoje, ali smrt shvaćam samo kao vanjsku kariku u lancu besmrtnosti, kojemu ostatak nije vidljiv. Da bi zaboravio žalosnu, prividnu smrt, čovjek bi svaku promjenu trebao doživljavati kao ples u naručju nepromjenjivosti.**

### *Nadnaravna smrt nasuprot bolnoj smrti*

**Da Adam i Eva nisu zgriješili protiv Božje volje i da njihovi potomci nisu podlegli utjecaju naslijeđenog neznanja, današnji čovjek ne bi morao svjedočiti potresno bolnim smrtima uslijed nesreća i bolesti.**

**Bog je čovjeka postavio na zemlju i namijenio mu užitak rođenja, razvoja i bezbolnog vraćanja tijela kako bi postigao savršenstvo. Kao što na filmskom platnu možemo gledati polagan proces nicanja, rasta i nestajanja cvijeta, tako bi i čovjek trebao gledati svoj život na zaslonu svoje svijesti, od stadija djetinjstva i odrasle dobi do nestajanja u Bogu vlastitom voljom, pomoću vlastite moći dematerijalizacije.**

**Izgubivši vezu s Bogom, čovjek je izgubio i moć dematerijalizacije. Zbog toga ga plaše film života i prijetnja preuranog isključivanja. Prijevremeno okončavanje životnog filma prouzrokuje bol zbog vezanosti uz filmske predodžbe tijela i svijesti. Svjetovni ljudi to okončavanje poznaju kao strašnu smrt.**

**Mi smrtnici stvorili smo toliko mnogo zabluda vezanih uz smrt da je ona u našim umovima postala važna kao zamisao nestanka i boli, umjesto da ju shvaćamo kao pojavu koja je prijeko potrebna da bi se duša iz stanja promjene vratila u nepromjenjivo stanje.**

## *Kako je Sotona stvorio reinkarnaciju*

Sotona je shvatio da će se besmrtna Božja djeca brzo vratiti u stanje besmrtnosti budu li živjela savršene zemaljske živote sa stavom nepromjenjivosti. Sotona bi tada izgubio zemaljsku vlast. Zbog toga je narušio savršenu predodžbu života te obmanjivanjem prouzročio mentalnu i tjelesnu patnju. Posljedične su životne patnje prouzročile nezadovoljstvo te u čovjeku probudile želju za bezbolnim životom.

Besmrtna su Božja djeca zaboravila svoju svijest o savršenoj besmrtnosti te umjesto nje poželjela smrtno, prividno savršenstvo. Žudnja za ljudskim zadovoljenjem prouzročila je opetovano reinkarniranje, u skladu sa zakonom uzroka i posljedice koji upravlja žudnjama. Taj zakon, zakon Karne (djelovanja), drži ljude zarobljenima na zemlji, u Sotoninu kraljevstvu konačnosti.

## *Kako poništiti reinkarnaciju*

Besmrtni duše slobodu mogu postići samo potpunim uništenjem svih sjemenki svjetovnih žudnji povezivanjem s Bogom u meditaciji. Meditacija dušu podsjeća na beskonačno ispunjenje u besmrtnom nasljedstvu blaženstva te sve žudnje za svjetovnim čini nepotrebnima i čak besmislenima.

## *Svijest o potpunosti*

Oslobođenje od reinkarnacije moguće je i odvijanjem drame života savršenoga zdravlja, obilja i mudrosti na zaslonu svijesti. Primjerice, ako smo sposobni ukloniti svijest o bolesti i ne plašiti je se ako se pojavi, niti žudjeti za zdravljem dok smo bolesni, sposobni smo prisjetiti se duše, koja je vječno zdrava. Drugim riječima, ravnodušnost je tajna oslo-

bođenja od potrebe za ponovnim inkarniranjem. Ako smo sposobni osjetiti da kao Božja djeca posjedujemo sve što naš Otac posjeduje, bez obzira na to jesmo li na svijetu siromašni ili bogati, sposobni smo postići slobodu. Ako smo sposobni zaključiti da posjedujemo božansko znanje zato jer smo stvoreni prema Božjem liku, premda, ljudski gledano, znamo malo, sposobni smo osloboditi se reinkarnacije.

Strah od bolesti i žudnja za tjelesnim zdravljem, strah od siromaštva i žudnja za obiljem te uvjerenje da ne posjedujemo znanje i žudnja za znanjem o svemu - sve to pripada području neznanja. Dakako, ako smo bolesni, neuspješni ili neuki, ne moramo ostati takvi. Trebali bismo težiti zdravlju, obilju i mudrosti bez straha od neuspjeha. Ali, uvijek bismo trebali biti slobodni i mirni.

### *Uvidite da su nesavršenosti zapravo prividi*

Čovjek u borbi mora znati da njegova borba za zdravlje, obilje i mudrost proizlazi iz privida jer u svojem unutarnjem, svemoćnom Jastvu već posjeduje sve što mu je potrebno. Njegov osjećaj nedostatka izvire iz zablude da ne posjeduje sve to. Samo bi trebao znati da sve već posjeduje.

Jedan zdrav, bogat i mudar princ sanjao je da je siromašan. U snu je kriknuo: "Oh, bolujem od raka, a i izgubio sam svu svoju mudrost i sve bogatstvo!" Njegova supruga, kraljica, prenela se iz sna i probudila ga govoreći: "Gledaj, prinče, smij se i raduj jer ne boluješ, a nisi izgubio ni bogatstvo ni mudrost. Udobno ležiš pokraj mene, zdrav i mudar, u svojem bogatom kraljevstvu. Te si strahote samo sanjao."

Tako je i s neukim čovjekom. Sanja oskudicu i neuspjeh, a mogao bi uživati svoje prirodno pravo na radost, zdravlje i obilje, kao sin Vladara univerzuma. Živi u Božjem savršenom kraljevstvu, ali sanja nesavršenost.

## *Najprije spoznajte Boga*

Neprestana žudnja za zdravljem i bogatstvom, o kojoj se mnogo govori u suvremenim duhovnim organizacijama, put je prema ropstvu. Najprije moramo tražiti Boga te u Njemu pronaći zdravlje i bogatstvo. Prosjaci dobivaju samo milodar, dok Božji sin dobiva sinovo nasljedstvo. Tom se postignuću dodaju zdravlje i bogatstvo. Duša će mudrost i sve što joj je potrebno primiti kao svoje božansko pravo.

Najbolje je osjećati, pomoću vizualizacije i povezivanja s Bogom u meditaciji, da već jeste savršeno zdravi, mudri i bogati, umjesto da pokušavate uspjeti preklinjući za zdravlje, bogatstvo i mudrost. Štoviše, čovjekova su smrtna nastojanja ograničena zakonima uzroka i posljedice. Čovjek ne može dobiti više no što zaslužuje. Ni jedno ljudsko biće svoje beskrajne žudnje ne može zadovoljiti preklinjanjem; čovjek može dobiti sve što mu je potrebno tako što će najprije uvidjeti svoje jedinstvo s Bogom.

Besmrtnost ne može dobiti žudeći ili preklinjući za nju. Trebao bi znati da već jest besmrtn te da je takozvana smrt samo san.

Prema Božjem naumu, čovjek je trebao proživjeti razvoj od djetinjstva i mladosti do odrasle dobi, ali nije trebao doživjeti smrt uslijed starosti ili bolesti. Čak i kad ostari, ne bi trebao umrijeti uslijed bolesti ili pretrpjeti bolnu smrt. U drami života i smrti, promatranj s božanskim razumijevanjem, moguće je samo prikazivanje ili zaustavljanje filma života bez tjelesne ili mentalne boli.

## *Podrijetlo boli*

Sila usmjerena prema van, koja sve nastoji održati u očitovanju (Sotona), uvidjela je da ljudi u odsutnosti boli ne bi

stvorili zemaljske žudnje koje bi ih držale na Zemlji pa je stvorio privid boli, koja je isključivo mentalna pojava.

Ali, Sotona sam osjećuje svoju svrhu jer su tjelesna bol i tuga potaknule duše zatočene u materiji na traženje slobode u Bogu. Cista dječja duša osjeća vrlo malo boli. Moj prijatelj, liječnik u ortopedskoj bolnici, rekao mi je da se djeca nadmeću za operacije deformiranih udova, dok je odrasle osobe potrebno nagovarati tjednima, a u vrijeme operacije najčešće su svladani emocijama i strahom.

Čovjek je, srećom, otkrio anestetike za neutraliziranje boli. Isprva je posjedovao veliku sposobnost samokontrole te nevezan i neosoban um pa uslijed ozljede tijela nije osjećao bol. Mogao je promatrati vlastito tijelo ne osjećajući bol, kao što čovjek može promatrati operaciju na tijelu druge osobe te pritom ne osjetiti mentalnu uznemirenost ili tjelesnu bol.

Ako ne osjećate strah i mašta vas ne čini napetima, osjećat ćete manje boli. Seljakovo dijete, otporno na vodu, visoke temperature i općenito otpornije, proživljava manje tjelesne patnje nego brižljivo pažen bogatašev sin.

### *Sotona je dio Božje drame*

U univerzumu ne mogu biti dva apsolutna uzroka. Sotona je dio Božje drame. U njoj je potreban kao što je negativac potreban u kazališnoj predstavi. Zlo je veo koji skriva Boga, magnet koji Um pokušava odvući od Njega. Dobro je ono što pomaže očitovanju Božje skrivene stvarnosti, poput povjetarca otpuhuje dim koji skriva vatru.

Međutim, u području dvojnosti postoje i dobro i zlo. Bog je, kao Vrhovni Duh, iznad dobra i zla. Budući da je sveznajući, oboje jednako poznaje - zlo kao i dobro. Među-

tim, dobrota umu jasnije otkriva postojanje blaženstva koje, budući da je iznad relativnosti, može biti opisano kao apsolutna dobrota. S druge strane, sotonska je sila svjesna i od čovjeka namjerno skriva tu vječno plamteću svjetlost božanskosti.

## UKRATKO O REINKARNACIJI

Jedan je čovjek ljubio Boga i postigao malen duhovni napredak, ali mu je preostalo i nekoliko svjetovnih žudnji. Potkraj života ukazao mu se anđeo i upitao ga: "Želiš li još nešto?"

"Da", odgovorio je čovjek, "cijeloga sam života bio slab, mršav i boležljiv. U sljedećem bih životu želio imati snažno, zdravo tijelo."

U sljedećem je životu dobio jako, krupno i zdravo tijelo. Međutim, bio je siromašan pa nije uspijevao primjereno hraniti to poveliko tijelo. Naposljetku se - i dalje gladan - našao nadomak smrti. Anđeo mu se ponovno ukazao i upitao ga: "Želiš li još nešto?"

"Da", odgovorio je. "U sljedećem bih životu želio imati snažno, zdravo tijelo, ali i zdrav bankovni račun!"

Dakle, u sljedećem životu dobio je snažno, zdravo tijelo i bio je bogat. Međutim, s vremenom je počeo tugovati jer nije imao s kime podijeliti svoju sreću. Kad je došao trenu-tak smrti, anđeo ga je upitao: "Još nešto?"

"Da, molim. U sljedećem bih životu želio biti snažan, zdrav i bogat, ali bih želio imati i dobru ženu za suprugu."

Dakle, u sljedećem je životu dobio sve te blagoslove. I njegova je supruga bila dobra žena. Ali je, nažalost, umrla mlada. On je do kraja života oplakivao taj gubitak. Obožavao je njezine rukavice, njezine cipele i druge dragocjene uspo-



mene. Kad ga je tuga dovela nadomak smrti, anđeo mu se ponovno ukazao i upitao: "Sto sada?"

"U sljedećem bih životu", rekao je čovjek, "želio biti snažan, zdrav i bogat te imati dobru suprugu koja će dugo živjeti."

"Jesi li siguran da je to sve?" upitao je anđeo.

"Da, siguran da je to sve ovaj put."

Dakle, u sljedećem je životu dobio sve to uključujući dobru suprugu koja je dugo živjela. No, nevolja je bila u tome što je živjela predugo! Kad je čovjek ostario, zaljubio se u svoju lijepu mladu tajnicu toliko silno da je zbog nje naposljetku napustio svoju dobru suprugu. Ali, djevojka je željela njegov novac. Kad ga se dočepala, pobjegla je s mnogo mlađim muškarcem. Kad se čovjek naposljetku našao na umoru, anđeo mu se ponovno ukazao i upitao: "Dakle, što ovaj put želiš?"

"Ništa!" viknuo je čovjek. "Više nikad ništa! Usvojio sam pouku. Shvaćam da svako zadovoljenje donosi zamku. Bogat ili siromašan, zdrav ili bolestan, oženjen ili sam, na ovoj zemlji ili na astralnoj razini, od sada želim samo svojega božanskoga Voljenoga. Gdje god je Bog, ondje je savršenstvo!"

## ZNANSTVENI DOKAZI REINKARNACIJE

Ako vjerujemo u postojanje pravednoga Boga, iz toga lako proizlazi vjerovanje u reinkarnaciju jer su ta dva vjerovanja zapravo međuovisna. Ali, što je sa skepticima i ateistima? Je li istinu reinkarnacije moguće znanstveno dokazati tako da i oni budu zadovoljni?

Materijalni znanstvenici tvrde da nisu pronašli ni jedan stvaran dokaz postojanja Boga pa stoga ne mogu dokazati

ni postojanje Njegova pravednog zakona, koji svim oblicima života daje jednaku mogućnost usavršavanja pomoću reinkarnacije. Patnja nevine djece i druge životne nepravde za takve su znanstvenike neobjašnjive te upućuju na nepostojanje pravednoga Boga.

### *Znanstveni zakon*

S druge strane, većina onih koji vjeruju u pravednoga Boga, svoju vjeru temelje na slijepom prihvaćanju te ne posjeduju znanstveni dokaz kojega bi ponudili nevjernicima. Većina njih ne usuđuje se promišljati ili duboko propitivati svoju vjeru jer strahuju da bi ju mogli izgubiti ili izazvati pomutnju u društvu. Drugim riječima, nisu svjesni postojanja znanstvenog duhovnog zakona koji može dokazati utemeljenost njihovih vjerovanja.

Zašto znanstvenici ne bi metode otkrivanja fizikalnih istina primijenili na istraživanje duhovnih zakona? To su pitanje prije više stoljeća postavili hinduistički učenjaci te su odlučili pronaći odgovor. Njihovi su pokusi urodili znanstvenim metodama koje svatko može primijeniti te ustanoviti istinitost duhovnog zakona, a time i reinkarnacije te mnogih drugih uzvišenih kozmičkih istina.

Budući da ta metoda postoji, nitko nema pravo reći da reinkarnacija i drugi duhovni zakoni ne funkcioniraju dok ne iskuša tu metodu i sam se uvjeri u rezultate. Znanstvenik ima pravo izražavanja mišljenja, ali njegovo mišljenje ostaje samo mišljenje, a ne činjenica.

Na području fizike potrebno je usvojiti određene metode i slijediti ih kako bi se dokazala istinitost bilo koje teorije. Neki mikroorganizmi nisu vidljivi golim okom. Moramo upotrijebiti mikroskop da bismo ustanovili prisutnost tih mikroorganizama. Ako čovjek ne želi pogledati kroz mikro-

skop, ne može se reći da je znanstveno ispitao teoriju prisutnosti mikroorganizama. Zbog toga je njegovo mišljenje bezvrijedno jer nije slijedio propisana pravila za ustanovljavanje istinitosti teorije. Tako je i s duhovnim pitanjima. Metoda je otkrivena, pravila su ustanovljena, a rezultat je na raspolaganju svima koji su dovoljno zainteresirani da bi izveli pokus.

Zbog izostanka znanstvenog pristupa duhovnom životu, vrijednost religije kao važnog čimbenika u čovjekovu životu u zapadnjačkom se društvu znatno smanjila; duhovna se učenja jednostavno prihvaćaju ili odbacuju na temelju osobnih predrasuda, umjesto znanstvenim istraživanjem.

### *Pokusi s čovjekovom sviješću*

Veliki umovi stare Indije nepromjenjive su kozmičke zakone otkrili vršeći pokuse na čovjekovu životu i umu, u laboratorijima svojih pustinjačkih nastambi. Da bismo ustanovili istine o fizikalnim pitanjima, moramo izvoditi pokuse s fizikalnim tvarima. Da bismo otkrili istinu o reinkarnaciji ili o životima jedne duše u mnogim tijelima, potrebno je izvoditi pokuse s čovjekovom sviješću.

Stari su znanstvenici ustanovili da ljudski ego (duša poistovjećena s tijelom) nadživljava sve promjene iskustva i misli u stanjima budnosti, sanjanja i dubokog sna tijekom jednoga života. Iskustva se mijenjaju, mijenjaju se okružje, osjeti, misli i tjelesna stanja, ali osjećaj identiteta, "ja", ne mijenja se od rođenja do smrti. Zbog toga su hinduistički znanstvenici tvrdili da usredotočenost na ego, putem neprestanog, svjesnog preispitivanja ili promatranja raznih promjenjivih stanja života - budnosti, sanjanja ili dubokog sna - omogućuje opaziti nepromjenjivu i vječnu prirodu ega.

Čovjek je u pravilu svjestan svojega budnog stanja, a katkad i stanja sanjanja. Ljudi su često svjesni da sanjaju; čak i u snu znaju da sanjaju. Stoga čovjek pomoću određenih metoda i postupaka može postati svjestan svakog stanja: spavanja, sanjanja i "dubokog sna" bez snova.

### *Opuštanje tijekom spavanja*

Tijekom spavanja događa se nevoljno opuštanje energije u motoričkim i osjetilnim živcima. Jogičke meditacijske prakse omogućuju postizanje takvoga opuštanja i u budnom stanju, po volji. U "velikom spavanju" smrti događa se još dublje opuštanje - povlačenje energije iz srca i cerebrospinalne osi. Ali, određene jogičke prakse omogućuju svjesno postizanje toga dubljeg opuštanja u budnom stanju. Drugim riječima, svaku nevoljnu funkciju moguće je, pomoću prakse, postići voljno i svjesno.

Stari su hinduisti ustanovili da je smrt povlačenje struje života iz žarulje ljudskoga tijela, koje sadrži žice osjetilnih i motoričkih živaca prema različitim kanalima vanjskoga očitovanja. Kao što električna struja ne umire kad se povuče iz razbijene žarulje, tako ni životna energija nije poništena kad se povuče iz vegetativnih živaca. U trenutku smrti povlači se prema Kozmičkoj Energiji.

### *Povlačenje struje*

U stanju spavanja svjestan um ne funkcionira - struja je privremeno povučena iz živaca; u trenutku smrti ljudska se svijest zauvijek prestaje očitovati kroz tijelo. To je kao da čovjek ima paraliziranu ruku - mentalno je svjestan te ruke, ali ju ne može upotrijebiti.

Medicinski arhiv obuhvaća slučaj duhovnika koji je ušao u stanje kome (suspendirane animacije). Čuo je kako svi oko njega žale zbog njegove smrti, ali svoju svijest nije mogao izraziti pomoću tjelesnih organa. Motor njegova tijela je stao i nije odgovarao na njegove mentalne naredbe. Kad su ga njegovi prijatelji ponijeli na balzamiranje, silno se potrudio i uspio se pomaknuti, nakon dvadeset i četiri sata prividne smrti. Taj slučaj ilustrira stalnost "ja" svijesti ili osobnog identiteta čak i ako je tijelo naizgled mrtvo.

Hinduistički su učitelji tvrdili da čovjek mora naučiti svjesno odvajati energiju i svijest od tijela. Mora svjesno promatrati stanje spavanja i vježbati voljno, svjesno povlačenje energije iz srca i kralježničnih područja. Na taj način uči svjesno činiti ono što će uslijed smrti morati učiniti nesvjesno i protiv svoje volje.

### *Začudan slučaj*

Europski liječnici u svome arhivu imaju slučaj čovjeka po imenu Sadhu Haridas, koji je uspio odvojiti energiju i svijest od svojega tijela te ih za nekoliko mjeseci ponovno povezati s tijelom. Europski liječnici koji su ga proglasili mrtvim, nakon nekoliko su mjeseci iskopali i pregledali njegovo tijelo. Sadhu Haridas je za nekoliko minuta otvorio oči te ponovno stekao nadzor nad svim funkcijama svojega tijela i uma. Jednostavno je uslijed prakse naučio upravljati svim nevoljnim funkcijama svojega tijela i uma. Bio je duhovni znanstvenik i izvodio je pokuse s preporučenim metodama za otkrivanje istine kozmičkog zakona. Stoga je mogao dokazati istinitost teorije o nepromjenjivu osobnom identitetu te vječnu prirodu životnog načela.

Oni koji žele spoznati znanstvenu istinu učenja reinkarnacije, moraju se pridržavati pravila koja su hinduistički

učenjaci postavili prije mnogo stoljeća. Moraju se naučiti svjesno, ne pasivno, kao tijekom spavanja, odvajati od pet osjetila te moraju naučiti upravljati radom srca, odnosno, svjesno doživljavati smrt ili suspendiranu animaciju. To je umijeće odvajanja duše od tijela.

### *Dosljednost praksi*

Dosljednom praksom koja dovodi do opisanih rezultata, možemo slijediti ego u svim stanjima postojanja. Možemo ga svjesno slijediti kroz smrt, kroz prostor, u druga tijela ili u druge svjetove. Oni koji to ne nauče, ne mogu zadržati pojam osobnog identiteta, svjesnost ili svijest tijekom dubokog spavanja smrti pa se stoga ne sjećaju ni jednoga prijašnjeg stanja, čak ni stanja dubokog spavanja tijekom života.

Primjenjujući metode starih hinduističkih znanstvenika koji su izvodili pokuse s takvim zakonima te svijetu pružili neprocjenjivo vrijedno i dokazivo znanje, moguće je spoznati znanstvenu istinu reinkarnacije i sve druge vječne istine.

### *Put prema slobodi*

Samo napredne duše, koje su sposobne živjeti bez disanja ili rada srca, mogu svjesno doživjeti stanje smrti, u kojemu disanje i rad srca prestaju. Obične duše prestankom disanja ulaze u nesvjesno stanje. Napredne duše mogu svjesno prijeći u astralni svijet, koji slijedi nakon zemaljske smrti. Stoga je vježbanje tišine bez disanja gotovo uvjet, putovnica potrebna za svjestan ulazak u svijet duhova.

Pitanje reinkarnacije najveći je misterij jer priroda ne želi obeshrabriti nerazvijene duše. Nadljudi se sjećaju svoje

prošlosti. Osobno sam od djetinjstva znao da ću slijediti duhovni put i da će mnoštvo duša ispunjavati moj život.

Duše uslijed reinkarnacije prolaze kroz mineralno, biljno, životinjsko i ljudsko kraljevstvo uključujući sve rase (smeđu, bijelu, crnu, žutu i crvenu) kako bi prevladale ograničenost na jedno tijelo ili na jednu rasu te sebe počele doživljavati kao sveprisutnu Božju djecu.

Dokle god u svojem srcu nosi mržnju i gnušanje, čovjek mora lutati hodnicima inkarnacija. Prema hinduističkim učiteljima, ljudski se život postiže nakon osam milijuna života. Ne tratite taj dragocjen, teško stečen ljudski život na besmislenost, na gaganje po kaljuži osjetila i neznanja, već shvatite da u ovom ljudskom životu imate mogućnost, pomoću svjesnog sjedinjavanja sa sveprisutnim Duhom i osjećaja bratstva sa svim stvorenjima, spoznati da ne pripadate ničemu ili nekoj rasi, već svemu i svakom obliku života.

Kad osjetite da su zvijezde, oblaci, ptice, životinje, ljudi i izopćenici vaši krvni srodnici i kad vaše srce zakuca u njima, više nećete biti prisiljeni na reinkarnaciju. Slobodno ćete se kretati posvuda i otvarati dugina vrata mudrosti kako bi sav ispaćen živ i neživ život mogao pohrliti u vječnu slobodu u Bogu.

## OSLOBOĐENJE OD REINKARNACIJE

Bhagavad Gita reinkarnaciju opisuje kao kotač koji se neprestano okreće. Da biste sišli s toga kotača, morate žarko željeti slobodu. Tek će vas tada Bog osloboditi. Vaša želja mora biti goruća. Ako jest takva i ako ste uvjereni da se više ne želite igrati, Bog vas mora osloboditi. Kušnjama vas nastoji zadržati ovdje, ali u svojem uzvišenijem obliku, kao Kozmički Bog Ljubavi, ne voli ovu predstavu i želi da

**izađete iz nje. Zašto vas ne bi oslobodio kad uvidi da doista želite samo Njega, a ne Njegovu predstavu: da želite samo slobodu u Njemu?**

**Ista bit - svjestan život - jest u vama i u stablu. Međutim, stablo je postavljeno na svoje mjesto, dok ste vi i uslijed određene mjere vlastite slobodne volje postali to što jeste. Samo mudri znaju gdje završava predodređenost i počinje slobodna volja. U međuvremenu morate nastojati davati ono najbolje od sebe, u skladu sa svojim najjasnijim poimanjem. Morate žudjeti za slobodom kao što čovjek koji se utapa žudi za zrakom. Bez iskrene žudnje nikada nećete spoznati Boga. Žudite za Njim iznad svega drugoga. Žudite za njim kako biste ga mogli dijeliti sa svima: to je najuzvišenija želja.**

**I u međuvremenu se nastojte uzdignuti iznad dvojnosti: ugone i boli, vrućine i hladnoće, bolesti i zdravlja. Oslobodite se svijesti individualnosti, odvojenosti od svih i svega. Neka vaš um bude nepokolebljivo usredotočen na Njega. Iznutra ostanite nepromijenjeni kao i nepomičan Duh koji želite postati. Samo je on ono što vi doista jeste. Samo je njegovo blaženstvo vaša istinska priroda.**





**Paramhansa Yogananda**

**KAKO UVIJEK  
BITI SRETAN**

## *1. poglavlje*

### TRAŽENJE SREĆE NA POGREŠNOM MJESTU

Traženje sreće izvan sebe samoga nalik je pokušaju hvatanja oblaka lasom. Sreća nije stvar već stanje uma. Potrebno ju je živjeti. Sreću nije moguće postići svjetovnom moći ni zaradivanjem. Mentalni nemir proizlazi iz usredotočenosti svijesti na vanjski svijet. Nemir sam po sebi jamči neuhvatljivost sreće. Svjetovna moć i novac nisu stanja uma. Stećena svjetovna moć i novac samo oslabljuju čovjekovu sreću. Nipošto ju ne mogu povećati.

Sto više raspršujemo svoje energije, to nam manje moći ostaje za bilo koji specifičan pothvat. Navike zabrinutosti i napetosti, nalik hobotnicama, proizlaze iz oceanskih dubina podsvijesti, krakovima vitlaju po našim umovima i potpuno uništavaju sve što smo nekoć poznavali kao unutarnji mir.

Istinska se sreća nikada ne nalazi izvan Jastva. Oni koji ju traže u vanjskom svijetu, pokušavaju uloviti dugu među oblacima!

Poput kratkovječnih ruža, u zemaljskom se vrtu svakodnevno pojavljuje nebrojeno mnogo ljudskih bića. U mladosti otvaraju nove pupoljke pune nade, radosno primaju životna obećanja i gorljivo iščekuju svaki dašak osjetilnoga uži-



vanja. A tada latice počnu blijedjeti; iščekivanje se pretvara u razočaranje. U sumrak starosti klonu, sijedi od osveščivanja iluzija.

Obratite pozornost na primjer ruže: takva je sudbina ljudskih bića koja žive usredotočena na osjetila.

S razumijevanjem proizašlim iz introspekcije analizirajte istinsku prirodu osjetilnih užitaka. Ne osjećate li u srcu hladan dah sumnje i nesigurnosti čak i dok uživete u osjetilnim užicima? Ustrajete u njima, ali u srcu znate da vas jednoga dana moraju iznevjeriti.

Dublje promišljanje otkriva da se predavanje užicima zapravo izruguje svojim poklonicima. Ono ne nudi slobodu već ropstvo duše. Iz njega se, suprotno onome što većina ljudi zamišlja, ne može izaći silaznim putem mahovinom obraslih, mekih staza daljnjeg prepuštanja užicima već uzlaznim teškim, kamenitim putovima samokontrole.



Ljudi zaboravljaju da za materijalno uživanje plaćaju sve veću cijenu u obliku trošenja živčane i moždane energije te posljedičnog skraćivanja prirodnog životnog vijeka.

Materijalisti postaju toliko zaokupljeni zadatkom zaradivanja da se ne mogu opustiti i uživati u udobnostima čak i nakon što ih steknu.

Kako li je suvremeni život nezadovoljavajući Samo pogledajte ljude koji vas okružuju. Zapitajte se jesu li sretni. Uočite tužan izraz na mnogim licima. Uočite ispraznost u njihovim očima.

Materijalistički život mami čovječanstvo osmijesima i obećanjima, ali je dosljedan samo u sljedećem: naposljetku nezostavno prekrši sva svoja obećanja!

#

Ako si čovjek dopusti tražiti tjelesnu, mentalnu i duhovnu hranu sve više u vanjskim okolnostima, ne okrećući se vlastitom izvoru, postupno iscrpljuje svoje zalihe energije.

Posjedovanje materijalnog bogatstva bez unutarnjega mira nalik je plivanju u jezeru i istodobnomu umiranju od žedi. Ako materijalno siromaštvo nije poželjno, duhovno je siromaštvo sablažnjivo! Sva ljudska patnja ne proizlazi iz materijalne neimaštine već iz duhovnoga siromaštva.

#

Materijalni znanstvenik iskorištava prirodne sile kako bi poboljšao čovjekovo okruženje i učinio ga udobnijim. Duhovni znanstvenik iskorištava moć uma kako bi prosvijetlio dušu.

Moć uma čovjeku pokazuje put prema unutarnjoj sreći, što ga čini otpornim na vanjske neugodnosti.

Koji od dvojice znanstvenika, po vašem mišljenju, čini veće dobro? Duhovni znanstvenik, dakako.

Čista ljubav, sveta radost, pjesnička mašta, dobrota, mudrost, mir i sreća osjećaju se *unutra*, najprije u umu ili srcu, a potom se putem živčanoga sustava prenose fizičkom tijelu. Shvatite i osjetite uzvišene radosti unutarnjega života i bit ćete im skloniji nego prolaznim užicima vanjskoga svijeta. Svi osjetilni užici pojavljuju se na površini tijela, a um

ih doživljava putem živčanoga sustava. Vi volite osjetilne užitke jer su vas najprije osvojili, a potom ste postali njihov zarobljenik. Kao što se neki ljudi naviknu na zatvor, tako mi smrtnici volimo svjetovne užitke, koji nam priječe put do unutarnjih radosti.

Osjetila nam najčešće obećavaju malo privremene sreće, ali nam naposljetku donose tugu. Krijepost i unutarnja sreća ne obećavaju mnogo, ali naposljetku uvijek pružaju trajnu sreću. Zato trajnu, unutarnju sreću duše nazivam Radošću, a prolazna osjetilna ushićenja Užitkom.

Vanjsko okruženje i vaš krug ljudi iznimno su važni. Specifično vanjsko okruženje u mladosti je osobito važno jer potiče ili guši unutarnje instinktivno okruženje djeteta. Dijete se u pravilu rada s prenatalnim mentalnim okruženjem. Ono je potaknuto ako je vanjsko okruženje nalik unutarnjem. No ako je vanjsko okruženje drugačije, unutarnje će vjerojatno biti potisnuto. Instinktivno zločesto dijete u dobrom društvu može biti obuzdano i postati dobro, dok će instinktivno dobro dijete u dobrom društvu nedvojbeno postati još bolje.

Jeste li ozbiljno razmislili o tome zašto su vam prolazni, varljivi užici draži od trajnoga mira i radosti Duše - koja se meditacijom lako doživljava i vječno povećava? Zato jer ste u početku razvijali naviku prepuštanja osjetilnim užicima te niste njegovali uzvišenu radost unutarnjega života, koju donosi meditacija. Kad shvatite i osjetite uzvišene radosti unutarnjega života, postat će vam draže od prolaznih užitaka vanjskoga svijeta.

Čovjek koji je živio u hladnom području Aljaske kušao je slasno *kalmerija* grožđe što mu ga je poslao prijatelj iz Fresno u Kaliforniji. Aljašćanin je bio toliko oduševljen tim

groždem da je pronašao posao u Fresnu, gdje sve vrste grožđa obilno rađaju, i zauvijek napustio Aljasku.

Kad je Aljašćanin stigao u Fresno, prijatelj ga je pozvao k sebi, a mlada mu je žena donijela grožđe koje je toliko volio. Čovjek je bio gotovo izvan sebe od radosti te je, pohlepno žvačući i gutajući grožđe, promrmrljao: "Oh, hvala vam od srca, hvala vam. Zbog kalmerija grožđa napustio sam Aljasku."

"Pa, gospodine, imate ćete grožđa koliko poželite. Ja sam vlasnica vinograda i svakodnevno ću vam donositi svježe grožđe", rekla je žena.

Sutradan je vrlo rano stigla pred kuću Aljašćanina, groždem zasićenog, i donijela mu mnogo grožđa. Aljašćanin, koji još nije probavio sve grožđe što ga je prošlu večer pojeo, zijevajući je izašao iz kuće. Poskočio je od radosti kad je zamislio kako će se pogostiti gomilom grožđa koju mu je žena donijela.

"Oh, kako je divno imati toliko mnogo grožđa! Baš imam sreću! Hvala vam, hvala vam!", vikao je Aljašćanin. Iz pristojnosti je kušao nekoliko boba pred ženom, premda je u ustima još osjećao okus sinoćnjeg neprobavljenog grožđa. Kad je žena otišla, naslađivao se promatrajući grožđe s divljenjem i pohlepom. Za sat vremena počeo je ponovno jesti grožđe. Cijeloga je dana gutao, gutao i gutao.

Sutradan ujutro, u cik zore, mlada je žena stigla s velikom količinom ponajboljega grožđa iz svojega vinograda i pozvala Aljašćanina. Aljašćanin ju je, u polusnu, s pomalo klonulim entuzijazmom i s mrvom uzrujanosti zbog buđenja iz dubokog sna, pozdravio: "Zdravo, dobra ženo, hvala vam za vrlo ukusno grožđe."

Trećega mu je jutra žena opet donijela veliku količinu grožđa. Aljašćanin ju je, u polusnu i sa slabšnim osmijehom na



licu, pozdravio te rekao: "Gospodo, lijepo je od vas što mi dajete ovo grožđe, ali još mi je preostalo od jučer."

Četvrtoga je dana žena opet posjetila Aljašćanina i donijela mu poveliku količinu grožđa. On se nevoljko probudio te ju bez osmijeha pozdravio i rekao: "Oh, opet grožđe. Vrlo je lijepo od vas što mi ga donosite, ali imam dovoljno."

Ali žena nije povjerovala Aljašćaninu smatrajući da ne želi iskoristavati njezinu velikodušnost pa je petoga jutra donijela gomilu grožđa i pokucala na njegova vrata. On je skočio iz kreveta kao da je ugledao duha i viknuo: "Užasno, gospodo, grožđe, grožđe, grožđe! Za ime Božje, opet grožđe!" Žena se nasmiješila i rekla: "Drago mi je da sam doznala da ne volite grožđe. Nadam se da mi više nećete oduzimati grožđe koje bih mogla prodati."

Priča govori kako je loše pretjerivati u bilo čemu. Koliko je god nešto ugodno, ako pretjerujete, to vam više ne donosi užitek već izaziva patnju.

Stoga upamtite, nikada nemojte pretjerivati u jelu, spavanju, radu, društvenim aktivnostima ili u bilo kojoj aktivnosti, koliko god ugodna bila, jer pretjerivanje ne donosi ništa osim nezadovoljstva.

#

Važno je razlučivati potrebe i želje. Potreba imate malo, a želja možete imati neograničeno mnogo. Da biste postigli slobodu i blaženstvo, zadovoljavajte samo svoje potrebe. Prestanite stvarati beskrajno mnoštvo želja" i iluziju lažne sreće. Posvetite se potrazi za trajnom srećom ili blaženstvom. Nepromjenjiva, besmrtna duša skrivena je iza zaslonu vaše svijesti, na kojoj su naslikane mračne slike bolesti, neuspjeha, smrti i tako dalje. Podignite veo prividne promjene i usidrite se u svojoj besmrtnoj prirodi. Ustoličite

svoju hirovitu svijest na unutarnjoj nepromjenjivosti i smirenosti, na Božjem prijestolju. Neka vaša duša danonoćno zrači blaženstvom.

Sreću je moguće postići putem samokontrole, razvijanja navika jednostavnoga življenja i uzvišenoga razmišljanja te skromnijega trošenja unatoč tome što zarađujete više. Potrudite se zarađivati više kako biste mogli pomagati drugima da pomognu sami sebi. Prema jednome od nepisanih životnih zakona, onaj tko drugome pomogne postići obilje i sreću, uvijek će i sam primiti pomoć te uživati sve veće obilje i sreću. To je nepromjenjivi zakon sreće. Nije li bolje živjeti skromno i štedljivo, a zapravo se bogatiti?

Izgublenu sreću duša ne uspijeva pronaći u materijalnim stvarima zbog jednostavnoga razloga: te stvari nude lažnu ugodu. Izgubivši vezu s božanskim blaženstvom u sebi, čovjek svoju potrebu za njim pokušava zadovoljiti lažnim užicima osjetila. Međutim, na dubljoj razini svojega bića ostaje svjestan svojega prijašnjega, uzvišenog stanja u Bogu. Istinsko mu zadovoljenje izmiče jer neumorno jureći od jednoga do drugoga osjetilnog užitka, zapravo traži svoju izgublenu sreću u Bogu.

Ah, sljepilo! Koliko dugo morate ići tim putem prije no što, izmučeni zasićenošću, dosadom i gađenjem, radost potražite u unutarnjem svijetu, u kojemu ju jedino možete pronaći?

\*

Razmislite na trenutak što je Isus mislio kad je rekao: "Pusti mrtve nek ukopavaju svoje mrtvace." (Evanđelje po Mateju 8:22) Želio je reći da je većina ljudi mrtva, ali toga nisu

**svjesni! Nemaju ambicija, poticaja, duhovnoga entuzijazma ni životne radosti.**

**Kakve koristi od takvoga života? Život bi trebao biti neprestano nadahnuće. Živjeti nagoni znači biti mrtav iznutra iako tijelo i dalje diše!**

**Ljudski su životi toliko sumorni i nezanimljivi zato jer ljudi traže sreću u plitkim koritima umjesto da podu na nepresušan izvor sve radosti, koji nose u sebi.**

**Kakva korist od ulaganja sveg svojeg vremena u ono što je prolazno? Pouka drame života jest činjenica da je život upravo to: drama, iluzija.**

**Lude vjeruju da je ta drama stvarna i trajna pa plaču na tužnim dijelovima, žaluju zbog prolaznosti veselih dijelova i tuguju jer drama naposljetku mora završiti. Patnja je kazna za njihovo duhovno sljepilo.**

**Mudri, međutim, opažaju pravu obmanu drame pa vječnu sreću traže u svojem unutarnjem Jastvu.**



## 2. poglavlje

### SREĆA JE IZBOR

**Ako želite biti tužni, nitko na svijetu ne može vas usrećiti. Ali, ako odlučite biti sretni, nitko i ništa na ovom svijetu ne može vam oduzeti tu sreću.**

Ako ste izgubili nadu da ćete ikada više biti sretni, razvedrite se. Ne gubite nadu. Vaša je duša, kao odraz vječno radosnog Duba, sama po sebi sreća. Ako oči svoje usredotočenosti držite zatvorenima, ne vidite sunce sreće koje sja u vašim grudima. Ali koliko god čvrsto zatvorili oči svoje pozornosti, zrake sreće neprestano pokušavaju prodrijeti kroz zatvorena vrata vašega uma. Otvorite vrata smirenosti i u sebi ćete opaziti jarko sunce radosti.

Radosne zrake duše moguće je opaziti ako pozornost usmjerite unutaranjem svijetu. Sreću nemojte tražiti samo u lijepoj odjeći, ukusnim večerama i drugim užicima. To će zatočiti vašu sreću iza rešetaka vanjskoga svijeta.

Ako ste odlučili pronaći radost u sebi, pronaći ćete ju prije ili kasnije. Tražite ju svakodnevno, putem sve dublje unutarnje meditacije, i nedvojbeno ćete pronaći vječnu sreću. Dosljedno se okrećite unutaranjem svijetu, u kojemu ćete pronaći svoju najveću sreću.

#

Sreću ne nalazimo tako što ju nemoćno priželjkujemo, već tako što ju sanjamo, mislimo i živimo u svim okolnostima.

Sto god radili, održavajte temeljnu struju sreće, tajnu rijeku radosti, koja teče ispod pijeska vaših misli i kamenitoga tla teških kušnji.

Neki se ljudi gotovo uvijek smiješe, ali skrivaju srce izgrizeno tugom. Takvi ljudi polako venu pod sjenom ispraznih osmijeha. Drugi se nasmiješe s vremena na vrijeme, ali ispod površine skrivaju milijune vrela smijeha i mira.

Naučite biti potajno sretni u svojem srcu, unatoč svim okolnostima, i govorite sami sebi: "Sreća je najveće božansko prirodno pravo - zakopano blago moje duše. Otkrio sam da posjedujem tajno bogatstvo o kakvome ni kraljevi ne sanjaju."

\*

Ljudi jakoga karaktera u pravilu su najsretniji. Oni ne optužuju druge za nevolje koje mogu pripisati vlastitim postupcima te za nedostatak razumijevanja. Oni znaju da nitko ne može povećati ili umanjiti njihovu sreću ako sami ne dopuste da škodljive misli ili zli postupci drugih utječu na njih.

Čvrsta odlučnost da budete sretni bit će vam od pomoći. Ne čekajte da se vaša situacija promijeni, uvjereni da je u njoj uzrok vaše nevolje. Pokušajte biti sretni u svim okolnostima. Ako vam se katkad čini da vaša sreća ovisi o određenim uvjetima, promijenite okolnosti kako biste uvijek bili sretni.

Ne budite sputani utvrđenim pravilima jer svakom pravilu postoje iznimke. Možda ćete reći: "Ako se dogodi ovo ili ono, bit ću vrlo zadovoljan." Ne čekajte. Uzmite najvišu nagradu sreće koja vam već jest nadohvat ruke jer iluzija nade u sreću, pa stoga i njezino odgađanje, vodi kroz mnoge močvare razočaranja.

Sreća raste od onoga što je hrani. Naučite biti sretni tako što ćete *uvijek biti sretni*. John je rekao: "Ako dobijem novac, bit ću sretan." Kad se obogatio, rekao je: "Bit ću sretan ako se riješim probavnih tegoba." Njegove su probavne tegobe bile izliječene, ali je on tada pomislio: "Ako pronađem ženu, bit ću sretan." Brak mu je donio samo nezadovoljstvo. Drugi brak bio je gori od prvoga. Pomislio je da će biti sretniji ako se razvede od druge supruge pa je to i učinio. A sada, u sedamdesetoj godini, pomislio je: "Neću biti sretan ako ne mogu ponovno biti mlad." Ljudi na taj način neuspješno pokušavaju dosegnuti svoj cilj sreće.

Odlučite da ćete biti sretni bez obzira na to jeste li bogati ili siromašni, zdravi ili bolesni, u sretnom ili nesretnom braku, mladi ili stari, nasmiješeni ili uplakani. Ne čekajte da se promijenite, da se promijeni vaša obitelj ili vaša okolina da biste bili sretni u svojem unutarnjem svijetu. Odlučite biti sretni u svojem unutarnjem svijetu, u ovom trenutku, što god da jeste i gdje god da jeste.



Suvremeni se čovjek ponosi svojim znanstvenim pristupom stvarnosti. Stoga mi dopustite da vam predložim sljedeće: proučite sam život - u laboratoriju. Amerikanci rado eksperimentiraju pa zašto ne bi izvodili pokuse na sebi: na svojim stavovima prema životu, na svojim mislima i ponašanju?

Ustanovite što je život i kako bi se ljudski život mogao poboljšati. Otkrijte što većina ljudi žarko želi u životu i kako najbolje mogu ostvariti svoje najveće želje. Ustanovite što najviše žele izbjeći i kako bi u budućnosti mogli izbjegavati toga neželjenoga "gosta".

Ako na području fizike i kemije želimo prave odgovore, moramo postaviti prava pitanja. Isto vrijedi i u životu. Po-

kušajte ustanoviti zašto su toliki ljudi nesretni. Kad otkrijete razlog, krenite u potragu za najboljim načinom postizanja trajne sreće.

Možete li napola uvenuulu ružu života potaknuti na ponovno cvjetanje?

Najčešće se rađamo bogati osmijesima, mladošću, snagom, ljepotom, zdravljem, mističnim težnjama i velikim nadama. Tijekom života i rasta počinjemo gubiti to bogatstvo, a ruže u nama počinju blijedjeti. Zašto se to događa? Ruža cvate i potom vene. Pojavljuje li se naša sreća samo da bi nestala?

Želimo cvjetati dobrim djelima, mirisati srećom i zauvijek zadržati sjećanje na one koji nas cijene. Ne moramo umrijeti u raljama siromaštva, bolesti ili tuge.

Da bismo negovali svoju ružu, moramo ju mnogo zalijevati, prihranjivati te štitići od nametnika i mraza. Ruža naše sreće može rasti samo na plodnom tlu našega mira. Nipošto ne može rasti na tvrdom, beščutnom tlu ljudskoga načina razmišljanja. Lopatom dobrih djela moramo neprestano iskopavati mir. Svoju biljku sreće moramo obilno zalijevati svojim duhom ljubavi i služenja. Sretni možemo biti samo ako usrećujemo druge.

Istinska se hrana za stablo sreće postiže samo meditacijom i stvarnom vezom s Bogom u svakodnevnom životu. Ako nismo u vezi s Beskonačnim izvorom, iz kojega izviru sve naše ljudske sposobnosti i nadahnuća, ne možemo rasti savršeno i potpuno.

Najgori nametnici koji napadaju našu biljku sreće jesu nedostatak želje za napredovanjem, samozadovoljstvo i skepticizam. Mraz inercije ili izostanak jasnog, dosljednog



nastojanja spoznavanja Istine, najveća je opasnost za našu biljku sreće.



**Budite sretni sada! Ako uspijete pronaći sreću u svojoj duši, tada ćete, čak i ako sutra umrete i pridružite se dugoj povorci preminulih duša koja polako napreduje kroz stupovima obrubljene prolaze stoljeća, tu neprocjenjivo vrijednu dragocjenost uvijek nositi sa sobom. Kad postignete sreću duše, nitko vam ju neće moći oduzeti, koliko god dugo bilo vaše putovanje prema bezvremenosti i vječnosti.**

Život je većine ljudi prošaran tugom i žalošću. Oni ne izbjegavaju postupke koji dovode do patnje i ne slijede putove koji vode prema sreći. Neki su ljudi preosjetljivi na tugu i sreću. Tuga ih može slomiti, a radost svladati pa tako gube mentalnu ravnotežu. Vrlo je malo ljudi koji, opekavši prste na vatri neznanja, nauče izbjegavati postupke koji im donose bol.

Mnogi ljudi žele biti sretni, ali se nikada ne potrude krenuti putem koji vodi prema sreći. Većina se ljudi kotrlja niz padinu života, ali se samo *mentalno* žele uspeti na vrh sreće. Katkad se probude - ako njihova želja za srećom prežvi pad na dno nesreće. Većini ljudi nedostaje mašte i ne probude se dok se nešto strašno ne dogodi i trgne ih iz njihove besmislene noćne more.

Ljudi koji teže sreći moraju izbjegavati utjecaj loših navika koje vode lošim postupcima. Loši postupci naposljetku prouzroče jad koji nagriza tijelo, um i dušu poput blago nagrizajuće kiseline. Takav jad nije moguće dugo trpjeti i potrebno ga je strogo izbjegavati.

**Izliječite se od loših navika tako što ćete ih spaliti suprotnim dobrim navikama. Ako imate lošu naviku laganja, ustanovite suprotnu dobru naviku govorenja istine. Stvaranje navike, dobre ili loše, iziskuje vrijeme. Lošem čovjeku nije lako biti dobar, a dobrome nije lako biti loš; slično tome, ako razvijate loše navike, prisiljeni ste biti loši unatoč želji da budete dobri.**

**Upamtite: koliko god ste navikli biti nesretni, morate prihvatiti protuotrov sreće. Svaki čin sreće pomoći će vam razviti naviku trajne sreće. Ako vam um kaže da nikada ne možete biti sretni, ne obraćajte pažnju na to. Samo se sjetite biti sretni u sadašnjem trenutku i neprestano ponavljajte: "Sretan sam sada!" Ako ustrajete u tome, u osvrtnu na prošlost možete reći: "Bio sam vrlo sretan." Kad se osvrnete na sebe u sadašnjosti, reći ćete: "Sretan sam", a kad pogledate u budućnost, reći ćete: "Znam da ću biti sretan." Sva vaša buduća sreća ovisi o tome koliko ste sada sretni pa stoga postanite sretni ODMAH.**

**Nakon što se okupate u oceanu mira u zemlji snova, probudite se sretni i kažite: "U snu sam bio slobodan od smrtnih briga. Bio sam kralj mira. Zato sada, radeći tijekom dana i obavljajući svoje dužnosti, više neću pokleknuti pred buntovnim brigama kraljevstva budnosti. Ja sam kralj mira u zemlji snova i bit ću kralj u zemlji budnosti. Kad izađem iz kraljevstva mira u zemlji snova, isti ću mir širiti u svojoj zemlji budnih snova."**

**Sreća u određenoj mjeri ovisi o vanjskim uvjetima, ali ponajviše o uvjetima unutarnjega uma. Da bi čovjek bio sretan, potrebno mu je dobro zdravlje, učinkovit um i život**

u blagostanju, odgovarajući posao i, nadasve, mudrost koja omogućuje ostvarenje svih ciljeva. Čovjek ne može biti sretan samo putem održavanja unutarnjeg mira ako potpuno zanemaruje borbu za život i težnju uspjehu.

Ali čovjek bez unutarnje sreće može biti zarobljenik briga u raskošnom dvorcu. Sreća ne ovisi samo o uspjehu i bogatstvu već i o borbi sa životnim teškoćama uz stečeni stav nenarušive unutarnje sreće.

Biti nesretan u potrazi za srećom znači poništavati vlastiti cilj. Sreća proizlazi iz unutarnje sreće, u svim trenucima, te iz revnog nastojanja iskorjenjivanja uzroka nesreće.

Naviku održavanja unutarnjeg sretnog stava uma trebali ste ustanoviti u ranoj mladosti, ali nije prekasno da počnete. Odlučite da ćete od danas, kad god se sastanete sa svojim neugodnim rođacima, kad god se suočite sa svojim oholim šefom i kad god vas snađu životne kušnje, pokušati zadržati unutarnji mir i sreću.

Ako ustrajete i ostanete dosljedni toj odluci unatoč svim izazovima, ustanovit ćete da sreća ovisi o ispravnoj mentalnoj navici i o odluci da ćete biti sretni u svim okolnostima.

Međutim, kad naučite uvijek biti sretni, ne dopustite da vas taj neovisni stav unutarnje sreće učini lijenima. Ne zanemaruje materijalne prepreke koje vam stoje na putu prema sreći. Nastojte ih ukloniti te se u sve životne aktivnosti upuštajte smirenim, sretnim stavom.

Morate biti vrlo radosni i sretni jer je ovo Božji san. Malen čovjek i velik čovjek samo su projekcije Sanjačeve svijesti. Sve prihvaćajte onako kako dolazi i recite sami sebi da sve to dolazi od Boga. Ono što dođe samo po sebi, neka dođe. Čak i kad osjetite da morate pokušati ispraviti nepravdu,

**najprije nastojte osjetiti Njegove unutarnje smjernice. A tada postupajte u Njegovo ime i nikada s gnjevom koji proizlazi iz ega.**



### 3. poglavlje

## IZBJEGAVANJE KRADLJIVACA SREĆE

**Zlo je izostanak istinske radosti. Vidite, to je ono što ga čini zlim. Biste li, u suprotnom, mogli reći da tigar čini zlodjelo dok ubija svoj plijen? Ubijanje je u prirodi tigra, koju mu je dao Bog. Zakoni prirode su neosobni.**

**Zlo se pojavljuje kad čovjek posjeduje potencijal postizanja unutarnje radosti. Sve što nas odvaja od toga božanskog stanja bivanja za nas je zlo jer našu svijest udaljava od onoga što doista jesmo i od onoga što doista želimo u životu.**

**Zbog toga sveti spisi odvrćaju od, primjerice, pohlepe i oholosti. Zapovijedi su za dobrobit čovjeka, a ne za Božje zadovoljenje! One su upozorenja neopreznima da, premda se određeni stavovi i postupci mogu isprva doimati zadovoljavajućima, oni koji koračaju tim putem naposljetku ne postižu sreću već bol.**

**Ljudi koji traže sreću moraju izbjegavati utjecaj loših navika koje vode lošim postupcima. Loši postupci prije ili kasnije donesu nesreću.**

**Ponavljanje nekoliko postupaka slabosti stvara navike slabosti. Većina ljudi dopušta da ih zarobe njihove navike slabosti ili neuspjeha, koje su sami stvorili. Vi se možete spasiti ako ste odlučili živjeti drugačije, ali vaša odlučnost u borbi**

s lošim navikama mora biti čvrsta sve dok ne postignete uspjeh.

Danas ste ono što ste u prošlosti učinili od sebe. Skrivenim, nevidljivim tragovima vlastitih prošlih postupaka sami određujete moć svojih sadašnjih postupaka.

Sami ste, putem zakona uzroka i posljedice koji upravlja vašim postupcima, odredili svoju kaznu ili nagradu. Vjerojatno ste dovoljno patili. Vrijeme je da sami sebe pustite iz zatvora vlastitih nepoželjnih navika iz prošlosti. Budući da ste sami sudac, nijedan vas zatvor patnje, siromaštva ili neznanja ne može zadržati ako ste spremni osloboditi se.

#

Izbjegavajte govoriti negativno. Zašto biste gledali u kal kad je ljepota posvuda oko vas? Mogli biste me odvesti u najljepšu sobu na svijetu, ali bih joj ja mogao pronaći nedostatke ako bih to želio. Ali zašto bih to želio? Zašto ne bih uživao u njezinoj ljepoti?

Ako se usredotočimo na loše, gubimo iz vida ono što je dobro. Liječnici kažu da kroz naša tijela prolaze milijuni strašnih mikroorganizama, ali budući da ih mi nismo svjesni, mnogo je manja vjerojatnost da će nam nauditi no što bi bila kad bismo osjećali njihovu prisutnost i zabrinjavali se zbog nje. Ako smo dovoljno dugo usredotočeni na negativno, i sami poprimamo negativne značajke. Ako se usredotočimo na dobro, poprimamo dobrotu.

#

Zabrinutosti se nije lako osloboditi. Uništite poneku, a druge dolete naizgled niotkuda. Gotovo isišu život iz vas. Kao što insekticidom uništavate nametnike koji vam se nastane u kući, tako kemikalijom mira morate uništavati zabrinute

misli. Kad god vas napadne roj zabrinutosti, ne dopustite da vas uznemire već mirno čekajte tražeći rješenje. Zabrinutosti poprskajte svojom djelotvornom kemikalijom mira.

Tu kemikaliju ne možete kupiti ni u kojoj ljekarni. Morate ju proizvesti u tišini svoje svakodnevne prakse usredotočenja. Kemikalija mira mješavina je nagrizzajućih kiselina navike smirenosti i blage sreće koja poništava tugu. Kiseline smirenosti i blagu sreću potrebno je pripremiti u laboratoriju samodiscipline i neprestanih kušnji.

Zabrinutosti se prigušuju smirenošću i blagom srećom, a potpuno se iskorjenjuju neprestanim njegovanjem postojanoga mira. Zabrinutosti nije moguće odagnati daljnjim zabrinjavanjem ili mahnitim pokušajima njihova utišavanja, već je sve pošasti zabrinjavanja moguće uništiti navikom održavanja dubokoga mira.

ft-

Pazite! Um je potrebno zaštititi od četiri naizmjenična psihološka stanja: tuge, lažne sreće, ravnodušnosti i varljivoga, pasivnog mira koji nakratko obuzme ego kad god se ego uspije osloboditi preostala tri stanja. Pogledajte bilo koje lice i ustanovite ćete je li njegov vlasnik pod utjecajem kojega od tih stanja. Malo je onih čije lice ostaje mirno dok su u vlasti četiri nestabilna mentalna stanja.

Kad god netko ne uspije ostvariti želju za nečime poput zdravlja ili užitka, pojavljuje se tuga koja mijenja njegovo lice. "Princa Osmijeha" svrgava "Kralj Tuga", koji muči mišiće i izobličuje izraz lica.

Kad god se čovjeku ispuni želja, on je privremeno "sretan". Tuga proizlazi iz neispunjene želje; "sreća" proizlazi iz ispunjenja želje. Tuga i lažna sreća postoje i putuju zajedno, poput sijamskih blizanaca. One su djeca želje i nikada se ne



udaljavaju od nje; ako prizovete lažnu sreću, tuga nedvojbeno dolazi za njom.

Kad ego nije na udaru tuge ili "sreće", ljudi se nalaze u trećem stanju: ravnodušnosti ili dosadi.

Čovjeka svladanog ravnodušnošću pitamo: "Jesi li tužan?"

"O, nisam", odgovara.

Potom ga pitamo: "Jesi li sretan?"

"O, nisam", kaže otegnuto.

"Pa", kažete, "što ti je?"

"Oh", zavapi on, "samo mi je dosadno."

Takvo je mentalno stanje mnogih ljudi.

Ispod tih promjenjivih stanja tuge, lažne sreće i ravnodušnosti nalazi se neutralno stanje pasivnog mentalnog mira. Takav je mir negativne i kratkotrajne prirode, posljedica prva tri stanja i privremena omamljenost njima.

Ispod ta četiri stanja svijesti nalazi se bezuvjetno, uvijek novo stanje Blaženstva, koje se doživljava samo u meditaciji.

Ne trošite previše vremena na šalu. Osobno se volim nasmijati, ali svoj smisao za humor držim pod nadzorom. Kad sam ozbiljan, nitko me ne može nasmijati. Budite sretni i veseli iznutra - ozbiljni, ali uvijek veseli. Zašto biste svoja duhovna opažanja tratili u beskorisnim riječima? Kad svoje vjedro svijesti napunite mlijekom mira, održavajte ga takvim; ne bušite rupe u njemu šalama i nepotrebnim riječima.

Nemojte se previše šaliti. Šala je lažni stimulans. Šala ne proizlazi iz istinske sreće i ne daje istinsku sreću. Ako se mnogo šalite, um postaje nemiran i lagan pa ne može meditirati.



Ne dopustite da vam nezadovoljstvo postane kronična navika jer je to stanje doista neugodno, a vaša je sreća blagoslov za vas i za druge. Nije teško na licu nositi blistav osmijeh ili glasom točiti slatku sreću. Zašto biste tada bili mrzovoljni i širili nezadovoljstvo? Nikada nije kasno za učenje. Stari ste onoliko koliko su stare vaše kronične misli i mladi onoliko koliko se osjećate u sadašnjem trenutku, unatoč dobi.



Kad vas posjeti gospodin Tuga, ne dajte mu snagu tako što ćete uvažiti njegovu prisutnost. Ako ga nahranite nektarom svojih suza, ostat će s vama. Uskoro će zauzeti cijelu spavaću sobu vašega života. Čim se pojavi, nasmijte mu se - time ćete mu uskratiti radost. A tada ga udarite u trbuh. Udarajte šakama, nogama i laktovima svoje volje te ga potpuno izbacite iz odaje svojega života. Tako ćete tugu svladati tjelesno i metafizički.

Onaj tko se rodio prikraćen na bilo koji način, trebao bi se energično opirati iskušenju samosažalijevanja. Sažalijevati samoga sebe znači slabiti vlastitu unutarnju moć prevladavanja.

Vaša osobna sreća u velikoj mjeri ovisi o zaštiti sebe i svoje obitelji od zlih posljedica ogovaranja. Ne opažajte zlo, ne govorite zlo, ne slušajte zlo, ne mislite zlo, ne osjećajte zlo. Većina ljudi može satima govoriti o drugima i uživati pod utjecajem ogovaranja kao pod privremenim utjecajem

opojnoga, otrovnog vina. Nije li čudno da ljudi mogu lako, s užitkom i oštrim kritikama satima govoriti o nedostacima drugih, ali ni na trenutak ne mogu podnijeti spominjanje vlastitih nedostataka?

Kad sljedeći put dođete u iskušenje da govorite o moralnoj i mentalnoj iskvarivosti drugih ljudi, odmah počnite govoriti o vlastitoj mentalnoj i moralnoj iskvarivosti, nastavite pet minuta i ustanovite kako vam se to sviđa. Ako ne volite govoriti o vlastitim nedostacima, ako vas to vrijeđa, nedvojbeno bi vas trebalo još više boljeti dok o drugima govorite ružno i uvredljivo. Sebe i sve članove svoje obitelji poučite sudržavanju od ogovaranja.

Čovjeku ne pomažete ako javno govorite o njegovim slabostima. U njemu budite gnjev ili ga obeshrabrujete, postidujete, možda zauvijek, pa on odustaje od pokušaja da bude dobar. Kad čovjeka otvoreno ocrnite i na taj mu način oduzmete dostojanstvo, činite ga očajnim.

Kad je čovjek nezadovoljan, itekako je svjestan svoje iskvarivosti. Destruktivnom ga kritikom gurate još dublje u kaljužu očaja, u koju već tone. Umjesto da ga ogovarate, trebali biste ga izvući prijateljskim, poticajnim riječima. Duhovnu i moralnu pomoć potrebno je nuditi samo kad netko traži pomoć. Vlastitoj djeci ili voljenim osobama možete u bilo kojem trenutku ponuditi prijateljske, smjerne savjete te ih osloboditi osjećaja tajnovitosti ili ustručavanja.

"Nemojte suditi, da ne budete suđeni! Jer kako budete sudili, onako će se i vama suditi; kako budete mjerili, onako će se i vama mjeriti." (Evangelje po Mateju 7:1-2) Mnogo je nečisti koju morate ukloniti iz svojega mentalnog doma. Ne upuštajte se u zlobno govorenje o mentalnoj nečisti u životima drugih ljudi, već se primite posla i uklonite slabost iz vlastitoga života. Tiho se oslobodite želje za kritiziranjem, a kad postignete slobodu od osuđivanja i ogovaranja, svo-

jim suosjećajnim srcem i dobrim primjerom poučite druge da budu bolji.

#

Ružne riječi izgovorene u stanju emocionalne pobudenosti nalik su požaru koji se širi šumom prijateljstva i proždire sve zelenilo ljubaznog odnosa i suosjećajnih misli.

Ljudi opijeni uzbuđenjem i navikli na robovanje gnjevu zapravo su emocionalni piromani koji na najmanju provokaciju krešu šibice gnjevnih riječi i pale unutarnji mir duša.

Kao što šumski požari državi donose gubitak milijuna dolara, tako emocionalni piromani, paleći sreću milijuna inteligentnih ljudi, prouzrokuju milijarde dolara gubitka kreativnog razmišljanja i veliko traćenje ljudske živčane energije.

Da biste bili ljubazni, ne morate se nužno slagati sa svime. Ako se ne slažete, uvijek ostanite smireni i uljudni. Sklonost gnjevu i prijekorima ljudska je slabost, dok je obuzdavanje vlastitih poriva i govora božanska snaga. Sto god vas izazvalo, obuzdajte se. Smirenom tišinom ili iskreno ljubaznim riječima pokažite da je vaša dobrota moćnija od zlobe druge osobe. Sva združena mržnja vaših neprijatelja otopit će se pred blagom svjetlošću vašega opraštanja.

Ako patite od tegoba neljubaznosti i mrzovoljnosti, popijte lijek ljubaznosti. Ako odlučite promijeniti se, počnite tako što ćete upućivati iskrene, ljubazne riječi onima prema kojima ste bili nepravedno grubi. Prije svega budite ljubazni prema članovima svoje najbliže obitelji. Kad vam to pode za rukom, prema svim ćete ljudima po navici biti ljubazni. Temelj sreće je oltar razumijevanja i ljubaznih riječi.

Neljubazne su riječi okrutni ubojice dugotrajnih prijateljstava i obiteljskoga sklada. Neljubazne riječi zauvijek otjerajte sa svojih usana i oslobodite svoj dom od nevolja.

Iskrene, ljubazne riječi nektar su žednim dušama. Tražene su posvuda. Ljubazne riječi izazivaju sreću u prijateljima, neprijateljima, crkvama, poslovnim uredima i na svim drugim mjestima. Ljudi su sretni kad mrzovoljna osoba napusti prostoriju, a drago im je kad se pojavi ljubazan, iskren prijatelj.

Ljudi se plaše razornih bolesti koje napadaju tijelo. Ali, malobrojni ozbiljno tragaju za lijekom kad se zaraze jezivom psihološkom bolešću ljubomore. Shakespeare ju je nazvao crvom koji izjeda korijene ljubavi. Ali ljubomora je gora od toga.

Čini se da epidemija ljubomore bjesni u umovima svih naroda. Ljubomora je bračna tuberkuloza. Izjeda sretan, zdrav bračni život i potpuno ga uništava krvarenjem sumnje. Uporno međusobno prigovaranje djeluje poput bronhijalnog izljeva i škodi plućima sreće.

Ljubomora je i poslovna tuberkuloza. Kad ude u posao, tkiva suradnje i zajedništva, koja su život organizacije, počnu polako ili brzo propadati. Sve zdrave političke i vjerske organizacije trebale bi se čuvati te razorne bolesti. Čuvajte svoju sreću od razaranja.

Ako robujete svojim osjetilima, ne možete biti sretni. Ako vladate svojim željama i apetitima, možete biti istinski sretan čovjek. Ako se prejedate protiv svoje volje, ako želite bilo što suprotno svojoj savjesti, ako postupate pogrešno pod utjecajem svojih osjetila, suprotno htijenjima svojega Višeg Jastva, ne možete biti sretni. Ljudi koji robuju svojim osjetilima otkrivaju da ih njihove loše navike prisiljavaju

činiti ono čime škode sami sebi. Tvrdokorne loše navike guše vašu volju kad god pokuša uzeti glavnu riječ i usmjeriti vaše misli prema kraljevstvu ispravnog djelovanja. Rješenje je oslobađanje vlastite volje iz zatvora osjetila.

Predati se lošim navikama znači osnažiti ih te istodobno oslabiti moć vlastite volje. Borite se protiv svojih loših navika gnjeva, traženja nedostataka, ljubomore, straha, tromosti, prejedanja ili drugih slabosti tako što nećete protiv vlastite volje pokleknuti pred iskušenjem. Kad odlučite učiniti nešto za što znate da je potpuno ispravno, učinite to po svaku cijenu. To će vašoj, mudrošću vodenoj volji dati veću moć nad vašim lošim navikama. Napustite prošlogodišnji materijalni neuspjeh, duhovnu ravnodušnost, mentalne i moralne slabosti te bezvoljne meditacije tako što ćete svoju volju usmjeriti prema postizanju blagostanja, samokontroli i dubokoj meditaciji sve do stvarnog uspostavljanja veze s Bogom.

Gotovo je svaka duša zarobljenica osjetila, koja su utvrđena na površini tijela. Pozornost duše odvraćena je od njezina unutarnjeg kraljevstva u primozgu, duhovnom oku i čakrama, prema vanjskim područjima tijela, na kojima vladaju pohlepa, iskušenje i vezanost. Posvećenik koji Kralja Dušu želi odvesti od močvare osjetila koja donose jad, ustanovljava da se pritom mora dogoditi težak sraz vojnika osjetila i božanskih vojnika duše.

Ako vaša volja nije dovoljno jaka, pokušajte razviti moć *nevoljnosti*. Kad se nadete za stolom, a Gospodin Pohlepa vas potiče jesti više no što biste trebali, pokušava umrtviti vašu samokontrolu i opteretiti vas probavnim tegobama, pazite. Nakon što pojedete odgovarajuću količinu kvalitetne hrane, jednostavno recite sami sebi: "Više neću jesti" te



ustanite od stola i pobjegnite. Ako vas netko pozove: "John, vrati se i jedi još malo. Nemoj zaboraviti ukusnu pitu od jabuka", jednostavno odvratite: "*Neću.*"

Misli neiskrenosti, iskušenja ili osvetoljubivosti vojnici su osjetila koja izazivaju jad. Oni žele osvojiti kraljevstvo vaše sreće i zatočiti vas u tamnicu nezadovoljstva i jada. Čim se vojnici pogrešnih misli okupe kako bi napali vaš unutarnji mir, probudite vojnike svjetlosti, iskrenosti i samokontrole te zapodjenite žestoku bitku.

Upamtite da o vama ovisi hoćete li dopustiti da pohlepa, robovanje osjetilima, gnjev, mržnja, osvetoljubivost ili zabrinutost vladaju vašim životom ili ćete dopustiti da božanski vojnici samokontrole, smirenosti, ljubavi, opraštanja, mira i sklada vladaju vašim mentalnim kraljevstvom. Otjerajte buntovne osjetilne navike koje su kraljevstvu vašega mira donijele jad. Budite sami svoj kralj i dopustite da vojnici dobrote i dobrih navika vladaju kraljevstvom vašega uma. Tada će sreća vječno vladati u vama.



Bogu predajte sve dobro i loše što činite. To, dakako, ne znači da biste trebali namjerno postupati loše, ali kad si ne možete pomoći zbog prejakih navika, osjetite da Bog djeluje kroz vas. *Njemu* predajte odgovornost. On to voli! Jer, On želi da shvatite kako On sanja vaš život.



**Ako se trudite, Bog vas *nikada* neće iznevjeriti!**



#### 4. poglavlje

### NAUČITE PONAŠATI SE ISPRAVNO

Nikada neću moći dovoljno zahvaliti svom učitelju jer mi je neprestano govorio: "Nauči ponašati se ispravno."

Otkrio sam da samoga sebe jasnije shvaćam kad promatram svoj odraz u tuđim umovima, a osobito u umu svojega Učitelja, koji ne robuje predrasudama, nego kroz vlastito maglovito shvaćanje.

Počeo sam se družiti s mirnim umovima i pitati ih kako me doživljavaju jer sam ustanovio da se ono što smatram da drugi misle o meni znatno razlikuje od onoga što oni *doista* misle o meni.

Potrebno je mnogo hrabrosti da biste riskirali svađu, ili kakvu drugu nevolju, samo zato da biste ljudima otkrili njihove nedostatke. Zbog toga se mnogi ljudi plaše kritizirati vas u lice. Većina vas ljudi kritizira iza vaših leđa ili bez riječi, u svojim mislima.

Prisni vas prijatelji ne kritiziraju otvoreno jer se plaše da će vas uvrijediti, ali vas kritiziraju u mislima, kao i vi njih. Ako želite znati što vaši prijatelji misle o vama, ponašajte se besprijekorno i neprestano se usavršavajte tako što ćete biti nesebični, mudri, smireni, meditativni, hrabri, ljubazni, iskreni, uljudni, pomnivi, dosljedni svojoj riječi i neustrasivi u čvrstoći, i vaši će prijatelji biti toliko opčinjeni vašom dobrotom da će misliti i glasno govoriti o tome kakvi ste.

Naučite biti ljubazni i sretni pa ćete sve koje sretnete poticati da budu ljubazni i sretni.



Samokontrola isprva izaziva nezadovoljstvo jer vas odvaja od osjetila koja donose užitak. Međutim, kad samokontrola sazrije, duša počinje doživljavati finija, sretnija opažanja i uživati mnogo više no što je uživala dok se poistovjećivala s osjetilnim užicima. Posvećenik koji strahuje od osjećaja praznine mora uvidjeti da odricanje samo po sebi nije cilj. Štoviše, ono je sredstvo za postizanje cilja, a čovjeka poučava preusmjeravati pozornost od površnih osjetilnih užitaka prema dubljim užicima duše.

Ne bavite se mislima o svojim nedostacima. Umjesto toga prisjetite se svega dobrog što ste učinili i dobrote koja postoji u ovom svijetu. Uvjerite se u vlastito, prirodno savršenstvo. Na taj ćete način biti potaknuti prisjetiti se svoje vječne prirode u ulozi Božjeg djeteta.



Jedina vrijedna postignuća nisu ona koja ostvarujemo u vanjskom svijetu već naše pobjede nad samima sobom. Stvorimo divna unutarnja obitavališta, podignimo ih u dolinama poniznosti, u kojima se skupljaju kiše Božje milosti i dobre želje koje nam drugi upućuju.

Božanska milost može i najtvrdje srce učiniti plodnim pretvarajući njegovu smeđu pustinju u bujan vrt unutarnje sreće i mira.

Ako želite biti voljeni, počnite voljeti one kojima je potrebna vaša ljubav. Ako od drugih očekujete da budu iskreni prema vama, započnite tako što ćete i sami biti iskreni. Ako želite da drugi suosjećaju s vama, počnite suosjećati s ljudima koji vas okružuju. Ako želite da vas poštuju, morate naučiti poštovati sve, i mlade i stare. Ako u drugima želite vidjeti mir, morate biti smireni. Ako želite da drugi budu vjernici, okrenite se duhovnosti. Najprije sami postanite ono što želite od drugih. Tada ćete opaziti da vam drugi odgovaraju na sličan način.

Lako je željeti da se drugi prema vama ponašaju besprijeorno i lako je opaziti njihove mane, ali je vrlo teško ponašati se ispravno i razmotriti vlastite mane. Ako se sjetite ponašati se ispravno, drugi će pokušati slijediti vaš primjer. Ako ste sposobni uvidjeti vlastite nedostatke bez razvijanja kompleksa manje vrijednosti i zaokupiti se ispravljanjem samoga sebe, svoje ćete vrijeme iskoristiti bolje no što biste ga iskoristili priželjkujući da su drugi bolji. Vaš dobar primjer drugima će bit jači poticaj na promjenu nego vaše želje, vaš gnjev ili vaše riječi.

Sto se više usavršavate, to ćete više uzdizati druge oko sebe i biti sretniji. Što ste vi sretniji, to su ljudi oko vas sretniji.

Tromi ljudi nisu sretni. Iznimno neuki ljudi jedva znaju kako je kad ste sretni ili nesretni. Bolje je biti nesretan zbog vlastitog neznanja nego sretno umrijeti s njime. Gdje god da jeste, ostanite budni i živi u mislima, opažanju i intuiciji - uvijek spremni cijeniti primjerno ponašanje te zanemarivati loše ponašanje. Vaša je najveća sreća u vječnoj spremnosti da učite i da se ponašate ispravno.

Većina ljudi koji se dosađuju i smatraju da su iscrpili životne radosti ne znaju da se svijet utjehe skriva u dobrim knji-

gama. Besposlen je um podložan zabrinutosti i očaju. Pri odabiru knjiga prednost valja dati duhovnim knjigama koje nisu opterećene dogmama. U proučavanju morate svladati jedno ili više područja, ali biste trebali znati ponešto i o svakom drugom području uključujući botaniku, logiku, astronomiju, glazbu, jezike i politiku. Važno je proučavati fiziologiju. Svaki mjesec pročitajte dobar znanstveni časopis.

Čitanje je najbolji intelektualni sport u zatvorenom prostoru. Zaokuplja vaš um i razvija intelekt. Sat ili dva svakodnevnoga čitanja svakom će čovjeku za deset godina donijeti poveliku učenost ako odabire vrijedne knjige. Ne tratite vrijeme i ne narušavajte svoje mentalne sposobnosti čitajući besmislene ili bezvrijedne knjige. Ne njegovati istinsko zanimanje za knjige znači propuštati višestoljetno naslijeđe.

Ako se ne slažete s prijateljima i sa svijetom, čitajte knjige i družite se s tim nijemim prijateljima koji mogu utješiti i nadahnuti. Pouka iz knjiga koje su napisali plemeniti i daroviti ljudi društveno će nastrojenim osobama dati novu moć pomaganja čovječanstvu.

Čitajte, označavajte i usvajajte odabrane dijelove iz dobrih knjiga. O važnim temama raspravljajte s inteligentnim ljudima. Logično razmatranje određene zamisli najbolji je način razvijanja izvornosti vlastitih zamisli. Dok razmišljate, držite oči zatvorenima i budite potpuno usredotočeni na predmet svojega proučavanja. Ništa nemojte činite napola usredotočeno ili bezvoljno.

Dobre su knjige vaši vječni nijemi prijatelji. Kad ste zabrinuti ili tužni, uzmite knjigu i zadubite se u nju. Slušajte utješne i poticajne riječi velikih umova prošlosti.

#

Ako čitate knjige duhovnoga sadržaja, birajte one koje govore o samoostvarenju. Knjige poput Biblije ili Bhagavad

Gite nije uputno čitati kao da čitate roman. Pročitajte jedan odlomak, razmislite o njegovu značenju i meditirajte o njegovoj istini. Potom pokušajte živjeti tu istinu u svojem životu. Tri su biblije iz kojih crpim nadahnuće: kršćanska Biblija, hinduistička Bhagavad Gita i moj *Šapat vječnosti*, koji mi je dao Bog. Meditacijom i intuitivnim poimanjem otkrivam više istina nego čitanjem knjiga.

Čitajte nakon meditacije. Knjige procjenjujte putem intuitivnog opažanja. Sto češće zaokupljajte um dobrim knjigama, osim dok meditirate. U slobodno vrijeme čitajte dobre knjige jer na taj način štítite svoj um od ispraznih misli koje prouzrokuju dosadu i nezadovoljstvo.

Supružnici bi svoju ljubav trebali uravnotežiti samokontrolom te čitanjem dobrih knjiga i raspravljanjem o njima umjesto da se bave uzaludnim obiteljskim ratovima ili bračnim zadjevicama koje narušavaju mir.

Ako želite biti sretni, naučite živjeti sami i duboko razmišljati o svakom iskustvu - o dobrim knjigama, problemima, vjeri, filozofiji i unutarnjoj sreći. Cijena istinske sreće jest samoizabrana samoća u kojoj ste zadovoljni i navikli ste na nju. Ako ste prisiljeni biti među brbljavcima, povucite se u ćeliju svojih dubokih misli i uživajte u miru svojega unutarnjeg vrela tišine.

#

Nemojte se previše šaliti. I sami znate da se volim dobro nasmijati, ali ako odlučim biti ozbiljan, nitko mi neće izmamiti čak ni osmijeh. Budite sretni i veseli - ponajviše iznutra. Izvana budite ozbiljni, a iznutra veseli.

Poimanje Božje prisutnosti, stečeno u meditaciji, ne tratite besmislenim brbljanjem. Isprazne su riječi nalik mecima: načine rupe u vjedru mira. Ako svoje vrijeme nepotrebno posvećujete razgovoru i neobuzdanom smijehu, ustanovite ćete da vam unutra ništa nije preostalo. Ispunite vjedro svoje svijesti mlijekom meditativnoga mira i održavajte ga punim. Sale donose lažnu sreću. Previše smijeha izbuši rupe u umu pa mir isteče iz vjedra. Redovito meditirajte i u sebi ćete pronaći istinsku radost. Tada ćete imati nešto što ćete moći usporediti s osjetilnim užicima. Zbog te ćete usporedbe odmah poželjeti napustiti loše navike koje vam donose tugu. Najbolji je način prevladavanja iskušenja pronaći nešto bolje s čime ćete ga usporediti.

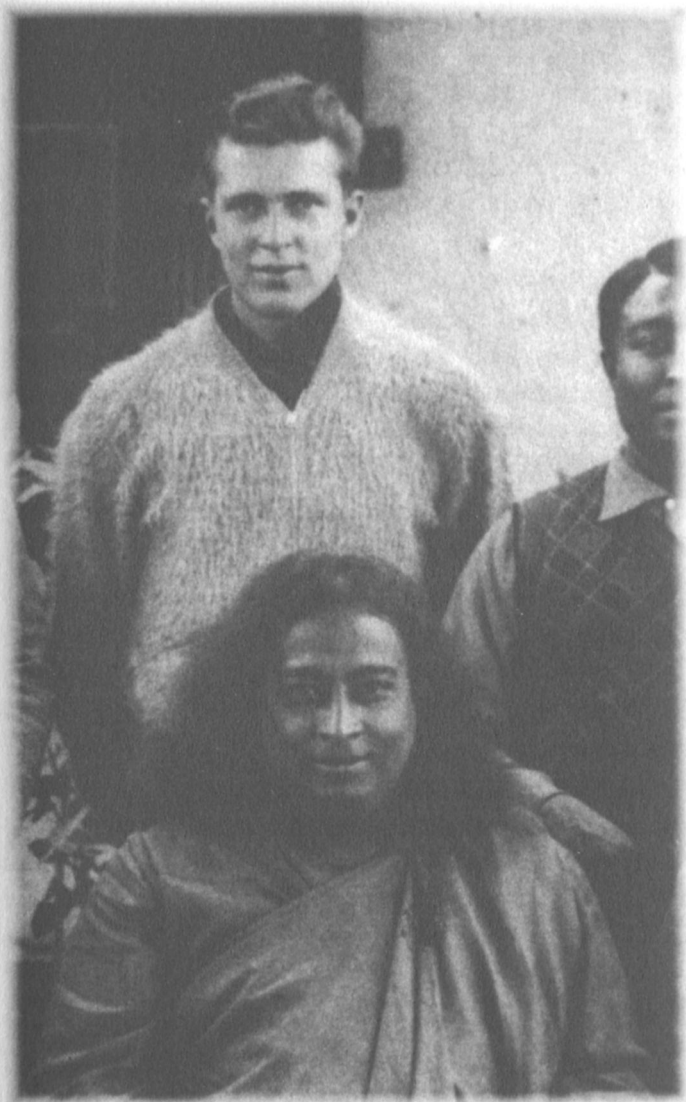
Nikada ne dopustite da vaš um podlegne nemiru uslijed pretjerivanja sa šalama, zabavom i sličnim. Budite duboki. Čim podlegnete nemiru, sve će stare nevolje ponovno početi privlačiti um: seks, vino i novac.

Dakako, malo zabave i smijeha je dobro, povremeno. Ali ne prepuštajte se lakoumnosti. Kao što znate, i sam se katkad volim nasmijati. Ali, kad odlučim biti ozbiljan, ništa i nitko ne mogu me odvući od mojega unutarnjeg Jastva.

Budite duboki u svemu što činite. Čak ni u smijehu ne gubite svoj unutarnji mir. Budite radosni iznutra, ali izvana uvijek pomalo povučeni. Budite usredotočeni na unutarnju Ldost.

Uvijek prebivajte u jastvu. Nakratko izađite kad morate, kako biste jeli, razgovarali ili obavili svoj posao, a tada se ponovno povucite u Jastvo.

Budite smireno aktivni i aktivno smireni. To je način jogija.





Kad dode oblačan dan, sjetite se mnogih sunčanih dana koje ste preživjeli. Kad se tuga pojavi i kad pomislite da će zauvijek vladati vašim životom, sjetite se nebrojenih dana sreće u kojima ste uživali. Zaboravljanje zdravih osmijeha u kojima ste uživali pedeset godina zato jer ste šest mjeseci bili bolesni izraz je nezahvalnosti Davatelju svih darova. Besmisleno je, zbog pretjerano ozbiljnog shvaćanja nekoliko tjedana ili mjeseci tuge, narušiti ravnotežu svojega uma i zaboraviti godine sreće.

Ne plašite se ovoga privremenog smrtnog neznanja jer je u vašoj duši neotvoreni rudnik Božje mudrosti. Budući da ste stvoreni prema Njegovu liku, sva Njegova mudrost i sreća skrivene su negdje u kaotičnom podrumu vaše podsvijesti. Lako je i prirodno smiješiti se kad je sve dobro, ali smiješiti se kad vas sve pokušava uništiti, to je teško, nadsvjesno, divljenja vrijedno, to je glasnik trajne sreće. Postanite stručnjak za osmijehe i liječnik za tugu, koji sva tužna i klonula srca liječi rendgenskim zrakama svojih osmijeha.

Dok ste bolesni, nemojte biti usredotočeni na trajanje svoje patnje, već sanjajte o godinama mladosti i zdravlja u kojima ste uživali. Ako se dovoljno potrudite, možete ponovno imati ono što ste nekoć imali. Dugoročno gledano, odustajanje je težak, mučan put; najlakše je truditi se sve dok ne uspijete.

Tugu otjerajte radošću; mučne misli o neuspjehu uništite lijekom svijesti o uspjehu. Nesklad izgladite dljetom sklada. Zabrinutosti spalite smirenošću. Tuge bacite u plamen sreće. Neljubaznost posramite ljubaznošću. Svrgnite bolesne misli i ustoličite Kralja Vitalnosti na prijestolje ispravnog življenja. Odagnajte nemir i neznanje s obala svojega uma. Utemeljite unutarnje kraljevstvo tišine i Bog sreće rado će ući u njega.



JEDNOSTAVNOST JE PRESUDNO  
VAŽNA

Jednostavnost nije krajnje siromaštvo, nije dijametralna suprotnost bogatstvu. Živjeti jednostavno znači slijediti tihi put umjerenosti. Život uravnoteženih krajnosti omogućuje unutarnju sreću.

Istinski ljubavnici, koji su u miru sa samima sobom i sa svijetom koji ih okružuje, koji rado prihvaćaju sve što im se dogodi, s pravom mogu sažalijevati čak i kraljeve.

Sreća je za čovjeka istinsko i prirodno stanje bivanja. Malobrojni ju pronadu jer većina ljudi živi na vlastitoj periferiji; maksimalno se udaljavaju od svojega unutarnjeg središta. Sto su bogatiji i moćniji, to iznutra osjećaju veću prazninu.

Želja za srećom u kraljeva je češće osujećena no što je ispunjena. Njihovu žudnju za prijateljstvom odnosi svakodnevna bujica ulizica. Njihovu nadu u ljudsko razumijevanja guši i razara val nadmetanja za njihovu pozornost. Sto je kralj okružen većim mnoštvom, to je njegov unutarnji osjećaj usamljenosti jači.

Tražeci sreću izvan sebe, ljudi naposljetku otkrivaju da su ju tražili u ispraznom obilju i pohlepno sisali rub kristalne čaše u koju vino radosti nikada nije bilo natočeno.

Sreća se sastoji od krajnje gorljivih nastojanja smanjivanja vlastitih želja i potreba, od razvijanja sposobnosti zadovo-

ljavanja tih potreba po vlastitoj volji i od nastojanja da se uvijek smiješimo, izvana i iznutra, unatoč svim nevoljama.

Svake večeri prije počinka budite tihi i mirni barem deset minuta (po mogućnosti i duže) te ponovno ujutro, prije ustajanja. Tako ćete stvoriti nepokolebljivu, čvrstu unutar-nju naviku sreće, koja će vas učiniti sposobnim suočiti se sa svim izazovnim situacijama svakodnevne bitke života. Uz tu postojanu unutarnju sreću krenite u ispunjavanje zahtjeva koje vam donosi dan.

Sreću više tražite u svojem umu, a manje u stjecanju stvari. Budite toliko sretni u svojem umu da vas ništa ne može učiniti nesretnim. Tada ćete moći i bez stvari na koje ste navikli. Budite sretni u spoznaji da ste stekli moć izbjegavanja negativnoga stava. Znajte i da više nikada nećete biti toliko materijalistički usmjereni da zaboravite svoju unutarnju sreću, čak i ako postanete milijunaš.



Ovdje, u Americi, mnogo je toga što sam želio svojoj siromašnoj zemlji. Međutim, s vremenom sam ustanovio da ljudi ovdje, u prosjeku, nisu sretni kao seljaci u Indiji - od kojih si mnogi ne mogu priuštiti više od jednoga obroka dnevno. Unatoč materijalnom blagostanju, ovdašnji ljudi ne posjeduju unutarnju sreću. Amerikanci su zasićeni obiljem osjetilnih užitaka. Sreća im izmiče zbog jednostavnoga razloga: traže ju posvuda osim u sebi.



Takozvana "sreća" najčešće je samo prikrivena patnja. Možda uživate u obilnom obroku, ali ćete vjerojatno patiti od neugodnih posljedica kao što su probavne tegobe ili bol u želucu. Najbolji način stvaranja sreće nije prepuštanje osjetilnim užicima ili lošim navikama već čvrsto vladanje vlasti-

tim navikama i apetitima. Kao što vlastitu glad ne možete zadovoljiti hranjenjem drugoga, tako ni sreću ne možete pronaći zadovoljavanjem pretjeranih zahtjeva svojih osjetila.

Pretjerana raskoš ne stvara sreću, već ju udaljava od vašega uma. Nemojte sve svoje vrijeme posvećivati potrazi za stvarima koje će vas usrećiti. Uvijek budite zadovoljni, jednako u svojoj težnji blagostanju i u postignuću blagostanja. Kralj Sreće možete biti i u trošnoj kolibi, a u palači možete biti izmučena žrtva nezadovoljstva. Sreća je isključivo mentalna pojava. Najprije ju morate čvrsto utemeljiti u sebi, a potom, s nepokolebljivom odlučnošću da uvijek budete sretni, u svijetu tražiti zdravlje, blagostanje i mudrost.

Veću ćete sreću pronaći ako uspjehu uvijek težite sa stavom sreće nego da svoju najveću želju pokušavate ostvariti u stavu nezadovoljstva, bez obzira na to što želite.



Lakše je trošiti nego zarađivati. Teže je štedjeti nego zarađivati. Većina ljudi troši više no što zarađuje. Dodatan novac stječu posuđivanjem ili kupuju s obećanjem plaćanja u budućnosti. Ne smijete uvijek smatrati da morate držati korak s drugima. Nastojati posjedovati više no što vam novčanik omogućava znači živjeti u neprestanoj mentalnoj zabrinutosti. Trošiti više no što zarađujete znači živjeti u vječnom ropstvu.

Uz umijeće zarađivanja dobro je svladati i umijeće štednje. Veliki prihod nema trajnu vrijednost ako stvara samo naviku raskoši, bez štednje. Razmislite: kad biste se iznenada razboljeli, kako biste živjeli bez uobičajenog prihoda ako ne biste imali ušteđevinu? Loše je održavati naviku raskoši ako vam je prihod skroman. Nije li bolje živjeti jednostavno i štedljivo, a zapravo se bogatiti? Na skromno življenje trebali

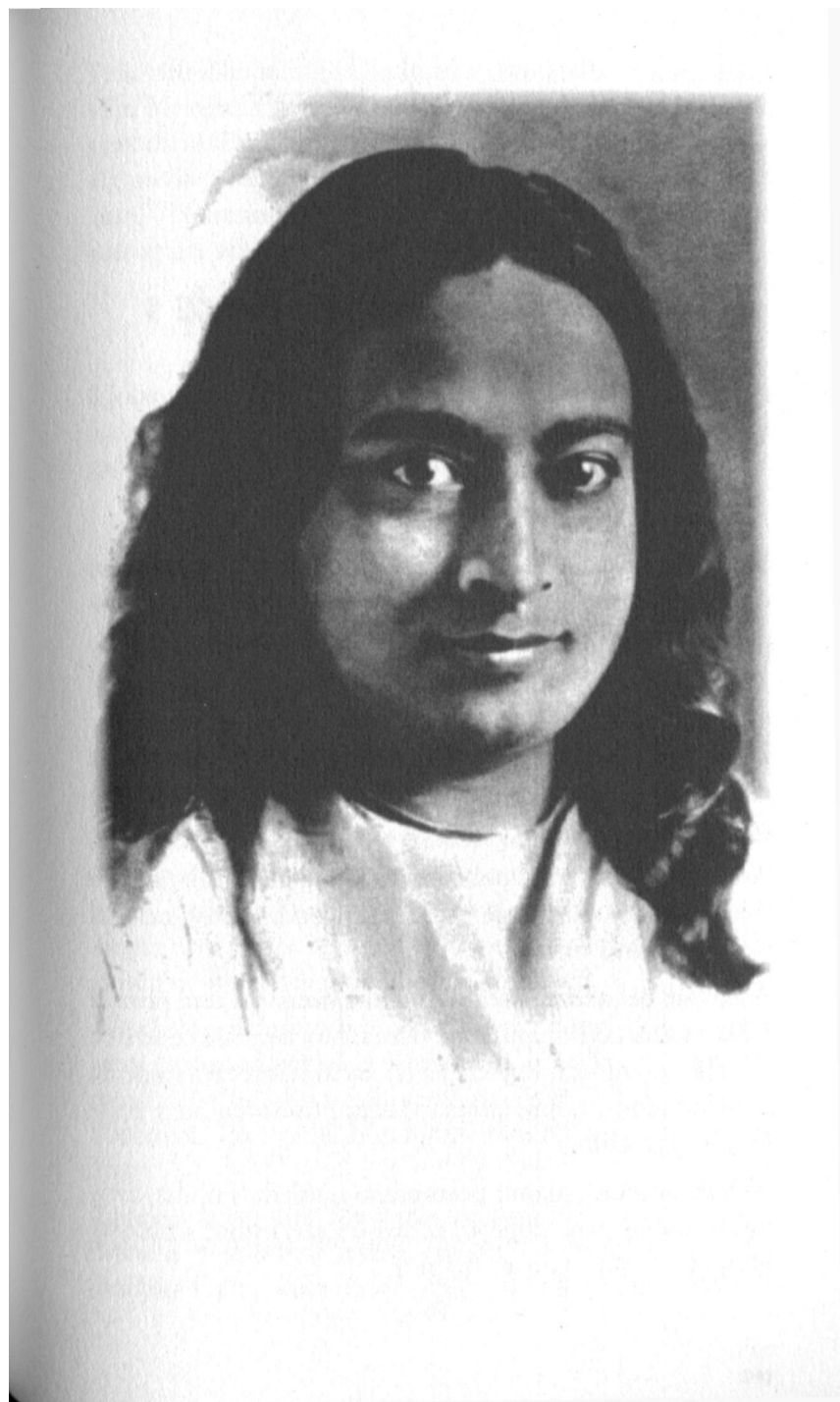
biste trošiti samo četvrtinu svojega prihoda, štedjeti tri četvrtine i smireno živjeti s osjećajem osigurane budućnosti. Čuvajte ono što pošteno zaradite, ne kockajte i nemojte izgubiti zaradu u pokušajima brzoga bogaćenja.

Sreću je moguće postići samokontrolom, održavanjem navika jednostavnoga življenja i uzvišenoga razmišljanja, skromnijim trošenjem unatoč većoj zaradi. Nastojite zaraditi više kako biste drugima mogli pomoći da pomognu sami sebi.

Radost je previše osjetljiv cvijet da bi cvao u mračnom ozračju svjetovnih umova, koji sreću traže u novcu i imovini. Radost vene i kad ju ljudi nedovoljno zalijevaju uvjetujući svoju sreću, govoreći sami sebi: "Neću biti sretan dok ne budem imao taj automobil (haljinu, kuću ili vikendicu na moru)!" Unatoč tome što mahnito jure za leptirom sreće, materijalistički nastrojeni ljudi nikada ga ne uspijevaju uhvatiti. Sreća bi im izmicala čak i kad bi posjedovali sve za čim njihova srca žude.

S druge strane, sreća prirodno cvjeta u srcima onih koji su iznutra slobodni. Teče nesputano, poput planinskog potoka nakon travanjskih kiša, u umovima koji su zadovoljni jednostavnim življenjem i koji se svojom voljom odriču gomile nepotrebnih, takozvanih "nužnosti" - izmaštanih dvoraca nemirnoga uma.

Kad čovjek odustane od vanjskih težnji i u sebi potraži mir, mogao bi osjetiti prolaznu čežnju za starim, poznatim navikama. Budući da je do tada bio naviknut na zaokupljenost vanjskim svijetom, jednostavnost mu se katkad, u početku, može činiti praznom i neprivlačnom.



Međutim, ako ustraje, postupno će se naviknuti na unutar-nji svijet te u dostatnosti duše otkrivati sve veću sreću. Tada će sve dublje shvaćati smisao istinske sreće.

Slično tome, nakon neuspjeha u svjetovnim nastojanjima čovjek može doživjeti privremeni osjećaj gubitka. Isprva mu se može činiti da se u životu više nema čemu nadati. Međutim, ako nakon privremenog lutanja tom pustinjom odluči hrabro se suočiti sa svojim novim okolnostima, shvatit će da se život zapravo nije promijenio, da je njegova mašta ono što mu se dogodilo odredila kao neuspjeh. Tada se može sjetiti sretnijih trenutaka: primjerice, jednostavnih radosti u kojima je uživao kao dijete. Odjednom će shvatiti da je unutar-nje zadovoljstvo samo po sebi jedino valjano određenje uspjeha te, jednako divno, da je zadovoljstvo je-dino što u životu nikada ne mora izgubiti!

U svakom slučaju, pustinju prividnoga gubitka, neuspjeha i razočaranja moguće je potaknuti na ponovno cvjetanje, kao što pustoš procvjeta nakon obilne kiše. U umovima onih koji mir traže u unutar-njem svijetu odjednom se prostru nove cvjetne livade. Duša tada spozna sreću vrjedniju od najvećeg uspjeha postignutog svjetovnim nastojanjima.

Ako se, dragi čitatelju, ikada poskliznete na ljestvama uspje-ha ili čak padnete s njih pa se nađete daleko od bogatstva i ugleda, prisiljeni živjeti u skromnim okolnostima - ne tu-gujte. Umjesto toga prihvatite pustolovinu s kojom vas je život suočio.

Ako su posvuda oko vas krhotine vaših snova, hrabro se prilagodite svojim novim okolnostima. Čak i ako ju ondje nikada niste tražili, u jednostavnosti ćete pronaći divnu sre-ću za kojom je vaše srce oduvijek žudjelo.

Život će vam dati više no što ste ikada sanjali samo ako blagostanje odredite na nov način: ne kao svjetovno posti-gnuće već kao unutar-nje, božansko zadovoljstvo.

## 6. poglavlje

### DIJELJENJE VLASTITE SREĆE S DRUGIMA

**Vaša želja za srećom mora obuhvaćati sreću drugih.**

**Služeći drugima, služimo sebi. Nemojte misliti: "Pomagat ću drugima", već mislite: "Pomagat ću *svojima*, *svojemu svijetu* jer drugačije ne mogu biti sretan."**

**Zakon je života ustrojen tako da nas pouči živjeti u skladu s objektivnom prirodom i sa svojom istinskom, unutarnjom prirodom.**

**Ako dodirnete vruću peć, opeci ćete prste. Bol koju ćete osjetiti bit će upozorenje kojim vas priroda nastoji zaštititi od ozljeđivanja tijela.**

**A ako ste neljubazni prema drugima, zauzvrat ćete primiti neljubaznost, od drugih i od života. Štoviše, vaše će se srce skvrčiti i otvrdnuti. Priroda na taj način upozorava ljude da je neljubaznost nasilje prema vlastitoj usklađenosti s unutarnjim Jastvom.**

**Ako poznajemo zakon i postupamo u skladu s njime, živimo u trajnoj sreći, dobrom zdravlju i savršenom skladu sa samima sobom i sa svim živim.**

Prije nekoliko sam godina imao dobro glazbalo, esraj iz Indije. Na njemu sam rado svirao vjersku glazbu. Jedan mu se gost divio. Dao sam mu ga bez oklijevanja. Nekoliko godina poslije netko me upitao: "Nije li vam bilo barem malo žao?" "Ni trenutak!" odgovorio sam. Dijeljenje vlastite sreće s drugima samo povećava vlastitu sreću.

#

Ljubavnici mogu pronaći sreću jedno u drugome ako žive jednostavno, ne opterećujući svoj život bogatstvom, izvještačenošću i nesmiljenom ambicijom.

Kad se dvije sebične osobe službeno povezu brakom, mentalno će ostati odvojene dokle god su obje ograđene samoljubljem. Zatočene u zatvorskim ćelijama sebičnosti, zajedno nikada neće postići sreću i sklad. U pružanju, a ne u primanju ljubavi, nalazi se ključ koji će otključati vrata njihovih srca i donijeti im bračnu sreću.

Samoljublje je ograničeno na sebe. Kad parovi nauče proširiti svoje sklonosti i odustanu od njihova ograničavanja na sebe - pojedinačno, kao par ili kao obitelj, mogli bi preobraziti svoj odnos i emocionalni nesklad prouzročen sebičnošću u odnos nesebične, božanske ljubavi.

Nesebična je ljubav presudno važna. Parovi koji su svoju vezu isprva određivali u kontekstu "ja i ti", s vremenom i produbljivanjem razumijevanja nauče misliti u kontekstu jedinstva. Tako se ljudska ljubav može razviti u Božju ljubav.

Ljudska ljubav bez Boga nije savršena. Ni jedan brak nije istinski plodan bez "tajnog sastojka" božanske ljubavi. Zemaljska ljubav, koja ne seže dalje od voljene osobe kako bi



**obuhvatila božanskost, zapravo nije istinska ljubav. Posrije-  
di je sebično štovanje ega jer proizlazi iz želje.**

**Istinska ljubav potječe od Boga. Samo srca pročišćena sa-  
morazvojem mogu prihvatiti puninu takve ljubavi. Osjećaji  
srca uslijed razvoja postaju kanali kroz koje Božja ljubav  
pritječe cijelom svijetu.**

**Ljudi koji u braku pronadu sreću zapravo ju ne nalaze jed-  
no u drugome. Sreća uvijek proizlazi iz njih. Kako je tužno  
vidjeti kako ljudi pate samo zato jer svoja očekivanja sreće  
vežu uz druge ljude!**

*Swami Kriyananda opisuje sljedeće iskustvo:*

**Pripadnica jedne od crkvi Društva za samoostvarenje došla  
je Paramhansi Yoganandi izmučena sumnjom. "Učitelju",  
rekla je, "neki tvrde da nitko ne bi smio biti sretan zato jer je  
na svijetu toliko mnogo patnje. Ne podrazumijeva li osob-  
no uživanje izostanak suosjećanja za patnje drugih?"**

**"Isus se često opisuje kao 'čovjek boli'", dodala je. "Nikada  
nisam čula da ga opisuju kao čovjeka radosti."**

**Paramhansa Yogananda je odgovorio: "Isus kojega ja po-  
znajem nije svladan patnjom, već je ispunjen blaženstvom!  
Istina je da tuguje zbog patnji čovječanstva, ali ga njegova  
tuga ne čini opsjednutim.**

**Kad bi doista prihvatio patnje drugih, što bi im mogao dati  
osim produbiti njihovu patnju?**

**Božje blaženstvo čini one koji ga posjeduju suosjećajnim prema milijunima koji su promašili smisao svojega postojanja. Ali suosjećanje samo pridonosi njihovu unutarnjem blaženstvu; ne umanjuje ga. Jer blaženstvo je lijek koji svi traže, svjesno ili nesvjesno. To nije sporedno pitanje, nezvano uz patnju. Sto čovjek osjeća veće blaženstvo iznutra, to ga više žudi dijeliti sa svima.**

**Božanska radost proizlazi iz samorazvoja. Patnja je, s druge strane, plod sebičnosti, zgrčenog ega. Radost budi suosjećanje u srcu. Čovjeka potiče pretočiti božansko blaženstvo u one koji plaču u tuzi."**



**Premda je sreća univerzalno dobro, nipošto ju ne smijemo nametati drugima; štoviše, ne možemo ju nametnuti. Ako nisu izvedene u skladu s božanskom voljom, reforme uzrokuju nesklad.**

**Dobro koje činimo moramo nuditi s ljubavlju i poštovanjem prema slobodnoj volji drugih. Naše poštovanje prema njima trebalo bi, iznad svega, biti poštovanje prema njihovoj božanskoj prirodi. Milosrđe primatelju nipošto ne smije oduzimati dostojanstvo. Dok dajemo, trebali bismo poticati druge da zauzvrat daju barem nešto. Trebali bismo im dati do znanja i da smo im zahvalni za pomoć. Naša im dobrota neće koristiti ako ju prime pasivno.**

**Ako želi stvoriti prelijepi dragi kamen, draguljar zna da ga mora rezati duž njegovih prirodnih linija. Njegov rez ne smije biti nasumičan, proizašao iz njegove neodređene zamisli. Isto vrijedi za isticanje ljepote ljudske prirode: moramo uvažavati istine drugih i ne pokušavati im nametnuti vlastite.**

\* >

Kad osoba uslijed duhovnoga razvoja u sebi otkrije radost i božansku spoznaju, prirodno poželi pronaći način da svoj blistavi osjećaj sreće i zadovoljstva podijeli s cijelim čovječanstvom. Ali, uskoro ustanovi da stvari mora prihvatiti onakvima kakve jesu. Primjerice, mentalnu nestabilnost bilo koje vrste - a tuga je primjer mentalne neravnoteže - potrebno je liječiti obazrivo, često postupno, kako iznenađni šok, čak i radosti, ne bi pogoršao poremećaj umjesto da ga ispravi.

Ispravno je i dobro da svatko od nas daje sve od sebe kako bi poboljšao ovaj svijet. Sebičnost ne godi Bogu. Ako posvećenik sebično gomila čak i milost koju prima u meditaciji, daje moć svojem egu, a ne svojoj duši. Ostvarenje naših altruističnih ciljeva ne mora uvijek biti brzo ni lako. To nas ne bi trebalo odvratiti od nastojanja da činimo dobro koje možemo činiti. Budući da smo svi stvoreni prema Božjem liku, u sebi nosimo potencijal njegove skrivene Moći. Stoga živimo i radimo s osjećajem Njegova vodstva i snage u sebi, a ne u svijesti ega.

Što više živimo u svijesti o Njegovoj prisutnosti, uslijed svakodnevne usredotočenosti i meditacije, to više razvijamo svoje skrivene moći. Te moći, proizašle iz naše uskladenosti, možemo primijeniti za prevladavanje svake teškoće s kojom se suočimo.

Vježbajte odašiljanje blistavih osmijeha prema meti tužnih srca. Kad god metak vašega osmijeha prodre u nečije tužno srce, pogodili ste ravno u metu. Uništite potištenost oštricom mudrosti. Čim ugledate tužno srce, pošaljite mu suosjećajne osmijehe i lijepe riječi. Čim opazite da su se nad

nekoga nadvili oblaci tuge, raspršite ih obilnom, neprekidnom paljbom svojih odvažnih osmijeha.

Kad opazite tamu beznađa, odmah ju obaspite osmijesima koji bude nadu. Ne stvarajte naviku žalovanja već naviku smiješenja. Gorljivo odbacite uvredljivost i laka srca opraštajte onima koji vas uvrijede te zaboravljajte uvrede. Nikada se nemojte ljutiti. Ne dopustite si postati žrtvom tuđega gnjeva. Svim silama nastojte prevladati teškoće, ali se smiješite na početku, na kraju i uvijek. Nema boljeg lijeka za tugu ni boljeg sredstva za jačanje no što je osmijeh. Iskreni je osmijeh najveća moć za prevladavanje neuspjeha. Nema boljega ukrasa od iskrenoga osmijeha. Ništa nije ljepše od osmijeha mira i mudrosti koji ~~blista~~ blista na vašemu licu.

O, neka se nijemi smijeh smiješi u mojoj duši. Neka se moja duša smiješi u mojem srcu i neka se moje srce smiješi kroz moje oči. O, Prinče Osmijeha, budi ustoličen pod baldahinom mojega lica, a ja ću čuvati Tvoje nježno Jastvo u Vorcu svoje iskrenosti kako te odmetnuto licemjerje ne bi uništilo. Učini me Milijunašem Osmijeha kako bih Tvojim osmijehom mogao velikodušno obasipati tužna srca posvuda!

Počevši od rane zore, danas ću svoju radost isijavati svima koje sretnem. Bit ću mentalno sunce svima koji se danas nađu na mojem putu.

#

U grudima neveselih palit ću svijeće osmijeha. Pred neugasivom svjetlošću moje radosti tama će pobjeći iz grudi moje braće.

**Božanska Majko, pouči me voljeti druge i služiti im. Pouči me dosljednosti vlastitoj riječi kao što želim da drugi budu iskreni prema meni. Pouči me voljeti druge onako kako želim da drugi vole mene. Pouči me, Majko, usrećivati druge - mamiti osmijehe na njihova lica. Pouči me, Majko, pronaći sreću u tuđoj radosti.**



## ISTINSKI USPJEH I BLAGOSTANJE

Milijuni djece kreću na životni put bez odredišta. Ponašaju se poput malih dječjih lokomotiva sa slabom oprugom, koje voze bez smjera i udaraju u ono što im se nade na putu. Većina ljudi živi takva besciljna životna putovanja jer u mladosti nisu usmjereni prema pravome cilju, a nisu ni primjereno opremljeni sustavnim moćima koje bi im omogućile napredovati jasno određenim stazama.

Većina je ljudi u toj fazi života nalik marionetama pod utjecajem okružja, prenatalnih instinkta i sudbine. Nikada ne doznaju koje bi uloge mogli uspješno ostvarivati, a svoje vlastite dužnosti ne uspijevaju uskladiti s općim planom Kozmičke Drame. Mogli bismo reći da milijuni ljudi obavljaju svoje životne dužnosti u stanju nalik mjesečarenju.

Prije no što nesvjesno skrenete u pogrešnom smjeru, svakako biste trebali otkriti svoj životni put tako što ćete razmotriti svoje rano djetinjstvo i sadašnji život. Kad pronađete svoj put, pokušajte mu pridružiti sve kreativne metode zarađivanja kojima raspolazete. Međutim, vaše metode zarađivanja moraju biti u granicama vašega idealizma - u suprotnom ćete možda imati novac, ali ne i sreću. Sreća je moguća samo ako vas želja za zarađivanjem ne može odvesti na pogrešan put.

Probudite se! Nikada nije kasno za dijagnosticiranje vlastita života. Razmotrite što ste i što je vaš istinski posao kako biste mogli postati ono što biste trebali biti. Vi posjedujete

neiskorištene darovitosti i moć. Posjedujete svu moć koja vam je potrebna. Ništa nije jače od moći uma. Uzdignite svoj um iznad bijednih navika koje vas održavaju na svjetovnoj razini. Neka na vašem licu bude onaj vječni osmijeh — osmijeh Boga. Neka na vašem licu bude onaj izražajan osmijeh uravnotežene bezbrižnosti, onaj osmijeh vrijedan milijardu dolara, koji vam nitko ne može oduzeti.



*Swami Kriyananda piše sljedeće:*

Čovjek opterećen svjetovnim odgovornostima upitao je: "Koje mjesto ima dužnost na putu prema unutarnjoj radosti?"

Sri Yogananda je odgovorio: "Živjeti neodgovorno znači živjeti za ego, a ne za Boga. Što je čovjek više usredotočen na zadovoljenje ega, to je manje svjestan istinske radosti.

Obavljanje životnih dužnosti možda nije lako i ne mora uvijek odmah biti ugodno. Postizanje božanske radosti dugoročan je posao. Čovjek mora obavljati svoje životne dužnosti, ne smije ih izbjegavati ako želi postići slobodu u vječnosti."

Uspjeh postižu ljudi koji su dovoljno hrabri da u svojem umu načine neizbrisiv plan onoga što žele izgraditi ili stvoriti na zemlji. Potom svoju stvaralačku sposobnost primjenjuju poput financijaša, svoju moć volje poput graditelja, svoju pomnjjivost poput tesara i svoju mentalnu strpljivost poput radnika te na taj način ostvaruju svoj san.

Nezadovoljni ste jer nedovoljno snažno vizualizirate sve divote koje doista želite te ne primjenjujete moć volje, stvaralačku sposobnost i strpljivost kako biste ih ostvarili. Sreća



dolazi sa sposobnošću ostvarenja najprije najmanjih želja, a potom i najvećih snova.

Pazite da vaše ambicije nisu neostvarive jer biste, pokušavajući uloviti dugu, mogli godinama mukotrpno koračati kroz kaljužu siromaštva i sarkazma obitelji i prijatelja. Načinite mentalne planove malih ciljeva i ostvarujte ih sve dok ne steknete sposobnost ostvarivanja velikih snova.

Budite sretni zbog konačnoga ostvarenja malih uspjeha pa ćete, kad ostvarite velike snove svojega života, doznati kako biti milijunaš sreće. Nezadovoljstvo proizlazi iz neuspjeha. Trajnu sreću možete postići tako što ničemu nećete dopustiti da vas omete u napredovanju prema uspjehu.



**Prepreke ne postoje: postoje samo mogućnosti**

*Yogananda je sljedeći esej napisao kako bi podupro zamisao Henryja Forda o zamjenjivanju šestodnevnoga radnog tjedna petodnevnim:*

Čovjek je duhovno i materijalno biće. Trebao bi se duhovno razvijati putem unutarnje discipline, ali mora i razviti svoje radne sposobnosti kako bi bio materijalno uspješan. Primitivan se čovjek svim svojim mentalnim sposobnostima koristio za zadovoljavanje potreba materijalnog života. Vrijeme je provodio u lovu, jelu i spavanju. Suvremeni čovjek nastoji sustavno zadovoljavati današnje materijalne uvjete života. Ono što je primitivan čovjek činio neplanski, suvremeni čovjek čini planski. Metodičnost težnje materijalnom uspjehu ujedno je, posredno, poboljšala njegove unutarnje sposobnosti.

Indijski učitelji vjeruju u izravno razvijanje unutarnjih sposobnosti moći volje za odupiranje iskušenjima i osjećaja za služenje drugim ljudskim bićima.

Budući da nam je Bog dao glad i budući da imamo fizičko tijelo o kojemu moramo skrbiti, potreban nam je novac, zarađen pošteno i sustavno, zadovoljavanjem odgovarajućih potreba drugih ljudskih bića. Poslovni život ne mora biti materijalistički život. Poslovnu je ambiciju moguće produhoviti. Posao nije ništa drugo doli materijalno služenje drugima na najbolji mogući način. Neke se prodavaonice otvaraju isključivo s namjerom zarađivanja. Ali, prodavaonice potpuno usredotočene na prodaju najbolje robe po minimalnoj cijeni uvijek će biti uspješne i unaprjeđivati moralni razvoj svijeta.

Nikada neću zaboraviti što mi je rekao dobar prodavač u velikoj prodavaonici u kojoj sam birao kaput. "Gospodine, ne pokušavam vam prodati nešto. Pokušavam točno ustanoviti što vam je potrebno." Znao je da mogu kupiti kaput po cijeni od dvije stotine dolara, ali mi je prodao kaput po cijeni od šezdeset dolara koji mi je savršeno pristajao. Ja sam bio zadovoljan jer sam po prihvatljivoj cijeni dobio ono što mi je bilo potrebno. Od mene je stvorio kupca koji će se uvijek vraćati u njegovu prodavaonicu. Da mi je prodao skup kaput, više se nikada ne bih vratio onamo.

Ljudi bi na taj način trebali produhoviti svoju poslovnu ambiciju usredotočenjem na zadovoljavanje potreba drugih ljudskih bića. Čovjek bi trebao zarađivati i s ciljem stvaranja filantropskih ustanova koje će služiti potrebama javnosti. Kad netko mnogo zaradi pomažući drugima da postignu blagostanje i to bogatstvo ponovno upotrijebi kako bi pomagao drugima da pomognu sami sebi, to je produhovljena ambicija. Bogati roditelji, koji svojoj djeci ostave previše novca, guše razvoj samostalno postignutoga napretka, uspjeha i sreće.

Slažem se s gospodinom Henryjem Fordom da ljudima treba pomagati da pomognu sami sebi i da im nije uputno davati ponižavajuću milostinju koja stvara robove. Duhovni razlog zarađivanja materijalistički ambiciozni ljudi mogu pronaći samo putem ambicije okrunjene idealom služenja. Bez ambicije narušavamo svoje sposobnosti i na taj način ograničavamo napredak čovječanstva.

Jedan od razloga jače sklonosti istočnjačkih naroda duhovnosti jest činjenica da životu pristupaju mnogo bezbrižnije, odbijaju pretvoriti se u poslovne robote i imaju više vremena za kontemplaciju. Dakako, mnogi su istočnjaci svoju opuštenost usmjerili na poticanje lijenosti umjesto na duhovni razvoj, ali oni u pravilu posjeduju osviješteno duhovno poimanje.

Naša su zapadnjačka braća usredotočena isključivo na razvijanje materijalnih i intelektualnih čimbenika života. Previše su zaposleni čak i da bi uživali u plodovima svojega materijalnog rada ili da bi bolje upoznali mir, opuštanje i blaženstvo. Mnoga zapadnjačka braća robuju svojim manje važnim obvezama i zaboravljaju svoju najuzvišeniju obvezu blaženoga uspostavljanja veze s Bogom.

Zapadnjačka braća moraju pronaći vremena. Premda se zbog hladne klime moraju više truditi da bi preživjeli, zahvaljujući raširenoj uporabi strojeva u prednosti su pred svojom istočnjačkom braćom. Stoga mogu uštedjeti vrijeme kojim bi se mogli manje koristiti za ples i zabavu, a više za dublje proučavanje života. Posao i novac služe čovjekovoj udobnosti, ali mu slijepa pohlepa ne smije oduzeti sreću.

Šest punih dana i noći življenja poput robota i dio samo jednoga dana za duhovni razvoj ne čine ravnotežu. Tjedan bi trebao biti raspoređen na rad, zabavu i duhovni razvoj - pet dana za zarađivanje, jedan dan za odmor i zabavu te jedan dan za introspekciju i unutarnje spoznaje. Čovjek

mora imati slobodnoga vremena da bi pronašao samoga sebe. Jedan dan tjedno - nedjelja - nije dovoljan jer mu je to jedini predah; taj mu je dan potreban za odmor i previše je umoran da bi meditirao.

Uz petodnevni radni tjedan, kakav predlaže Henry Ford, ljudi bi petak navečer, subotu i nedjelju mogli iskoristiti za udaljavanje od bučnoga gradskog okružja pa bi stoga bili dugovječniji. Načelnik čikaške policije rekao je da bi se ljudski život mogao produljiti za jedanaest godina kad bi se mogla ukloniti gradska buka te da bi se čovjekov živčani sustav smirio. U današnje vrijeme gotovo si svaka američka obitelj može priuštiti automobil pa tijekom vikenda mogu otići iz grada i okrijepiti se u mirnim utočištima u prirodi živeći dvostrukim životom šumskih pustinjaka i ratnika na polju svjetovne aktivnosti.

Petodnevni radni tjedan Henryja Forda krajnje je potrebno uvesti u sva poslovna područja. Istinoljubivi, pravi domoljubi trebali bi se složiti i radnim ljudima dati subotu, dan za zabavu i opuštanje, te nedjelju, dan koji će biti posvećen isključivo razvijanju navika meditacije, uspostavljanju duhovnoga zajedništva i doživljavanju najvišega dobra, božanskoga blaženstva u unutaršnjemu svijetu.

Plan petodnevnoga radnog tjedna iznimno je poželjan i potreban kako bi ljudi imali više vremena za uživanje u prirodi, kako bi pojednostavili svoje živote, uživali u istinskim potrebama svojega postojanja, bolje upoznali svoju djecu i prijatelje te, najbolje od svega, kako bi upoznali *sebe*.

**Zašto ne bismo svladali umijeće ispravnoga življenja?**

Moramo započeti s djecom kao i s odraslim osobama. Samodisciplinirane odrasle osobe mogu oblikovati povodljiv um djeteta na bilo koji način. U djeci je lako stvoriti želje-

ne navike jer je njihova volja za njima uglavnom slobodna, izuzev malobrojnih prirodnih sklonosti. Odrasli se moraju boriti i oslobađati se starih navika kako bi ustanovili dobre navike. Ali, sve je navike, u djece i odraslih, potrebno razvijati spontanom voljom. Pri poučavanju djece uravnoteženom životu, kao i pri razvijanju navike posvećivanja jednake pozornosti zarađivanju novca i postizanju duhovne sreće, potrebno je razmotriti vrijeme i metodu poučavanja.

Ljudi gube ravnotežu te pate od zaludenosti novcem i zaludenosti poslom samo zato jer nikada nisu imali mogućnost razvijanja navika uravnoteženoga života. Našim životima ne upravljaju naše prolazne misli ili sjajne zamisli već naše svakodnevne navike. Neki vrlo zaposleni poslovni ljudi zarađuju milijune, ali nisu neuravnoteženi ni napeti. Drugi se poslovni ljudi toliko zaokupe zarađivanjem da ne uspijevaju misliti ni na što drugo i ne probude se sve dok im se ne dogodi nešto strašno, poput bolesti ili gubitka sve sreće.

Mnogi psiholozi tvrde da je ponašanje u odrasloj dobi tek ponavljanje pouke primljene između druge i desete ili petnaeste godine.

Duhovne propovijedi potiču dječje umove na bolje ponašanje, ali to je sve. Potrebna je praktična disciplina spaljivanja sjemenki prenatalnih navika utvrđenih u podsvjesnom i nadsvesnom umu. To je moguće samo putem čišćenja moždanih stanica od sjemenki navika strujom unutarnje usredotočenosti. Djecu je potrebno odgajati s duhovnom ambicijom zarađivanja samo zbog služenja.

Odrasli su odgovorni za odgoj djece i njihovo uvođenje u uravnoteženi život. Ukoliko odrasli ostanu omamljeni jednostranim materijalističkim životom, najviši će potencijal djece ostati neostvaren.

**Dakle, da bi spasili budući svijet spašavajući djecu, roditelji se moraju probuditi i razvijati uravnotežene navike materijalnoga i duhovnoga života.**



**Da bi živjeli uravnoteženim životom, odrasli se moraju obrazovati i shvatiti da poslovne ambicije služe samo usrećivanju samoga sebe i drugih. Naporne poslovne aktivnosti bez te spoznaje samo prouzrokuju napetost, pohlepu za novcem, nedostatak društvenih vrlina, očaj i kršenje svih krjeposnih načela. Život može biti doista sretan samo uz spoznaju o služenju drugima.**

**Poznajem mnoge ugledne, inteligentne poslovne ljude koji su u srcu nezadovoljni svime te žude za Bogom i mudročću, ali su nemoćni pod utjecajem navika i prevelike količine obveza. Svoju najvažniju obvezu održavanja veze s Bogom i Istinom, uzvišenije proučavanje i kućni život žrtvuju zarađivanju ili besmislenim obvezama.**

**Kao što umijeće ratovanja iziskuje stanovitu obuku, tako i naša bitka s aktivnim životom iziskuje stanovitu obuku. Neobučeni ratnici ubrzo pogibaju na bojnopolju, a ljudi neobučeni umijeću održavanja ravnoteže i mira ubrzo bivaju izrešetani mećima zabrinutosti i nemira u aktivnom životu.**

**Vrlo malo ljudi razmišlja o tome napreduju li ili nazaduju u životu. Budući da smo kao ljudska bića obdareni razumom, mudročću i razumijevanjem, naša je najveća dužnost ispravno se koristiti razumom i mudročću kako bismo znali nazadujemo li ili napredujemo.**

Ako opetovano doživljavate neuspjehe, ne obeshrabrujte se. Neuspjesi bi trebali biti poticaji, a ne otrovi za vaš materijalni ili duhovni razvoj. Razdoblje neuspjeha najbolje je vrijeme za sijanje sjemenki uspjeha. Iskorijenite uzroke neuspjeha i s dvostrukom se snagom posvetite onome što želite postići.

Čak i ako vas okolnosti shrvaju, ne saginjite glavu. Smrt u pokušaju uspjeha jest uspjeh; ne održavajte svijest poraza. Uvijek pokušajte ponovno, bez obzira na to koliko je neuspjeha za vama. Kad u utrci prema uspjehu date sve od sebe i više ne možete, *ustrajte još minutu*. Borite se kad pomislite da se više ne možete boriti ili kad pomislite da ste u bitci dali sve od sebe.

Svaki novi pokušaj nakon neuspjeha mora biti dobro isplaniran i praćen većim intenzitetom pozornosti. Danas počnite ostvarivati korak po korak, obavljati sve ono što ste smatrali nemogućim.



Promjeni se često pristupa sa zebnjom. Ako se nečega odriču, ljudi se zapitaju: Hoću li sve izgubiti? Odbacivanje poznatoga radi nepoznatoga iziskuje hrabrost. Nije lako odreći se čak i poznate boli radi nepoznate, a time i neizvjesne sreće. Um je nalik konju koji je godinama vukao kola. Naviknuo je na svoj svakodnevni put i nije ga lako povesti novim putem. Ni um ne može lako napustiti svoje stare navike, čak i ako zna da mu donose samo jad.

Blagotvorne je promjene potrebno hrabro prihvatiti. Dokle god se nadi u poboljšanje suprotstavlja strah od njegova postizanja, um ne može biti miran. Stoga prihvatite promjenu kao jedinu životnu stalnost. Naši su životi beskrajni nizovi dobitaka i gubitaka, radosti i tuga, nada i razočaranja. U jednom nam trenutku prijete oluje teškoća, trenutak po-

slije sivi se oblaci počnu razilaziti i nebo je odjednom opet plavo.

**Život je promjena.**

Održavajte unutarnji mir. Budite uravnoteženi. U radu budite smireno aktivni. Jednoga ćete dana ustanoviti da više niste podložni plimama sudbine. Vaša će snaga proizlaziti iznutra; vaša motivacija neće ovisiti o poticajima iz vanjskoga svijeta.

Kao posvećenik na duhovnom putu, nemojte pridavati veliku važnost nevoljama koje vas snađu. Budite mirni. Živite hrabro. Iz dana u dan napredujte smireno, s unutarnjom vjerom. S vremenom ćete prekoračiti svaku sjenu loše karme, sve kušnje i teškoće te napokon ugledati svitanje božanskoga ispunjenja. U najvišem od svih stanja svijesti postići ćete slobodu i od zadnjega preostalog traga nevolje.

Članovima obitelji potrebno je pomagati da se prehrane, ali je još potrebnije pomagati im u razvoju mentalnih moći. Presudno je važno pomagati razvoju njihovih duša usmjeravanjem meditativnim putovima uspostavljanja veze s Bogom.

Svakodnevno morate učiniti nešto čime ćete zadovoljiti Kozmički plan zbog kojega ste poslani na zemlju. Mnogi su ljudi nesretni jer zaboravljaju uravnotežiti svoje zemaljske, naučene dužnosti s dužnostima vezanima uz zahtjeve Kozmičkoga plana. Kozmički plan zahtijeva da svojom istinskom srećom obuhvatite sreću najpotrebitijih ako želite zadovoljiti svoju dušu.



Svakodnevno nastojte pomagati tjelesno, mentalno ili duhovno bolesnima, kao što biste pomagali sebi ili svojoj obitelji. Ako umjesto staroga, sebičnog načina koji donosi jad od danas odlučite živjeti promišljeno, u skladu sa zakonima uma i Boga, tada ćete, bez obzira na to koliko je mala vaša uloga na pozornici života, znati da ju ostvarujete dobro, u skladu s uputama Redatelja svih naših sudbina. I upamtite da je vaša uloga, koliko god mala, po pitanju doprinosa sveukupnom uspjehu Drame duša na pozornici Života jednako važna kao i najveća uloga. Zaradujte malo i budite zadovoljni time tako što ćete živjeti jednostavno i izražavati svoje ideale umjesto da imate mnogo novca i beskrajno mnogo briga.

Teškoće se ne pojavljuju da bi vas uništile, već da biste bolje upoznali Boga. Nevolje vam ne šalje Bog; sami ste ih stvorili. Vi samo morate uzdignuti svoju svijest iznad okružja neznanja. Teškoće u okolini proizlaze iz vaših prošlih svjesnih ili nesvjesnih postupaka. Krivnju za njih morate snositi sami. Međutim, ne smijete razviti kompleks manje vrijednosti. Morate reći: "Znam da Ti dolaziš! Vidjet ću Tvoj znak nade i utjehe, u ovom uzburkanom moru nevolja Ti si putokaz mojim nasukanim mislima." Zašto se plašite? Sjetite se da niste ni muškarac ni žena. Niste ono što mislite da jeste. Vi ste besmrtno biće.

Navike su vaši najopasniji neprijatelji. Kao što je Isus, uslijed bolnih kušnji, mogao iskazati svoju ljubav i reći: "Oče, oprostite im jer ne znaju što čine", tako i vi morate oprostiti svojim teškim kušnjama i reći: "Moja je duša uskrsnula. Moja je moć veća od svih mojih kušnji jer sam Božje dijete." Tako će se vaše mentalne moći razviti, a vaš pehar spoznaje bit će dovoljno velik da primi Ocean Znanja. Trebali biste se baviti i svojim vječno gladnim žudnjama te ih hraniti

odgovarajućim okruženjem i aktivnošću. Tada ćete biti sretni i živjeti u blagostanju.

Većina ljudi smatra da o Bogu mogu razmišljati kad postignu blagostanje, ali *najprije* morate imati Boga jer je On ono što vam je potrebno. Ako postignete *takvu* svijest, postići ćete istinsku sreću. Bog uvijek mora biti s vama. Ako jednom uspostavite tu uzvišenu vezu s Bogom, blagostanje univerzuma bit će vam potpuno na raspolaganju. Stoga ne zaboravite da Bog skrbi o vama. Istinsko blagostanje nije u onome što posjedujete, već u onome što možete dobiti po volji.

Živjeti proturječno znači živjeti neduhovno. Ako je vaša svijest, bez obzira na vaše nedostatke, u potpunosti usmjerena Bogu, tišini, to je bivanje s Bogom. Ako sve životne dužnosti obavljate s veseljem, ne dopuštajući da bilo koja dužnost poremeti vašu sreću, to se naziva "duhovnom srećom". Tada se vaš um i vaša svijest u potpunosti vraćaju izvoru - Bogu, slobodi, svježem zraku, sreći i jednostavnom življenju. To su najvažnije pouke indijskih učitelja. Indijski učitelji svoje učenike oduvijek poučavaju jednostavnom življenju i uzvišenom razmišljanju.

Vi živite pod izravnim utjecajem Božje moći. Pretpostavimo da Bog odjednom promijeni klimu ove zemlje. Sto bi se tada dogodilo? Odakle hrana? Kako biste živjeli? Zašto ne biste upamtili da Bog podupire život koji vam je dao? Premda je taj život učinio ovisnim o hrani, ipak vam je izravna potpora. On je Uzrok svega pa je patnja neizbježna posljedica gubitka veze s Bogom.

Zaboraviti Boga i živjeti u zaokupljenosti luksuzom poganški je način života. "Imajući malo, imam sve jer imam Boga." Jogiji su otkrili da Boga nikada ne možemo pronaći u

vanjskom svijetu, ali kad proniknete duboko u svoju dušu, u Božji hram, možete reći: "Nikome na ovom svijetu nije toliko stalo do mogega zdravlja, blagostanja i sreće kao momemu Ocu. On je uvijek uz mene."

Svakodnevno afirmirajte: "Bože, Ti skrbiš za mene. Očituj Svoje obilje kroz mene. Oče, Ti si moje bogatstvo; ja sam bogat. Ti si vlasnik svega. Ja sam Tvoje dijete. Ja imam ono što Ti imaš." Tako biste trebali afirmirati prije no što ujutro pođete na posao. Upamtite da potpuno živite u skladu s Božjim zakonima i On će vam pokazati put. Čovjek vam je pokazao put i ostavio vas ravnodušnim. Božji put donijet će vam sreću i blagostanje.

Ako uspijemo postići stanje u kojemu ćemo moći reći: "Što je moje, Tvoje je", bit će mnogo bolje. U današnje vrijeme sebičnosti iznimno je teško živjeti u blagostanju. Sebičnost mora nestati. A nestat će samo ako svi postanu nesebični. Vi morate živjeti nesebičnost. A najbolji način poučavanja jest vlastiti primjer.

#

Premda je nužno zarađivati, još je nužnije postići sreću. Novac je stvoren za sreću, a ne obrnuto. Oni koji se usredotoče na zarađivanje kao svoj jedini izvor sreće, ne nalaze istinsko zadovoljstvo jer novac, bez obzira na količinu, ne može kupiti sreću izgubljenu sustavnim pogrešnim postupanjem.

Ljudi koji su okruženi novcem, ali ga ne uspijevaju primjerenom iskoristiti za svoju sreću i sreću drugih ljudi, umiru od žeđi za srećom. Mnogi ljudi zaboravljaju da je zarađivanje samo sredstvo za postizanje cilja sreće. Besmisleno je usredotočiti se na sredstvo i zaboraviti cilj kao što je besmisleno putovati, a zaboraviti odredište. Besmisleno je razviti na-

viku zarađivanja, a ne iskoristiti ju za vlastitu sreću i sreću drugih.

Mnogi ljudi griješe u tome što najprije jure za novcem umjesto da najprije teže sreći. Pokušaj zarađivanja uz ogorčen, zabrinut um nije samo neuspješan, već prouzrokuje još veću tjeskobu i nezadovoljstvo. Najbolji put jest pokušaj zarađivanja nakon utvrđivanja sreće. Zarađivanje uz vedar i sretan stav ne vodi samo uspjehu, već i osigurava sreću. Sretni ljudi druge usrećuju svojim primjerom jer djela govore jasnije nego riječi.

Neki ljudi kažu da je sreća samo u mentalnom zadovoljstvu, dok drugi kažu da je sreća u posjedovanju mnogo novca, gomile pokućstva, jahti, posjeda i automobila. Oba su viđenja jednostrana i nepotpuna.

Asket u špilji možda posjeduje stanovito mentalno zadovoljstvo, ali ovisi o hrani koju proizvode zemljoradnici ili tvornice. Mora nositi odjeću koju je izradila tkalja. Ni jedan asket na svijetu ne može u umu pronaći potpunu sreću ne koristeći se barem nekolicinom materijalnih stvari.

S druge strane, nije točno da sreća u potpunosti ovisi o neprestanom kupovanju nebrojenih stvari koje mašta poželi. Štoviše, ako se sreća traži samo putem stjecanja beskrajne gomile materijalnih stvari, nije ju moguće pronaći jer sreću uglavnom čini stav uma, a samo je djelomično uvjetovana vanjskim čimbenicima. Neki su mučenici radije žrtvovali vlastiti život nego da izgube unutarnju ugodu svojih umova. Takvi su ljudi sreću pronašli u stanjima uma, bez ikakvih materijalnih stvari. S druge strane, vrlo su rijetki sretni ljudi koji sreću traže samo u stjecanju sve više materijalnih vrijednosti.

Čovjek čija sreća u potpunosti ovisi o stvaranju i ispunjenju novih želja, nikada ne može biti sretan jer takva sreća uvijek ovisi o nečemu što očekuje imati u budućnosti. On udvara sreći, ali ju nikada ne osvaja, kao što pas uporno juri za kobasicom koja mu neprestano izmiče ljuļajući se pred njegovim očima, na kraju dugačkoga štapa svezanoga za njegova leda.

Čovjek ne može zadovoljiti svoje želje ako zaboravlja da je sreća uglavnom u umu, a samo djelomično u stjecanju svjetovnih potrepaština.

? f

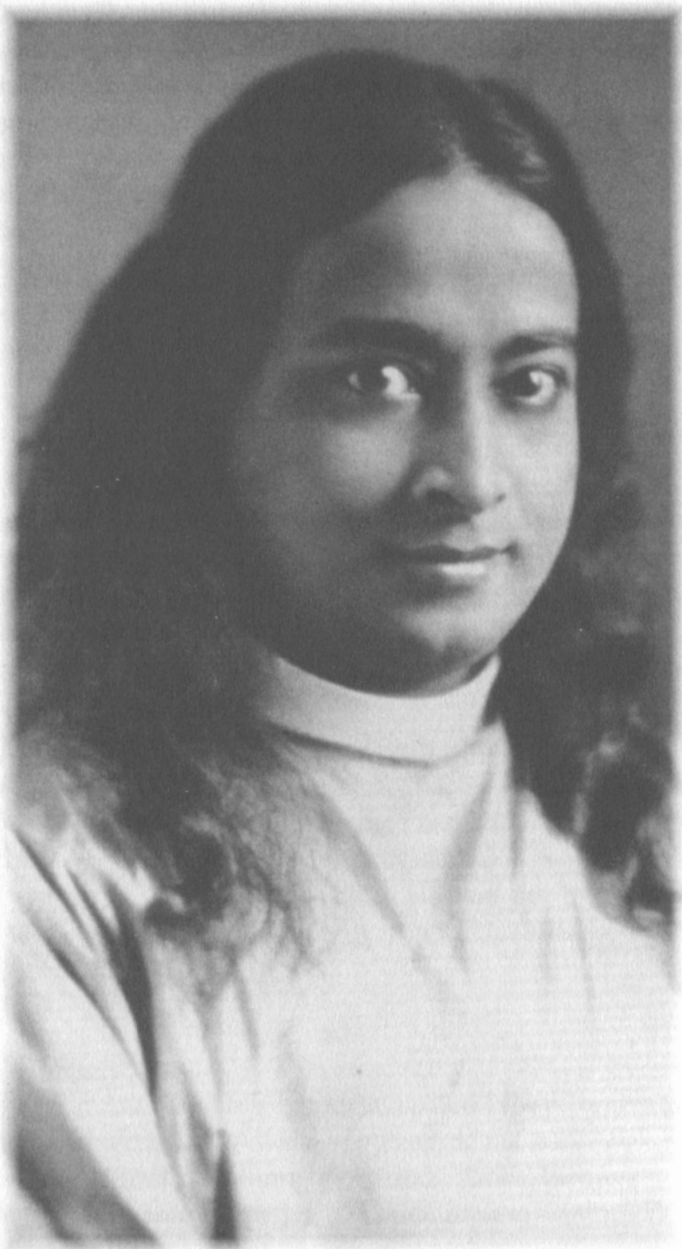
Upamtite da onaj koji traži samo materijalne užitke, gubi božanske radosti skrivene iza njih. Onaj tko otkrije kozmičku radost meditacije, oslobađa se vezanosti uz užitke materijalnoga života. Onaj tko se oslobodi želje za materijalnim užicima kako bi u sebi otkrio Kristovu Inteligenciju, pronaći će vječne radosti skrivene u pozadini materijalnoga života.

Posvećenik koji odustane od tjelesnih užitaka kako bi osjetio uvijek novu radost zanosa meditacije, ustanovit će da prima sve materijalno blagostanje i sve užitke zemaljskoga života. Onaj tko se odrekne zemaljske sreće za Božju sreću, doživjet će i zemaljsku sreću, ali onaj tko traži samo materijalnu sreću, izgubit će ju zbog njezine kratkotrajne prirode.

\*

Blagoslovi me kako bih Te mogao opažati kroz prozore svih radosnih aktivnosti. Gledaj me i uvijek me bodri dok se bavim svojim dužnostima. Neka svaka moja aktivnost - u budnosti, spavanju i sanjanju - bude prožeta Tvojom Prisutnošću.

**Oče, pouči me obavljati svaki zadatak s jedinim ciljem ugađanja tebi. Dopusti mi osjetiti da si Ti struja mojega života, koja pokreće stroj mojih kostiju, živaca i mišića. Svakim otkucajem srca, svakim dahom i svakom bujicom životne aktivnosti poučavaj me osjetiti Tvoju Moć.**



## UNUTARNJA SLOBODA I RADOST

*Stvarni Kriyananda pripovijeda sljedeću priču:*

"Kad ne bih imao želja", rekao je član zajednice, "ne bih li potpuno izgubio motivaciju i postao svojevrstan robot?"

"Mnogi ljudi tako misle", odgovorio je Yogananda. "Smatraju da ih život više ne bi zanimao, ali to se nipošto ne događa. Štoviše, život je tada mnogo zanimljiviji.

Razmotrimo negativan oblik želje. Neprestano vas drži u strahu. 'Što ako se to dogodi?' pomislite; ili: 'Što ako se to ne dogodi?' Živite u stanju strepnje zbog budućnosti ili žaljenja zbog prošlosti.

S druge strane, nevezanost vam pomaže neprestano živjeti u stanju unutarnje slobode i sreće. Ako možete biti sretni u sadašnjem trenutku, imate Boga.

Izostanak želja ne oduzima motivaciju. Daleko od toga! Sto više živite u Bogu, to veću radost osjećate služeći mu."

Ako težite mudrosti i nepomućenoj sreći, ne sputavajte osjećaje svojega srca. Nemojte pretjerano reagirati na životne uspone i padove. Drugim riječima, kad vas posjeti sreća, nemojte neobuzdano skočiti u svjetlucave potoke uzbuđenja. Kad ne vidite izlaz iz teškoća u kojima ste se našli,



oduprite se iskušenju da obeshrabreno utonete u kaljužu očaja.

Za neoprezne je materijalni svijet neistražena divljina prepuna opasnosti. Povremeni uspjesi - vlastiti ili tuđi - odvedu nevjestu planinara niz nebrojene putove lažne nade. Ali, jao, taj put često nestaje u pustinji raspršenih snova. Uspjeh se izmjenjuje s neuspjehom, poput grebena i udolina planinskoga lanca.

Pravila za plodan, sretan život nisu brojna ni zahtjevna. No potrebno ih je pomno proučiti uvodeći ih u svakodnevni život.

Mukotrpan rad i borba uobičajeni su za život na zemlji. To nisu nesreće već blagoslovi jer nam omogućuju procijeniti naš unutarnji razvoj. Bruseći svoj unutarnji mir - njegov čisti metal iskovan u meditaciji — na gruboj površini vanjskih teškoća, razvijamo oštroumnost kojom prodiremo u srž za-bluda. Naposljetku postizemo blaženo stanje u kojemu nas sam sjaj našega mira štiti u svim aktivnostima.

Najvažniji uvjet za trajnu sreću jest smirenost. Uvijek budite smireno uravnoteženi u Jastvu, u unutarnjem svijetu. Kao što se dječja pješčana kula raspada pod valovima, tako i nemiran um, koji ne posjeduje snagu volje i ustrajnost, poklekne pod udarcima valova promjenjivih okolnosti.

Međutim, dijamant zadržava svoju snagu i jasnoću bez obzira na to koliko ga valova zapljusne. Slično tome, čovjek koji posjeduje unutarnji mir, a svijest mu je kristalno jasna pod utjecajem unutarnje smirenosti, ostaje miran čak i u olujama teških kušnji.

Dobro životno pravilo jest samome sebi jednostavno reći: "Što god dođe samo od sebe, neka dođe."

**Život će vam donijeti mnoge uspone i padove. Ako dopustite da se vaši osjećaju uspinju i padaju s valovima okolnosti, nikada nećete postići unutarnju smirenost, koja čini temelj duhovnog razvoja. Stoga pazite da ne reagirate emotivno. Uzdignite se iznad sklonosti i nesklonosti.**

**Dobro životno pravilo, koje će vam pomoći u mnogim životnim kušnjama, jest u svim okolnostima zadržati *smirenost i veseo stav*.**

#

**Ni zbog čega vanjskoga nemojte biti ni ushićeni ni potišteni. Prolaznu predstavu života promatrajte smireno. Životni su usponi i padovi samo valovi oceana, koji se neprestano izmjenjuju. Na njih nemojte emocionalno reagirati, već uvijek ostanite mirni, uvijek sretni u svojem unutarnjem središtu u kralježnici.**

\*

**Konačni rezultat emocionalnih krajnosti jest krajnje emocionalno nezadovoljstvo. Savršena sreća nije u krajnostima vanjskih doživljaja već u točki smirenosti na sredini između svih krajnosti.**

i \*

**Ne dopustite da ono što posjedujete posjeduje *vas*, niti da nevažne sitnice svjetovnoga života s gomilom zabrinutosti prodru u mir vašega srca.**

**Val koji se uzdiže iz okrilja oceana i dalje je dio oceana. Ovo je Božje tijelo. Ako ga On želi ozdraviti, dobro. Ako ga želi držati bolesnim, dobro. Najbolje je zadržati nepristranost.**

Ako posjedujete zdravlje i vezani ste uz njega, uvijek ćete strahovati od njegova gubitka. A ako ste vezani uz zdravlje i obolite, uvijek ćete tugovati za dobrom koje ste izgubili.

Čovjekov najveći problem jest egoizam, svijest individualnosti. Sve što mu se dogodi doživljava osobno, kao utjecaj na *sebe*. Zašto biste bili pod utjecajem? Vi niste ovo tijelo. Vi ste *On* \ Sve je Duh.

#

Objektivni su uvjeti uvijek neutralni. Vaša reakcija na njih čini ih žalosnima ili sretnima.

Radite na sebi: na svojim reakcijama na vanjske okolnosti. To je bit joge: neutralizirati valove reagiranja u srcu. Unutra uvijek budite sretni. Vanjske okolnosti nikada nećete moći promijeniti tako da uvijek budu po vašoj volji.

Promijenite sebe.

Razočaranje životom iziskuje vrlo plitku mudrost. Metafizičari razočarani životom ponosno tvrde da su "iznad svega toga" te podižu noseve na sam spomen bilo čega lijepoga. Istina je da je život prepun nedosljednosti. Zemaljska su zadovoljstva kratkotrajna. Spoznaja tih istina sama po sebi nije dokaz dubokoumnosti. Ništa vrijedno nikada nije postignuto isključivo negativnošću.

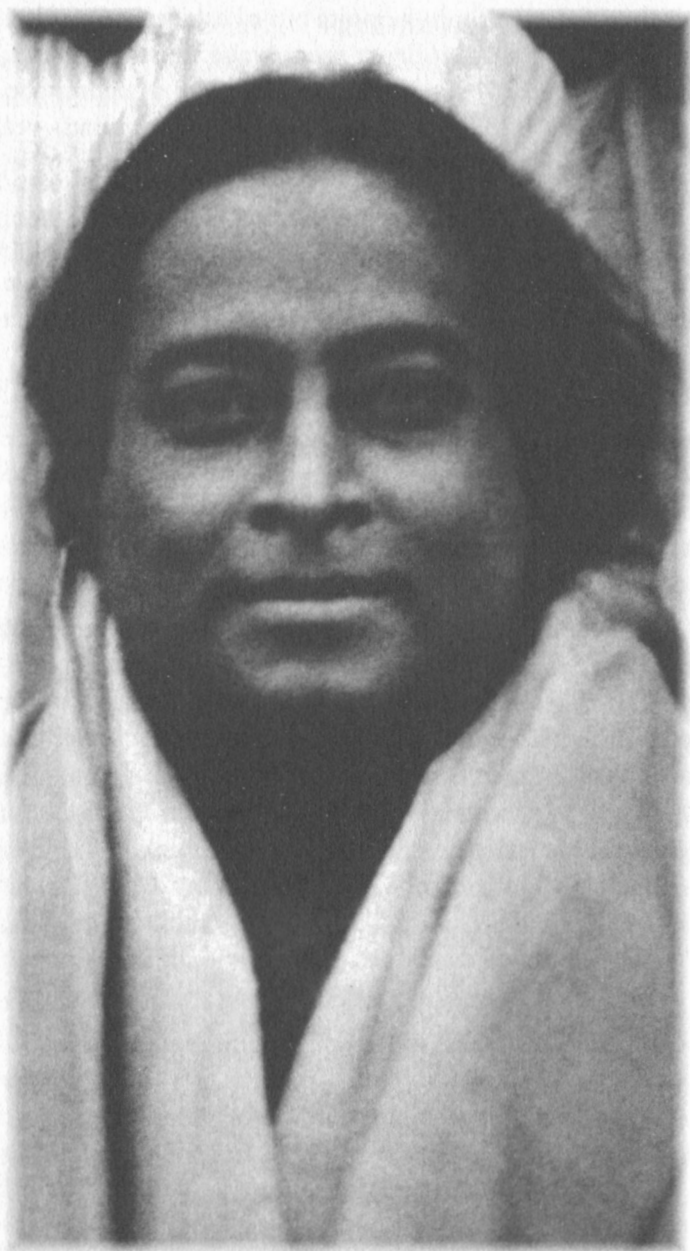
Mudrosti je potrebno pristupiti s pozitivnim stavom. Zašto biste prezirali ovaj svijet? Umjesto toga prihvatite istinsku radost koju osjećate u vanjskim podražajima i njome nahranite unutarnju radost duše. Vanjskom se srećom koristite kao podsjetnikom na unutarnji raj. Duboko upijanje osjetilnih podražaja zapravo pojačava radost vanjskih doživljaja jer utvrđuje radost na njezinu istinskom izvoru.

Ni zbog čega vanjskoga nemojte biti ni ushićeni ni potišteni. Prolaznu predstavu života promatrajte smireno. Životni su usponi i padovi samo valovi oceana, koji se neprestano izmjenjuju. Na njih nemojte emocionalno reagirati, već uvijek ostanite mirni, uvijek sretni u svojem unutarnjem središtu u kralježnici.

Razočaranje ovim svijetom - metafizičareva sumorna inačica emocionalnoga uzbuđenja - nije primjereno rješenje za životne patnje jer njeguje stav ravnodušnosti, koja rađa duhovnom lijenošću.

Stoga se ne prepuštajte mračnim mislima o životnim razočaranjima, ali ni ushićenju zbog prolaznih pobjeda. Ne vjerujte u bogatstvo, ali, s druge strane, nemojte ni prezrivo odbacivati velikodušno obilje života. Njeguajte svoje uzvišene, duhovne potencijale i pazite da ih ne tratite na bezvrijedna nastojanja.

Opažajte Božju nepromjenjivu ljepotu u srcu promjene i u svemu dobrome. Nadasve težite onome što mudri posjeduju: Božjoj svijesti, besmrtnosti u Njemu. Beskonačnome prepustite svaku vezanost, čak i najmanju. Neka svijet urla od bijesa ili skače u histeriji lažne radosti. Zar je to važno? Sve je to predstava - zabavna, zanimljiva, ali ipak samo predstava, beskrajna.



## 9. poglavlje

### NALAZENJE BOGA NAJVEĆA JE SREĆA

Svrha je ljudskoga života nalaženje Boga. To je jedini razlog našega postojanja. Posao, prijatelji, materijalni interesi - sve to samo po sebi ne znači ništa. To vam nikada ne može pružiti istinsku sreću zbog jednostavnoga razloga: ništa od toga, samo po sebi, nije potpuno. Samo Bog obuhvaća sve.

Zato je Isus rekao: "Najprije tražite kraljevstvo Božje, a to će vam se nadodati." (Evandjelje po Mateju 6:33) Najprije tražite Davatelja svih darova i od Njega ćete primiti sve Njegove manje važne darove.

Radost je oblik Boga. Božanska je radost nalik spoju milijuna zemaljskih radosti. Potraga za ljudskom srećom nalik je traženju svijeće vani, na suncu. Božanska nas radost vječno okružuje, ali ljudi sreću ipak traže u stvarima. Najčešće nalaze samo olakšanje emocionalne ili tjelesne boli. Ali božanska je radost blještava Stvarnost. Pred njom su sve zemaljske radosti samo sjene.

*Ovako se molite Bogu:*

"Moj beskrajno Voljeni, znam da si mi bliže no ove riječi kojima molim, bliže čak i od najbliže misli. Dopusti da u

temelju svakoga nemirnog osjećaja osjetim Tvoju skrb za mene i Tvoju ljubav. Dopusti da se u temelju svoje svijesti osjećam podržanim i vodenim Tvojom svijeću. Dopusti da u temelju svoje ljubavi prema Tebi postanem još dublje svjestan Tvoje ljubavi."

Budete li mu se dosljedno molili tim riječima, i posve iskreno, Njegovu ćete prisutnost odjednom osjetiti kao uzvišenu radost u srcu. U toj prštavoj radosti znat ćete da je On s vama i da je On vaš.

Istinska svrha života jest spoznavanje Boga. Svjetovna iskušenja dana su vam kako bi vam pomogla razviti sposobnost razlučivanja: hoćete li biti skloniji osjetilnim užicima ili ćete izabrati Boga? Užici su isprva primamljivi, ali ako ih izaberete, prije ili kasnije zaplest ćete se u beskrajne nevolje i teškoće.

Gubitak zdravlja, unutarnjega mira i sreće zadesi sve koji podlegnu čarima osj etilnih užitaka. S druge strane, kad spoznate Boga, postigli ste beskrajnu radost.

Svako ljudsko biće prije ili kasnije usvoji tu važnu životnu pouku.

Patnja je podsjetnik da ovaj svijet nije naš dom. Kad bi bio savršen za nas, koliko bi ljudi tražilo bolji? Unatoč nesavršenosti svijeta, koliko malo ljudi traži Boga! Od njih tisuću, rekao je Krišna, možda jedan.

Zakon života jest sljedeći: što čovjek manje živi u skladu s unutarnjom istinom, to više pati, a što više živi u skladu s tom istinom, to više doživljava beskrajnu sreću. Ništa mu ne može nauditi, čak i ako mu tijelo propada uslijed bolesti,

čak i ako ga ljudi ismijavaju i proganjaju. U svim životnim nevoljama on uvijek ostaje blaženo uravnotežen u unutar-njem jastvu.

★

"Odlazi", rekao je Krišna, "iz Mojega oceana patnje i očaja!" S Bogom je život gozba sreće, a bez Njega je vrtlog nevolja, boli i razočaranja.

#

Duboka meditacija drži svijest uvijek usredotočenu na Boga, a ako meditacija izostaje, svijest je usredotočena na osjetila. Ako ne meditirate, ali ipak neprestano osjećate Božju blizinu, primete punu dobrobit svoje zadnje meditacije. Ako radost i ushićenje meditacije uspijete zadržati cijeloga dana, i dalje meditirate. Tada niste vezani uz osjetila. Ako Boga osjećate u tijelu kao i u meditaciji, to je potpuno. To je doživljaj posvećenika koji slijede put meditacije. Postaju nevezani; sve čine kao svoju dužnost, ali nisu vezani uz to.

Katkad duša prepozna radost meditacije i danonoćno traži Boga; čak i ako Bog ne odgovara, ona nastavlja potragu sve dok Ga ne pronađe. Moramo se truditi dostići Beskonačnoga, truditi se na ispravan način. Samoostvarenje vam nitko ne može dati. Za tu se nagradu morate potruditi. Ni svi duhovni učitelji ovoga svijeta ne mogu vam pružiti spasenje ako se ne potrudite primiti ga.

Radost i Bog su jedno. Radost je iscjeljenje koje želite prije svega, iscjeljenje neznanja duše. Fizičko ćete tijelo naposljetku morati ostaviti u prašini pa stoga sada morate misliti o Duhu. Afirmacije su bolje od uobičajenih oblika molitve. Ne tražite usluge od Boga. On neće prekršiti ni jedan zakon Svojega univerzuma zato jer vi to tražite od Njega, ali ako, kao Njegovo dijete, zatražite svoje prirodno pravo,



saslušat će vas. Duga molitva sastavljena od mnogih riječi ne znači baš ništa jer um tada luta. Pri afirmiranju je potrebno izgovoriti i duboko osjetiti smisao tih riječi; tada će ta misao prodrijeti duboko u svjesni um pa u podsvjesni i naposljetku u nadsvesni um. Kad se pojavi u nadsvijesti, ostvaruje se.

Uvijek afirmirajte inteligentno i predano, sve dok misao iz podsvjesnog uma svjesno ne prijeđe u nadsvesni um. Najuzvišenije iscjeljenje za koje biste trebali moliti jest iscjeljenje vašega neznanja, kako se nikada ne biste vratili starom životu. Najbolja i najuzvišenija nagrada u našem životu jest spoznaja neprolazne sreće, koju nazivamo mirom ili blaženstvom.

Ako čovjek izgubi dijamant i pokuša se zadovoljiti komadićima razbijenoga stakla koji blistaju na sunčevoj svjetlosti, nedvojbeno će se razočarati. U hrpici razbijenoga stakla ne može pronaći dijamant. Traži ga na pogrešnom mjestu i ne može biti sretan dok ne počne tražiti na pravom mjestu i ne pronade dijamant. Jednako tako duša pokušava pronaći sreću u kratkotrajno blistavim osjetilnim užicima, ali kad se zasiti osjetilnom srećom, počinje osjećati gađenje pa mir i radost pokušava pronaći u duši.

Suludo je očekivati istinsku sreću od materijalnih stvari, koje ju ne mogu pružiti, ali milijuni ljudi ipak umiru zbog slomljenoga srca jer u materijalnim stvarima traže utjehu koju može pružiti samo Bog.

Ako duša, kao individualizirani Duh, dobije mogućnost razvoja, može ostvariti sve ispunjenje i zadovoljstvo Duha.

**Materijalne žudnje nastaju uslijed dugotrajnog kontakta s promjenjivom materijom.**

**Zaštitite svoju dušu od poremećaja koje u vašemu umu izaziva sumanutu ples žudnje koja rada tugom. Naučite prevladati neobuzdanu, izopačenu žudnju. Uvjerite se da vam nisu potrebne stvari koje prouzrokuju očaj jer ćete, ako potražite u svojoj duši, pronaći istinsku sreću i trajan mir ili blaženstvo. Tako ćete postati "bogataš blaženstva".**

**Blaženstvo je priroda duše - trajno, unutarnje stanje vječno nove, vječno promjenjive radosti koja uvijek godi, čak i dok čovjek prolazi kroz muke tjelesne patnje ili smrti. Odsutnost žudnje nije negacija već postignuće samokontrole koja vam je potrebna da biste ponovno stekli nasljeđe potpunoga zadovoljenja, koje se nalazi u vašoj duši.**

**Prije svega, meditacijom omogućite duši da postigne to stanje. Potom, neprestano živeći u tom stanju, obavljajte svoju dužnost prema svojem tijelu, umu i svijetu. Ne morate odustati od svojih ambicija i postati negativni; naprotiv, dopustite da vam vječna radost, koja je vaša istinska priroda, pomogne ostvariti sve uzvišene ambicije. S Božjom radošću uživajte u uzvišenim iskustvima. Stvarne dužnosti obavljajte s božanskom radošću.**

**Vi ste besmrtnici, obdareni vječnom radošću. Nemojte to zaboraviti tijekom svoje igre s promjenjivim smrtnim životom. Ovaj je svijet tek pozornica na kojoj ostvarujete svoje uloge prema uputama Božanskoga Redatelja. Ostvarujte ih dobro, neovisno o tome jesu li tragične ili komične, i uvijek imajte na umu da je vaša istinska priroda vječno blaženstvo i ništa drugo. Jedino što vas nikada neće napustiti jest radost vaše duše.**

**Stoga naučite plivati u mirnom moru nepromjenjivoga blaženstva prije no što zaronite u vir materijalnoga života,**

svijeta tuge, užitka, ravnodušnosti i varljivoga, privremenog mira.

Svesrdna praksa meditacije donosi duboko blaženstvo. To se uvijek novo blaženstvo ne rada iz žudnje, već se pojavljuje uslijed čarobne zapovijedi vaše unutarnje, intuitivno rođene smirenosti. Uvijek živite to spokojstvo. Kad vas preplavi blaženstvo, prepoznat ćete ga kao svjesno, inteligentno univerzalno Biće kojemu se možete obratiti, a ne kao apstraktno mentalno stanje. To je najčvršći dokaz da je Bog vječno, uvijek svjesno, uvijek novo blaženstvo.

Neka vaša životna očekivanja uvijek budu pozitivna. Nastojte živjeti u neprestanoj sreći. Ne dopustite da ono što posjedujete posjeduje *vas*, niti da nevažne sitnice svjetovnoga života s gomilom zabrinutosti prodru u mir vašega srca. Smognite snage da se uzdignete iznad rastresenosti tako što ćete često piti nektar unutarnjega mira, koji vam anđeoske ruke s ljubavlju pružaju dok tiho napredujete prema samostvarenju.

<\*

Mudri, čak i ako su blagoslovljeni materijalnim blagostanjem, nikada ne zaboravljaju da su sve stvari prolazne.

Lude, koji zadovoljenje traže u ovom nesavršenom svijetu, od njega nikada ne dobivaju više od prolaznoga zadovoljenja. I najljepši, najnježniji san o zemaljskoj sreći mora se pridružiti neveseloj povorci koja vijuga prema krematoriju razočaranja.

Mudri shvaćaju prolaznu prirodu života. Oni ne trate vrijeme na izgradnju pješćanih kula jalovih očekivanja. Umjesto

toga razvijaju nevezanost na zemaljska iskustva. Kad dode smrt, oni u Bogu nalaze savršenstvo ispunjenja.



**Zašto još spavate?! Ne opravdavajte se kako ste previše zaposleni da biste razmišljali o Bogu! Kad dode smrt, morat ćete odmah, bez upozorenja ili odgađanja, ostaviti sve svoje obveze. Zašto tada ne biste odustali od pokojega besmislenog nastojanja i ispraznih misli te stvorili vrijeme za Boga?**

Svijet od vas uzima sve što može te vas drži zaokupljenima bezvrijednim navikama i besplodnim aktivnostima. Vi možda želite biti drugačiji, ali ste iz dana u dan zarobljenik, sputan lancima vlastitih navika. Vi ste odgovorni za sebe, svijet neće odgovarati za vaše postupke. Zašto se tada ne biste svakodnevno podsjećali: "Moja najvažnija obveza jest obveza prema Bogu"?

Nije dovoljno jesti, raditi i umrijeti; životinja čini isto. Upotrijebite svoj dragocjeni dar razuma i pokušajte pronaći Njega. Ne morate otići u šumu, gdje će vas napasti i pokoriti drugačija iskušenja. Vaša je zadaća u svijetu, kamo vas je karma postavila, postići spasenje putem služenja bližnjima.

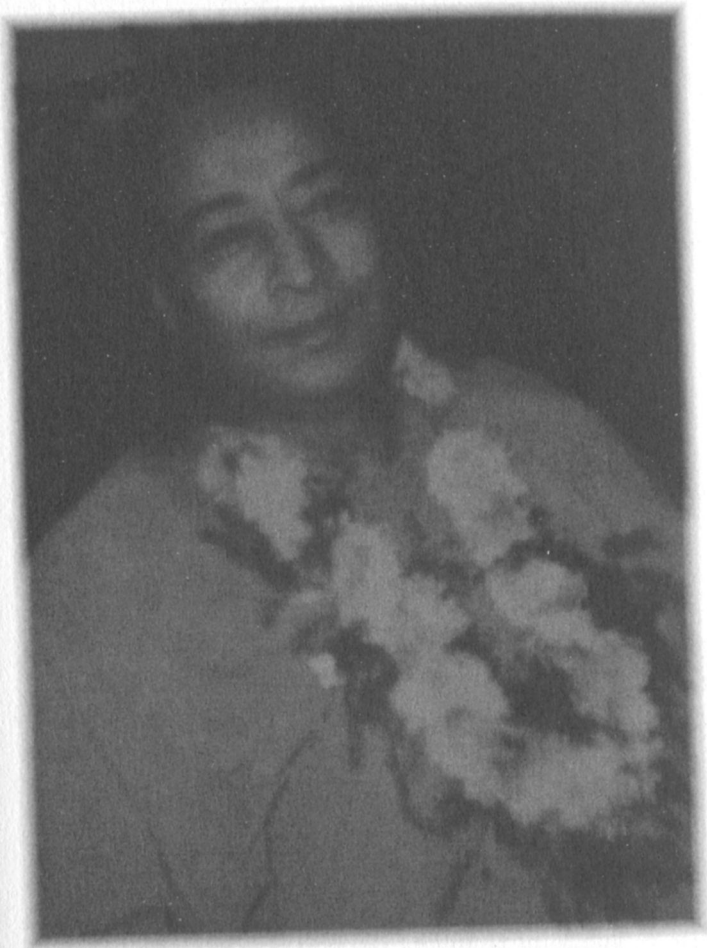
Boga možete pronaći u samoći svoje sobe kad se, u ranim jutarnjim satima i prije spavanja, saberete u meditaciji. Sklopljenih ruku mentalno recite: "Oče, Ti si sveznajući. Ti znaš svaku moju misao. Obrati mi se. Želim čuti Tvoj glas." Mentalno to ponavljajte sve dok to ne osjetite. Taj osjećaj morate njegovati, truditi se da ga postignete. Ponavljajte tu molitvu sve dok ne osjetite da vam srce pulsira ljubavlju i čežnjom za Bogom te dok ne primite svjestan odgovor.

Kad god pronađete slobodan trenutak, iskreno se pomolite: "Oče, dođi k meni, otkrij svoju sveznajući prisutnost." Neka nitko ne dozna za vaše tajne molitve. I upamtite, Boga

ne možete spoznati ako su druge žudnje istodobno u vašem umu. "Nemaj drugih bogova uz mene" znači da vam se Bog neće otkriti ako vaše misli o Njemu nisu dovoljno jake da bi istisnule sve druge misli.

Kad nekome poželite izraziti ljubav, ne morate čitati iz knjige pjesama. Vaša ljubav sama nalazi svoje riječi, koje spontano poteku iz probuđenoga srca. Stoga se Bogu uglavnom molite vlastitim riječima ljubavi i čežnje, a ne tuđim, posuđenim jezikom. Ne prestajte s molitvama Bogu sve dok vam ne odgovori.

Od danas postupajte iz žudnje za spoznavanjem Boga. *Odmah* počnite njegovati prijateljstvo s Njime ne zanemarujući svoje svjetovne obveze, već s mišlju da putem tih obveza spoznajte Njega i na taj način ugađate Njemu.



## BILJEŠKA O AUTORU



**Paramhansa Yogananda (1893.-1952.)** jedan od najuglednijih i najcjenjenijih učitelja joge dvadesetog stoljeća i jedan od prvih učitelja koji su jogu donijeli na Zapad. Rođen je u Indiji i od najranijih se godina pripremao za prenošenje staroga indijskog učenja samoostvarenja na Zapad. Godine 1920. preselio se u Sjedinjene Američke Države kako bi započeo s radom koji će se proširiti svijetom te utjecati na milijune života. Amerikanci su bili gladni indijskih duhovnih učenja i oslobadajućih tehnika joge.

Godine 1964. objavio je *Autobiografiju jednog jogija*, djelo koje će postati duhovni klasik te jedna od najcjenjenijih knjiga dvadesetog stoljeća. Osim toga, utemeljio je sjedišta za rad diljem svijeta, napisao više knjiga i priručnika, držao

predavanja pred tisućama ljudi u velikim gradovima Sjedinjenih Američkih Država, skladao i pisao poeziju te poučavao učenike. Calvin Coolidge pozvao ga je u Bijelu kuću, a Mahatmu Gandhija poučio je Kriva jogi, svojoj najnaprednijoj tehnici meditacije.

Yoganandina je poruka Zapadu isticala jedinstvo svih religija i važnost duhovne posvećenosti u sprezi sa sustavnim tehnikama meditacije. Isticao je neposredan unutarnji doživljaj Božanskoga, koji je nazivao "samoostvarenje". Njegova su učenja univerzalna i nude praktičan pristup unutarnjem buđenju.



Ova knjiga donosi učenja Paramhanse Yoganande, jednog od najuglednijih učitelja joge dvadesetog stoljeća koji piše na temelju istinskog znanja i iskustva. Njegove riječi i danas izražavaju duboko ohrabrenje svakom čitatelju.

*Karma i reinkarnacija* nudi odgovore na velike životne zagonetke i savjetuje kako najbolje iskoristiti svaki dan života koji vam je darovan. Tumačeći djelovanje karme, smrti i reinkarnacije, Yogananda otkriva i dublju svrhu postojanja svake duše.

*Kako uvijek biti sretan* je Yoganandina vizija istinske sreće, utemeljena na shvaćanju da se ta sreća nalazi u nama. Sreća je temelj međuljudskih odnosa, karijere i čitavog našeg života i zato naučite kako uvijek izabrati sreću i prepoznati navike koje vam tu sreću oduzimaju.

ISBN 978-953-257-106-6



85,00 kn

9 789532 571066

[www.planetopija.hr](http://www.planetopija.hr)