

OSHO



OD LIJEČENJA
DO MEDITACIJE

NAPUTAK:

Svaki savjet ili učenje prikazano u ovoj knjizi nije namijenjeno da zamijeni savjete vašeg liječnika, psihologa ili psihijatra, niti mu je cilj da odredi alternativu profesionalnom medicinskom tretmanu. Ova knjiga ne nudi dijagnoze ili tretmane za određene medicinske ili psihološke probleme koje možda imate. Prije nego što počnete s intenzivnim vježbama koje mogu biti dio nekih od meditacija, konzultirajte svojeg liječnika.

S A D R Ž A J :

Predgovor.....	9
Medicina i meditacija - govor koji je Osho održao ispred udruženja liječnika u Ahmedabadu, Gujarat	
1. Definicija zdravlja.....	41
2. Biti iscijeljen znači biti čitav.....	55
3. Praznovjerja medicinske znanosti.....	63
4. Alternativni pristup zdravlju.....	73
5. Uloga iscjelitelja.....	89
6. Vrijeme za pažnju, vrijeme za ljubav.....	93
7. Iscjeljujući dodir.....	97
8. Meditacija i psihijatrija.....	105
9. Poštovanje tijela.....	125
10. Korijeni napetosti.....	133
11. Ključevi za opuštanje.....	141
12. Stres i hipertenzija.....	147
13. Depresija, bolest bogataša.....	157
14. Hrana i zdravlje.....	167
15. Bol.....	203
16. Spavanje.....	225
17. Starenje.....	241
18. Dostojanstvena smrt.....	251
19. Aids.....	263
20. Pogled u budućnost.....	271
21. Ljekovita moć smijeha.....	287

Predgovor

MEDICINA I MEDITACIJA

*Govor koji je Osho održao ispred udruženja
liječnika u Ahmedabadu, Gujarat*

Čovjek je bolest. Bolest dolazi čovjeku, no on sam je također bolest. To je problem, ali to je i njegova posebnost. To je njegova dobra sreća, također i nesreća. Niti jedna druga životinja na Zemlji nije takav problem, tjeskoba, napetost, bolest, boležljivost, na način kao što je to čovjek. Takvo je stanje čovjeku donijelo sav rast, svu evoluciju jer bolest (engl.disease) znači da netko ne može biti sretan tu gdje je, ne može prihvatiti to što je. Sama je bolest postala čovjeku njegova dinamika i njegov odmor. Međutim, istovremeno to je i njegova nesreća jer je uzdrman, nesretan jer pati.

Niti jedna životinja osim čovjeka nema sposobnost da poludi. Osim što čovjek izluđuje neke životinje, one same nikad ne polude, ne postaju neurotične. Životinje ne polude u džungli već u cirkusu. Nije u džungli život životinje iskrivljen već u zoološkom vrtu. Niti jedna životinja ne počini samoubojstvo, jedino čovjek.

Dvije su metode iskušane da bi se razumjela i izliječila bolest zvana čovjek. Jedna je medicina, druga je meditacija. Oboje je tretman za istu bolest. Ovdje bi bilo dobro ra-

zumjeti da medicina svaku ljudsku bolest smatra odvojenom -analitički pristup jednom dijelu. Meditacija smatra čitavog čovjeka bolešću. Meditacija gleda na ljudsku osobnost kao na bolest. Medicina pak smatra da bolesti dolaze čovjeku, da su one za njega strane. Polako se ta razlika smanjuje i medicinska je znanost počela govoriti: "Nemojte tretirati bolest već pacijenta."

To je vrlo važna izjava jer to znači da bolest nije ništa drugo već pacijentov način života. Ne obolijeva svaki čovjek na isti način. Bolesti također imaju svoju osobnost, svoju individualnost. Ako ja bolujem od TBC i vi bolujete od TBC, to ne znači da ćemo mi biti pacijenti iste vrste. Naše će se bolesti predstaviti u dva oblika jer mi smo dvije različite individue. Može se dogoditi da tretman koji liječi moju TBC neće pomoći vašoj. Duboko dolje, u korijenu, je pacijent, a ne bolest.

Medicina hvata bolesti u čovjeku vrlo površinski. Meditacija zahvaća čovjeka duboko iznutra. Drugim riječima, medicina nastoji čovjeku donijeti ozdravljenje izvana, meditacija pokušava njegovo unutarnje biće održati zdravim. Niti može meditacijska nauka biti kompletna bez medicine, niti medicinska nauka bez meditacije jer čovjek je i duša i tijelo. U stvari to je jezična pogreška, nazivati čovjeka i jedno i drugo.

Tisućama je godina čovjek mislio da su duša i tijelo osobe dvije različite stvari. Ovo razmišljanje rezultiralo je dvjema opasnim posljedicama. Jedna je što su neki ljudi sma-

trali da je čovjek samo duša te negirali tijelo. Takvi su ljudi doprinijeli razvoju meditacije ali ne i medicine - medicina nije mogla postati znanost, tijelo je bilo potpuno degradirano. Suprotno od toga, neki su smatrali da je čovjek samo tijelo, dušu su negirali. Oni su sproveli mnoga istraživanja i razvili medicinu, no nisu učinili ni korak ka meditaciji.

No čovjek je istovremeno oboje. Ja također kažem da je to jezična pogreška: kada kažemo oboje istovremeno, to ostavlja dojam da su dvije stvari spojene zajedno. Ne, u stvari duša i tijelo čovjeka dva su kraja istog pola. Ako se gleda s ispravnog kuta mi nećemo moći reći da je čovjek tijelo plus duša, to nije tako. Čovjek je psiho-somatski ili somato-psihičan. Čovjek je um-tijelo ili tijelo-um.

Po meni, onaj dio duše koji je u dometu naših osjetila, tijelo je, a dio tijela koji je izvan dometa osjetila, duša je. Nevidljivo tijelo je duša, vidljiva duša je tijelo. Oni nisu dvije različite stvari, nisu dvije različite suštine, oni su dva različita stanja vibracija istoga bitkaj

U stvari, taj pojam dualnosti jako je oštetiio ljudsku vrstu. Mi uvijek razmišljamo u terminima „dvoje" i susrećemo se s problemima. U početku smo razmišljali u terminima energije i tvari, sada više ne. Sada više ne možemo reći da su tvar i energija odvojeni. Sada kažemo da je tvar energija. Istina je da probleme stvara upotreba starog jezika. Čak kazati da je tvar energija, pogrešno je. Postoji nešto - nazovimo to X - koje je gledano s jednoga kraja tvar, a gledano s drugoga kraja energija. Oni nisu dvoje. Oni su dva

različita oblika iste suštine. Slično, tijelo i duša su dva kraja iste suštine. Bolest može početi od bilo kojeg od dva kraja. Ona može krenuti od tijela i stići do duše. U stvari, bilo što da izbije u tijelu, njegova će se vibracija osjetiti u duši. Zbog toga se ponekad događa da je čovjek fizički izliječen, a ipak se osjeća bolesnim. Bolest je napustila tijelo, doktor je rekao da više nema bolesti, no pacijent se još uvijek osjeća bolesnim i odbija povjerovati da više nije bolestan. Sve pretrage pokazuju da je klinički sve u redu, ali pacijent nastavlja govoriti da se ne osjeća dobro.

Takva vrsta pacijenata zaista izluđuje liječnike jer sva moguća ispitivanja ukazuju da bolesti nema. No, ne imati bolest ne znači da ste zdravi. Zdravlje ima svoju vlastitu pozitivnost. Odsutnost bolesti samo je negativno stanje. Mogli bi reći da tamo nema trna, no to ne ukazuje na prisutnost cvijeta, ukazuje samo na odsutnost trna. Ali prisustvo cvijeta druga je stvar.

U dimenziji što zdravlje jest, medicinska znanost do sada nije mogla postići ništa. Njezin se rad kreće u dimenziji bolesti. Ako medicinsku znanost pitate o bolesti, ona će vam pokušati dati definiciju, no ako je pitate što je zdravlje ona će vas pokušati zavesti. Ona kaže da ako nema bolesti, tada je zdravlje ono što ostaje. To je obmana, ne definicija. Kako možete definirati zdravlje vezano uz bolest? To je kao da definirate cvijet vezano uz trn, kao da definirate život vezano uz smrt ili svjetlo vezano uz mrak. To je kao da definirate muškarca vezano uz ženu, ili obrnuto.

Ne, medicinska znanost nije bila u stanju reći što je zdravlje. Može nam jedino reći što je bolest, prirodno. Za to postoji razlog. Medicinska znanost zahvaća samo izvana, uzima u obzir samo tjelesne manifestacije - izvana jedino bolest može biti obuhvaćena. Zdravlje se može zahvatiti jedino unutar čovjeka, njegova najdublje bića i njegove duše. U tom pogledu hindi riječ „swasthya" zaista je predivna. Engleska riječ "zdravlje" nije sinonim za swasthya. Zdravlje je izvedeno iz odzdravljivanja i bolest je s time združena. Zdravlje znači ozdravljen, onaj tko se je oporavio od bolesti.

Swasthya ne znači to, swasthya znači onaj tko je utvrđen iznutra, tko se ostvario. Swasthya znači onaj tko može mirovati u sebi. Zbog toga swasthya ne znači samo zdravlje. U stvari ni u jednom svjetskom jeziku ne postoji riječ usporediva sa swasthya. Svi ostali jezici imaju riječi koji su sinonimi i s bolešću i s ne-bolešću. Glavna zamisao swasthya je da je ono što mi nosimo ne-bolest. Biti ne-bolestan je neophodno, no nije dovoljno za swasthyu. Potrebno je još nešto - nešto s druge strane, iz našeg unutarnjeg bića. Čak i ako bolest počne izvana, njene vibracije odjekuju sve do duše.

Recimo da bacim kamen u mirno jezero: uznemiri se samo mjesto gdje je kamen pao u vodu, ali valovi koje je on izazvao stižu do obale. Slično, bilo što da se u tijelu dogodi, valovi stižu do duše. Ako klinička medicina tretira samo tijelo, što će se dogoditi s onim valićima koji su stigli

do obale? Ako smo bacili kamen u jezero i ako se koncentriramo samo na ono mjesto gdje je kamen dodirnuo vodu i potonuo, što će se tada dogoditi sa svim onim valovima koji sada postoje sami za sebe, neovisni od kamena?

Jednom kada čovjek oboli, vibracije bolesti ulaze u dušu, zbog toga bolest često ustraje i nakon što je tijelo tretirano i izliječeno. Bolest je ustrajna zbog toga što su njene vibracije odjeknule u najvećim dubinama bića, a medicinska znanost za to nema rješenje. Dakle, medicinska će znanost uvijek biti nepotpuna bez meditacije. Mi ćemo moći izliječiti bolest, no nećemo moći izliječiti pacijenta. Naravno, u interesu je liječnika da pacijent ne *bude* izliječen, da smo bolest bude izliječena a pacijent će se uvijek vraćati!

Bolest može započeti i na drugome kraju. U stvari, u stanju u kakvom je čovjek, bolest je već prisutna. U stanju u kojem je čovjek, u njemu je prisutno tako mnogo napetosti.

Već sam prije kazao da niti jedna druga životinja ne obolijeva na taj način, nije uznemirena na taj način, u takvoj napetosti i za to postoji razlog. Niti jednoj drugoj životinji ne pada na pamet ideja da postanu nešto drugo. Pas je pas, on to ne mora postati. Ali čovjek tek mora postati ljudsko biće, on to još nije. Zbog toga mi ne možemo psu reći da je on nešto manje pas. Svi su psi jednako psi. No u slučaju čovjeka, mi sasvim razumno možemo reći da je on nešto manje čovjek. Čovjek nikada nije bio rođen u svojoj potpunosti.

Čovjek je rođen nekompletan, sve su ostale životinje

rođene kompletne. S čovjekom nije tako. Postoje određene stvari koje on mora učiniti da bi bio kompletan. To stanje njegova je bolest. Zbog toga je on u nevolji dvadeset i četiri sata. Mi obično mislimo da je samo siromašan čovjek u nevolji, zbog siromaštva. Međutim ne shvaćamo da i kada se obogatimo, samo se nivo nevolje mijenja, no nevolja ostaje.

Istina je da siromašan čovjek nikada ne zapada u takvu tjeskobu kao bogataš jer on ipak ima opravdanje za svoje probleme - siromašan je. Bogat čovjek nema čak ni to opravdanje. On ne može čak ni naznačiti razlog za svoju tjeskobu. A kada tjeskoba postoji bez i jednog vidljivog uzroka, tada je to strašno. Uzrok vam daje neko olakšanje, neku utjehu jer se možete nadati da ćete nekako moći ukloniti uzrok. Ali kada se nevolja pojavi bez i jednog razloga, tada se javljaju teškoće.

Siromašne nacije mnogo pate, no jednoga dana kada postanu bogate shvatit će da bogate zemlje imaju svoje vlastite patnje.

Želio bih da čovječanstvo odabere patnje bogataša, ne siromaha. Ako je u pitanju odabir patnji, tada je bolje odabrati one bogataške. No intenzitet uznemirenosti će se povećati.

Danas je količina uznemirenosti i tjeskobe s kojom se Amerika suočava veća nego u bilo kojoj drugoj zemlji na svijetu. Unatoč tome što Amerika danas im povoljnosti kao niti jedna druga zajednica, upravo je tamo po prvi puta nas-

tupilo razočaranje. Po prvi su puta iluzije slomljene. Čovjek je običavao misliti da je tjeskoban iz nekih razloga. U Americi je po prvi puta postalo jasno da čovjek nije tjeskoban iz nekog razloga; sam čovjek je tjeskoba. On za sebe pronalazi tjeskobe. Osobnost koja je u njemu neprekidno zahtijeva nešto čega nema. Ono što jest postaje svakoga dana sve beznačajnije, ono što je već postignuto gubi značaj, postaje ništavno. Prisutna je neprekidna težnja za nečim što netko nema.

Nitschze je negdje rekao da je čovjek most između dvije nemogućnosti - uvijek čezne da bi dosegao nemoguće, uvijek čezne za kompletnošću. Zbog te čežnje za potpunom rođene su sve religije.

Nije potrebno reći da je postojalo vrijeme na zemlji kada je svećenik bio i liječnik, kada je vjerski vođa također bio i doktor. On je bio svećenik i doktor. Ne bi bilo iznenađujuće da jednoga dana tako i završimo. Samo s malom razlikom: onaj tko je liječnik bit će svećenik! To se počelo događati u Americi jer je po prvi puta postalo jasno da nije u pitanju samo tijelo. Također je postalo jasno da, ako je tijelo potpuno zdravo, javljaju se mnogi problemi jer po prvi puta čovjek osjeća prisutnost bolesti unutra, na drugome polu tijela.

Naša osjetila također trebaju uzroke. Ako trn ubode nečiju nogu, tek tada on osjeća nogu. Sve dok nema trna on nije svjestan noge. Kada je trn u nozi, tada je čitavo biće kao strijela upereno prema nozi, zamjećuje samo nogu i ništa

više - prirodno. No kada se trn makne iz noge, tada će biće morati zapažati i nešto drugo. Ako je vaša glad zadovoljena, dostupna vam je lijepa odjeća, kuća vam je sređena, dobili ste ženu koju ste željeli - premda nema većeg zla na svijetu od toga. Nema kraja patnjama za čovjeka koji je dobio ženu koju je želio. Ako ne dobijete ženu koju želite, tada barem možete izvući neku sreću iz nadanja. To se također izgubi kada dobijete ženu koju volite.

Čuo sam o ludnici. Čovjek je došao vidjeti ludnicu i upravitelj ga je poveo u obilazak.

Pred jednom ćelijom on upita upravitelja što je sa stanarom. Upravitelj odgovori da je čovjek poludio jer nije mogao dobiti ženu u koju je bio zaljubljen. U drugoj je ćeliji stanar pokušavao slomiti rešetke, udarao se u grudi, čupao si kosu. Upitan što je s ovim čovjekom, upravitelj odgovori da je on dobio onu istu ženu koju onaj drugi nije mogao dobiti, te je poludio. Zbog toga što nije mogao dobiti svoju ljubljenu, prvi je čovjek držao njenu fotografiju blizu srca i bio je sretan u svome ludilu, dok je onaj drugi udarao glavom o rešetke! Sretni su oni zaljubljeni koji ne dobiju svoje ljubljene!

I U stvari, mi živimo život nadajući se da ćemo doseći ono što još nismo. Jednom kada to dosegnemo, sve naše nade rasprše se i mi postanemo prazni. Onoga dana kada liječnik oslobodi čovjeka njegovih tjelesnih problema, morat će preuzeti drugi dio posla. Onoga dana kada čovjek postane slobodan od tjelesnih bolesti, mi ga stavljamo u situaciju u kojoj će postati svjestan unutrašnjih bolesti. Po prvi će puta

biti uznemiren iznutra i u čudu će se pitati kako je moguće, kada je na površini sve u redu, a ipak izgleda da ništa nije u redu.

Ne iznenađuje što su u Indiji dvadeset četiri prosvijetljena bili sinovi kraljeva. Budha je bio sin kralja, Rama i Krishna bili su iz kraljevskih obitelji. Za te ljude nemir je nestao na tjelesnom nivou i tada započeo iznutra.

Medicina pokušava čovjeka osloboditi bolesti na površini, na nivou tijela. Ali upamtite, iako oslobođen svih bolesti, čovjek nije oslobođen od osnovne bolesti koja se zove: biti čovjek. Ta je bolest težnja za nemogućim, nezadovoljstvo sa svime. Ta bolest čini da je sve što čovjek radi ništavno, a sve ono što nema je važno, i

Meditacija je lijek za bolest *biti čovjek*. Za sve druge bolesti liječnici imaju lijek, medicina ima lijek, no za ovu specifičnu bolest jedino meditacija ima lijek. Medicinska će znanost biti kompletna onoga dana kada shvatimo unutarnju stranu čovjeka i počnemo raditi i na njoj. Prema mojem shvaćanju bolesna osoba koja čuči u nama stvara tisuću i jednu bolest na nivou tijela izvana.

Kao što sam već rekao, kada tijelo postane bolesno, vibracije, valići, osjete se u duši. Slično, ako duša oboli, tada valići stignu do nivoa tijela.

Zbog toga ima toliko vrsta bolesti na svijetu. Ako je patologija znanost tada ne bi trebalo biti tako, tada ne bi moglo biti na tisuće bolesti. No to je postalo moguće jer postoje tisuće tipova ljudskih bolesti. Neki tipovi bolesti

ne mogu se liječiti uz pomoć alopatrije. Za one bolesti koje potječu iz čovjekove unutrašnjosti i putuju prema van, alopatrija je beskorisna. Za one koje nastaju vani i kreću se prema unutrašnjosti, ona je veoma uspješna. Bolesti koje dolaze iznutra uopće nisu tjelesne bolesti. One se samo manifestiraju na nivou tijela. Nivo njihovog izvora uvijek je psihički, ili dublje - duhovan.

Dakle, ako čovjek pati od bolesti psihe, to znači da klinička medicina ne može pomoći. Čak može i štetiti jer će pokušati nešto učiniti, a u procesu, ako ne pomogne otvara se mogućnost da naudi. Samo one medicine koje su nesposobne pomoći, nesposobne su i nauditi. Na primjer, homeopatija ne šteti nikome jer nema govora niti o bilo kakvom olakšanju od nje. Međutim, homeopatija pomaže. Ona je nesposobna dati olakšanje ali to ne znači da ljudima nije bolje.

Primiti olakšanje, to je potpuno druga priča, dati olakšanje opet je druga priča. Te dvije stvari potpuno su odvojeni fenomeni. Ljudima bude lakše jer ako stvore bolest u psihi, tada im je za to potreban placebo. Potreban im je placebo za bolest, neka utjeha, neka potvrda da nisu bolesni, no oni nose ideju da su bolesni. To se može učiniti i pomoću pepela nekog redovnika, pomoću svete vode iz Gangesa itd.

Danas se mnogo eksperimentira s onim što se može nazvati iluzorna medicina, placebo. Ako deset pacijenata boluje od iste bolesti i troje njih se tretira alopacijom,

troje s homeopatijom i troje naturopatijom, mogu se vidjeti interesantni rezultati: svaka od tih patija djeluje na isti postotak ljudi, na dobrobit ili na štetu. Proporcije su gotovo istovjetne. To daje razlog da se upitamo: što se to događa?

Po meni, alopacija je jedina znanstvena medicina. No pošto u čovjeku ima nešto neznanstveno, sama znanstvena medicina nije dovoljna. Alopacija djeluje na ljudsko tijelo na znanstveni način. No ona ne može liječiti sto posto jer čovjek je u svom unutarnjem postojanju maštovit, stvaralački i kreativan. U stvari, čovjek na kojega alopacija ne djeluje, bolestan je iz nekog ne znanstvenog razloga. Sto to znači biti bolestan iz ne znanstvenog razloga?

Ove riječi mogu čudno zvučati. Vi znate da postoji znanstveni medicinski tretman, a također i ne znanstveni. A ja vam kažem da može biti znanstvena i ne znanstvena bolest - ne znanstveni načini da se oboli. Sve bolesti koje nastaju u ljudskoj psihi i manifestiraju se na nivou tijela, ne mogu se liječiti na znanstveni način.

Znam jednu mladu ženu koja je oslijepila. Ali bolest je bila psihološka, njene oči nisu bile oštećene. Okulist je rekao da su oči u redu i da djevojka obmanjuje. No ona nikoga nije obmanjivala jer čak i ako bi je gurnuli prema vatri, ona bi ušla u vatru, udarala bi u zid i ozljeđivala glavu. Djevojka nikoga nije varala, ona stvarno nije mogla vidjeti.

No ta je bolest bila van medicine.

Djevojku su doveli k meni i pokušao sam je shvatiti. Saznao sam da je bila zaljubljena u nekoga, ali članovi obitelji zabranili su joj da viđa tu osobu. Nakon mojeg upornog ispitivanja odgovorila je da nema želju vidjeti nikoga na ovome svijetu, osim njenog dragoga. Ova odluka da ne vidi nikoga osim dragoga...i ako je intenzitet te odluke tako snažan, oči postaju psihološki slijepe. Oči će postati slijepe, oči će prestati viđati sve. Ovo se ne može razumjeti promatrajući anatomiju očiju jer anatomija je normalna, mehanizam za gledanje u funkciji je. Samo je gledalac koji je bio iza očiju iskliznuo, maknuo se odande. Mi živimo život dan po dan, samo nismo toga svjesni. Mehanizam našega tijela funkcionira samo dok je naša prisutnost tamo, iza toga.

Sada zamislite mladića koji igra hokej i povrijedi nogu. On krvari ali to ne shvaća. Drugi mogu vidjeti da on krvari ali on ni ne sluti. Kada igra završi, nakon pola sata, on se hvata za nogu, viče i pita kada je bio povrijeđen. Prošlo je pola sata otkako je bio povrijeđen. Povreda na nozi je stvarna, senzori njegove noge rade apsolutno dobro - informirali su ga o bolu nakon pola sata - ali zašto informacija nije došla ranije? Njegova pažnja nije bila tamo, na nozi, pažnja je bila na igri, tako velika da nije ostalo ništa da bi se primijetila noga. Mora da ga je noga stalno informirala - mišići, živci mora da su se trzali - mora da je noga kucala na sva moguća vrata, zvonila za zamjenu, no čovjek za zamjenu je zaspao. On

je tvrdo spavao ili je bio negdje drugdje. Bio je odsutan, nije bio prisutan. Kad se vratio nakon pola sata, primijetio je da je noga ozlijeđena.

Rekao sam djevojčinoj obitelji da učini jednu stvar. Rekao sam im da je ona, kada su joj zabranili vidjeti osobu koju želi, učinila djelomično samoubojstvo-samoubojstvo njezinih očiju. Ništa drugo nije s njom, osim što je učinila djelomično samoubojstvo. Dozvolite joj da se sretne sa svojim dragim. Oni rekoše: "Kakve to ima veze s njenim očima?" Zamolio sam ih da pokušaju samo jednom. Čim je saznala da se smije sresti s njime i da on dolazi u pet sati, ona je stala na vrata. Njezine su oči bile u redu!

Ne, to nije varka. Sada nam pokusi s hipnozom pokazuju da tu nema mjesta obmani. Govorim vam ovo iz vlastitog iskustva. Ako hipnotiziranoj osobi stavite u ruku oblutak i kažete da je to komad vrućeg ugljena, on će se ponašati točno tako kao da u ruci drži žeravicu. Odbacit će je i početi vrištati, jaukati da je opečen. Do te točke ga se još može lako razumjeti. Ali na njegovoj će se ruci pojaviti mjehuri - i tada problemi počinju. Ako možete dobiti mjehure samo zamislivši da držite užareni ugljen u ruci, tada je opasno započeti tretman tih mjehura na nivou tijela. Tretman mora početi na nivou uma.

Zbog toga što gledamo samo jednu stranu čovjeka, mi polako eliminiramo tjelesne bolesti, ali istovremeno, bolesti kojima je uzrok u umu, porasle su. Danas, čak i oni koji razmišljaju isključivo u terminima nauke, slažu se da je

najmanje pedeset posto bolesti iz uma. U Indiji to nije slučaj jer za bolesti uma potreban je jaki um. U Indiji još uvijek je oko devedeset pet posto bolesti tjelesne prirode, no u Americi slučajevi bolesti uma rastu.

Bolesti uma obično počnu unutra i šire se prema van, to su izlazne bolesti, dok su one tjelesne ulazne. Ako pokušate tretirati tjelesne manifestacije mentalne bolesti, ona će trenutno naći drugi vid manifestacije. Možda ćemo moći zaustaviti malene kapi mentalne bolesti na jednom, drugom ili trećem mjestu, ali ona će se definitivno manifestirati na četvrtom mjestu. Pokušat će se manifestirati preko slabe točke u ličnosti osobe. Zbog toga tako često liječnik, ne samo da ne može tretirati bolest, već je i odgovoran za višestruke oblike bolesti. Ono što može izaći preko jednog uzroka, sada se počinje prelijevati iz raznih izvora jer mi smo izgradili brane na različitim mjestima.

Po meni, meditacija je lijek na drugom kraju ljudskoga bića. Prirodno, lijekovi ovise o stvari, njihovom kemijskom sastavu; meditacija ovisi o svjesnosti. Ne postoje tablete za meditaciju, iako ljudi pokušavaju. LSD, meskalin, marihuana - na tisuće stvari je iskušano. Mnogo napora se ulaže da bi se proizvele pilule za meditaciju. Ali nikada neće biti pilula za meditaciju. U stvari, nastojanje da se stvori takva pilula, ista je stara tvrdoglavost liječenja na nivou tijela, tretman samo izvana. Čak i kada je naša psiha oštećena iznutra, mi je tretiramo izvana, nikada iznutra. Droge kao što su LSD i meskalin mogu jedino proizvesti iluziju o unutaršnjem zdravlju, ne

mogu ga stvoriti. Mi ne možemo dosegnuti najdublje ljudsko biće kroz kemiju. Sto dublje idemo unutra, to je manja korist od kemije. Sto dublje idemo u čovjeka, sve je manji značaj fizičkog i materijalnog pristupa. Tamo važi ne-materijalni ili psihički pristup.

No to do sada nije postignuto zbog nekih predrasuda. Interesantno je da je liječnička profesija jedna između dvjetri najortodoksnije profesije u svijetu. Profesori i doktori medicine su na najvišem mjestu među najortodoksnijim ljudima. Oni se ne mogu lako odreći starih ideja. Postoji razlog za to - to je vjerojatno sasvim prirodan razlog. Ako profesori i doktori odbace stare ideje i postanu fleksibilni, tada će podučavanje djece biti teško. Ako su stvari određene oni mogu uspješno podučavati. Ideje moraju biti određene, solidne, ne klimave i fluidne, tada će oni imati povjerenje.

Čak ni kriminalci ne trebaju toliko povjerenja kao profesor. On mora imati samopouzdanja da je ono što govori apsolutno točno. Bilo tko da treba tu vrstu pouzdanja da je u pravu, on u svojoj profesiji postaje ortodoksan. Učitelji postaju ortodoksni. To čini veliku štetu jer u svakom pogledu obrazovanje bi trebalo biti sve samo ne ortodoksno. U suprotnome, to bi činilo velike smetnje na putu napretka. Iz tog razloga učitelji obično nisu inovatori. Na fakultetima ima tako mnogo profesora, no inovacije i otkrića dolaze od ljudi izvana. Više od sedamdeset posto dobitnika Nobelove nagrade ljudi su van fakulteta.

Druga profesija prepuna ortodoksije je liječnička. To

također ima svoj profesionalni razlog. Liječnici moraju donositi odluke na brzinu. Ako počnu kontemplirati u trenutku kada pacijent umire, tada će samo ideje ostati, pacijent će umrijeti. Ako je liječnik vrlo neortodoksan, liberalan, ako prakticira nove teorije, svaki puta eksperimentira, to također donosi opasnost. On mora donositi trenutne odluke, a oni koji moraju donositi trenutne odluke pouzdaju se uglavnom u postojeće znanje, ne žele biti ulovljeni novim idejama.

Oni ljudi koji dnevno donose trenutne odluke moraju se uzdati u postojeće znanje. Zbog toga medicinska profesija zaostaje za medicinskim istraživanjima otprilike trideset godina. To rezultira time da mnogi pacijenti umiru nepotrebno jer još se uvijek prakticira ono što ne bi trebalo. No to je profesionalni hazard. I tako su neki liječnički koncepti duboko dolje vrlo načelni. Jedan od njih je njihovo povjerenje u medicinu više nego u samog čovjeka, više povjerenja u kemiju nego u svjesnost, pridaje se veća važnost kemiji nego svjesnosti. Iz toga stava proizlazi najveća opasnost, dok se kemiji pridaje više važnosti neće se vršiti eksperimenti na svjesnosti.

Ovdje bih želio govoriti o nekim primjerima, tako da bi mogli dobiti neke ideje. Vrlo je star problem kako porod učiniti što bezbolnijim, kako poroditi dijete bez bola, oduvijek je bilo pitanje. Naravno, svećenici su protiv toga. U stvari svećenici se protive ideji da bi se svijet trebao osloboditi boli i patnji jer ako ne bi bilo boli na svijetu oni bi izgubili posao. Njihova profesija bi izgubila značaj. Ako postoje bol, patnja i bijeda, tada je tu poziv, molitva. Bog bi također mogao biti

zanemaren ako ne bi bilo patnje na svijetu. Teško da bi ljudi tada molili jer mi se Boga sjetimo samo u patnji. Svećenici su uvijek bili protiv bezbolnog porođaja. Oni kažu da je bol tokom poroda prirodni proces.

Ali ne bi trebao biti. Nazivati to božjom voljom pogrešna je ideja. Bog ne želi bol tokom rođenja djeteta. Liječnici vjeruju da treba davati neke lijekove za bezbolan porod, kemiju, anesteziju. Sva ta pomoć počinje na nivou tijela, što znači da se tijelo dovede u takvo stanje da majka neće znati da ima bolove. Prirodno, žene su stoljećima eksperimentirale s time.

Zbog toga se sedamdeset i pet posto djece rađa tokom noći. Danju je to teško jer su žene tada vrlo aktivne i svjesne. U noći one odu spavati, opuštenije su, pa tako sedamdeset pet posto djece nema šanse roditi se dok sunce sije. Moraju se roditi po mraku. Kada žena spava opuštenija je i bebi se tada lakše roditi. Majka počinje stvarati zapreke za dijete upravo u trenutku kada se mora roditi. Naravno, kasnije ona prevladava mnoge zapreke za dijete, no prije njegova poroda ona mu stvara smetnje.

Jedna je pripomoć ta da se nešto učini kako bi tijelo bilo opušteno kao tokom spavanja. To se primjenjuje ali ima određene slabe strane. Najveća je slaba strana u tome što mi uopće nemamo povjerenja u svjesnost osobe. Kako povjerenje u ljudsku svjesnost opada, tako i svjesnost počinje nestajati.

Doktor Lozem vjerovao je u ljudsku svjesnost i us-

pio izvesti tisuće poroda bezbolnih za žene. To je metoda svjesne suradnje - majka tokom poroda nastoji surađivati meditativno, svjesno. Ona izražava dobrodošlicu, ne bori se protiv i ne pruža otpor. Bol koji se javlja nije zbog djetetova rođenja već zbog majčine borbe protiv toga. Ona pokušava stegnuti čitav mehanizam. Ona se boji da će to biti bolno, boji se poroda. Taj u strahu stvoren otpor sprečava rođenje djeteta. Dok se beba nastoji roditi, među njima je borba, sukob. Taj je konflikt odgovoran za bol. Ova bol nije prirodna, ona proizlazi iz sukoba, iz otpora.

Postoje dva moguća načina da se riješi problem otpora. Majci možemo dati sedativ, ako radimo na nivou tijela. No ovdje se treba sjetiti da majka koja rodi dijete u nespvesnom stanju nikada neće postati majka u punom smislu. Za to postoji razlog. Kada se dijete rodi, nije da je samo ono rođeno, također je i majka rođena. Porod je u stvari duplo rođenje: s jedne strane, rodi se dijete, s druge strane, obična žena postaje majkom. Ako se dijete rodi kod nespvesnog stanja, mi smo uspjeli uništiti vezu između majke i djeteta. Majka neće biti rođena, samo će dadilja ostati nakon procesa.

Ja nisam oduševljen time da se majci daje sedativ, kemija, da se pristupa površinski. Majka bi morala biti potpuno svjesna tokom poroda jer u toj će svjesnosti i majka biti rođena. Ako shvaćate istinu u toj stvari, tada to znači da majku treba trenirati za porod. Ona bi morala porod uzeti meditativno. Meditacija ima dva značenja za majku. Jedno

je da ona ne treba pružati otpor, ne treba se boriti. Treba surađivati sa svime što se događa. Upravo kao rijeka koja teče bez obzira na uleknuća u zemlji, kao vjetrovi koji pusu, upravo kao lišće što pada - nitko pojma nema o tome i suhi list jednostavno padne s drva - slično, ona bi trebala biti u potpunoj suradnji s onime što se pred njom razvija. I ako majka u potpunosti surađuje tokom poroda, ako se ne bori, ako se ne uplaši, ako će biti potpuno uronjena u događaj, tada će to biti bezbolan porod, bol će jednostavno nestati.

Govorim vam ovo na znanstvenim temeljima. Mnogo je eksperimenata načinjeno uz upotrebu ove metode. Ona će biti oslobođena boli. Upamtite, to će dati dalekosežne rezultate.

U prvom redu, mi od prvog kontakta gajimo bolesne osjećaje prema stvari ili osobi koja u nama proizvede bol. Mi zapadamo u neku vrstu neprijateljstva prema osobi s kojom smo kod prvog iskustva prošli kroz muke. To postaje zapreka za stvaranje prijateljske veze. Teško je stvoriti most suradnje s osobom s kojom smo upali u konflikt već na početku. To će biti vrlo površno. No u trenutku kada ćemo biti u stanju donijeti na svijet dijete, surađujući, potpuno svjesni....

Ovo je vrlo interesantno: do sada smo slušali samo izraz "porođajne muke," nikada nismo čuli izraz "porođajno blaženstvo"- jer do sada tu nije bilo mjesta tome. Ako je potpuna suradnja tada će se "porođajno blaženstvo" također dogoditi. Dakle, ja nisam za bezbolan porod, ja sam za

blaženi porod. Uz pomoć medicinske znanosti najviše što možemo postići je bezbolan porod, ali nikada blaženi porod. Ali ako tome pristupimo s gledišta svjesnosti, tada možemo imati blaženi porod. I od prvog trenutka moći ćemo graditi svjesnu unutarnju vezu između majke i djeteta.

Ovo je samo jedan primjer koji bi vas naveo da vidite kako se nešto može učiniti i iznutra. Uvijek kada se osjećamo bolesno, mi se pokušavamo boriti s bolešću samo izvana. Pitanje je je li pacijent stvarno spreman iznutra boriti se s bolešću? A mi se nikada ne trudimo to saznati. Posve je moguće da je to samozvana bolest. Velik je broj samopozvanih bolesti. U stvari, vrlo malo bolesti dolazi same, većina je pozvana. Naravno, mi smo ih pozvali mnogo ranije nego što su došle, zbog toga mi ne možemo vidjeti vezu.

Tisućama godina mnoge zajednice na ovome svijetu nisu mogle povezati spolni akt s rođenjem djeteta jer vremenska je razlika velika - devet mjeseci. Za njih je bilo teško povezati, na takvoj distanci, uzrok i posljedicu. Zatim, svaki spolni akt ne vodi rođenju, očito nije bilo razloga da se razmišlja o vezi između toga dvoje. Čovjek je mnogo kasnije shvatio da je događaj od prije devet mjeseci rezultirao rođenjem danas. Mogao je oblikovati vezu uzroka i posljedice. Isto to se nama događa u pogledu bolesti. Mi je jednom pozovemo, no ona će kasnije doći. Mnogo vremena prođe između dva događaja i to je razlog da ne možemo vidjeti vezu između toga dvoje.

Čuo sam o čovjeku koji je bio na granici bankrota.

On se bojao otići na trg, u svoj dućan. Bojao se i prošetati ulicama. Jednoga dana kad je izlazio iz kupaone, srušio se i ostao paraliziran. Sve vrste tretmana iskušane su na njemu. Ali mi ne želimo prihvatiti da je čovjek želio biti paraliziran. On nije o tome razmišljao svjesno, no nije stvar u tome. Nije stvar ni u tome je li on zamislio da bude paraliziran ili ne - vrlo vjerojatno on nikada nije razmišljao o tome. Ali negdje u njegovom umu, u njegovoj podsvijesti, on mora da je želio da ne mora više ići na trg, u dućan ili na ulicu. To je prva stvar.

Drugo, on je također želio da ljudi budu manje neprijateljski prema njemu, želio je da pokažu malo suosjećanja - bile su to duboke želje. Tijelo ga je očito slijedilo. Tijelo uvijek slijedi um, kao sjena, uvijek podržava um. Um određuje. U stvari, mi nikada ne shvaćamo kakve aranžmane um ima pohranjene. Postili ste čitav dan a na večer ste jeli, um to vidi. On će vam u snu reći kako ste čitav dan postili, mora da vam sada nije najbolje, pođite na gozbu u kraljevsku palaču. I vi ćete u snu tamo jesti.

Um organizira sve ono što tijelo ne može. Tako je većina naših snova kao ovaj, samo supstitut. Ono što ne možemo učiniti danju, mi činimo noću. Um sve organizira. Ako iznenada u noći osjetite potrebu za kupaonom, znači da um šalje alarm. U snu vas šalje u kupaonu i vi ćete osjećati manji pritisak u mjehuru. Mislit ćete da je to u redu i da ste bili na WC-u. Um sve uredi tako da vaš san nije poremećen. Danju i noću um neprekidno uređuje stvari, tako da su sve

vaše želje ispunjene. Taj je čovjek imao napad hemiplegije i srušio se. Mi sada to pokušavamo tretirati. Međutim lijekovi mu mogu naškoditi jer on nema hemiplegiju, on je na sebe navukao bolest.

Čak i kada bi tretirali njegovu paralizu, on bi manifestirao drugu, treću ili čak četvrtu bolest. U stvari, sve dok on ne skupi hrabrost da izađe van, on će patiti od jedne ili druge bolesti. Ubrzo nakon što je obolio, on je shvatio da se čitava situacija promijenila. Sada on ima neko opravdanje što je bankrotirao. Što mogu? - ja sam paraliziran! Sada on može kreditorima reći: "Kako ja mogu odgovarati? Zar ne vidite u kakvom sam stanju." Kreditor će doći k njemu i bit će ga sram od njega tražiti novac. Njegova će se žena bolje brinuti za njega, djeca će mu bolje služiti, prijatelji će ga posjećivati, ljudi će okruživati njegov krevet.

U stvarnosti mi ne pokazujemo našu ljubav nekome sve dok on ne oboli. Dakle, tko želi biti voljen mora oboljeti. Žene se uvijek osjećaju bolesno, a glavni je razlog što je za njih to jedini načina da dođu do ljubavi. One znaju da nema drugog načina da muža zadrže u kući. Žena ga ne može zadržati, ali bolest može. Jednom kada to shvatimo, kada se to utabori u našim umovima, tada ćemo uvijek kada poželimo malo sažaljenja oboljeti. Mada je opasno pokazati sažaljenje bolesnom čovjeku, trebali bi ga samo tretirati. Opasno je jer pokazujući mu sažaljenje, možete dodati začim njegovoj bolesti, a to će biti štetno.

Ni jedan lijek neće izliječiti osobu koja je paralizirana, on

će uglavnom mijenjati bolesti jer on nije stvarno bolestan, to je samo autosugestija. Hemiplegija je u suštini mentalna.

Slična je priča o čovjeku koji također patio od hemiplegije. Patio je dvije godine, nije čak ni ustati mogao. Jednoga dana njegovu je kuću zahvatio požar i svi su istrčali van. Uхватила ih je panika, pitali su se što će se dogoditi s bolesnim čovjekom. Tada su vidjeli da on dolazi, trčao je, osoba koja prije nije mogla ni sjediti. Kada mu je obitelj ukazala na to da bi hodao, on je rekao da to nije moguće i srušio se.

Što se dogodilo tome čovjeku? ...a on nije nikoga varao. Bolest je umno orijentirana, nije tjelesno orijentirana. To je jedina razlika. Zbog toga, kada liječnika kaže pacijentu da je bolest u njegovu umu, njemu se to ne sviđa jer se čini dan on nepotrebno pokušava pokazati da je bolestan. To nije u redu. Nitko ne želi bez razloga pokazati da je bolestan. Postoje mentalni razlozi za obolijevanje, a ti su razlozi jednako tako važni, možda i važniji o obolijevanja iz nekog fizičkog problema. To će biti promašaj, reći nekome, čak i greškom, da je mentalno bolestan. Pacijent se zbog te izjave neće osjećati bolje, u stvari on će prema liječniku osjećati gorčinu.

Mi još nismo u mogućnosti izgraditi pristojan stav prema umno orijentiranim bolestima. Ako povrijedim nogu, svi će me žaliti, no ako je moj um povrijeđen, svi će reći da je to mentalno oboljenje - kao da sam učinio nešto loše.

Ako je moja noga povrijeđena, dobivam sažaljenje, ali ako imam umno orijentiranu bolest, tada me optužuju kao da je to moja greška! Ne, to nije moja greška.

Umno orijentirana bolest ima svoje mjesto, no liječnici to ne prihvaćaju. Ta nevoljkost proizlazi iz toga što oni liječe samo tjelesno orijentirane bolesti, nema drugog razloga. To je van njega, pa on jednostavno kaže da to nije bolest. U stvari bi trebao reći da je to van njegovog djelokruga. Trebao bih vam savjetovati da potražite drugu vrstu liječnika. Ta osoba treba liječenje koje će početi unutra, a tada izvana. Moguće je da vrlo mala stvar promijeni njegov unutarnji život.

Po meni, meditacija je tretman koji se širi iznutra prema van.

Jednoga dana Budu je netko pitao: "Tko si ti? Jesi li filozof ili mislilac, svetac ili yogi?" Buda odgovori: "Ja sam samo iscjelitelj, liječnik."

Taj njegov odgovor je čudesan: Samo iscjelitelj - ja ponešto znam o unutarnjim bolestima i o tome želim s vama razgovarati.

Onoga dana kada shvatimo da ćemo morati nešto učiniti s tim umno orijentiranim bolestima - jer ionako nikada nećemo moći u potpunosti iskorijeniti tjelesno orijentirane bolesti - toga ćemo dana vidjeti da se religija i nauka moraju približiti. Toga ćemo dana vidjeti da su se medicina i meditacija približile. Prema mojem vlastitom shvaćanju ni jedna druga grana nauke ne može pomoći da

se premosti taj jaz, kao medicina. Kemija nema ni jedan razlog da se približi religiji. Slično, fizičari i matematičari nemaju razloga približiti se religiji, za sada. Matematičari mogu preživjeti bez religije i ja mislim da će to zauvijek biti tako jer ne vidim situaciju gdje bi matematičari mogli trebati religiju. Ne mogu zamisliti trenutak kada bi matematičari osjetili da ne mogu napredovati bez religije. To se nikada neće dogoditi. Matematičari mogu njihovu igru igrati vječno jer matematika je samo igra, nije život.

No liječnik ne igra igru, on se suočava sa životom. Najvjerojatnije će liječnik biti onaj koji će postati prvi most između religije i nauke. U stvari, to se već počelo događati, naročito u razvijenijim i razumnijim nacijama. Razlog je taj što se liječnik mora susretati s ljudskim životima. To je ono što je Carl Gustav Jung rekao prije svoje smrti. On je rekao da kod svih pacijenata koji su mu dolazili nakon četrdesete, njihove su bolesti u osnovi bile zbog nedostatka duhovnosti. To je veoma iznenađujuće. Ako im na neki način damo neku vrstu religije, oni će postati zdravi.

Ovo je vrijedno saznanje. Kako ljudski život promiče, do trideset i pete godine je u usponu, tada počinje padati. Trideset pet je vrhunac. Prema tome je moguće da osoba do trideset pete godine ne nađe nikakvu vrijednost u meditaciji jer do tada je čovjek tjelesno orijentiran. Tijelo je još u usponu. Moguće je da su sve bolesti u toj dobi tjelesne. Ali nakon trideset pet bolesti će se okrenuti jer sada se život počeo kretati prema smrti. Kada je život u usponu širi se

prema van, no kada čovjek umire, steže se prema unutra. Starije su godine za to.

Istina je da su najvjerojatnije sve bolesti kod starijih ljudi duboko ukorijenjene duboko dolje, u smrti.

Ljudi obično kažu da je ta i ta osoba umrla od te i te bolesti. Ali ja mislim da bi bilo prikladnije reći da je takva i takva osoba bolesna zbog smrti. Događa se to da mogućnost smrti čovjeka učini osjetljivim na sve vrste bolesti. Čim osoba osjeti da se kreće prema smrti, otvara vrata različitim bolestima i počinje se za njih hvatati. Čak i ako zdrava osoba sazna da će sutra umrijeti, oboljet će. Sve je bilo u redu: rendgenske snimke u redu, krvni tlak u granicama, puis u redu, stetoskop je ukazivao da je sve savršeno. No ako osoba postane potpuno uvjerena da će sutra umrijeti, tada ćete vidjeti da će početi obolijevati od raznih bolesti. Ona će oboljeti od toliko bolesti tokom dvadeset i četiri sata, da bi to inače bilo teško i kroz dvadeset i četiri životna vijeka.

Sto se dogodilo toj osobi? Ona se otvorila prema svim vrstama bolesti. Prestala je davati otpor. Kad je postala sigurna u svoju smrt, ona se odmaknula od svoje svjesnosti koja je unutar nje djelovala kao zid i formirala barijeru protiv svih bolesti. Sada je ona postala spremna na svoju smrt i bolesti su počele dolaziti. Zbog toga umirovljene osobe brzo umiru.

Prema tome bi svatko tko želi umirovljenje ovo trebao znati prije umirovljenja. Oni umiru pet do šest godina ranije. Onaj tko bi umro sa sedamdeset godina, umrijet će sa

šezdeset i pet, a onaj tko bi umro s osamdeset, umrijet će sa sedamdeset i pet. Ovih deset do petnaest godina mirovine bit će utrošeno na pripreme za smrt, ništa drugo on neće obavljati jer zna da više nije koristan u životu. Za njega nema posla, nitko ga na ulici ne pozdravlja.

Drugačije je bilo kada je bio u uredu. Sada ga nitko ni ne gleda jer oni sada pozdravljaju nekoga drugoga. Sve se svodi na ekonomiju. U uredu su novi ljudi pa sada treba njih pozdravljati. Oni si ne mogu dopustiti da pozdravljaju ovog čovjeka. Njega će zaboraviti. On sada iznenada shvaća da je postao beskoristan. Osjeća se iskorijenjenim. Nikome više ne koristi. Čak su i djeca zauzeta sa svojim ženama, odlaze u kino. Ljudi koje je znao polako počinju završavati na grobljima. On postaje beskoristan istim onim ljudima koji su ga nekada trebali. Iznenada, on postaje osjetljiv i potpuno se otvara smrti.

Kada svijest čovjeka postaje zdrava iznutra? U prvom redu, onda kada počinje osjećati svoju unutaraju svijest. Mi obično ne osjećamo unutaraju. Svi su naši osjećaji prema tijelu - za ruku, za nogu, za glavu, za srce. Ne postoje osjećaji za: "Ja jesam." sva je naša svijest koncentrirana na kuću ali ne i na njezinog stanovnika.

To je veoma opasna situacija jer ako se sutra kuća počinje rušiti, mislit ću da se rušim i to će postati i moja bolest. Ali ako shvatim da sam ja nešto drugo a ne kuća, da samo u njoj stanujem - čak i ako se kuća sruši ja ću ostati - tada će to stvoriti veliku razliku, temeljnu razliku. Tada

će strah od smrti izbljedjeti.

Bez meditacije strah od smrti nikada ne nestaje. Prvo značenje meditacije je svjesnost samoga sebe. Sve dok smo svjesni, naša je svijest uvijek na nečemu, nikada sama na sebi. Zbog toga, kada sjedimo sami, osjećamo se pospano jer nema se što raditi. Ako čitamo novine ili slušamo radio, tada osjećamo da smo budni. Ako osobu ostavimo samu u mračnoj sobi ona će se osjećati pospano jer ako ništa ne vidiš, tada ti svijest nije potrebna. Ako ne možeš ništa vidjeti što drugo možeš raditi nego spavati? Ne čini se da postoji neko drugo rješenje. Ako ste sami i mrak je, nema nikoga s kim bi razgovarali, ništa o čemu bi se razmišljalo, san će vas obaviti. Nema drugoga načina.

Upamtite da su spavanje i meditacija u jednom smislu slični, a u drugome različiti. Kada spavate, to znači da ste sami, ali ste u snu. Meditacija znači da ste sami, ali budni ste. To je jedina razlika. Ako možete ostati budni, sami sa sobom, kada ste sami

Jednom je osoba koja je sjedila kraj Bude, nemirno micala nožni palac.

Buda ga upita: "Zašto pomičeš palac?"

Osoba odgovori: "Zaboravi to, samo sam ga micao, nisam čak ni bio svjestan toga."

Buda reče: "Tvoj se palac miče a ti to čak ni ne znaš? Čiji je to palac? Nije li tvoj?"

Čovjek reče: "Moj je, ali zašto si ti skrenuo od onoga što si govorio? Molim te, nastavi."

Buda reče: "Ja više neću govoriti jer osoba kojoj sam govorio, nesvjesna je. I ubuduće budi svjestan micanja svoga palca. To će u tebi stvoriti duplu svjesnost. Kroz svjesnost o palcu u tebi će se roditi svjesnost promatrača."

Svjesnost uvijek ima dvije oštrice. Ako eksperimentiramo s time, jedna će strana ići prema van a druga će se zabosti u vas. Osnova je meditacije da mi počinjemo biti svjesni naših tijela i nas samih. I ako se ta svjesnost može podići, tada će strah od smrti nestati.

Medicinska znanost koja ne može čovjeka osloboditi straha od smrti, nikada neće moći izliječiti bolest koja se zove čovjek. Naravno, medicinska se znanost veoma trudi, pokušava produljiti životni vijek. Ali produljujući vam životni vijek ona samo produljuje period vašeg čekanja na smrt, ništa drugo. A bolje je da to čekanje bude kraće nego duže. Produžujući životni vijek vi smrt činite još žalobnijom.

Znate da u zemljama gdje je medicinska znanost produžila životni vijek postoji pokret. Pokret za eutanaziju. Stari ljudi zahtijevaju pravo na smrt. Oni kažu da im je život postao mučan a vi ih držite po bolnicama. Postalo je moguće da čovjeka stavite na kisik i tako ga beskrajno dugo držite. Možete ga održati na životu, no taj će život biti gori od smrti. Bog zna koliko ljudi u Evropi i Americi leži po bolnicama okrenutih naglavačke ili u drugim čudnim položajima, prikopčani na kisik. Oni nemaju pravo umrijeti, ali zahtijevaju to pravo.

Čini mi se da će do kraja ovog stoljeća većina razvijenih zemalja uvesti pravo na smrt, kao jedno od konstitucionalnih ljudskih prava jer liječnici nemaju pravo čovjeka održavati na životu protiv njegove volje.

Produžavajući život čovjeku, vi mu ne možete otkloniti strah od smrti. Čineći čovjeka zdravim, vi njegov život možete učiniti sretnijim, ali ne i bez straha. Neustrašivost proizlazi samo iz jedne situacije, kada netko u sebi shvati da nešto u njemu nikada ne umire. To je razumijevanje apsolutno bitno.

Meditacija je ostvarenje te besmrtnosti. Da ono što je u meni nikada ne umire. Umire samo ono što je izvana. Zato liječite tijelo lijekovima kako bi ono bilo sretno sve dok živi, a istovremeno pokušajte biti svjesni onoga što je u vama, pa iako je smrt pred vašim vratima, vi se ne bojite. To unutarnje razumijevanje je neustrašivost.

Meditacija iznutra i liječenje izvana, tada možete medicinsku znanost učiniti kompletnom znanošću.

Po meni, meditacija i medicina dva su pola iste znanosti gdje vezna karika još uvijek nedostaje. No vrlo polako, one se približavaju. Danas, u mnogim većim američkim bolnicama, hipnoza postaje bitna. Ali hipnoza nije meditacija. Svejedno, to je dobar korak. To pokazuje shvaćanje da je potrebno učiniti u vezi svijesti čovjeka i da nije dovoljno liječiti samo tijelo.

Ja mislim, ako je danas u bolnice ušla hipnoza, sutra će ući i hram. To će doći kasnije, treba za to malo

vremena. Nakon hipnoze svaka će bolnica imati odjel joga, meditacije. To se mora dogoditi. Tada ćemo čovjeka moći liječiti kao cjelinu. Liječnici će se brinuti za tijelo, psihijatri za um a za dušu će brinuti joga, meditacija.

Onoga dana kada bolnice prihvate čovjeka kao cjelinu, kao totalnost i počnu ga liječiti kao takvog, to će biti radost za čovječanstvo. Od vas tražim da razmišljate u tom smjeru, kako bi taj dan što brže došao.

Zahvalan sam vam što ste moj govor slušali s ljubavlju i u tišini. Na kraju, nudim moje poštovanje bogu koji je ustoličen u vama. Primite izraze mojega poštovanja.

Osho

1. DEFINICIJA ZDRAVLJA

Što se misli pod pojmom zdravlja? To moramo pokušati shvatiti. Ako upitamo liječnika za definiciju zdravlja, obično će reći da je to odsutnost bolesti. No to je negativna definicija. Žalosno je što zdravlje moramo definirati u terminima bolesti. Zdravlje je pozitivna stvar, pozitivno stanje. Bolest je negativna. Zdravlje je naša priroda. Bolest je zadiranje u prirodu. Zato je čudno kada moramo zdravlje definirati u terminima bolesti.

Vrlo je čudno kada moramo domaćina definirati u terminima gosta. Zdravlje je u koegzistenciji s nama, bolest dolazi povremeno. Zdravlje nas prati od rođenja, a bolest je površinski fenomen. Ali ako pitamo liječnika koje je značenje bolesti, on jedino može reći da je zdravlje prisutno onda kada nema bolesti. Paracelsus je običavao govoriti da je ova interpretacija pogrešna, da koncept zdravlja treba biti pozitivno definiran. Ali kako ćemo doći do pozitivne definicije, do interpretacije koncepta zdravlja koja će biti kreativna?

Paracelsus je govorio: "Sve dok mi ne znamo stanje vaše unutarne harmonije, najviše što možemo učiniti je da vas oslobodimo od bolesti - jer vaša unutarnja harmonija izvor je vašega zdravlja. Ali kada vas oslobodimo jedne bolesti, vi ćete trenutno uhvatiti drugu jer ništa se nije učinilo za vašu unutarnju harmoniju. U stvari, vaša unu-

tarnja harmonija je ono što mora biti podržano." Zapadna medicina gledala je na čovjeka kao na odvojenu jedinku - odvojenu od prirode. To je jedna od najvećih pogrešaka koja je počinjena.) Čovjek je s prirodom jedno, njegovo zdravlje nije ništa drugo nego biti pomiren s prirodom.

Zapadna medicina ima mehanički pogled na čovjeka, pa gdje god mehaničar može uspjeti, to je uspješno. Ali čovjek nije mašina već organička jedinka, njemu je potrebno više od liječenja samo dijela koji je bolestan. Bolestan dio samo je simptom da čitav organizam prolazi kroz teškoće. Bolestan dio to pokazuje samo zato jer je najslabiji.

Vi tretirate bolesni dio, uspješni ste...ali tada se bolest pojavi negdje drugdje. Vi ste spriječili bolest da se izrazi kroz bolesni dio, vi ste ga ojačali. No ne razumijete da je čovjek cjelina: bilo da je bolestan ili zdrav, između toga dvoje nema postaje. On bi se morao uzimati kao cijeli organizam. Ja ću vam dati nekoliko primjera kako bi vam to bilo što jasnije.

Akupunktura se razvila u Kini otprilike prije sedam tisuća godina, slučajno. Lovac je pokušavao ubiti srnu, međutim nekako se našao između srne i strijele i ona je pogodila njegovu nogu. Taj je čovjek čitav život patio od migrene. U trenutku kada je strijela pogodila njegovu nogu, migrena je nestala. To je bilo veoma čudno, nitko o tome nije nikada razmišljao.

Iz tog događaja razvila se sva akupunktura, razvila se

u pravu znanost. Ako odete čovjeku koji se bavi akupunkturinom, vi ćete reći: "Nešto nije u redu s mojim očima ili s glavom, jetrima." On se neće baviti vašom jetrom, vašom glavom ili očima. On će razmišljati o čitavom organizmu, pokušat će izliječiti vas, ne samo bolestan dio.

Akupunktura je razvila svoj pristup na sedamsto točaka koje je otkrila u čovjekovu tijelu. Ljudsko je tijelo bioelektrični fenomen, živo. Ono ima određeni elektricitet, zbog toga ga nazivamo bio-električni. Do tog bio elektriciteta može se doći preko sedamsto točaka na tijelu. Svaka ta točka povezana je s nekim djelom tijela, iako može biti udaljena od njega. Upravo se to dogodilo kada je strijela pogodila bioelektričnu točku povezanu s glavom, migrena je nestala.

Akupunktura je više holistička. Treba shvatiti razliku. Kada čovjeka uzimate kao mašinu, vi ga gledate parcijalno. Ako je njegova ruka bolesna, vi tretirate samo ruku, ne zanima vas čitavo tijelo čiji je ruka dio. Mehanički vidik je parcijalan. On je uspješan, ali njegov uspjeh nije stvarni uspjeh jer ista bolest koja je na ruci bila potisnuta lijekom, počinje izbijati negdje drugdje, u gorem obliku. Medicina je strelovito napredovala, kirurgija je postala velika znanost, ali čovjek pati od većeg broja bolesti nego ikada.

Ova je dilema razumljiva. Čovjeka treba uzeti kao cjelinu, liječiti ga kao organsku jedinicu. Ali s modernom, zapadnom medicinom, problem je u tome što ona misli

da vi nemate dušu, da imate samo tijelo-um strukturu. Vi ste mašine: vaše se oči mogu zamijeniti, vaše ruke, vaše se noge mogu zamijeniti - i prije ili kasnije vaš će se mozak zamijeniti.

Ali mislite li da ako bi mozak Alberta Einsteina odstranili prije njegove smrti i transplantirali, na primjer u glavu Pape, da bi on postao Einstein? Mozak je samo dio. To bi mogao postati čudan fenomen, križanac između Pape i Alberta Einsteina. Sada je on barem savršeni Poljak, tada bi bio u limbu, ne bi znao je li Papa ili fizičar.

U Indiji se medicina razvila prije gotovo pet tisuća godina. Rili bi iznenađeni da je kirurgiju koju danas imamo, opisao Sushrut, jedan od najvećih kirurga istoka, u spisima starim pet do sedam tisuća godina. No to je bilo zaboravljeno - i to je ono na što se želim osvrnuti. Zašto je razvijena znanost zaboravljena? Zbog toga što se otkrilo da kirurgija čovjeka uzima kao mehanizam, a čovjek to nije, pa je, umjesto da se čovjek uništi, kirurgija bila napuštena.

Najfiniji instrumenti koje kirurgija upotrebljava bili su opisani u tim spisima. Opisane su čak operacije mozga, u svim detaljima, kao u modernim kirurškim udžbenicima. No to je staro najmanje pet tisuća godina. Oni su to razvili do iste točke na kojoj smo mi danas i mora da su se suočili s istim problemima s kojima se mi suočavamo. Mora da su otkrili da je nešto u osnovi pogrešno.

Mi tako mnogo radimo, a bolesti se množe. Čak i ako osobu oslobodimo bolesti, to ne znači da je ona

zdrava. Odsustvo bolesti nije zdravlje, to je veoma negativna definicija. Zdravlje mora imati nešto pozitivnije jer zdravlje je pozitivna stvar a bolest negativna. Sada negativno definira pozitivno.

Zdravlje je osjećaj blagostanja, vaše čitavo tijelo funkcionira vrhunski, bez imalo smetnji. Vi osjećate određeno blagostanje, određeno jedinstvo s postojanjem. To se nije dogodilo zbog kirurgije.

Indija je napustila čitavu nauku i razvila potpuno različit pristup, *ayurvedu*, koja znači "nauka o životu." To je znakovito. Mi to na zapadu nazivamo medicina, a medicina jednostavno ukazuje na bolest. Zdravlje nema ništa s medicinom. Medicina znači da se čitava znanost razvila kako bi vas izliječila od bolesti.

Ayurveda ima drugačiji pristup. To je nauka o životu, ona vam pomaže, ne da izliječite bolest, već da spriječite da se ona dogodi - održavajući vas tako zdravima da je bolest nemoguća. U ovom pogledu putovi istoka i zapada različiti su, bez obzira je li čovjek mašina ili biće duhovno spojeno s cjelinom....

U drugom redu, zapadna je medicina smanjila imunitet ljudima.

Prava bi vam medicina morala dati imunitet, a ne ga oduzeti. Trebala bi vas učiniti jačima kako bi se mogli boriti s infekcijama, a ne vas učiniti tako slabima da postajete osjetljivi na sve infekcije.

Jedan vrlo poznat psiholog, Delgado, radio je na

životinjama. Iznenadio se spoznajom da štakori, kojima se daje hrana jedanput na dan, žive duže. Oni štakori koji jedu dva puta dnevno žive upola kraće. Bio je iznenađen: manje jela, dulji život; više jela, kraći život. Sada je on izašao s teorijom da je jedan obrok savršeno dovoljan. U suprotnome vi opterećujete probavni sistem, što uzrokuje skraćivanje života. Ali što je s ljudima koji jedu pet puta na dan? Medicina im neće dozvoliti da umru, ali niti da žive. Oni će jednostavno vegetirati.

Čovjek mora preispitati sve tradicije, sve različite izvore. Bilo koja činjenica da postane dostupna, treba je preispitati. Treba razviti potpuno nov medicinski pristup koji će uzeti u obzir akupunkturu, ayurvedu, grčku medicinu, Delgadova istraživanja - koja će uzeti u obzir činjenicu da čovjek nije stroj. Čovjek je višedimenzionalno duhovno biće i tako se prema njemu treba ponašati.

Zdravlje ne treba definirati negativitetom: vi nemate ni jednu bolest pa ste zdravi. Za zdravlje treba uzeti neku pozitivnu definiciju. Meni je jasno zbog čega oni nisu mogli naći pozitivnu definiciju jer bolest je objektivna, a osjećaj blagostanja je subjektivan.

Zapadna medicina ne prihvaća bilo kakav subjekt u vama. Prihvaća jedino vaše tijelo, ne prihvaća *vas*.

Čovjek mora biti prihvaćen u svojoj potpunosti. Sve ostale metode koje su se upotrebljavale širom svijeta morale bi se dovesti u sintezu, one nisu u suprotnosti jedna s drugom. Sada one funkcioniraju kao da su jedna protiv

druge. One se trebaju dovesti u sintezu, a to će vam donijeti bolji pogled na čovjeka i bolji život za ljudski rod.

Sada se vrlo dobro zna, preko operacija mozga, da sve ima svoj centar u mozgu. Ako vaša ruka ostane paralizirana, glupo je liječiti ruku, vi to ne možete. Tada jedini savjet, mehaničarski savjet, da ruku odrežete i zamijenite mehaničkom rukom. Ona će barem biti pomična, nešto ćete s njom moći i raditi. Ova je ruka apsolutno beskorisna, umrla je. Ali ruka nije umrla. Jedan centar u vašem mozgu kontrolira tu ruku i taj centar treba liječiti. Ruku uopće ne treba dirati, centar ne radi, postoji neki problem s centrom.

Prije ili poslije medicinom će dominirati centri mozga. Ti centri kontroliraju sve na tijelu. Kada se u centru nešto poremeti, vanjski dio tijela to samo simbolički pokaže. Vi počnete liječiti vanjski dio, ne idete dovoljno u dubinu. Moderna zapadna medicina površna je. Vi morate ići do samoga korijena: zbog čega je ta ruka odjednom paralizirana? Centar u mozgu je bolestan, a taj se centar može vrlo lako liječiti. To je bio električni centar.

Ako se ne osjećate dobro, možda se samo vaša baterija prazni - treba je napuniti. Ako je vaša ruka paralizirana, možda je previše elektriciteta u njezinom centru, to se može popraviti. Nije potreban lijek, nije potrebna kirurgija. Mi smo sada u mogućnosti gledati čovjeka s drugog ugla: kako se čovjeka liječilo u raznim društvima, raznim kulturama, u različito vrijeme. I ako se ponekad

čini da čudne stvari djeluju, trebalo bi ih prihvatiti, a ne odbaciti.

Na primjer, sedamdeset posto bolesti samo je u vašem umu. Vi ih nemate, samo mislite da ih imate. Dati vam za to alopatski lijek, opasno je jer svi su alopatski lijekovi na ovaj ili onaj način povezani s mnogo otrova. Ako ste bolesni, lijek je dobar, no ako niste bolesni, ako je to samo ideja, tada je homeopatija za to najbolja jer ona nikome ne šteti. Ničega u tome nema, no to je velika pomoć čovječanstvu. Tisuće bolesnika liječi se homeopatski.

Nije .upitno je li homeopatija stvarna medicina ili ne. Pitanje je: ako ljudi imaju neku nerealnu bolest, tada trebate neki nerealan medicinski sistem za nju. U homeopatiji nema ničega, ali postoje ljudi koji nisu bolesni, no njih progoni ideja da jesu. Homeopatija će im trenutno pomoći. Ona liječi ljude, no nikome nikada ne šteti. To je lažna medicina - ali što učiniti s lažnim čovječanstvom?

Indijski liječnici i bolničarke nemaju nikakve instrumente, profinjene mehanizme, rendgene ili druge stvari, oni nemaju čak ni stetoskop. Oni samo provjere vaše bilo - i to funkcionira svršeno, već tisućama godina. Oni provjeravaju vaše bilo jer to je centar vašega života. Ako nešto nije u redu to im ukazuje na to što treba učiniti. Umjesto da liječe vašu bolest, oni će pokušati vaše bilo učiniti harmoničnijim. Njihovi lijekovi će pomoći da vaši otkucaji srca budu više u harmoniji i bolest će momentalno

nestati. Vi mislite da je bolest bila liječena, no bolest je bila samo simptom.

Zbog to ga su u ayurvedi potpuno odbacili kirurgiju, ona je čovjeka svela na stroj. Ako se stvari mogu srediti na lak način, uz pomoć minerala, biljaka, prirodnih stvari, bez trovanja ljudskog organizma, čemu mu onda davati otrove koji će imati popratne pojave?

Vjerojatno je to jedan od razloga što se medicina razvijala, a usporedno s time i bolesti se razvijaju. Vi liječite jednu bolest, ali liječite je otrovom. Bolest će nestati ali će otrov ostati u organizmu. A taj će otrov stvoriti svoje uzroke. Prema tome trebalo bi kombinirati biljne lijekove, minerale i stvari kao što je homeopatija.

Trebala bi postojati samo jedna nauka s raznim granama, a medicinari bi trebali odlučivati u koje područje čovjeka treba poslati. Beskorisno je reći čovjeku: "Ti nemaš nikakvu bolest." Od toga nema koristi. On će naprosto promijeniti liječnika, to je jedini efekt. On će voljeti doktora koji će reći: "Ti imaš ovu bolest..."

Neki su ljudi izgubili volju za životom. Tada ni jedan lijek ne može pomoći jer je osnovna želja za životom nestala. Oni su već umrli, oni samo čekaju vrijeme pogreba. Ti ljudi ne trebaju lijek, oni trebaju drugačiju vrstu terapije, onu koja će im dati volju da ponovno žive. To je osnovna stvar, jedino će tada ostali lijekovi pomoći.

Sve te stvari trebaju se kombinirati zajedno, u cjelinu i čovjek će biti potpuno oslobođen bolesti. Tada će čovjek

moći živjeti tri stotine godina, to je znanstvena procjena. Njegovo tijelo ima sposobnost obnavljanja za tri stotine godina. Dakle, sve što smo činili, pogrešno je jer čovjek živi sedamdeset godina.

Za to postoje dokazi...U dijelu Kašmira koji je danas Pakistan - Pakistan ga je okupirao - ljudi vrlo lako živo stopedeset godina. U Rusiji ima mnogo ljudi koji su stari stopedeset godina, a čak i onih koji su doživjeli sto devedeset. Sad bi trebalo proučiti hranu i navike tih ljudi i to obznaniti. Osoba stara stodevedeset godina u Rusiji, točnije na Kavkazu, još uvijek radi na polju kao mladi čovjek, on nije čak ni star. Treba duboko sagledati njegovu hranu i način života. Ima mnogo ljudi na tom području, na Kavkazu. To je područje proizvelo zaista jake ljude. Staljin je bio s tog područja, Gurdjieff također, strahovito snažni ljudi.

Medicini je potrebna potpuno nova orijentacija. Sada je to moguće jer se zna sve što se događalo u svijetu. Samo ne bi u samom početku trebali imati predrasude.

Postoji samo jedna vrsta zdravlja - ne treba mu stavljati nikakve pridjeve. Ako netko pita: "Kako ste?" vi ćete reći: "Ja sam savršeno zdrav." On vas neće pitati "Koja je to vrsta zdravlja?" Ako bi vas to upitao vi bi se iznenadili. Rekli bi: "Jednostavno sam zdrav! Zdravlje je zdravlje, u smislu blagostanja, da nema ničega lošega, da sve ide glatko, da sam sretan, ne mogu ni zamisliti da može biti bolje od ovoga."

Postoji li više vrsta zdravlja? Ne, postoji samo jedna vrsta: zdravlje. A bolesti ima na milijune.

Ista je stvar s istinom: istina je jedna. A laži ima na milijune jer laži ovise o vama, možete ih izmisliti koliko god želite. Bolesti ovise o vama. Možete nastaviti živjeti pogrešno, jesti pogrešne stvari, činiti pogrešne stvari i možete nastaviti stvarati nove bolesti.

Zdravlje je isto - uvijek novo, ali oduvijek je bilo isto. Možete ga nazvati najstarijim i također najnovijim.

Prije pet tisuća godina netko je bio zdrav, a sada ste vi zdravi, mislite li da tu ima neke razlike? On nije bio vaše boje, nije poznavao vaš jezik, a i prošlo je pet tisuća godina. No ako je netko bio zdrav, bilo tko da je bio, bilo kojim jezikom da je govorio, bilo koje boje, muškarac ili žena, mlad ili star - ako je bio zdrav, tad znate najmanje jednu stvar što je on bio: zdrav. Vi možete iskusiti taj osjećaj zdravlja. Nije potrebno da znate bilo što o tom čovjeku - lijep, ružan, visok, nizak, nije važno. Jedna je stvar slična, da je on bio zdrav i da ste vi zdravi. Jedno je iskustvo potpuno isto.

Ali bolesti... svakoga se dana proizvode nove bolesti. Postoje milijuni bolesti i bit će ih još više, što će čovjek biti kreativniji.

Vi nikada ne idete doktoru dok se osjećate zdravi, ili idete? Govorite: "Već se dva tjedna osjećam zdrav, mora da nešto nije u redu."

U staroj je Kini bilo nešto što je vrijedno pamtiti,

možda bi se jednom u budućnosti moglo upotrijebiti. Kinu je najviše zadivio Konfucije. Jedna od njegovih ideja bila je stoljećima u funkciji. Ideja je bila da doktor bude plaćen za održavanje pacijenta zdravim, ne za njegovo liječenje. Ako je doktor plaćen za liječenje, tada je u njegovu interesu da vi ostanete bolesni. Što više oboljelih, to bolje, više bolesnih ljudi, to bolje. Stvarate raskol u liječnikovom umu.

Prvo liječnika učite da je njegov posao ljude držati zdravima: "Vaša je funkcija produljiti njihov život, vitalnost, mladenaštvo." Ali liječnikov glavni interes je da svatko bude zdrav, mlad, da nitko ne oboli, tada će on umrijeti od gladi. Ako će svatko biti zdrav, tada će doktori biti bolesni, totalno bolesni, bolesni do smrti! Što će učiniti?

Ne, glavni interes liječnika je protivan njegovoj filozofiji. Njegov je interes da ljudi ostanu bolesni, što više bolesti, to bolje. Iz toga proizlazi jedna čudna stvar: ako siromašan čovjek oboli, on će ozdraviti prije bogataša. Čudno...zašto siromah ozdravi tako brzo? - jer ga se doktor želi osloboditi, on je nepotrebno gubljenje vremena.

Konfucijeva ideja je veoma važna: on je rekao da bi svaka osoba morala mjesečno plaćati liječniku kako bi ga održavao zdravim. Ako ostane zdrav čitav mjesec, tada mora doktoru platiti određenu sumu. Ako oboli, tada će plaća biti uskraćena.

U početku vrlo čudno jer mi radimo nešto suprotno od onoga što čitav svijet radi - ali vrlo logično, vrlo smisljeno. A Konfucije je na mnoge načine smislen čovjek.

Svatko bi trebao imati svoga liječnika i plaćati ga da ga održava zdravim, ne da ga liječi. Ako oboli, tada to ide na trošak doktora, lijekovi i ostali troškovi, a i njegova bi se plaća smanjila jer nije vodio brigu o tom čovjeku.

To se nastavljalo stoljećima. I dobro je funkcioniralo, nevjerojatno dobro, za oboje. Za doktore, za pacijente, za sve je to bilo dobro. Doktori nisu bili previše opterećeni. Pacijenti su bili savršeno sretni jer sada glavni interes liječnika nije bio protiv njih, već za njih.

Dakle, liječnici nisu bili zainteresirani da oni budu na bilo koji način bolesni i da ovisе o lijekovima. On je prepisivao više vježbi — šetnje, plivanje, sportove — tako da bi mogli ostati zdravi. Kroz stoljeća, dok je trajao Konfucijev utjecaj, mora da je Kina bila najzdravija zemlja na svijetu.

2. BITI ISCIJELJEN ZNAČI BITI ČITAV

Riječ "meditacija" i riječ "medicina" imaju isti korijen. Medicina znači ono što iscjeljuje fizičko, meditacija znači ono što iscjeljuje duhovno. Oboje su iscjeliteljske sile. Treba upamtiti i drugu stvar: riječ "iscjeljivanje" i riječ "cijelo" također imaju isti korijen. Biti iscijeljen jednostavno znači biti cio, da ništa ne nedostaje. Još jedno značenje riječi: riječ „svet“ (engl.holy-svet, kao healing-iscjeljenje i whole-kao cijelo) također dolazi iz istoga korijena. Iscjeljivanje, cijelo, sveto u svome su korijenu isti. Meditacija iscjeljuje, čini vas cijelim, a biti cjelovit znači biti svet.

Svetost nema ništa s pripadanjem bilo kojoj religiji, pripadanjem bilo kojoj crkvi. To jednostavno znači da ste iznutra potpuni, kompletni, ništa ne nedostaje. Vi ste ispunjeni. Vi ste ono što je postojanje željelo da budete. Vi ste ostvarili svoj potencijal...

Religija je putovanje prema unutra, a meditacija je put. Ono što vam meditacija čini je da vas vodi, vašu svjesnost, što je moguće dublje. Čak i vaše tijelo postaje nešto vani. Čak i vaš um postaje nešto vani. Čak i vaše vlastito srce - koje je vrlo blizu centra vašega bića - postaje vanjsko. Kada će sve troje: vaše tijelo, um i srce biti izvana, tada ste

vi došli do centra vašega postojanja. Taj dolazak u centar strahovita je eksplozija, koja sve preobražava. Vi više nikada nećete biti isti čovjek jer sada vi znate da je tijelo samo vanjska školjka, um je nešto malo više unutarnji, ali nije vaša stvarna unutarnja jezgra, srce je još malo više unutra, ali to još uvijek nije najdublji centar. Vi ste se oslobodili identifikacije sa sve troje.

Vi se počinjete osjećati, po prvi puta, bistrima... ne više kao ona stara plitka osoba kakva ste oduvijek bili. Po prvi puta vi počinjete osjećati silnu energiju, neiscrpnu energiju koje niste bili svjesni. Po prvi puta vi znate da će se smrt dogoditi samo tijelu, umu, srcu, ali vama neće. Vi ste vječni. Vi ste oduvijek bili ovdje i uvijek ćete biti - u različitim oblicima i konačno, u stanju bezobličnosti. Ali vi ne možete biti uništeni, vi ste neuništivi. To vas oslobađa svakog straha. A iščeznuće straha pojava je slobode. Iščeznuće straha pojava je ljubavi. Sada vi možete dijeliti. Možete dati koliko god želite jer sada ste vi u nepresušnom izvoru života.

Meditacija vas čini cijelima, čini vas svetima, čini vas neiscrpnim izvorom za sve one gladne, žedne, koji tragaju u mraku. Vi postajete svjetlo. Meditacija je put do vladanja vašim vlastitim bićem. Bog nije potreban, ni katekizam, svete knjige nisu potrebne. Nitko ne mora postati kršćanin ili Židov, ili hindus - sve su to čiste besmislice. Potrebno je samo pronaći svoj centar, a meditacija je najjednostavniji način da se pronađe.

To će vas učiniti cjelovitima, zdravo duhovnima, učinit će vas tako bogatima da ćete moći unišiti sve duhovno siromaštvo na svijetu. A to je stvarno siromaštvo.

Siromaštvo fizičkoga tijela u hrani, odjeći, krovom nad glavom, to se može lako riješiti znanostima i tehnologijom. Ali znanost i tehnologija vam ne mogu dati blaženstvo, to je van njihovoga djelokruga. Vi možete imati sve što svijet može ponuditi, ali ako nemate mir, tišinu, ekstazu, tada ste još uvijek siromašni.

U stvari, vi ćete osjećati siromaštvo više nego ikada jer pojavit će se kontrast. Vi živite u zlatnoj palači a znate da ste prosjak. Zlatna će palača postati kontrast: sada možete vidjeti da unutra nema ničega, vi ste jednostavno prazni.

Zbog toga, što čovječanstvo postaje inteligentnije, zrelije, sve više ljudi počinje osjećati beznačajnost, sve više ljudi počinje osjećati život kao slučajnost, da je naprosto uzaludno nastaviti živjeti.

Najnovija dostignuća filozofije na zapadu sva ukazuju na jednu stvar: da je samoubojstvo jedini izlaz. Naravno, ako vi ne poznajete svoj unutarnji svijet, ako vam je dostupno sve što vanjski svijet može ponuditi, samoubojstvo će izgledati kao jedini izlaz.

Meditacija vas može učiniti bogatima iznutra. Tada više samoubojstvo neće dolaziti u obzir; čak i ako bi se htjeli uništiti, nema govora. Vaše je biće neuništivo. Poznavajući tu besmrtnost, velika je sloboda od smrti, od bolesti, od starosti. Sve će do doći i otići, ali vi ćete ostati

nedirnuti, neogrebeni. Vaše je unutarnje zdravlje izvan bilo koje bolesti.

I ono je tu, samo ga treba otkriti.

Slijedeći puta kada uđete u hram Bude ili Mahavire, samo tiho sjednite, promatrajte statuu.. jer ona je načinjena na takav način, u takvim proporcijama, da ako je gledate, utonut ćete u tišinu. To je statua meditacije; to nije povezano s Budom ili Mahavirom...

U tome oceanskom stanju tijelo zauzima određeni položaj. Vi ste to gledali, ali niste bili budni. Kada ste ljuti, da li ste promatrali? - vaše tijelo zauzima određeni položaj. Vi u ljutnji ne možete držati ruke otvorenima; u ljutnji stišćete pesnice. U ljutnji se ne možete smiješiti - ili možete? U određenim emocijama tijelo mora slijediti određeni položaj. Malene su stvari unutra duboko povezane....

Neka tajna znanost upotrebljavala se stoljećima kako bi nadolazeće generacije mogle stupiti u kontakt s iskustvima starih generacija - ne kroz knjige, ne kroz riječi, nego kroz nešto što ide dublje - kroz tišinu, kroz meditaciju, kroz mir. Kako vaša tišina raste, raste i vaša prijaznost, vaša ljubav raste. Iz trenutka u trenutak vaš život postaje ples, radost, slavlje....

Jeste li ikada razmišljali zašto širom svijeta, u svakoj kulturi, u svakome društvu) postoji nekoliko dana kroz godinu za slavlje? Tih nekoliko dana slavlja samo su kompenzacija - jer ovo vam je društvo oduzelo sve slavlje u životu. Ako vam ništa ne da za uzvrat, vaš život može postati opasnost

za kulturu. Svaka kultura vam mora dati neku kompenzaciju kako se ne bi osjećali totalno izgubljeni u bijedi, u tuži.... No te su kompenzacije lažne. Ali u vašem unutarnjem svijetu može biti neprekidnost svijetla, pjesme, radosti.

Uvijek pamтите da vam društvo daje kompenzaciju onda kada osjeća da bi ono potisnuto moglo eksplodirati u opasnu situaciju, ako nije kompenzirano. Društvo pronalazi način kako bi vam omogućilo da se oslobodite potisnutog. Ali to nije istinsko slavlje, ono to ne može biti. Istinsko slavlje mora doći iz vašeg života, u vašem životu.

Istinsko slavlje ne može biti prema kalendaru, da ćete vi prvog studenog slaviti. Čudno, čitave ste godine jadni, a prvog studenog iznenada vi izlazite iz bijede, plešući. Ili je bijeda bila lažna ili je prvi studeni lažan, ne može oboje biti istina. I jednom kada prvi studeni prođe, vi se vraćate nazad u svoju crnu rupu, svatko u svoju bijedu, svatko u svoju tjeskobu.

Život bi trebao biti neprekidna proslava, festival svjetla, čitave godine. Samo tada vi možete rasti, možete cvjetati. Male stvari pretvorite u slavlje....Sve ono što činite može biti vaš izražaj, imati na sebi vaš potpis. Tada život postaje neprekinuto slavlje.

Čak i ako obolite i ležite u krevetu, vi ćete te trenutke učiniti trenucima ljepote i radosti, trenucima opuštanja i odmora, trenucima meditacije, trenucima slušanja muzike i poezije. Nema potrebe biti tužan zato što ste bolesni. Trebali bi biti sretni jer su svi u uredu a vi u krevetu kao kralj, opušteni

- netko za vas priprema čaj, samovar pjeva pjesmu, prijatelj se ponudio doći i svirati vam flautu. Te su stvari važnije od bilo kojeg lijeka. Kada ste bolesni, pozovite liječnika. Ali što je važnije, pozovite one koji vas vole jer niti jedan lijek nije važniji od ljubavi. Pozovite one koji mogu stvoriti ljepotu, muziku, poeziju oko vas jer ništa ne iscjeljuje kao osjećaj proslave.

Lijek je najniža vrsta liječenja. Ali mi smo sve zaboravili i moramo ovisiti o lijekovima, moramo biti mrzovoljni i tužni - kao da vam nedostaje neka velika radost u uredu! U uredu vi ste bili jadni - samo jedan slobodan dan i već upadate u jad, ne želite se toga osloboditi.

Sve učinite kreativnim, od najgoreg učinite najbolje - to ja nazivam umjetnošću. I ako je čovjek čitav život proveo pretvarajući svaki trenutak, svaku fazu u ljepotu, u ljubav, radost, prirodno će njegova smrt biti krajnji vrhunac svog njegovog nastojanja.

Posljednji dodiri... njegova smrt neće biti tako ružna kao što se to obično svima događa. Ako je smrt ružna, to znači da je čitav vaš život bio promašemj

Smrt bi morala biti mirno prihvaćanje, ulazak u nepoznato s ljubavlju, radosno do viđenja starim prijateljima, starome svijetu. U tome ne bi trebalo biti nikakve tragedije...

Počnite s meditacijom i u vama će nešto početi rasti - tišina, mirnoća, blaženstvo, osjećajnost. Sve ono što proizađe iz meditacije pokušajte unijeti u život, podijelite to jer sve

što se dijeli brže raste. A kada stignete do trenutka smrti, znat ćete da nema smrti. Možete reći doviđenja, ali suze su nepotrebne - možda suze radosti, ali ne i tuge.

3. PRAZNOVJERJA MEDICINSKE ZNANOSTI

Medicinska znanost, fiziologija, psihologija, vrlo su nezrele u smislu što svoj posao obavljaju samo na površini ljudskih bića - oni ne nalaze put ka čovjekovu centru. Zbog toga što oni ne prihvaćaju postojanje neke svjesnosti izvan uma, neke svjesnosti izvan smrti, oni su potpuno zatvoreni. Puni predrasuda protiv svih silnih napora mistika u pronalaženju centra svjesnosti.

Mnogo puta dijagnoze liječnika mogu biti apsolutno pogrešne iz jednostavnog razloga što viđenje nije dovoljno opsežno. Oni čovjeka shvaćaju samo kao tvar, a um samo kao nus-produkt tvari, sjenku iza koje nema ničega, ničega vječnog, ničega što će zauvijek ostati. Stvorili su takvu sliku ljudskoga bića koja izaziva očaj kod inteligentnih ljudi. I zbog njihovog izravnog odbacivanja, njihov pristup nije znanstven. Isto je tako praznovjeran kao kod bilo kojeg drugog vjerskog fanatika ili političara.

Znanost nema pravo odbacivati svjesnost, osim ako nije istražila unutarne ili ljudske svjesnosti i dokazala da je to san, da nije stvarnost već samo sjenka.

Oni nisu istražili - jednostavno su pretpostavili. Materijalizam je pretpostavka, praznovjerje u svijetu znanosti, kao što su i bog, raj i pakao praznovjerje u

religioznome svijetu. Znanost još nije čista znanost i to ne može biti jer znanstvenici još uvijek nisu nevini, bez predrasuda, spremni ići za istinom, usprkos sebe i svojih uvjetovanosti.

Danas u medicini govorimo o subjektivnoj terapiji, isti lijek ima drugačije djelovanje kod različitih liječnika.

Možete li komentirati subjektivnost nauke koja teži tome da bude objektivna?

Kada se radi o ljudskim bićima nikada se ne može biti totalno objektivni, treba dati mjesta izvjesnoj subjektivnosti.

Nije istina samo da isti lijek djeluje drugačije kod različitih liječnika, također je istina da isti lijek, kod istog liječnika djeluje drugačije kod različitih pacijenata. Čovjek nije objekt.

Prvo morate razumjeti riječ 'subjekt'. Komad kamena samo je objekt. Tu nema unutrašnjega, nema unutrašnjosti. Možete ga prelomiti na dva, zatim na tri objekta. Možete ga prelomiti na četiri i to su četiri objekta. Ali nećete naći nikakve unutrašnjosti.

Subjektivnost znači da je čovjek izvana isto tako objektan kao bilo koji drugi objekt - statua, mrtvo tijelo, živo tijelo, nema razlike. Statua je jednostavno objekt, nema subjektivnosti. Mrtvo tijelo jednom je bila kuća subjektivnog fenomena, ali sada je prazna. Sada je to prazna kuća, osoba koja je tu živjela napustila ju je.

Živi čovjek ima sva obilježja statue, mrtvo tijelo i još nešto - unutarnju dimenziju - koja može štošta promijeniti

jer to je najjača sila u postojanju. Na primjer, zna se da tri osobe mogu bolovati od iste bolesti, ali isti lijek neće djelovati. Na jednu osobu djeluje, na drugu djeluje polovično, a na treću uopće ne djeluje. Bolest je ista, ali unutrašnjost je drugačija. Ako uzmete u obzir unutrašnjost, tada će možda liječnik drugačije djelovati na različite ljude, iz različitih razloga.

Jedan od mojih prijatelja bio je veliki kirurg u Nagpuru - veliki kirurg ali ne i dobar čovjek. On u kirurgiji nikada nije promašio, a i naplaćivao je više nego ostali kirurzi.

Kada sam bio kod njega rekao sam mu: "Ti naplaćuješ pet puta više za istu stvar nego ostali kirurzi."

On odgovori: "Moj je uspjeh u mnogim drugim stvarima baziran na istome: kada mi osoba da pet puta više, ona je odlučila preživjeti. To nije samo zbog novca, zbog toga što sam lakom. Ako mi on želi dati pet puta više - iako može biti operiran za manje novca - on je odlučio preživjeti, ma koliko to koštalo. Njegova je odlučnost gotovo pedeset posto mogega uspjeha."

Postoje ljudi koji ne žele preživjeti, oni nemaju volje surađivati s doktorom. Oni uzimaju lijekove, ali tu nema želje za preživljavanjem. Upravo suprotno, oni se nadaju da lijek neće djelovati i njih nitko neće optužiti za samoubojstvo, a riješit će se života. Ova je osoba iznutra već otišla. Njegovoj unutrašnjosti lijek ne može pomoći, liječnik je gotovo bespomoćan - lijek nije dovoljan.

Od toga sam kirurga saznao, rekao mi je: "Ti ne znaš. Ja ponekada činim stvari koje su apsolutno nemoralne, ali ja to moram kako bih pomogao pacijentu."

Upitao sam ga: "Sto to znači?"

On reče: "Mene je moja profesija osudila..." i svi liječnici u Nagpuru su ga osudili -

"Mi nikada nismo vidjeli takvu varalicu."

On bi pacijenta stavio na stol u operacionoj dvorani - doktori bi bili spremni, sestre bi bile spremne, studenti bi gledali s galerije. A on bi šapnuo pacijentu na uho: "Mi smo se dogovorili za cijenu od deset tisuća, to neće biti dovoljno. Vaš je problem mnogo ozbiljniji. Ako ste mi spremni dati dvadeset tisuća, uzet ću instrumente u ruke, u suprotnom, ustanite i otidite. Možete naći jeftinije ljude."

U ovakvoj situaciji, a osoba ima novaca, inače ne bi mogla reći da ona prihvati: "Dat ću vam dvadeset, samo me spasite."

I on mi reče: "Bilo koji kirurg ga je mogao spasiti, ali ne s tolikom sigurnošću. Sada, kada će platiti dvadeset tisuća, on je apsolutno sa mnom, njegovo čitavo unutarne biće postaje podržavajuće. Ljudi me osuđuju jer ne razumiju. Sigurno da je nemoralno dogovoriti se za deset tisuća i onda mu pred operaciju šapnuti na uho: "Dvadeset tisuća, trideset tisuća; ili ustani i otiđi - jer ja prije nisam shvatio da je bolest otišla tako duboko. Ja preuzimam rizik, ja stavljam svu svoju reputaciju na kocku. Za deset tisuća ja to neću učiniti. A nikada u životu ja nisam pogriješio, uspjeh je moje pravilo. Ja oper-

iram jedino kada sam apsolutno siguran u uspjeh. Dakle, vi odlučite. Ja nemam puno vremena, drugi pacijenti čekaju. Odlučite se u roku dvije minute: ili se složite, ili ustanite i nestanite.' Naravno, osoba će reći: "Ja ću vam dati sve što želite, samo vas molim da operirate."

To je nelegalno, nemoralno, ali ja ne mogu reći da je nepsihološki.

Bilo što da se radi s čovjekom, ne može biti čisto objektivno.

Imao sam i drugog prijatelja, liječnika koji je sad u zatvoru jer uopće nije bio kvalificiran. On nikada nije studirao medicinu niti na jednom fakultetu, svi njegovi dokumenti bili su krivotvoreni. Ali ja još uvijek mislim da je nad njim učinjena nepravda - jer nije važno je li on imao završene škole ili ne. Pomogao je tisućama ljudi, posebno onima koji su ostali bez nade, obilazeći mnoge školovane doktore, već umorni od svega. On je imao određenu karizmu - ne fakultet. Od svoje je bolnice učinio gotovo magičnu zemlju. Onoga trenutka kada je stupio u njegov ured, pacijent je ostao iznenađen. Bio je svugdje.. jer k njemu su ljudi dolazili kao u zadnje utočište. Svi su znali da je čovjek krivotvoritelj, ništa tu nije bilo skriveno. To je bila javna tajna. Ali ako umirete, zašto da ne pokušate?

Imao je predivan vrt, a tek njegov ured....Na recepciji je imao prekrasnu ženu, to je bio dio tretmana jer čak i kada osoba umire, pogled na prelijepu ženu izaziva buđenje želje za životom. Poslije recepcije on bi proveo

kroz svoj laboratorij. To je bilo apsolutno nepotrebno, ali on je želio da osoba vidi da on nije tek običan doktor. A laboratorij je bio čudo - totalno beskoristan, u njemu nije bilo ničega važnoga, ali toliko cijevi, boca, obojena voda koja se pretače iz jedne cijevi u drugu, kao da su veliki eksperimenti u toku.

Tada stižete do doktora. On nikada nije upotrebljavao uobičajene dijagnostičke metode provjeravanja vašeg pulsa. Ne, vi ste morali leći na električni krevet s daljinskim upravljanjem. Krevet bi se podizao visoko gore. Vi bi ležali tamo i gledali velike lampe koje su nad vama visjela. Vaš bi puis bio spojen žicama i izazivao bi poskakivanje vode u cijevima. Srce bi se pregledavalo na isti način, ne s običnim stetoskopom.. On je sve to učinio vidljivim pacijentu kako bi ovaj vidio da je došao geniju, stručnjaku.

On nije imao niti jedan akademski stupanj. Njegov je farmaceut imao sve stupnjeve, te je on prepisivao sve lijekove jer on sam nije imao pojma o lijekovima. U stvari, on nikada nije učinio niti jedno kriminalno djelo. Nikada nije prepisivao lijekove, nikada potpisivao recepte. To je činio čovjek koji je imao fakultet za to. Ali zato što je on sve to organizirao, upisao si akademske stupnjeve koji ne postoje, ne mislim da oni mogu biti ilegalni. On nije tvrdio da su ti stupnjevi s bilo kojeg postojećeg fakulteta. Sve to je bila fikcija - ali je fikcija bila od pomoći.

Vidio sam pacijente koji su samim pregledom bili

već na pola izliječeni. Govorili su: "Osjećamo se gotovo izliječeno iako lijek još nismo uzeli. Ovdje je recept, sada idemo kupiti lijek."

Ali zato što je on sve to učinio....Tu sam vidio da je pravda slijepa. On nije učinio ništa ilegalno, nikoga nije oštetio, ali u zatvoru je zato što je Varao ljude'. On nikoga nije varao! Ako je varanje kada pomognete nekome da duže živi, što je onda medicinska pomoć?

Radi ljudskih bića medicina nikada ne može postati apsolutno solidna, sto posto objektivna znanost. Zbog toga postoji tako mnogo medicinskih škola: ayurveda, homeopatija, naturopatija, akupunktura i još mnoge druge - i sve one pomažu. Homeopatija, to su jednostavno šećerne pilule, ali to pomaže. Pitanje je da li osoba vjeruje. Postoje ljudi koji su fanatični naturOpati i ništa im drugo ne može pomoći, jedino naturopatija. A to nema veze s bolešću.

Jedan od mojih profesora bio je lud za naturopatijom. Bilo kakav problem - i blatni pakung na trbuh. Odlazio sam k njemu uživati jer to je bilo vrlo opuštajuće. Imao je lijepu kadu i tuševe. Iako to nije bila istina znao sam mu reći da imam tešku migrenu. On bi rekao:

"Ne brini. Samo blatni pakung na tvoj trbuh." Sada, blatni pakung ne pomaže migreni. Ali meni je pomagao jer ja nisam imao migrenu! Blatna kupka, prepuna kada, a vi uronjeni u blato, samo glava je vani - to je veoma udobno i osvježavajuće. Ubrzo je shvatio: "Ti mi stalno dolaziš s novim bolestima."

Rekao sam: "To je istina...jer ja imam knjigu o naturopatiji, iz knjige uzmem bolest i tada dođem k tebi. Prvo pročitam kako bih vidio što ćeš mi raditi. Ako želim da mi to radiš, tada donesem tu bolest; inače, zašto nepotrebno ležati u blatu pola sata...."

On reče: "Znači ti si me varao?"

Rekoh: "Ne, ja te ne varam. Ja sam tvoj najistaknutiji pacijent. Svi ostali na fakultetu ti se smiju, jedino te ja podržavam. A ostali koji dolaze k tebi, dolaze zbog mene jer ja im govorim da je moja migrena nestala." On reče: "" Moj bože! Odlazi, sada ja imam migrenu!"

Ljudi su postajali ljuti na mene. Govorili bi mi: "Umjesto da nestane, moja se migrena pojačala. Hladan trbuh ne pomaže migreni!"

Tada bih rekao: "Mora da tvoj sistem funkcionira drugačije. Meni to pomaže."

Postoje homeopati, fanatici koji vjeruju da je homeopatija jedina ispravna medicina i da su sve ostale medicine opasne - posebno da je alopacija otrov. Kada odete homeopatu, prva je stvar da će vas ispitati sve o vašem životu, od rođenja do sada, a vas samo glava boli!

Jedan je homeopatski doktor živio blizu mene. Kad god mi je došao otac u posjetu ja sam ga vodio k njemu. Homeopat mi reče: "Molim te, nemoj mi dovoditi oca jer on počne pričati tri generacije unazad, kako je njegov djed bio bolestan..."

Rekao sam mu: "On je također homeopat. On ide u dubinu, u korijene."

On reče: "Ali on gubi toliko vremena i ja to moram slušati, a ima samo glavobolju! O njegovom djedu i njegovim bolestima, o njegovom ocu i njegovim bolestima..zatim o njemu. Gotovo čitav dan je proveo kod mene. Moji ostali pacijenti su otišli, a ja sam morao slušati o svim njegovim bolestima od djetinjstva, da bi se na kraju ispostavilo da ima samo glavobolju.

Rekao sam mu: 'Bože, što to nisi prije kazao,' a on reče: 'ti si homeopat i ja sam homeopat. Želio sam ti dati kompletnu sliku.'

Prvo što vas oni pitaju je o vašim bolestima jer vjeruju da su sve bolesti povezane, čitav vaš život je jedna cjelina. Nije važno jeste li imali nešto na nozi ili glavi - oni su dio jednoga tijela, a da bi doktor razumio, on mora sve znati. Homeopat će vas pitati koje ste alopatske lijekove uzimali - jer to je osnovni uzrok svih vaših bolesti, svi alopatski lijekovi su otrov. To je također stav naturopatije, da je alopacija otrov. Dakle, prvo morate postiti, uzeti klistir, kako bi očistili tijelo od alopacije. Jednom kada ste čisti od alopacije....

Čovjek je subjektivno biće. Ako pacijent voli liječnika, tada i voda može djelovati kao lijek. A ako pacijent mrzi liječnika, tada ni jedan lijek ne može pomoći. Ako pacijent osjeti da je liječnik indiferentan - što je čest slučaj s liječnicima jer i oni su ljudska bića, čitav dan viđaju pacijente, stalno netko umire....Sasvim polako oni otvrdnu, izgrade barijeru do njihovih emocija, sentimentalnosti,

ljudskosti. Ali to sprečava da njihovi lijekovi budu korisni. Oni ih prepisuju gotovo kao roboti, kao da vam stroj daje lijek.

S ljubavlju, pacijent ne dobiva samo lijek, uz lijek nešto nevidljivo dolazi k njemu. Medicina će morati shvatiti čovjekovu subjektivnost, njegovu ljubav i morat će stvoriti neku vrstu sinteze u kojoj će se ljubav i lijek upotrebljavati kako bi pomogli ljudima.

Ali jedna je stvar apsolutno sigurna: medicina nikada ne može postati potpuno objektivna. To je ono u što je medicinska znanost do sada ulagala napore, da bi je učinila objektivnom.

4. ALTERNATIVNI PRISTUP ZDRAVLJU

Svi su problemi psihosomatski jer tijelo i um nisu dvije stvari. Um je unutarnji dio tijela, a tijelo je vanjski dio uma. Znači, bilo što da počne na tijelu može doći u um i obrnuto: može početi u umu i otići na tijelo. Tu nema podjele, nema nepropusnih ograda.

Na sve se probleme može gledati s dva ugla: oni se mogu riješiti kroz um i kroz tijelo. Do sad se to u svijetu prakticiralo: nekoliko ih vjeruje da su svi problemi tjelesni - fiziolozi, Pavlovljevc, behavioristi...Oni tretiraju tijelo i, naravno, u pedeset posto slučajeva su uspješni. Nadaju se da će s napretkom znanosti postići više, ali nikada neće postići više od pedeset posto; to nema nikakve veze s napretkom znanosti.

Drugi pak misle da svi problemi dolaze iz uma - što je pogrešno kao i kod prvih. Kršćanski znanstvenici, hipnotizeri, psihoterapeuti, svi oni misle da je problem u umu. Oni su također uspješni u pedeset posto slučajeva; oni također misle da će prije ili kasnije biti još uspješniji. To je besmislica. Oni ne mogu biti uspješni više od pedeset posto, to je limit.

Po mojem vlastitom razumijevanju svaki problem mora se rješavati s obje strane zajedno, simultano. Treba ga napasti već na vratima, na dvije fronte; tada će se čovjeka

moći liječiti sto posto. Kada nauka postane savršena, tada će to funkcionirati na oba načina....

Tijelo je prvo jer ono je portal uma, streha nad vratima. Tijelom se još uvijek može manipulirati jer je ono masivno. Ono se prvo treba osloboditi svih svojih nakupljenih struktura. Ako ste dovoljno dugo živjeli s osjećajem da ste slabi, tada je to moralo ući u tijelo, u njegovu strukturu. Prvo to treba osloboditi od tamo. Simultano, vaš um treba inspirirati kako bi krenuo prema gore i mogao početi odbacivati sve one utege koji ga drže dolje.

Shvatio sam da Joga gleda na čovjeka kao na nekoga tko ima nekoliko vrsta tijela. Ako je tome tako, nije li posljedica toga to što za različite individue jedan lijek može biti efikasniji nego drugi, ovisno o tome gdje je se nalazi uzrok bolesti?

Još uvijek ne postoji znanost o čovjeku. Patanjalijsva Joga najbliže je tome od svega što se ikada učinilo. On tijelo dijeli na pet slojeva, odnosno na pet tijela. Vi nemate jedno tijelo, imate ih pet, a iza pet tijela vaše je biće. Ono isto što se dogodilo u psihologiji, dogodilo se i u medicini. Alopacija vjeruje samo u fizičko tijelo, masivno tijelo. Paralelno s behaviorizmom alopacija je najmasivnija medicina. Zbog toga je i postala znanstvena jer znanstveni instrumenti sposobni su jedino za vrlo masivne stvari. Idemo dublje.

Akupunktura, kineska medicina, prodire za jedan sloj više. Ona djeluje na energetskom tijelu - *pranamayakos*-. Ako nešto nije u redu s fizičkim tijelom, akupunktura ga

uopće ne dira. Ona pokušava raditi na energetskom tijelu. Pokušava raditi na bioenergiji, na bioplazmi. Tamo nešto učini i masivno tijelo počinje dobro funkcionirati. Ako nešto krene loše na energetskom tijelu, alopacija funkcionira na tijelu, na masivnom tijelu. Naravno, za alopaciju je to uzlazni zadatak. Za akupunkturu to je silazni zadatak. To je lakše jer je energetsko tijelo nešto više od fizičkog tijela. Ako je energetsko tijelo u dobrom stanju, fizičko ga tijelo jednostavno slijedi jer se plan nalazi na energetskom tijelu. Fizičko tijelo samo je oruđe energetskog tijela.

Sada se akupunkturu malo pomalo počelo cijeniti zahvaljujući određenoj fotografiji, Kirlianovoj fotografiji koja je prošla preko sedamsto energetskih točaka u ljudskome tijelu. Akupunkturisti su to znali najmanje pet tisuća godina. Oni nisu imali instrumente pomoću kojih bi saznali gdje su energetske točke, ali malo po malo, kroz pokušaje i pogreške, stoljećima, oni su otkrili sedamsto točaka. Sada je Kirlian također otkrio tih istih sedamsto točaka uz pomoć instrumenata. Kirlianova je fotografija dokazala jednu stvar: da je apsurdno pokušati mijenjati energetsko kroz fizičko. To je kao kada bi se pokušalo mijenjati gospodara tako što bi se mijenjalo slugu. To je gotovo nemoguće jer gospodar neće slušati slugu. Ako želite promijeniti slugu, promijenite gospodara. Momentalno će ga sluga slijediti. Umjesto da se promijeni svaki vojnik, bolje je promijeniti generala. Tijelo ima na milijune vojnika, ćelija, radi po nečijim naredbama, pod nečijom

komandom. Promijenite komandanta i čitava će se šablona tijela promijeniti.

Homeopatija ide malo dublje. Ona radi na mentalnom tijelu - *manomayakos* -. Osnivač homeopatije, Hahnemann, otkrio je jednu od najvećih stvari koje su ikada bile otkrivene, a to je: što je manja količina lijeka, to dublje prodire. On je metodu pravljenja homeopatskih lijekova nazvao 'potenciranje'. Oni stalno smanjuju količinu lijeka. Radio bi na taj način: uzeo bi određenu količinu lijeka i miješao ga s deset puta većom količinom mlijeka, šećera ili vode. Jedan dio lijeka, devet dijelova vode i to bi miješao. Tada bi opet uzeli jedan dio te nove tvorevine i ponovo miješali s devet dijelova vode, mlijeka ili šećera. Nastavljao bi na taj način: ponovno jedan dio nove tvorevine i devet dijelova vode. Tako bi on radio i potencija bi rasla.

Malo-pomalo, lijek je došao do nivoa atoma. Postao je tako suptilan da ne možete vjerovati kako to može djelovati, gotovo je nestao. Ovako piše o homeopatskim lijekovima, potencije: na desetu potenciju, na dvadesetu potenciju, na stotu potenciju, na tisućitu potenciju. Što je veća potencija, to je količina manja. Kod tisućite potencije ostaje milijunti dio originalnog lijeka, gotovo ništa. Gotovo je nestao, ali tada on prodire do najdublje jezgre *manomaye*. Prodire u vaše mentalno tijelo. On prodire dublje od akupunkture. To je gotovo kao da ste stigli do atomskog ili čak do ispod nivoa atoma. Tada to ne dotiče vaše tijelo. Tada to ne dotiče vaše energetsko tijelo, jednostavno ulazi.

Tako je suptilno i tako maleno da prolazi kroz barijere. Jednostavno sklizne u *manomayakos*, u mentalno tijelo, a otuda počinje djelovati. Saznali ste odjednom o autoritetu koji je veći i od *pranamy*.

Ayurveda, indijska medicina, sinteza je toga troje. To je jedna od najsintetskijih medicina.

Hipnoterapija ide još dublje. Ona dotiče *vigyanmayakos*, četvrto tijelo, tijelo svjesnosti. Ona ne upotrebljava lijekove. Ne upotrebljava ništa osim sugestije. To je sve. Vašem umu jednostavno nametne sugestiju - nazovimo to životinjski magnetizam, mesmerizam, hipnoza ili bilo kako, ali ona djeluje kroz snagu misli, ne kroz snagu materije. Čak je i homeopatija još uvijek snaga materije u veoma suptilnoj količini. Hipnoterapija potpuno odbacuje materiju jer koliko god suptilan, to je materija. Na deset tisućitu potenciju, ali ipak, to je potencija materije. Ovo je jednostavno skok u misaonu energiju, *vigyanmayakos*: tijelo svjesnosti. Ako vaša svijest prihvati određenu ideju, to počinje funkcionirati.

Hipnoterapija ima veliku budućnost. To će biti medicina budućnosti jer ako se mijenjanjem vašeg misaonog obrasca može promijeniti vaš um, preko uma vaše energetsko tijelo, preko energetskog tijela vaše masivno tijelo, čemu onda otrovi, zašto se baviti medicinom tijela? Zašto ne raditi kroz misaonu silu? Jeste li ikada gledali kako hipnotizer radi na mediju? Ako niste, to je vrijedno za vidjeti. Dat će vam određeni uvid.

Možda ste čuli, a možda i vidjeli - događa se u Indiji, hodači po vatri; to nije ništa drugo nego hipnoterapija. Ideja da su oni zaposjednuti nekim bogom ili božicom te ih vatra ne može opeci, samo je ta ideja dovoljna. Ona kontrolira i transformira uobičajenu funkciju tijela. Oni se pripremaju: dvadeset i četiri sata su podvrgnuti postu. Kada postite, vaše se čitavo tijelo pročisti, u njemu nema izlučina, most među vama i masivnim tijelom srušen je. Oni dvadeset i četiri sata žive u hramu ili džamiji, pjevajući i plešući, dolazeći u sklad s bogom. Tada dolazi trenutak hodanja po vatri. Oni dolaze plešući, zaposjednuti. Dolaze s punim povjerenjem da ih vatra neće opeci, to je sve, nema ničeg drugog. Pitanje je kako stvoriti povjerenje. Oni plešu po vatri, a vatra ih ne opeče.

Mnogo se puta dogodilo da je netko tko je bio samo gledalac, postao tako opsjednut. Dvadeset ljudi hoda po vatri i ne opeku se, netko će odmah postati vrlo povjerljiv: "Ako ovi ljudi hodaju, zašto ne bi i ja?" ; on skoči u vatru i vatra ga ne opeče. U jednom iznenadnom trenutku javi se povjerenje. Ponekad se događalo da su ljudi, koji su bili pripremljeni, bili opečeni. Ponekad neki nepripremljeni gledalac hoda po vatri i nije opečen. Što se dogodilo? - mora da su ljudi koji su se pripremali imali sumnje. Mora da su razmišljali da li će se dogoditi ili ne. Mora da je u njihovoj *vigyanmayakos*, njihovoj svjesnosti ostala sićušna sumnja. To nije bilo totalno povjerenje. Oni su došli sa sumnjom. Zbog te sumnje tijelo nije moglo primiti

poruku uzvišene duše. Sumnja je stala između, a tijelo je nastavilo funkcionirati na uobičajeni način i bilo opečeno. Zbog toga sve religije inzistiraju na povjerenju.

Povjerenje je hipnoterapija. Bez povjerenja vi ne možete ući u finije dijelove vašega bića, mala sumnja i vi ste vraćeni u masivno tijelo. Nauka djeluje sa sumnjom. Sumnja je metoda nauke jer nauka radi s masivom. Sumnjate vi ili ne, alopata to ne brine. On vas ne pita imate li povjerenja u njegov lijek, on vam ga jednostavno da. No homeopat će vas pitati imate li povjerenja ili ne jer bez vašeg povjerenja njemu će biti resko raditi na vama. I hipno terapeut će tražiti totalnu predaju, inače se ništa neće moći učiniti.

Religija je predaja. Religija je hipnoterapija. Ali postoji još jedno tijelo. To je *Anandmayakos*: tijelo blaženstva. Hipnoterapija ide do četvrtog. Meditacija ide do petog. Meditacija - riječ je predivna jer ima isti korijen s medicinom. Oboje dolazi iz istog korijena, meditacija i medicina izvedenice su jedne riječi: ona koja iscjeljuje, koja vas čini zdravima i cjelovitima je medicina - na dubljem nivou to je meditacija.

Meditacija vam ne daje čak ni sugestiju jer sugestija se mora dati izvana. Sugestiju vam mora dati netko drugi. Sugestija znači da ovisite o nekome. Oni vas ne mogu učiniti savršeno svjesnima jer bit će potreban i netko drugi i sjenka će biti bačena na vaše biće. Meditacija vas čini savršeno svjesnima, bez i jedne sjenke - apsolutno

svjetlo bez tame. Sada se čak i sugestija čini kao velika stvar. Netko sugerira - to znači da nešto dolazi izvana, a u krajnjim analizama, ono što dolazi izvana materijalno je. Ne samo tvar već i ono što dolazi izvana, materijalno je. Čak je i misao suptilni oblik tvari. Čak je i hipnoterapija materijalistička.

Meditacija odbacuje sve potpornje, sve podrške. Zbog toga je najteže na svijetu razumjeti meditaciju jer tu ništa ne ostaje - samo čisto razumijevanje, svjedočenje.

Wilhelm Reich u svojoj knjizi 'Slušaj, mali čovječe' govori o tome da čovjek zrači životnom energijom kada se osjeća dobro i voljeno; kada se boji on povlači tu energiju. Reich kaže da je čovjekova životna energija - koju je on nazvao 'orgone' - nađena u atmosferi, izvan tijela. On kaže da je to uspio vidjeti povećano, uz pomoć naprave koju je sam izumio.

Sto je to, što je pn promatrao?

Wilhelm Reich pio je jedan između onih jedinstvene inteligencije, rođenih u ovom stoljeću. Ono što je on pronašao na istoku je znano kao *aura*. Mora da ste vidjeli na statuama Bude, ili Mahavire, ili Krišne - prsten aure oko glave. Taj prsten je stvarnost. Ono što je Wilhelm Reich vidio autentična je istina, samo što oni kojima je to rekao nisu bili ljudi koji bi to mogli razumjeti. Oni su mislili da je on lud jer je opisao život kao energiju koja okružuje tijelo. Upravo je to istina.

Život je energija koja okružuje tijelo. Ne samo vaše

tijelo, već i cvijeća, drveća - svecima vlastitu auru. A ta auxa, koja vas okružuje, skuplja se i širi ovisno o situaciji.

Svaka situacija gdje se vaša energija skuplja, loša je i bolesna. A situaciju kada se vaša energija širi, treba poštovati i voljeti. U ljubavi se vaša energija širi prema van i vi postajete življi. Kada se bojite, energija se skuplja, vi ste manje živi.

Amerikanci su za jadnog Wilhelma Reicha mislili da je lud jer on ne samo da je povećao tu energiju - pronašao je vježbe pomoću kojih se ta energija povećava - već je uhvatio tu energiju u kutije, velike kutije u koje čovjek može ući. I ako bi čovjek bio bolestan, van bi izašao zdrav i cjelovit. Prirodno, za takvog se čovjeka treba misliti da je lud. On je te kutije, prazne kutije, prodavao. No one nisu bile prazne. On je pronašao način kako da sakupi energiju koja je u atmosferi dostupna. Može se oko drveća vidjeti kako se ta energija raspršuje, no vi to golim okom ne možete vidjeti.

Nakon što su njega proglasili ludim i zatvorili, u Sovjetskom savezu drugi je čovjek uspio to fotografirati. Sada je u Sovjetskom savezu to prepoznata psihologija, da čovjek ima auru. Kirlian je unaprijedio određenu ploču kako bi to fotografirao. On je fotografirao ruku i oko ruke se vidjela aura. Na veoma čudan način, njegove su fotografije mogle čak pokazati ako bi čovjek bio bolestan unutar šest mjeseci: "Sada on ne pokazuje nikakve znakove bolesti, ali njegova se aura skuplja na određenoj točki..."

A ako se aura na određenom mjestu skuplja - možda će osoba postati gluha ili slijepa ako se aura oko očiju skuplja. Njegove su fotografije pokazale da je u pravu. Kada bi on rekao: "Postoji opasnost da ovaj čovjek izgubi vid," tu nema vidljivih znakova, nema razloga da se u to povjeruje, ali u roku šest mjeseci čovjek bi oslijepio. Sovjetska je vlada prepoznala Kirlianov rad i sada se to širi i na druge zemlje. Čovjek može biti liječen prije nego što oboli. Kirlianove su fotografije vrlo proročanske. Pokazuju najmanje šest mjeseci unaprijed ono što će se dogoditi. Već je stoljećima poznato na istoku da prije smrti, šest mjeseci prije, više ne možete vidjeti vrh svoga nosa. Zbog toga što se vaše oči počinju okretati prema gore, one ne mogu vidjeti vrh vlastitoga nosa. Onoga trenutka kad spoznate da ne možete vidjeti vrh nosa, to znači da će se unutar šest mjeseci vaša energija povući, otići natrag na izvor. Također, joga auru poznaje već pet tisuća godina, bez fotografske tehnologije. Ali sada se može prihvatiti na znanstvenim temeljima.

Wilhelm Reich bio je jedinstveni genije. On je mogao vidjeti i osjetiti ono što obično nije moguće. Ali ako ste jako meditativni vi ćete početi vidjeti aure ljudi, čak i svoju vlastitu auru. Vidjet ćete vlastitu ruku obavijenu svjetlom, kako sjaji. Kada ste zdravi osjetit ćete kako vam se aura širi. Kada ste bolesni, osjetit ćete kako se aura skuplja - nešto se u vama steže.

Kada ste pored bolesne osobe, imat ćete čudan osjećaj da vas ona na neki način čini bolesnima jer bolesnjud^ko-

riste tuđe aure bez da to oni znaju. Njemu je potrebno više života i on će ga uzeti onome tko ga ima, ako mu se približi. Iz iskustva znate, bez da razumijete, da postoje ljudi koje želite zaobići jer se od susreta s njima osjećate bolesno, osjećate da vam je nešto oduzeto. Također postoje ljudi koje želite susretati jer pri susretu s njima vi osjećate širenje, osjećate se življi.

Wilhelm Reich bio je u pravu, no na nesreću mase nikada ne prihvaćaju svoje vlastite genije; suprotno tome oni ih osuđuju jer ako je Wilhelm Reich u pravu, tada su svi ostali slijepi. On je u ljutnji napisao knjigu *Poslušaj mali čovječe*. Ta je knjiga predivna i njegov gnjev možemo zaboraviti jer on je bio osuđen od 'malog čovjeka,' od masa. Za njega se mislilo da je lud i strpalo u ludnicu. On je i umro u ludnici. Na istoku, on bi postao Gautam Budha. Imao je kvalitetu i uvide. No zajednica je bila pogrešna, zajednica vrlo malog čovjeka, vrlo malih ljudi, uskogrudnih, koji nisu mogli sagledati veličinu, koji nisu mogli sagledati mistično....

Čitava atmosfera puna je života. Ako shvaćate svoje vlastite izvore života vi ćete odjednom postati svjesni da su ptice žive, da je drveće živo, trava je živa, život je svugdje! I vi možete plesati s tim životom, možete početi razgovarati s atmosferom. Naravno, ljudi će pomisliti da ste ludi jer ljudi su još uvijek isti.) Ti isti ljudi razapeli su Isusa, ti isti ljudi strpali su Wilhelma Reicha u ludnicu, ti isti ljudi otrovali su Sokrata....ali ti su ljudi u većini^

Ljutnja Wilhelma Reicha pravedna je, ali ja bih ipak

rekao, malom je čovjeku potrebno suosjećanje. On se naljutio jer su s njime loše postupili, uništili su čitav njegov život. Umjesto da ga shvate - on bi za njih otvorio nova vrata k iskustvu, k ljubavi, ka životu - oni su ga potpuno uništili. Naravno da se on naljutio.

Na istoku, tamo su ti isti mali ljudi, ali istočni geniji nikada nisu bili ljuti na njih. Umjesto ljutnje pokazali su suosjećanje, osjetili su suosjećanje za njihovo sljepilo i na svaki su im način pokušali unijeti svjetlo, malo razumijevanja u njihova srca.

Kada istočnoj znanosti pristupate sa zapadnim umom, tada mnogo toga propuštate. Čitav vaš pristup je različit: on je metodološki, logičan, analitičan. A te istočne znanosti nisu stvarno znanosti već umjetnosti. Sve ovisi o tome možete li svoje energije prebaciti iz intelekta na intuiciju, možete li se prebaciti s muškog na žensko, s jang na jing, s aktivnog, agresivnog pristupa. Možete li postati pasivni, prijemčivi? Samo tada te stvari funkcioniraju. U protivnome, vi možete učiti o akupunkturi i to neće uopće biti akupunktura. Vi ćete znati sve o tome, ali ne i *to*. A ponekad se događa da osoba ne zna mnogo o tome, ali zna *to*. No tada je to nadarenost - samo uvid u *to*.

To se događa s previše istočnih stvari: zapad je postao zainteresiran - one su duboke. Zapad se zanima za istočne stvari ali tada to stavlja u vlastiti um kako bi razumio. Onog trenutka kada zapadni um ude u *to*, sama je osnova uništena. Samo dijelovi ostaju, a dijelovi nikada ne funkcioniraju. Nije

da akupunktura neće djelovati, ona će djelovati, ali ona može djelovati samo uz istočni pristup.

Dakle, ako zaista želite naučiti akupunkturu, na primjer, dobro je da imate znanje o tome, ali upamtite, to nije najhitnija stvar. Sakupite sve moguće informacije, zatim zaboravite sve informacije i počnite tonuti u mrak. Počnite osluškivati vašu vlastitu podsvijest, počnite osjećati prijateljstvo prema pacijentu. To je drugačije....

Kada pacijent dođe zapadnom liječniku, zapadni liječnik počne umovati, dijagnosticirati, analizirati, kako bi pronašao gdje je bolest, koja je bolest i što je može izliječiti. On upotrebljava jedan dio svoga uma, racionalni dio. On napada bolest, počinje je osvajati: borba između bolesti i doktora započinje. Pacijent je izvan igre, doktor se puno ne bavi pacijentom. On je započeo borbu s bolešću - pacijent je potpuno zanemaren.

Kada dođete akupunkturistu bolest nije važna, važan je pacijent jer on je taj koji je stvorio bolest: uzrok se nalazi u pacijentu, bolest je samo simptom. Vi možete izmijeniti simptom, pojavit će se drugi. Možete bolest forsirati lijekovima, možete zaustaviti njezin izražaj, ali ona će se tada manifestirati negdje drugdje, mnogo opasnija, snažnija, osvetoljubiva. Slijedeću će bolest biti mnogo teže savladati nego prvu. I nju ćete drogirati, tada će treća biti još teža.

Tako je alopatija stvorila rak. Bolest zaustavljate s jedne strane, ona izbija na drugoj strani, tada je vi pritišćete s te strane i ona postaje vrlo, vrlo ljuta. A pacijenta ne

mijenjate, on ostaje isti, dakle uzrok postoji i on nastavlja uzrokovati efekte.

Akupunktura djeluje na uzrok. Nikada na efekte, uvijek ide na uzrok. Kako ćete vi ići na uzrok? Razum ne može ići na uzrok - uzrok je prevelik za razum- on samo može savladati efekte. Jedino meditacija može ići na uzrok. Dakle, akupunktura će osjetiti pacijenta. Zaboravit će svoje znanje, jednostavno će pokušati doći u sklad s pacijentom. On će se sprijateljiti, počet će osjećati most do pacijenta. On će početi osjećati bolest u vlastitomu tijelu, u vlastitom energetskom sustavu. To je za njega jedini način da sazna gdje se uzrok nalazi jer uzrok je sakriven. On će postati ogledalo i na sebi naći odraz.

Čitav proces je to i to se nije naučilo, to se ne može naučiti. Zaista vrijedi upustiti se u to. Moj je savjet da prvo na zapadu učite dvije godine, zatim otiđite na Daleki istok najmanje šest mjeseci kako bi bili s nekim akupunkturistom. Samo budite u njegovoj prisutnosti - pustite da on radi a vi gledajte. Jednostavno apsorbirajte njegovu energiju i tada ćete moći nešto učiniti, inače će biti veoma teško.

Ako malo pomalo počnete osjećati vlastitu energiju, ili djelovanje energije u vlastitom tijelu, tada akupunktura neće ostati samo tehnika, ona će postati instrument. A to je točno znanje - vi možete učiti tehniku a da iz toga ništa ne proizađe - to je više slutnja nego vještina. To je jedna od najtežih stvari sa starim tehnikama: one nisu znanstvene i ako im priđete sa znanstvenog stanovišta, vi možete nešto

naslutiti, ali nedostajat će glavni dio. Sve što ćete moći uhvatiti, neće biti mnogo i bit će razočaravajuće.

Čitav stari pristup bio je potpuno drugačiji: uopće nije bio logičan, bio je više ženski, intuitivniji, nelogičniji. Tada netko nije logički zaključivao kao što to znanstveni um čini. Umjesto toga on je bio u dubokoj suradnji s postojanjem -više u nekoj vrsti stanja sanjanja, maštanja, dozvolivši prirodi da oslobodi svoje tajne i misterije. To nije bila agresija na prirodu....to je bilo više nagovaranje. I taj je pristup iz unutrašnjosti.

Nečijem tijelu treba prići iz najdublje srži. Do tih sedam stotina točaka nije se došlo putem objektivnosti, već u dubokoj meditaciji. Kada netko ode duboko unutra - silno iskustvo - on može vidjeti kako ga akupunkturne točke okružuju, kao noć prepuna zvijezda. Vi ste spremni tek onda kada ste vidjeli te energetske točke. Sada vi imate unutarnju moć. Samo dodiranjem tijela neke osobe vi ćete moći osjetiti gdje tjelesna energija nedostaje, a gdje ne, gdje se kreće, gdje se ne kreće, gdje je hladna i gdje je topla, gdje je živa a gdje je odumrla. Postoje točke koje reagiraju i one koje ne reagiraju.

Vi ćete upoznati akupunkturu samo u onom opsegu u kojemu ste sposobni poznavati sebe, a kada se oboje poklopi, tada je to silna svjetlost. U tome svjetlu možete vidjeti sve - ne samo o svojem, već i o tijelima drugih. Nova se vizija podiže, kao da se treće oko otvorilo.

5. ULOGA ISCJELITELJA

Medicina nije obična profesija. To nije samo tehnologija jer umiješana su ljudska bića. Vi ne popravljate mehanizme, nije u pitanju samo znanje, to je duboko pitanje ljubavi....

Vi se igrate s ljudskim bićima i njihovim životima, a to je kompleksna pojava. Ponekad netko pogriješi i ta pogreška može biti fatalna za nečiji život. Dakle, uđite u to s dubokom molitvom. Uđite s humanošću, poniznošću, jednostavnošću.

Ljudi koji u medicinu jednostavno uđu kao da ulaze u tehniku, nisu pravi ljudi da budu liječnici - to su pogrešni ljudi. Oni ljudi koji nikada ne osjete ambivalentnost, nisu pravi ljudi. Oni će ljude operirati kao što automehaničari rade s autima. Oni neće osjetiti duhovnu prisutnost pacijenta. Oni neće tretirati osobu, već simptome. Naravno, oni mogu biti vrlo sigurni, tehničari su uvijek sigurni. No kada ste se upustili s ljudskim bićima, vi ne možete biti tako sigurni, oklijevanje je prirodno. Treba promisliti dvatri puta jer dragocjeni je život u pitanju - život koji mi ne možemo vratiti, jednom kada ode, otišao je zauvijek. To je individua koja je nezamjenjiva, jedinstvena, kao netko kakvoga nikada nije bilo i kakvoga nikada više neće biti. Vi se igrate vatrom, oklijevanje je prirodno. Uđite u to sa silnom poniznošću. Imajte duboko poštovanje za pacijenta. I dok

ga liječite postanite samo sredstvo božanske energije. Nemojte biti doktor, jednostavno postanite sredstvo božanske iscjeljujuće energije- samo instrument. Neka tamo bude pacijent - imajte veliko poštovanje prema njemu, nemojte ga tretirati kao stvar - i neka tamo bude bog, s dubokom, dubokom molitvom dopustite da bog struji i dođe do pacijenta. Pacijent je bolestan, on se ne može povezati s bogom. On se jako udaljio. Zaboravio je onaj jezik pomoću kojega bi se sam mogao iscijeliti. On je u očajnom stanju. Ne možete ga kriviti, on je u bespomoćnom stanju.

Netko tko je zdrav može biti od ogromne pomoći ako postane sredstvo. A ako je zdrava osoba još i netko tko zna, to može biti od još veće važnosti jer božanska energija može vam dati vrlo tanahne znakove - vi ih morate dekodirati. Ako poznajete medicinu, vrlo ih lako možete dekodirati. Tada vi ništa ne radite pacijentu, bog je onaj koji čini. Vi ste sebe stavili na raspolaganje bogu i stavili ste mu na raspolaganje sve svoje znanje. To je božanska iscjeljujuća energija koja je, združena s vašim znanjem, ona koja pomaže. I to nikada ne šteti. *Vi* možete biti štetni. Zato odbacite sebe, dopustite da bog bude tamo. Uđite u medicinu i nastavite meditirati.

Svatko može biti iscjelitelj. Iscjeljivanje je kao disanje, prirodno je. Netko je bolestan, što znači da je izgubio sposobnost da se sam liječi. On više nije svjestan vlastitog iscjeljujućeg izvora. Iscjelitelj je tu da mu pomogne da se povрати. Izvor je onaj isti iz kojega iscjelitelj

vuče, ali čovjek je zaboravio kako razumjeti taj jezik. Iscjelitelj je povezan s cijelim pa postaje medij. On dotakne tijelo bolesne osobe i postaje veza između njega i izvora. Pacijent više nije direktno povezan s izvorom, sada postaje indirektno povezan. Jednom kada energija poteče, on je iscijeljen. I ako je iscjelitelj zaista čovjek od razumijevanja...jer moguće je da postanete iscjelitelj a da niste čovjek od razumijevanja. Postoje mnogi iscjelitelji koji to rade ali ne znaju kako se to događa, oni ne poznaju taj mehanizam. Ako vi razumijete, tada možete pomoći pacijentu da bude izliječen, ali mu također možete pomoći da postane svjestan izvora iz kojega se iscjeljenje događa. Ne samo da je on iscijeljen od postojeće bolesti već je zaštićen od budućih. Tada je iscjeljenje savršeno. Tada to nije samo liječenje već i prevencija. Iscjeljenje gotovo postaje iskustvo molitve, iskustvo boga, ljubavi, iskustvo cijeloga.

6. VRIJEME ZA PAŽNJU, VRIJEME ZA LJUBAV

Čini se da se sve religije bave bolesnima, oboljelima, siromašnima. Nitko se ne bavi vama i vašima bogatstvom i vašom veličinom, vašim sjajem.

Ja vam kažem: sve dok ne volite sami sebe, dok ne pronađete svoje vlastito bogatstvo, svoje vlastite visine, nećete moći dijeliti svoju ljubav ni s kime. Zasigurno, bolesnima je potrebna pažnja, ali oni ne trebaju ljubav. Ovo se mora shvatiti jer kršćanstvo je to učinilo kao gotovo univerzalno prihvaćenu istinu - da je to najveća religiozna stvar, najduhovnija stvar, voljeti bolesne. No to je apsolutno protivno psihologiji i protivno prirodi. Kada volite oboljelog, vi mu ne pomažete da bi se oporavio od njegove bolesti jer kada je on zdrav, njega nitko ne voli. Bolest je dobar izgovor, izaziva druge da ga vole.

Možda ste to već vidjeli, ali niste o tome razmišljali. Žena čitav dan radi, savršeno zdrava, ali kada muž dolazi kući vidjevši ga kroz prozor, ona odlazi u krevet. Ima glavobolju - jer ako nema glavobolju, muž ne pokazuje ljubav. No ako nju boli glava, on nevoljko sjeda kraj nje, masira joj glavu, pokazuje neku lažnu vrstu ljubavi, govori joj slatke i lijepe riječi. Mjesecima je nije nazvao 'draga'. A to je ono što ona želi čuti: "Volim te i to ne samo danas, voljet ću te zauvijek."

Čudno je što djeci vašu ljubav pokazujete kada su bolesna. No vi ne razumijete jednostavnu psihologiju združenosti - bolest i ljubav postaju združene. Kad god dijete treba vašu ljubav, ono mora oboljeti. Koga se tiče zdravo dijete, koga se tiče zdrava supruga, koga se tiče zdravi suprug? Ljubav dolazi kao lijek, potrebna je samo kod bolesti.

Želim da vam bude jasno: pobrinite se za bolesnog, ali nikada ne pokazujte ljubav. Brinuti o oboljelom potpuno je druga stvar. Budite indiferentni jer glavobolja i nije neka velika stvar. Poklonite pažnju ali izbjegavajte vaše slatke tričarije, budite pažljivi na sasvim praktičan način. Dajte joj lijek, ali ne pokazujte ljubav jer to je opasno. Kada je dijete bolesno, pobrinite se, ali budite apsolutno indiferentni. Neka dijete shvati da vas ne može ucjenjivati bolešću. Čitavo se čovječanstvo međusobno ucjenjuje. Bolest, starost, bolest je naprosto postala zahtijevanje: "Ti me moraš voljeti jer sam bolestan i jer sam star..."

Kada je netko bolestan i vi pokažete ljubav...To je rutina koju čovječanstvo slijedi. Bolesnoj osobi ne pokazujete ljutnju, čak iako ste ljuti. Bolesnoj osobi, iako je ne volite, vi pokazujete ljubav; ako ne možete pokazati ljubav, tada barem pokažite samilost. No to su opasnosti i vrlo su protivne psihološkim otkrićima....

Vi morate voljeti sebe, bez da razmišljate zaslužujete li to ili ne. Vi ste živi - to je dovoljan razlog da zaslužujete ljubav, isto kao što zaslužujete da dišete. Vi ne razmišljate

zaslužujete li disati ili ne. Ljubav je suptilna hrana duši, kao što je to jelo tijelu. A kada ste puni ljubavi za sebe, tada ćete moći voljeti druge. Volite jake i zdrave.

Brinite o bolesnima, brinite o starima, ali briga je potpuno druga stvar. Razlika između brige i ljubavi je kao razlika između majke i bolničarke. Bolničarka se brine, majka voli. Kada je dijete bolesno, za majku je bolje da bude samo bolničarka. Kada je dijete zdravo, tada mu dajte ljubavi koliko god možete. Pustite neka ljubav bude združena sa zdravljem, snagom, inteligencijom - to će djetetu pomoći u životu, dugoročno.

7. ISCJELJUJUCI DODIR

Masaža je nešto što možete početi učiti, ali nikada nećete završiti. To traje i traje, a iskustvo neprekidno postaje produbljenije i uzvišenije. Masaža je jedna od najsuptilnijih vještina - i tu nije samo pitanje umještosti. Više je ljubav u pitanju.

Naučite tehniku - i zaboravite je. Tada samo osjećajte i krećite se po osjećaju. Kada učite dubinski, tada je devedeset posto posla ljubav, deset posto je tehnika. Uslijed samog dodira, dodira iz ljubavi, nešto u tijelu opušta se.

Ako volite i ako imate suosjećanja za drugu osobu, osjećate njegovu krajnju vrijednost; ako je ne tretirate kao mehanizam koji treba srediti, već kao energiju od silne vrijednosti. Ako ste joj zahvalni što vam vjeruje i što vam dozvoljava da se igrate njezinom energijom - tada ćete malo-pomalo osjetiti kao da svirate na orguljama. Čitavo tijelo postaje klavijatura i možete osjetiti kako se u tijelu stvara harmonija. Sada ne pomažete samo osobi, već i sebi.

Masaža je potrebna svijetu jer ljubav se izgubila. Nekada je samo dodir ljubavnika bio dovoljan. Majka bi dodirivala dijete, igrala se njegovim tijelom, to je bila masaža. Muž se igrao sa ženinim tijelom i to je bila masaža. To je bilo dovoljno, više nego dovoljno. Bilo je to duboko opuštanje i dio ljubavi. No to se izgubilo. Postepeno smo zaboravili gdje treba dodirivati, kako dodirivati, kako duboko dodirivati.

U stvari, dodir je jedan među jezicima koji su zaboravljeni. Postali smo nespretni u dodirivanju jer samu tu riječ iskvarili su tako zvani religiozni ljudi. Obojili su je seksualnošću. Riječ je postala seksualna i ljudi su se počeli bojati. Svatko se čuva da ne bi bio dodirnut, osim ako ne dozvoli. Sada je na zapadu nastala nova suprotnost. Dodir i masaža postali su seksualni. Masaža je sada samo krinka za seksualnost. U stvarnosti, niti dodir niti masaža nisu seksualni. Njihova uloga je ljubav. Kada ljubav padne sa svojih visina, tada to postaje seks i tada to postaje ružno.

Budite pobožni. Kada dodirujete tijelo osobe, budite pobožni - kao da je sam bog tamo, a vi mu tek služite. Tecite totalnom energijom. I uvijek kada vidite tijelo kako struji, a energija stvara novi oblike harmonije, osjetit ćete takav ushit kao nikada do sada. Vi ćete uroniti u duboku meditaciju.

\ Kada masirate, radite samo to. Nemojte misliti na druge stvari jer one odvlače pažnju. Budite u svojim prstima, u svojim rukama kao da je vaše čitavo biće, vaša duša tamo. Neka to ne bude samo dodir tijela. Sva vaša duša ulazi u tijelo drugoga, prožima ga, opušta najdublje dijelove. I neka to bude igra. Ne radite to kao posao, neka bude igra i zabava. Smijte se i navedite druge da se smiju.

Masaža služi da bi postali prisni s tijelom nekoga drugoga i osjetili gdje nije u redu, da bi osjetili gdje je nepotpuno i učinili ga cijelim.. pomogli tjelesnim energijama da budu jedna cjelina, da ne budu u suprotnosti. Uspjeli ste onda kada se energije tijela usklade i postanu orkestar.

Imajte puno poštovanja prema ljudskome tijelu. To je božje utočište, božji hram. Učite svoju vještinu s dubokim poštovanjem i molitvom. To je jedna od najvećih stvari za učenje.

Samo položite svoje ruke na dio osobe gdje je to potrebno. Ako osoba ima glavobolju, položite ruke na njenu glavu, zatvorite oči, počnite osjećati kako se energija prelijeva, u rukama ćete osjetiti trace, one će se naelektrizirati. Ako osoba ima problema s trbuhom, položite ruke na trbuh. Treba dodirnuti dio kojem treba pomoć. Po mogućnosti taj dio treba biti bez odjeće, učinak će biti bolji. Ali ne dodirujte taj dio više od jedne minute jer bolest bi mogla poteći prema vama.

Energija je ritam: jednu minutu ide prema van, drugu prema unutra. Obratite pažnju na to da kada stavite ruke na nečije tijelo, izdahnite, uskladite izdah i uzdah. Kada položite ruke, izdahnite i nastavite izdisati, kada vidite da više ne možete izdisati, tada maknite ruke i udahnite. Ako udišete dok su ruke položene, mogli bi oboljeti. Osoba bi bila izliječena a vi bi patili, a to je nepotrebno. Samo položite ruke kod izdisanja i maknite ih kod udisanja.

Kada osobu iscjeljujete, toliko se energije izlijeva da ako dodirnete, to će biti gotovo kao gola električna žica. On bi se mogao uplašiti i zatvoriti svoja vrata. A ako su vrata zatvorena, vi možete nastaviti sipati ali se ništa neće dogoditi. Iscjeljivanje je moguće ne samo zbog vaše energije, već samo onda kada vaša energija ulazi u drugu osobu i postaje njegova

energija. Ako doctе do vrata i vrati se, nikakvo iscjeljenje se ne događa.

Zbog toga nikada ne iscjeljujте osobu koja vam ne vjeruje - nikada ne pokušavajте jer to nije moguće. Ako osoba sumnja u vas, zaboravite ju. To je moguće samo u dubokom povjerenju, a ako to pokušate na osobi koja neće imati povjerenja u vas, vi ćete sami postati nepovjerljivi prema vlastitoj energiji. Ako promašite više puta, pomislit ćete: "Ništa se ne događa. Ja nemam energiju." U stvari, svaka osoba ima iscjeljujuću energiju. To je nešto prirodno. Nije točno da su samo neki ljudi iscjelitelji. Svaka je osoba iscjelitelj, samo što je zaboravila tu sposobnost ili je nikada nije upotrebljavala, ili ju je upotrebljavala na pogrešan način i osjećala da to nikada ne djeluje.

Nemojte nikada to raditi na nekome tko vas izazove. To nije izazov. Ako je netko spreman surađivati, tada je to predivno iskustvo. U početku nikada ne dodirujте. Kada osoba bude sve opuštenija i vi osjetite...kažem osjetite - ne da mislite. Ako osjetite potrebu za dodirom - na primjer ona ima glavobolju ili je boli trbuh, ili nešto drugo i vi osjetite da će sam dodir pomoći - tada dodirnite, ali prvo dopustite da ona dođe s vama u sklad. Prvo pružite energetsку masажu, bez dodira.

Držite rastojanje na oko 5cm jer aura osobe je oko 15 cm udaljena od tijela, na udaljenosti od 5-7,5 cm vi dodirujте njegovu energetsку auru. Ne dirate njegovo fizičko tijelo, već njegovo suptilno tijelo, to je dovoljno. Vi ste ga

stvarno dodirnuli, ali on se toga neće bojati. Kada osjetite da osoba sudjeluje, kada njezino povjerenje postane beskraјno i vi vidite da ona struji s vama, možete osjetiti da je vaša energija apsorbirana - nije odbačena, ona postaje kao spužva i upija - tada je to vrhunac. Na toј točki sva energija se raspršuje i ulazi najdublje.

Nakon svakog iscjeljivanja dobro je da se istuširate ako je moguće. Ako nije, tada odmah operite ruke i protresite ih. Uvijek se događa da kada pretačete vašu energiju u drugu osobu, njegova vlastita energija ponekad se pretače u vas, one se preklapaju. Ponekad osoba može biti veoma jaka, jača od vas. Ponekad osoba može biti slaba, ali njezina bolest može biti vrlo jaka i te vibracije mogu ući u vas i biti destruktivne. One vas mogu učiniti bolesnima, napetima. Iscjeljivanje je dobro, ali ne na vlastiti račun jer tada je to glupo i vi ne možete mnogo iscjeljivati. Prije ili kasnije vi ćete jako oboljeti i bit ćete veoma zbunjeni.

Masaža nije samo masaža. Vi razmjenjujete energiju i osim ako nemate energije koja u vama kola, ubrzo ćete postati umorni. Tada je to veliki rizik. Nije problem fizički umor, on nije važan jer vi ćete se naspavati, najesti i on će nestati. Ali masaže je dublja razmjena energije. Kada masirate nečije tijelo tada nisu umiješana samo tijela već i suptilna tijela, energetska tijela. Dvije bioplazme. Osoba koju masirate može uzeti previše vaše bioplazme. Osim ako nemate konstantnu unutarnju opskrbu, ako niste spojeni s izvorom, to će vas previše istrošiti. To se možda neće odmah

odraziti jer ste mladi. Možda mjesecima ili godinama to se neće dogoditi, ali jednoga dana vi ćete se slomiti.

Po meni, netko prvo mora raditi na sebi i postati vrlo centriran. Kada ste u centru, tada *vi* niste. Kada ste u centru, tada izvor počinje funkcionirati. Tada ste vi samo provodnik. Kozmos počinje strujati kroz vas i tada nema problema. Vi možete davati energije koliko god želite i stalno ćete dobivati novu. Vi tada niste kao rezervoar vode gdje nema izvora. Vi ste kao vrelo, s još mnogo izvora; gdje uzimate vodu a nova doteče - ne može se iscrpiti. U stvari, vi uzimate staru, ustajalu vodu, a svježa, živa voda ulazi. Izvor je veoma sretan, vi ga oslobađate prošloga, staroga i stagnirajućega. Dakle, ako vi strujite, ako vaša energija cvjeta, tada nema problema.

Masaža, iscjeljivanje i taj fenomen vrlo su suptilni. U pitanju nije samo poznavanje tehnike, veliko je pitanje kako doći do izvora i tada nema problema. Tada se ne opterećujete s tehnikom, znate li je ili ne. Možete jednostavno započeti igru s nečijim tijelom i energija će poteći, a to će biti veoma blagotvorno. No stvaran dobitak je onda kada i osoba koja masira osjeti blagotvornost - tada je to stvaran dobitak. Tada su iscjelitelj i iscjeljivani na dobitku. Nitko ne gubi.

8. MEDITACIJA I PSIHIJARIJA

Niti jedna psihoterapija nema kvalitetu meditacije jer niti jedna psihoterapija nije proizvela prosvijetljeno biće. Njihovi utemeljitelji nisu bili prosvijetljeni, a prosvijetljena bića na istoku nikada se nisu mučila oko psihoterapije. Nisu se opterećivali čak niti s psihologijom ili samim umom jer za njih nije bilo upitno kako riješiti problem uma, već kako izaći iz uma, što je lakše. Tada svi problemi prestaju jer jednom kada ste van uma, on više nije podržan da bi stvarao probleme. U suprotnome to je jedan proces bez kraja. Vas psihoanaliziraju, svejedno na ili—ili stari način jer to su samo varijacije na istu temu. Nakon psihološke seanse vaš se um osjeća dobro i svježije. Također ponešto i shvatite i to vas održi normalnima.

U stvari, svi psihoterapeuti u službi su države, njihova je uloga da ne dozvole ljudima postati abnormalnima. Netko napusti stado i njegova pravila, te čini stvari koje ne bi trebao činiti....Oni mogu biti bezopasni, no društvo ne može tolerirati takve ljude. Njih treba dovesti u normalu, na standarde prosječnosti.

Posao psihoterapeuta je da očisti vaš um. To je neka vrsta podmazivanja vašega mehanizma - on radi nešto bolje i vi počinjete malo bolje shvaćati kako um funkcionira, prem-

da to ne izaziva neku revolucionarnu promjenu. Moguće je da ćete jedan problem riješiti, no niste uklonili uzrok. Sam um je problem. Dakle, *vi* možete otkloniti jedan problem a *um* će stvoriti drugi. To je kao obrezivanje drveta: vi odrežete jedan list, a drvo će zbog poštovanja i dostojanstva potjerati tri lista tamo gdje je bio jedan. Zbog toga se i vrtovi obrezuju, kako bi drveće davalo više lišća.

Ista je stvar i s umom, možete otkloniti jedan problem - a to košta - no um koji stvara probleme još uvijek je tamo, a psihoanalitičari ne idu van ograničenja uma. Um će stvoriti novi problem, kompliciraniji od onoga kojeg ste riješili. Prirodno, um shvaća da vi možete riješiti tu vrstu problema, pa stvara nešto novo, kompliciranije, više lišća.

Meditacija je sasvim nešto drugo nego psihoanalize ili druge terapije koje su ograničene na um. To je jednostavno iskakanje iz uma: "Ti imaš svoje probleme - ja idem doma." Pošto je um parazit, on nema svoje vlastito postojanje. Njemu ste potrebni vi unutar njega, pa može nastaviti izjedati vas, vašu glavu. Jednom kada iskočite iz njega, um je samo groblje. Svi oni problemi koji su bili preveliki, otpadaju, oni jednostavno padaju mrtvi.

Meditacija je potpuno druga dimenzija: jednostavno promatrate um i gledajući vi izlazite iz njega. Polako, um sa svim svojim problemima nestaje, inače će um stvarati čudne probleme...

Um je vaš jedini problem - svi ostali problemi samo

su izdanci uma. Meditacija odsijeca um u samom njegovom korijenu. Sve te terapije: Gestalt, Glasovni dijalog, Fritz Perls - možemo ih upotrijebiti za one koji još nisu ušli u meditaciju, kako bi došli do malo razumijevanja uma i pronašli vrata kroz koja će izaći. Mi upotrebljavamo sve vrste terapija koje pomažu, ali ne za meditante. One pomažu samo u početku, dok se još niste priviknuli na meditaciju. Jednom kada postanete meditativni, nije vam potrebna nikakva terapija, nijedna terapija tada nije od pomoći. No u početku, može pomoći, naročito zapadnim sljedbenicima...Sigmund Freud u pravu je jedino u vezi zapadnog uma i njegove tradicije. Kada on kaže da svaka djevojka mrzi svoju majku jer ona voli oca, čitava stvar bazirana je na njihovom razumijevanju seksa, ljubav u suprotnosti sa seksom. Djevojke vole očeve, dječaci vole majke. Ali djevojke ne mogu izraziti svoju ljubav, naročito one ne mogu biti seksualno povezane s ocem, a majka je povezana seksualno. One postaju ljubomorne na majke - majka je njihov neprijatelj. Dječaci postaju neprijatelji očevima jer ne mogu voditi ljubav s majkom. Japanci ne mogu čak ni misliti o tome, ni Indijci ne mogu misliti o tome - posve drugačiji odgoj. Sigmund Freud, ili Adler, ili Jung, ili Fritz Perls, oni pojma nemaju. Čak ni u svojim snovima oni ne mogu pomisliti da ljudi mogu biti različiti od zapadnjaka...

Na istoku psihoanalize nisu od velike pomoći. Volim da zapadnjaci prođu kroz grupe kako bi pročistili um. S

čistim umom lakše je učiti u meditaciju. Ali kad ne uđete u meditaciju već ovisite o čišćenju uma, tada ćete ga čistiti čitav život i nećete nikamo doći. Zbog njegove drugačije orijentacije, istok bi trebao na sveučilištima naći mjesta za meditaciju, ne za psihoanalize.

Stoljećima je problem istoka bio kako izaći van uma - jedan jedini problem. Ali za zapadnjački um koji se razvijao u drugačijem smjeru, nikada nije bilo govora o transcendiranju uma. Ja sam pogledao u židovske izvore, u kršćanske izvore. Tamo ne postoji niti jedna izjava, u čitavoj povijesti zapada, da bi netko učinio ma kakav napor da izađe van uma. Oni su um upotrebljavali kako bi molili, upotrebljavali su um kako bi vjerovali u boga, upotrebljavali su um kako bi postali religiozni, kreposni, ali nikada nisu ni pomislili da postoji mogućnost odlaska van uma.

Na istoku se jedino za tim tragalo. Sav genij istoka radio je samo na jednoj stvari: kako otići van uma jer ako možete riješiti svoje ukupne probleme time da odete van uma, zašto ih onda rješavati pojedinačno? Um će nastaviti stvarati, to je vrlo kreativna sila. Vi jedan problem riješite, drugi se pojavi. Vi riješite taj problem, slijedeći se pojavi. To je za psihoanalitičara dobar posao jer on zna da vi nikada nećete biti izliječeni. Vi nećete biti izliječeni od uma, on vas liječi samo od specifičnog problema. Vaš um je tamo, izvor svega. On nikada ne odsijeca korijene, on odsijeca samo lišće, eventualno grane, ali one će ponovno narasti - korijeni ostaju.

Meditacija odsijeca same korijene problema. Ponašam: um je jedini problem i sve dok ne odete van uma, vi nikada nećete biti van problema. Čudno je da do danas zapadni psiholozi nisu ni pokušali dublje razmisliti o činjenici da je istok dao toliko prosvjetljenih ljudi. Nitko se od njih nije bavio analizama uma...pronađeno je stotine metoda koje vam mogu pomoći transcendirati um, a jednom kada ste van uma, svi ti problemi izgledaju kao da su tuđi. Vi dolazite do stanja promatrača na brijegu, a svi problemi su u dolini. Oni na vas nemaju nikakav utjecaj, vi ste otišli van njih.

Zapad je ostao do krajnosti centriran u umu. Sve o čemu se na zapadu misli je materija i um. Materija je stvarnost a um je samo nusprodukt; izvan uma nema ničega. Na istoku je materija iluzorna, um je nusprodukt svih vaših iluzija, projekcija, snova. Vaša je stvarnost izvan materije i uma. Mi na istoku dijelimo stvarnost na tri dijela: materija je izvanjska, duša je unutaranja, um je između toga dvoje. Materija ima relativnu realnost, nije apsolutno realna, samo relativno realna. Um je apsolutno nerealan, a duša je apsolutno realna.

To je sasvim drugačija kategorizacija čovječanstva. Na zapadu su kategorije jednostavne: materija je realna, um je samo nusprodukt, a izvan uma nema ničega. Upamtite: ako meditirate, tada ništa drugo nije potrebno. Ako ne meditirate, tada ti psihoterapeuti mogu biti od pomoći kao stepenica za meditaciju...zapad je bio iskorištavan kroz

sve vrste prijevara, iz jednostavnog razloga zapad nije sam pogledao u meditaciju. Bilo koji idiot dode i nešto kaže, okupi sljedbenike jer oni pojma nemaju što je meditacija. Ni mantranje ni levitacija - te stvari nemaju ništa s meditacijom. Meditacija ima samo jednu svrhu, a ta je da se ode van uma i postane svjedok. Čudo je u vašem svjedočenju - sav misterij života.

U Newsweeku sam pročitao vic, u sklopu članka o takozvanoj brzopoteznoj terapiji. Sredovječan čovjek godinama je svoju obitelj bacao u očaj zbog svoje nezgodne navike. On je kidao papir na komadiće koje je zatim razbacivao po podu, bilo kamo da je išao. Obitelj ga je vodila uspješnim Frojdocima, Jungovcima, Adlerijancima, ali bez rezultata. U svim pokušajima da ubace svjetlo u mračne ponore njegove podsvijesti, gdje mora da ta navika ima dom, oni su promašili.

Na kraju ga je rodbina odvela jednome mračnom ali inovativnom psihoterapeutu. Taj je čarobnjak prošetao kroz ured s novim pacijentom, šapćući mu nešto na uho. Tada je rekao iznenađenoj rodbini: "Možete ga odvesti kući, izliječen"

Kada se ni nakon godinu dana navika nije vratila, zahvalna je rodbina upitala doktora što je rekao pacijentu. Slegnuvši ramenima on reče: "Nemoj kidati papir." Želite li ovo komentirati?

Tajne života veoma su jednostavne, no um ih pokušava učiniti zamršenima^Um voli zamršenost iz je-

dnostavnog razloga što je on potreban samo onda kada je nešto zamršeno. Ako ništa nije zamršeno, sva potreba za postojanjem uma prestaje.

On se ne želi odreći svog gospodarenja nad vama. On je samo sluga, ali nekako je uspio postati gospodar i stvari u vašem životu su se izokrenule.

Vic ukazuje na veoma očitu stvar. Čovjek je kidao papir i svuda ga razbacivao. Prirodno, svi su mislili da je nešto krenulo loše i da on treba psihoanalizu, neku poznatu osobu koja razumije putove uma i može ga srediti. Nitko mu čak nije ni pokušao reći: "Nemoj to činiti."

Bilo je očito da je čovjek poludio, pa su obilazili Frojdocve, Jungovce, Adlerijance, velike psihoanalitičare. I svi ti psihoanalitičari teško su radili, satima, godinama, analizirali snove čovjeka koji je kidao komadiće papira i razbacivao ih okolo. No nitko nije uspio. Na kraju su ga odveli čarobnjaku koji ga je izliječio.

Ali Newsweek su snobovske novine, pa vic nije kompletan. Zbog toga vi ne vidite čega ima u tom vicu.

Čarobnjak ga je prošetao gore-dolje po stubištu i tada mu šapnuo na uho: "Prestani kidati papire, inače ću te gurnuti nogom s vrha stepeništa." A bio je to snažan čovjek. "Čuvaj se jer ja ne vjerujem ni u psihoanalize ni u ništa drugo, jedino u udaranje nogom. I ja ljude gurnem s ovog mjesta. Oni se kotrljaju preko stotina stepenica do ulice. Sada idi kući i upamti da ja imam samo jedan trik. Kad mi dovedu čovjeka oboljelog od bilo koje mentalne

bolesti, ja ga izliječim. Zbog toga sam šetao s tobom po stubištu, kako bi vidio što znači kada te udarim nogom. Sada samo idi kući i pamti to. Slijedeći puta ništa neću govoriti, jednostavno ću to uraditi." I čovjek je to razumio. Svatko bi to razumio.

Oni su izostavili dio vica i uništili svu njegovu ljepotu. Taj je čovjek uživao u djetinjoj stvari, kidao bi papire na komadiće i razbacivao ih posvuda. To je postalo zadovoljstvo jer su svi bili zbunjeni. To je jednostavno bio djetinjast fenomen. Čovjek je bio retardiran, nikakve psihoanalize nisu mu trebale. Trebao mu je dobar udarac nogom — to je bio jezik koji je odmah razumio.

U mnogo čemu mi razmišljamo o jednostavnim stvarima na kompliciran način. Naši su problemi uglavnom vrlo jednostavni, ali um vas zbunjuje. Postoje ljudi koji vas iskorištavaju. Oni vaš problem učine još kompliciranijim.

Jednom su mi doveli dječaka. Bora da mu je bilo oko šesnaest ili sedamnaest godina. Njegova je obitelj bila zabrinuta i uznemirena iako to nije bilo potrebno. Dječak je govorio kako su mu u trbuh ušle dvije muhe, a sada se kreću po čitavom tijelu - sada su u glavi, sada u ruci.

Vodili su ga liječnicima, psihijatrima. Oni su rekli da to nije bolest. Snimali su ga i nisu našli ni muhe niti išta drugo. Njemu su rekli: "Kod tebe nema nikakvih muha." Ali on bi govorio: "Ali kako da vam vjerujem? One se kreću u mojem tijelu. Da li ću vjerovati svom iskustvu ili vašim objašnjenjima?"

Slučajno je netko roditeljima predložio mene i doveli

su ga. Saslušao sam čitavu priču. Dječak je izgledao nevoljko, tvrdoglavo, već umoran od svih tih doktora koji su mu govorili da nema muha.

Rekao sam: "Doveli ste ga k pravom čovjeku. Ja mogu vidjeti muhe. Jadni dječak pati a vi mu govorite da je glup." Dječak se opustio. Svidio sam mu se - po prvi puta netko prihvaća njegovu ideju o muhama.

Rekoh: "Ja znam kako su one ušle. Ti sigurno spavaš s otvorenim ustima."

Dječak reče: "Da."

Rekoh: "To je tako jednostavna stvar. Kada spavaš s otvorenim ustima, bilo što može ući. Ti si sretan što su to samo muhe. Vidio sam ljude kojima su ušli štakori..."

On reče: "Bože, štakori?"

Rekoh: "Ne samo štakori, za njima su ušle i mačke."

On reče: "Mora da su ti ljudi bili u grdnoj nevolji."

Rekoh: "Da, to nije ništa, tvoj je slučaj vrlo jednostavan - tek dvije muhe. Samo tu legni i ja ću ih izvaditi."

On reče: "Vi ste prvi čovjek koji je pokazao razumijevanje za jadnog dječaka. Nitko mene ne sluša. Stalno govorim da su muhe tu. Pokazujem im mjesto...sada su ovdje, sada su se premjestile tamo...a svi oni se smiju, rade budalu od mene."

Rekoh: "Svi oni su budale. Oni nisu prošli kroz

nešto takvo, ali za mene je to specijalnost. Ja radim samo s ljudima koji spavaju otvorenih usta."

On reče: "Znam da vi razumijete, odmah ste vidjeli da su one tamo - točno gdje jesu."

Rekao sam roditeljima da izađu i ostave dječaka sa mnom petnaest minuta. Rekao sam mu da legne. Prekrio sam mu oči i rekao da usta drži otvorenima.

Ali on reče: "'Sto ako ih više uđe?"

Rekoh: "Ne brini, ovdje je klima-uređaj i nema muha. Ti samo tu leži s otvorenim ustima, ja ću ih pokušati nagovoriti da izađu."

Ostavio sam ga i prošao kroz kuću kako bih uhvatio dvije muhe, to još nikada nisam radio. Nekako sam uspio i muhe stavio u malu bočicu. Stavio sam bočicu pred njega i skinuo pokrov s njegovih očiju.

On reče: "Tako male muhe, a stvarale su takvu buku! Život su mi uništavale. Možeš mi ih sada dati?"

Rekoh: "Da, mogu, ali što ćeš s njima?"

On reče: "Pokazat ću ih svim onim doktorima i psihijatrima koji su naplatili honorar a da nisu ništa učinili, a tvrdili su da nema muha. Svima koji su to tvrdili ja ću pokazati ove muhe."

Bio je izliječen. Njegov um bio je zapeo u jednoj ideji. Ali ako odete psihoanalitičaru, on će od krtičnjaka napraviti planinu - toliko teorija, objašnjenja... to može potrajati godinama a problem je još ovdje jer problem nije ni taknut. On je o tome filozofirao i sada pokušava filozofirati nad jadnim pacijentom.

Većina bolesti uma - a sedamdeset pet posto bolesti jesu bolesti uma - može se lako izliječiti. Osnovna je stvar prihvatiti: nemojte nijekati jer nijekanjem mu povređujete ponos. Sto ćete više nijekati, on će više ustrajati, to je logično. Vi niječete njegovo shvaćanje, vi niječete njegove osjećaje, vi niječete njegovu ljudskost, njegovo dostojanstvo. Vi mu govorite da on ništa ne zna o svojem vlastitom tijelu.

Prva stepenica je prihvatiti: "Da, u pravu si. Svi koji su nijekali bili su u krivu." I prvi dio posla je obavljen. Stvorena je sućutna veza s osobom. Oni koji pate od bilo koje mentalne bolesti trebaju sućut, trebaju odobravanje, a ne nijekanje. Oni ne žele da ih se pretvori u umobolnu osobu. Samo im pokažite sućut, razumijevanje, ophodite se s ljubavlju.

Dopustite da vam se približe i tada pronađite jednostavan način. Nemojte ga salijetati frojdovskim zapisima - to su gotovo svete knjige, literatura psihoanalitičara stalno se umnožava. Vi iskušavate sve te ideje na jadnom čovjeku, a njemu nije bog zna što.

Po mom shvaćanju svakom čovjeku je potrebna ljubav, također i on treba voljeti. Svaki čovjek treba prijateljstvo i sućut - i svaki čovjek želi vam to dati.

Ovo se dogodilo kada je George Bernard Shaw imao gotovo osamdeset godina.

Njegovom osobnom liječniku bilo je devedeset godina i oni su bili veliki prijatelji.

Jednom, usred noći Bernard Shaw osjeti iznenadnu bol kod srca. Uplašio se misleći da je srčani udar. Nazvao je

doktora i rekao: "Dođi odmah jer ja možda neću dočekati jutro."

Doktor reče: "Drži se, dolazim, ne brini." I došao je. Morao je prijeći tri niza stepenica noseći torbu. Preznojavao se.

Kad je došao, stavio je torbu na pod, sjeo i zatvorio oči. Bernard Shaw ga upita: "Što je bilo?" Doktor je stavio ruku na svoje srce. Bernard Shaw reče: "Bože, pa ti imaš srčani udar!" Mogao je vidjeti, devedesetogodišnji čovjek, tri niza stepenica, preznojavao se.

Bernard Shaw je ustao, počeo mahati nad njim, umio mu je lice hladnom vodom, dao mu malo konjaka jer noć je bila hladna. Prekrio ga je dekom, pokušavao je na sve načine i potpuno je zaboravio na vlastiti srčani napad zbog kojega je pozvao doktora.

Nakon pola sata doktor se osjećao bolje i rekao je: "Sada mi je dobro. Ovo je bio jaki srčani udar. Ovo se dogodilo već treći puta i ja sam pomislio da je posljednji, ali ti si mi puno pomogao. Sada mi daj honorar."

Bernard Shaw reče: "Honorar? Skakao sam oko tebe, služio ti. Ti bi meni morao dati honorar."

Doktor reče: "Gluposti. Ovo je bila samo gluma. Ja to radim sa svakim srčanim bolesnikom i uvijek upali. Oni zaborave vlastiti napad i brinu se za mene, devedeset godišnjaka. Samo mi daj moj honorar. Već je prošla polovica noći i moram kući.". I uzeo je honorar.

Bernard Shaw reče: "To je nešto. Mislio sam da sam

ja šaljivdžija, ali ovaj je doktor praktični šaljivdžija. Stvarno me izliječio." Otipao je svoje srce, bilo je sasvim u redu. Potpuno je zaboravio na njega. To je bila samo lagana bol koju je njegov um umnogostručio.. njegov strah od srčanog udara, njegova ideja o srčanom udaru, njegova ideja o smrti, sve se to uvećalo.

No doktor je zbilja bio dobar. Bernarda Shawa digao je na noge, dobio piće i ostalo, skupio honorar i spustio se niz stepenište. Bernard Shaw izgledao je potpuno smeteno: "Taj čovjek kaže da to radi sa svim srčanim bolesnicima i da je uvijek bio uspješan. Samo zbog svojih godina on to predivno uspijeva. Svatko će zaboraviti..svaki bi drugi liječnik to zakomplicirao, injekcijama, lijekovima i odmorom, promjenom klime ili cjelodnevnom njegovom. Ali on je to učinio na brzinu, bez kompliciranja."

Vidio sam sve vrste slučajeva vezanih uz um. Sve što je njima potrebno je pristupati im sućutno i s ljubavlju. Svaki slučaj treba jedinstven tretman. Sve što je nad njim učinjeno, uobičajeno je. Zbog toga pacijent polako, polako počinje osjećati kako je uspješno pobijedio sve vrste doktora: alopatske, homeopatske, ayurvedske, akupunkturiste, akupresuriste - sve vrste ljudi i nitko ga ne može izliječiti. U njemu se počinje stvarati određeni ego da je njegova bolest nešto vrlo posebno. On želi biti prihvaćen kao poseban. To je nadomjestak

Ovo treba shvatiti: svatko želi biti poseban, specijalan - veliki muzičar, veliki plesač, veliki pjesnik - ali to ne

može svatko postati. Da bi se postalo velikim muzičarem potrebna je dugotrajna i mukotrpa disciplina...

Cini se da su svi zatvoreni. Ničije srce nema otvorene prozore. Ničija vrata nisu otvorena da bi dočekala goste. Čitava ta situacija čini čudne stvari. Prava potreba ljudskoga uma nije ispunjena i on se počinje čudno ponašati.

Vjerojatno je to bio jedini razlog što je onaj čovjek kidao papir i komadiće razbacivao na sve strane - samo da bi se znalo: "Ja sam ovdje i različit sam od svih. Ja radim nešto što nitko drugi ne radi." On vjerojatno nije bio prihvaćen, nije bio voljen. A njegovo liječenje bilo je gore od bolesti. To je bila stvarna bolest, to što ga nitko nije volio. I sada mu je mag dao lijek: ""Ako to još jednom učiniš, tako ću te jako udariti nogom da ćeš se skotrljati po svih sto stepenica i u komadićima doći do ulice." On je prestao to raditi, umjesto da primi ljubav, on je bio još jače uplašen. Strah također može izmijeniti vaše ponašanje, ali to nije promjena na bolje, već na gore. Ljubav je dostupna, ništa ne košta, zašto je onda ne upotrijebiti?

Osim ljubavi, ja ne vidim neku drugu psihoterapiju. Ako psihoterapeut može obasipati svojom ljubavlju, tada će bolest nestati bez ikakvih analiza.

Sve analize tek su bijeg. Psihoanalitičar i sam izbjegava ljubav. On izbjegava pogledati pacijentu u lice. Boji se prepoznati stvarnost. Niti jedan pripadnik freudovskog smjera, koji je najveći i najvažniji, ne sjedi preko puta pacijenta. Pacijent leži na kauču a psihoanalitičar sjedi pored

njega. Pacijent, ležeći na kauču, govori - nikome, dok psihoanalitičar samo sjedi tamo. Bez ljudskog dodira - on ne može niti primiti pacijenta za ruku, ne može pogledati u njegove oči.

Na istoku se nikada nije dogodilo nešto ni slično psihoanalizi iz jednostavnog razloga što tamo ima na tisuće majstora, u dubokoj meditaciji. Za svakoga tko bi došao k njima, njihova ljubav, njihovo suosjećanje, način na koji bi pogledali pacijenta, bili su dovoljni. Ljudi bi bili izliječeni. Neurotični i psihotični ljudi bili bi trenutno izmijenjeni. Sve što im je bilo potrebno bila je beskrajna ljubav koja ništa ne zahtijeva - smiren i tih čovjek, čija je sama prisutnost lijek. Čovjek koji je meditirao dugo vremena postao je beskrajn izvor. On zrači nečime što je nevidljivo oku, no srcu je dostupno. Nešto dopre do vašega najdublje bića i promijeni vas.

Problemi su jednostavni. Rješenja su jednostavna. Netko samo mora izaći iz uma da bi vidio tu jednostavnost. A tada, sve što će učiniti čovjek koji je u tišini, miran, radostan, bit će ljekovito, donijet će ozdravljenje. To će biti iscjeljujuća sila.

Psihijatri bi morali biti meditativniji od svih ostalih jer vaš je posao u svakom slučaju opasan. Ako niste veoma hladnokrvni i tihi, dok na vas mogu utjecati vanjske stvari, to je vrlo opasno. Mnogo više psihijataru poludi nego ljudi ostalih profesija. I mnogo više psihijataru počini samoubojstvo nego ljudi ostalih profesija. O tome treba razmisliti.

Proporcije su zaista prevelike! Duplo više samoubojstava. To jednostavno ukazuje da je profesija prepuna opasnosti. Tome je tako jer kad god tretirate osobu psihički uznemirenu, u neprilici, on stalno emitira svoje vibracije. On stalno izbacuje svoju energiju, svoje negativne valove na vas, a vi ga morate slušati. Morate biti vrlo pažljivi. Morate voditi brigu, voljeti ga, biti suosjećajan prema njemu, jedino tako mu možete pomoći. On stalno na vas izbacuje negativno nabijenu energiju i vi to apsorbirate. U stvari, što pažljivije slušate, to više apsorbirate.

Kad stalno živite s neurotičnim i psihotičnim ljudima, vi počinjete razmišljati, nesvjesno, kako je to ono što čovječanstvo jest. Malo-pomalo mi postajemo kao ljudi s kojima živimo jer nitko nije samo otok. Znači ako radite s tužnim ljudima i vi ćete postati tužni. Ako radite sa sretnim ljudima i vi ćete postati sretni jer sve je zarazno. Neuroza je zarazna, samoubojstvo je isto zarazno.

Ako živite u blizini ljudi koji su prosvjetljeni, vrlo svjesni, tada će nešto u vama početi odgovarati na tu višu mogućnost. Kada živite s ljudima koji su nisko, abnormalno nisko, izopačeni, tada će nešto morbidno u vama početi odgovarati i povezivati vas s njima. Dakle, biti stalno okružen bolesnim ljudima, na neki je način opasno, osim ako se ne zaštitite. I ništa vam ne može pružiti zaštitu kao meditacija. Tada vi možete dati više nego što sada dajete i još uvijek ćete ostati prirodni. Vi možete pomoći više nego sada pomažete jer što je vaša energija viša, to su mogućnosti

za pomaganje veće. U suprotnome, psihijatri, iscjelitelji i iscjeljivani skoro su na istome, možda su samo male razlike u stupnjevima, ali one su tako male da nisu vrijedne spomena.

Psihijatar može poludjeti vrlo lako - samo mali poticaj, nešto slučajno i on može prijeći u zabranjeni prostor. Ljudi koji su neurotični nisu to od uvijek bili. Samo dva dana prije oni su bili normalni ljudi i to mogu ponovno postati. Normalnost i abnormalnost ne razlikuju se kvalitativno, samo kvantitativno: devedeset devet posto, sto posto, sto i jedan posto - to je ta vrsta razlike.

U stvari, u boljem svijetu, svaki bi psihijatar trebao biti duboko uveden u meditaciju, inače mu ne bi trebalo dozvoliti rad. To je jedini način kako se možete zaštititi, da ne budete osjetljivi i da možete stvarno biti od pomoći. U protivnome, čak i veliki psihijatri, veliki psihoanalitičari, čak i oni na neki način počinju osjećati beznade za čovječanstvo, čak i Freud. Nakon cijeloživotnog iskustva on je napokon rekao da nema nade za čovjeka, osjetio je beznade. To je prirodno, provesti četrdeset godina s ljudima koji su u neredu; jedino iskustvo čovječanstva kroz ljude koji su ludi. Malo-pomalo on je počeo čovjeka gledati kao da je abnormalno normalno, kao da je on prinuđen biti neurotičan, kao da u čovjeku postoji nešto prirodno što ga vodi k neurozama. Tako da je najzdravija ona osoba koja je više prilagođena svijetu, to je sve. Prilagođenost je postala mjerilo zdravlja. Ali to ne može biti. Ako je čitavo

društvo ludo, vi mu možete biti prilagođeni, ali ste vi ipak ljudi. U stvari, u poludjelom društvu, osoba koja nije luda bit će neprilagođena. To je stvarno tako.

Kada je Isus hodao zemljom, on je bio neprilagođen. Morali smo ga razapeti. On je takav stranac, ne možemo mu tolerirati. Mi se njime ne bavimo, već sami sobom. Kroz njegovo prisustvo samo su dvije stvari moguće: ili je on lud ili smo mi ljudi. Oboje ne može biti zdravo. Nas ima mnogo a on je sam. Naravno, mi ćemo ubiti njega, on nas ne može ubiti. Kada Buda hoda, on izgleda čudno: zdrav čovjek, stvarno prirodan, normalan čovjek koji se kreće u abnormalnom društvu.

Tako je Freud došao do zaključka da nema budućnosti za čovječanstvo. Najviše čemu se možemo nadati je da se prilagodi socijalnom kalupu, to je sve. Ali nema mogućnosti da čovjek bude blažen. Ne može biti zbog vrlo prirodnih stvari. Zbog čega tako pesimističan zaključak? Zbog njegovog cijelog iskustva.

Freudov je čitav život kao duga noćna mora o luđacima, rada s njima. Malo-pomalo i sam je postao abnormalan. Nije bio stvarno zdrav. On nije bio blažena osoba. On nikada nije saznao što je cijelost. Bojao se malih stvari, tako jako da je to postalo apsurdno. Bojao se smrti. Ako bi netko govorio o duhovima, on bi se preznojavao. Dva puta se onesvijestio jer je netko pričao o smrti! To izgleda kao veoma neuravnotežen um, ali na način koji se ne uzima u obzir. Čak i to je čudo, da je ostao razuman do kraja života.

Jedan od najprodornijih psihijatarata, Wilhelm Reich, poludio je. Jedini razlog što on je poludio a drugi nisu, taj je što je on bio prodoran. On je imao stvarno dubok talent za ulaziti u korijen stvari, ali to je opasno. Freudov, Reichov ili život nekih drugih, pokazuje jednu stvar: da su oni bili izučeni u duboku meditaciju, cijeli bi svijet bio drugačiji. Tada ne bi neurotični ljudi postali mjerilo.

Možda je vrlo teško postati buddha (probuđeni), ali on je mjerilo. Normalna osoba je ona koja se što više približi mjerilu. To nema veze s prilagođenošću. Netko se približi ideji cijelosti, sreće, zdravlja.

9. POŠTOVANJE TIJELA

Poštujte svoje tijelo na isti način na koji poštujete svoju dušu. Vaše je tijelo isto tako sveto kao i vaša duša. U postojanju sve je sveto jer sve kuca zajedno s otkucajima srca božanskoga...

Vi se krećete iz trenutka u trenutak, s jedne stepenice svjesnosti na slijedeću stepenicu svjesnosti. Tijelo je možda čvrsto zaspalo, ali je također i svjesno. Zna da kada spavate i komarči vas uznemiruju, vi spavate ali vaša ruka ih tjera. Tijelo ima svoju vlastitu svjesnost.

Znanstvenici kažu da tijelo ima milijune i milijune živih stanica; svaka stanica ima svoj vlastiti život. Vi ste izgubili sposobnost čuđenja, inače bi se začudili prvo nad vlastitim tijelom, kako tijelo kruh pretvara u krv. Mi još uvijek nismo pronašli tvornicu koja bi kruh pretvarala u krv. I ne samo to, razvrstava sve što je potrebno vašem tijelu, a što nije. Ono što nije potrebno izbacuje van, ono što je potrebno služi u različite svrhe.

Tijelo opskrbljuje različita mjesta, različite dijelove vašeg tijela, gdje god je potrebno. Vi jedete istu hranu za sve vaše potrebe; iz iste su hrane napravljene vaše kosti, vaša krv, vaša koža, napravljene su vaše oči, vaš mozak. Tijelo savršeno zna što je potrebno i gdje je potrebno. Krv neprestano kola snabdijevajući određene dijelove određenim kemikalijama.

Ne samo to, tijelo također zna i prioritete. Prvi prioritet je mozak - zato ako nema dovoljno kisika, tijelo će prvo kisik dati mozgu. Ostali dijelovi su čvršći i mogu malo pričekati, ali moždane stanice nisu tako čvrste. Ako u roku šest minuta ne dobiju kisik, one će umrijeti, a jednom kada umru, ne mogu oživjeti.

Ogroman je to posao inteligencije, imati pod paskom različite funkcije. Kada ste ozlijeđeni, tijelo prvo prestaje snabdijevati one dijelove koji mogu preživjeti jer prvo treba iscijeliti povredu. Momentalno bijela krvna zrnca jurnu prema povredi kako bi je prekrile da ne bude otvorena. A unutra se nastavlja posao, veoma suptilan posao.

Medicinska znanost zna da mi još nismo tako inteligentni kao tijelo. Najistaknutiji liječnici rekli su da mi ne možemo liječiti tijelo, ono se samo liječi - mi možemo samo pomoći. Naši lijekovi mogu biti od neke pomoći, no osnovni lijek dolazi iz samog tijela. Čudo je kako se to radi, to je ogroman posao.

Od jednog prijatelja znanstvenika koji je radio na funkcijama tijela, saznao sam da ako bi htjeli obavljati sve te funkcije, trebali bi tvornicu veliku skoro četvrtinu milje, s mnogo kompliciranih strojeva i kompjutera. Ni onda nismo sigurni da bi uspjeli. A sve vaše religije osuđuju tijelo i govore vam da je briga o tijelu nereligiozna....

Prvo, iznutra postanite jedno s vašim tijelom, zatim postanite jedno s čitavim postojanjem. Onoga dana kada će vaši otkucaji biti usklađeni s kozmosom i njegovim otku-

cajima, vi ste pronašli religiju - ne prije.

Stoljećima se čovjeku govorilo o raznim životno-negativnim stvarima. Čak je mučenje tijela bila duhovna disciplina....

Vi hodate, vi jedete, vi pijete, sve ukazuje na to da ste vi tijelo i svjesnost, kao jedna organska cjelina. Ne možete mučiti svoje tijelo i podizati svjesnost. Tijelo treba voljeti, biti mu veliki prijatelj. To je vaš dom, morate ga pročišćavati od svega smeća, morate se sjetiti da vam je ono u službi neprekidno, dan za danom. Čak i kada spavate, vaše tijelo neprekidno radi zbog probavljanja, pretvaranja hrane u krv, izbacuje mrtve stanice iz tijela, dovodi novi kisik, svježi kisik u tijelo - a vi čvrsto spavate!

Ono čini sve za vaš opstanak, za vaš život iako ste vi tako nezahvalni da nikada ni ne razmišljate o njemu. Naprotiv, vaše su vas religije učile da ga mučite: tijelo je vaš neprijatelj i morate ga se osloboditi, njegovih vezanosti. Ja također znam da ste vi više od tijela i da nisu potrebne bilo kakve vezanosti. Ali ljubav nije vezanost, suosjećanje nije vezanost. Ljubav i suosjećanje apsolutno su potrebni za vaše tijelo i njegov rast. I što je tijelo bolje, to su veće mogućnosti podizanja svjesnosti. To je organsko jedinstvo.

Svijetu je potrebna potpuno nova vrsta obrazovanja gdje će svatko biti temeljito upoznat s tišinama srca - drugim riječima s meditacijama - gdje će se svakoga pripremati da bude suosjećajan sa svojim tijelom jer tako dugo dok niste suosjećajni s vlastitim tijelom, ne možete biti suosjećajni

ni s tijelima drugih. To je živi organizam i nije vam učinio ništa loše. U vašoj je službi od kada ste začeti i bit će do vaše smrti. Činit će sve što vi želite, čak i nemoguće i nikada neće biti neposlušno.

Nezamislivo je stvoriti takav mehanizam koji je tako poslušan i mudar. Ako postanete svjesni svih funkcija tijela, bit ćete iznenađeni. Nikada niste mislili o tome što sve vaše tijelo radi. To je tako čudesno, tako tajanstveno - ali vi nikada niste pogledali u njega. Nikada se niste zamarali time da bi upoznali vaše vlastito tijelo, a pretvarate se da volite ljude. Vi to ne možete jer svi ti ljudi pojavljuju se pred vama kao tijela.

Tijelo je najveći misterij u čitavome postojanju. Taj misterij treba voljeti - njegovu tajanstvenost, treba duboko istražiti njegovo djelovanje.

Na nesreću, religije su bile apsolutno protiv tijela. Ali to definitivno ukazuje da ako čovjek nauči mudrost i misterij tijela, nikada se neće zanimati za svećenstvo i za boga. Unutar sebe pronaći će ono najtajanstvenije, a unutar tajni tijela, oltar je svjesnosti.

Jednom kada spoznate vašu svjesnost, vaše biće, nema boga iznad vas. Samo takva osoba može poštivati druga ljudska bića, druga živa stvorenja jer svi su oni isto tako tajanstveni kao on sam...različiti izražaj, razlike koje život čine bogatijim. I jednom kada je čovjek pronašao svjesnost u sebi, pronašao je ključ za konačno. Svaka edukacija koja vas ne uči voljeti svoje tijelo, koja vas ne uči biti suosjećajan

s vašim tijelom, neće vas moći naučiti da dođete do vlastite svjesnosti.

Tijelo, to su vrata - tijelo je stepenica. I svaka edukacija koja ne dotakne subjekt vašega tijela i svjesnosti, nije kompletna, krajnje je štetna jer ćete vi nastaviti biti destruktivni. Samo cvjetanje svjesnosti unutar vas je ono što vas štiti od destrukcije. To vas silovito tjera u kreativnost - da bi stvarali više ljepote na svijetu, da bi svijetu dali više udobnosti....

Čovjeku treba bolje tijelo, zdravije tijelo. Čovjeku treba više svijesti, budnosti bića. Čovjeku trebaju sve vrste udobnosti i luksuza koje je postojanje spremno dostaviti. Postojanje je spremno dati vam raj ovdje i sada, ali vi to odgađate - uvijek za poslije smrti.

Na Šri Lanki je umirao jedan veliki mistik...Obožavalo ga je na tisuće ljudi. Okupili su se oko njega. On je otvorio oči: još samo nekoliko udisaja na ovoj obali i otići će, otići zauvijek. Svi su željno očekivali njegove posljednje riječi. Starac reče: "Čitav moj život učio sam vas o blaženstvu, ekstazi, meditativnosti. Sada odlazim na drugu obalu i više neću biti dostupan. Slušali ste me, ali nikada niste prakticirali ono o čemu sam govorio. Uvijek ste odgađali. Ali sada odgađanje nema smisla. Ja odlazim. Je li itko spreman poći sa mnom?"

Tamo je bila mrtva tišina. Ljudi su se međusobno pogledavali misleći: možda je ovaj čovjek koji je bio učenik četrdeset godina spreman...Ali on je gledao druge - nitko

nije ustajao. Samo je netko straga podigao ruku. Veliki mistik pomisli: "Konačno, jedna je osoba dovoljno hrabra."

Ali čovjek reče: "Molim vas dopustite mi da vam objasnim zašto nisam ustao. Samo sam podigao ruku. Želim znati kako stići do druge obale jer, naravno, danas nisam spreman. Ima puno nedovršenih stvari: došli su mi gosti, moj se sin ženi, pa danas ne mogu ići - i sami velite da s druge obale nema povratka. Jednoga dana, zasigurno jednoga ću dana doći i sresti se s tobom. Ako nam možeš još jednom objasniti - iako si nam čitav život objašnjavao - samo još jednom, kako stići do druge obale? Ali molim te, imaj na umu da sada nisam spreman poći. Samo želim osvježiti svoje pamćenje, pa kada dode pravo vrijeme..."

To pravo vrijeme nikada ne dolazi. To nije samo priča ovog jadnog čovjeka, to je priča milijuna ljudi, gotovo svih. Svi oni čekaju pravi trenutak, pravu konstelaciju zvijezda... Konzultiraju astrologiju, odlaze čitačima dlanova... na razne se načine raspituju što će se sutra dogoditi. ^Sutra se ne događa - nikada se nije dogodilo. Ovo je samo glupa strategija odgađanja., ono što se događa, uvijek je danas]

Ispravna vrsta obrazovanja učit će ljude živjeti ovdje i sada, stvoriti raj na zemlji, a ne čekati da smrt dođe i ne biti bijedan do smrti kada će ona zaustaviti vašu bijedu. Neka vas smrt nađe kako plešete, radosni i s ljubavlju. To je čudno iskustvo, kada čovjek može svoj život živjeti kao da već je u raju, smrt ne može oduzeti ništa od njegovog iskustva.

Moj pristup je da vas učim da ovo je raj, nigdje drugdje

nema raja i nema priprema kako bi bili sretni. Nije potrebna disciplina kako bi bili u ljubavi, tek malo pažnje, tek malo budnosti, tek malo razumijevanja.

10. KORIJENI NAPETOSTI

Tjelesne napetosti stvarali su oni koji su, u ime religije, propovijedali antitjelesan stav. Na zapadu, kršćani su imali izrazito protivni stav prema tijelu. Između vas i vašega tijela učinjena je pogrešna podjela, ponor, a time se i sav vaš odnos usmjeruje prema stvaranju tenzija. Vi ne možete jesti opušteno, vi ne možete spavati opušteno; svako djelovanje tijela postaje napetost. Tijelo je neprijatelj, ali vi ne možete postojati bez njega. Morate ostati s njim, morate živjeti s neprijateljem, pa je napetost stalna, nikada se ne možete opustiti.

Tijelo nije vaš neprijatelj, ono ni na koji način nije neprijateljsko, čak ni indiferentno prema vama. Samo postojanje tijela je blaženstvo. Onoga trenutka kada tijelo prihvatite kao dar, kao božanski dar, vratit ćete se u tijelo. Vi ćete ga voljeti, vi ćete ga osjećati - a načini na koje se ono osjeća, suptilni su.

Vi ne možete osjetiti tuđe tijelo ako niste osjetili svoje, vi ne možete voljeti tuđe tijelo ako niste voljeli svoje; to je nemoguće. Vi ne možete brinuti o tuđem tijelu ako niste brinuli o svome vlastitom - a nitko ne brine! Vi možete reći da brinete, ali ja inzistiram: nitko ne brine. Čak i ako se čini da brinete, vi stvarno ne brinete. Brinete iz jednog drugog razloga: zbog mišljenja drugih, zbog pogleda nečijih tuđih očiju, vi nikada ne brinete o svome tijelu zbog vas

samih. Vi ne volite vaše tijelo, a ako ga ne možete voljeti, ne možete biti u njemu.

Volite vaše tijelo i osjetit ćete takvu opuštenost kao nikada do sada. Ljubav je opuštajuća. Kada je tu ljubav, tu je i opuštenost. Ako nekoga volite, ako između vas i njega ima ljubavi, tada s ljubavlju dolazi i muzika opuštenosti. Opuštenost je tu.

Kada ste uz nekoga opušteni, to je jedini znak ljubavi. Ako se uz nekoga ne možete opustiti, vi niste zaljubljeni; onaj drugi, neprijatelj, uvijek je tamo. Zbog toga je Sartre kazao: "Pakao, to je onaj drugi." Za njega tamo je pakao, mora biti. Kada ljubav ne struji između dvoje, onaj drugi je pakao, no ako ljubav struji, drugi je tada raj. Je li onaj drugi raj ili pakao, to ovisi o tome struji li ljubav između.

Uvijek kada ste zaljubljeni, tišina se javi. Jezik je izgubljen, riječi postaju suvišne. Imate toliko toga za reći, a istovremeno nemate što reći. Tišina će vas okružiti, a u toj tišini ljubav cvjeta. Vi ste opušteni. U ljubavi nema budućnosti, nema prošlosti; samo onda kada ljubav umre, prošlost postoji. Uvijek se sjećate mrtve ljubavi, žive se ljubavi ne sjećate; ona je živa, nema pukotine, nema prostora za sjećanje. Ljubav je sadašnjost, nema ni prošlosti ni budućnosti.

Kada nekoga volite, vi se ne trebate pretvarati. Tada možete biti ono što jeste. Možete skinuti masku i opustiti se. Kada niste u ljubavi, tada morate nositi masku. U svakom ste trenutku napeti jer drugi je ondje, vi morate biti na straži.

Vi morate ili napadati ili se braniti: to je svađa, bitka - ne možete biti opušteni.

Blaženstvo ljubavi je više-manje blaženstvo opuštenosti. Osjećate se opušteno, možete biti ono što jeste, možete biti na neki način goli, kao što jeste. Ne morate se opterećivati sa sobom, ne trebate se pretvarati. Možete biti otvoreni, osjetljivi, a u toj otvorenosti vi ste opušteni.

Ovo isto događa se kada volite svoje tijelo, postajete opušteni, vodite brigu o njemu. To nije pogrešno, nije narcisoidno voljeti svoje tijelo. U stvari, to je prva stepenica prema duhovnosti.

Prvotni izvor svih napetosti je: postati netko/Netko uvijek pokušava nešto biti. Nikome nije lako sa samim sobom, onakvim kakav je. Biće nije prihvaćeno, biće je odbačeno, nešto je drugo uzeto kao ideal i to treba postati. Osnovna napetost je uvijek između onoga što vi jeste i onoga što vi nastojite postat.

Vi čeznete postati nešto. Napetost znači da vi niste zadovoljni s onim što jeste i nastojite biti ono što niste. Između toga dvoje stvara se napetost. Ono što vi želite biti nevažno je. Želite li postati bogati, slavni, moćni ili čak ako želite biti oslobođeni, božanski, besmrtni, čak i ako težite za spasenjem, tada će također postojati će napetost.

Napetost stvara sve ono za čime čeznete da se u budućnosti ispuni, a protivno je onome što vi jeste. Sto je ideal manje moguć, to je napetost veća. Osoba koja je materialist u manjoj je napetosti nego ona koja je religiozna.

Religiozna osoba žudi za nečim što je nemoguće, za nečim što je udaljeno. Udaljenost je tako velika da jedino napetost može ispuniti prazninu.

Napetost je pukotina između onoga što vi jeste i onoga što želite biti. Ako je pukotina velika, napetost će biti velika. Ako je pukotina mala i napetost će biti manja. A ako pukotine uopće nema, to znači da ste zadovoljni sa sobom, onakvi kakvi jeste. Drugim riječima, ne žudite da budete nešto što niste. Tada vaš um postoji u trenutku. Tu nema mjesta napetosti, vama je dobro sa sobom. Po meni, ako nema pukotine, vi ste religiozni.

Pukotina može imati više nivoa. Ako je žudnja fizička, napetost će biti fizička. Kada tragate za određenim tijelom, određenim izgledom - ako čeznete za nečim različitim od onoga što jeste na fizičkom nivou - tada je napetost u vašem fizičkom tijelu. Netko želi biti ljepši. Sada vaše tijelo postaje napeto. Napetost počinje u vašem prvom tijelu, fiziološkom, no ako je to uporno, trajno, može otići dublje i raspršiti se po drugim nivoima vašega bića.

Ako žudite za psihičkom snagom, tada napetost počinje na psihičkom nivou i širi se. To širenje je upravo kao kada bacite kamen u jezero. On padne na određenom mjestu, ali vibracije koje su time stvorene širit će se u nedogled. Napetost može početi u bilo kojem od vaših sedam tijela, no prvotni izvor uvijek je isti: pukotina između stanja koje je i stanja za kojim se žudi.

Ako imate određeni tip uma i želite ga promijeniti,

transformirati ga - ako želite biti bistriji, inteligentniji - napetost je stvorena. Jedino ako sebe u potpunosti prihvatimo, tada nema napetosti. Potpuno prihvaćanje je čudo, jedino čudo. Jedina je iznenađujuća stvar pronaći osobu koja je sebe potpuno prihvatila.

Samo postojanje je ne-napeto. Napetost je uvijek zbog hipotetskih, ne egzistencijalnih mogućnosti. U sadašnjosti nema napetosti, napetost je uvijek u orijentiranosti k budućnosti. Ona proizlazi iz zamišljanja. Vi sebe možete zamisliti kao nekoga drugoga od onog što jeste. Mogućnost koja je zamišljena stvorit će napetost. Sto osoba više zamišlja, to je mogućnost napetosti veća. Tada zamišljanje postaje destruktivno.

Zamišljanje može također biti i konstruktivno, kreativno. Ako je sva vaša sposobnost zamišljanja koncentrirana na sadašnjost, na trenutak, ne na budućnost, tada možete vaše postojanje gledati kao poeziju. Vaše zamišljanje ne stvara žudnju, upotrijebljeno je u življenju. To življenje u sadašnjosti izvan je napetosti.

Životinje nisu napete, drveće nije napeto jer oni nemaju sposobnost zamišljanja. Oni su ispod napetosti, ne izvan njih. Njihova napetost samo je potencijalna, nije postala aktualna. Oni evoluiraju. Doći će trenutak kada će napetost eksplodirati u njihovim bićima i oni će početi čeznuti za budućnošću. Predodređeno je da se to dogodi. Zamišljanje postaje aktivno.

Budućnost je prva stvar zbog koje zamišljanje postaje

aktivno. Vi zamišljate, a zbog toga što nema odgovarajuće realnosti vi nastavljate sve više zamišljati. Ali tako dugo dok se bavite sadašnjošću nema mogućnosti zamišljanja. Kako možete zamišljati u sadašnjosti? Čini se da nema potrebe. To se mora razumjeti.

Ako svjesno možete biti prisutni u sadašnjosti, nećete živjeti u vašim imaginacijama. Tada će zamišljanje biti slobodno da stvara unutar sadašnjosti. Potreban je samo ispravan fokus. Ako je zamišljanje usmjereno na stvarno, ono postaje kreativno. Kreacija može poprimiti bilo koji oblik. Ako ste pjesnik, to postaje eksplozija poezije. Poezija neće biti čežnja za budućim, već izraz sadašnjosti. Ako ste slikar, to će biti eksplozija slike. Slika neće biti nešto što ste zamislili, već ono što znate i u čemu živite.

Kada ne živite u imaginaciji, dan vam je sadašnji trenutak. Vi ga možete izraziti, možete ući u tišinu.

Ali tišina sada nije mrtva tišina koja se prakticira. Ta je tišina također izraz sadašnjeg trenutka. Taj je trenutak tako dubok da sada može biti izražen samo kroz tišinu. Čak ni poezija i slikanje nisu adekvatni. Nikakvo izražavanje nije moguće. Tišina je jedini izraz. Tišina nije nešto negativno, već pozitivno cvjetanje. Nešto unutar vas procvatilo je, cvijet tišine, a kroz tu tišinu izraženo je sve što vi živite.

Drugu stvar također treba shvatiti. Izraz sadašnjosti kroz zamišljanje nije ni zamišljanje budućnosti, niti reakcija na prošlost. To nije izraz niti jednog poznatog iskustva. To je iskustvo iskustva - kao da vi to živite, kao da se to

vama događa. Ne proživljeno iskustvo, već živi proces iskušavanja.

Tada vaše iskustvo i iskušavanje nisu dvije stvari. Oni su jedno te isto. Tada nema slikara. Samo iskušavanje postalo je slika, iskušavanje je samo sebe izrazilo. Vi niste kreator. Vi ste kreativnost, živa energija. Vi niste pjesnik, vi ste poezija. Iskustvo nije niti za prošlost niti za budućnost, niti je iz budućnosti, niti iz prošlosti. Sam je trenutak postao vječnost i sve proizlazi iz toga. To je cvat....

Ako možete osjetiti taj trenutak bez napetosti u svom tijelu, vi ćete upoznati ugodu koju prije niste poznavali, pozitivnu ugodu.. .Vaše tijelo može biti bez napetosti jedino ako živite trenutak po trenutak. Ako jedete i trenutak postane vječnost, tada tu nema ni prošlosti ni budućnosti. Sve što postoji je proces jedenja. Vi ne radite nešto, postali ste djelovanje. Tu neće biti napetosti, vaše će se tijelo osjećati ispunjeno. Ili ako ste u seksualnom sjedinjenju i ako to nije samo oslobađanje seksualnih napetosti, već pozitivan izraz ljubavi - ako je trenutak postao potpun, čitav i vi ste potpuno u tome - tada ćete upoznati pozitivnu ugodu u vašem tijelu. Ako trčite i trčanje postane ukupnost vašega postojanja,! ako ste senzacija koja vam se događa, ne nešto odvojeno od toga, već jedno s time, ako tu nema budućnosti, ako nema cilja, već je samo trčanje cilj - tada upoznajte pozitivnu ugodu.' Tada je vaše tijelo bez napetosti. Na fiziološkom nivou, vi ste upoznali trenutak života bez napetosti.

11. KLJUČEVI ZA OPUŠTANJE

Čitavo je društvo upregnuto u rad. To je radoholičarsko društvo. Ne želi naučiti opuštanje i od samoga djetinjstva vam ulijeva u pamet ideje protivne opuštanju.

Ja vam ne kažem da se čitav dan opušate. Radite svoj posao, ali pronađite nešto vremena za sebe, a to se može naći samo u opuštanju. Bit ćete iznenađeni, ako se možete opustiti sat ili dva unutar dvadeset i četiri sata, to će vam donijeti dublji uvid u vas same. To će promijeniti vaše vanjsko ponašanje - postat ćete smireniji, tiši. Promijenit će se kvaliteta vašega rada - bit će umjesniji i skladniji. Griješit ćete manje nego prije jer sada ste prisebniji, više u centru. Opuštanje djeluje čudesno.

To nije lijenost. Lijen čovjek izvana izgleda kao da ništa ne radi, ali njegov um radi što je moguće brže, ali opušten čovjek - njegovo je tijelo opušteno, njegov um je opušten, njegovo je srce opušteno. Samo opuštenost na sva tri nivoa - tijelo, um, srce - dva sata on je gotovo odsutan. Kroz ta dva sata njegovo se tijelo oporavi, njegovo se srce oporavi, njegova se inteligencija oporavi i u njegovom poslu ćete vidjeti oporavak.

On neće biti gubitnik - iako više neće biti bijesan i nepotrebno trčati amo-tamo. Ići će direktno tamo kamo želi.

Radit će stvari koje treba, a ne ono nepotrebno, beznačajno. Govorit će samo ono što je potrebni reći. Njegove će riječi postati telegrafske, njegovi pokreti graciozni. Njegov će život postati poezija.

Opuštanje vas može transformirati u prekrasne visine, a to je tako jednostavna tehnika. U tome nema ništa posebno, bit će vam teško svega nekoliko dana zbog starih navika....potrebno je da opuštanje dođe do vas. Ono će donijeti novo svjetlo vašim očima, novu svježinu vašemu biću i pomoći vam da shvatite što je meditacija. To je tek prva stepenica pred vratima hrama meditacije. Uz sve dublje i dublje opuštanje, to postaje meditacija.

Totalno opuštanje je krajnost. To je trenutak kada postajete buddha (probuđeni). To je trenutak ostvarenja, prosvjetljenja, Kristove svjesnosti. U ovom trenutku vi ne možete biti potpuno opušteni. U vašoj najdubljoj unutrašnjosti napetost će trajati.

Ali počnite se opuštati. Počnite s periferije - to je tamo gdje mi jesmo i jedino od tamo možemo početi. Opustite periferiju vašega bića - opustite vaše tijelo, opustite vaše ponašanje, opustite vaše djelovanje. Hodajte na opušten način, jedite opušteno, govorite, slušajte opušteno. Usporite svaki proces. Nemojte žuriti. Krećite se kao da vam je čitava vječnost dostupna - u stvari, ona vam jeste dostupna. Mi smo ovdje od početka i bit ćemo ovdje do samoga kraja, ako postoji početak i postoji kraj. U stvari, nema ni početka ni kraja. Mi smo od uvijek bili ovdje i uvijek ćemo biti. Oblici

se mijenjaju, ali sadržaj ne, odjeća se mijenja, ali ne i duša.

Napetost znači, žurbu, strah, sumnju. Napetost znači stalni napor da se zaštitimo, da budemo sigurni. Napetost znači pripremu za sutra ili za poslije života - u strahu da se sutra nećemo moći suočiti s realnošću, budimo spremni. Napetost znači prošlost koju niste stvarno živjeli, već nekako usput, ona lebdi, visi nad vama, okružuje vas.

Upamtite jednu temeljnu stvar o životu: Isvako iskustvo koje niste živjeli, držat će se za vas, bit će uporno: "Dovrši me! Proživi me! Kompletiraj me!" U svakom iskustvu postoji jedno suštinsko obilježje, ono teži k tome da bude dovršeno, kompletno. Jednom kada je dovršeno, ono nestaje, nedovršeno, ono vas uporno muči, hvata vas, privlači vašu pažnju. Govori vam: "Sto ćeš sa mnom učiniti? Ja sam još uvijek nedovršen - ispuni me!"

Čitava se vaša prošlost mota oko vas, nedovršena jer ništa se nije stvarno proživjelo, sve je nekako usput prošlo, djelomično proživljeno, tek tako, ravnodušno. Nije bilo intenziteta, strasti. Kretali ste se kao mjesečar, kao netko tko hoda u snu. Dakle, ta prošlost visi nad vama, a budućnost izaziva strah. Između prošlosti i budućnost stisnula se vaša sadašnjost, jedina stvarnost.

Vi ćete se morati opustiti iz periferije. Tijelo je prva stepenica opuštanja. Sjetite se pogledati u tijelo, koliko god puta je to moguće, nosite li kakvu napetost negdje u tijelu - na vratu, u glavi, u nogama. Opustite to svjesno. Jednostavno idite na taj dio tijela i s ljubavlju mu recite: "Opusti se!"

Bit ćete iznenađeni da, ako priđete bilo kojem dijelu tijela, ono sluša, slijedi vas - to je *vaše* tijelo! Zatvorenih očiju, uđite u tijelo, od nožnoga prsta do glave tražeći gdje je napetost. I tada razgovarajte s tim dijelom, kao da razgovarate s prijateljem, neka to bude dijalog između vas i vašega tijela. Recite mu neka se opusti, recite mu: "Nema ničega čega se treba bojati. Ne boj se. Ja sam ovdje da brinem - ti se možeš opustiti." Vrlo polako, naučit ćete tu vještinu. Tada će tijelo postati opušteno.

Tada učinite drugi korak, malo dublji; recite umu da se opusti. A ako tijelo sluša i um sluša, ali ne možete početi od uma - morate početi od početka. Ne možete početi od sredine. Mnogo ljudi započne u sredini i pogriješi jer su započeli na krivome mjestu. Sve se mora učiniti po redu.

Ako postignete da se vaše tijelo opušta dobrovoljno, tada ćete moći pomoći vašem umu da se dobrovoljno opusti. Um je kompliciraniji fenomen. Jednom kada se uvjerite da vas tijelo sluša, imat ćete novo povjerenje u sebe. Sada vas čak i um može slušati. To s umom potrajat će malo duže, ali događa se.

Kada je um opušten, tada počnite opuštati vaše srce, svijet vaših osjećaja, emocija - što je još kompliciranije, suptilnije. Ali sada ćete ići s povjerenjem, s velikim povjerenjem u sebe. Sada ćete znati da je to moguće. Ako je moguće s tijelom i s umom, moguće je i sa srcem. I samo tada, kada ste prošli kroz te tri stepenice, možete ići na četvrtu. Sada možete ići do najveće dubine vašega bića, do

onoga što je van tijela, uma, srca - do samoga centra vašega postojanja. I moći ćete opustiti i njega. A ta opuštenost donosi najveću moguću radost, krajnju ekstazu, prihvaćanje. Bit ćete puni blaženstva i veselja. Vaš će život poprimiti kvalitetu plesa.

Sve u postojanju pleše, osim čovjeka. Sve se u postojanju kreće vrlo opušteno - svakako kretanje postoji, ali krajnje opušteno. Drveće raste, ptice cvrkuću i rijeke teku, zvijezde se kreću, sve to se događa na vrlo opuštajući način... bez žurbe, bez brige, bez rasipanja. Osim čovjeka. (Čovjek je pao kao žrtva svojega uma.

Čovjek se može uzdići iznad bogova i pasti ispod životinja. On ima ogroman spektar. Od najnižeg do najvišeg, čovjek je stepenište.

Krenite od tijela, a tada polako, polako dublje. Nemojte početi ni s čime prije nego ste savladali prethodno. Ako vam je tijelo napeto, nemojte početi s umom. Čekajte. Radite na tijelu. Vrlo male stvari mogu biti od beskrajne pomoći.

Vi hodate određenim tempom i to je postalo stvar navike, automatski. Sada pokušajte polakše. Buda je običavao govoriti svojim učenicima: "Hodajte vrlo polako i svaki korak činite vrlo svjesno." Ako svaki korak činite svjesno, vi ste prisiljeni ići polako. Ako trčite, žurite, zaboravit ćete se sjetiti. Zato je Buda hodao polako.

Samo pokušajte hodati vrlo polako i iznenadit ćete se - nova vrsta svjesnosti počinje se događati u tijelu. Jedite

polako i iznenadit ćete se - velika je opuštenost prisutna. Sve činite polako ...samo da bi promijenili stare obrasce, samo da izađete iz starih navikaj

Prvo mora tijelo postati krajnje opušteno, kao kod malog djeteta, samo tada započnite s umom. Krećite znanstveno: prvo najjednostavnije, tada komplicirano, zatim kompliciranije. I tek tada možete opustiti krajnji bitak

Opuštenost je jedan od najkompleksnijih fenomena -vrlo bogat, višedimenzionalan. Sve su ove stvari dio toga: prepuštanje, povjerenje, predaja, ljubav, ići s bujicom, jedinstvo s postojanjem, stanje bez ega, ekstaza. Sve je to dio toga i šve se to počne događati ako naučite načine opuštanja.

Vaše takozvane religije učinile su vas veoma napetima jer natovarili su vam krivnju. Ja se ovdje trudim osloboditi vas sve krivnje i svih strahova. Volio bih vam reći: tamo nema pakla i raja. Pa se nemojte bojati pakla i ne budite pohlepni za rajem. Sve to postoji u *ovome* trenutku. Vi ovaj trenutak možete učiniti paklom ili rajem - to je svakako moguće - no pakao i raj ne postoje negdje drugdje. Pakao je kada ste posve napeti, a blaženstvo je kada ste posve opušteni. Potpuna opuštenost je raj.

12. STRES I HIPERTENZIJA

Stres nije uvijek pogrešan, on se može upotrijebiti na predivne načine. On nije obavezno negativan, ali ako mi mislimo da je negativan, tada nije dobro, stvaramo probleme. Stres se može upotrijebiti kao stepenica, on može poprimiti kreativan oblik. Ali nas su godinama učili da je stres loš, da se počinjete bojati kada ste pod stresom. A vaš strah pojačava stres, ne pomaže situaciji.

Na primjer: u poslovanju je neka situacija koja stvara stres. U trenutku kada osjetite da postoji neka napetost, neki stres, vi se počinjete bojati, mislite da tako ne bi trebali biti: "Moram se opustiti." Sada neće pomoći opuštanje jer se ne možete opustiti. U stvari, pokušavajući se opustiti stvorit ćete novu vrstu stresa. Stres je ovdje a vi se pokušavate opustiti, ali ne možete, već zamršujete problem.

Kada je već stres tu, upotrijebite ga kao kreativnu energiju. Prvo ga prihvatite, nema potrebe boriti se s njim. Prihvatite, to je svršeno u redu. On jednostavno kaže: "Posao ne ide baš dobro, vi ste možda gubitnik." Ili nešto drugo. Stres je jednostavno pokazatelj da je tijelo spremno boriti se s time. Ako se sada pokušate opustiti, ili uzimate nešto protiv bolova, ili za umirenje, vi idete protiv tijela. Tijelo se sprema boriti s određenom situacijom, s određenim izazovom, uživajte u izazovu!

Cak i ako ponekad ne možete spavati noću, nema

potrebe brinuti. Riješite to, upotrijebite tu energiju koja nadolazi: šecite gore dolje, otiđite na dugu šetnju, planirajte ono što želite učiniti, ono što um želi učiniti. Umjesto da pokušavate zaspati, što nije moguće, upotrijebite situaciju na kreativan način. To jednostavno govori da je tijelo spremno boriti se s problemom, sada nije vrijeme opuštanja. Opustiti se možete kasnije.

U stvari, ako ste vaš stres totalno proživjeli, opuštanje će doći automatski, vi možete ići do tamo, tada će se tijelo automatski opustiti. Ako se želite opustiti između toga stvorit ćete nevolju, tijelo se ne može opustiti na sredini. To je gotovo kao kada se olimpijac priprema, čeka samo na signal da bi potrčao kao vjetar. On je pun stresa, sada nije vrijeme za opuštanje. Ako sada uzme nešto za umirenje, nikada neće biti od koristi u utrci. Ili ako se pokuša tamo opustiti uz TM, on će izgubiti utrku. On mora upotrijebiti svoj stres: stres vrije, prikuplja energiju. On postaje sve vitalniji i potentniji. On sada mora sjesti na taj stres i upotrijebiti ga kao energiju, kao gorivo.

Nakon utrke trkač će pasti u dubok san i problem je riješen. Sada nema problema, stres nestaje u skladu sa sobom.

Pokušajte i ovo: kada se pojavi stresna situacija, nemojte se smesti, nemojte se uplašiti. Uđite u to, upotrijebite to za borbu. Čovjek ima silnu energiju i što je više upotrebljavate, sve je više imate. Kada to dođe, kada je takva situacija, borite se, činite sve što možete, uđite u to zaista mahnito. Dopustite

to, prihvatite i izrazite dobrodošlicu. To je dobro, priprema vas za borbu. Kada to riješite bit ćete iznenađeni: ogromno opuštanje dolazi, a niste ga vi izazvali. Možda dva tri dana ne možete spavati, a onda četrdeset osam sati ne možete ustati, to je isto u redu!

Mi nosimo mnoge krive predodžbe, na primjer: da svaka osoba mora spavati osam sati dnevno. To ovisi o situaciji. Postoje situacije kada san nije potreban: vaša kuća gori, a vi pokušavate spavati. Sada to nije moguće i neće biti moguće jer tko će ugasiti vatru? Dok kuća gori, sve druge stvari stavljene su u stranu; iznenađeno, vaše je tijelo spremno na borbu. Vama se neće spavati. Kada će vatra biti ugašena i sve sređeno, vi možete zaspati na duže vrijeme i to će biti dovoljno.

Ne treba svakome ista količina spavanja. Nekim ljudima je dovoljno tri sata, dva sata, četiri sata, šest, osam, deset, dvanaest. Ljudi se razlikuju, nema pravila. Sto se tiče stresa, također se ljudi razlikuju.

Postoje dvije vrste ljudi na svijetu: jednu bi mogli nazvati tip trkaćeg konja, a drugu tip kornjače. Ako tipu trkaćeg konja nije dozvoljeno da djeluje brzo, da ulazi u stvar što ubrzano, to će izazvati stres, njemu je potreban tempo. Znači, ako ste tip trkaćeg konja, zaboravite opuštanje i slične stvari, one nisu za vas. One su za kornjače kao što sam ja! Jednostavno budite trkaći konj, to je za vas prirodno. Ne razmišljajte o radostima u kojima kornjače uživaju, to nije za vas. Vi imate drugu vrstu radosti. Ako kornjača postane

trkaći konj, naći će se u istoj nevolji...!

Prihvatite vašu prirodu. Vi ste borac, ratnik, vi morate biti takvi i to je vaša radost. Ne treba se bojati, uđite u to sa svim srcem. Svađajte se s tržištem, natječite se, radite sve što stvarno želite raditi. Ne bojte se posljedica, prihvatite stres. Jednom kada prihvatite stres, on će nestati. I ne samo to, vi ćete biti sretni jer ste ga počeli upotrebljavati. To je vrsta energije.

Ako ste tip trkaćeg konja, ne slušajte ljude koji vam govore da se opustite, to nije za vas. Vaše opuštanje će doći samo nakon teškog rada. Treba shvatiti svoj tip. Jednom kada to razumijemo više neće biti problema, tada možemo slijediti ravnu crtu.

Hipertenzija je stanje uma kada ste se previše usmjerili na racionalnost i zaboravili vaše osjećaje. Hipertenzija proizlazi iz neuravnoteženosti. Previše povjerenja u razum, baza je hipertenzije. To se događa ljudima koji žive u svojim glavama. Opuštanje dolazi kroz srce. Treba biti sposoban kretati se od glave do srca, upravo kao što ulazite i izlazite iz kuće. Treba biti protočan između glave i srca. To su dvije obale rijeke koja ste vi. Ne bi se trebali držati samo jedne obale jer život može postati naheren.

Zapad jako pati od hipertenzije jer zaboravio je jezik srca, a jedino srce zna kako se opustiti jer jedino srce zna kako voljeti. Jedino srce zna kako uživati, kako slaviti. Jedino srce zna kako plesati i pjevati. Glava ništa ne zna o plesu - glava ples smatra glupim. Glava ništa ne zna o

poeziji, ona osuđuje poeziju. Zna li da je veliki filozof Platon, koji je razmišljao o utopijskoj državi, rekao da bi tamo trebalo zabraniti pjesnike? U njegovoj državi, krajnjem stanju društva, pjesnici bi bili zabranjeni. Zašto? Jer on se boji pjesnika. On kaže: pjesnici donose fantazije, pjesnici donose snove, pjesnici donose zbnjenost i misticizam, a mi ne želimo ništa od toga. Mi želimo vrlo oštrocrtno, logičko, prozaično društvo. To će društvo biti hipertenzično, svi će biti neurotični. U Platonovoj državi - ako se ona ikada dogodi, a na žalost mogla bi se dogoditi - svatko bi bio neurotičan i stalno vodio sa sobom svog psihoanalitičara. Kamo god da krene, vodit će sa sobom psihoanalitičara. To već dolazi na zapad.

Čuo sam: U New Yorku, dva mala dječaka razgovarala su na ulici - kao što su uvijek kroz stoljeća djeca razgovarala, ali ono što su rekli vrlo je novo. Jedan dječak reče drugome: "Moj psihoanalitičar može u svako doba pobijediti tvojega psihoanalitičara." Mali dječaci uvijek su razgovarali na taj način: "Moj otac može pobijediti tvojega oca, ili, moja je kuća veća od tvoje, ili, moj je pas jači od tvojeg." I kod malog djeteta javlja se ego. Ali, "Moj psihoanalitičar može u svako doba pobijediti tvoga"- to je nešto novo.

Tri žene razgovaraju o djeci. Jedna je rekla: "Moje je dijete najviše u razredu. Uvijek je prvo u vrsti." Druga reče: "Nije to ništa. Mojemu djetetu tek je sedam godina, a svira kao Mozart, kao Wagner." Treća reče: "To nije ništa, mojemu djetetu tek je pet godina

i već sam odlazi k psihoanalitičaru."

Hipertenzija je stanje kada ste izgubili ravnotežu. Vi ne možete vaše srce uključiti da djeluje u životu, sve je postalo logika - a logika ostaje plitka. Kada logika prevladava, jedino može izazvati tjeskobu, nikada ne donosi mir, nastavlja stvarati nove probleme. Nikada ne riješi ni jedan problem - ne može riješiti, nema tu snagu - ona se samo pretvara, samo obećava. Govori: "Donijet ću dobrobit," ali nikada je ne donosi. Tada se problemi nakupljaju a vi ne znate kako izaći iz njih jer vi ne znate kako izaći iz razuma. Vi ne znate kako se igrati s djecom, kako voljeti vašu ženu, kako ići razgovarati s drvećem i ponekad sa zvijezdama. Vi ste zaboravili sve, više niste pjesnik, više niste živo srce.

I uvijek kada je neki dio tijela potisnut, on se osvećuje. Ako je neki dio uma potisnut, taj se dio osvećuje. Srce je najvitalniji dio, temeljan dio. Može se živjeti bez razuma, ali ne i bez srca. Razum je malo površinski, on je vrsta luksuza, ali srce je veoma bitno. Razum postoji jedino u čovjeku, pa ne može biti jako bitan. Životinje žive bez njega, žive savršeno dobro, daleko tiše i blaženije nego čovjek. Drveće živi bez razuma, isto tako i ptice, djeca i mistici.

Razum je površan. On ima određenu funkciju-upotrijebite ga, nemojte da on vas upotrebljava. Jednom kada vas počne upotrebljavati, vi postajete tjeskobni: tjeskoba će doći i život će postati odvratn. To će biti samo duga, rastegnuta bol i vi nigdje nećete naći oazu, bit će to pustinja. Upamtite: suštinu ne treba potiskivati. Nebitno treba slijediti bitno,

biti njegova sjenka. Vi ništa ne možete zanijekati bez da zapadnete u nevolje. Poslušajte ovu anegdotu:

Jednoga dana, u vrt Elsie Gumtree spustio se leteći tanjur, točno na njene kratke hlače - što bi bilo veoma bolno ako bi bile tada na njoj. Začulo se zujanje i kroz otvor na letećem tanjuru izašao je čudan rumeni čovjek. Provirio je kroz Elsinu stražnja vrata i pristojno pokucao.

Elsie, otvorivši vrata brzo prihvati situaciju i reče:

"Jeste li vi iz letećega tanjura?"

"Mm," odgovori čovjek bolno.

"Jeste li vi s Marsa?" pita Elsie.

"Mm," promrmlja čovjek čije se lice iskrivilo.

"Koliko vam je trebalo da stignete ovamo? Deset godina?" upita Elsie.

"Mm"

"Dvadeset godina?"

"Mm" reče čovjek s izrazom agonije na licu.

"Dvadeset godina? I čitavo to vrijeme proveli ste u letećem tanjuru?"

"Mm" potvrdi čovjek bijesno.

"Što mogu učiniti za vas?" upita Elsie.

Mali čovjek otvori usta i uz velike poteškoće reče: "Mogu li upotrijebiti vaš toalet, molim?"

Zaniječete li nešto, to biva nadvladano. Dakle, on u dvadeset godina nije mogao naći toalet, a vi mu postavljate glupa pitanja: "Odakle dolaziš? Tko si? Kako dugo...?" Kako će on na to odgovoriti? Onaj njegov dio koji je

zanimkao, tu je u punoj mjeri. Vaše je srce bivalo odbijano kroz tako mnogo života, da kada ono bukne, stvori veliki kaos u vašem životu. Vi prvo patite zbog uma, njegovih napetosti, tjeskoba, a nakon toga bi mogli patiti zbog eksplozije srca. To je ono što se događa kada se čovjek slomi. On prvo pati od napetosti uma, zatim jednog se dana srce osveti, eksplodira, a čovjek poludi, podivlja.

Obje su situacije loše. Prvo, bilo je previše razuma - to je stvorilo poremećenost uma. Stvarno razborit onaj je čovjek koji može živjeti u potpunoj ravnoteži, između razumnog i nerazumnog. Stvarno razborit čovjek u sebi uvijek ima pomalo nerazboritosti i on to prihvaća. Stvarno razumna osoba je ona koja poštuje i nerazumnost jer život je takav. Ako se ne možete nasmijati zbog svoga razuma jer "smijeh je glupost", tada idete u nevolje, usmjereni ste prema nevoljama. Da, logika je dobra, smijeh je također dobar, smijeh donosi ravnotežu. Dobro je biti ozbiljan, također je dobro biti neozbiljan. Uvijek bi morala postojati ravnoteža.

Jeste li gledali plesača na žici? On se stalno uravnotežuje. Ponekad se nagne na ulijevo i dolazi to točke kada ako bi se još samo malo nagnuo, pao bi. On trenutno mijenja svoj položaj, ide na drugu stranu, naginje se udesno. Zatim ponovno, dolazi trenutak gdje bi ponovno mogao pasti, on se ponovno naginje ulijevo. Njegov postupak je slijedeći: naginjanje u lijevo, naginjanje udesno, on ostaje između. U tome je ljepota - naginjanje ulijevo i udesno,

naginjanje prema oba ekstrema, on ostaje u sredini.

Ako se želite zadržati u sredini, uvijek iznova morat ćete se naginjati prema obim stranama. Nije na vama da birate. Ako birate, promašit ćete. Ako ste odabrali srce, promašili ste, postat ćete hipertenzivni. Ako odaberete srce i potpuno zaboravite razum, vi ćete poludjeti. A ako želite birati u svakom slučaju, ako želite birati, tada odaberite ludilo. Odaberite srce jer ono je bitnije.

Ali ja vam ne govorim da trebate birati. Ako vi inzistirate i kažete da želite birati, tada radije budite ludi nego samo razumni. Budite od srca. Volite, volite ludo; pjevajte, pjevajte ludo; plešite, plešite ludo. To je mnogo bolje nego da budete proračunati, logični, racionalni, te da patite od noćnih mora.

Ali ja ne govorim. . . nije moja sugestija da to učinite. Moja je sugestija da ostanete bez - izborni. Ključna riječ je "bez- izborna svjesnost". Ostanite bez - izborni, svjesni, a uvijek kada vidite da bi se ravnoteža mogla poremetiti, nagnite se na drugu stranu. Ponovno stvorite ravnotežu, tako to treba ići. Život je kao hodanje po žici.

13. DEPRESIJA, BOLEST BOGATAŠA

Čovjek je oduvijek živio u nadi za budućnost, za raj koji je negdje daleko. Nikada nije živio u sadašnjosti - njegove zlatne godine tek trebaju doći. Time se zanosio jer velike se stvari tek trebaju dogoditi; sve će se njegove težnje ispuniti. Velika je radost bila u očekivanju. U sadašnjosti on je patio, bio je bijedan u sadašnjosti. Ali sve se to zaboravljalo u snovima, da će oni sutra biti ispunjeni. Sutra je oduvijek obećavalo.

Ali stanje se promijenilo. Staro stanje nije dobro jer sutra - ispunjenje njegovih snova - nikada se ne događa. On umire nadajući se. Čak i u smrti, on se nadao budućem životu - ali nikada nije iskusio radost ili smisao. Ali to se moglo tolerirati. U pitanju je bilo samo danas; to će proći, a sutra mora doći. Propovjednici, mesije, spasitelji, svi su oni obećavali sva zadovoljstva - koja se ovdje ne odobravaju - u raju. Politički vođe, socijalni ideolozi, utopisti obećavali su isto - ne u raju već ovdje, na zemlji, negdje u dalekoj budućnosti. Kada društvo prođe kroz totalnu revoluciju tamo neće biti siromaštva, neće biti klasa, neće postojati vlade, samo apsolutno slobodan čovjek koji će imati sve što treba.

I jedni i drugi ispunjavaju iste psihološke potrebe.

Onima koji su materijalisti, obraćali su se ideolozi, političari, sociolozi, utopisti, svima onima koji nisu toliko materijalisti obraćali su se vjerski vode. Ali objekt je bio potpuno isti: sve ono što možete zamisliti, o čemu možete sanjati, za čime čeznuti, bit će u potpunosti ispunjeno. S tim snovima, sadašnja bijeda čini se vrlo mala.

U svijetu je vladao entuzijazam, ljudi nisu bili depresivni. Depresija je suvremeni fenomen i pojavila se jer sada više nema sutra. Sve političke ideje propale su. Ne postoji mogućnost da bi ljudi ikada bili jednaki, ne postoji mogućnost da bi moglo doći vrijeme kada ne bi vlade postojale, ne postoji mogućnost da se vaši snovi ispune.

To je izazvalo veliki šok. Istovremeno, čovjek je sazeo. On može odlaziti u crkve, sinagoge, džamije ili hramove - ali to su samo društvena prilagodavanja jer on u tako mračnom i depresivnim stanju ne želi ostati sam, želi biti u gomili. Ali u osnovi, on zna da tamo nema raja, zna da spasenje neće doći!

Hindusi su na Krišnu čekali pet tisuća godina. On je obećao, ne samo da će jednom doći, već da će doći uvijek kada bude bijeda, patnja, kada prevlada porok, uvijek kada će prepređeni i dvolični iskorištavati jednostavne i nevine ljude, on će doći. Ali već pet tisuća godina nema ni znaka od njega.

Isus je obećao da će doći. Dok su ga pitali kada, rekao je "Vrlo brzo." Ako i razvučemo to "vrlo brzo," dvije tisuće godina ipak je previše.

Ideja da će naša bijeda, naš bol, naša muka biti uklonjeni, više ne prolazi. Ideja da postoji bog koji brine za nas, izgleda kao vic. Promatrajući svijet, ne čini se da postoji itko tko bi brinuo.

U Engleskoj postoji skoro trideset tisuća ljudi koji su obožavaoci vruga - samo u Engleskoj, malom dijelu svijeta. Vrijedno je pogledati njihovu ideologiju. Oni kažu da vrug nije protiv boga, već da je on božji sin. Bog se odrekao svijeta i sada ostaje jedino nada da se nagovori vruga da preuzme brigu, kada to bog ne radi. Trideset tisuća ljudi obožava vruga kao božjega sina, a razlog je što oni osjećaju da se bog odrekao svijeta - više ne vodi brigu o njemu. Prirodno, jedini način je da se utječe na njegovog sina, ako je to moguće putem rituala, molitvi, obožavanja, možda će tada bijeda, mrak i bolest biti uklonjeni. To je očajnički pokušaj.

Stvarnost je da je čovjek uvijek živio u siromaštvu. U siromaštvu postoji nešto lijepo: ono nikada ne uništava vaše nade, nikad ne ide protiv vaših snova, uvijek donosi nadu za sutra. Čovjek se nada, vjerujući da će se stvari popraviti, da ovaj mračni period prolazi i da će uskoro doći svijetlo. Ali stanje se promijenilo. U naprednim zemljama..upamtite, zaostale zemlje nemaju problem depresije - u siromašnim zemljama ljudi se još uvijek nadaju - to je samo u naprednim zemljama, gdje ljudi imaju sve za čime su uvijek čeznuli. Sada raj više ne igra ulogu, ili besklasno društvo. Ni jedna utopija ne može bolje učiniti. Oni su postigli cilj - a to postizanje cilja razlog je depresiji. Sada više nema nade: sutra je tama, a

prekosutra još tamnije. Sve te stvari o kojima su sanjali bile su prekrasne. Oni nikada nisu gledali njihov sadržaj. Sada kada su ih dobili, dobili su ih s njihovim sadržajem. Čovjek je siromašan, ali on ima apetit. Čovjek je bogat, ali ima apetit. Bolje je biti siromašan i imati apetit nego biti bogat i imati apetit. Sto ćete sa svim tim vašim zlatom, srebrom, svim vašim dolarima? Ne možete ih jesti. Vi imate sve, ali nestalo je apetita za onim za što ste se čitavo vrijeme borili. Vi ste uspjeli - ali ja govorim, iznova i iznova, ništa ne promašuje tako kao uspjeh. Vi ste stigli tamo kamo ste željeli stići, ali niste bili svjesni nusprodukta. Imate milijune dolara, ali vi ne možete spavati...

Kada čovjek "stigne do željenih ciljeva, tada postaje svjestan mnogih stvari oko sebe. Na primjer, čitav svoj život nastojite zaraditi novac, misleći da ćete, jednoga dana kada ga budete imali, živjeti opušteno. Ali čitav vaš život živjeli ste u napetosti - napetost je postala vaša disciplina - a na kraju života, kada ste stekli sav onaj novac koji ste željeli, vi se ne možete opustiti. Život proveden u napetosti, tjeskobi i zabrinutosti, neće vam dozvoliti da se opustite. Dakle, vi niste pobjednik, već gubitnik. Izgubili ste apetit, uništili si zdravlje, uništili ste svoju osjetljivost i osjećajnost. Uništili ste svoj smisao za lijepo - jer nema vremena za sve te stvari koje ne donose novac.

Vi trčite za novcem - tko ima vremena gledati cvijeće, tko ima vremena gledati ptice ili ljepotu ljudskih bića? Sve to vi odgađate za onaj dan kada ćete imati sve, tada ćete uživati

i opustiti se. No uz put vi imate sve, postali ste određena vrsta disciplinirane osobe - koja je slijepa na cvijeće, na ljepotu, koja ne može uživati u muzici ili razumjeti ples, koja ne može razumjeti poeziju već jedino dolare. Ali ti dolari ne pružaju zadovoljstvo.

To uzrokuje depresiju. Zbog toga se to događa samo u razvijenim zemljama i to samo u višim klasama razvijenih zemalja. U razvijenim zemljama postoje i siromašni ljudi, ali oni ne pate od depresije - i sada vi čovjeku ne možete više davati nadu kako bi uklonili njegovu depresiju jer on ima sve, ima više nego što vi možete obećati. Njegovo je stanje zaista žaljenja vrijedno, on nikada nisu razmišljao o posljedicama, on nikada nije razmišljao koliko će izgubiti time što će zaraditi novac. Nikada nije razmišljao da će izgubiti sve što bi ga moglo učiniti sretnim, samo zato što je sve te stvari uvijek gurao u stranu. On nije imao vremena, konkurencija je bila jaka i on je morao biti krut. Na kraju otkriva da je njegovo srce mrtvo, njegov život besmislen. Ne vidi bilo kakvu mogućnost promjene u budućnosti jer "Čega tamo još ima..?"

U Sagaru sam običavao odsjedati u kući vrlo bogata čovjeka. Starac je bio predivan. Bio je najveći proizvođač *bidija* u čitavoj Indiji. Imao je sve što možete zamisliti, ali uopće nije bio sposoban uživati u nečemu. Uživanje je nešto što se treba pothranjivati. To je određena disciplina, određena vještina - kako uživati - treba vremena da bi se došlo u vezu s velikim stvarima u životu. Ali čovjek koji

trči za novcem propušta sva vrata koja vode božanskome. On završava na kraju puta, a tamo nema ničega iznad njega, osim smrti.

Njegov je čitav život bio bijedan. On je to podnosio, ignorirao, vjerujući da će se stvari promijeniti. Sada on to više ne može tolerirati ili ignorirati jer sutra, tamo je jedino smrt i ništa drugo. Sve bijede i patnje njegova života, koje je on ignorirao, eksplodirale su u njegovu biću.

Najbogatiji čovjek je na neki način i najsiromašniji čovjek na svijetu. Veliko je umijeće biti bogat, ali ne biti siromašan. Postoje siromašni ljudi u kojima možete naći beskrajno bogatstvo. Oni ništa nemaju, ali bogati su. Njihovo bogatstvo ne nalazi se u stvarima već u njihovom biću, njihovim višedimenzionalnim iskustvima. A postoje i bogati ljudi koji imaju sve, ali su apsolutno siromašni i prazni. Duboko u sebi oni su samo groblja.

To nije depresija društva jer tada bi ona prešla i na siromašne. Jednostavno, to je prirodni zakon i čovjek će ga sada morati naučiti. Do sada to nije bilo potrebno jer nitko nije došao do točke kada ima sve, dok iznutra vlada potpuna tama i neznanje.

Prva stvar u životu je pronaći smisao u sadašnjem trenutku. Osnovni začini vašega bivanja trebali bi biti ljubav, radost, slavlje. Ali vi sve stavljate na stranu u trci za novcem misleći da novac sve može kupiti. Jednoga dana otkrijete da on ništa ne može kupiti - a čitav ste život potrošili obožavajući ga.

To je uzrok depresiji. Posebno na zapadu, depresija će ići vrlo duboko. I na istoku su postojali bogati ljudi, no njima je bila dostupna određena dimenzija. Kada je cesta prema bogatstvu došla do kraja, oni nisu zapeli tu, krenuli su u novom smjeru. Taj novi smjer bio je nebo, dostupno stoljećima. Na istoku su siromašni bili u vrlo dobrom stanju, a bogati su bili izuzetno dobrom stanju. Siromašni su naučili biti zadovoljni i nije ih zanimala trka za ambicijama. A bogati su shvatili da će jednoga dana morati odbaciti sve što imaju i krenuti u potragu za istinom, u potragu za smislom.

Na zapadu, cesta jednostavno dođe do kraja. Vi se možete vratiti, no to neće pomoći vašoj depresiji. Potreban vam je novi smjer. Gautam Buddha, Mahavira ili Parshvanath - ti su ljudi bili na vrhuncu bogatstva i tada su rekli da je to breme. Treba pronaći nešto drugo prije nego vas smrt preuzme - i oni su smogli dovoljno hrabrosti da se svega odreknu. Njihovo je odricanje bilo pogrešno shvaćeno. Oni su se svega odrekli jer se više nisu željeli opterećivati s novcem, s moći - jer oni su vidjeli vrhunac, a tamo ničega nema. Popeli su se na najvišu prečku stepenica i vidjeli da one nikamo ne vode, to su samo stepenice koje nikamo ne vode. Dok ste negdje na sredini, ili nešto niže, vi imate nadu jer postoje prečke koje su iznad vas. Postoji točka kada se nađete na najvišoj prečki, a tamo je jedino samoubojstvo ili ludilo - ili dvoličnost, kada se vi nastavljate smješkat i sve dok vas smrt ne dokrajči, ali duboko u

sebi vi znate da ste potratili svoj život. Na istoku depresija nikada nije bila problem. Siromašni su naučili uživati u onome što su imali, koliko god malo to bilo, a bogati su naučili da imati čitav svijet pod nogama, ne znači ništa - vi morate krenuti u potragu za smislom, a ne za novcem. Oni su imali primjere: tisućama su godina ljudi tragali za istinom i pronašli je. Ne treba biti nesretan ili depresivan, vi samo morate krenuti u nepoznatu dimenziju. Oni je nikada nisu istraživali, ali kako su počeli istraživati novu dimenziju - to znači putovanje unutra, putovanje u sebe samoga - sve ono što su izgubili počelo se vraćati.

Zapadu je hitno potreban veliki pokret meditacije, inače će ova depresija ubiti ljude. Ti ljudi mora da su talentirani - jer oni su zaradili novac, postigli su sve što su htjeli... najviše stupnjeve obrazovanja. To jesu talentirani ljudi, a osjećaju se beznadno.

To će biti opasno jer sposobni su ljudi izgubili svaki entuzijazam u pogledu života, a oni nesposobni, iako entuzijasti, nemaju talenta za novac, obrazovanje, moć. Oni nemaju talenta i pate, osjećaju se hendikepirano. Okreću se terorizmu, okreću se bespotrebnom nasilju, samo iz osvete - jer ne mogu učiniti ništa drugo. Ali uništiti mogu. Bogati su spremni objesiti se o bilo koje drvo jer ne postoji razlog za život. Njihova su srca davno prestala kucati. Oni su tek leševi, dobro okićeni, veoma poštovani, ali iznutra beskorisni i prazni. Zapad je stvarno u daleko težem položaju od istoka, iako oni koji ne razumiju smatraju da je zapad u boljem

položaju jer istok je siromašan. No siromaštvo nije tako velik problem kao što je to neuspjeh bogatstva, gdje je čovjek zaista siromašan. Običan siromašan čovjek ima barem snove, nade, ali bogataš nema ništa.

Potreban je veliki meditacijski pokret koji će stići do svake osobe.

Depresivni ljudi na zapadu odlaze psihoanalitičarima, terapeutima i svim vrstama šarlatana koji su i sami u depresiji, depresivniji od pacijenata - prirodno jer oni po čitave dane slušaju o depresiji, beznađu, besmislu. I vidjevši toliko talentiranih ljudi u tako lošem stanju, oni sami su počeli gubiti nadu. Oni ne mogu pomoći, njima samima treba pomoć.

Uloga moje škole bit će da pripremi ljude meditativne energije, kako bi ih poslali u svijet kao primjere onima koji su u depresiji. Ako će oni vidjeti da postoje ljudi koji nisu depresivni - već suprotno, koji su beskrajno radosni - možda se u njima tada probudi nada. Sada mogu imati sve i ne moraju brinuti. Oni mogu meditirati.

Ne podučavam odricanja od vašega bogatstva ili bilo čega drugoga. Ostavite sve kako jeste. Samo svome životu dodajte još jednu stvar. Do sada ste u svoj život dodavali jedino stvari. Sad dodajte nešto vašemu biću - a to će činiti muziku, to će činiti čuda, to će činiti magiju, to će stvoriti novi ushit, novu mladost, novu svežinu.

To nije neriješivo. Problem je velik, ali rješenje je veoma jednostavno.

14. HRANA I ZDRAVLJE

Niti jedna životinja ne jede kao čovjek, svaka od njih jede svoju odabranu hranu. Ako bivole dovedete u vrt i tamo ostavite, oni će jesti samo određenu travu. Neće jesti sve i bilo što, vrlo su izbirljivi. Oni imaju određeni osjećaj za hranu. Čovjek je potpuno izgubljen, on nema osjećaj za ono što jede. Jede sve i svašta. U stvari nema ničega što negdje čovjek nije jeo. U nekim krajevima jedu mrave. U nekim krajevima jedu zmijske. U nekim krajevima jedu pse. Čovjek sve jede. Čovjek je jednostavno lud. On ne zna što je u skladu s njegovim tijelom a što ne. Potpuno je zbunjen. Prirodno, čovjek bi trebao biti vegetarijanac jer čitavo je tijelo stvoreno za vegetarijansku hranu. Čak i znanstvenici priznaju činjenicu da čitava konstrukcija ukazuje na to da čovjek ne bi trebao biti ne-vegetarijanac. Čovjek je nastao od majmuna. Majmuni su vegetarijanci - apsolutni vegetarijanci. Ako je Darwin u pravu, tada bi čovjek trebao biti vegetarijanac. Sada, postoje načini kako prosuditi jesu li određeni primjerci životinja vegetarijanski ili ne: to ovisi o crijevima, o duljini crijeva. Ne-vegetarijanske životinje imaju veoma kratka crijeva. Tigrovi, lavovi - oni imaju vrlo mala crijeva jer meso je već probavljena hrana. Ono ne treba dugačka crijeva kako bi se probavilo. Posao probave već je životinja učinila. Sada vi jedete životinjsko meso. Ono je već probavljeno - nisu potrebna dugačka crijeva. Čovjek ima

jedna od najdužih crijeva, što znači da je on vegetarijanac. Potrebna je dugotrajna probava i bit će mnogo izmetine koju treba izbaciti.

Ako je čovjek vegetarijanac i jede meso, tijelo je preopterećeno. Na istoku, svi veliki meditatori - Buda, Mahavira - naglašavali su to, ne zbog ideje nenasilja, to je sekundarno, već zbog toga što ako zaista želite ući u duboku meditaciju, vaše tijelo mora biti neopterećeno, prirodno protočno. Vaše tijelo mora biti neopterećeno, a tijela ne-vegetarijanaca veoma su opterećena.

Samo promatrajte što se događa kada jedete meso: kada ubijete životinju, što se događa sa životinjom koja je ubijena? Naravno, nitko ne želi biti ubijen. Život želi biti nastavljen. Životinja ne umire dobrovoljno. Ako vas netko ubije, vi nećete umrijeti dobrovoljno. Ako lav skoči na vas i ubije vas, što će se dogoditi vašem umu? Isto se događa kada vi ubijete lava. Agonija, strah, smrt, muka, tjeskoba, ljutnja, nasilnost, tuga - sve se te stvari dogode životinji. Čitavo tijelo napuni se toksinima, otrovima. Sve tjelesne žlijezde oslobađaju otrov jer životinja ne umire dobrovoljno. A tada vi jedete meso - to meso sadrži sve otrove koje je životinja oslobodila. Sva je energija zatrovana, a tada te otrove nosite vi.

Meso koje jedete pripadalo je tijelu životinje. Ono je tamo imalo specifičnu svrhu. Specifičan tip svjesnosti postojao je u životinjskom tijelu. Vi ste na višem stupnju svjesnosti od životinja, a kada jedete životinjsko meso, vaše

se tijelo spušta na nižu razinu, na nižu razinu životinje. Tada se javlja ponor između vaše svjesnosti i vašega tijela, napetost se diže, tjeskoba se javlja.

Trebalo bi jesti stvari koje su prirodne - prirodne za vas. Voće, orahe, lješnjake, povrće - jedite koliko god možete. A ljepota je u tome što toga ne možete pojesti više nego je potrebno. Sve što je prirodno daje vam zadovoljstvo jer zasićuje vaše tijelo, zasićuje vas. Osjećate se ispunjenima. Ako je nešto neprirodno, nikada vam ne daje osjećaj ispunjenja. Jedete li sladoled: nikada se ne osjećate sitima. U stvari, što ga više jedete, to vam se više jede. To nije hrana. Vaš um je prevaren. Sada ne jedete prema potrebama tijela, već zbog okusa. Jezik je preuzeo kontrolu.

Jezik ne bi trebao biti kontrolor. On ništa ne zna o želucu. On ništa ne zna o tijelu. Jezik ima posebnu zadaću: okusiti hranu. Prirodno, jezik mora prosuditi jedino ovo: koja hrana je za tijelo - za moje tijelo - a koja nije za moje tijelo. On je samo čuvar na vratima, nije gospodar. A ako čuvar postane gospodar, tada dolazi do poremećaja. Sada oglašivači jako dobro znaju kako se može prevariti jezik, kako se može prevariti nos. A oni nisu gospodari. Možda ne znate: mnoga istraživanja u vezi hrane vrše se u svijetu. Oni kažu, ako vam je nos zatvoren, ako su vam oči zatvorene i netko vam da luk, vi nećete znati što jedete. Vi nećete razlikovati luk od jabuke ako vam je nos potpuno zatvoren jer polovica okusa dolazi od mirisa, nos odlučuje, a druga

polovica odluke je na jeziku - i to dvoje postaju kontrolori. Sada oni znaju: nije stvar u tome je li sladoled jestiv ili ne. On može mirisati, mogu mu se dodati neke kemikalije koje će zadovoljiti jezik, ali on tijelu nije potreban.

Čovjek je zbunjen - zbunjen je više od bivola. Vi nećete moći nagovoriti bivola da jede sladoled. Pokušajte!

Prirodna hranakada kažem prirodna, mislim na onu koja je potrebna vašem tijelu. Tigrove potrebe su drugačije, on mora biti vrlo nasilan. Ako jedete meso tigra, bit ćete nasilni, ali gdje ćete izraziti to nasilje? Vi morate živjeti u ljudskom društvu, ne u džungli. Tada ćete morati potisnuti nasilje. Opaki krug počinje. Što se događa kada potisnete nasilnost? Kada se osjećate nasilno, kada ste ljuti, oslobađa se određena otrovna energija, taj otrov stvara situaciju gdje vi možete biti zaista nasilni, gdje bi nekoga mogli ubiti. Energija krene prema vašim rukama, prema vašim zubima - to su dva mjesta iz kojih životinje postaju nasilne. Čovjek je dio životinjskoga carstva.

Kada ste ljuti, energija se oslobađa. Ona odlazi u ruke, u zube, u čeljust, ali vi živite u ljudskome društvu i nije baš uvijek poželjno biti ljut. Živite u civiliziranome svijetu i ne možete se ponašati kao životinja, to je preskupo, vi niste spremni platiti tu cijenu. Što tada radite? Potiskujete ljutnju u vašim rukama, potiskujete ljutnju u vašim-zubima - umjesto toga smiješite se lažno, a vaši zubi sakupljaju ljutnju.

Rijetko sam vidio ljude s prirodnom čeljusti. Ona

nije prirodna, blokirana je, ukočena jer u njoj je previše ljutnje. Ako pritisnete čeljust osobe, ljutnja se može osloboditi. Ruke postaju ružne. One gube ljepotu, one gube pokretljivost jer tamo je potisnuto previše ljutnje. Ljudi koji rade na dubokim masažama shvatili su da kada se ruke dodiruju dubinski, masažom, osoba postaje ljuta. Za to nema razloga. Masirate je i ona se iznenada naljuti. Ako pritisnete čeljust, osoba postaje ljuta. Oni nose nakupljenu ljutnju.

To su nečistoće tijela, njih treba osloboditi. Ako ih ne oslobodite tijelo postaje teško. Joga vježbe oslobađaju sve vrste nakupljenih otrova u tijelu. Pokreti joge ih oslobađaju i tijelo jogija samo po sebi je gipko. Vježbe joge potpuno su drugačije od ostalih vježbi. One ne jačaju vaše tijelo već ga čine gipkijim. Kada je vaše tijelo gipkije, vi ste jaki na sasvim drugačiji način: postajete mlađi. One vaše tijelo učine protočnim - nema u njemu blokada. Čitavo tijelo postoji kao organska cjelina, u vlastitom dubokom ritmu. To nije kao galama na trgu, već kao orkestar. Iznutra duboki ritam, bez blokada, tada je tijelo čisto. Vježbe joge mogu biti od ogromne pomoći.

Svatko u svom želucu nosi mnogo smeća jer to je jedini prostor gdje možete potisnuti stvari. Nema drugog prostora. Ako bilo što želite potisnuti, to morate potisnuti u želudac. Ako želite plakati - umrla vam je žena, vaš voljeni je umro, prijatelj vam je umro - ali to ne izgleda dobro, to izgleda kao da ste slabić, plaćete za ženom, tada vi to potisnete. Kamo ćete staviti taj plač? Prirodno, vi ćete ga

potisnuti u želudac. To je jedino dostupno mjesto u tijelu, jedina šupljina, kamo to možete gurnuti.

Ako potisnete u želudac - a svi su potisnuli razne vrste emocija: ljubavi, seksualnosti, ljutnje, tuge, plača, pa čak i smijeha. Vi se ne možete smijati kroz trbuh. To izgleda prosto, vulgarno - tada vi ne izgledate kulturno. Sve ste potisnuli. Zbog svega potisnutog vi ne možete duboko disati, vi morate disati površinski. Ako dišete duboko, tada će te ozlijede, nastale potiskivanjem, osloboditi energiju. Vi se bojite. Svatko se boji ući u želudac.

Svako dijete kada se rodi diše kroz trbuh. Gledajte dijete dok spava, trbušćić se pomiče gore-dolje, nikada grudni koš. Ni jedno dijete ne diše grudima, oni dišu kroz trbuh. Oni su sada potpuno slobodni, ništa nije potisnuto. Njihovi su trbusi prazni i ta praznina daje tijelu ljepotu. Jednom kada unutra ima previše potisnutoga, tijelo je razdijeljeno na dva dijela, viši i niži. Tada vi niste jedno, već dvoje. Niži dio isturen je. Jedinstvo je izgubljeno, dualnost je ušla u vaše biće. Sada vi ne možete biti lijepi, sada ne možete biti dražesni. Nosite dva tijela umjesto jednoga - a između njih uvijek će postojati ponor. Vi ne možete lijepo hodati. Nekako morate nositi svoje noge. U stvari, ako ste jedno, tada će noge nositi vas, ako ste podijeljeni na dvoje, tada vi morate nositi noge.

Vi morate vući vaše tijelo. Ono je kao teret, ne možete uživati u njemu. Ne možete uživati u dobroj šetnji, ne možete uživati u dobrom plivanju, ne možete uživati u

brzom trčanju - jer tijelo nije jedinstveno. Za sve te pokrete, da bi se u njima uživalo, tijelo mora biti ponovno ujedinjeno. Ponovno treba ispostaviti sklad, vaš želudac treba potpuno pročistiti. Za to je potrebno duboko disanje jer kada udišete i izdišete duboko, želudac izbacuje sve što nosi. Kod izdisaja, želudac se oslobađa. Zbog toga je *važnapranajama*, duboko ritmičko disanje. Naglasak bi trebao biti na izdisaju, kako bi se oslobodilo sve ono što je želudac nepotrebno nosio. Kada želudac ne nosi u sebi emocije, ako imate zatvor, on će odjednom nestati. Kada potiskujete emocije u želudac, to će izazvati opstipaciju jer želudac nema slobodu kretanja. Vi to duboko kontrolirate, ne možete dopustiti slobodu. Dakle, ako su emocije potisnute, nastat će zatvor. Zatvor je više mentalna nego fizička bolest. On više pripada umu nego tijelu.

Ali upamtite: ja ne dijelim um i tijelo na dvoje. Oni su dva aspekta istoga fenomena. Um i tijelo nisu dvije stvari. Nije dobro reći 'um i tijelo', '-um-tijelo' bio bi ispravan izraz. Vaše je tijelo psihosomatski fenomen. Um je profinjeniji dio tijela, a tijelo je grublji dio uma. Oni paralelno djeluju jedan na drugoga. Ako u umu nešto potiskujete, tijelo će započeti put potiskivanja. Ako um oslobodi sve i tijelo će sve osloboditi. Zbog toga jako naglašavam katarze. One su proces čišćenja.

|Ovo je sve što treba činiti: postiti, jesti prirodno, disati duboko ritmički, vježbati jogu, živjeti sve prirodnije, fleksibilnije, podatnije, činiti sve manje i manje kretnji

koje potiskuju, dopustiti tijelu vlastito mnijenje, slijediti mudrost tijela..A.

Kada je tijelo čisto, vidjet ćete kako će se silne nove energije podići, pred vama će se otvoriti nove dimenzije, nova će se vrata iznenada otvoriti, nove mogućnosti. Tijelo ima mnogo sakrivene snage. Jednom kada se ona oslobodi, vi nećete moći vjerovati što sve tijelo u sebi nosi i to tako blizu.

Prema mističnoj tradiciji istoka, sve ono što vi mislite da jeste, to je hrana. Vaše je tijelo hrana, vaš um je hrana, vaša duša je hrana. Izvan duše zasigurno postoji nešto što nije hrana. To nešto znano je kao *anatta*, ne-ja. To je krajnja praznina. Buda to naziva *shunya*, nepopunjen. To je čisti prostor. To ne sadrži ništa osim samoga sebe, to je čista svjesnost.

Dok sadržaj ostaje, hrana ostaje. Pod hranom se podrazumijeva ono što se unosi izvana. Tijelu je potrebna fizička hrana, bez nje će se početi sušiti. Na taj način opstaje, ne zadržava ništa osim fizičke hrane.

Vaš um sadržava uspomene, misli, želje, ljubomore, tisuću i jednu stvar. To je također hrana, hrana na malo finijem nivou. Misao je hrana. Zbog toga, kada pothranjujete misao, vaše se grudi šire, kada su to misli koje daju energiju od koje se dobro osjećate. Netko kaže nešto dobro o vama, kompliment, pogledajte što će vam se dogoditi, vi ste siti. A ako kaže nešto loše o vama, vidjet ćete, to je kao da vam je nešto oduzeo, slabiji ste nego prije.

Um je hrana u finijem obliku. On nije ništa drugo nego unutarnja strana tijela, zbog toga vi djelujete na um dok jedete. Ako jedete ne-vegetarijansku hranu imat ćete određenu vrstu uma, ako jedete vegetarijansku hranu, sigurno ćete imati različitu vrstu uma.

Znate li ovu nevjerojatnu činjenicu o povijesti Indije? U svojoj povijesti dugoj deset tisuća godina Indija nikada nije napala ni jednu zemlju. Nikada - niti jedan agresivni akt. Kako je to bilo moguće? Zbog čega? Isto čovječanstvo djeluje ovdje, kao i bilo gdje drugdje. Ali to je samo zato što drugačija vrsta tijela stvara drugačiji um.

Možete to i sami promatrati. Pojedite nešto i promatrajte, zatim pojedite nešto drugo i promatrajte. Nastavite bilježiti, postat ćete svjesni i iznenađeni kako nije svaka stvar koju probavljate samo fizička, već ima i psihološki dio. One vaš um čine osjetljivima za određene ideje i određene želje. Stoga se stoljećima tragalo za vrstom hrane koja neće jačati um, već pomoći da se potpuno uništi, vrstom hrane koja će, umjesto da jača um, jačati meditaciju, ne-um. Ne mogu se dati fiksna i sigurna pravila jer ljudi su različiti i svatko mora za sebe odlučiti.

I gledajte što puštate u svoj um. Ljudi su potpuno nesvjesni, čitaju sve i svašta, na TV gledaju svaku smiješnu i glupu stvar. Slušaju radio, ogovaraju, brbljaju s ljudima i ulijevaju smeće u glavu jedni drugima. Smeće je sve što imaju.

Izbjegavajte situacije gdje ćete se nepotrebno operetiti smećem. Vi već sami imate dovoljno, morate se toga osloboditi. A idete naokolo i sakupljate to kao da je nešto dragocjeno. Govorite manje, slušajte samo ono bitno, budite telegrafski u pričanju i slušanju. Ako govorite manje, ako slušate manje, polako, polako uvidjet ćete kako čistoća, osjećaj pročišćenosti kao kada se okupate, počete u vama rasti. To će postati neophodno za meditaciju. Nemojte čitati sve vrste gluposti.

Jednom sam živio u kući gdje je susjed bio luđak koji bio jako zainteresiran za novine. Svakoga bi dana od mene uzimao novine. Ako bi ponekad bio bolestan ili ja ne bi bio kod kuće, došao bi kasnije. Dogodilo se da sam jednom bio odsutan deset dana. Kada sam se vratio, on je došao i pokupio sve novine. Rekao sam mu: "Ali one su sada stare deset dana."

On reče: "Nije važno. Sve je to isto smeće! Jedino se datum mijenjaju."

To mora da je bio vrlo razborit trenutak u životu luđaka. Da, postoje nerazboriti trenuci u životima takozvanih razboritih ljudi i obrnuto. On je govorio istinu kada je rekao: "Sve su to iste stare gluposti. Zar je to važno? Ja imam vremena i moram biti okupiran nečim."

Upitao sam ga. "Sto si radio ovih deset dana?" On reče: "Čitao sam stare novine - čitao ih iznova i iznova i iznova."

Ostavite nekoliko nezaposjednutih otvora u vašem

umu. Ti trenuci nezaposjednute svjesnosti prvi su bljeskovi meditacije, prvog prodiranja nepoznatog, prvih plamenova ne-uma. I tada, ako možete to učiniti, slijedeća je stvar odabrati fizičku hranu koja ne potpomaže agresiju i nasilje, koja nije otrovna.

Sada se čak i znanstvenici slažu s time da ako ubijete životinju, ona iz straha oslobađa sve vrste otrova. Kada ubijate životinju, u njoj se iz straha proširi drhtaj. Životinja želi preživjeti, sve vrste otrova oslobođene su.

I vi kada se bojite, oslobađate otrove u tijelo. Ti vam otrovi pomažu da se borite. Ponekad se dogodi da u ljutnji činite stvari koje su vam inače nezamislive. Možete pomaknuti kamen koji obično ne bi mogli ni zatresti, ali tu je ljutnja i otrov je oslobođen. U strahu ljudi mogu tračati tako brzo da bi olimpijce mogli ostaviti za sobom. Samo se zamislite kako trčite dok vas juri netko s namjerom da vas ubije. Vi ćete učiniti najbolje što možete, vaše će čitavo tijelo biti optimalno upregnuto.

Kada ubijete životinju tu su ljutnja, tjeskoba, strah. Ona se suočava sa smrću: sve njene žlijezde oslobađaju mnogo vrsta otrova. Otuda moderna ideja da se životinje, prije nego ih što ubiju, onesvijeste, daju im anestetik. U modernim se klaonicama koristi anestezija. Ali to ne čini veliku razliku, samo vrlo površnu razliku jer u najdubljoj srži, tamo gdje ni anestezija ne može doprijeti, mora se dogoditi susret sa smrću. Životinja možda nije svjesna što se događa, ali događa se, kao u snu. Ona prolazi kroz

noćnu moru. Jestu meso znači jesti otrovnu hranu.

Izbjegavajte sve što je otrovno na fizičkom planu, izbjegavajte sve što je otrovno na mentalnom planu. Ali na mentalnom planu stvari su kompliciranije. Ako mislite da ste hindus, vi ste otrovani; ako mislite da ste musliman, vi ste otrovani. Ako mislite da ste kršćanin, jaina ili budist, vi ste otrovani. A bili ste trovani polako - tako polako da ste se uskladili s time. Vi o tome ovisite. Bili ste hranjeni od prvoga dana, iz majčinih grudi, vi ste bili trovani. Sve vrste uvjetovanosti otrovne su. Misliti o sebi kao hindusu znači misliti o sebi kao suprotnome čovječanstvu. Misliti o sebi kao Nijemcu, Kinezu, znači misliti o sebi kao suprotnome čovječanstvu, znači misliti u terminu neprijateljstva, ne prijateljstva.

Mislite o sebi samo kao o ljudskom biću. Ako posjedujete imalo inteligencije, mislite o sebi kao o jednostavnom ljudskom biću. A kada će vaša inteligencija samo malo porasti, vi će te odbaciti i pridjev 'ljudsko'. Tada ćete o sebi misliti samo kao o biću. Biće uključuje sve - drveće i planine, rijeke i zvijezde, ptice i životinje.

Postanite veći, postanite ogromni. Zašto živite u tunelima? Zašto pužete po malim tamnim rupama? Ali vi mislite da živite u velikim ideološkim sistemima. Vi ne živite u velikim ideološkim sistemima jer ne postoje veliki ideološki sistemi. Nijedna ideja nije dovoljno velika da bi držala ljudsko biće, ono ne može biti sadržaj niti jednog koncepta. Svi koncepti osakaćuju i paraliziraju^

Nemojte biti katolik i nemojte biti komunist - budite samo ljudsko biće - ovo su sve otrovi, sve su to predrasude. Kroz stoljeća bili ste hipnotizirani tim predrasudama. One su postale dio vaše krvi, vaših kostiju, samoga vašega mozga. Morat ćete biti vrlo budni kako bi se riješili svih tih trovanja.

Vaše tijelo nije toliko zatrovano kao što je vaš um. Tijelo je jednostavan fenomen, može se lako očistiti. Ako jedete ne-vegetarijansku hranu, to možete prestati, nije to tako velika stvar. I ako prestanete jesti meso, vaše će tijelo kroz tri mjeseca biti potpuno očišćeno od ne-vegetarijanske hrane. To je jednostavno. Fiziologija nije jako komplicirana. Ali problem je u psihologiji. Jaina redovnik nikada ne jede bilo koju otrovnu hranu, nikada ne jede ništa ne-vegetarijansko. Ali njegov je um zgađen jainizmom kao ničiji drugi.

Prava sloboda je sloboda od bilo koje ideologije. Zar ne možete jednostavno živjeti bez ideologije? Zar je ideologija potrebna? Zbog čega je ideologija tako potrebna? Pomaže vam da ostanete glupi, potrebna je da vam pomogne da ostanete neinteligentni. Potrebna je jer vas snabdijeva gotovim odgovorima pa ih ne morate sami pronalaziti.

Stvarno inteligentan čovjek neće težiti niti jednoj ideologiji - čemu? On neće nositi teret gotovih odgovora. On zna da je dovoljno inteligentan da može odgovoriti svakoj situaciji. Zašto nositi nepotreban teret iz prošlosti?

Koji je smisao nositi to?

Ako zamijenite vašu zatrovanu hranu iznenadit ćete se: nova će se inteligencija u vama osloboditi. Ta nova inteligencija učinit će mogućim da se više ne trpate besmislicama. Ta nova inteligencija učinit će vas sposobnima da odbacite prošlost i njezine uspomene, da odbacite nepotrebne želje i snove, odbacite ljubomore, ljutnje, traume i sve vrste psiholoških rana.

Zbog toga što ne možete odbaciti psihološke rane, postajete žrtve psiho-trikova. Svijet je pun psihoanalitičara mnogo vrsta, pojavljuju se u svim oblicima i veličinama. Svijet je pun svih vrsta psihoterapeuta. Ali zbog čega je potrebno toliko psihoterapeuta? Oni su potrebni zato što vi niste dovoljno inteligentni da bi iscjeljivali vlastite rane. Umjesto da ih iscjeljujete, umjesto da ih otvarate i izlažete vjetrovima i suncu, vi ih skrivate. Vama trebaju psihoterapeuti kako bi vam pomogli otvoriti rane prema suncu, kako bi bile iscjeljivane, kako bi ih se moglo iscijeliti. No vrlo je teško pronaći stvarnog psihoterapeuta. Od sto psihoterapeuta, devedeset i devet posto su psiho-varalice, ne psihoterapeuti.

Iznenadili bi se kada bi znali da više psihoterapeuta i psihoanalitičara počini samoubojstvo nego ljudi iz bilo koje druge profesije. Brojka je skoro dvostruka. Onda, koja je to vrsta ljudi? I kako će oni drugima pomoći? Što su oni čitav život radili pomažući ljudima? Više psihoanalitičara poludi nego ljudi bilo kojih drugih profesija na svijetu.

Zašto? A oni su drugima pomagali ići prema razboritosti, a sami su bili nerazboriti. Velike su mogućnosti da je njih psihoterapija privukla zbog vlastite nerazboritosti. Bio je to pokušaj da pronađu liječenje za sebe same. I bili bi iznenađeni kada bi znali da psihoterapeuti jedne vrste odlaze na psihoterapiju psihoterapeutu druge vrste. Frojdovci odlaze Jungovcima, Jungovci odlaze Frojldovcima i tako dalje. To je veoma čudna situacija.

Ako se u vama oslobodi inteligencija, bit ćete sposobni učiniti ono što je potrebno. Bit ćete sposobni iscijeliti vlastite rane, sposobni vidjeti vlastite traume, neće biti potrebe odlaziti prvome terapeutu.

U mojoj komuni dozvoljavam sve vrste terapija. U stvari, nigdje na svijetu nije dostupno na jednome mjestu toliko psihoterapeuta - sve u svemu šezdeset. Zbog čega dopuštam te terapije? Samo zbog vas jer vi niste spremni osloboditi vašu inteligenciju. Kako komuna ide sve dublje u realizaciju, terapije će moći biti odbačene. Kada komuna zaista procvjeta, tada neće biti potrebne nikakve terapije. Tada je ljubav terapija, inteligencija je terapija. Terapija je živjeti dan po dan, trenutak po trenutak, svjesno i budno. Tada su sve stvari koje radite tokom dana, čišćenje, kuhanje, pranje, terapija.

Terapije su samo za određeno vrijeme. Onog dana kada se uvjerim da je veći dio vas prešao izvan terapija, terapije će nestati jer tada će većina također moći povući i manjinu u inteligenciju.

Mi pokušavamo stvoriti inteligentnu vrstu života. Ja nisam baš religiozna osoba, ja nisam svetac. Ništa nemam s duhovnošću. Sve te kategorije za mene su nevažne. Mene ne možete kategorizirati, ne možete me smjestiti u pretinac. Ali jedna se stvar može reći: da je sve moje nastojanje u tome kako bih vam pomogao osloboditi energiju zvanu ljubavna inteligencija. Ako je ljubavna inteligencija oslobođena, vi ste iscijeljeni.

Treća vrsta otrovne hrane je ona duhovna. To je ono što ličnost jest. Njoj je potrebna stalna pažnja: ona se hrani pažnjom, pažnja je njezina hrana. Nisu samo političari oni koji žude za pažnjom, za sve više pažnje od sve više ljudi, vaši takozvani sveci čine isto to. Nema razlike između svetaca, političara i glumaca, uopće nema razlike. Osnovna potreba je ista: "Više ljudi mi mora posvetiti pažnju, više me ljudi mora gledati." To je postala hrana za ego i to je profinjenija vrsta otrovne hrane....

Fizičko, psihičko, duhovno....Neka vaše fizičko tijelo bude pročišćeno od svih otrova i toksina, vaš um neka bude rasterećen svih vrsti smeća i otpada. I neka vaša duša bude slobodna od ideje *o ja*. Kada je vaša duša oslobođena ideje *o ja*, vi ste stigli do unutrašnjeg prostora koji se zove ne-ja, *anatta*. To je sloboda, to je nirvana, to je prosvijetljenost. Stigli ste doma. Sada se više nema kamo ići, sada se možete smiriti, odmoriti i opustiti. Sada možete uživati u milijunima radosti koje postojanje raspršuje nad vama.

Kada te tri vrste otrovne hrane budu odbačene, vi postajete prazni. No ta praznina nije negativna vrsta praznine. Vi ste prazni u smislu da su svi otrovi, svi sadržaji, nestali. Ali vi ste puni - puni ste nečega što se ne može imenovati, nečega što obožavaoci nazivaju bogom.

Postoje dvije vrste hrane. Jedna je ona koju volite, koju obožavate, o kojoj maštate. Ništa lošega u tome nema, ali morat ćete naučiti mali trik. Postoji hrana koja je silno privlačna. Ta privlačnost ne proizlazi iz toga što vi vidite da je dostupna. Dođete u hotel, u restoran i vidite određenu hranu - miris dopire do vas, boja i aroma hrane. Vi niste razmišljali o hrani, ali odjednom ste se zainteresirali - to neće pomoći. Ovo nije vaša stvarna želja. Možete to jesti ali vas neće zadovoljiti. Vi ćete jesti i jesti, ali ništa iz toga neće proizaći, nikakvo zadovoljstvo iz toga neće proizaći. A zadovoljstvo je najvažnija stvar. Nezadovoljstvo stvara opsesiju.

Jednostavno, svakoga dana prije uzimanja hrane, meditirajte. Zatvorite svoje oči i samo osjećajte što vašemu tijelu treba - bilo što daje to! Vi niste vidjeli nikakvu hranu - nikakva hrana vam nije dostupna, vi samo osjećate vaše vlastito biće, ono što vašemu tijelu treba, ono što volite, za čime žudite.

Dr. Leonard Pearson to naziva "mrmljajuća hrana" - hrana koja vam mrmlja, šapuće. Jedite koliko god želite, ali se držite toga. Drugu vrstu on naziva "dozivajuća hrana", kada ona postaje dostupna, vi se zainteresirate. To je stvar

uma i nije vam potrebna. Ako poslušate vašu mrmljajuću hranu, možete je se najesti koliko želite i nećete patiti jer će vas zadovoljiti. Vaše tijelo jednostavno želi samo ono što mu je potrebno, on nikada ne poželi nešto drugo. To će biti zadovoljavajuće, a jednom kada je tu zadovoljstvo, nikada ne jedemo više. Problem nastaje samo onda kada jedete privlačnu hranu: vi vidite da je tu, zainteresirate se i jedete. Ona vas ne može zadovoljiti jer u tijelu nema potrebe za njom. Kada vas ona ne zadovolji, osjećate se nezadovoljnima. Osjećajući se nezadovoljnima, vi jedete više, ali ma koliko jeli, to vas neće zadovoljiti jer ne postoji potreba na prvome mjestu.

Prvi tip želje mora biti ispunjen, tada će drugi sam nestati. Ono što ljudi rade je to da nikada ne slušaju prvi, pa drugi postaje problem. Ako poslušate mrmljajuću hranu, ona privlačna će se izgubiti. Drugi tip je problem samo zbog toga što ste potpuno zaboravili poslušati unutarnju želju, a ljudi su naučeni da je ne poslušaju. Njih su učili: "Jedi ovo, nemoj jesti ovo" - čvrsta pravila. Tijelo ne poznaje čvrsta pravila.

Otkrilo se da ako malu djecu ostavimo samu s hranom, oni će jesti samo ono što njihovome tijelu treba. To je iznenadilo ljude. Danas ima mnogo psiholoških pronalazača, oni su bili naprosto iznenađeni. Ako dijete pati od neke bolesti i jabuka je dobra protiv te bolesti, dijete će odabrati jabuku. Sva ostala hrana je dostupna, ali dijete će uzeti jabuku.

To je ono što sve životinje rade, samo je čovjek zaboravio jezik. Dovedite bivola u vrt i ostavite ga tamo. Čitav vrt je tu - sve zelenilo je dostupno; njega to neće zanimati. Cvijeće i drveće će ga možda privlačiti, ali on se neće osvrutati na njih. On će otići do trave koja mu šapuće i odabrati onu koja mu je potrebna. Ne možete prevariti bivola, jedino čovjeka možete prevariti.

Čovjek je pao čak ispod bivola. Vi ne možete prevariti magarca, on će jesti svoju hranu. Čovjek je prevaren. Svuda, preko oglasa, slika u boji, televizije, filmova vas napadaju i otuđuju od vašeg tijela koje šapuće. Neka vam kompanija želi nešto prodati. To je korisno kompaniji, ne vama.

Coca-cola kompanija je zainteresirana da vam proda coca-colu. To nema veze s vašim tijelom, oni vas mame. Bilo kamo da idete, tamo je coca-cola, čini se da je ona jedna od najuniverzalnijih stvari. Čak u Sovjetskom savezu, gdje ništa američko nije bilo dozvoljeno, coca-cola je tamo. Odasvud vas boce zovu, privlače, "dođite ovamo." I odjednom vi počinjete osjećati žeđ. To je lažna žeđ. Ja vam ne govorim da ne pijete coca-colu - ali neka vam ona mrmlja, neka vas uvjeri.

Trebat će nekoliko dana, možda i nekoliko tjedana, kada ćete osjetiti što vas privlači. Jedite koliko god želite ono što vas privlači. Ne brinite o tome što će drugi reći. Ako vas privlači sladoled, jedite sladoled. Jedite za vaše zadovoljstvo, za želju vašeg srca, tada ćete iznenada osjetiti

zadovoljstvo. Kada osjetite zadovoljstvo, želja za ispunjenjem nestaje. Stanje nezadovoljstva čini da se kljukate sve više i više a da još uvijek to nema svrhe. Osjećate se punima ali još uvijek nezadovoljnima i problem nastaje.

Prvo počnite učiti nešto što je prirodno i što će doći jer smo mi to zaboravili, to je u tijelu. Kada uzimate vaš doručak, zatvorite oči i vidite što želite, koja je stvarno vaša želja. Ne mislite o onome što je dostupno, jednostavno mislite o onome što želite, a tada pronađite tu stvar i jedite. Jedite koliko god želite. Tako nastavite nekoliko dana. Malo pomalo uvidjet ćete da vas hrana sada ne privlači.

Druga stvar: kada jedete, dobro to sažvačite. Nemojte na brzinu gutati jer ako je to oralno, vi uživate ustima, zašto onda ne žvakati duže? Ako uzmete deset zalogaja nečega, vi možete uživati u jednom, žvačite ga deset puta duže. To će biti skoro kao da ste uzeli deset zalogaja, ako je vaše uživanje jedino u okusu.

Jednom se dogodilo negdje u Japanu da je čovjek popio vruću kavu i spalio si ždrijelo. Pojavile su se komplikacije i njegovo je ždrijelo bilo potpuno odstranjeno, prolaz se morao ukloniti ili bi čovjek umro. Liječnici su mu u želudac sproveli cijev. Čovjek je morao sažvakati hranu, ubaciti je u cijev kroz koju bi ona išla u želudac. Čovjek se iznenadio jer je u hrani nastavio uživati kao i do sada. Čak su i doktori bili iznenađeni. U početku su ga jako žalili jer jadni čovjek više neće moći uživati u hrani. Ali on je nastavio uživati. U stvari, sada je uživao još i

više jer sada bi žvakao, a ako je nije želio staviti u želudac, jednostavno bi je bacio. Sada je mogao jesti koliko je htio. Nije bilo potrebe sve stavljati u želudac, usta i želudac bili su potpuno razdvojeni.

Uvijek kada jedete, žvačite više jer zadovoljstvo je iznad ždrijela. Ispod ždrijela nema okusa - ničega te vrste - zašto onda žuriti? Samo žvačite dulje, okusite više. A kako bi okus učinili što intenzivnijim, učinite sve što se može. Kada nešto jedete, prvo pomirišite. Uživajte u mirisu jer pola okusa sadržano je u mirisu.

Mnogo je eksperimenata učinjeno. Ako vam je nos potpuno zatvoren i netko vam nešto dade, vi to ne možete okusiti. Tada ćete shvatiti da je okus bio više u mirisu nego u okusu. Ako su vaše oči zatvorene, vi ne možete okusiti niti toliko jer boja koja privlači oči više nije prisutna. Učinili su prekrasan eksperiment: zatvorene oči, nos potpuno zatvoren, tada vam nešto daju, vi ne možete čak ni reći što je to. Mogu vam dati luk i vi ne možete reći da je to luk jer puno ovisi o mirisu. Zbog toga kad smo prehladjeni ne možemo uživati u hrani jer nema mirisa, nema okusa. Kada su ljudi prehladjeni, oni počnu jesti začinjenu hranu jer jedino tada mogu osjetiti barem malo.

Dakle, omirišite hranu, gledajte hranu. Bez žurbe... polako. Učinite od toga meditaciju. Čak i ako će ljudi pomisliti da ste poludjeli, nemojte brinuti. Pogledajte je sa svih strana. Dotaknite je zatvorenih očiju, dotaknite je svojim obrazom. Osjetite je na svaki način, mirišite iznova

i iznova. Tada uzmite malen zalogaj i žvačite, uživajte u tome, neka to bude meditacija. Vrlo mala količina hrane bit će dovoljna, a dat će vam više zadovoljstva.

Mrzim što sam debeo ali ne mogu izgubiti ni malo težine usprkos svih mogućih dijeta....

Vi imate vrlo perfekcionističku ideju o tome kakvo bi tijelo moralo biti, kakvi bi vi morali biti. Imate vrlo oštro zacrtani cilj i zbog njega ne možete prihvatiti sebe, odbacujete se. Uslijed odbacivanja vi se osjećate jadno.

Jednostavno uništite te ciljeve i ideale: ciljeve i ideale koje čuvate u svome umu o tome kakve bi stvari trebale biti, kakvi bi vi trebali biti. Odbacite ih! I onda ništa ne nedostaje, ni za čime se ne teži, vaša energija počinje strujati. Jednom kada ste u trenutku, vaše će tijelo početi gubiti težinu. Vječiti otpor prema tijelu čini ga debelim jer ako ste stalno protiv njega ono se osjeća nesigurnim, a zbog nesigurnosti jede.

To je kao s djetetom koje ne može vjerovati majci. Ako dijete ne može vjerovati majci, jednom kada ima njenu dojku, ono je neće pustiti jer ne može vjerovati, ono ne zna kada će ponovno dobiti dojku. To nije sigurno, ono ne može biti sigurno - pa će držati. Nastavit će sisati koliko god može. Napunit će se jer budućnost nije sigurna. Kada dijete zna da ga majka voli i da će biti dostupna - uvijek kada je zatreba, bit će dostupna - ono ne brine o svojem hranjenju. Može se odmoriti, može pojesti onoliko koliko mu u ovom trenutku treba, nema potrebe za gomilanjem.

U stvari, debeli stvaraju zalihe, za neku nesigurnu

budućnost oni stvaraju zalihe. Čovjek može živjeti tri mjeseca bez hrane, može sakupiti toliko sala. To je stara, prastara biološka navika! Postojalo je vrijeme, tisućama godina unatrag, kada je čovjek bio lovac i hrana je bila nesigurna. Jednoga dana bilo je hrane i u izobilju, a zatim je danima uopće nije bilo. Čovjek nosi biološku naviku. To je povezano s nesigurnošću. Sada nema problema - bar ne u Americi - vi imate dovoljno hrane. Po prvi puta društvo ima dovoljno hrane. Amerikanci ne bi trebali uopće biti debeli. Indijcima može biti dozvoljeno da budu debeli jer hrana nije sigurna.

Ono što govorim je da je sada hrana dostupna, dobra hrana, dobra prehrana, nema fizičke potrebe da se jede više, ali sada psihološka nesigurnost povlači tjelesni mehanizam i tijelo se osjeća nesigurnim. Ono poznaje samo jedan način kako izbjeći nesigurnost, a taj je da se više jede, da se sebe ispuni hranom. To je postala preokupacija.

Odbacite ideale! Vi nemate što dokazivati, vi ste savršeno lijepi onakvi kakvi jeste. I počnite živjeti! Bolje nego da razmišljate kako ćete živjeti u budućnosti, kada ćete biti savršeni, kada ćete biti kao ovo ili kao ono. Živjet ćete onda kada dostignete određeni standard u skladu s vašim umom...Ali život je ovdje i sada i klizi vam iz ruku. Sutra, tamo je smrt - samo je danas život.. uvijek je danas.

Počnite živjeti i počnite uživati. Sto ćete više uživati, to ćete manje jesti. Stvarno sretna osobe ne jede puno. To proizlazi iz bijede, iz bola, iz praznine, iz beznačajnosti, pa

želimo zgrabiti nešto, barem hranu.

Tijelo je prikupilo mnogo mudrosti, ono je vrlo mudro. Ako jedete previše, tijelo će reći "Stop!" Um nije tako mudar, on kaže: "Još samo malo, tako je ukusno." Ako slušate um, on postaje destruktivan za tijelo, na ovaj ili onaj način. Ako slušate um on će reći: "Samo nastavi jesti," jer um je glupav, djetinjast. On ne zna što govori. On je tek stigao, nema znanja. On nije mudar, još uvijek je budala. Slušajte tijelo. Kada tijelo kaže "Gladan" - jedite. Kada tijelo kaže, "Stop" - stanite.

Ako slušate um, to je kao kada malo dijete vodi starca - oboje će upasti u jamu. Ako slušate um, tada ćete prvo biti previše u osjetilima, a zatim će vam biti previše. Svako će vam osjetilo donijeti muku, svako će vam osjetilo donijeti više tjeskobe, sukoba, boli. Ako jedete previše, imat ćete bolove, povraćat ćete i čitavo tijelo će biti uznemireno. Tada će um reći: "Jesti nije dobro, postite." A post je također opasan. Ako slušate tijelo nikada se nećete prenajesti, nikada nećete biti gladni - ono će jednostavno slijediti tao.

Nekoliko je znanstvenika radilo na tom problemu i otkrili su predivni fenomen: mala djeca jedu kad god osjete glad, idu spavati kad god osjete umor - ona slušaju svoja tijela. No roditelji ih uznemiruju, oni vrše prisilu: "Sada je vrijeme ručka, ili večere, ili vrijeme za spavanje - hajde!" Oni ne priznaju njihova tijela. Jedan je znanstvenik pokušao djecu ostaviti same. Radio je s dvadesetpetoro djece. Njih nitko nije tjerao da spavaju, da ustaju. Šest mjeseci nitko

ih na ništa nije prisiljavao. Došlo se do veoma dubokih saznanja.

Oni su dobro spavali. Manje su sanjali, bez noćnih mora jer noćne more proizlaze iz roditeljskog prisiljavanja. Dobro su jeli, ali nikada previše - nikada manje nego što je potrebno, nikada više nego što je potrebno. Oni su uživali u jelu, a ponekad uopće ne bi jeli. Ako se tijelo nije osjećalo dobro, oni ne bi jeli i nikada im nije bilo zlo od jela. I još jedna stvar koju nitko nije očekivao, shvatili su, to je bilo čudesno. To jedino Sosan može razumjeti, ili Lao Tzu, ili Chang Tzu jer oni su tao majstori. To je bilo takvo otkriće: shvatili su da kada je dijete bilo bolesno, ono nije jelo određenu hranu. Tada su pokušali shvatiti zašto dijete ne jede tu hranu. Hranu su podvrgli analizi i vidjeli da je ta hrana opasna za tu bolest. Kako je dijete odlučilo? - jednostavno tijelom.

Kako dijete odrasta, ono će jesti čak i više svega što mu je potrebno za odrastanje. Analizama se otkrilo da su ti sastojci bili od pomoći i da će se hrana promijeniti jer potrebe se mijenjaju. Jedan dan će dijete nešto jesti, a drugi dan isto dijete to neće jesti. Tako su znanstvenici otkrili da postoji mudrost tijela. Ako tijelu dozvolite da ima svoju riječ, vi dolazite na ispravan put, veliki put. I to nije tako samo s hranom - to je tako s čitavim životom. Vaš seks nije dobar zbog vašega uma, vaš želudac nije dobar zbog vašega uma. Vi se uplićete u tijelo. Nemojte se uplitati! Već i za tri mjeseca, ako to možete činiti - ne se miješati

- iznenada ćete postati zdravi i dobro se osjećati.

Kako post pomaže dobrobiti tijela?

Uvijek kada postite tijelo nema posla s probavom. U to vrijeme ono se može zabaviti izbacivanjem mrtvih stanica, toksinima. To je kao kada subotom ili nedjeljom vi ne radite pa kod kuće čitav dan čistite. Kroz tjedan ste bili toliko zauzeti da niste mogli čistiti. Kada tijelo nema što probavljati jer vi ništa ne jedete, ono započinje samo-čišćenje. Proces započne spontano i tijelo izbacuje sve što nije potrebno, sve što opterećuje. Post je metoda pročišćavanja. Povremeno, post je predivan - ne raditi ništa, ne jesti, samo odmor. Uzimate što više tekućine i samo odmarajte i tijelo će biti čisto.

Ponekad, ako osjetite da je potreban dulji post, možete to učiniti, ali budite duboko u ljubavi s vašim tijelom. Ako osjetite da na bilo koji način to šteti tijelu, prestanite. Ako post koristi tijelu, osjećat ćete se energičnije, življe, osjećat ćete se obnovljeno, vitalizirano. Ovo bi morao biti kriterij: ako počnete osjećati da slabite, ako počnete osjećati kako drhtite, tada budite svjesni da to više nije pročišćavanje, postalo je destruktivno. Stanite.

Ali trebalo bi proučiti sve o tome. U stvari bi trebalo postiti uz nekoga tko je puno puta postio i dobro zna put, tko poznaje simptome: što se događa ako postane destruktivno, a ako nije destruktivno, što će se tada događati. Nakon stvarno pročišćujućeg posta vi ćete se osjećati kao novi, mlađi, čišći, lakši, sretniji, a tijelo će sada bolje funk-

cionirati jer je rasterećeno. Ali post je potreban samo ako ste jeli pogrešno. Ako niste pogrešno jeli, post nije potreban. Potreban je samo onda kada ste već tijelu naškodili - a svi mi smo jeli pogrešno.

Ja nisam poklonik posta, vjerujem u post. Čitav moj pristup temelji se na proslavi.

Nisam protiv vaših zadovoljstava - ona nisu sve, treba otići izvan njih, ali sama po sebi ona su lijepa. Čovjek ništa ne bi trebao odbijati jer se odbijeni dio osvećuje. Onoga trenutka kada počinjete odbijati, vi ste protiv taoa. Tao znači biti prirodan - svečanost a ne post. Post se može primijeniti samo ako dođe prirodno.

Životinje ponekad poste. Ponekad možete vidjeti da vaš pas posti: vi mu stavite hranu ali on ne jede. Ali on nije jaina, nije poklonik posta; on ne osjeća potrebu za jelom. To nije pitanje principa, to nije filozofija. On je bolestan, cijelo njegovo biće protiv hrane je - on će radije povraćati nego jesti. Najest će se trave i povraćati. Zeli se rasteretiti jer njegovo tijelo nije sposobno još nešto probavljati. Ali on nije isposnik, već prirodan.

Znači ako nekada osjetite kako post spontano dolazi - ne kao zakon, ne kao princip, ne kao filozofija koju treba slijediti, kao nametnuta disciplina, već iz vaše prirodne potrebe - dobro. Tada se također uvijek sjetite da je post u službi svetkovine kako bi ponovno mogli dobro jesti. Namjena posta je da služi kao sredstvo, a ne da bude cilj, to će se rijetko događati, samo ponekad. A ako ste vi savršeno

svjesni dok jedete, nikada nećete jesti previše.

Ja ne izsistiram na dijetama već na svjesnosti. Jedite dobro, silno uživajte u tome. Upamtite, pravilo je: ako ne uživete u svojoj hrani, za kompenzaciju ćete morati jesti mnogo više. Ako uživete u hrani, neće biti potrebe za kompenzacijom. Ako jedete polako, iskušavate svaki zalogaj, dobro sažvaćete, vi ste potpuno zaokupljeni time. Jedenje bi trebalo biti meditacija.

Nisam protiv okusa jer nisam protiv osjetila. Biti osjećajan znači biti inteligentan, znači biti živ. Vaši takozvani monasi pokušavaju vas osloboditi osjećaja, učiniti vas tupima. Oni su protiv okusa, oni bi htjeli da vaš jezik otupi kako ne bi ništa osjećali. Ali to nije zdravo stanje, jezik otupi samo u bolesti. Kada imate vrućicu, jezik postaje tup. Kada ste zdravi, jezik je osjetljiv, živ, pulsira pun energije. Ja nisam protiv okusa, ja sam za okuse. Jedite dobro, iskušavajte, okus je božanski.

I tako, upravo kao okus, vi morate gledati ljepotu i uživati, morate slušati muziku i uživati, dodirivati kamenje, lišće, ljudska bića - toplinu, sastav - i uživati. Upotrebljavajte sva vaša osjetila, upotrebljavajte ih do krajnjih mogućnosti. Tada ćete zaista živjeti, vaš će život biti u plamenu. Neće biti tup, bit će u plamenu energije i vitalnosti. Ja nisam za one koji su vas učili ubijati vaša osjetila, oni su protiv tijela.

I upamtite, tijelo je vaš hram, tijelo je božanski dar. Ono je tako nježno, tako lijepo, tako čudesno - ubiti to, znači biti nezahvalan prema bogu. Bog vam je dao okus,

niste ga sami stvorili, to nema ništa s vama. Bog vam je dao oči, bog je stvorio ovaj duhovni svijet pun boja i dao vam oči. Dopustite jedinstvo između očiju i boja....sve je u veličanstvenom skladu. Nemojte prekidati taj sklad.

Ovi takozvani *mahatme* samo su na putu ega, a najbolji način da se prikažete velikima je biti protiv tijela. Djeca to rade. Dijete osjeti da dolazi nagon i zadrži ga, osjeća se snažnim jer ima svoju volju, ono neće popustiti tijelu. Njegov je mjehur pun ali on zadržava. Želi tijelu pokazati: "Ja nisam tvoj sluga već tvoj gospodar." No to su destruktivne navike.

Slušajte tijelo. Ono nije vaš neprijatelj i kada vam nešto govori, učinite prema tome jer tijelo ima svoju vlastitu mudrost. Nemojte to remetiti, nemojte ići putem uma. Zato ne podučavam nikakve dijete, ja vas podučavam jedino svjesnosti. Jedite uz punu svjesnost, jedite meditativno i tada nikada nećete jesti previše i nikada nećete jesti premalo. Previše je isto tako loše kao i premalo. Previše jesti nije dobro isto kao i postiti, to su ekstremnosti. Priroda želi da budete usklađeni, u nekoj vrsti ravnoteže, da budete u sredini, niti puno niti malo. Nemojte ići u krajnosti.

Ići u krajnosti znači biti neurotičan. Dva su tipa neurotičara što se tiče hrane: oni koji samo jedu ne obazirući se na tijelo - tijelo plače, viče: "Stani!" a oni nastavljaju, to su neurotični ljudi. I druga varijanta: tijelo viče: "Gladan sam!" a oni poste. Ni jedno nije religiozno. I jedno i drugo je neurotično, patološko - njima je potreban

tretman, treba ih hospitalizirati. Religiozna osoba je ona koja je uravnotežena, bilo što da radi, uvijek je u sredini. Nikada ne ide u krajnosti jer krajnosti stvaraju napetost, tjeskobu. Kada jedete previše javlja se tjeskoba jer je tijelo je preopterećeno. Kada ne jedete dovoljno javlja se tjeskoba jer je vaše tijelo gladno. Religiozna osoba je ona koja zna kako stati, a to treba proizaći iz svjesnosti, ne iz određenog učenja.

Ako vam kažem koliko da jedete, to može biti opasno jer bi to bio samo prosjek. Netko je veoma mršav a netko veoma debeo, ako vam kažem koliko trebate jesti - "tri čapatija" - tad za nekoga to mora biti previše, a za nekoga to neće biti ništa. Zato vas ne učim strogim pravilima, ja vam jednostavno dajem osjećaj svjesnosti. Slušajte vaše tijelo, vi imate različita tijela. Postoje različiti tipovi energija, različite situacije. Netko je profesor na fakultetu, on ne troši mnogo energije što se tijela tiče. On neće trebati mnogo hrane i trebat će drugu vrstu hrane. Netko je fizički radnik, on će trebati mnogo hrane i također različitu vrstu hrane. Sada bi stroga pravila bila opasna. Ne može se dati niti jedno pravilo kao univerzalno.

George Bernard Shaw rekao je da postoji samo jedno zlatno pravilo, da nema zlatnih pravila. Upamtite, nema zlatnog pravila - ne može ga biti jer svaka je individua tako jedinstvena da nitko ne može propisivati. Zato vam jednostavno dajem osjećaj....On ne proizlazi iz principa, zakona, moj je pristup iz svjesnosti jer danas vi možete

trebati više hrane a sutra manje. Ne radi se samo o tome što ste vi drugačiji od ostalih - svakoga dana vaš je život drugačiji od svakog drugog dana. Čitav dan ste se odmarali, možda nećete trebati mnogo hrane. Čitav ste dan proveli u vrtu kopajući rupe, možda ćete trebati više hrane. Samo treba biti budan i spreman slušati što tijelo govori. Budite u skladu s tijelom.

Tijelo nije niti gospodar niti sluga, tijelo je vaš prijatelj - pomognite mu. Onaj tko previše jede, kao i onaj koji drži dijetu u istoj su zamci. Oboje su gluhi, ne čuju što im tijelo govori...

Jedite zbog radosti jedenja, tada ste čovjek, ljudsko biće, uzvišeno biće. Ljubite iz radosti ljubavi, tada ste čovjek, uzvišeno biće. Slušajte zbog radosti slušanja i oslobodit ćete se ograničenja instinkta.

Ja nisam protiv sreće, ja sam za nju. Ja sam hedonist i ovako to shvaćam: svi veliki duhovni ljudi na svijetu oduvijek su bili hedonisti. Ako netko nije hedonist a predstavlja se kao duhovna osoba, on to nije - tada je on psihopat jer cilj je sreća, sam izvor, svršetak svega. Bog traga za srećom kroz sve vas, u milijunima oblika. Dopusnite mu svu moguću sreću i pomognite mu doći do viših vrhova, viših nivoa sreće. Tada ste religiozni i tada će vaši hramovi postati mjesta proslave, vaše crkve više neće biti tako tužne i ružne, tako mračne, mrtve, kao groblja. Tada će tamo biti smijeha i pjesme, bit će plesa i radosti.

Religija je mnogo patila zbog ljudi koji su podučavali

samokažnjavanje. Religiju treba osloboditi svih tih besmislica. Religiji je pridodano puno smeća. Iskonska religija nije ništa drugo do radost. Sve što vam pruža radost, čestito je; sve ono što vas čini tužnima, nesretnima, jadnima, grijeh je. Neka to bude kriterij.

Ne dajem vam stroga pravila jer znam kako ljudski um funkcionira. Jednom kad vam se odrede stroga pravila, vi zaboravljate svjesnost i počinjete slijediti pravila. Nije stvar u strogim pravilima - vi možete slijediti pravila i nikada nećete napredovati.

Poslušajte nekoliko anegdota:

Benny je došao kući i u kuhinji pronašao nered od razbijenog suda.

"Sto se dogodilo?" upita on ženu.

Žena odgovori: "Nešto nije u redu s ovom kuharicom. Tu piše da treba uzeti šalicu bez ručke kao mjericu. Tek u jedanaestom pokušaju uspjela sam odvojiti ručku od šalice, bez da je slomim."

Ako to u kuharici piše, treba tako uraditi. Ljudski um je glup - upamtite to. Jednom kada imate strogo pravilo, vi ga slijedite.

Čovjek dode posjetiti glavešinu i ono što glavešina reče, tako se odvijalo. Zazvoni zvonce i sluga ode otvoriti vrata. Pogleda kroz rupicu na vratima i prepoznavši posjetioca, okrene zasun.

"Kišobran ostavi pred vratima.", reče posjetiocu.

"Ali ja nemam kišobran.", odgovori ovaj.

"Vrati se onda kući i donesi ga. Gazda mi je rekao da svi moraju ostaviti kišobrane pred vratima. Inače vas ne mogu pustiti unutra."

Pravilo je pravilo...

Bila je to očajnička potjera, policijski auto jurio je pljačkaše banke. Odjednom skrenuše na benzinsku pumpu. Policajac nazove svoga šefa.

"Jeste li ih uhvatili?"

"Imali su sreću," odgovori ovaj. "Zatvarali smo obruč pola milje odavde kada sam ja ustanovio da je auto prešao pet stotina milja i mi smo se morali zaustaviti kako bi promijenili ulje."

Što drugo učiniti, ulje treba mijenjati nakon svakih pet stotina milja i pet stotina milja je prijeđeno? Prvo treba promijeniti ulje.

Nikada vam ne određujem stroga pravila jer znam koliko ljudski um može biti glup. Ja vam naprosto dajem osjećaj smjera. Budite svjesni i živite kroz svjesnost.

Vi obično živite vrlo nesvjestan život. Vi jedete previše jer ste nesvjesni - ne znate što radite. Vi postajete ljubomorni, vi postajete posesivni jer ste nesvjesni i ne znate što radite. Vi poludite od ljutnje, kada bjesnite kao da ste opsjednuti đavolom, činite stvari za koje ni ne znate da ih činite.

Isus je rekao na križu - njegove posljednje riječi, ali od strahovite važnosti - on je rekao: "Oče, oprosti ovim ljudima jer ne znaju što čine." Kršćani nikada nisu ispravno interpretirali ove kolosalne riječi. Isusova je poruka jednostavna. On kaže: Ovi su ljudi nesvjesni. Oni uopće ne poznaju svjesnost, ne mogu biti odgovorni. Sve što oni rade, rade u snu, oni su mjesečari, oni koji hodaju u snu. Molim te oprosti im. Oni ne mogu biti odgovorni.

Kada vi previše jedete, molim boga: "Oče, oprosti ovom čovjeku. On ne zna što čini." Kada postite, opet moram zamoliti boga, "Oprosti ovom čovjeku jer on ne zna što čini." U pitanju nije činjenje, već unošenje svjesnosti u vaše biće, a svjesnost će promijeniti sve. Vi ste kao pijanci.

Čuo sam: Mike reče Patu da ide na bdijenje i Pat ponudi da ide s njim. Uz put Pat predloži gutljaj-dva. Oboje su se dobrano nalili, tako da se Mike nije mogao sjetiti adrese gdje se bdijenje održavalo. "Gdje je kuća tvog prijatelja?" upita Pat.

"Zaboravio sam broj ali sam siguran da je to ta ulica."

Hodali su neko vrijeme kada Mike baci pogled na kuću za koju je mislio da je prava. Otvorili su vrata i pronašli dnevnu sobu koja je bila u mraku, osim slabašnog svijetla svijeća na pijaninu. Oni kleknuše pored pijanina i počеше moliti. Pat stane na trenutak kako bi pogledao pijanino i reče: "Mike, ja ne poznajem tvog prijatelja, ali zasigurno je imao lijepe zube."

Tako to izgleda. Takav je čovjek. Jedina stvar koju vam želim dati je okus svjesnosti. To će promijeniti čitav vaš život. Nije u pitanju da vas podučavam, već da vas učinim iznutra osvjetljenima.

15. BOL

Vas boli - što se stvarno unutra događa? Analizirajmo čitavu pojavu: tu je bol, tu je i svjesnost da postoji bol. To su dvije točke: postoji bol, postoji i svjesnost da bol postoji. Ali tu nema razmaka pa se na neki način dogodi osjećaj: "Mene boli". Ali to nije sve - prije ili poslije dogodi se osjećaj: "Ja sam bol".

"Ja sam bol, mene boli, ja sam svjestan boli" - to su tri različita, veoma različita stanja. Svjesnost svjedočenja kaže: "Ja sam svjestan boli." Toliko se dozvoljava jer tada vi transcendirate bol. Svjesnost transcendirira - vi niste isto što i bol, tu je duboka odvojenost. U stvari, nikada nije ni bilo neke povezanosti; veza se počne javljati zbog bliskosti, zbog intimne bliskosti između vaše svjesnosti i svega što se naokolo događa.

Svjesnost je u blizini kada vas boli - ona je tu pored, vrlo blizu. Mora biti jer u suprotnome bol ne može biti izliječen. Mora biti blizu kako bi se osjetio, spoznao, kako bi ga postali svjesni. No zbog te blizine vi se poistovjetite i postajete jedno. To je još jedna sigurnosna mjera, zaštitna mjera, prirodna zaštita. Kada postoji bol, vi morate biti blizu; kada vas boli, svjesnost brzo mora krenuti u susret boli - da bi ga osjetila i učinila nešto u vezi s time.

Vi ste na ulici i odjednom osjetite da je tamo zmija - tada se sva vaša svjesnost pretvara u skok. Ni trenutak se

ne smije izgubiti, ne može se niti misliti što da se radi. Ne postoji razmak između svjesnosti i djelovanja. Vi morate biti vrlo blizu, jedino se tada to može dogoditi. Kada vaše tijelo pati od boli, od neke bolesti, vi morate biti blizu, inače ne možete preživjeti. Ako ste daleko i ne osjetite bol, vi ćete umrijeti. Bol se mora trenutno osjetiti - ne smije postojati razmak. Poruka mora odmah biti primljena i vaša svjesnost mora izaći na lice mjesta i učiniti nešto. Zbog toga je blizina potrebna. No zbog te potrebe događa se drugi fenomen: tako blizu, vi postajete jedno, počinjete osjećati: "To sam ja - ova bol, ova ugoda." Zbog blizine javlja se identifikacija: vi postajete ljutnja, vi postajete ljubav, vi postajete bol, vi postajete sreća.

Postoje dva načina da se odvojite od tih lažnih identiteta. Vi niste ono što ste mislili, osjećali, zamišljali, projicirali; ono što vi jeste je jednostavno činjenica da se bude svjestan. Bilo što da se dogodi, vi samo ostanite svjesnost. Vi jeste svjesnost - identitet se ne može prekinuti, ne može se negirati. Sve ostalo može se negirati i odbaciti; svjesnost ostaje krajnja podloga, krajnja baza. Vi to ne možete zanijekati, vi to ne možete negirati, ne možete se od toga odvojiti.

Ovo je proces: Ono što se ne može odbaciti, ono što se ne može od vas odvojiti, to ste vi; ono što se može odvojiti, to vi niste. Bol je ovdje; slijedećeg trenutka možda ga neće biti - ali vi ćete biti. Pojavila se sreća i otići će; bila je i više neće biti - ali vi ćete biti. Tijelo je mlado, tada ti-

jelo postane staro. Sve drugo dolazi i odlazi - gosti dođu i odu - ali domaćin ostaje isti. Pa zen mistik kaže: Nemojte se izgubiti u gomili gostiju. Sjetite se da ste domaćin. Biti domaćin je svjesnost. Biti domaćin je svjesnost svjedočenja. Koji je osnovni element što u vama uvijek ostaje isti? Budite samo to, odvojite se od svega što dolazi i odlazi. No mi se identificiramo s gostima. Domaćin je toliko okupiran gostima da zaboravlja.

Mulla Nasruddin pripremio je zabavu za nekoliko prijatelja i nekoliko stranaca. Zabava je vrlo dosadna i već je pola noći izgubljeno. Jedan od stranaca koji nije znao da je Mulla domaćin, reče mu: "Nikada još nisam vidio takvu zabavu, takvu glupost. Čini se da nikada neće završiti a meni je tako dosadno da bih želio otići."

Mulla reče: "Rekli ste upravo ono što sam ja želio reći vama. I ja nikada nisam vidio tako dosadnu i glupu zabavu, ali nisam smogao toliko hrabrosti kao vi. Ja sam također razmišljao da jednostavno pobjegnem." I obojica pobjegoše.

Tada, na ulici, sjeti se Mulla i reče: "Nešto je loše krenulo, sada sam se sjetio da sam ja domaćin! Molim vas oprostite mi, ja se moram vratiti."

To se svima nama događa. Domaćin se izgubi, domaćina se zaboravlja u svakom trenutku. Domaćin je vaše svjedočenje ja. Dolazi bol, ugoda ga slijedi; tu je sreća, tu je i nesreća. A u svakom trenutku, vi se identificirate sa svime što vam dođe, vi postajete gost.

Sjetite se domaćina. Kada je gost tu, sjetite se

domaćina. Postoji toliko mnogo tipova gostiju: ugodni, bolni, gosti koje bi željeli, gosti koje ne bi željeli kao goste, gosti s kojima bi željeli živjeti, gosti koje bi željeli izbjeći - ali sve su to gosti. Sjetite se domaćina. Stalno pamтите domaćina. Budite centrirani u domaćinu. Ostajte domaćin i tada tu postoji odvojenost. Tada je tu prolaz, interval - most je slomljen. U trenutku kada je most slomljen, događa se odricanje. Tada ste vi u tome, niste to. Tada ste vi u gostu, a još uvijek domaćin. Nema potrebe pobjeći od gosta - nema potrebe.

Izbjegavali ste tisuću i jednu bol u svome životu. Izbjegavajući vi ih ne možete uništiti - oni se akumuliraju. Vi gutate vaše bolove, oni ostaju u sistemu. Zbog toga je svaki duhovni ili psihološki rast bolan - kada počnete rasti, kada odlučite rasti, vi se morate suočiti sa svim bolima koje ste potisnuli. Ne možete ih tek zaobići.

Vas su podigli na pogrešan način. Na nesreću, do sada nije postojalo niti jedno društvo na zemlji koje nije bilo represivno za bol. Sva društva ovise o potiskivanju. No potiskuju dvije stvari: jedna je bol, a druga zadovoljstvo. Potiskuju zadovoljstvo također zbog bola. Smatraju da ako niste previše sretni, ne možete biti niti previše nesretni; ako se uništi radost, vi nikada nećete ući duboko u bol. Da bi se izbjegla bol, izbjegava se zadovoljstvo. Izbjegavajući smrt, oni izbjegavaju život.

U tome ima neke logike. Oboje raste zajedno - ako želite život u ekstazi, morat ćete prihvatiti mnogo agonije.

Ako želite vrhunce Himalaja, imat ćete također i doline. No nema ništa loše u dolinama; vaš pristup mora biti drugačiji. Možete uživati oboje - vrhunac je predivan, također i dolina. Postoje trenuci kada trebate uživati na vrhuncu, a postoje trenuci kada se trebate opustiti u dolini.

Vrhunac je obasjan suncem, on je u razgovoru s nebom. Dolina je mračna, ali uvijek kada se želite opustiti, vi se morate maknuti u tamu doline. Ako želite imati vrhunce, morat ćete pustiti korijenje u dolini - što će korijenje biti dublje, to će vaše drvo više narasti. Drvo ne može rasti bez korijena, a korijeni moraju ući duboko u tlo.

Bol i zadovoljstvo istinski su dijelovi života. Ljudi se toliko boje bola da ga potiskuju, izbjegavaju situacije koje donose bol, klone se boli. I na kraju se spotaknete o činjenicu da ako želite izbjeći bol, vi morate izbjegavati i zadovoljstva. Zbog toga vaši redovnici izbjegavaju zadovoljstva - oni se boje zadovoljstva. U stvari, izbjegavaju sve mogućnosti koje dovode do boli. Oni znaju da ako izbjegnute zadovoljstvo, veliki bol prirodno nije moguć; on dolazi samo kao sjenka zadovoljstva. Tada hodate po ravnicima - nikada se ne uspnete na vrhunce i nikada ne padnete u dolinu. AH vi ste tada živi mrtvac, tada vi niste živi.

Život postoji između ta dva pola. Taj vas napon, između boli i zadovoljstva, čini sposobnim da stvarate veliku glazbu; glazba postoji jedino u tom naponu. Uništite polaritet i vi ćete biti tromi, vi ćete biti ustajali, dosadni - vi nećete imati nikakav smisao i nikada nećete saznati što je

veličanstvenost. Vi ćete propustiti život.

Čovjek koji želi upoznati i živjeti život, mora prihvatiti i zagrliti smrt. Oni dolaze zajedno, oni su dva aspekta jedne pojave. Zbog toga je rast bolan. Vi morate ući u sve one boli koje ste izbjegavali. Morate proći kroz sve one ozlijede koje ste, na neki način, uspjeli ne vidjeti. No što dublje ulazite u bol, to će dublja biti vaša sposobnost da uđete u zadovoljstvo. Ako uspijete doći do krajnjih granica boli, vi ćete moći dotaknuti raj.

Čuo sam: Dođe čovjek majstoru zena i upita: "Kako ćemo izbjeći toplinu i hladnoću?"

Metaforički, on je pitao "Kako ćemo izbjeći zadovoljstvo i bol?" Na taj način zen govori o bolu i zadovoljstvu: toplo i hladno. "Kako izbjeći toplo i hladno?"

Majstor odgovori: "Budi vruć, budi hladan."

Kako bi se oslobodili boli, bol treba prihvatiti, neminovno i prirodno. Bol je bol - jednostavna bolna činjenica - ali patnja je uvijek i jedino zbog odbijanja boli, zbog uvjerenja da život ne bi trebao biti bolan. To je odbacivanje činjenica, odbijanje života i prirode stvari. Smrt je um i umiranje uma. Kada nema straha od smrti, tada, tko će umrijeti?

Čovjek je jedinstven među bićima po svojem poznavanju smrti i po svojem smijehu. Prekrasno, on može čak i smrt učiniti drugačijom: on može umrijeti u smijehu. Jedino čovjek poznaje smijeh, niti jedna druga životinja ne smije se. Jedino čovjek zna za smrt; niti jedna životinja

ne zna za smrt - životinje jednostavno umiru, one nisu svjesne pojave smrti.

Čovjek je svjestan dviju stvari kojih životinje nisu: jedna je smijeh, druga je smrt. Prema tome je moguća nova sinteza. Jedino čovjek može umrijeti smijući se - on može spojiti svijest o smrti sa sposobnošću smijeha. Ako možete umrijeti u smijehu, jedino tada dajete valjani dokaz da ste živjeli smijući se. Smrt je konačno očitovanje čitavog vašeg života - zaključak, završna riječ. Vašom smrću, načinom na koji ćete umrijeti bit će pokazano kako ste živjeli. Možete li umrijeti smijući se? Tada ste vi odrasla osoba. Ako umrete plačući, jecajući, tada ste dijete. Niste odrasli, nezreli ste. Ako umirete plačući, zapomažući, grčevito se držeći za život, to jednostavno pokazuje da ste izbjegavali smrt, da ste izbjegavali sve vrste boli, sve boli.

Rast podrazumijeva suočavanje s realnošću, prihvaćanje činjenica ma kakvejmje bile.

Dopustite da ponovim Bol je jednostavno bol; u njemu nema patnje. Patnja proizlazi iz vaše želje da boli ne bi trebalo biti, da u boli ima nečega lošeg! Gledajte, svjedočite i bit ćete iznenađeni. Imate glavobolju: bol je tamo, ali nema patnje. Patnja je druga pojava, bol je prva. Postoji glavobolja, postoji bol, to je jednostavno činjenica. Ne prosuđujete. Ne nazivate to dobrim ili lošim, tome ne dajete nikakvu vrijednost; to je samo činjenica. Ruža je činjenica, to je također i trn. Dan je činjenica, to je također i noć. Glava je činjenica, također i glavobolja. Vi

to jednostavno zapažate. Buda je podučavao svoje učenike: kada imate glavobolju jednostavno dva puta ponovite: 'glavobolja, glavobolja'. Obratite pažnju. Ali nemojte reći: "Zašto? Zašto me boli glava? To se meni ne bi trebalo dogoditi." Onoga trenutka kada kažete, "Nije trebalo," vi u to unosite patnju. Vi ste sada stvorili patnju, ne glavobolja. Patnja je vaša neprijateljska interpretacija, patnja je vaše odbijanje činjenice.

Kada kažete, "Ne bi trebalo," vi počinjete izbjegavati, počinjete se okretati od toga. Želite se nečim zaokupiti kako bi zaboravili. Uključite radio ili televizor, ili odete u klub, ili počnete čitati, ili raditi u vrtu - vi se okrećete, odvrćate si pažnju. Sada, kada niste svjedočili boli, vi ste se poremetili. Sistem će apsorbirati bol.

Neka ovaj ključ bude shvaćen veoma duboko. Ako možete svjedočiti glavobolji bez nekog neprijateljskog stava, bez da je izbjegavate, da bježite od nje; ako možete jednostavno biti tamo, biti tamo meditativno - 'glavobolja, glavobolja' - ako je možete samo vidjeti, glavobolja će nestati kada dode vrijeme. Ja ne kažem da će otići nekim čudom, da će nestati samo zato što je gledate. Ona će otići kada dode vrijeme. Ali neće biti apsorbirana u sistemu, neće ga zatrovati. Ona će biti tamo, vi ćete je zapaziti i ona će otići. Bit će oslobođena.

Kada svjedočite određenoj stvari u sebi, ona ne može ući u vaš sistem. Uvijek ulazi kada je izbjegavate, kada bježite od nje. Ona ulazi u vaš sistem kada vas nema.

Jedino kada ste vi odsutni, bol može postati dio vašega bića - ako ste prisutni, sama vaša prisutnost sprječava je da postane dio vas.

Ako se suočujete s bolovima, nećete ih akumulirati. Nisu vas ispravno učili, zbog toga vi izbjegavate. Tada nakupljate previše boli, bojite se suočiti s njime, bojite se prihvatiti ga. Rast postaje bolan - to je zbog pogrešne uvjetovanosti. Inače rast nije bolan, on je veoma ugodan.

Kada drvo raste, postaje veće, zar mislite da tu ima boli? Nema. Čak i kada se dijete rodi, ako ga majka prihvati, to neće biti bolno. Ali majka ga odbija; majka se boji. Postaje napeta, pokušava dijete zadržati unutra, što nije moguće. Dijete je spremno izaći u svijete, dijete je spremno napustiti majku. Ono je zrelo, maternica ga više ne može držati. Ako bi ga maternica dulje zadržavala, umrla bi i majka i dijete. No majka se boji. Ona je čula da je porođaj veoma bolan - porođajne muke. Ona se boji i uslijed straha postaje napeta i zatvorena.

Inače, u primitivnim društvima koja još uvijek postoje, rođenje djeteta vrlo je jednostavno, bez imalo boli. Baš suprotno, iznenadili bi se, ženi se kod poroda događa ekstaza - ne bol, ne agonija, već najveća ekstaza. Niti jedan seksualni orgazam ne može biti tako zadovoljavajući, tako silan, kao što je orgazam koji se događa ženi kada prirodno rađa dijete. Čitav seksualni mehanizam u ženi pulsira na način na koji ne može pulsirati kod vođenja ljubavi. Dijete dolazi iz najdublje ženine srži. Niti jedan muškarac ne

može ući u ženu tako duboko. Pulsiranje nastaje iznutra. Ono je divlje - dolazi kao valovi, veliki plimni valovi radosti. Samo to će pomoći djetetu da izađe, samo će to pomoći da se otvori prolaz djetetu. Uz predivno pulsiranje u čitavom seksualnom biću žene, imat će silnu radost. No ono što se stvarno dogodilo čovječanstvu upravo je suprotno: žena osjeća najveću agoniju u životu. A to je proizvod uma, to je pogrešna postavka. Porod može biti prirodan ako ga prihvatite.

Isto je s vašim rađanjem. Rast znači da se svakoga dana ponovno rađate. Nije kraj rođenju onoga dana kada ste se rodili - toga dana je rođenje počelo, to je tek početak. Onoga dana kada ste napustili majčinu maternicu vi niste rođeni, vi ste se počeli rađati, to je bio tek početak. I čovjek se rađa sve dok ne umre. Vi niste rođeni u jednom trenutku. Vaš proces rađanja nastavlja se sedamdeset, osamdeset, devedeset godina, sve dok živite. To je kontinuitet. Svakoga ćete dana osjećati radost - raste novo lišće, novo cvijeće, nove grane penju se sve više, dotičući nove visine. Vi ćete odlaziti dublje i više, dosizati vrhunce. Rast neće biti bolan. Rast je bolan zbog vas, vaše pogrešne uvjetovanosti. Učili su vas da ne rastete, da ostanete statični, da težite poznatome. Zato uvijek kada vam ono poznato isklizne iz ruku, vi počnete plakati. Igračka je slomljena, oduzeta....

Upamtite, samo će vam jedna stvar pomoći: svjesnost - ništa drugo. Rast će ostati bolan ako ne prihvatite

život sa svim usponima i padovima. Treba prihvatiti i ljeto i zimu. To ja nazivam meditacijom. Meditacija je kada ste ispražnjeni od svega što je staro i što je rečeno i učinjeno za smrt. Tada vi vidite. Ili bolje rečeno, vidi se rođenje novoga.

(Patnja je vaša interpretacija. Vi ste se previše identificirali s njom. To je vaša odluka. Možete se odvojiti i patnja će nestati. Vaša je patnja kao noćna mora: vi u snu mislite da je veliki kamen pao na vaše grudi, na smrt vas pritišće. Iz straha se probudite i vidite da nema ničega, samo vaše ruke počivaju na grudima. No težina vaših ruku izazvala je u vama umišljanje: to je postao kamen i vi ste se jako uplašili. Od straha ste se probudili i sada se smijete. Pitajte bude, pitajte probuđene, oni govore da na svijetu nema patnje - ljudi tvrdo spavaju i sanjaju sve vrste patnji.

Ali vidim poteškoće: ako imate fizičke probleme, ako ste slijepi, kako ćete vjerovati da je to samo san? Vi ste bogalj, kako ćete vjerovati da je to samo san? Ali niste li promatrali? - svake noći sanjate i ujutro znate da je to bio san i besmisao - ali ponovno ćete sanjati i u snu vjerovati da je to istina. Koliko ste puta sanjali u životu? Milijuni snova! Svake noći vi sanjate, gotovo neprekidno, na trenutak san prestane i tada počinje novi.

Sanjali ste milijune snova. I svako ste se jutro smijali i govorili da je to bilo nerealno. Ali niste puno naučili. Noćas, kada ćete ponovno sanjati, ista će se zabluda ponoviti: znat ćete da je to istina - u snu ćete znati da je

to stvarno. Onoga dana kada ćete se u snu sjetiti da je to san, san će trenutno nestati jer vi ste u svoj život unijeli svjesnost.

Izgleda vrlo teško vjerovati da su sve vaše patnje samo san koji ste sami stvorili - ali to je tako jer tako kažu svi probuđeni. Niti jedna probuđena osoba nije rekla drugačije. U bistrim trenucima svjesnosti i vi ćete reći isto to. Ovo je moja sugestija za one koji imaju neku vrstu ozbiljne bolesti ili nesposobnost: vaš se problem ne može riješiti samo intelektualnom raspravom - vaš se problem može samo rastopiti, ali ne i riješiti. Vaš se problem može rastopiti jedino ako postanete svjesniji.

Jedan od mojih prijatelja, jedan stari prijatelj pao je na stepeništu i slomio obje noge. Otišao sam ga pogledati, bio je u strahovitim bolovima. On je bio veoma aktivna osoba iako je bio star, sedamdeset i pet godina, ali vrlo aktivan, gotovo kao mladić trčao je za ovim ili onim, radeći ovo ili ono. Za njega je bilo nezamislivo da se odmara u krevetu. A liječnici su rekli da će morati ostati u krevetu najmanje tri mjeseca. To je bila veća nesreća nego slomljene noge.

Kada sam ga vidio, počeo je plakati. Nikada ga nisam vidio kako plače, on je bio jak, veoma jak čovjek, gotovo kao od čelika i u svome životu vidio je mnogo toga. Upitao sam ga: "Ti plačeš - što je s tobom?"

On odgovori: "Samo me blagoslovi da mogu umrijeti. Ne želim više živjeti - tri mjeseca u krevetu! Možeš li to

zamisliti? To je maltretiranje. Prošla su tri dana i čini se kao da sam tri godine u krevetu. Ti me poznaješ, ne mogu mirovati. Samo me blagoslovi da mogu što prije umrijeti, ne želim više živjeti. Tri mjeseca, a doktori kažu da ću za čitav život ostati bogalj - kakvog to ima smisla?"

Rekao sam: "Molim te meditiraj. Ja ću sjediti kraj tebe, a ti uradi jednostavnu meditaciju: da nisi u tijelu."

On je bio neodlučan. Reče: "Kako će mi to pomoći? Čuo sam sve što si govorio o meditaciji, ali ja ne mogu meditirati jer ne mogu mirno sjediti."

Rekao sam: Sada nema govora o sjedenju, ti već jesi u krevetu. To je blagoslov! Samo zatvori oči i ja ću te učiti meditaciji. Ja ću te i blagosloviti jer ako želiš umrijeti to je savršeno u redu. No moj blagoslov može i ne mora djelovati, pa ti u međuvremenu meditiraj."

Shvatio je, "Ionako nemam što raditi, zašto ne meditirati?" Dao sam mu jednostavnu meditaciju: "Jednostavno idi unutra, gledaj na svoje tijelo iznutra i reci, 'to nisam ja - tijelo je udaljeno i sve se više udaljava. Ja sam promatrač na brdu, a tijelo je dolje, u tamnoj dolini i razmak je ogroman."

Prošlo je pola sata. Ja sam morao otići a on je bio u takvoj meditaciji da ga nisam želio uznemiriti, ali nisam ga ni želio ostaviti prije nego doznam što se događa, što će on reći. Morao sam ga prodrmati. On reče: "Ne smetaj mi!"

Rekoh: "Ali ja moram ići."

On reče: "Ti idi ali me nemoj uznemirivati, ovo je tako lijepo. Tijelo zaista leži jako daleko, miljama je udaljeno; ostavio sam ga u dolini a ja sjedim na vrhu brijega, suncem obasjanog brijega. Predivno je, a ne osjećam niti malo boli." Ta su se tri mjeseca za njega pokazala najvrijednijima u životu. Ta su ga tri mjeseca potpuno promijenila. On je još uvijek bogalj, ne može hodati, većinu vremena mora provoditi u krevetu - ali ne možete naći blaženijeg čovjeka od njega. Sada on kaže da to nije bilo prokletstvo, već blagoslov.

Patnja se može pretvoriti u blagoslov. Tko zna? - vi možete vaše blaženstvo pretvoriti u patnju.

Ako imate glavobolju, doktori će vam dati aspirin. Aspirin nije lijek, on vas jednostavno čini nesvjesnima simptoma. On ne uništava glavobolju, već vam ne dozvoljava da to znate. To vas zbunjuje. Glavobolja ostaje tu, ali vi više toga niste svjesni. To stvara neku vrstu zaboravljivosti.

Ali zbog čega je glavobolja nastala? Medicina obično o tome ne brine. Ako odete doktoru on neće puno brinuti o tome zašto je glavobolja nastala. Vi imate glavobolju! - za njega je problem jednostavan: simptom je tu, uzmite lijek - neku drogu, neku kemiju - i simptom će nestati. Glavobolja može nestati, a drugi dan vaš se želudac može uznemiriti. Pojavio se novi simptom.

Čovjek je jedno, čovjek je potpunost - organsko jedinstvo. Vi problem možete odgurnuti s jedne strane i on će izbiti na drugoj strani. To može potrajati, to putovanje s jedne

na drugu stranu, ali on će doći. A gurnut s tog mjesta on će seliti na slijedeće...a čovjek ima mnogo mjesta. Nastavlja se njegovo odguravanje s jednog ugla u drugi.

Stoga vi postajete sve bolesniji umjesto zdraviji. Ponekad se dogodi da od jedne vrlo male bolesti nastane velika. Na primjer, ako glavobolja nije dozvoljena, ako trbobolja nije dozvoljena, ako bol u leđima nije dozvoljena, ako nikada ni jedna bol nije dozvoljena, čim vas nešto zaboli vi uzmete nešto i zaustavite bol...Ako godinama prigušujete - to je prigušivanje - jednoga će se dana sve te bolesti sakupiti i izraziti na mnogo organiziraniji način. To može postati rak. Sve se to sabralo i sada se izražava gotovo kao eksplozija. Zbog čega još nismo našli lijek za rak? Možda je rak izražaj svih potisnutih bolesti čovjeka. Do sada mi znamo kako potisnuti jednu bolest, sada to više nije jedna bolest, to je kolektivni napad. To je totalni napad - sve su se bolesti sakupile, združile. One su stvorile vojsku i napadaju vas. Zbog toga lijekovi promašuju, čini se da za sada nema mogućnosti pronaći pravi lijek.

Rak je novija bolest. On ne postoji u primitivnim društvima. Zbog čega? - pitanje je zbog čega on ne postoji u primitivnim društvima - jer primitivni čovjek ne potiskuje, nema potrebe. To je pobuna vašeg sistema. Ako ne potiskujete, tada nema potrebe za pobunom. Male stvari dodu i prođu.

Religiozni pristup je ne gledati simptom već izvor. To ja nazivam psihologija probuđenih.' Ako imate glavobolju, to nije vaša bolest. U stvari to je signal iz vašeg tijela da

se nešto loše događa na izvoru - trčite na izvor! Otkrijte što se događa. Glava vas jednostavno upozorava, daje vam znakove opasnosti, alarm: ""Slušaj tijelo. Nešto je loše krenulo, ti činiš nešto što nije ispravno, nešto što uništava sklad tijela. Nemoj to više raditi jer će te glavobolja stalno podsjećati na to."

Glavobolja nije bolest i nije vaš neprijatelj, to je vaš prijatelj. Ona je u vašoj službi. Za vaš opstanak vrlo je važno da vas tijelo upozori kada nešto loše krene. Umjesto da promijenite ono loše, vi jednostavno isključite alarm i uzmete aspirin. To je apsurd. To je ono što se događa u medicini, to je ono što se događa u psihoterapiji - simptomatsko liječenje.

Zbog toga se propušta ono bitno, a bitno je - pogledajte u izvor. Slijedeći puta kada imate glavobolju, pokušajte s malom meditacijskom tehnikom, tek eksperimentalno. Nakon toga moći ćete ući u veće bolesti, veće simptome. Kada imate glavobolju pokušajte s malim eksperimentom. Tiho sjedite i promatrajte, gledajte na to, ne kao na neprijatelja. Ako gledate kao na neprijatelja, tada nećete moći ispravno gledati. Izbjeći ćete - nitko u neprijatelja ne gleda direktno, već izbjegava, namjerava izbjeći. Pogledajte na to kao na svoga prijatelja. To je vaš prijatelj, u vašoj je službi. Govori vam: "Nešto nije u redu, pogledaj u to." Samo tiho sjedite i promatrajte glavobolju, bez namjere da je zaustavite, bez želje da nestane, bez sukoba, bez svađe, bez suprotstavljanja. Samo gledajte u to što je.

Promatrajte pa ako postoji neka unutarnja poruka, glavobolja vam je može prenijeti. Ona ima kodirane poruke. Ako promatrate u tišini, iznenadit ćete se. Dogodit će se tri stvari. Prvo: što ćete više gledati u glavobolju, ona će postajati oštrija. Tada ćete se zabrinuti: kako će mi to pomoći ako je bol sve jača? Ona postaje jača jer ste je izbjegavali. Bila je tu ali ste je izbjegavali, potisnuli ste je - čak i s aspirinom. Kada je promatrate, represija nestaje. Glavobolja dolazi do svoje prirodne jačine. Sada je vi oslušujete nezačepljenih ušiju i ona će biti vrlo jaka.

Prva stvar: ona postaje jaka. Ako se to dogodi, vi možete biti zadovoljni, znači da ispravno gledate. Ako ne postaje jača, tada još uvijek vi ne gledate, još uvijek izbjegavate. Pogledajte u nju - ona postaje jača. To je indikacija da je sada u vašem vidokrugu.

Druga stvar je da će sada glavobolja biti locirana na jednome mjestu, više neće biti raširena. Isprva ste mislili da vas cijela glava boli. Sada vidite da ne boli cijela glava već samo jedan mali dio. To je također jedna od indikacija da sada ulazite dublje u to. Osjećaj raširenosti boli je trik - to je način da se izbjegne. Jer ako je na jednoj točki, tada će biti jača. Vi stvarate iluziju kako vas cijela glava boli, bol raširena po cijeloj glavi ne može imati tako jak intenzitet. Mi se služimo takvim trikovima.

Gledajte u to i druga će stepenica biti da točka postaje sve manja i manja. Zatim dolazi trenutak kada će to biti samo kao ubod igle - vrlo oštro, beskrajno oštro,

veoma bolno. Vi nikada niste doživjeli takvu bol u glavi, ali ograničenu na samo jednu malu točku. Nastavite promatrati.

Tada se događa treća, najvažnija stvar. Ako nastavite gledati do trenutka kada je bol vrlo jaka, koncentrirana i ograničena na jednu točku, vidjet ćete da će u mnogo slučajeva nestati. Kada se vi stvarno zagledate, ona će nestati. A kada nestane, vama će sinuti odakle dolazi i koji je uzrok. To će se mnogo puta dogoditi. Vi više ne gledate tako budno, tako koncentrirano, tako pažljivo - bol će se vratiti. Uvijek kada pozorno gledate, ona će nestati, a kada nestane, sakriven iza nje nalazi se uzrok. Iznenadit ćete se: vaš um sada je spreman otkriti uzrok.

Može postojati tisuću i jedan razlog. Postoje razni uzroci. Alarm je uvijek jednak jer alarmni sistem je jednostavan. U vašem tijelu nema mnogo vrsta alarmnih sistema. Za različite uzroke alarm može biti isti. Nedavno ste se možda naljutili i niste to pokazali. Odjednom, to će se objelodaniti. Vidjet ćete svi svoju ljutnju koju ste nosili, nosili.. .u sebi kao otpad. Sada toga ima previše i ljutnja želi biti oslobođena. Potrebno je čišćenje. Pročistite se i odmah ćete vidjeti da je glavobolja nestala. Neće biti potrebe ni za aspirinom, niti za bilo kakvim liječenjem."

*Oshoova dinamička meditacija

Dinamička meditacija traje jedan sat i odvija se u pet etapa. Možete je raditi sami, ali energija će biti puno jača ako se radi grupno. To je osobno iskustvo, morate zaboraviti one oko vas, oči neka budu uvijek zatvorene, dobro je staviti povez. Najbolje je da želudac bude prazan i da ste udobno obučeni.

Prva faza: 10 minuta

Dišite brzo, izdišite na nos. Disanje neka bude intenzivno i kaotično. Mora biti jako duboko. Dišite što brže možete, ali pazite da uvijek bude duboko. Činite to što je moguće u potpunosti, bez da naprežete tijelo, vrat i ramena neka budu opušteni. Nastavite sve dok doslovno vi ne postanete disanje. Dopustiti da disanje bude kaotično znači da ne bude ravnomjerno i predvidljivo. Jednom kada se energija pokrene, to će pokrenuti i vaše tijelo. Dopustite to pokretanje, upotrijebite ga za stvaranje još više energije. Prirodno pomicanje ruku i tijela pomoći će da se energija digne. Osjećajte kako se energija stvara, u prvoj fazi ne puštajte je i nikada ne usporavajte.

Druga faza: 10 minuta

Slijedite svoje tijelo. Dajte svome tijelu slobodu da izrazi bilo što da je tamo EKSPLODIRAJTE!. ..Neka vas tijelo ponese. Izbacite sve što mora izaći. Potpuno poludite. Pjevajte, vrištite, smijte se, vičite, plačite, skačite, tresite se,

plešite, udarajte, bacajte se. Ništa ne zadržavajte, tijelo neka ude u pokretu. Potrebno je malo akcije da bi počeli. Ne dopuštajte vašem umu da se umiješa. Budite u potpunosti s vašim tijelom.

Treća faza: 10 minuta

Ramena i vrat neka budu opušteni a ruke podignite što više možete, bez da savijate laktove. Spodignutim rukama skačite gore dolje i izvikujte mantru: HU! HU! HU! Sto je dublje moguće, iz dna trbuha. Svaki puta kada ste dolje (neka pete dodiruju pod), neka se zvuk zabija duboko u centar seksa. Dajte od sebe sve što imate, potpuno se iscrpite.

Četvrta faza: 15 minuta

STANITE! Ostanite gdje jeste, bez obzira na položaj u kome se nalazite. Nemojte tijelo prilagođavati ni na koji način. Kašalj ili pokret, bilo što raspršit će protok energije i svi su naponi izgubljeni. Budite svjedok svega što vam se događa.

Peta faza: 15 minuta

Slavite... uz muziku i ples izrazite sve što imate. Svoju živost provlačite kroz vaš dan.

Ostanite svjedok, nemojte se izgubiti. Lako se izgubiti. Kod disanja se možete zaboraviti. Možete postati jedno s disanjem, u tolikoj mjeri da zaboravite svjedoka. Ali tada

propuštate cilj. Dišite što je moguće brže i dublje, svu svoju energiju unesite u to, ali ostanite svjedok. Promatrajte što se događa, kao da ste tek gledalac, kao da se sve to događa nekom drugom, kao da se sve to događa tijelu, dok svjesnost ostaje usmjerena na promatranje. To svjedočenje mora se nositi kroz sve tri faze. A kada sve stane, kada u četvrtoj fazi vi postanete kompletno neaktivni, smrznuti, tada će ta budnost stići do svog vrhunca.

To je meditacija u kojoj morate stalno biti budni, svjesni bilo što da radite. Ako osjetite bol, posvetite mu pažnju, ne činite ništa. Pažnja je prava sablja, sječe sve. Vi jednostavno boli posvetite pažnju.

Na primjer, u posljednjem dijelu meditacije vi sjedite u tišini, nepokretni, u tijelu osjećate mnoge smetnje. Noga vam trne, u ruci osjećate probadanje, osjećate kao da mravi mile čitavom tijelu. Često ste gledali i vidjeli da nema mrava. To miljenje je iznutra, ne izvana. Sto učiniti? Osjećate li da vam noga trne? - promatrajte s punom pažnjom. Osjećate svrbež? - nemojte se češati. To neće pomoći. Samo posvetite pažnju. Nemojte čak ni oči otvarati. Samo iznutra poklonite pažnju, čekajte i promatrajte. Za nekoliko će sekundi svrbež nestati. Bilo što da se događa - čak i ako osjetite bol, oštru bol u truhu ili u glavi. To se događa stoga što se u meditaciji čitavo vaše tijelo mijenja. Njegova se kemija mijenja. Nove se stvari počinju događati u tijelu, uslijed kaosa. Ponekad će truh biti napadnut jer tamo ste mnoge emocije potisnuli i sad su sve pokrenute. Ponekad ćete osjećati mučninu,

podražaj na povraćanje. Ponekad ćete osjetiti oštru bol u glavi jer meditacija mijenja unutarnju strukturu mozga. Prolazeći kroz meditaciju, vi ste stvarno u kaosu. Stvari će se ubrzo srediti. Ali privremeno, sve će biti u neredu.

Sto vam je činiti? Jednostavno vidite bol u glavi, promatrajte ga. Budite promatrač. Jednostavno zaboravite da ste onaj koji čini. Malo po malo sve će se staložiti, na tako lijep i dražestan način da to ne možete povjerovati dok ne saznate. Ne samo da će bol iz glave nestati - jer energija koja ga je izazvala, ako se promatra, nestaje - ta ista energija sada postaje ugodna. Ista ta energija.

Bol i uroda dvije su dimenzije iste energije. Ako možete ostati tiho sjedeći i poklanjati pažnju nemirima, svi nemiri nestaju. A kada se nemir izgubi, vi ćete odjednom postati svjesni da se i tijelo izgubilo.

Osho je upozorio da taj promatrački pristup boli ne bi prešao u fanatizam. Ako bi neugodni fizički simptomi - bolovi ili povraćanje - potrajali tri ili četiri dana uz dnevnu meditaciju, tada ne morate biti mazohist - potražite medicinsku pomoć. To se tiče svih Oshoovih meditacija.

16. SPAVANJE

Dok spavamo dolazimo do istog mjesta kao i kod meditacije. Jedina je razlika što smo u snu nespješni, dok smo tokom meditacije potpuno svjesni. Ako bi netko postao potpuno svjestan čak i u snu, on bi imao ista iskustva kao u meditaciji.

Na primjer, ako osobu stave pod narkozu i u nespješnom stanju odnesu ga na nosiljci u vrt gdje je cvijeće u punom cvatu, gdje se u zraku osjećaju miomiris, gdje sja sunce i ptice pjevaju, čovjek će biti potpuno nespještan svega toga. Kada ga ponovo vrata i kada on izađe iz narkoze, ako ga upitaju kako mu se svidio vrt, on neće moći ništa o tome reći. Tada, ako ga odvedete u isti vrt dok je pri punoj svijesti, on će iskusiti sve ono što je bilo tamo i onda kada je prije bio. Iako je bio odveden na isto mjesto, on nije bio svjestan predivnog okruženja u prvom primjeru, dok će u drugome biti u potpunosti svjestan cvijeća, miomirisa, sunca i pjeva ptica. Znači, iako ćete nedvojbeno stići tako daleko u nespješnom stanju, stići do nekog mjesta u nespješnom stanju isto je kao i uopće ne stići.

Kroz san mi stižemo u isti raj kao i u meditaciji, ali nismo toga svjesni. Svake noći mi putujemo u raj, ali tada se vraćamo - nespješni. Iako nas dodiruje blagi povjetarac i miomiris, a pjev ptica odzvanja u našim ušima, mi nikada toga nismo svjesni. Ali još uvijek, usprkos tome što se iz raja

vraćamo potpuno nespješni, netko može reći: "Ja se jutros osjećam vrlo dobro. Osjećam se vrlo smireno, prošlu sam noć dobro spavao."

Što u tome dobroga osjećate? Dobro ste spavali, što se dobro dogodilo? To nije moglo biti samo zbog toga što ste spavali, mora da ste negdje bili, nešto vam se moralo dogoditi. Ali u jutro vi o tome ništa ne znate, osim neodređenog dobrog osjećaja. Netko tko je duboko spavao, probudio se osvježen. To ukazuje na to da je osoba dosegla izvor mladosti u snu - ali u nespješnom stanju. Onaj tko ne spava dobro, ujutro se budi umorniji nego što je to bio prethodne večeri. Ako netko nekoliko noći dobro ne spava, teško će opstati jer je njegova veza s izvorom života prekinuta. Nije u mogućnosti stići do mjesta koje je od životne važnosti.

U New Yorku najmanje trideset posto ljudi ne može spavati bez sredstava za umirenje. Psiholozi vjeruju da ako se tako nastavi slijedećih sto godina, nitko više neće moći spavati bez lijekova. Ljudi će potpuno izgubiti san. Kada bi vas netko tko je izgubio san pitao kako vi zaspate, vaš bi odgovor bio: "Sve što činim je da stavim glavu na jastuk i zaspim." On bi smatrao da je to nemoguće i da mora postojati neki trik koji on ne zna - jer i on položi glavu na jastuk ali se ništa ne događa.

Oprosti bože, ali moglo bi doći vrijeme, za tisuću ili dvije tisuće godina kada će svi ljudi izgubiti prirodan san. Ti ljudi neće vjerovati da su prije tisuću ili dvije tisuće godina prije njihovog vremena ljudi mogli samo staviti glavu na

jastuk i zaspiti. Oni će to smatrati fantastikom, kao mističnu priču iz prošlosti. Neće vjerovati da je to istina. Reći će: "To nije moguće jer ako to nije tako s nama, kako može biti s drugima?"

Skrećem vam pažnju na sve to jer prije tri ili četiri tisuće godina ljudi bi zatvorili oči i ušli u meditaciju tako lako kao što vi danas ulazite u san. Dvije tisuće godina od sada, bit će teško zaspiti. U New Yorku to je teško već danas. I u Bombaju postaje teško spavati - to je samo pitanje vremena. Danas je teško vjerovati da je postojalo vrijeme kada je čovjek mogao sklopiti oči i ući u meditaciju jer sada, kada sjedite sa sklopljenim očima, vi nikamo ne stižete; iznutra vas misli nastavlja salijetati tako da ostajete na mjestu.

U prošlosti, meditacija je bila laka za one koji su bili bliski prirodi, kao što je san za one koji žive blisko s prirodom. Prvo je nestala meditacija, sada je san na odlasku. Prvo je nestalo ono što je svjesno, nakon toga nestaju one stvari koje su nespješne. S nestankom meditacije svijet je postao gotovo ne religiozan, a kada nestane san, svijet će postati potpuno ne religiozan. U svijetu bez sna nema nade za religiju.

Nećete vjerovati koliko blisko, koliko duboko smo povezani sa spavanjem. Kako će osoba živjeti, to u potpunosti ovisi o njegovom spavanju. Ako ne spava dobro, sav njegov život postat će kaos: sve će njegove veze postati zamršene, sve će postati zatrovano, ispunjeno bijesom. Ako, suprotno tome, osoba spava duboko, u njegovom će životu

biti svježina - mir i radost protjecat će kroz njegov život. Njegove će veze, njegovu ljubav i sve ostalo podupirati vedrina. Ali ako izgubi san, njegove će se veze poremetiti. On će načiniti zbrku od svog života s obitelji, sa ženom, sinom, majkom, ocem, svojim učiteljima ili đacima - sa svima njima. Spavanje nas vodi to točke u našoj podsvijesti gdje smo uronjeni u boga - iako ne previše dugo. Čak i najzdravija osoba dolazi do svog najdubljeg nivoa na desetak minuta, tokom osam satnog noćnog spavanja. U tih deset minuta on je potpuno izgubljen, uronjen u spavanje, čak niti san tada ne postoji.

Spavanje nije potpuno sve dok netko sanja - on se nastavlja kretati između stanja spavanja i budnosti. Sanjanje je stanje gdje netko na pola spava, a na pola je budan. Sanjati znači da iako su vam oči zatvorene, vi niste zaspali, još uvijek ste pod vanjskim utjecajima. Ljudi koje susrećete danju, još uvijek su s vama u snovima. Snovi zauzimaju međustanje između spavanja i budnosti. A to što se u jutro ne sjećate da ste sanjali, nije važno. U Americi su provedena mnoga istraživanja o spavanju. Deset velikih laboratorija eksperimentiralo je na tisućama ljudi tokom osam do deset godina.

Amerikance zanima meditacija jer su izgubili san. Oni misle da će im meditacija povratiti spavanje, da će unijeti malo mira u njihove živote. Zbog toga oni na meditaciju gledaju samo kao na sredstvo za umirenje. Kada je Vivekananda prvi puta predstavio meditaciju u Americi,

došao je liječnik i rekao mu: "Beskrajno sam uživao u vašoj meditaciji. To je apsolutno ne-medicinsko sredstvo za umirenje. To nije lijek a ipak čini da čovjek zaspi - to je predivno." Jogiji nisu razlog što je njihov utjecaj u Americi sve veći - pravi je razlog želja za spavanjem. Ljudsko spavanje je poremećeno, a posljedično tome život u Americi ispunjen je težinom, depresijom, napetošću. Tako vidimo da u Americi raste potreba za umirujućim sredstvima - da bi nekako donijela ljudima spavanje.

Svake se godine u Americi potroši na milijune dolara na sredstva za umirenje. Deset velikih laboratorija sprovodi ispitivanja nad tisućama ljudi koji su plaćeni kako bi noćima patili u neudobnom, bolnom spavanju. Sve vrste elektroda i tisuće žica spojeno je na njihova tijela. Ispituje ih se iz svih uglova kako bi se ustanovilo što se u njima događa. Objavljeno je jedno nevjerojatno otkriće tih eksperimenata, da čovjek sanja gotovo cijelu noć. Kada se probude, neki ljudi kažu da nisu sanjali, dok drugi kažu da jesu. Ali u stvari, svi su oni sanjali. Jedina je razlika što oni s boljom memorijom pamte snove, dok oni sa slabijom ne pamte. Ali otkriveno je da je potpuno zdrava osoba mogla skliznuti u duboko, bez snova spavanje, na deset minuta.

Snovi se mogu skenirati aparatima. Živci u mozgu ostaju aktivni tokom stanja sanjanja, ali san se zaustavi, živci također prestaju biti aktivni, a aparat zabilježi tu prazninu. To pokazuje da u to vrijeme, čovjek nije niti sanjao niti mislio - bio je negdje izgubljen.

Interesantno je da aparati bilježe pokrete unutar čovjeka dok je on u stanju sanjanja, ali čim utone u spavanje bez snova, aparat pokazuje pukotinu. Oni ne znaju kamo čovjek tada nestaje. Dakle, spavanje bez snova znači da je čovjek dosegao mjesto izvan dometa aparata. U toj pukotini čovjek ulazi u božansko. Aparati nisu u mogućnosti otkriti taj među prostor. Oni bilježe aktivnosti sve dok čovjek sanja - tada dolazi pukotina i čovjek nestaje. Nakon deset minuta aparat ponovno počne bilježiti. Teško je reći gdje se čovjek nalazio u tom deset minutnom intervalu. Ta je praznina veoma zaintrigirala američke psihologe, zbog toga spavanje smatraju najvećom nepoznanicom.

Vi svakoga dana spavate, a još uvijek pojma nemate što je spavanje. Čovjek spava čitav život, a ništa se ne mijenja - on ništa ne zna o spavanju. Razlog što ništa ne znate o sanjanju je taj što kada spavate, vi niste. Upamtite, vi jeste samo tako dugo dok nema spavanja i vi znate samo onoliko koliko i aparati. Pred pukotinom aparati stanu i ne mogu doći tamo kamo je čovjek prebačen, tamo ni vi ne možete doći - jer vi niste više od aparata.

Sve dok niste prešli pukotinu, spavanje ostaje misterij, ostaje van vašega dometa. To je zbog toga što čovjek zapada u duboko spavanje samo kada prestane postojati u svome 'ja'. Prema tome, što ego više raste to je spavanja manje. Egoistična osoba gubi sposobnost spavanja zbog svog ega, 'ja' se nastavlja dokazivati dvadeset i četiri sata dnevno. 'Ja' ustaje, isti taj 'ja' hoda ulicom. 'Ja' ostaje prisutan svih

dvadeset i četiri sata, tako da u trenutku padanja u san, kada dođe vrijeme da se 'ja' odbaci, ne možete ga se osloboditi. Očito da je postalo teško zaspati. Sve dok postoji 'ja', spavanje je nemoguće. I sve dok postoji 'ja', nemoguć je ulazak u postojanje.

Ulazak u spavanje i ulazak u postojanje jedna su te ista stvar. Jedina je razlika u tome što kroz spavanje ulazimo u postojanje u nesvjesnom stanju, dok kroz meditaciju ulazimo u postojanje u svjesnom stanju. No to je jako velika razlika. Vi možete ući u postojanje kroz spavanje tokom tisuću života, ali još ga uvijek nećete poznavati. Ali ako čak i na trenutak vi uđete u meditaciju, doći ćete na mjesto na koje ste dolazili spavanjem kroz mnoge živote - iako u nesvjesnom stanju - i to će promijeniti vaš život.

Zanimljivo je to da jednom kada čovjek uđe u meditaciju, ulazi u prazninu u koju ga je vodilo i duboko spavanje, on nikada ne ostaje nesvjestan, čak i kada spava.

Ananda je živio s Budom mnogo godina, godinama je spavao blizu njega. Jednog jutra on upita Budu: "Godinama te gledam kako spavaš. Nikada ne mijenjaš stranu, čitavu noć spavaš u istom položaju. Tvoji udovi ostaju na istome mjestu od trenutka kada legneš, nema ni najmanjeg pokreta. Ja sam mnogo puta ustajao noću kako bih provjerio jesi li se pomaknuo. Ustajao sam noću i promatrao te - tvoje ruke, tvoja stopala počivaju u istom položaju; nikada se ne okrećeš na drugu stranu. Je li to spavanje po nekom protokolu?" Buda odgovori: "Meni nije potreban neki protokol, ja spa-

vam u svjesnom stanju, prema tome ne smatram da treba mijenjati stranu. Ja to mogu ako želim. Spavanje ne zahtijeva okretanje s jedne strane na drugu, to je potreba tvog nespokojnog uma." Nespokojan um ne može odmarati na jednome mjestu čak ni jednu jedinu noć, a kamo li tokom dana. Čak i noću dok spava, tijelo pokazuje svoj nemir.

Ako promatrate osobu dok spava, vidjet ćete neprestani nemir. Vidjet ćete kako pomiče svoje ruke na isti način kao i kada je budan. U njegovom snu naći ćete ga kako trči i dašće na isti način kao danju - ostaje bez daha i umori se. Noću u snu, on se svađa na potpuno isti način kao i danju. Tokom dana ispunjen je strašću, noću također. Kod takve osobe nema bitne razlike između noći i dana, osim što u noći on legne iscrpljen, nesvjestan; sve ostalo nastavlja funkcionirati kao obično. Zato Buda kaže: "Ja mogu promijeniti stranu ako to želim, ali za to nema potrebe."

Ali mi ne razumijemo... Čovjek sjedi na stolici i trza nogama. Pitajte ga: "Zbog čega tvoje noge tako trzaju? Razumljivo je da se one pokreću dok hodaš, ali zašto se pokreću dok sjediš?" Čim to kažete on će prestati. Tada se neće pomaknuti ni na sekundu, ali neće imati niti objašnjenje zbog čega to čini. To pokazuje kako unutar-nji nemir izaziva pokretanje čitavog tijela. Iznutra je nespokojan um; on ne može biti miran, u jednom položaju, čak niti na trenutak. On će čitavo tijelo držati nemirnim: noge će se pomicati, glava će se tresti, čak i kad sjedi, tijelo

će mijenjati strane. Zbog toga nalazite da je teško mirno sjediti u meditaciji, makar i deset minuta. Tijelo vas stalno prisiljava da se vrtite i okrećete. Mi to ne primjećujemo sve dok svjesno ne sjednemo u meditaciju. Tada shvaćamo kakvo je tijelo, ono ne želi ostati mirno u jednom položaju ni na sekundu. Zbunjenost, napetost i uzbuđenje uma drže čitavo tijelo u pokretu.

U dubokom spavanju, na oko deset minuta nestaje sve - iako je tih deset minuta dostupno samo onima koji su potpuno zdravi i smireni, ne bilo kome. Drugi tako spavaju samo od jedne do pet minuta, većina samo dvije ili jednu minutu dubokog sna. Malo tog soka koji primimo u jednoj minuti, kada dosegnemo izvor života, mi unosimo u naš cjelodnevni rad. Koliko god malu količinu ulja lampa dobije u tako kratkom periodu, mi to iskoristimo kako bi se nosili sa životom punih dvadeset i četiri sata. Lampa gori u nečijem životu bez obzira na količinu ulja koju primi. Iz tog razloga lampa gori tako sporo - ne sakupi se dovoljno ulja kako bi lampa života dobila sjaj, pretvorila se u baklju.

Meditacija vas polako dovodi k izvoru života. Tada se više ne trebate hraniti iz njega, vi jednostavno jeste na izvoru. Više ne morate u svoju lampu dodavati ulje - tada vam čitav ocean ulja postaje dostupan. Vi počinjete živjeti u tom oceanu. S tim načinom življenja spavanje nestaje -ne u smislu da netko više ne spava, već da čak i kada spava, netko

u njemu ostaje potpuno budan. Tada snovi više ne postoje. Jogi ostaje budan, on spava ali nikada ne sanja - njegovi snovi potpuno nestaju. A kada snovi nestanu, nestanu i misli. Ono što mi poznajemo kao misli u budnom stanju nazivaju se snovi u stanju spavanja. Vrlo je mala razlika između snova i misli: misli su samo nešto civiliziraniji snovi, dok su snovi nešto primitivnije prirode. Od to dvoje, jedno je originalna misao.

U stvari djeca ili plemenski ljudi, mogu misliti samo u slikama, ne riječima. Prve su ljudske misli uvijek u slikama. Na primjer, kada je dijete gladno, ono ne misli riječima, "Ja sam gladno." Dijete može vizualizirati majčine grudi, može sebe zamisliti kako siše. Ono može biti ispunjeno željom za grudima, ali ne kroz riječi. Formiranje riječi dolazi kasnije, prvo se javljaju slike...

Govor riječi prikladan je danju, ali noću nije upotrebljiv. Noću mi ponovno postajemo primitivni. Izgubimo se u spavanju onakvi kakvi jesmo. Izgubimo naše stupnjeve, fakultetsko obrazovanje, sve. Prebačeni smo na mjesto gdje je jednom stajao izvorni čovjek. Zbog toga u snu slike izranjaju, a riječi se pojavljuju danju. Ako tokom dana želimo voditi ljubav, mi možemo misliti u terminima riječi, ali noću nema načina da se ljubav izrazi drugačije nego kroz slike.

Misli ne izgledaju tako žive kao slike. U snovima, cijela se slika pred vama pojavi. Zbog toga mi više uživamo

gledati film baziran na noveli, nego čitajući samu novelu. Jedini razlog je taj što je novela na jeziku riječi, dok je film na jeziku slika. Na isti način vi osjećate veću radost slušajući mene ovdje, u živo. Slušajući me na kazeti vi nećete osjetiti istu radost jer ovdje je prisutna slika, a tamo su samo riječi. Jezik slika nam je bliži, prirodniji. Noću se riječi pretvaraju u slike, u tome je razlika.

Mašta nestaje, misli također nestaju; dnevne misli nestaju, nestaju i snovi. Ako tokom dana nema misli, tokom noći neće biti snova. I upamtite, snovi vam ne dozvoljavaju da spavate, a misli vam ne dozvoljavaju da budete budni. Budite sigurni da razumijete: snovi vam ne daju da spavate, misli vam ne daju da se probudite. Ako snovi nestanu, spavanje će biti potpuno, ako misli nestanu, budnost će biti potpuna. Ako je budnost potpuna i ako je spavanje potpuno, tada među njima više ne postoji razlika. Jedina je razlika jesu li oči otvorene ili ne, jeli tijelo zaposleno ili se odmara. Onaj tko je totalno probuđen, totalno i spava, no u oba stanja njegova je svjesnost jednaka. Svjesnost je jedna, nepromjenjiva, jedino se tijelo mijenja. Budno, tijelo je aktivno, kod spavanja, tijelo odmara.

Prijatelj me upitao zašto bog nije dostupan kod spavanja. Moj odgovor je: on može biti dostupan ako vi možete ostati budni i dok spavate. Moja metoda meditacije je metoda spavanja - svjesnog spavanja, ulaženja u san svjesno. Zbog toga od vas tražim da opustite svoje tijelo, da opustite svoje disanje, da smirite svoje misli. Sve je to

priprema za spavanje. Zbog toga se često događa da neki prijatelji zaspe tokom meditacije - očito je to priprema za spavanje. Pripremajući se, oni ne znaju kada su zaspali. Zbog toga ponavljam treći savjet: ostanite budni iznutra, ostanite svjesni iznutra; neka se tijelo potpuno opusti, neka se disanje potpuno opusti, neka bude opuštenije nego što je to normalno kod spavanja. Ali ostanite budni iznutra. Neka vaša svjesnost svijetli unutra kao lampa, kako ne bi zaspali.

Početni uvjeti meditacije i spavanja isti su, međutim posljednji je uvjet različit. Prvi je uvjet da tijelo bude opušteno. Ako patite od nesanice prvo što će vas liječnik naučiti je opuštanje. On će od vas tražiti da radite iste stvari koje i ja tražim: opustite vaše tijelo, ne dozvolite da napetost ostaje u tijelu, neka se tijelo potpuno olabavi, kao pahuljica od vate. Jeste li ikada vidjeli kako spavaju pas ili mačka? Oni spavaju kao da nisu. Jeste li ikada gledali kako spava beba? Nigdje nema napetosti - njene ruke i noge potpuno su labave. Pogledajte mlade i stare ljude, u njima je sve napeto. Dakle doktor će od njih tražiti da se opuste.

Isti se uvjeti primjenjuju za spavanje: disanje treba biti opušteno, duboko i sporo. Mora da ste primijetili kako se kod trčanja disanje ubrzava. Slično tome, kada se tijelo prilikom rada napreže, disanje se ubrza i cirkulacija krvi pojača. Za spavanje, cirkulacija se mora usporiti - upravo suprotno kao kod trčanja - i disanje će se opustiti. Dakle,

drugi uvjet je: smirite svoje disanje. Uvjeti za meditaciju primarno su isti kao i za spavanje: opustite tijelo, smirite disanje, oslobodite se misli. I tako, za spavanje i za meditaciju početni su uvjeti jednaki. Razlika je u posljednjem uvjetu. U prvome vi ostajete u dubokom snu, a u meditaciji ostajete potpuno budni - to je sve.

Dakle, postoji duboka povezanost između spavanja i meditacije. Ipak, postoji jedna značajna razlika među njima: razlika između svjesnog i nesvjesnog stanja. Spavanje je nesvjesnost a meditacija je buđenje.

Kada na večer padate u san, kada ste spremni zaspiti, kroz sjećanje prođite čitav dan - unatrag. Nemojte početi s jutrom. Počnite upravo tamo gdje jeste, u krevetu - posljednja pojedinost, a tada krenite unatrag. Idite unatrag, korak po korak, sve do prvog iskustva ujutro kada ste se probudili. Idite unatrag i stalno se podsjećajte da niste umiješani.

Na primjer, poslije podne vas je netko povrijedio. Pogledajte se, svoj oblik, povrijeđeni ste - ali ostanite samo promatrač. Nemojte se miješati, nemojte se ponovno ljutiti jer tada se poistovjećujete. Tada ste propustili smisao meditacije. Nemojte se naljutiti. On nepovređuje vas, onpovređuje oblik koji je postojao poslije podne. Sada više nema tog oblika.

Vi ste samo kao rijeka koja teče: oblici protječu. U djetinjstvu vi imate jedan oblik, sada više nemate taj ob-

lik. Taj je oblik nestao. Kao rijeka, vi se stalno mijenjate. Prema tome, kada na večer meditirate unatrag, na događaje dana, samo se sjetite da ste vi svjedok, nemojte se naljutiti. Netko vas je pohvalio, nemojte se uzoholiti. Samo gledajte na čitavu stvar kao da nezainteresirano gledate film. To je veoma korisno, naročito za one koji imaju problema sa spavanjem.

Ako imate bilo kakvih problema sa spavanjem, patite od nesanice, to će vam jako pomoći. Zbog čega? Jer to je odmatanje uma. Kada idete unatrag, vi odmatate um. Ujutro ga počinjete namatati i on postaje zapleten u mnoge stvari, na mnogo mjesta. Nezavršene i nekompletne stvari ostat će u umu, a nije bilo vremena srediti ih u trenutku kada su se dogodile.

Dakle, navečer pođite unatrag. To je proces odmatanja. Kada stignete do jutra kada ste još bili u krevetu, do prve stvari ujutro, vi ćete ponovno biti tako svježi kao što ste bili ujutro. I tada možete zaspati kao malo dijete...

Mnogo ljudi pati od određenih bolesti, ništa fizičko, ništa gdje lijekovi mogu pomoći, bolesti traju. Čini se da je bolest psihološka. Sto učiniti? Ako nekome kažete da je bolest psihička, to neće pomoći. Naprotiv, to može nekoga povrijediti jer nitko se ne osjeća dobro kada kažete da je bolest psihička. Što će on tada učiniti? Osjeća se bespomoćno.

Ovo vraćanje unatrag čudotvorna je metoda. Ako idete unatrag polako, polako odmatajući um sve do prvoga

trenutka kada se bolest dogodila, ako se vratite do trenutka kada vas je bolest prvi puta napala, ako možete odmotati do tog trenutka, saznat ćete da je ta bolest u osnovi kompleksna, složena od nekih drugih stvari, psiholoških stvari. Vraćajući se unatrag te će stvari doći na vidjelo.

Ako prođete kroz trenutak kada vas je bolest prvi puta napala, iznenada ćete postati svjesni koji su faktori tome doprinijeli. Ne trebate ništa činiti, samo budite svjesni tih psiholoških faktora i idite unatrag. Mnoge bolesti jednostavno vas napuštaju jer je kompleks razbijen. Kada postanete svjesni kompleksa, nema više potrebe za njim. Vi ste očišćeni od njega.

To je duboka katarza. Ako to radite dnevno, osjetit ćete obnovljeno zdravlje, nova svježina dolazi. A ako možete djecu naučiti da to dnevno rade, oni nikada neće biti opterećeni prošlošću. Nikada neće imati potrebu odlaziti u prošlost. Uvijek će biti ovdje i sada. Neće biti nikakvih vezanosti, ništa iz prošlosti neće visjeti nad njima.

17. STARENJE

Zapadni je um uvjetovan idejom da vi imate samo jedan život - sedamdeset godina - i da se mladost nikada neće vratiti. Na zapadu, proljeće dolazi samo jednom i, prirodno, postoji duboka želja da se produži što je dulje moguće praviti se na sve moguće načine da ste još uvijek mladi.

Na istoku je starija osoba uvijek bile vrijedna, poštovana. Ona je imala više iskustva, vidjela je mnoga godišnja doba kako dolaze i odlaze, živjela je kroz sve vrste iskustava, dobrih i loših. Postala je zrela, više nije nedorasla. Ona je cjelovita, a to dolazi jedino s godinama. Nije djetinjasta, ne nosi medvjedića naokolo, nije više mlada, ne zavarava se misleći da je to bila ljubav.

Prošla je kroz sva ta iskustva, vidjela je kako ljepota blijedi, kako sve ima svoj kraj, kako se sve kreće prema grobu. Od trenutka kada je napustila kolijevku, postojao je samo jedan put - put od kolijevke do groba. Ne može se ići nigdje drugdje, ne možete skrenuti čak i ako pokušate. Bilo što da radite, stići ćete do groba.

Stari je čovjek bio poštovan, voljen. On je dostigao određenu čistoću jer je živio kroz želje i vidio da svaka želja vodi do razočaranja. Te su želje prošlost, uspomene. On je proživio mnoge veze, vidio je da se svaka vrsta veze pretvara u pakao. On je prošao sve tamne noći duše. Dosegao

je određenu odvojenost - čistoću promatrača. Više ga ne zanima sudjelovanje u nogometnoj utakmici. Samo živi svoj život, postao je uzvišen, zbog toga je bio poštovan, njegova je mudrost bila poštovana.

Ali na istoku je postojala ideja da život nije tek mali dio od sedamdeset godina, gdje mladost samo jednom dolazi. Ideja je bila da se, kao i u postojanju, sve vječno okreće - ljeto dolazi, kiše dolaze, zima dolazi, zatim ponovno ljeto, sve se okreće kao kotač - a život nije izuzetak. Smrt je kraj jednog kotača i početak drugoga. Vi ćete ponovno biti dijete, ponovno ćete biti mladi i ponovno ćete biti stari. To je tako bilo od samog početka i tako će biti do samoga kraja - sve dok se ne prosvjetlite kako bi mogli iskočiti iz začaranog kruga i doći na potpuno drugačiji nivo. Iz individualnog vi možete skočiti u univerzalno. Dakle, nije bilo žurbe, nije bilo odugovlačenja.

Zapad se bazira na židovskoj tradiciji koja vjeruje u samo jedan život. Kršćanstvo je samo grana židovske vjere. Isus je bio Židov, rođen kao Židov, živio je kao Židov i umro kao Židov. On nije znao da je kršćanin. Ako ga sretnete negdje i pozdravite s: "Dobar dan Isus Krist," on neće prepoznati na koga se to odnosi jer on nije znao da mu je ime Isus i nije znao daje Krist. Njegovo ime je bilo Joshua, židovsko ime, on je bio božji poslanik, ne Krist. Isus Krist prijevod je s hebrejskog na grčki. Islam je također nus-produkt iste tradicije - židovske. Te tri religije vjeruju u jedan život. Vjervanje u jedan život vrlo je opasno, ne

daje vam šanse da pogriješite, ne daje vam šanse da bilo što dovoljno iskusite, uvijek ste u žurbi. Čitav zapadni um postao je um turista koji nosi dvije-tri kamere i žuri se sve fotografirati jer ima vizu samo na tri tjedna. U tri tjedna mora obići čitavu zemlju - sve najveće spomenike. On ih nema vremena gledati direktno, vidjet će ih kod kuće, u miru, u svom albumu. Uvijek kada vidim turiste, sjetim se jedne stare žene koja je jurila s jednog mjesta na drugo - od Ajante do Ellore, od Taj Mahala do Kašmira - u žurbi jer život je kratak.

Jedino je zapadni um mogao stvoriti poslovicu da je vrijeme novac. Na istoku se stvari kreću polako, tamo nema žurbe - čovjek ima čitavLi vječnost. Mi smo bili ovdje i ponovno ćemo doći, pa čemu onda žurba? Uživajte u svemu intenzivno i totalno.

Dakle, jedna je stvar: zbog ideje o jednom jedinom životu, zapad pridaje preveliku važnost da se bude mlad. Sve se čini kako bi ostali mladi što je dulje moguće, kako bi se proces odgodio. To stvara dvoličnost, uništava autentično starenje. To vam ne dozvoljava da postanete stvarno mudri u vašoj starosti jer vi mrzite starost, starost vas podsjeća jedino na smrt, ni na što drugo. Starost znači da kraj nije daleko, stigli ste do zadnje stanice, još jedan zvižduk i vlak će stati.

Imao sam jedan dogovor sa svojim djedom. Volio je da mu se masiraju stopala i ja sam mu rekao: "Upamti, kada ja kažem 'zarež,' to znači da budeš budan, točka i zarež

se približavaju. Kada kažem 'točka-zarez,' pripremi se jer stiže točka. A jednom kada kažem 'točka,' to i mislim." On se toliko bojao 'zareza' da, kada bih ja rekao 'zarez' on bi rekao: "U redu je, ali neka točka-zarez bude malo duži. Neka ne bude kratko i brzo!"

Na zapadu vas starost jednostavno podsjeća da se približava zadnja stanica - treba odgoditi međuvrijeme. Koga pokušavate zavarati? Ako ste shvatili da više nema mladosti, vi možete zavaravati čitav svijet, ali niste mladi, jednostavno ste smiješni...Ljudi pokušavaju ostati mladi, ali oni ne znaju da im sam strah od gubitka mladosti ne dozvoljava da žive u totalnosti.

Druga stvar je da vam strah od gubitka mladosti ne dopušta da starost prihvatite s lakoćom. Vi propuštate oboje: radost i intenzitet mladosti, ljupkost, mudrost i mirnoću koje starost donosi. Sve je bazirano na pogrešnoj koncepciji života. Ova dvoličnost, vezanost i taj strah ne mogu se izmijeniti tako dugo dok zapad ne odbaci ideju da postoji samo jedan život.

U stvari, jedan život nije sve. Vi ste živjeli mnogo puta i još ćete mnogo puta živjeti. Zbog toga svaki trenutak živite što je moguće potpunije, ne treba žuriti da bi se uskočilo u slijedeći trenutak. Vrijeme nije novac, vrijeme je neiscrpno, dostupno je i siromašnima i bogatima. Što se vremena tiče, bogati nisu bogatiji, a siromašni nisu siromašniji. Život je vječna inkarnacija.

Sve ono što se pojavljuje na površini ima vrlo

duboke korijene u religijama zapada. Oni su jako škrti kada vam daju samo sedamdeset godina. Ako pokušate izračunati, gotovo trećina vašega života izgubit će se u spavanju, jedna trećina potrošit će se na zarađivanje za hranu, odjeću i stanovanje. Ono malo što ostaje treba dati na obrazovanje, nogometne utakmice, filmove, glupe prepirke, svađe. Ako u sedamdeset godina sačuvate sedam minuta za sebe, ubrojit ću vas u mudre ljude. Ali teško je sačuvati čak i sedam minuta kroz čitav život, pa kako onda pronaći sebe? Kako spoznati misterij vašega bića, vašega života? Kako ćete shvatiti da smrt nije kraj? Zbog toga što ste propustili iskusiti sam život, vi ćete također propustiti iskusiti i veliko iskustvo smrti, inače nema se čega u smrti bojati. To je prekrasno spavanje, spavanje bez snova, spavanje koje vam je potrebno kako bi se preselili u drugo tijelo, smireno i tiho. To je kirurška pojava, gotovo kao anestezija. Smrt je prijatelj, ne protivnik. Jednom kada smrt shvatite kao prijatelja i počnete živjeti bez ikakvih strahova, tada je sedamdeset godina vrlo mali vremenski razmak - ako svoju perspektivu otvorite prema vječnosti vašega života - tada će se sve usporiti, tada neće biti potrebno žuriti. Ljudi u svemu jednostavno jure. Vidio sam ljude koji uzimaju svoju uredsku torbu, natrpaju stvari u nju, poljube ženu, bez da vide je li to njihova ili tuđa žena i djeci kažu doviđenja. To nije način na koji se živi! I kamo stižete s tom brzinom?

Čuo sam o mladom paru koji je kupio novi automo-

bil i vozili su punom brzinom. Žena je stalno pitala muža: "Kamo idemo?" jer žena je još uvijek bila staromodna: "Kamo idemo?"

Čovjek odgovori: "Prestani me gnjaviti, samo uživaj u brzini kojom jurimo. Nije pravo pitanje kamo idemo, već kojom brzinom idemo?"

Brzina je postala važnija od odredišta, postala je važnija jer je život tako kratak. Vi morate toliko toga učiniti da, osim ako sve ne radite na brzinu, nećete stići sve završiti. Ne možete sjediti u tišini čak ni nekoliko minuta - to izgleda kao gubljenje vremena. U tih nekoliko minuta mogli ste zaraditi još nekoliko dolara.

Zatvaranje očiju samo je gubljenje vremena, uostalom čega unutra ima? Ako stvarno želite znati, možete otići u bilo koju bolnicu i pogledati kostur. To je ono što je unutar vas. Zašto bespotrebno ulaziti u nevolje gledajući unutra? Gledajući unutra naći ćete kostur. Jednom kada ste vidjeli svoj kostur, život postaje teži; ljubeći svoju ženu vi savršeno dobro znate što se događa - dva kostura. Netko samo mora izumiti rendgenske naočale, pa ih ljudi mogu staviti i promatrati kosture kako se smiju. Vjerojatno ne bi doživjeli da skinu rendgenske naočale jer vidjeti mnogo kostura kako se smiju, dovoljno je da svačije srce prestane kucati. "Moj bože, ovo je stvarnost! I to je ono što svi ti mistici govore ljudima, 'pogledajte unutra' - izbjegavajte ih."

Zapad nema tradiciju misticizma. On je okrenut

prema van: gledajte prema van, tamo se ima toliko toga za vidjeti. No oni nisu svjesni da unutra nije samo kostur, unutar kostura postoji nešto više. To je vaša svjesnost. Zatvorivši oči nećete se susresti s kosturom već sa samim izvorom vašega života. Zapadu je potrebno duboko upoznavanje vlastitog životnog izvora, tada neće biti žurbe. Čovjek će uživati kada život donese mladost, uživati će kada život donese starost, uživati će kada život donese smrt. Vi jednostavno znate kako uživati u svemu s čime se susretete, kako sve pretvoriti u proslavu. Umijeće pretvaranja svega u slavlje, u pjesmu, u ples ja nazivam autentičnom religijom.

Stariji čovjek ude u kliniku i kaže doktoru: "Morate nešto učiniti kako bi snizili moj seksualni nagon." Liječnik baci pogled na nemoćnog starca i reče: "Gospodine, meni se čini da je vaš seksualni nagon sav u vašoj glavi." Starac reče: "To sam i mislio sinko, treba ga malo spustiti."

Čak i starac želi izigravati playboya. To sa sigurnošću ukazuje na jedno: on svoju mladost nije živio u potpunosti. Propustio je svoju mladost i sada još uvijek misli o njoj. Sada on tu ne može ništa učiniti, ali njegov um stalno razmišlja o danima mladosti koje nije proživio, u to vrijeme on je bio u žurbi.

Da je proživio svoju mladost u starosti bi bio oslobođen svega potisnutog, seksualnosti, ne bi bilo potrebno odbacivati seksualne instinkte. To nestaje, to ispari kroz život. Samo treba nesmetano živjeti, bez

miješanja vaših religija, vaših svećenika i to će nestati. U suprotnome, dok ste mladi odlazite u crkvu a kada ostarite, čitate «Playboy» sakriven u svojoj Bibliji. Svaka Biblija upotrijebljena je za skrivanje magazina kao što je «Playboy», kako vas djeca ne bi otkrila - to je neugodno.

Čuo sam o tri starca. Jednome je bilo sedamdeset, drugome osamdeset a trećemu devedeset godina. Oni su bili stari prijatelji, umirovljenici koji su običavali šetati parkom i sjediti na klupi. Čavrljali su o svemu i svačemu. Jednoga dana je najmlađi, onaj sedamdesetogodišnjak izgledao pomalo tužno. Stariji, osamdesetogodišnjak ga upita: "Sto je? Izgledaš jako tužno."

On reče: "Osjećam veliku krivicu. Pomoći će mi da se oslobodim toga ako vam ispričam. Dogodio se incident: predivna se žena kupala - ona je bila gost u našoj kući - a ja sam virio kroz ključanicu i moja majka me uhvatila na djelu."

Oba starija prijatelja nasmijala su se, "Ti si idiot. Svatko radi te stvari u djetinjstvu."

On reče: "Ne radi se o djetinjstvu, to se sada dogodilo."

Drugi prijatelj reče: "Onda je to stvarno ozbiljna stvar. Ali reći ću ti nešto što se dogodilo prije tri dana i leži na mom srcu kao kamen. Tri dana za redom moja je žena odbijala voditi ljubav sa mnom."

Prvi reče: "To je zbilja jako loše."

A treći nasmijavši se reče: "Prvo ga pitaj što to on

podrazumijeva pod vođenjem ljubavi."

On upita i ovaj odgovori: "Ništa previše. Nemoj me tjerati u još veću neugodnost. To je jednostavan proces. Uхватim ženinu ruku i tri puta je stisnem, tada ona ide spavati, ja odem spavati. Ali ta tri dana, uvijek kada sam je pokušao uhvatiti za ruku ona govori, ne danas, ne danas! Srami se, dovoljno si star - ne danas!' I tako već tri dana ja nisam vodio ljubav."

Treći starac reče: "To nije ništa. Ja moram priznati što se meni dogodilo, vi ste mladi i to vam može pomoći ubuduće. Prošle noći, kako je noć prolazila i približavalo se jutro, ja sam počeo pripreme kako bih vodio ljubav sa svojom ženom i ona reče: 'Ti idiote, što to pokušavaš?'. Rekoh, 'Ja samo pokušavam voditi ljubav s tobom.' Ona reče, 'To je već treći puta noćas, niti ti spavaš niti meni dozvoljavaš spavati. Ljubav, ljubav, ljubav!' Dakle, mislim da gubim pamćenje. Vaši problemi su sitnica, ja sam izgubio pamćenje."

Ako slušate starce, iznenadit ćete se, oni govore samo o onim stvarima koje su trebali proživjeti, ali prošlo je vrijeme kada je to bilo moguće. Tada su čitali Bibliju i slušali svećenike. Svećenici i sveti spisi iskvarili su ljude jer nametnuli su im protuprirodne ideje i oni ne mogu prirodno živjeti. Ako nam je potrebno novo čovječanstvo morat ćemo izbrisati svu prošlost i početi iznova. Osnovni će princip biti: dopustiti svakome, pomoći svakome, učiti svakoga da živi u skladu sa svojom prirodom, ne u skladu s

nečijim idealima i da živi potpuno i intenzivno bez straha. Djeca će uživati u svojem djetinjstvu, mladi ljudi uživat će u svojoj mladosti a stari ljudi imat će draži koje prirodno dolaze, kroz život koji su živjeli prirodno.

Sve dok starost nije skladna i mudra, prepuna svjetla i radosti, ispunjenosti, blaženstva... u samoj vašoj sadašnjosti, sve dok cvijet ne procvate i ne proširi se mio-miris vječnosti, znači da zasigurno niste živjeli. Ako se to nije dogodilo na taj način, znači da ste negdje skrenuli, negdje ste poslušali svećenike, one koji vas kvare, negdje ste skrenuli protiv prirode - i priroda se sveti. Osveta je u tome da vam se starost uništi i učini ružnom, ružnom za druge i ružnom za vlastite oči. Inače, starost ima ljepote koje čak ni mladost ne može imati.

Mladost ima zrelost ali nije mudra. U njoj ima previše gluposti i amaterizma. Starost daje posljednje poteze slici nečijega života. A kada netko učini posljednji potez, on je spreman umrijeti, radosno, plešući. Spreman je izraziti dobrodošlicu smrti.

18. DOSTOJANSTVENA SMRT

Sto je to prirodna smrt? Ovo je značajno pitanje i u njemu ima puno mogućnosti. Najjednostavnija je ta da čovjek umre bez nekog uzroka, on jednostavno postane star, stariji, a da promjena iz starosti u smrt nije kroz bolesti. Smrt je krajnja starost - sve u vašem tijelu, u vašem mozgu prestalo je funkcionirati. To će biti uobičajeno i jasno značenje prirodne smrti.

No za mene prirodna smrt ima daleko dublje značenje: netko mora živjeti prirodno kako bi dosegao prirodnu smrt. Prirodna smrt je kulminacija života koji je proživljen prirodno, bez zabrana, bez potiskivanja - upravo kao što žive životinje, ptice, kao što drveće živi, bez ikakvih pukotina..život prepuštanja, dozvoljavanja prirodi da protječe kroz vas bez zapreka s vaše strane, kao da ste odsutni i život teče sam po sebi. Umjesto da vi živite život, život živi vas, vi ste sekundarni. Tada će kulminacija biti prirodna smrt. Prema mojoj definiciji, jedino probuđeni čovjek može prirodno umrijeti, inače su sve smrti neprirodne jer svi su životi neprirodni.

Kako možete stići do prirodne smrti živeći neprirodan život? Smrt će odraziti krajnju kulminaciju, krešendo čitavog vašeg života. U zgusnutom obliku, to je sve što ste

proživjeli. Samo je nekoliko ljudi u svijetu umrlo prirodno jer samo je nekoliko ljudi živjelo prirodno. Naše nam uvjetovanosti ne dozvoljavaju da budemo prirodni. Naše nas uvjetovanosti od samoga početka uče da moramo biti nešto više od prirode, da biti prirodan znači biti životinja, mi moramo biti iznad prirode. I to se čini veoma logičnim. Sve su nas religije tome učile - da biti čovjek znači otići iznad prirode - i stoljećima su uvjerali čovječanstvo da ide iznad prirode. Nitko nije uspio otići iznad prirode. Sve u čemu su uspjeli je uništenje ljudske prirode, spontane ljepote, nevinosti. Čovjek ne treba prevazići prirodu. Ja vam govorim, čovjek mora ispuniti prirodu - kao što niti jedna životinja ne može. U tome je razlika.

Religijski su ljudi bili prepredeni i prevarantski. Oni su napravili razliku da su životinje prirodne a vi morate biti natprirodni. Ni jedna životinja ne može postiti, ne možete ni jednu životinju uvjeriti da je post nešto božansko. Životinja samo zna da je gladna i nema razlike između gladi i posta. Vi ne možete nagovoriti niti jednu životinju da ide protiv prirode.

To je dalo priliku takozvanim religioznim ljudima jer čovjek ima sposobnost da se bori protiv prirode. On nikada neće biti pobjednik, ali može se boriti. A u borbi on neće uništiti prirodu, uništiti će samo sebe. Na taj je način čovjek uništio sebe - svu svoju radost, svoju veličinu i postao je nešto što nije iznad životinja, već nešto ispod, na sve moguće načine.

Možda nikada niste razmišljali o tome: niti jedna životinja u divljini nije homoseksualna. Na samu pomisao, čitav će životinjski svijet prasnut će u smijeh. To je jednostavno glupo! Ali u zoološkom vrtu, gdje ženke nisu dostupne, životinje se okreću homoseksualizmu iz čiste potrebe.

No čovjek je čitav svijet pretvorio u zoološki vrt: milijuni ljudi su homoseksualci, lezbijke i što sve ne - sve vrste perverzija. A tko je odgovoran? Ljudi koji su vas učili da idete van prirode, kako bi dosegli nadnaravna božanstva...

Uvijek kada nešto radite na silu, rezultati neće donijeti poboljšanje. U mnogo sfera, kroz različite religije, pokušavalo se čovjeka učiniti nekim tko je iznad prirode. Rezultati su bili, bez izuzetka, negativni. Vi ste rođeni kao prirodna bića. Ne možete ići iznad sebe. To je kao kada bi se pokušali podići iznad zemlje podižući svoje noge. Možete malo poskočiti, ali prije ili kasnije past ćete na zemlju možda uz nekoliko prijeloma. Vi ne možete letjeti.

To je ono što je učinjeno. Ljudi su se pokušali uzdići iznad prirode, što znači iznad sebe. Oni nisu odvojeni od prirode, ali ideja je odgovarala njihovom egu: vi niste životinje pa morate biti iznad prirode, ne možete se ponašati kao životinje. Ljudi su čak pokušavali učiniti da se životinje ne ponašaju kao životinje, pokušali su i njih uzdići malo iznad prirode.

U Engleskoj, u viktorsko doba, pse su oblačili za šetnju. Psi su imali odjeću kako bi ih se spriječilo da budu

prirodni, da budu goli - ono što životinjama odgovara. Ta vrsta ljtidi pokušava svoje pse malo uzdići iznad prirode.

Iznenadili bi se, ali u viktorijansko doba čak su i noge stolica bile prekrivene - iz jednostavnog razloga što su se zvale noge, a noge moraju biti prekrivene. Bertrand Russell, koji je živio gotovo jedno stoljeće - dug život - sjeća se iz djetinjstva, daje vidjeti ženska stopala bilo dovoljno za seksualno uzbuđenje. Haljine su morale prekrivati stopala, niste mogli vidjeti stopala.

Vjerovalo se, čak prije sto godina, da žene iz kraljevskih obitelji nemaju dvije noge. Kraljevske obitelji moraju biti nekako drugačije nego običan svijet i nitko nije vidio - nije se moglo vidjeti - jesu li njihove noge bile razdvojene. Ali ego.. ..niti su to kraljevski dostojanstvenici razjasnili: "To je glupost, mi smo ljudi kao i svi drugi." U tome ih je spriječio ego. Ako su ih ljudi već smjestili na pijedestal, čemu brinuti? - samo ostati kraljevski. Iz tih razloga kraljevske obitelji nisu dozvoljavale da obični ljtidi ulaze, p Litem braka, u kraljevsku obitelj. Oni bi mogli objelodaniti cijelu stvar: "Ti su ljudi isti kao bilo tko drugi, ništa kraljevskoga u njima nema." Ali ta se ideja održala stoljećima.

Ja bih isto želio da se vi razlikujete od životinja, ali ne u smislu da odete iznad prirode - ne. Vi možete ući dublje u prirodu, vi možete biti prirodniji od životinja. One nisu slobodne, one su u dubokoj komi, ne mogu raditi ništa drugo od onoga što su njihovi preci radili tisućljećima.

Vi možete biti prirodniji od životinja. Vi možete ići do nedokučivih dubina prirode i možete ići do najvećih visina prirode, ali vi nećete otići izvan, ni na koji način. Vi ćete postati prirodniji, postat ćete višedimenzionalno prirodni. Po meni, religiozan čovjek nije onaj tko je iznad prirode, već onaj tko je potpuno prirodan, koji je prirodu istražio u svim njenim dimenzijama, koji ništa nije ostavio neistraženo.

Životinje su zarobljenici, one imaju određena ograničenja u postojanju. Čovjek ima sposobnosti, inteligenciju, slobodu da istražuje. Ako ste potpuno istražili prirodu, vi ste stigli kući - priroda je vaš dom. A tada je smrt radost, ona je slavlje. Tada umirete bez prigovora, umirete s dubokom zahvalnošću jer život vam je tako mnogo dao, a smrt je jednostavno krajnji domet svega što ste proživjeli.

To je isto kao kada plamen svijeće, prije nego zgasne, najjače zasvijetli. Prirodan čovjek, prije nego što umre, na trenutak živi najsvjetlije, on je svo svjetlo, sva istina. Po meni, to je prirodna smrt. Ali to treba zaslužiti, to vam nije dano. Dana vam je mogućnost, ali vi morate istražiti, morate zaslužiti, morate zavrijediti.

Vidjeti čak i smrt autentičnog čovjeka, biti uz njega dok umire, iznenada će vas ispuniti čudnom radošću. Vaše suze neće biti od žalosti, od tuge, već iz zahvalnosti i blaženstva - jer kada čovjek umre prirodno proživjevši život ispunjeno, on svoje biće raspršuje u cjelinu prirode. Oni koji su prisutni, koji su blizu, okupani su iznenadnom svježinom,

povjetarcem, novim miomirisom i novim osjećajem da smrt nije nešto loše, da smrt nije nešto čega se treba bojati, da je smrt nešto što treba zaraditi, zaslužiti.

Ja vas učim umjetnosti življenja. Ali to se također može nazvati umjetnošću smrti. Oni su isto.

Bolesti, patnja i smrt po zapadnom umu idu zajedno - upakirani su u isti paket. Otuda svi problemi izvire.

Smrt je predivna, biti bolestan nije, patnja nije, bolest nije. Smrt je predivna. Smrt nije sablja koja će odsjeći vaš život, ona je kao cvijet - posljednji cvijet - koji procvate u posljednjem trenutku. To je vrhunac. Smrt je cvijet drva života. To nije kraj života već krešendo. To je krajnji organizam. U smrti nema ničeg lošeg, ona je predivna - ali treba znati kako živjeti i kako umrijeti. Postoji umijeće življenja i umijeće umiranja, a drugo umijeće vrijednije je od prvoga. No drugo možete upoznati tek kada upoznate prvo. Samo onaj koji zna kako ispravno živjeti, znat će kako ispravno umrijeti. A tada je smrt ulaz u božansko.

Zato prvo odvojite smrt. U medicinskoj profesiji trebalo bi misliti jedino o bolestima i patnjama. Nema potrebe boriti se protiv smrti. To stvara probleme u zapadnom umu, u zapadnim bolnicama, u zapadnoj medicini. Ljudi se bore protiv smrti. U bolnicama ljudi gotovo vegetiraju, žive samo na lijekovima. Njih se prisiljava nepotrebno živjeti kada bi trebali prirodno umrijeti. Kroz medicinsku potporu njihova se smrt odgađa. Oni nisu od koristi, njima život nije od koristi; igra je završila, oni su završili. Održavati

ih na životu znači produljivati njihovu patnju. Ponekad mogu biti u komi, a koma može potrajati mjesecima ili godinama. Ali zbog antagonizma prema smrti, to je postao veliki problem u zapadnom umu: što uraditi s osobom koja je u komi i nikada se neće oporaviti, ali se može održavati na životu godinama? On će biti leš, leš koji diše, to je sve. On će jednostavno vegetirati, života neće biti. Koja je svrha tome? Zašto mu ne dozvoliti da umre? Postoji strah od smrti. Smrt je neprijatelj - kako se predati neprijatelju, smrti?

U zapadnom medicinskom umu postoji velika kontroverzija. Što činiti? Treba li osobi dopustiti da umre? Treba li osobi dopustiti da odluči kada će umrijeti? Treba li obitelji dopustiti da odluči kada da on umre? - jer osoba nekada može biti nesvjesna i ne može odlučiti. Ali je li u redu pomoći nekome da umre? U zapadnom umu javlja se veliki strah. Da umre? To znači da ubijate osobu! Nauka postoji da bi ga održala na životu. Sada je to glupo! Sam život nema vrijednosti ako tu ne postoji radost, ako ne postoji ples, kreativnost, ako nema ljubavi - život je sam po sebi beznačajan. Samo živjeti beznačajno je. Vrhunac dolazi kada je netko živio, vrhunac dolazi kada je prirodno umrijeti, kada je predivno umrijeti. Isto kao kada ste čitav dan radili, vrhunac dolazi kada zaspate; smrt je vrsta spavanja, dublje spavanje. Vi ćete se ponovno roditi s novijim tijelom, s novijim mehanizmom, novim vještinama, novim mogućnostima, novim izazovima. Ovo je tijelo staro i treba ga napustiti, to je tek prebivalište...

Mi na istoku imamo drugačiji pogled: smrt nije neprijatelj već prijatelj. Smrt vam donosi počinak. Umorili ste se, proživjeli ste svoj život, upoznali ste sve radosti koje se mogu upoznati u životu, svoju ste svijeću potpuno sagorjeli. Sada otidite u tamu, malo se odmorite, a tada se možete ponovno roditi. Smrt će vas oživjeti, osvježiti.

Dakle, prva stvar: smrt nije neprijatelj.

Druga stvar: smrt je najveće iskustvo ako možete umrijeti svjesno. A svjesno možete umrijeti samo ako se ne bojite. Ako ste protiv smrti, postajete vrlo panični, vrlo uplašeni. Kada ste toliko uplašeni da više ne možete podnijeti strah, u tijelu postoji prirodni mehanizam koji oslobađa droge u tijelu i vi postajete nesvjesni. Postoji točka izdržljivosti i vi se onesvijestite. Tako milijuni ljudi umiru nesvjesno i propuštaju veliki trenutak, najveći od svega. To je *samadhi*, to je *šatori*, to vam se meditacija događa. To je dar prirode.

Ako možete biti budni i vidjeti da niste tijelo... morat ćete vidjeti jer tijelo će nestati. Ubrzo ćete moći vidjeti da vi niste tijelo, vi ste odvojeni. Tada ćete vidjeti da se odvajate i od uma, tada će um nestati. I tada ćete biti samo plamen svjesnosti, a to je najveći mogući blagoslov. Zato nemojte misliti da je smrt kao bolest, kao ljudska patnja.

Sloboda da se odabere smrt trebala bi biti prihvaćena kao pravo svakog ljudskog bića. Može se staviti ograničenje, na primjer, sedamdeset pet godina. Nakon toga, bolnice bi trebale biti spremne pomoći svakome tko se želi oslo-

boditi svoga tijela. Svaka bi bolnica trebala imati mjesto za umiruće ljude, a prema onima koji su odabrali umrijeti trebalo bi imati obzira i pomoći im. Njihova bi smrt trebala biti predivna.

Svaka bi bolnica trebala imati učitelja meditacije.

Osobi koja želi umrijeti trebalo bi dati jedan mjesec, u slučaju da se predomisli, može se vratiti jer nitko ga ne prisiljava. Uzbudeni ljudi koji žele počiniti samoubojstvo ne mogu ostati uzbuđeni čitav mjesec - to može biti samo momentalno. Većina samoubojica da su samo malo pričekali, ne bi ga počinili. To je iz ljutnje, iz ljubomore, iz mržnje ili nečeg drugoga, da su zaboravili vrijednost života.

Čitav problem je u tome što političari misle da bi prihvaćanje eutanazije značilo da samoubojstvo više nije zločin. Ne, to ne znači to. Samoubojstvo je još uvijek zločin. Eutanazija bi se radila uz odobrenje medicinskog odbora. Odmor u bolnici u trajanju od jednog mjeseca-sva moguća pomoć osobi mogla bi se dati kako bi se smirila, prijatelji bi je posjećivali, braćni partner, djeca jer ona odlazi na dugo putovanje. Ne treba ga spriječavati - on je dugo živio i sada ne želi nastaviti, njegov posao je završen.

Trebalo bi ga podučavati meditaciji tokom toga mjeseca, kako bi mogao meditirati dok smrt dolazi. A za smrt, trebalo bi dati medicinsku pomoć kako bi došla kao san - vrlo polako, zajedno s meditacijom, san ide sve dublje. Mi možemo tisuće ljudskih umiranja pretvoriti u pro-

svjetljenje. Tu nema straha od samoubojstva jer on ne čini samoubojstvo. Ako netko pokuša počinuti samoubojstvo, to će još uvijek biti zločin. On traži dozvolu. Uz dozvolu medicinskog odbora on još uvijek ima jedan mjesec tokom kojeg se uvijek može predomisli. Posljednjeg dana on može reći: "Ja ne želim umrijeti" i može otići kući. Tu nema problema, odluka je njegova.

Trenutno je u mnogim zemljama vrlo čudna situacija. Ljudi se pokušavaju ubiti: ako uspiju, onda dobro; ako ne uspiju, sud im dodjeljuje smrtnu kaznu. Čudno! - oni sami su to radili. Uhvaćeni su. Sada, suđenje će trajati dvije godine, advokati i suci će se nadmetati, a na kraju će čovjeka objesiti, ponovno. On je to sam činio, na samom početku! Cemu sve te gluposti?

Za eutanazijom postoji sve veća potreba jer medicinska znanost napreduje i ljudi žive duže. Znanstvenici se nisu susreli ni s jednim kosturom od prije petsto godina, od čovjeka koji bi bio stariji od četrdeset godina u trenutku smrti. Prije petsto godina čovjek je živio najdulje četrdeset godina, a od desetoro rođene djece, devetoro bi ih umrlo unutar dvije godine - samo bi jedno preživjelo - tako da je život bio izuzetno vrijedan.

Hipokrat je dao zakletvu medicinskoj profesiji, da moraju pomoći životu u svakom slučaju. On nije bio svjestan - nije bio prorok - on nije imao uvida u to da će doći dan kada će od desetoro djece, njih desetoro i preživjeti. Sada se to događa. Po jednoj strani, devetoro

djece više preživljava, a po drugoj strani medicina pomaže ljudima da duže žive - devedeset godina, sto godina više nije rijetkost. U razvijenim zemljama vrlo je lako naći devedeset i ili stogodišnjaka.

U Rusiji postoje ljudi koji su doživjeli stopedeset godina, a ima ih nekoliko tisuća koji su doživjeli sto i osamdeset godina - i oni još uvijek rade. Ali sada je život postao dosadan. Sto i osamdeset godina, samo pomislite, radeći iste stvari - čak bi i kosti boljele - a još uvijek oni ne mogu umrijeti. Smrt se još uvijek čini daleko - oni još uvijek rade i zdravi su.

U Americi na tisuće ljudi samo leži u bolnici, spojeni na razne instrumente. Mnogi su na respiratorima. Sto može osoba koja sama ne može disati? Što od nje očekujete? I zbog čega opterećujete čitav narod s tom osobom kada mnogi umiru po ulicama od gladi?

Trideset milijuna ljudi u Americi je na ulici, bez krova nad glavom, bez hrane, bez odjeće, a tisuće ljudi u bolnicama zauzimaju krevete, doktore, sestre - njihov rad, lijekove. Svi znaju da će oni umrijeti prije ili poslije, ali morate ih držati na životu što je dulje moguće. *Omžele* umrijeti. Oni vape za smrću, ali tu liječnik ne može pomoći. Ti ljudi sigurno trebaju neka prava; njih se prisiljava da žive, a prisila ni na koji način nije demokratska.

Želim da to bude vrlo razumna stvar. Neka to bude sedamdesetpet ili osamdeset godina, do tada se dovoljno proživjelo. Djeca su odrasla, kada vi imate osamdeset,

vašoj će djeci biti pedeset, pedesetpet, oni stare. Sada više nema potrebe da vi brinete. Vi ste umirovljeni, sada ste vi jednostavno teret, ne znate što raditi.

Zbog toga su stari ljudi nervozni - jer oni nemaju što raditi, nitko ih ne poštuje, nemaju nikakvog dostojanstva. Nitko se njima ne bavi, nitko ih ne primjećuje. Na taj način pokazuju svoje frustracije, u stvari, oni žele umrijeti. Ali to ne mogu čak ni reći. To nije kršćanski, to je neispravno - sama ideja smrti.

Treba im dati slobodu, ali ne samo da umru, već sloboda da jedan mjesec uče kako umrijeti. Tokom tog treninga meditacija i fizička briga trebale bi biti osnovni dio. Trebali bi umrijeti zdravi, cijeli, tiho i mirno - polako iskliznuti duboko u san. Ako je meditacija spojena sa spavanjem, oni bi mogli umrijeti prosvijetljeni. Znali bi da je samo tijelo ostavljeno za njima, a oni su dio vječnosti.

Njihova bi smrt bila bolja od obične smrti jer kod obične smrti nemate šansu prosvijetliti se. U stvari, sve će više ljudi poželjeti umrijeti u bolnicama, u specijalnim institutima smrti, gdje je sve za to uređeno. Život možete napustiti na radostan, ekstatičan način, s velikom zahvalnošću.

Ja sam za eutanaziju, ali na taj način.

19. AIDS

Ne znam ništa čak ni o prvoj pomoći (engl. First aid-prva pomoć), a vi me pitate o AIDS-u! No čini se da ću nešto reći o tome. U svijetu u kojem ljudi koji ne znaju ništa o sebi, mogu govoriti o bogu, ljudi koji ništa ne znaju o zemaljskoj geografiji, mogu govoriti o raj i paklu, nije nerazumno za mene da govorim o AIDS-u, mada nisam liječnik. Ali niti je bolest koja se sada zove AIDS samo bolest. To je nešto više, nešto izvan ograničenja medicinske profesije.

Kako vidim, ta bolest nije u istoj kategoriji s ostalim bolestima, odatle opasnost od nje. Ona će vjerojatno ubiti dvije trećine čovječanstva. To je u biti nemogućnost oduprijeti se bolesti. Netko se polako, polako nađe osjetljivim na sve vrste infekcija, a nema unutarnje otpornosti za borbu s njima.

Po meni, čovječanstvo gubi volju za životom. Uvijek kada osoba izgubi volju za životom, njena otpornost momentalno pada jer tijelo slijedi um. Tijelo je vrlo konzervativni sluga uma, ono služi umu na religiozan način. Ako um izgubi volju za životom, to će se odraziti na tijelu tako da će ono odbaciti otpornost prema bolestima, prema smrti. Naravno, liječnici se nikada neće baviti željom za životom i zbog toga mislim da je bolje da nešto kažem.

To će postati enormni problem širom svijeta, tako

da bilo kakav uvid, iz bilo koje dimenzije, može biti od ogromne pomoći. Na samom početku mislilo se da je to homoseksualna bolest. Iz čitavoga su svijeta istraživači podržavali ideju da je to nešto homoseksualno - ustanovljeno je da se češće događa muškarcima nego ženama. Ali sadašnja istraživanja govore da AIDS uopće nije homoseksualna bolest, da je također bolest heteroseksualaca, a događa se kod ljudi koji mijenjaju partnere - miješaju se s mnogo žena, s mnogo muškaraca, stalno mijenjaju partnere. To stalno mijenjanje uzrok je bolesti. Prema istraživanjima, homoseksualnost nema ništa s time.

Za mene je to vrlo značajno. To nema veze niti s hetero niti s homoseksualnošću. Sa seksom zasigurno ima veze. A zašto to ima veze sa seksom? Jer želja za životom ima svoje korijene u seksu. Ako želja za životom prestane, tada će seks biti najosjetljivije područje gdje će se smrt prizvati.^

Dobro upamtite da nisam čovjek od medicine i bilo što da kažem, to dolazi iz sasvim različite točke gledišta. No veća je vjerojatnost da ono što kažem bude istinito, nego ono što govore ovi takozvani istraživači jer njihova su istraživanja površinska. Oni misle samo o slučajevima, sakupljaju podatke, činjenice.

To nije moj način - ja nisam sakupljač činjenica. Moj rad nije istraživački, već kroz uvide. Ja pokušavam ući u svaki problem što je dublje moguće. Jednostavno ignoriram površinsko, to je područje istraživača. Moj rad

možete nazvati ne-istraživačkim. Ja pokušavam ući duboko i jasno vidim da je seks pojava koja je najviše povezana sa željom za životom. Ako želja za životom padne, seks će biti osjetljiv, a tada to nije pitanje hetero ili homoseksualnosti.

Kako se meni čini, ta je bolest duhovna. Čovjek je došao do točke gdje vidi da put završava. Da se vrati, to je besmisleno jer sve ono što je vidio, proživio, ukazuje da ničega u tome nema, dokazalo se besmislenim. Vratiti se nema smisla, a ispred nema puta, suočen je s provalijom. U takvom stanju je za očekivati da izgubi želju za životom.

Dokazano je kroz eksperimente da ako dijete nije raslo s ljudima koji ga vole - majkom, ocem, ostalom djecom u obitelji - ako nije odraslo s ljudima koji ga vole, možete mu dati svu njegu, ali na neki način njegovo tijelo propada. Dajete mu sve potrebno - medicinske potrebe su ispunjene, dobiva svu njegu - ipak dijete se steže. Je li to bolest? Da, za medicinski um sve je bolest, nešto nije u redu. Oni će istraživati činjenice, zbog čega se to događa. Ali to nije bolest.

Djetetova se želja za životom nije ni rodila. Njemu je potrebna toplina ljubavi, radosna lica, djeca koja plešu, toplina majčina tijela - određeni uvjeti čine da on osjeti kako život ima nepregledna bogatstva koja treba istražiti, da postoji mnogo radosti, plesa, igre, kako život nije tek pustinja, kako postoje beskrajne mogućnosti. Ono bi te mogućnosti trebalo vidjeti u očima oko sebe, na tijelima

oko sebe. Jedino će tada želja procvjetati - to je gotovo kao proljeće. U suprotnome, ono će uvenuti i umrijeti - bez neke fizičke bolesti, ono će uvenuti i umrijeti.

Bio sam u sirotištima; jedan od mojih prijatelja, Rekhchand Parekh iz Chande, Maharshastra, vodio je sirotiste - tamo je bilo oko stotinu i deset djece. Siročad bi dolazila, dva dana stara, tri dana stara; ljudi bi ih samo ostavili pred vratima sirotišta. On je želio da dođem pogledati sirotiste. Rekoh: "Kasnije jednom doći ću pogledati jer znam da će me to učiniti nepotrebno tužnim." No on je bio uporan pa sam jednom otišao i vidio sam: oni su dobivali svu njegu, on je svoj novac davao za tu djecu, ali svi su oni bili spremni svakoga trenutka umrijeti. Tamo su bili liječnici, medicinske sestre, medicinske potrepštine, hrana, bilo je svega. On im je prepustio svoj vlastiti bungalov i preselio se u manji, predivan vrt bio je tamo, ali nije bilo želje za životom.

Rekao sam mu: "Ta će djeca polako umrijeti."

On reče: "Meni govoriš? Vodim ovo sirotiste dvanaest godina, stotine su umrle. Pokušali smo sve moguće kako bi preživjeli, ali izgleda da ništa ne djeluje. Oni nastavljaju uvenuti i jednoga dana ih naprosto nema."

Kada bi tamo bila neka bolest, doktori bi mogli pomoći, ali bolesti nije bilo, djeca jednostavno nisu imala želju za životom. On je istoga dana sirotiste dao državi i rekao im: "Pokušavao sam pomoći toj djeci dvanaest godina, sada znam da to nije moguće. Ne mogu im dati ono

što je njima potrebno pa je bolje da to država preuzme." Meni je rekao: "Mnogo sam puta došao do toga, ali to nisam znao povezati i otkriti o čemu se radi. No na neki neodređen način osjećao sam da nešto nedostaje i da ih to ubija."

AIDS je ista pojava na drugom kraju. Siroče vene i umire jer njegova želja za životom nikada nije ni propupala, nikada nije procvatila. AIDS je druga krajnost: vi jednostavno osjetite da ste egzistencijalno siroče. Taj osjećaj uzrokuje nestanak volje za životom. A kada želja za životom nestane, seks će biti prvo što će biti zahvaćeno jer vaš život počinje seksom, on je nusprodukt seksa.

Dok živite, nadajući se, ambiciozni, a sutra ostaje utopija - možete zaboraviti jučer koje je bilo beznačajno, možete zaboraviti danas koje je također beznačajno...ali sutra, kada izađe sunce i sve bude drugačije...Sve religije davale su vam tu nadu.

Oni su pogriješili. Iako zadržavate etiketu-kršćanin, Židov, hindus - to je samo etiketa. Iznutra, vi ste izgubili nadu, nada je nestala. Religije nisu mogle pomoći, one su bilo pseudo. Političari vam nisu mogli pomoći. Oni nikada nisu to ni namjeravali, bila je to samo strategija kako bi vas iskoristili. Kako dugo vam može ta lažna utopija-politička ili religijska - pomoći? Prije ili poslije čovjek će postati zreo, a to je ono što se upravo događa. Čovjek postaje zreo, svjestan da je bio prevaren, od svećenika, roditelja, političara, pedagoga. Njega su naprosto svi varali i hranili ga

lažnim nadama. Onoga dana kada postaje zreo i to shvati, želja za životom otpada. I prva stvar koja će biti ranjena je seksualnost. To je za mene AIDS.

Kada vaša seksualnost počne slabiti, vi zaista poželite da se dogodi nešto i da vi odete u vječnu tišinu, u vječno nestajanje. Vaše otpornosti nema. AIDS nema druge simptome, osim što vaša otpornost nestane. Možete živjeti najviše dvije godine ako imate sreću i ako se slučajno ne inficirate. Svaka će infekcija biti neizlječiva, svaka će vas infekcija sve više oslabljivati. Dvije godine najviše je što oboljeli od AIDS-a može doživjeti, a ponekad može nestati i prije toga. Nikakav tretman neće vam pomoći jer nikakav tretman ne može vam vratiti volju za životom.

Ovo što ovdje radim, višedimenzionalno je. Vi niste u potpunosti svjesni onoga što pokušavam raditi, možda ćete postati svjesni kada odem. Ne pokušavam vam dati nadu za budućnost - jer to je promašeno - ja vam pokušavam dati nadu ovdje i sada. Čemu se uzbuđivati o sutra? ...jer sutra nije pomoglo. Stoljećima vas je sutra održavalo na neki način, mnogo je puta promašilo cilj tako da sada više ne možete težiti za njim. To bi bila čista glupost. Oni koji još uvijek teže tome dokazuju da im je pamet zaostala.

Pokušavam ovaj trenutak učiniti ispunjenim, rako duboko ispunjenje da više ne treba volja za životom. Volja za životom potrebna je jer vi niste živi. Volja vas održava na površini, vi klizite prema dolje, volja vas podiže. Ne

pokušavam vam dati novu volju za životom, naprosto vas pokušavam naučiti živjeti bez ikakve volje, živjeti radosno. Ono što vas truje je sutra. Zaboravite jučer, zaboravite sutra. Ovo je naš dan - slavimo ga i živimo. Samo na taj način bit ćete dovoljno jaki da bez volje za životom budete otporni na sve bolesti, sve suicidalne pomisli.

Biti potpuno živ takva je snaga da ne samo da vi možete živjeti, već možete zapaliti i druge.

Ovo su dobro znane činjenice. Kada se pojave velike epidemije, niste li se začudili kako se liječnici, sestre i drugi ne inficiraju? Oni su ljudska bića kao i vi, osim toga iscrpljeni radom, osjetljiviji su na infekcije jer su uvijek umorni. Kada je epidemija ne možete tražiti šesatsatno ili petsatno radno vrijeme i to pet dana u tjednu. Epidemija je epidemija, ona ne brine o vašim praznicima ili preko-vremenim satima. Morate raditi - ljudi rade po šesnaest, osamnaest sati dnevno, mjesecima. Pa ipak, liječnici, sestre, ljudi iz Crvenog križa ne dobivaju infekciju.

U čemu je problem? Zašto se drugi inficiraju? To su slične vrste ljudi. Imate li Crveni križ na košulji...tada stavite Crveni križ svima, na svaku kuću. Kada bi Crveni križ sprečavao infekcije, to bi bilo lako - ali nije tako.

Ne, ti su ljudi toliko zaokupljeni pomaganjem drugima, oni nemaju sutra. Ovaj je trenutak toliko uključujući, oni nemaju jučer. Oni nemaju vremena misliti ili čak brinuti "Ja sam se inficirao." Njihova uključenost.. .Kada milijuni ljudi umire, možete li misliti na sebe i svoj život, svoju

smrt? Sva se vaša energija usmjerava na pomoć drugim ljudima čineći sve što je moguće. Zaboravili ste sebe, upravo zato što ste zaboravili sebe, niste se inficirali. Osoba koja bi mogla biti inficirana, nije prisutna, angažirana je negdje drugdje, izgubljena u nekom poslu.

Nije važno slikate li ili radite skulpture ili služite umirućem ljudskom biću - nije važno što radite. Radi se o tome: jeste li potpuno angažirani u ovdje i sada? Ako ste uključeni u ovdje i sada, vi ste kompletno izvan područja gdje je moguće inficirati se. Ako ste tako jako uključeni, vaš život postaje poput snage bujice. I vidjet ćete: čak i doktor koji je lijen, u vrijeme epidemije kada stotine ljudi umire, on iznenada zaboravlja svoju lijenost. A stari doktor iznenada zaboravlja na svoje godine....

Samo meditacija može osloboditi vašu ovdje-sada energiju. A tada nema potrebe za bilo kakvom nadom, bilo kakvom utopijom, bilo kakvim rajem, bilo gdje. Svaki trenutak raj je sam za sebe. Ali što se tiče mojih kvalifikacija, ja nisam kvalificiran da bilo što kažem o AIDS-u. Nikada nisam čak ni pohađao kurs prve pomoći. Zato vas molim, oprostite mi što sam se miješao u nešto što nije moj posao. Ali nastavljam to raditi, ja ću nastaviti to raditi.

20. POGLED U BUDUĆNOST

Mogućnosti koje daje genetski inženjering apsolutno su fascinantne, nema potrebe bojati se toga. U stvari, ono što milijunima godina radimo je masovna produkcija - slučajna masovna produkcija.

Znate li kakvo ćete dijete roditi? Znate li hoće li ono biti slijepo, obogaljeno, zaostalo, bolesno, slabo, čitav život osjetljivo na bolesti? Zna li vaš ljubavnik što radi? Dok vodite ljubav, vi nemate koncepciju, čak ni mogućnost pogađanja. Dajete rođenje djetetu kao životinje i ne bojite se toga. A možete vidjeti da je svijet pun retardiranih ljudi, bogalja, slijepih, gluhih. Tko je za to odgovoran? I nije li to masovna produkcija?

Moja koncepcija za naučno rođenje djeteta je ta da svjesno, znajući mi donosimo posjetioca na zemlju. Mi znamo tko je on, što je on i što će na kraju postati, koliko će dugo živjeti, koliko će inteligencije imati. Mi otklanjamo sve mogućnosti za slijepu djecu, gluhu djecu, nijemu djecu, retardiranu na bilo koji način - fizički i psihički - a vi se bojite? Nemojte biti glupi.

Znanstveno rođenje djeteta nije životinjske. Vi transcendirate životinju dajući rođenje djetetu na znanstveni način. To je fascinantna, najveća, najfascinantnija stvar. Mi to

možemo savladati, to je već znanstvena stvarnost. Možemo omogućiti zdravije ljude, one koji će živjeti kako dugo žele, možemo im dati toliko inteligencije koliko je potrebno za njihov rad.

Par dođe u znanstveni laboratorij i kaže im da žele dijete poput Alberta Einsteina, ali još bolje od njega, koje će živjeti dvjesto godina, koje ne bi trebalo patiti od neke bolesti, koje bi trebalo biti jako. U laboratoriju pronađu jajašce iz banke, sjeme iz banke i proizvedu dijete u epruveti uz sve mjere opreza.

Vi ćete morati posvojiti dijete, vi ne možete proizvesti dijete. Proizvodnja djece je životinjska. Posvojiti dijete vaših snova... Svatko želi da se rodi Shakespeare, želi da njegovo dijete bude veliki pjesnik, veliki muzičar, veliki plesač. Svaka majka misli da će njezino dijete biti na neki način super ljudsko biće, a svaka majka je frustrirana ako dijete ispadne oštećeno. Ono se naprosto izgubi u toj gomili na prenapučenoj planeti. To je masovna proizvodnja. Ali kod usvajanja djeteta vi možete razmotriti sve kvalitete koje su vam potrebne. Možete eksperte pitati za zavjet, koje druge kvalitete bi mu mogle pomoći u životu, koliko će biti sposobno voljeti... Želite li Romea? - možete dobiti Romea. To je samo pitanje kemije. Romeo ima muških hormona kao nitko drugi, on je bogatiji njima i zbog toga mu jedna žena nije dovoljna.

Vi želite pjesnika koji će nadilaziti sve pjesnike iz prošlosti? Znanstvenika s kojim će u usporedbi svi znan-

stvenici iz prošlosti izgledati kao pigmejci? Muzičara koji će vam kroz zvuk donijeti nepoznato, nevidljivo? Pjevača koji pjeva pjesme radosti i slavlja kao nitko do sada? Možete zatražiti bilo što i on će to učiniti, proračunati koje žensko jajašce i muško sjeme će proizvesti takvo ljudsko biće. To sjeme nije vaše, to jajašce nije od vaše žene; vi usvajate dijete. Na taj način možete dobiti ono o čemu je čovječanstvo uvijek sanjalo: rođenje supermena, čovjeka koji je stvoren gotovo od čelika. Vaš Muhamed Ali neće se moći suočiti s njime - jedan udarac u nos i gotov je.

Čega se bojite? Zar ne želite biti iznad životinja? Želja da to bude vaše sjeme, jajašce vaše žene, naprosto je ružna. Djeca pripadaju kozmosu. Što to on ima posebnoga zato što je to vaše sjeme? Koji je smisao stvoriti bogalja? Znanost vas može podići iznad životinjskog svijeta - i to nije masovna produkcija, to će biti upravo suprotno. Neće postojati tekuća traka kao kod proizvodnje automobila. To će biti individualno jer svaki će par imati izbor i slobodu odluke o tome kakvu vrstu djeteta želi.

Kako vam je pala na pamet ideja o masovnoj produkciji? Mislite li da će svi željeti istu vrstu djeteta? Niste u pravu. Mislite li da će laboratoriji proizvoditi djecu po vlastitom izboru, a da ćete ih vi morati usvojiti? Tada bi to bila masovna produkcija. Ja nisam za to. Vi imate apsolutnu slobodu izbora. Trenutno vi ste potpuno slijepi i sve što činite, činite u totalnom mraku. Vi ste naprosto robovi slijepe biologije.

Ne želite li se osloboditi slijepe biologije? Ne želite li biti iznad te glupe vezanosti za ideju da dijete bude rođeno iz vašeg sjemena i jajašca vaše žene? Ta jajašca ne znaju kome pripadaju. I što je posebno u vašem sjemenu? Vi o tome ništa ne znate. Potpuno ste nesvjesni kakva vrsta čovjeka u vama se bori da bude rođena. Vi nemate izbora, vi ste naprosto rob.

Ono što govorim o znanstvenom rođenju stavlja vas izvan ropstva, sljepoće, mraka. To vas na određeni način čini spiritualnijima jer više vam nije važno je li vaše sjeme i jajašce vaše žene apsolutno potrebno za vaše dijete. Date vaše zahtjeve; usvojite dijete. Možete stručnjake pitati što će biti najbolje za dijete. Zar ne želite da vaše dijete bude jedinstveni genij?) Zbog ispraznih vezanosti vi se zadovoljavate s bogaljem. Rodivši bogalja, slijepo dijete, činite li uslugu djetetu? Ono vam nikada neće oprostiti! Vi ste odgovorni. I ono će živjeti život koji uopće nije život^

Moja vizija daje vam totalnu slobodu i naravno, veliku odgovornost. Trenutno vi proizvodite djecu bez bilo kakve odgovornosti. Jesu li vam dostupna sredstva kojima ćete odrediti koje će boje dijete biti, koje vrste lica - grčko, romansko?., jvi možete stvoriti djecu koja će izgledati kao skulpture, zaista lijepa, genijalna u nekoj dimenziji života, živjeti život ljubavi, dovoljno inteligentna da odbace sve svećenike i sve političare. Oni neće postati sljedbenici vođa, bit će sami sebi dovoljni.

Sto vi trenutno radite? Prvo stvorite sljepilo, mrak,

dijete, ne znajući na što će ono ličiti. Tada ga prisilite da postane rob pretvorivši ga u kršćanina, hindusa ili muslimana. Ili mu dajete određenu političku ideologiju - socijalizam, fašizam, komunizam. A ono nije dovoljno inteligentno da se odupre svim tim ropstvima, j

Dijete moje vizije bit će apsolutna sloboda. Ono neće pripadati niti jednoj političkoj partiji, neće pripadati niti jednoj organiziranoj ideologiji. Ono će imati svoju vlastitu religiju, imat će svoju vlastitu ideologiju. Sto njemu treba slijediti Karla Marxa i biti komunist? On može razmišljati bolje nego Karl Marx - a Karl Marx i nije veliki mislilac. Ono može živjeti dovoljno dugo da ne mora žuriti u ničemu, strpljivo, spreman čekati - on ima dovoljno vremena. Pomislite samo kada bi Albert Einstein živio tri stotine godina. On bi svijetu dao čuda. No samo zato što je živio u slučajnom tijelu, on je morao umrijeti.

Mi možemo odbaciti bolesti, starost. Možemo programirati život u svakome pogledu. Možemo čak programirati djetetov život, tako da umre kada ono želi. Ako osjeća da još uvijek ima sokova koje nije iskusio, ako osjeća da još postoje dimenzije koje nije istražio, ako osjeća da mu još uvijek treba vremena, tada je on gospodar koji će odlučiti koliko će dugo živjeti.

Do sada, vi ste živjeli sedamdeset godina u prosjeku - to uključuje i ljude koji žive stotinu i pedeset godina na nekim mjestima u svijetu. U Rusiji postoje ljudi koji su prešli stopedeset godina i još uvijek su mladi. Postoje ljudi u

jednom dijelu Kašmira, kojeg je okupirao Pakistan, koji lako dozive stotinu i pedeset, šezdeset, sedamdeset godina. To je iznenađujuća činjenica - ja sam bio kod tih ljudi - osoba stara stotinu i pedeset godina još uvijek radi u polju na isti način kao što je radila s pedeset, istom snagom, s istim užitkom.

Sve što je potrebno je bolje planiranje, bolje križanje. To je poznata i primijenjena činjenica kod životinja. Vidite li mnoge vrste prekrasnih pasa širom svijeta? - mali, veliki, snažni, ili samo prekrasni. Radost je gledati ih kako skakuću oko vas. Zar mislite da su oni proizašli iz slijepe prirode? Ne, stoljećima smo križali pse.

Ovo znate kao činjenicu - čitav svijet to prihvaća - da se čovjek ne bi trebao ženiti s vlastitom sestrom. Zašto? To bi trebala biti najjednostavnija stvar, oženiti se vlastitom sestrom. Vi je već volite, zajedno ste od rođenja, poznajete se međusobno. Ali zbog čega su to sve kulture zabranile? Sve su kulture odredile da brak mora biti između ljudi koji nisu iz istog obiteljskog stabla, što je veća udaljenost, to bolje. Ako bijeli Amerikanac oženi crnkinju, dijete će biti bolje nego ako oženi bijelu Amerikanku ili ako crnac oženi crnkinju. To je zbog toga što je udaljenost među njima ogromna - različita stoljeća. Oni su odrasli u različitim atmosferama, njihove su osnove potpuno različite. Kada se sretnu dvoje iz totalno različitih kultura, tradicija, načina života, oni izrode boljeg čovjeka koji ima duplo nasljeđe: nasljeđe crnca i nasljeđe bijelog Amerikanca...u znan-

stvenom laboratoriju bit će moguće naći jajašca i sjeme što je moguće udaljenije. Kroz ta križanja mi možemo stvoriti potpuno novog čovjeka.

U tome nema ničega zastrašujućega. To nije masovna proizvodnja. Par treba reći kakvu vrstu djeteta želi. To zao-bilazi sve slučajnosti. Mi bi stvarali univerzalnog čovjeka - ne Kineza, ne Indijca, ne Engleza, već univerzalnog čovjeka. Zato molim, osjećajte se fascinirano, ne uplašeno. Tu nema ničega čega bi se trebalo bojati.

Vidjeli ste na koji su način djeca nastajala u prošlosti. Tisućama godina radite istu stvar - i Što je posljedica? Posljedica daje vrijednost onome što ste činili. Svako toliko pojave se Albert Einstein ili Bertrand Russel - jednom u mnogo godina! To nije u redu. To bi trebala biti uobičajena pojava. Jednom u mnogo godina možda će se roditi osoba iz neznanja, nesvjesnosti, inače će svatko biti genij. Samo pomislite: svijet pun ljudi kao što su Rabindranth, Jean-Paul Sartre, Jaspers, Heidegger! Isto tako možemo spriječiti rođenje ljudi kao što su Hitler, Mussolini, Staljin jer oni su donijeli nesreću. Mi možemo zatvoriti vrata pred Đingis Kanom, Tamerlanom, Nadir Shasom - svim tim ružnim monstrumima koji su život provodili ubijajući ljude, uništavajući ljude, spaljujući ljude.

Dokazalo se da način na koji smo živjeli nije ispravan. Imamo gomilu pigmejaca oko sebe - to je ono čega se treba bojati! Ali imati vrt genija, kreativnih ljudi, vrt iz kojega smo odstranili sve fanatike, idiote, političare - u kratko, izbacili

smo sve što je zatrovano.. .U toj ideji ima toliko toga. Koliko ljudi pati zato što ima tubast nos? Oni se čitav život osjećaju manje vrijednima. Koliko ljudi pati zato što ima ogroman nos? Kad ih pogledate, sve ostalo je tako malo, samo je nos velik.

ČLIO sam: jedan milijunaš je imao vrlo velik nos i male oči, no bio je najbogatiji čovjek na tom području. Ljudi su mu se smijali iza leđa, ali nitko se nije usudio.. Jedna obitelj ga je pozvala na večeru. Brinula ih je samo jedna stvar: njihovo dijete, rođeni filozof, zapitkivalo je o svemu.

Od jutra su ga učili: "Možeš pitati bilo što, ali kada bogataš dođe, nemoj pitati o njegovom nosu." Oni su mu to rekli toliko puta da se on strahovito zainteresirao. "Sto je to toliko bitno u vezi s njegovim nosom?" Nikada mu nisu branili da postavlja bilo kakva pitanja. Zašto je taj nos tako važan? On je bio zaista uzbuđen čekajući da bogataš dođe. Kada je došao, dijete se nasmijalo. Rekao je svojim roditeljima: "On ima samo nos, ništa drugo! A vi ste mi branili..? On je rijedak primjerak! " Uništio je sve napore.

Ljudi, gotovo svi, pate od ovoga ili onoga. Netko pati zbog svoje boje, netko zbog svoje visine; netko je previsok, netko premalen. Sto ste to proizveli? To je masovna produkcija. Barem ljudska bića - kruna postojanja - ne bi trebala patiti od kompleksa inferiornosti. Jedini način je znanstvena produkcija djece. U tome postoje beskrajne mogućnosti. Na primjer, ako je dijete stvoreno u znanstvenom laboratoriju, oni istovremeno mogu stvoriti slično dijete. Njega

će zadržati u laboratoriju da raste usporedno s onim koje je obitelj usvojila. Postojanje toga drugoga daje ogromne mogućnosti. Na primjer slomite nogu. Sada nema potrebe namještati tu nogu - može se uzeti noga onog drugog i dati vama. Nešto u vašoj glavi pođe po zlu - sada vam neće trebati psiholozi, psihoanalitičari ili psihijatri. Glava vam se jednostavno makne i stavi svježa. Druga osoba ostat će čitav život u anesteziji, duboko zamrznuta. Ona neće znati što se događa. Ona je tu samo u slučaju da s vama nešto ne bude u redu - a mnogo toga LI živom pođe po zlu, čak i uz svaku predostrožnost. Uvijek nešto može loše krenuti, život je duga priča. Možete doživjeti automobilsku nesreću...sada se to može spriječiti znanstvenom proizvodnjom djece... No sve ovisi imamo li dovoljno hrabrosti uzdići se iznad naših strahova. Trebamo se uzdići iznad uplašenosti. Budite fascinirani novim čovjekom! Novi čovjek mora imati novu vrstu rođenja., novu vrstu ljubavi, novu vrstu smrti. On će biti nov na sve moguće načine. On će zamijeniti stare modele koji su prenapučili zemlju. Oni nisu neophodni.

To je jednostavan proces programiranja prve stanice. I samo prva stanica može biti programirana jer tada će ona nastaviti reproducirati samu sebe - to je autonomni proces. To možete programirati za sve. Trenutno je to teško; programirano je za sve moguće bolesti, programirano je za smrt, starost. Ne možete imati kontrolu nad time. Sada nema načina da se program promijeni jer sve stanice imaju isti program. Ako su programirane za određenu bolest koju ste naslijedili, vi

ćete patiti od te bolesti. To se moglo promijeniti, ali samo pri prvom susretu muške i ženske stanice. Sve se može programirati i vaša identična kopija sačuvati u laboratoriju. Ako vaše srce dobro ne radi, dostupno je novo srce koje će vam savršeno odgovarati jer dolazi od vaše kopije, vašega blizanca. Sve što je novo plaši, ali plaši samo kukavice. Nove stvari fasciniraju, ali fasciniraju samo hrabre. Budite hrabri jer potreban nam je nov, hrabar svijet.

Vidite li eksperimente nad ljudskim životima, kao što je umjetna oplodnja, presađivanje srca ili mozga kao napredak ili kao djelovanje protiv prirode?

Sve ovisi o tome tko će to raditi. Ako će to političari raditi ili će to raditi takozvani duhovnjaci, tada je to protiv prirode. Oni ne mogu uraditi ništa prirodno, oni su protiv prirode. Ali ako bi to radila međunarodna znanstvena akademija - rekao sam međunarodna znanstvena akademija - tada bi to mogao biti nevjerojatan, progresivan korak i ne bi bio protiv prirode. Bio bi to napredak prirode. No sve ovisi o tome tko to radi. Sami eksperimenti neutralni su. Niti jedan eksperiment nema određeni interes, on je neutralan. Vi možete otrov upotrijebiti da vas ubije, isti taj otrov može se upotrijebiti u medicinske svrhe kako bi spasio ljude. Sve ovisi tko to čini.

Na primjer, otkriće atomske energije bio je korak strahovitog napretka, kvantni skok. Pronađen je ključ kako bi se zemlju pretvorilo u raj - toliko energije u tako malom

atomu. A oni se u svemu nalaze...u kapljici rose nalaze se milijuni atoma. Svaki atom ako eksplodira, oslobađa toliko energije da možete učiniti da čitava zemlja živi u blagostanju. Ili možete stvoriti Hirošimu i Nagasaki - tisuće mrtvih ljudi u nekoliko sekundi. Ali zato što je atomska energija, nakon što je pronađena, došla u ruke političara, ona je postala sluga smrti. Sada je proizvedeno još više nuklearnog naoružanja koje može uništiti čitavu zemaljsku kuglu. Postojeće naoružanje dovoljno je da sedam puta uništi zemlju. Izaziva čuđenje zašto nacije sve više unapređuju nuklearnu snagu. Sedam puta uništiti zemlju, zar to nije dovoljno? Jer u stvari zemlju možete uništiti samo jednom.

Znanstveni napredak pada u ruke političara jer jedino oni mogu osigurati dovoljno novca kako bi ta otkrića bila moguća. Znanstvenici čitavoga svijeta trebali bi razmisliti: njihovu genijalnost iskorištavaju idioti! Znanstvenici bi se trebali isključiti iz bilo koje nacije - bila to Rusija ili Amerika. Oni bi trebali stvoriti međunarodnu akademiju znanosti. A to nije teško. Ako su svi znanstvenici svijeta zajedno, financiranje može postati dostupno, a ta otkrića mogu biti od ogromne pomoći za čovjeka.

Znanost ne bi trebala biti monopol bilo koje nacije, bilo koje zemlje. Čitava ta zamisao je glupa. Kako može znanost biti monopolizirana? A svaka država nastoji monopolizirati svoje znanstvenike, njihova otkrića drže u tajnosti. To je protiv čovječnosti, protiv postojanja. Svako genijalno otkriće trebalo bi biti u službi svih.

Vi pitate je li presađivanje ljudskog srca ili mozga progresivan korak. To je od ogromne važnosti, kako bi se na zemlji stvorilo novo čovječanstvo. Kada već Einsteinovo tijelo nije sposobno živjeti, mislite li da ne bi bilo dobro da se njegov mozak presadi LI mladog, zdravog čovjeka? Novi bi čovjek postao Einstein jer sva Einsteinova genijalnost presađena je u mlađe tijelo.

Na takav bi se način tijela mogla mijenjati, mogli bi Einsteinovu genijalnost držati stoljećima. I ako čovjek u sedamdesetogodišnjem životu može tako puno dati, možete zamisliti da ako njegov mozak potraje kroz stoljeća, kakva bi to dobrobit za čovječanstvo bila, za čitav univerzum. To je zaista rasipanje: postida se oštetiti a vi bacite i sadržaj. Tijelo je samo posuda. Ako se posuda zaprlja, ostari, neupotrebljiva je, zamijenite posudu ali nemojte bacati sadržaj. Genijalan um može živjeti vječno u različitim tijelima, tu nema ničega protivnog prirodi. Vaše srce počinje slabiti a vi ste od ogromne važnosti za čovječanstvo... zašto se bojati zamijeniti srce? Netko može umirati od raka, ali njegovo srce savršeno je zdravo. Ono se može presaditi u čovjeka koji je talentiran, genijalan i zdrav, samo mu je srce slabo. To je jednostavno, ništa tu nije protiv prirode.

No s političarima i s moći u njihovim rukama, svaki se napredak okrenuo protiv prirode. Sve što je ljudska genijalnost otkrila, pronašla, na kraju je u službi smrti. Isto kao i svećenici. Znanost sada više nije dijete da bi ovisila o drugima. Znanost je sada dovoljno odrasla. Samo malo hrabrosti...

Pozivam sve znanstvenike svijeta; mi imamo mjesta, imamo inteligentne ljude LI mojoj komuni koji mogu pomoći na svaki mogući način. To će biti velika revolucija u ljudskoj povijesti. Sva moć bit će u rukama znanstvenika koji nikada ništi nikome nautili. Jednom kada je sva moć u rukama znanstvenika, političari će izbljedjeti sami po sebi. Oni su znanstvenike iskorištavali za vlastite ciljeve, a biti iskorišten od bilo koga, to nije dostojanstveno djelo.

Znanstvenici bi trebali prepoznati svoje dostojanstvo, svoju individualnost. Trebali bi prepoznati da su stoljećima bili iskorištavani od svećenika i političara. Sada je vrijeme da se proglasi kao znanost stajе na vlastite noge. To će biti velika sloboda. Tada će svi ti eksperimenti, kao što su laboratorijska djeca, poprimiti drugačijti osobinu jer možete odrediti koju karakteristiku želite. Sve do sada to sve su bile samo slučajnosti, a zbog toga devedeset i devet posto ljudi nema u čemu doprinijeti. Oni doprinose samo svjet-

skim problemima. Sto Etiopija doprinosi svijetu? Cemu su siromašne zemlje doprinijele - čak i bogate zemlje? Osim u problemima, LI ratovima, oni ni u čemu ne doprinose.

Ali ako možete dijete stvoriti u laboratoriju.. .to je moguće, u tome nema problema...

Po prvi puta seks bi postao samo zabava! Djeca bi se proizvodila u laboratorijima. Ona bi pripadala svima. Zbog toga što djecu ne bi rađali na stari način - to bi bilo ilegalno, ako bi to činili našli bi se iza rešetaka - mnogi bi vaši problemi jednostavno nestali.

Zašto je čovjek tako nepopustljiv? Ta nepopustljivost traje od uvijek: on želi biti siguran da je dijete koje je njegova žena rodila, njegovo. Zašto? Tko ste vi uopće? To je pitanje vlasništva jer vaše će dijete biti nasljednik svega što ste vi sakupili. Želite biti sigurni da je to dijete vaše, da nije susjedovo. Žene su bile čuvane gotovo kao zatvorenice iz čistog straha da se ne bi miješale s drugima jer bi tada bilo teško odlučiti čije je dijete. Samo bi majka znala, ili možda čak ni ona.

Jednom kada bi produkcija života došla u ruke znanosti, seks bi bio transformiran. Tada vi ne bi bili ljubomorni, ne bi bili monopolist, monogamija bi postala apsurd. Seks bi tada bio zabava, kao kada uživajte u tenisu. Ne bi vas brinulo je li partner monogaman - dva tijela uživaju jedno u drugome...Ne bi bilo straha da žena zatrudni, što može donijeti financijske i druge probleme. Seks više ne bi bio problem za svjetsku populaciju, više ne bi bio problem za svećenike. U stvari, ako bi se djeca rađala u laboratorijima, mnogo svjetskih problema bi nestalo. Mi možemo stvoriti najbolje ljude: lijepe, zdrave, sposobne da žive koliko žele. Starost nije nužna - čovjek može ostati mlad i zdrav. Toliko bolnica, toliko ljudi i novca je tu umiješano. Zna li da Amerika troši više novca na laksative nego na obrazovanje. Strašna stvar! Koga briga za obrazovanje? Laksativi su u pitanju!

Ali osnovnu stvar treba upamtiti: znanstvenici trebaju biti dovoljno hrabri i objaviti da oni ne pripadaju ni jednoj

naciji, ni jednoj religiji i sve što bi radili bilo bi za cijelo čovječanstvo. Ja ne vidim ništa nemoguće u tome. Ja sam u potpunosti za one pronalasci koji će čovjeka učiniti sretnijim, da živi duže, da bude mlađi, zdraviji, koji će njegov život učiniti da više bude igra i zabava, a manje patnja od kolijevke do groba.

21. LJEKOVITA MOC SMIJEHA

Smijeh ima i meditativne i medicinske moći. On zasigurno mijenja vašu kemiju, mijenja vaše moždane valove, mijenja vašu inteligenciju - vi postajete inteligentniji. Dijelovi vašega uma koji su bili uspavani, iznenada se bude. Smijeh dopire do najdubljih dijelova vašega mozga, vašega srca. Čovjek koji se puno smije ne može imati srčani udar. Čovjek koji se puno smije ne može počiniti samoubojstvo. Čovjek smijeha automatski upoznaje svijet tišine jer kada smijeh prestane, iznenada nastaje tišina. Svaki puta smijeh postaje dublji, a slijedi ga dublja tišina.

To vas pročišćuje od tradicija, od smeća iz prošlosti. Daje vam novu viziju života... čini vas blistavijima, kreativnijima.

Sada čak i medicinska znanost govori o tome da je smijeh jedan od najprodornijih lijekova kojima je priroda opskrbila čovjeka. Ako se možete smijati dok ste bolesni, prije ćete povratiti zdravlje. Ako se ne možete smijati, čak i ako ste zdravi, prije ili poslije izgubit ćete zdravlje, oboljet ćete. Smijeh podiže neku energiju iz vašeg izvora na površinu. Energija počne teći, ona slijedi smijeh kao sjenka. Jeste li promatrali da kada se stvarno smijete, u tih nekoliko trenutaka vi ste u dubokom meditativnom stanju. Misli

stanu. Nemoguće je misliti i smijati se istovremeno. Oni su dijametralno suprotni: ili se smijete, ili mislite. Ako se zaista smijete, misli stanu. Ako još uvijek mislite, smijeh će biti tako-tako, bit će *samo* tako-tako, smijeh u pozadini. To će biti osakaćen smijeh. Kada se stvarno smijete, iznenada um nestane. Čitava zen metodologija bazirana je na tome kako doći u ne-um, smijeh je jedno od predivnih vrata da se ude.

Koliko ja znam, smijeh i ples su najbolja, prirodna, lako dostupna vrata. Ako stvarno plešete, misli prestaju. Vi se nastavljate vrtjeti i postajete vrtlog - gube se sva ograničenja i sve podjele. Vi čak ni ne znate gdje vaše tijelo prestaje a gdje počinje postojanje. Vi se stapate s postojanjem, postojanje se stapa s vama, dolazi do preklapanja ograničenja. I ako zaista plešete - ne da to nastojite, već dopuštate da vas ples obuzme, da vas posjeduje - ako ste obuzeti plesom, misli se zaustave. Isto se događa i sa smijehom. Ako ste opsjednuti smijehom, misli stanu. Ako upoznate nekoliko trenutaka ne-uma, ti će vam bljeskovi dati obećanje za još mnoge nagrade koje dolaze. Vi samo morate postati sve više takvi, sve kvalitetniji, u ne-umu. Treba odbaciti sve više misli. Smijeh može biti prekrasno uvođenje u stanje ne-misli...

U nekim zen samostanima svaki redovnik mora jutro započeti smijehom i svaku večer završiti smijehom - prva i posljednja stvar! Pokušajte i vi to. To je prekrasno. Izgledat će pomalo luckasto - jer oko vas ima toliko oz-

biljnih ljudi. Oni neće razumjeti. Ako ste sretni, oni uvijek pitaju zbog čega. Pitanje je glupo! Ako ste tužni, oni nikada ne pitaju zbog čega. Uzimaju to zdravo za gotovo - ako ste tužni, to je u redu. Svi su tužni. Tu nema ništa novo. Ako im i želite objasniti, oni nisu zainteresirani jer sve o tome znaju, oni sami su tužni. Čemu onda pričati dugu priču? - skratite je! Ali ako se smijete bez razloga, tada oni postanu pažljiviji - nešto je pošlo po zlu. Ovaj se čovjek čini pomalo luckasto jer samo ljudi ljudi uživaju u smijehu; samo u ludnicama ćete naći luđake kako se smiju. Na žalost, to je tako.

Ako ste u braku bit će teško za vas da se iznenada u jutro počnete smijati. Ali pokušajte - strahovito se isplati. To je jedno od najljepših raspoloženja da bi se ustalo, izašlo iz kreveta. Bez razloga - jer nema razloga. Naprosto vi ste ponovno ovdje, još uvijek živi - to je čudo. To izgleda smiješno - zbog čega ste živi? I svijet je ponovno ovdje. Vaša žena još uvijek hrče, ista soba, ista kuća. Ovo je stalno promjenjiv svijet - ono što hindusi nazivaju *maya* - barem za jednu noć, ništa se nije promijenilo. Sve je ovdje: možete čuti mljekara, a i promet je počeo, isti zvukovi - to je vrijedno smijeha!

Jednoga dana, vi nećete ustati ujutro. Jednoga dana mljekar će pokucati na vrata, žena će hrkati, ali vas neće biti. Jednoga će dana smrt doći. Prije nego vas obori, pošteno se nasmijte - dobro se nasmijte dok još ima vremena. Pogledajte sve smiješne stvari. Ponovno isti dan počinje, iste

ste stvari čitav život ponavljali. Ponovno ćete obući papuče, odjuriti u kupaonu -zašto? Oprati zube, istuširati se - zbog čega? Kamo idete? Spremiti se i ne ići nikamo! Oblačenje, trkom do ureda - zbog čega? Samo kako bi i sutra učinili isto?

Pogledajte svu apsurdnost toga-i dobro se nasmijte. Nemojte otvoriti oči. U trenutku kada osjetite da je san nestao, prvo se počnite smijati, tada otvorite oči - i to će odrediti tijek čitavoga dana. Ako se možete smijati rano u jutro, smijati ćete se čitav dan. Izazvali ste lančanu reakciju, jedno vodi drugome. Smijeh vodi do još više smijeha. Ali gotovo uvijek viđao sam ljude kako čine pogrešne stvari. Od ranog jutra ustaju iz kreveta prigovarajući, gundajući, tužni, depresivni, jadni. Tada jedna stvar vodi drugoj - a ni zbog čega - i oni se naljute. To je loše jer promijenit će vašu klimu za čitav dan, odredit će vaš čitav dan.

Ljudi zena razboritiji su, u svojoj nerazboritosti oni su razboritiji od vas. Oni počinju sa smijehom... i tada ćete čitav dan osjećati kako smijeh žubori, kako izvire. Toliko se smiješnih stvari događa. Mora da bog umire od smijeha - stoljećima, kroz vječnost gledajući tu apsurdnost na svijetu. Ljudi koje je on stvorio i sve te apsurre - to je stvarno komedija. On mora da se smije. Ako poslije smijeha utihnete, jednoga ćete dana čuti kako se i bog smije, čut ćete kako se cijelo postojanje smije - drveće i kamenje i zvijezde kako se smiju s vama. Tada zen redovnik odlazi na spavanje, ponosno sa smijehom. Dan je prošao, drama se

ponovno zatvara - on sa smijehom kaže: "Doviđenja, a ako ponovno doživim sutrašnje jutro, ponovno ću te pozdraviti sa smijehom."

Pokušajte to! Započnite i završite dan sa smijehom i vidjet ćete, malo po malo, između toga, sve više i više smijeha će se početi događati. I što ćete se više smijati, bit ćete religiozniji.

Milijuni ljudi zaboravili su kako se smijati. U nekim zemljama psiholozi pripremaju priručnike kako bi ljude u školama, na fakultetima, u bolnicama učili kako se smijati. Otkrili su ono što vam stalno govorim: ljubav i smijeh idu zajedno, a smijeh je jedan od najvećih lijekova. Istovremeno on je i meditacija.

Istraživanja su išla vrlo duboko kako bi se otkrilo što se događa kada se ljudi smiju. Mijenja se protok krvi, moždane stanice postaju aktivnije, njihova srca počinju kucati u boljem ritmu. Znanstvenici su otkrili nešto kao smijeh, što bi trebalo biti od ogromne važnosti - ali bili su nevjerojatno glupi što se toga tiče. Oni misle da se to mora trenirati, svako bi školsko dijete trebalo trenirati smijeh.

Ako bi svatko trenirao smijeh, smijeh više ne bi postojao! Sada kažu kako bi u svakoj bolnici trebao postojati specijalni odjel, odjel humora, gdje bi svaki pacijent trebao ispričati vic i smijati se. To je vrlo proračunato: ono što njihovi lijekovi ne mogu učiniti, smijeh može. Ali po meni, ako smijeh proizlazi iz treninga, on može nešto učiniti, ali ne može biti potpune transformacija, kada u svakome trenutku

vaše tijelo treperi, pomlađeno, a da nema kontraindikacija.

Upravo danas sam saznao da su jednu trećinu bolesti stvorili doktori. Neznajući - samo bog njihovih lijekova koji imaju naknadne učinke. U jednom trenutku oni mogu biti korisni, ali mogu izazvati nešto u vašoj kemiji, u vašim hormonima, u vašoj biologiji. Vi ih možda nikada nećete dovesti u vezu. Uzeli ste aspirin samo zbog glavobolje - istini na volju, samo zbog žene! - ali taj aspirin imat će svoje efekte, a vi ste kompleksna pojava.

Jadno je čovječanstvo koje mora trenirati smijeh. To će biti jako ružan dan kada će ptice zatražiti: "Prvo nas uvježbajte, tada ćemo pjevati." A paunovi će reći: "Ne tiču nas se oblaci. Prvo nas trenirajte, tada ćemo raširiti naša krila." Ali paunovi plešu kada prvi kišni oblaci počnu dolaziti, ne postoji trening za to, nema škole za paunove. Nema treninga za ptice, nema treninga za cvijeće - zašto bi čovjeka trebalo za sve trenirati? Zašto mu se ne bi dozvolilo da bude spontan?

Postoji neki strah od spontanosti jer spontano ponašanje nepredvidivo je. Možete se pred nekim nasmijati i on vas može gledati kao da ste idiot. On ne treba odgovoriti smijehom - on je spontan, gleda na vas kao na idiota. Nema ničeg lošeg u tome, to je njegov problem. Vi ste se nasmijali - to je bio vaš problem. Zašto to miješati? Kako bi izbjegli takve situacije, ljudi su trenirani za svašta: kako hodati, kako govoriti, kada nešto reći. Prirodno, malo po malo postali su vrlo izvještačeni - samo glumci u drami, ponavljajući dijalog.

Posjetio sam teološki koledž, najveći u Aziji, gdje se obrazuju misionari koji će ophoditi čitav siromašni istok, kako bi ljude preobraćali u kršćanstvo. Ravnatelj je moj prijatelj, proveo me kroz cijelu školu. U jednom razredu nisam mogao povjerovati vlastitim očima. Ono što sam vidio bio je takav apsurd da me gotovo zapanjilo. Profesor je podučavao gotovo šezdeset studenata, koji su bili spremni, skoro spremni krenuti na njihov misionarski posao. On im je govorio da kada ponavljaju određenu Isusovu izjavu, koju će gestu, koji izraz lica upotrijebiti.. .kada treba udariti šakom po stolu, a kada treba šapatom reći da je bog ljubav. A kada opisujete raj, nemojte ga opisivati samo u frazama. Neka vaše lice blista, neka svaka vaša riječ bude čisti med, poezija." Tada je jedan student upitao: "Kada opisujemo pakao, što moramo učiniti?"

Profesor odgovori: "Kada je u pitanju pakao.. .takvi kakvi jeste, savršeno ste u redu."... Za pakao nema vježbe jer vi već izgledate kao da ste u paklu!

Pitao sam ravnatelja: "Zar ne vidite te besmislice? Ti ljudi nemaju nikakve osjećaje, a vi im namećete kakav će izraz lica i očiju imati kada nešto kažu, kakav pokret ruku."

Ja nikada nisam bio uvježbavan za nešto, ali kada je to potrebno, moje ruke znaju što treba činiti. Riječi znaju kada prestati i kada nastupa tišina. Oči same bijesnu kada opisujete vlastito iskustvo. Tada nema napora...

Sve što ljudima treba reći je: budite spontani! Kada smijeh dođe, nemojte ga zaustavljati. Na ovome svijetu sve

se pretvorilo u prijevaru jer vi vjerujete u prijevaru. Budite jednostavni, budite samo ono što jeste. Nema potrebe glumiti. Kada akcija dođe spontano, neka dođe, uživajte u spontanosti. Tada ćete vidjeti ljepotu, jednostavnost, usredištenost. Nešto autentično - ne lažno, ne pseudo. Sve ovo tako je jednostavno.

Jednom je farmer imao pijetla koji bio jedno od najljepijih stvorenja što su ikada živjela. Umjesto da kukuriče kao što je red, kada sunce izađe, on je čekao da to učini neki drugi pijetao - a on bi tada samo klimnuo glavom da se slaže s time.

No ako je to spontano, ima svoju ljepotu, zašto se mučiti? - netko drugi će to učiniti. Ja se potpuno slažem s tim pijetlom; ja nikada u životu ništa nisam učinio. Ako se to nekome radi....

Kako bi proslavili svoju zlatnu godišnjicu braka, Saul i Sylvia Shulman odlučili su ponoviti sve što su radili na njihovom medenom mjesecu. Otišli su u isti hotel i uzeli istu sobu. Sylvia je stavila isti parfem i istu spavaćicu. Baš kao što je to učinio na medenom mjesecu, Saul je otišao u kupaonicu i Sylvia začuje kako se smije - baš kao što je to učinio prije pedeset godina. Kada se vratio Sylvia reče: "Dragi, ovo je zaista predivno - sve je isto. Sjećam se kao da je bilo jučer. Prije pedeset godina ti si otišao u kupaonicu i smijao se na isti način. Tada nisam imala dovoljno hrabrosti upitati te zašto se smiješ, ali sada mi kaži. Zašto si se smijao?"

Saul reče: "Ovako draga, te noći, prije pedeset godina, kada

sam išao mokriti, smočio sam strop. Večeras sam smočio svoja stopala!"

Samo budite nedužno jednostavni. Ovaj čovjek mora da je bio vrlo spontan čovjek. Rekao je istinu - tu se nema što skrivati. Ali većina vas ne bi se usudila reći istinu. Istina je vrlo jednostavna, ne treba je uvježbavati, ne treba se pripremati, nema domaće zadaće. Jednostavno, vi ste ono što jeste. Samo to prihvatite i otkrijte svijetu.

O autoru

Osho je rođen u državi Madja Pradesh, Indija, 11. prosinca 1931. godine. Od svog najranijeg djetinjstva bio je buntovni i neovisni duh, inzistirajući na osobnom iskustvu više od slijepog prihvaćanja znanja i vjerovanja primljenih od drugih.

Poslije prosvjetljenja u svojoj 21. godini, Osho je završio svoje akademske studije i proveo nekoliko godina predavajući filozofiju na sveučilištu u Jabalpuru. Istovremeno je putovao Indijom i držao predavanja izazivajući ortodoksne religiozne vođe na javne polemike, ispitivao tradicionalna vjerovanja i sretao ljude svih životnih pravaca. Intezivno je čitao neprekidno težeći usavršavanju svog znanja o vjerovanju i psihologiji suvremenog čovjeka.

Krajem šezdesetih godina prošlog stoljeća, Osho je počeo razvijati svoju jedinstvenu Dinamičku Meditaciju. Moderni čovjek, kazivao je Osho, previše je opterećen zastarjelim tradicijama prošlosti, kao i tjeskobama modernog života i zbog toga mora proći kroz duboki proces pročišćenja prije nego što otkrije bezmisaonost - opušteno stanje meditacije.

U skladu sa svojim radom, Osho je govorio o skoro svakom aspektu razvoja ljudske svijesti.

Pročistio je srž svega što je značajno za spiritualnu potragu suvremenog čovjeka, zasnovanu ne na intelektualnom razumijevanju, već isprobanu vlastitim egzistencijal-

nim iskustvom. On ne pripada ni jednoj tradiciji. Govorio je: "Ja sam početak potpuno nove religiozne svjesnosti. Ne povezujte me s prošlošću - ona čak nije ni vrijedna pamćenja."

Njegovi govori širom svijeta objavljeni su u više od 600 knjiga i prevedeni na preko 30 jezika.

Osho je napustio svoje tijelo 10. siječnja 1990. godine.

Sve što Vas zanima o Oshovom učenju, životu, knjigama i si. kao i svjetskim centrima možete naći na stranici:

www.osho.com

O S H O ® M E D I T A T I O N R E S O R T

Osho meditativni centar divno je mjesto za odmor i mjesto gdje ljudi mogu doživjeti nova osobna iskustva i novi način života, s više pažnje, odmora i zabave. Nalazi se oko 160 km jugoistočno od Mumbaija u Puni. Pruža mnoštvo različitih programa tisućama ljudi koji dolaze sa svih strana svijeta. Prvotno je to bilo ljetovalište za maharadže i bogate engleske kolonijaliste, a danas je Puna moderan grad s nekoliko svetičilišta i visoko razvijenom industrijom.

Oshov meditativni centar nalazi se u predgrađu Pune. Kamp pruža mogućnosti hotelskog i privatnog smještaja. Svi programi bazirani su na Oshovoj viziji novog, kvalitetnijeg čovjeka koji kreativno obogaćuje svoj svakodnevni život, ali i odmara se u tišini i meditaciji. Većina programa održava se u modernim, klimatiziranim prostorima. Oni uključuju pojedinačne intervjue, tečajeve i radionice u rasponu od kreativne umjetnosti, preko holističkih tretmana, osobnih transformacija, terapija, zen pristupa sportu i rekreaciji do poboljšanja međuljudskih odnosa. Individualni sastanci i grupne radionice održavaju se cijele godine, uz svakodnevne meditacije. Restorani i kafići u kampu služe tradicionalnu indijsku hranu, ali i internacionalne obroke, sve pripremljeno od organski uzgojenog povrća s vlastite farme. Kamp ima i vlastitu opskrbu zdravom, filtriranom vodom.

Sve informacije kao i kontakt možete pronaći na:

www.osho.com/resort

Do sada izašlo u Biblioteci OSHO:

JUTARNJE KONTEMPLACIJE

VEČERNJE KONTEMPLACIJE

HODAJUĆI U ZENU, SJEDAĆI U ZENU

BIJELI LOTOS

TANTRA - VRHOVNO SAZNANJE

MUDROST PIJESKA

NI VODE NI MJESECA

PUT DO SRCA