

*j. krishnamurti*

***FREEDOM FROM THE KNOWN***

***Svoboda je onkraj znanega***

*Od nekdanj človek išče nekaj nad seboj, nekaj nad materialnim, nekaj brezčasnega, česar ne morejo zmotiti okoliščine, misli ali človeška pokvarjenost - nekaj, čemur pravi Bog ali Resnica. Nenehno si zastavlja vprašanje: "Zakaj pravzaprav gre? Ima življenje sploh kak smisel?"*

*Vidi veliko zmedo življenja, brutalnost, upore, vojne, brezkončen razkol med verami, ideologijami in narodi. Z občutkom globoke zaskrbljenosti se sprašuje, kaj mu je storiti, kaj je pravzaprav to, čemur pravimo življenje in ali je kaj onkraj njega.*

*Ko med tisočeriimi imeni, ki si jih je že izmislil, ni našel to brezimnost, si je vzgojil vero, vero v odrešenika, v ideal, toda vsaka vera vedno rojeva nasilje.*

*V tej neprestani bitki, ki jo imenujemo življenje, skušamo pravila vedenja prilagoditi družbi, v katero smo bili vzgojeni, pa naj bo to komunistična ali tako imenovana svobodna družba. Sprejmemo vzorce obnašanja, ki so del hindujske, muslimanske ali krščanske tradicije, v kateri pač živimo; in ko slepo sledimo tem vzorcem, postane naše mišljenje in vedenje mehansko, naši odgovori avtomatski.*

*Zelo lahko to opazimo na sebi.*

*Vedno iščemo nekoga, da nam pove, kaj je pravilno in kaj napačno obnašanje, kaj pravilna in kaj napačna misel. Že tisočletja smo odvisni od učiteljev, avtoritet, knjig, svetnikov. Pravimo: "Povejte mi vse o tem! Kaj leži onkraj hribov, gora, onkraj sveta?" In zadovoljni smo z njihovo razlago, kar pomeni, da nam beseda vodi življenje, da živi beseda, naše življenje pa je plitko in prazno.*

*Smo narejeni ljudje, ljudje iz druge roke. Živimo, kot nam je bilo zapovedano, pa naj nas vodijo naša nagnenja, naše namere ali prisilijo v uboganje okoliščine ali okolje. "Smo" le rezultat različnih vplivov in v nas ni ničesar novega, ničesar, kar bi odkrili sami; nič originalnosti, pristnosti, čistosti.*

*Zgodovina duhovnosti je zagotavljanje verskih učiteljev, da bomo z opravljanjem določenih ritualov, s ponavljanjem določenih manter ali molitev, s prilagoditvijo določenim vzorcem, z zatiranjem svojih želja, nadzorom svojih misli, z očiščenjem svojih strasti, z omejevanjem svojega poželenja, z vzdržnostjo pri spolnosti; skratka, da bomo po zadostnem mučenju zavesti in telesa našli nekaj nad tem "malim" življenjem. Zato je na milijone tako-imenovanih vernih ljudi v puščavi, v hribih, v votlinah ali potujoč od vasi do vasi z beraško palico, v osami ali skupinsko v samostanih sililo svojo zavest prilagoditev, v določen vzorec.*

*Toda, mučena zavest, razdvojena zavest - zavest, ki hoče pobegniti iz zmede in ki zanika zunanji svet; zavest, ki postane omejena skozi disciplino in prilagajanje - takšna zavest, kolikor časa išče, karkoli najde, lahko najde le v soglasju s svojo zmedo.*

*Da bi torej odkrili, ali v resnici obstaja kaj ali ni nič onkraj tega zmedenega, strahu in krivde polnega tekmovalnega bivanja, ki ga imenujemo življenje, se mi zdi, da moramo življenju pristopiti popolnoma drugače.*

*Tradicionalni pristop je časovni pristop, zunanji pristop - sčasoma, z vajo in odpovedjo postopoma doseči notranji cvetlici: lepoto in ljubezen. Očistiti se počasi, vzeti si čas, dovolj zgodaj je jutri ali naslednje življenje - v resnici storiti vse, da samega sebe narediš ozkega, malenkostnega, cenenega. In ko končno pridemo do središča, ugotovimo, da tam ni ničesar, ker je zavest postala nesposobna, ozka in neobčutljiva.*

*Svet sprejema in sledi tradicionalni pristop. Opazujoč ta proces, se vprašamo, ali ne obstaja tudi drugačen pristop? Ali ni možno izhajati iz središča?*

*Osnovni vzrok zmede v nas samih je iskanje resničnosti, obljubljene od nekoga drugega. Slepo sledimo nekomu, ki nam obljublja udobno duhovno življenje. Zelo nenavadno je, da večina, čeprav nasprotniki politične tiranije in diktature, notranje sprejemamo avtoriteto, tiranijo drugega, ki nam izkrivlja zavest in način življenja. Če pa popolnoma zavrnemo - ne le razumsko, temveč dejansko - vse tako imenovane duhovne avtoritete; če se odpovemo vsem ceremonijam, ritualom in dogmam, pomeni, da ostanemo popolnoma sami in v trenutku se znajdemo v nasprotju z družbo. Zanj o prenehamo biti spoštovanja vredna človeška bitja.*

*Toda, spoštovano človeško bitje nikoli ne more priti bliže tistemu, kar je večno, nemerljivo, stvarno.*

*Začeli smo torej z zavrnitvijo nečesa, kar je popolnoma lažno - z odpustitvijo tradicionalnega pristopa.*

*Toda, če je ta zavrnitev posledica upora, si boste zgradili naslednji vzorec, v katerega se boste ujeli. Če si boste razumsko dopovedali, da je zavrnitev dobra ideja, vendar v svojem dejstvomljanju nič spremenili, ne morete nikamor naprej. Če pa zavrneš, ker si spoznal neumnost in nezrelost tradicionalnega pristopa, če odpustiš iz spoznanja; če se torej odpoveste, ker ste svobodni in ne prestrašeni, povzročite v sebi in okolici veliko zmedo, vendar, iz-stopite iz pasti spoštljivosti.*

*Opazite, da ničesar več ne iščete in to je prvo, kar morate spoznati: "ne išči!" Iskanje so oči lačnega otroka pred izložbenim oknom slaščičarne.*

*Odgovor na vprašanje, ali obstaja Bog, Resnica ali kakorkoli pač to imenujete, vam ne morejo dati ne knjige, ne duhovniki, ne filozofi, ne odrešeniki. Nihče in nič vam ne more odgovoriti na to vprašanje, razen vas samih, in zato mora vsakdo spoznati "sebe". Nezrelost tiči v popolni nevednosti o nas samih. Spoznati svoj "jaz" je začetek modrosti.*

*In kdo je torej moj "jaz"?*

*Obstaja razlika med človeškim bitjem in "normalno osebo". "Normalna oseba" je lokalno bitje, živeče v določeni državi, pripadajoče določeni kulturi, določeni družbi, določeni religiji. Človeško bitje ni lokalno bitje, je celostno, vseobsegajoče bitje. Če posameznik deluje le v omejenem kotu neizmerne polja življenja, je njegovo polje popolnoma nepovezano s celoto.*

*Torej se moramo ves čas zavedati, da se pogovarjamo o celoti, kajti v celoti je tudi delček, medtem ko v delčku ni celote. Normalnež je majhno, pogojeno, ubogo zmedeno bitje, zadovoljno s svojimi malimi bogovi in malimi tradicijami, človeško bitje pa zanima tako splošna blaginja kot tudi popolna beda in zmeda sveta.*

*Ljudje smo to, kar smo že tisočletja: pohlepni, zavistni, agresivni, ljubosumni, zaskrbljeni in obupani, z občasnimi prebliski veselja in naklonjenosti. Smo čudna mešanica sovraštva, strahu in nežnosti. Smo in nasilje in mir.*

*Tehnološki razvoj je volovsko vprego zamenjal z motorjem na raketni pogon, psihološko pa se posameznik ni spremenil nič in psihološko stanje družbe gradijo posamezniki. Zunanja, vidna struktura družbe je rezultat notranje psihološke strukture medčloveških odnosov, ker je posameznik rezultat celotne izkušnje, znanja in dosedanjega vodenja človeka. Vsak od*

*nas je skladišče celotne preteklosti. Posameznik je bitje, ki je vsečloveško. Celotna zgodovina človeštva je zapisana v nas.*

*Opazujte, kaj se v resnici dogaja znotraj vas in kaj okoli vas v kulturi tekmovalnega duha, v kateri živite, v kulturi čaščenja moči, položaja, prevlade, imena, uspeha in vsega mogočega. Opazujte dosežke, na katere ste ponosni. Ozrite se na celotno polje, ki mu pravimo življenje, kjer so v vseh oblikah odnosov nasprotja, ki pogojujejo nasprotnosti, sovraštvo, brutalnost in brezkončne vojne.*

*To polje, to življenje je vse, kar poznamo in ker ne moremo razumeti te bitke bivanja, nas je strah in zato pobegnemo na različne spretno načine.*

*Bojimo se tudi neznanega - kaj prinaša jutri - bojimo se smrti. Torej nas je strah tako znanega kot neznanega. Takšno je naše vsakdanje življenje in v takšnem bitju ni upanja.*

*Vsaka filozofija, vsak teološki koncept je torej le beg pred trenutno resničnostjo tega, "kar obstaja" - kar nas obdaja. Vse oblike sprememb, ki so jih prinesle vojne, revolucije, reforme, zakoni in ideologije, niso prav nič vplivale na osnovno naravo človeka in preko njega na družbo.*

*Kot človeška bitja tega grozljivo grdega sveta se vprašajmo: ali lahko v tej družbi, ki temelji na rivalstvu, brutalnosti in strahu, pride do spremembe?*

*Ne mislim na spremembe kot razumski koncept, ne kot upanje, temveč kot resnično dejstvo, da bo sveža, nova in ne-dolžna zavest lahko ustvarila drugačen svet.*

*Mislim, da se to lahko zgodi, če vsakdo spozna osrednje dejstvo, da smo vsi mi kot posamezniki, kot človeška bitja, v kateremkoli delčku sveta pač živimo, katerikoli kulturi pač pripadamo, popolnoma odgovorni za celotno stanje sveta. Mi smo, vsak od nas, odgovorni za vsako vojno, zaradi agresivnosti svojih lastnih življenj, zaradi svojih nacionalizmov, svoje sebičnosti, svojih bogov in predsodkov, svojih idealov; zaradi vsega, kar nas razdvaja.*

*In šele ko postanemo tega zavestni ne le razumsko, temveč dejansko, kot smo dejansko zavestni svoje lakote ali bolečine; ko ti in jaz postaneva zavestna dejstva, da sva ti in jaz odgovorna za ves obstoječi kaos, za vso bedo na tem svetu, ker sva temu doprinesla s svojim vsakdanjim življenjem in sva del te grozljive družbe z njeno umazanostjo, brutalnostjo in pohlepom - šele ko postaneva tega zavestna, se bova odzvala.*

*Toda, kaj naj človeško bitje naredi, kaj lahko storiva ti ali jaz, da bi oblikovala popolnoma drugačno družbo?*

*Zastavljamo si zelo resno vprašanje: Ali sploh lahko kaj storimo? Kaj lahko storimo? Ali nam bo kdo povedal?*

*Veliko so nam že govorili. Tako-imenovani duhovni učitelji, ki naj bi prišli do spoznanja in ki naj bi vedeli bolje, so nam povedali. Poskusili so nas izkriviti in oblikovati po določenih vzorcih, a to nas ni pripeljalo prav daleč. Izobraženi in naUčeni so nam povedali in to nas ni pripeljalo nič dlje. Povedali so nam, da vse poti vodijo do resnice, in čeprav vi hodite po poti hindujca, nekdo drug je kristjan in tretji musliman, se boste vsi srečali na istih vratih, kar je očiten nesmisel.*

*Resnica nima poti in to je lepota resničnosti, to je življenje. Mrtve stvari imajo svojo pot, ker so statične. In ko spoznate, da je resničnost nekaj živega, gibljivega; nekaj, kar ne miruje; nekaj, kar ni v templju, mošeji ali cerkvi; nekaj, do česar vas nobena vera, noben učitelj, noben filozof ne more pripeljati, potem lahko vidite, da je ta živeča stvar / resničnost, pravzaprav to, kar v resnici smo - naša jeza, naša brutalnost, nasilje, obup, agonija in žalost, v kateri živimo.*

*V spoznanju, da je vse to resnično, je tudi seme spregledanja in razumevanja našega življenja.*

*Dojameš in razumeš lahko le, če spregledaš, če pričneš opazati, videti dejstva življenja. Ne morete razumeti življenja skozi ideologije, skozi zaslon besed, skozi upanje ali strahove.*

*Vidite torej, da se ne morete zanesti na nikogar. Ni vodnika, ni učitelja, ni avtoritete. Ste le vi sami, vaš odnos do drugih in do sveta - ničesar drugega ne obstaja.*

*To spoznanje vam lahko prinese velik obup, iz katerega se rodi cinizem in zagrenjenost.*

*Če pa se soočite z dejstvom, da ste samo vi in nihče drug odgovorni za svet in zase, za svoje misli, občutke in za svoja dejanja, vse samopomilovanje izgine. Navadno krivimo druge, odgovornost prenašamo na druge, kar je oblika samopomilovanja.*

*Ali torej lahko vi in jaz, brez zunanjega vpliva, brez prepričanj, brez strahu pred kaznijo, v samem bistvu bitja naredimo popolno spremembo, psihološko mutacijo, da ne bomo več brutalni, nasilni, vzvišeni, tekmovalni, zaskrbljeni, prestrašeni, pohlepni, zavistni; da sa znebimo teh pokazateljev*

*naše narave, ki nam jo je vgradila naša pokvarjena družba, v kateri živimo svoj vsakdan?*

*Pomembno je od vsega začetka razumeti, da ne oblikujem nobene filozofije, nobene teološke strukture idej ali teološki koncept. Meni se zdi, da so vse ideologije idiotske. Kar je pomembno, ni filozofija življenja, temveč spoznati, kaj se resnično udejanja v notranjem in zunanem vsakdanu.*

*Če zelo pozorno opazujete, kaj se dogaja okoli vas in v vas, boste videli, da celo življenje temelji na razumskih zaključkih, vendar razum ne zajema celotnega polja bivanja in delček, še tako bistro sestavljen, star in tradicionalen, je še vedno le delček, mi pa imamo opravka s celostnim življenjem. Ko opazujemo, kaj se dogaja v svetu, pričnemo zaznavati, da ni zunanjega in notranjega procesa, temveč le en celosten proces, popolno gibanje, kjer se notranji premik udejani v zunanem in zunanje dobi odgovor spet v notranjem.*

*Da lahko zaznamo, spregledamo, vidimo, razumemo in odpustimo, potrebujemo vsa ta spoznanja in če torej znamo opazovati, potem vse postane popolnoma jasno. Za "videti" ne potrebujemo ne učitelja, ne filozofije. Nikogar ni treba poslušati kaj gledati, le vse opazujemo.*

*Ali se lahko potem, ko imate celostno sliko, ko vidite celoten problem človeštva brez besed, ali se lahko spontano spremenite? Ali je mogoče izpeljati popolno spremembo psihe?*

*Kajti to je izhod.*

*Sprašujem se, kakšen je vaš odziv na to vprašanje?*

*Lahko rečete: "Nočem se spremeniti!" Večina ljudi se noče, posebno tisti, ki so socialno in ekonomsko relativno varni in tisti, ki se držijo dogmatičnih prepričanj in so zadovoljni v sprejemanju sebe in sveta takšnega, kot mislijo, da je, čeprav v obarvani obliki. Vendar o teh ne bomo razpravljali.*

*Lahko rečete bolj zvito: "To je pretežko, ni zame!" V tem primeru ste se že blokirali in vašega zanimanja je konec.*

*Vaš odziv je lahko tudi: "Vidim nujnost notranje spremembe, toda kaj naj storim? Prosim, pokažite mi pot, pomagajte mi!" Če rečete tako, potem vas ne zanima sprememba sama, vaše zanimanje za spremembo ni resno, kajti iščete le metodo, sistem, ki naj bi spremembo prinesel.*

*Če bi bil dovolj neumen in vam dal metodo in če bi bili vi dovolj neumni, da bi jo sprejeli, bi v resnici samo ponavljali, posnemali, se prilagajali, se podrejali. Če počnete to, se ujamete v avtoriteto drugega in s tem se ujamete v razdvojenost med vami in avtoriteto. Čutite, da morate storiti*

*nekaj, ker vam je bilo tako zapovedano in čutite, da tega ne morete storiti. Vsakdo ima svoja zanimanja, namene, obremenitve, ki so v nasprotju s sistemom, za katerega misli, da mu mora slediti in tako pride do nasprotij, saj vodi dvojno življenje med ideologijo sistema in resničnostjo vsakdana.*

*V poskusu prilagoditi se sistemu ali ideologiji, torej zatirate samega sebe, vendar tisto, kar je resnično, ni ideologija, resničnost ste vi sami.*

*Če poskušate spoznavati sebe v primerjavi z drugimi, boste vedno ostali posnemovalci, narejeni ljudje. Človek, ki reče: "Hočem se spremeniti, povejte mi kako!", se zdi zelo resen, ampak ni. Hoče le avtoriteto, ki naj bi mu prinesla notranji mir.*

*Toda, ali nam avtoriteta lahko prinese notranji mir?*

*Red, prinešen od zunaj, vedno pogojuje nered. Resnico tega lahko vidite razumsko, toda ali si lahko predstavljate, da vaša zavest ne sprejme več nobene avtoritete? Niti avtoritete knjige, niti učitelja, niti žene ali moža, staršev, prijateljev, niti avtoritete družbe?*

*Ker vedno dejstvujemo po vzorcu, po formuli, formula postane ideologija in avtoriteta, toda v trenutku, ko spoznate, da vprašanje: "Kako se lahko spremenim?" pogojuje novo avtoriteto, ste končali z avtoritetami za vedno.*

*Še enkrat pogledjmo jasno: vidim, da se moram spremeniti v koreninah svojega bivanja, da moram postati neodvisen od vseh tradicij, ker so tradicije prinesle nedojemljivo lenobo, prilagodljivost in poslušnost.*

*Od nikogar ne morem pričakovati, da mi bo pomagal v spremembi - ne od učitelja, od kakega boga, ne more mi pomagati ne prepričanje, ne sistem, ne zunanji vpliv ali pritisk.*

*Kaj se zgodi? Ali lahko zavrnete, odpustite vse avtoritete?*

*Če lahko, pomeni, da vas ni več strah.*

*Kaj se zgodi, če odložite nekaj lažnega, kar ste nosili v sebi stoletja? Kadarkoli odvržete kako breme, vam ostane več energije, ali ne?*

*Dobite večjo kapaciteto, večji prostor gibanja, večjo intenzivnost in življensko moč. Če tega ne čutite, potem niste odložili bremena, niste odvrgli mrtve teže avtoritete. Če pa ste se bremena znebili in si pridobili energijo, v kateri ni več strahu - strahu pred napakami, pred slabim in dobrim - ali ni sama ta energija mutacija?*

*Potrebujemo ogromno energije, ki pa jo zgublamo zaradi strahu, toda, ko pridemo do energije, ki nam ostane ob izgubi strahu, ta energija sama povzroči popolno notranjo spremembo.*



*Nič več vam ni treba storiti. Ostanete torej sami.*

*Takšno je dejansko stanje človeka, ki je zelo resen.*

*Ker nič več ne iščete nekoga ali nekaj v pomoč, ste končno svobodni v spoznavanju. Kjer je svoboda, je energija in kjer je svoboda, se ne da storiti nič narobe. Svoboda je nekaj popolnoma drugega kot upiranje. V svobodi ne obstaja dobro in zlo. Ste svobodni in iz tega središča delujete. Ker ne pozna strahu, je takšna zavest sposobna velike ljubezni in kjer je ljubezen, lahko delate, kar hočete.*

*Kar morate sedaj storiti, je: spoznati sebe, vendar ne skozi mene, kakega analitika ali filozofa. Če se učimo o sebi skozi drugega, se v resnici učimo o njem, ne o sebi, mi pa moramo spoznavati to, kar smo v resnici mi sami.*

*Ko spoznamo, da ne moremo biti odvisni od nobene zunanje avtoritete, če hočemo popolno spremembo v sestavi naše psihe, se pojavi veliko večja težava v zavrnitvi naše lastne notranje avtoritete, avtoritete svojih lastnih malih izkušenj in nakopičenih mnenj, znanja, idej in idealov.*

*Včeraj ste imeli izkušnjo, ki vas je nekaj naučila in kar vas je naučila, je nova avtoriteta. Ta nova, včerajšnja avtoriteta je prav tako uničujoča, kot avtoriteta, ki vas spremlja tisočletja.*

*Da spoznamo sebe, ne potrebujemo ne včerajšnje in ne tisočletne avtoritete, ker smo živeča bitja, vedno v gibanju, nikoli mirujoči. Če vidimo sebe skozi mrtve včerajšnje avtoritete, ne bomo nikoli razumeli tega trenutka, nikoli videli lepote in kvalitete tega trenutka.*

*Biti svoboden vseh avtoritet, notranjih in zunanjih, pomeni umreti za vse v preteklosti in vaša zavest postane sveža, vedno mlada, nedolžna, pozorna, polna moči in zanimanja.*

*Le v takem stanju se lahko opazujemo in spoznavamo. Za to potrebujemo zavestnost, neprestano opažanje - "videnje" vsega, kar se dogaja v naši notranjosti brez olupšav, brez popravljanja, brez razmišljanja, kaj naj bi bilo prav in kaj ne, kajti v trenutku, ko popravljate, ustvarjate novo avtoriteto, cenzorja.*

*Tako bomo sedaj skupaj raziskovali, kaj pravzaprav smo. Jaz nisem oseba, ki razlaga, medtem ko vi poslušate, se strinjate ali zavračate, temveč bomo vsi skupaj raziskovali in spoznavali najbolj skrite kotičke naše zavesti.*

*Na tako potovanje moramo oditi lahki, ne smemo biti obremenjeni z mnenji, predsodki in zaključki; z vso to staro navlako, ki smo jo zbrali v zadnjih tisočletjih. Pozabite vse, kar veste o sebi, pozabite vse, kar ste si kdajkoli mislili o sebi. Začeli bomo, kot da ne vemo nič.*

*Ponoči je močno deževalo. Sedaj se nebo jasni in rojeva se popolnoma nov, svež dan. Srečajmo ta dan, kot bi bil edini dan. Začnimo naše potovanje brez spomina na včeraj in prvič začnimo spoznavati samega sebe.*

*Če mislite, da je pomembno spoznati sebe zato, ker sem vam jaz ali ker vam je kdo drug to povedal, potem se bojim, da se je komunikacija med nami končala. Če pa delimo isti občutek, da je življenskega pomena spoznati sebe v celoti, potem imamo pa vsi popolnoma isti odnos in lahko raziskujemo skupaj s previdno, občutljivo radovednostjo.*

*Ne zahtevam vaše vere. Ne postavljam se za avtoriteto. Nič vas ne morem naučiti, ne nove filozofije, ne novega sistema. Ne morem vam pokazati poti do stvarnosti. Ni poti do stvarnosti, kot ni poti do resnice.*

*Avtoritete vseh vrst, posebno na polju misli in spoznanja, so najbolj škodljive, uničevalne. Voditelji uničujejo privrženca in privrženci uničujejo voditelje.*

*Postati morate svoj lastni učitelj in lastni učenec. Nujno morate izprašati vse, kar je človeštvo prevzelo za vrednoto, za neobhodnost.*

*Če ne sledite nikomur, se počutite osamljeni. Torej bodite osamljeni. Zakaj se bojite ostati sami?*

*Ko se soočite s samim seboj, kakršnim pač ste, ugotovite, da ste prazni, neumni, dolgočasni, grdi, izkrivljeni in zaskrbljeni - nepomembno, ceneno, narejeno bitje. Soočite se s tem dejstvom. Soočite se z dejstvom v tem trenutku in ne pobegnite pred njim. V trenutku, ko pobegnete, v vaši zavesti zaživi strah.*

*Ko se spoznavamo, se ne smemo izdvojiti iz ostalega sveta. Izolacija je bolesten pojav. Ljudje po celem svetu so ujeti v iste vsakdanje probleme kot mi, torej v spoznavanju sebe nismo oddvojeni od ostalih, saj ni razlike med posameznikom in skupnostjo.*

*To je resnično dejstvo. Vsakdo ustvarja takšen svet, kakršen je sam, zato se ne zgubljam v borbi med delčkom in celoto. Zavesti se moramo celotnega polja svojega bivanja, ki je zavednost tako posameznika kot družbe. Zavemo pa se lahko tega le, če gre naša zavestnost preko posamične in celotne družbene zavesti in le tedaj lahko postanemo sebi luč, luč, ki nikoli ne ugasne.*

*Kako torej pričnemo spoznavati sami sebe? Tukaj sem, kako naj se opazujem? Kako naj vidim, kaj se dogaja v meni?*

*Lahko se opazujem le v odnosu, saj je celotno življenje odnos. Nobenega smisla ni v čepenju v kotu in premišljevanju o sebi. Sam ne morem obstajati. Obstajam lahko le v odnosu do ljudi, stvari in idej.*

*Z opazovanjem odnosov do ljudi, narave in stvari, kot tudi do notranjih dogajanj, pričenjam spoznavati sebe.*

*Vsako drugo spoznavanje je le abstrakcija in sebe ne morem spoznavati v abstrakciji. Nisem izmišljeno bitje, torej se moram spoznavati takšnega, kot v resnici sem, ne kot bi rad bil.*

*Spoznavanje ni razumski proces. Nabiranje znanja o sebi in spoznavanje sebe sta dve različni stvari. Ker je zbrano znanje o sebi vedno iz preteklosti, je mišljenje, obremenjeno s preteklostjo, vedno bolešno mišljenje.*

*Spoznavanje "sebe" ni kot učenje jezikov ali tehnologije, kjer morate shranjevati in pomniti; bilo bi neumno začeti vedno od začetka. Toda na psihološkem polju je spoznavanje sebe vedno v sedanjosti, znanje pa vedno iz preteklosti in ker zavest večine ljudi živi v preteklosti in je zadovoljna s preteklostjo, je znanje postalo za nas tako zelo pomembno. Zato častimo načitanost, preudarnost, zvitost.*

*Če pa se spoznavate ves čas, spoznavate vsako minuto, spoznavate z opazovanjem in slišanjem, spoznavate s poglobljanjem v dogajanje, potem boste spoznali, da je učenje neprestano gibanje brez preteklosti. Če rečete, da se boste spoznavali postopoma, v resnici ne spoznavate sebe kakršni ste, temveč dodajate podatke, nabirate znanje o sebi.*

*Spoznavanje sebe zahteva tudi veliko občutljivost. Občutljivosti ni, kjer ideja, ki je iz preteklosti, prevladuje, saj zatemnuje dejansko. Zavest potem ni nič več hitra, gibka, prebujena.*

*Večinoma nismo občutljivi niti fizično. Preveč jemo, ne jemo prav, preveč kadimo in pijemo. Telesa nam postanejo pretežka in neobčutljiva, vrlina pozornosti v organizmu samem je okrnjena. Kako si lahko predstavljate zelo budno, občutljivo, jasno zavest v organizmu, ki je sam zaspan in težak?*

*Lahko da smo občutljivi za določene stvari, ki nas osebno prizadenejo, toda biti občutljiv celostno do vseh zapletenosti življenja, ki je popolno gibanje, zahteva biti nerazdvojen na psiho in organizem.*

*Da nekaj spregledate in razumete, morate s tem živeti; opazovati, spoznavati morate vsebino, naravo, strukturo in gibanje opazovanega. Ali ste kdaj poskusili živeti sami s seboj?*

*Če ste, potem ste morali opaziti, da niste nespremenljivi, da ste dinamično stanje, sveže, živo bitje in za življenje z živim bitjem mora tudi vaša zavest biti živa. Vendar ne more biti živa, dokler je ujeta v predsodke, stališča, mnenja, sodbe in vrednote.*

*Da bi lahko opazovali gibanje vaše lastne zavesti in srca, vašega celotnega življenja, morate imeti svobodno zavest in ne zavest, ki se strinja ali ne strinja, ki zastopa stališča, ki se lovi na besede. Imeti morate zavest, ki sledi z namenom spoznati, kar je zelo težko, ker večina od nas ne zna opazovati in slišati svoje lastno bitje nič bolj, kot znamo opaziti lepoto reke ali slišati veter v krošnji drevesa.*

*Ugotovimo lahko, da ne moremo videti jasno, dokler naša zavest neprestano klepeta, ker potem ne vidimo tistega, kar je, temveč vidimo le predstavo, ki smo jo zgradili o sebi.*

*Vsak od nas ima predstavo o tem, "kar misli, da je" in o tem, "kar misli, da naj bi bil" in ta imidž, lažna predstava, lažna slika, nam popolnoma preprečuje videti sebe takšnega, kot v resnici smo. Ena najtežjih stvari na svetu je videti stvari enostavno, kajti naša zavest je zelo zapletena, ker smo izgubili vrlino preprostosti, enostavnosti.*

*S tem ne mislim preprostost oblek in hrane - kajti biti zaviti v cunjo ali postaviti svetovni rekord v stradanju, je nezrelost, neumnost, ki so jo vzgojili tako imenovani svetniki - temveč preprostost videnja stvari neposredno, brez strahu. Da torej lahko vidimo sebe, kot dejansko smo, brez iskrivljanj - da si rečemo, da lažemo, kadar lažemo, ne pa da si to prikrijemo ali zbežimo.*

*Da spoznamo sebe, potrebujemo tudi veliko skromnosti.*

*Če pričnete rekoč: "Poznam se!", ste se že nehali spoznavati. Ali če rečete: "Nič se ne morem naučiti o sebi, sem le klopčič spominov, idej, izkušenj in tradicij!", ste se tudi nehali spoznavati. V trenutku, ko ste nekaj dosegli, prenehate imeti vrlino nedolžnosti, preprostosti in skromnosti. V trenutku, ko pridete do zaključka ali če pričnete raziskovati na podlagi znanja, je konec, ker potem le prevajate žive stvari v mrtve obrazce.*

*Če pa nimate stališč, če ni sigurnosti in ne dosežkov, potem imate svobodo videnja, spoznavanja in svobodo dejstvovanja. Če gledate svobodno, je vse novo.*

*Zaupljiv in domišljav človek je mrtvo človeško bitje.*

*Toda, ali smo lahko svobodni v opazovanju in spoznavanju, ko pa je naše mišljenje od trenutka rojstva tja do trenutka smrti oblikovano po določeni družbi v ozke vzorce, ki jih imenujemo "jaz"?*

*Stoletja so nas pogojevali, obremenjevali z nacionalnostmi, kastami, razredi, tradicijami, religijami, jeziki, izobraževanjem, literaturo, umetnostjo, običaji, prepričanji, s propagando vseh vrst, ekonomskimi pritiski, s hrano, ki jo ali je ne jemo, s klimo, v kateri živimo, s svojo družino, prijatelji, izkušnjami. Pogojeni z vsemi možnimi vplivi se zato odzivamo na vse naše probleme pogojeno po starih vzorcih.*

*Ali ste zavestni svoje pogojenosti?*

*To je prvo vprašanje, ki si ga morate postaviti, ni prvo vprašanje, kako se osvoboditi te pogojenosti. Lahko se zgodi, da se je nikoli ne boste osvobodili. Če pa rečete: "Moram se osvoboditi", lahko padete v drugo past drugačne pogojenosti.*

*Ali ste zavestni svoje pogojenosti?*

*Ali ste zavestni dejstva, da kadar pogledate drevo in rečete: "To je hrast" ali "To je smreka", že samo imenovanje drevesa, ki je botanično znanje, pogoji vaše mišljenje?*

*Beseda pride med vas in drevo in vi v resnici ne vidite drevesa, temveč znanje o drevesu. Priti v stik z drevesom pomeni dotakniti se ga in pri tem vam beseda ne more pomagati.*

*Kako veste, da ste pogojeni? Kaj vam to pove? Kaj vam pove - ne teoretično, ampak kot trenutno dejstvo lakote - da ste lačni? Kako na isti način ugotovite dejstvo, da ste pogojeni? Ali ne z odzivom na problem, izziv?*

*Na vsak izziv se odzovete v skladu s svojo pogojenostjo in omejeni s svojo pogojenostjo, se vedno odzovete omejeno. Ko postanete tega dejstva zavestni, ali potem pogojenost z raso, religijo in kulturo ne prinese občutek ujetosti?*

*Vzemimo le eno obliko pogojenosti - nacionalnost - resno, popolnoma zavedajoč se vseh posledic nacionalizmov. Poglejte, ali v njem uživata ali ga zavračata. Če ga zavračata, ali hočete odpustiti vse pogojenosti?*

*Če ste zadovoljni s svojo pogojenostjo, očitno ne boste storili nič glede tega. Če pa niste zadovoljni in če ste pogojenosti zavestni in jo pričnete opazovati, boste spoznali, da nikoli niste nič storili brez te pogojenosti. Nikoli! In tako vedno živite v preteklosti z mrtvimi.*

*Svojo pogojenost lahko opazite, ko nastane motnja v trajnem zadovoljstvu ali motnja v izmikanju bolečini. Če so vsi popolnoma srečni okrog vas, vaša žena vas ima rada, vi imate radi njo, imate lepo hišo, pridne otroke in veliko denarja, sploh ne opazite svoje pogojenosti. Ko pa pride do motnje, ko vam žena gleda za drugim, ko izgubite denar ali vam grozi vojna ali bolečina, potem lahko opazite, da ste pogojeni. Kadar se borite proti katerikoli motnji ali se branite pred kakršnokoli notranjo ali zunanjo grožnjo, potem lahko vidite, da ste pogojeni. Ker nas je večina motena večji del časa zunanje ali notranje, nam sama motnja pove, da smo pogojeni.*

*Dokler žival božamo, se odziva prijazno, ko pa se ji postavimo po robu, pride na površje celotno nasilje njene narave.*

*Vznemirja nas življenje, politika, ekonomska situacija, nasilje, brutalnost, zaskrbljenost v svetu in v nas samih in iz tega lahko spoznamo, kako ozko pogojeni smo.*

*Kaj bomo storili? Sprejeli zmedo in živeli v njej, kot večina od nas stori? Se navadili nanjo, kot se navadimo živeti z bolečino v hrbtu? Dvignili roke? Obupali?*

*V vseh nas je nagnenje, da se predamo, da se navadimo, da dolžimo druge za razmere. "Če bi bil svet dober, bi se spremenil", pravimo, ali "Dajte mi priložnost in spremenil se bom" ali "Sesut sem zaradi nepravilnosti sveta".*

*Vedno krivimo za našo zmedo druge ali okolje ali ekonomsko stanje.*

*Če se navadiš na zmedo, pomeni, da je tvoja zavest postala omejena, topa. Prav tako je, če se navadiš na lepoto okrog sebe in je ne opaziš več. Postaneš brezbrizen, trd in neobčutljiv in zavest postaja bolj in bolj omejena.*

*Če se ne moremo navaditi, poskušamo pobegniti, zatečemo se v droge, priključimo se kaki politični skupini, hodimo na nogometne tekme, v templje ali cerkve, zgubimo se v pisanju ali v kakšni zabavi.*

*Zakaj bežimo od resničnih dejstev?*

*Bojimo se na primer smrti in izmislimo si vrsto teorij, upanj in prepričanj, da bi prikrili dejstvo smrti, toda dejstvo je še vedno tu.*

*Da spoznamo dejstvo, se moramo poglobiti vanj, ne pa zbežati stran. Večino nas je strah tako umreti, kot tudi živeti. Bojimo se za svojo družino, bojimo se javnega mnenja, bojimo se izgubiti svojo službo, svojo varnost in na stotine drugih stvari. Preprosto dejstvo je, da nas je strah, ne da nas je strah tega ali onega.*

*Zakaj se torej ne moremo soočiti z dejstvom?*

*Z dejstvom se lahko soočimo le trenutno, v sedanjosti in če si nikoli ne dovolite biti "sedaj", ker vedno zbežite od dejstva, se nikoli ne morete soočiti z njim. In ker smo iznašli celo mrežo različnih načinov bežanja pred dejanskim, smo ujeti v navado bežanja.*

*Če ste resni in občutljivi, zdaj lahko "vidite" svoje pogojenosti, pa tudi nevarnosti, ki jo pogojenje pogojuje, nevarnosti, ki jih sovraštvo in brutalnost prinašata.*

*Zakaj se torej, če vidite nevarnosti svojega pogojenja, ne odzovete? Ker ste leni?*

*Lenoba pride od pomanjkanja energije. Pomanjkanja energije ne boste imeli, če psihološko nevarnost vidite, kot vidite kačo ali brezno ali ogenj. Če bi videli neposredno nevarnost nacionalizma za vašo varnost, ali se ne bi odzvali?*

*Odgovor je: ne vidite !*

*Skozi razumski proces analize lahko izračunate, da nacionalizmi vodijo v samouničenje, toda v tem ni čustvene vsebine. Stvar postane živa le, ko razum dobi energijo čustva, občutenja ali čutenja.*

*Če vidite nevarnost nacionalizma le kot razumski koncept, glede tega ne boste nikoli nič storili. Če vidite nevarnost le kot idejo, nastane razdvojenost med idejo in akcijo in nasprotje vam vzame vso energijo.*

*Odzovete se le takrat, kadar vidite pogojenost in nevarnost, ki izhaja iz te pogojenosti skupaj trenutno, kot vidite prepad ali kačo. Spoznanje je torej spregledanje in istočasna nova akcija.*

*Večina nas hodi skozi življenje nepozorno, ne-zavestno, odzivamo se nerazmišljujoč v skladu z vzorci okolja, v katero smo bili vzgojeni. Naši odzivi ustvarjajo le nadaljno vezanost, omejenost in pogojenost. Toda v trenutku, ko posvetimo popolno pozornost svoji pogojenosti, se popolnoma osvobodimo preteklosti.*

*Odpade sama, naravno, brez vsake muke.*



### 3

*Ko se zaveste svoje pogojenosti, boste spoznali svojo celotno zavest. Zavest je celotno polje, na katerem deluje misel in kjer obstajajo odnosi. Vsi motivi, namere, želje, ugodja, strahovi, pričakovanja, težnje, žalosti in veselja so v tem polju.*

*Toda, mi smo razdelili to zavest na budno in spečo, na nižje in višje nivoje - to je, na vse dnevne misli, občutke in aktivnosti na površju in na podzavest, s katero nismo povezani, ki pa se izrazi skozi določene intuicije, namige in sanje.*

*Okupirani smo z majhnim znanim delčkom zavesti, ki zavzema veliko večino našega življenja. Ostalo, kar imenujemo podzavest, z vsemi njenimi motivi, strahovi, rasnimi in podedovanimi pogojenji, pa se nam zdi nedosegljivo.*

*Zdaj pa vas sprašujem: ali obstaja v človeku sploh kaj takega kot podzavest?*

*To besedo uporabljamo zelo na široko. Sprejeli smo pač, da obstaja in vse fraze, žargon psihiatrov in psihologov so polne tega, toda ali dejansko obstaja podzavest? Zakaj ji dajemo tako pomembnost? Meni se zdi, da je prav tako neumna in plehka kot zavedna zavest; prav tako ozka, pogojena, zmedena in cenena. Ali se je torej mogoče popolnoma zavesti celotnega polja zavesti in ne le delčka?*

*Če se zaveste celote, potem dejstvujete ves čas s svojo popolno pozornostjo, ne le z delno pozornostjo - koncentracijo. To je pomembno razumeti, ker le takrat, ko ste popolnoma zavestni celotnega polja zavesti, ni trenja. Kadar pa razdelite zavest, ki je vse: misli, čustva in akcija, na različne nivoje, nastane trenje.*

*Živimo v delčkih. Nekaj ste v službi, drugo doma. Govorite o demokraciji, a v srcu ste avtokrat. Govorite o ljubezni do bližnjega, do soseda, zraven pa ga ubijate s konkurenco. Del "vas" dejstvuje in vidi drugače od drugega.*

*Ali ste zavestni razcepljenega bitja v vas?*

*Ali lahko možgani, ki so sami razbili na delčke svoje lastno delovanje, razcepili svoje lastno mišljenje, ali lahko takšni možgani postanejo zavestni*

*celotnega polja? Ali lahko vidimo celotno zavest jasno, kar pomeni, da smo celostna človeška bitja?*

*Če greste korak za korakom, odkrivaste plast za plastjo, proučujete vsako misel, občutek in motiv, z namenom poskušati razumeti celotno strukturo "sebe" v vsej nenavadni zapletenosti, se boste ujeli v analitični proces, ki lahko traja tedne, mesece ali leta. Če sprejmete čas v proces samospoznavanja, morate računati na raznovrstna popačenja, ker ste "vi" sestavljeno bitje, ki je gibljivo, živo, ki se bori, ki hoče, zanika in na katerega ves čas delujejo pritiski, stresi in vplivi vseh vrst.*

*Sami boste spoznali, da to ni prava pot. Spoznali boste, da je edini možni način pogledati vase celostno, trenutno, brez časa. Sebe lahko vidite celostno le, če vaša zavest ni razdvojena. Kar potem vidite, je resnica.*

*Ali lahko zdaj to storite?*

*Večina vas ne more, ker se nikoli ni približala problemu tako resno, ker v resnici še nikoli niste pogledali vase. Nikoli! Krivimo druge, se opravičujemo in strah nas je spoznanj.*

*Toda, ko opazujemo z vso pozornostjo, z vsem bitjem, z vsem kar imamo: z očmi, ušesi, z vsemi čutili; ko smo pozorni ob popolni samopozabi, potem ni več prostora za strah, za nasprotja, torej za borbo.*

*Pozornost ni isto kot osredotočenje. Osredotočen je izključitev iz celote. Pozornost, ki je popolna zavestnost, ne izključuje ničesar.*

*Zdi se mi, da večina nas ni zavestna - ne le tega, kar zdaj govorimo, ampak tudi našega okolja, barv, ki nas obdajajo, ljudi, oblik, dreves, oblakov, gibanja vode. Zato, ker se ukvarjamo le s seboj, s svojimi malimi problemi, s svojimi idejami, zadovoljstvi, nagnjenji in ambicijami, nimamo objektivne zaznave, pa vendar veliko govorimo o pozornosti, o zavestnosti.*

*Nekoč sem se v Indiji peljal z avtom. Sedel sem poleg voznika, trije gospodje zadaj pa so me spraševali o zavestnosti. Na nesrečo je ravno tedaj voznik povozil kozo. Gospodje zadaj so se pogovarjali o zavestnosti, ne da bi opazili, da smo peljali čez kozo. Bili so zelo presenečeni, ko sem jim pokazal njihovo ne-pozornost, ne-zavestnost.*

*Z večino nas je prav tako. Nismo zavestni ne zunanjih, ne notranjih stvari.*

*Če hočete dojeti lepoto ptice, njenega leta, peresa ali osebo v vsej zapletenosti, ji morate pokloniti celotno pozornost, ki je zavestnost. Celotno pozornost pa lahko usmerite le, če vam ni vseeno, kar pomeni, da bi resnično radi razumeli. In potem resnično usmerite vso svojo zavest in srce, da bi doumeli.*

*Takšna zavestnost je kot življenje v sobi skupaj s kačo. Opazujete vsak njen gib, zelo ste občutljivi na vsak najmanjši zvok, ki ga povzroči. Takšno stanje pozornosti je popolna energija. V takšni pozornosti se vaša celota pokaže v trenutku.*

*Ko ste pogledali vase tako globoko, greste lahko še veliko globje. Ko rečemo globje, s tem ne mislimo primerjave. Vedno razmišljamo v primerjavah - globok in plitek, srečen in nesrečen. Vedno merimo in primerjamo.*

*Ali obstaja v nas kakšno stanje, ki je globje ali bolj plitko?*

*Če rečem: "Moja zavest je plitka, omejena, ozka" - kako to vem? Ker sem primerjal svojo zavest z vašo, ki je bistrejša, ima večjo sprejemljivost, je bolj razumska in zbujena. Ali vem za svojo majhnost brez primerjave?*

*Ko sem lačen, ne primerjam današnjo lakoto z včerajšnjo. Včerajšnja lakota je le ideja, spomin.*

*Če se ves čas primerjam z vami in se borim, da bi bil kot vi, potem zanikam, kar sem sam, se odpovedujem sebi. Torej si ustvarjam iluzijo.*

*Če sem spoznal, da vsaka primerjava vodi k večji iluziji in večji bedi prav tako kot samoanaliza, postopno dodajanje znanja o sebi ali poistovetenje sebe z nečem izven sebe, pa naj bo to država, odrešenik ali ideologija; ko spoznam, da vsi ti procesi vodijo le v večjo odvisnost, pogojenost in torej večjo razdvojenost; ko vidim vse to, v sebi vse to zavrnem in odpustim od sebe.*

*Moja zavest potem nič več ne išče. Zelo je pomembno, da to razumemo. Moja zavest potem nič več ne išče, tava, sprašuje. To ne pomeni, da je moja zavest zadovoljna s stvarmi kot so, toda takšna zavest nima več iluzij in takšna zavest se premika v popolnoma drugih dimenzijah.*

*Dimenzija, v kateri navadno živimo vsakdanje življenje, ki je bolečina, užitek in strah, je pogojila zavest, omejila naravo mišljenja.*

*Ko pa bolečina, užitek in strah izginejo (kar ne pomeni, da ne poznamo več veselja - veselje je nekaj popolnoma drugega odžitka), potem zavest deluje v drugih dimenzijah, v katerih ni več nasprotij, nobenega občutka odtujenosti.*

*Z besedami gremo lahko le do sem. Kar leži za tem, se ne more prevesti v besede, ker beseda ni dejstvo. Do tu lahko opisujemo, razlagamo, toda nobena beseda ali razlaga ne more odpreti vrat.*

*Vrata odpira dnevna zavestnost in pozornost - zavestnost tega, kako govorimo, kaj rečemo, kako hodimo, kaj mislimo. To je kot pospravljanje*

*sobe in ohranjanje reda. Imeti urejeno sobo je pomembno na nek način, toda popolnoma nepomembno na drug način. V sobi mora biti red, toda red ne more odpreti vrat ali oken.*

*Kar lahko odpre vrata, ni vaša želja ali volja. Nimate možnosti povabiti zunanje.*

*Vse, kar lahko storite je, da vzdržujete red v sobi, kar je virtuoznost samo po sebi, ni pa pomembno, kaj to lahko prinese. Potem, mogoče, če boste imeli srečo, se bo okno odprlo in svež veter bo privel v sobo. Ali pa tudi ne, odvisno od vaše zavesti in stanje vaše zavesti lahko spoznate le vi sami tako, da jo opazujete in je nikoli ne poskušate oblikovati, nikoli ne zavzamete stališča, nikoli ne nasprotujete, se nikoli ne strinjate, je nikoli ne vodite ali obdolžujete - kar pomeni "opazovati brez izbire".*

*In ta zavestnost, kjer ni več izbire in ne sodbe, bo mogoče odprla vrata in spoznali boste, da obstaja dimenzija, kjer ni več ne nasprotij in ne časa.*

## 4

*V prejšnjem poglavju smo rekli, da je veselje nekaj popolnoma drugega kot zadovoljstvo, užitek. Ugotovimo torej, kaj je vpleteno v užitek.*

*Ali je mogoče živeti v svetu, ki ne vsebuje užitka, temveč velikanski občutek veselja, srečo?*

*Vsi smo vpleteni v sledenje užitkov take ali drugačne vrste - razumskih, čutnih ali kulturnih; v užitke ukazovanja, spreminjanja družbe, v užitke samaritanstva, v užitke večjega znanja, fizičnega zadovoljstva, večjih izkušenj, boljšega razumevanja življenja, v užitke vseh bistrih, prekanjenih pasti razuma in v zadnje zadovoljstvo, seveda, imeti Boga.*

*Užitek oblikuje našo družbo. Od otroštva do smrti zvito, skrivoma ali očitno sledimo užitek. Ne glede na obliko užitka, moramo torej užitek videti zelo jasno, saj vodi in oblikuje naše življenje.*

*Zato je pomembno, da vsak od nas prouči od blizu, pozorno to vprašanje užitka, kajti najti užitek in ga potem gojiti in vzdrževati, je osnovna zahteva našega življenja in brez užitka življenje postane dolgočasno, neumno, osamljeno in brezpomensko.*

*Vprašate lahko: zakaj naj potem življenja ne bi vodil užitek?*

*Zaradi preprostega razloga, ker užitek prinaša bolečino, frustracije, žalost in strah in strah pogojuje nasilje.*

*Če hočete živeti tako, živite tako. Večina sveta živi tako. Če pa hočete živeti svobodno življenje, brez strahu in žalosti, morate spoznati celotno zgradbo užitka.*

*Razumeti užitek ni zanikanje užitka. Ne obojamo ga, ne rečemo, da je dober ali slab, če pa mu že sledimo, mu sledimo z odprtimi očmi, vedoč, da zavest, ki sledi užitek, neizbežno najde svojo senco - bolečino. Užitka in bolečine ne moremo razdvojiti, čeprav sledimo užitek in se trudimo izogniti bolečini.*

*Zakaj zavest vedno zahteva užitek? Zakaj počnemo dobre in podle stvari za podaljševanje užitka? Zakaj žrtvujemo in trpimo na tanki nitki užitka? Kaj je užitek in kako nastane?*

*Sprašujem se, ali ste se že sploh kaj vprašali o tem in sledili odgovorom do konca?*

*Užitek nastane skozi štiri stopnje: zaznavo, občutek, dotik in željo. Vidim, na primer, lep avto. V meni se zbudi občutek, ki je odziv na zaznavo, potem se ga dotaknem ali si dotik predstavljam in pojavi se želja, da bi ga imel, da bi se v njem pokazal.*

*Ali ne vidim lep oblak, mogočne hribe, prvi pomladanski list, čudovit zahod ali obraz - ali ne vidim teh stvari živo, brez samo-zavedanja in torej nič več "lepo"?*

*Te stvari opazujem z intenzivnim veseljem, radostjo in ko jih opazujem, ni več opazovalca, temveč čista lepota. Za trenutek sem brez vseh problemov, zaskrbljenosti in bede. Obstaja le ta čudovitost.*

*Opazujem jo lahko z veseljem in jo v naslednjem hipu pozabim, drugače takoj vskoči razum in problem se začne. Razum razmisli, kaj je videl in si misli, kako čudovito je bilo. Povem si, da bi to rad še velikokrat videl. Misli pričnejo primerjati, soditi - in zaključek? "Že jutri moram to ponoviti, imeti!"*

*Misli torej izkušnji, ki nam je prinesla veselje za trenutek, dajejo trajnost. Misli izkušnjo spremenijo v željo po ponovitvi, v užitek. Enako je s spolnimi željami ali z vsako drugo željo.*

*Z željami ni nič narobe. Odzvati se je popolnoma normalno. Če zabodete vame iglo, se bom odzval, če nisem paraliziran. Toda, če potem vstopi misel in prežveči veselje, se veselje spremeni v užitek.*

*Misli hočejo ponoviti izkušnjo in bolj ko jo ponavljaš, bolj mehanska postaja. Bolj ko misliš na izkušnjo, večjo moč dajejo misli užitku.*

*Misli ustvarjajo in vzdržujejo užitek skozi željo in mu dajejo trajnost. Misli torej popačijo naravno akcijo želje po čemerkoli lepem. Misli torej tvorijo spomin in spomin se potem vzdržuje z razmišljanjem o spominu-želji v nedogled.*

*Seveda mora spomin obstajati na določeni stopnji. V vsakdanjem življenju ne bi mogli delovati brez njega. Na svojem polju mora biti učinkovit, toda obstaja stanje zavesti, kjer ima zelo malo prostora.*

*Zavest, ki ni pohabljen s preteklostjo, ima pravo svobodo.*

*Ali ste opazili, da ostane zelo malo spominov, kadar se na nekaj odzovete celostno z vsem srcem?*

*Le kadar ne odgovorite na izziv s celim svojim bitjem, nastane razdvojenost, borba in to prinaša zmedo, užitek in bolečino. Borba sama zopet plodi spomin. Ta spomin se dodaja ves čas k drugim spominom in ti spomini se odzivajo.*

*Vse, kar je rezultat spomina je staro in torej nikoli svobodno. Ne obstaja ničesar takšnega, kot je svoboda misli. To je popolna neumnost.*

*Misel ni nikoli nova, ker je misel odziv spomina, izkušenj, znanja. Misel, ker je stara, naredi stvari, ki ste jih gledali z veseljem in se za trenutek čudovito počutili, stare. Užitek prihaja iz preteklosti, ne iz "zdaj", iz novega. V novem čas ne obstaja.*

*Če torej lahko opazujete stvari in ne dovolite užitku, da se vtihotapi - opazujete obraz, ptico, barvo sarija, odsev sonca v vodi, karkoli vas razveseljuje - če lahko opazujete brez želje po ponovitvi izkušnje, potem ne bo bolečine, ne strahu, temveč veliko veselje.*

*Borba za ponovitev užitka, za trajajoči užitek prinese bolečino. Poglejte pri sebi. Sama zahteva po ponovitvi užitka prinaša bolečino, ker užitek ni isti kot včeraj. Trudite se doseči isto veselje, ne le v estetskem smislu, ampak isti občutek, isto notranjo kvaliteto zavesti in prizadeti, razočarani ste, ker vam ne uspe.*

*Ali ste kdaj opazili, kaj se vam zgodi, če ne dobite svojega malega zadovoljstva? Kadar ne dobite tistega, kar hočete, postanete zaskrbljeni, zavistni, polni sovraštva.*

*Ko ste se odrekli užitku pitja, kajenja ali spolnosti ali česarkoli drugega, ali ste opazili skozi kakšne bitke ste šli? Vse to je oblika strahu, ali ne ?*

*Bojite se, da ne bi dobili, kar hočete ali da bi izgubili, kar imate. Če se kakšna posebna vera ali ideologija, katere pripadnik ste bili, zamaje ali jo odnese vaša logika ali življenje, ali se ne bojite ostati sami? To prepričanje vas je leta zadovoljevalo in vam nudilo užitek varnosti in ko se sesuje, ostanete zapuščeni, prazni. Strahovi ostanejo, dokler ne najdete druge oblike zadovoljstva, drugo prepričanje.*

*Meni se zdi to tako preprosto in zaradi preprostosti nočemo videti te preprostosti. Radi kompliciramo.*

*Če vam pobegne žena, ali niste ljubosumni? Ali niste jezni? Ali ne sovražite moža, ki ji je bolj všeč? Ali ni to le strah izgubiti nekaj, kar vam je dajalo*

*velik užitek, občutek družabništva, določen občutek varnosti, zadovoljstvo posedovanja?*

*Če torej razumete, da povsod, kjer iščemo užitke, najdemo tudi bolečino, živite tako, če želite. Toda ne pogreznite se.*

*Če pa hočete končati užitek, kar pomeni končati bolečino, morate biti popolnoma pozorni na celotno strukturo užitka, pomen užitka in pomembnost užitka. Ne smete se oddvojiti od užitka, tako kot se menihi, katerim je greh pogledati žensko, kar jim uničuje življenskost njihovega razumevanja sveta. Potem boste imeli veliko veselja v življenju.*

*O veselju ne moremo premišljevati. Veselje je trenutna stvar in razmišljanje o njem ga spremeni v užitek. Živeti v sedanjosti pomeni trenutno občutenje lepote in veselja, ne da bi v tej lepoti iskali užitek.*



*Preden nadaljujemo, bi vas rad vprašal, kaj je vaše osnovno, trajno zanimanje v življenju?*

*Če pustimo vse običajne odgovore ob strani in se spoprimemo z vprašanjem neposredno in odkrito, kaj bi odgovorili? Ali veste? Ali niste vaše osnovno zanimanje vi sami?*

*Večina bi to rekla, če bi odgovarjali odkrito. Zanima me "moj" napredek, "moja" služba, "moja" družina, "moj" kotiček v katerem živim, "večji" privilegij, "večja" moč, "večja" nadvlada nad drugimi. Logično bi bilo, ali ne, da priznamo, da smo naše osnovno zanimanje mi sami.*

*Nekateri med nami bi rekli, da to ni prav. Toda, kaj je s tem narobe, razen da to zelo redko odkrito priznamo?*

*Če že priznamo, nas je sram. Vendar, tako delujemo. Slehernik se najprej zanima zase, vendar zaradi raznih ideoloških ali tradicionalnih razlogov misli, da to ni prav. Toda, kar misli, je brez pomena.*

*Zakaj si predstavlja dejstvo svojega bivanja napačno?*

*Napačna je le ideja, koncept. Dejstvo je, da se vsak prvenstveno in vedno zanima zase.*

*Lahko rečete, da je večje zadovoljstvo pomagati drugemu, kot razmišljati o sebi. Kakšna je razlika? Še vedno je to samozanimanje. Če vam je v večje zadovoljstvo pomagati drugim, vas zanima to, kar vam daje večje zadovoljstvo. Zakaj bi vpletali v to ideološki koncept? Zakaj dvojno mišljenje?*

*Zakaj ne rečete: "Kar v resnici hočem, je zadovoljstvo tako v spolnosti, kot v pomoči drugim, v tem, da postanem svetnik, znanstvenik ali politik!" Dejanja so ista, ali ne?*

*Užitkov vseh vrst, skritih in odkritih, to je tisto, kar hočemo. Ko rečemo, da hočemo svobodo, jo hočem, ker mislimo, da bi bila lahko čudovito zadovoljstvo. Zadnje zadovoljstvo je, seveda, čudna ideja o samoizpolnitvi.*

*Kar v resnici iščemo je zadovoljstvo, v katerem ni več nobenega nezadovoljstva.*

*Večina uživa v zadovoljstvu imeti položaj v družbi, ker jih je strah biti nihče. Družbaje urejena tako, da je državljan s položajem spoštovan, človeka brez položaja pa brcajo naokrog. Vsakdo na svetu bi zato rad dobil položaj v družbi, družini ali pa bi rad sedel ob božjih nogah. Ta položaj morajo drugi seveda opaziti, drugače sploh ni položaj. Vedno moramo sedeti na odru.*

*Notranje smo lahko vrtinec bede in objestnosti, toda biti zunanje prepoznan kot velika figura, je zelo prijetno.*

*To hlepenje po položaju, po moči, po družbenem priznanju, je želja po nadvladi in želja po nadvladi je oblika nasilja. Svetnik, ki išče položaj v skladu s svojo svetostjo, je prav tako nasilen, kot piščanec, ki se bori za svoje zrno.*

*In kaj je vzrok nasilja?*

*Strah!*

*Strah je eden največjih problemov v življenju. Zavest, ki je ujeta v strah, živi v zmedu, v razdvojenosti, torej mora biti nasilna, izkrivljena. Ne upa si odmakniti od svojih vzorcev mišljenja in to rojeva hinavščino.*

*Dokler nismo prosti strahu, četudi splezamo na najvišjo goro, četudi si izmislimo vseh vrst bogov, bomo vedno ostali v temi. Živeči v takšni pokvarjeni, neumni družbi, s konkurenčno vzgojo, v katero smo postavljeni, v družbi, ki sama budi strahove, smo vsi obremenjeni s strahovi vseh vrst in strah je grozljiv dejavnik, ki izkrivlja in poneumlja naše dneve.*

*Poznamo fizični strah, toda to je odziv, ki ga imajo tudi živali. Mi pa se pogovarjamo o psihološkem strahu. Ko bomo razumeli globoko zakoreninjen psihološki strah, bomo lahko srečali fizični strah, ki je živalski strah.*

*Vse nas nekaj skrbi. Strah ne nastane sam od sebe, vedno je na nekaj vezan, vedno je v odnosu do nečesa.*

*Ali poznate svoje lastne strahove?*

*Strah pred izgubo službe, strah pred pomanjkanjem hrane, denarja, pred tem, kaj bodo rekli sosede, strah pred neuspehom, strah pred biti smešen, strah pred bolečino in boleznijo, pred nadvlado, strah pred nikoli izvedeti, kaj je to ljubezen, strah pred izgubo žene in otrok, strah pred smrtjo, strah pred življenjem v svetu, ki je kot smrt, strah pred izgubo vere - toliko različnih strahov.*

*Ali poznate vse svoje osebne strahove? Kaj navadno storite z njimi? Zbežite proč od njih, ali ne?*

*Izmislite si ideje in krinke, da se pokrijete z njimi, toda če zbežite od strahu, se ta le poveča.*

*Eden glavnih vzrokov strahu je, da se nočemo soočiti s samim seboj, s takšnimi, kakršni dejansko smo. Torej moramo poleg golega dejstva strahu proučiti tudi vse načine pobegov, ki smo jih razvili, da bi imeli mir pred strahovi.*

*Če razum poskusi premagati strah, ga omejiti, disciplinirati, nadzorovati ali skriti za nečem drugim, nastane trenje, razdvojenost, nasprotnost in ta nasprotnost je izguba energije.*

*Vprašanja, ki si jih moramo zastaviti so torej: kaj je strah in kako nastane? Kaj si predstavljamo pod besedo strah?*

*Sprašujem se: kaj je strah? in ne: česa me je strah?*

*Živim določen način življenja. Mislim po določenih vzorcih. Imam določena prepričanja in dogme in nočem zmotiti teh vzorcev svojega obstoja, ker imam v njih svoje korenine. Nočem nobene motnje, ker motnja povzroča stanje zmede, nesigurnosti, ne-varnosti, tega pa ne maram. Če izbrišem nekaj, kar "vem" ali verjamem, hočem biti razumsko siguren o stanju stvari, h kateri težim. Možganske celice so torej ustvarile vzorce in te možganske celice zavračajo sprejeti druge vzorce, ki bi lahko bili nesigurni.*

*Premik iz varnosti v nesigurnost povzroči rojstvo strahu.*

*Ta trenutek sedim tu in ni me strah. Ni me strah v tem trenutku, kajti nič se mi ne dogaja, nihče me ne ogroža, nihče mi nič ne jemlje.*

*Toda za tem trenutkom je globlja plast zavesti, ki zavedno ali nezavedno razmišlja, kaj bi se lahko zgodilo v prihodnosti ali jo skrbi, kaj iz preteklosti bi mi lahko škodovalo. Torej me je strah tako preteklosti, kot tudi prihodnosti.*

*Razdelil sem torej čas na preteklost in prihodnost. Misel vstopi in reče: "Pazi, da se to ne ponovi!" ali "Bodi pripravljen na prihodnost. Prihodnost je lahko nevarna. Zdaj nekaj imaš in to lahko izgubiš. Jutri lahko umreš. Lahko ti zbeži žena, lahko izgubiš službo. Mogoče nikoli ne boš slaven. Mogoče boš osamljen. O jutri moraš biti popolnoma siguren!"*

*Zdaj pa vzemite svojo osebno obliko strahu. Poglejte ga! Opazujte svoj odziv. Ali ga lahko opazujete brez vsakega premika k begu, opravičevanju, obsodbi ali zatiranju? Ali lahko pogledate v strah brez besed, ki povzročajo strah? Ali lahko pogledate smrt za trenutek brez besed, ki povzročijo strah pred smrtjo?*

*Že sama beseda "smrt" prinese trepet, kot ima beseda "ljubezen" svoje lastno trepetanje, svojo lastno predstavo. Ali ta predstava o smrti, ki jo imate v svoji zavesti - spomin na toliko smrti, ki zanje veste in poistovetenje sebe s temi primeri - ali ta predstava ustvarja strah? Ali vas je v resnici strah priti do konca življenja ali vas je strah predstave, ki ustvarja konec? Ali vam strah vzbuja beseda ali stvaren konec?*

*Če je beseda ali spomin vzrok strahu, potem strahu sploh ni.*

*Pred dvema letoma ste bili bolni. Spomin na bolečino, na bolezen ostane in spomin deluje in pravi: "Pazi, da ne boš spet zbolel!" Spomin torej s svojimi asociacijami ustvarja strah, vendar v resnici to ni strah, saj ste v tem trenutku popolnoma zdravi. Misel je vedno stara, ker je odziv na spomin in spomini so vedno stari. Misli ustvarjajo občutek, da vas je strah, kar v resnici ni res. Dejstvo je namreč, da ste zdravi.*

*Toda izkušnja, ki je ostala v zavesti kot spomin, pogoji misel: "Pazi, da ne boš zbolel!"*

*Vidimo torej, da misli pogojujejo eno vrsto strahu, toda ali obstaja sploh še kakšna druga vrsta? Ali je strah vedno rezultat misli in če je, ali torej sploh ne obstaja druga vrsta strahu?*

*Bojimo se smrti, kar pomeni nečesa, kar se bo zgodilo jutri, pojutrišnjem, v prihodnosti. Obstaja časovna razdalja med trenutnim in tistim, kar "bo". Misli so izkusile to stanje z opazovanjem drugih smrti in pravijo: "Umrli bom!"*

*Misli ustvarjajo strah pred smrtjo in če ga ne, ali potem strah obstaja? Ali je strah torej le rezultat misli?*

*Če je strah misel, ki je vedno stara, je tudi strah vedno star. Kot smo rekli, ni novih misli. Kadar nekaj prepoznamo, je to že staro. Česar nas je torej strah, je ponavljanje starega. Misel nečesa, kar je bilo, projeciramo v prihodnost. Torej je misel odgovorna za strah.*

*Da je tako, lahko vidite sami. Če ste soočeni z nečim trenutno, ni strahu. Šele ko vstopijo misli, nastane strah.*

*Sledeče vprašanje, ki se pojavlja je torej: ali lahko zavest živi popolnoma v sedanosti?*

*Le zavest, ki je prosta strahu!*

*Da to spoznate, morate razumeti strukturo misli, spomina in časa. Z vpogledom v te dejavnike, ne razumsko z besedami, ampak trenutno s srcem - zavestno s celim svojim bitjem, se boste osvobodili strahu. Potem lahko zavestnost uporablja misli brez ustvarjanja strahu.*

*Misli kot spomin so seveda potrebne v vsakdanjem življenju. So edini pripomoček komunikacije, dela, življenjskega vsakdana. Misli so odgovor na spomin, spomin, ki se je nabral skozi izkušnje, znanje, tradicijo, čas. Iz tega skladišča spomina se odzivamo in ta odziv je razmišljanje. Misli so torej življenjskega pomena na določeni ravni, toda ko se misli projicirajo psihološko kot bodočnost ali preteklost, ustvarjajo strah in užitek, ter delajo zavest počasno, zato je pasivnost neizbežna.*

*Zato se vprašam: Zakaj razmišljam o preteklosti in prihodnosti skozi užitek in bolečino, čeprav takšne misli ustvarjajo strah? Ali ni možno misli psihološko zaustaviti, ker drugače strah ne bo nikoli izginil?*

*Ena od funkcij misli je, biti ves čas zaposlen z nečim. Večina nas hoče imeti zavest ves čas zaposleno, da smo zaščiteni pred videnjem sebe, kakršni smo. Bojimo se samote. Bojimo se videti svoje strahove. Svojih strahov se zavedate razumsko, toda, ali ste zavestni svojih strahov v globljih plasteh svoje zavesti? Kako boste izvedeli za svoje strahove, ki so skriti?*

*Ali se strah lahko deli na zaveden in nezaveden?*

*To je zelo pomembno vprašanje. Specialisti - psihologi in psihiatri - so razdelili strah v globoke in površinske plasti, toda če sledite temu, kar pravijo oni ali kar pravim jaz, potem razumete naše teorije, naše znanje, naše dogme, ne razumete pa sebe. Ne morete razumeti sebe po Freudovi, Jungovi teoriji ali po moji. Teorije drugih ljudi nimajo nobene teže.*

*Sebi! morate zastaviti vprašanje, ali se strah deli na zavestni in podzavestni? Ali se le strah kot dejstvo pojavlja v različnih oblikah?*

*Obstaja želja, želja kot dejstvo. Vaše dejstvovanje je dejstvovanje želje. Objekti želje se menjajo, toda dejstvo želje je vedno isto. Ali ni prav tako s strahom?*

*Bojite se vseh mogočih stvari, vendar obstaja le en strah, strah kot dejstvo. Ko pa spoznate, da strahu ni možno deliti, boste videli, da ste odpravili celoten problem podzavesti, s katerim nas goljufajo psihologi in psihiatri. Ko spoznate, da je strah le premik, ki se izrazi na različne načine in ko vidite premik in ne objekt, na katerega se premik nanaša, potem se soočite z nujnim vprašanjem: Kako videti strah brez delitve, ki jo je vzgojil razum?*

*Obstaja le celostno dejstvo strahu. Kako naj torej razum, ki razmišlja po delčkih, opazi celostno sliko? Ali lahko?*

*Živimo razdrobljeno življenje in celostno dejstvo strahu lahko vidimo le skozi razdrobljen proces misli. Proces mišljenja razdrobi vse v fragmente: Rad te imam in te sovražim, si moj prijatelj in moj sovražnik, moja služba,*

*žena, moji otroci, moja domovina in tvoja domovina, moj bog in tvoj bog - vse to je drobljenje misli. Te razdrobljene misli poskušajo videti ali pogledajo celostnost strahu in ga takoj razbijejo na delčke.*

*Lahko torej opazimo, da zavest lahko opazuje-vidi popoln strah le, kadar ni premika misli. Ali lahko opazujete strah brez zaključkov, brez vmešavanja znanja, ki ste ga o njem zbrali?*

*Če ne morete, potem je to, kar vidite, preteklost in ne strah; če pa lahko, potem opazujete strah prvič brez vmešavanja preteklosti. Opazujete lahko le, ko je vaša zavest zelo tiha, kot lahko nekoga slišite le, kadar vaš razum ne klepeta sam s seboj, kadar ne nadaljuje dialog sam s seboj o vaših problemih in strahovih.*

*Ali lahko na isti način opazujete svoj strah? Brez poskusa, da bi ga razrešili? Ne da bi vnesli njegovo nasprotje, pogum? Ali ga lahko dejansko opazujete in ne pobegnete pred njim?*

*Če rečete: "Moram ga nadzorovati, moram se ga znebiti, moram ga razumeti!", poskušate pobegniti pred njim.*

*Oblak, drevo ali gibanje reke lahko opazujete s popolnoma tiho zavestjo, ker vam to ni zelo pomembno, toda opazovati sebe je veliko težje, ker so zahteve veliko bolj praktične in odzivi tako hitri. Ko ste v neposrednem dotiku s strahom, obupom, osamljenostjo, ljubosumnostjo ali kakšnim drugim grdim stanjem zavesti, ali jih lahko opazujete celostno, tako da je vaša zavest dovolj tiha, da opazuje in vidi? Ali zavest lahko dojame strah in ne le oblike strahu? Ali lahko dojame celostno dejstvo strahu in ne le vzroke strahu?*

*Če opazuješ le drobce strahu ali skušaš strahove odpraviti postopoma, enega za drugim, nikoli ne boš prišel do bistva, ki je: živeti s strahom.*

*Živeti z živo stvarjo, kot je strah, zahteva nenavadno občutljivo zavest in srce, kjer ni zaključkov in zato lahko spremlja vsak premik strahu. Če ga opazuješ in z njim živiš - in potrebuješ le en sam trenutek za spoznanje celotne narave strahu - če ga vidiš v celoti in živiš z njim, se neizogibno vprašaš: "Kdo je bitje, kdo je enota, ki živi s strahom? Kdo je tisti, ki opazuje strah, opazuje vse premike različnih oblik strahu in se zaveda osnovnega dejstva strahu? Ali je opazovalec mrtvo bitje, statično bitje, ki je zbralo veliko informacij, veliko znanja o sebi? Ali mrtva stvar opazuje strah in živi s strahom? Ali je opazovalec preteklost ali živeče bitje?"*

*Kakšen je vaš odgovor? Ne odgovorite meni, odgovorite sebi. Ali ste vi, opazovalec, mrtva enota, ki opazuje živ dejavnik, ali ste živo bitje, ki opazuje živo dejavnik?*

*Kajti, v opazovalcu obstajata dve stanji. Opazovalec je cenzor, ki noče strahu. Opazovalec je celota vseh izkušenj, je znanje o strahu. Torej je opazovalec oddvojen od tega dejavnika, ki ga imenujemo strah. Med njima obstaja prostor. Opazovalec vedno hoče premagati strah ali zbežati pred njim in zaradi te večne borbe med njim in strahom izgublja ogromno energije.*

*Ko spoznate, da je opazovalec le klopčič idej in spominov brez vsake vrednosti, neresničen, strah pa je resničnost in da hočete razumeti resničnost z abstrakcijo, vidite, da je to nemogoče. V resnici opazovalec reče: "Mene je strah!" Ali je torej opazovalec nekaj drugega od opazovanega strahu?*

*Opazovalec !je! strah in ko to spoznate, ni več izgube energije v naporu pobegniti pred njim. Izgine časovno-prostorski interval med opazovalcem in opazovanim.*

*Ko vidite, da ste del strahu, da niste oddvojeni od njega, da "ste strah", potem ne morete nič več storiti, ker strahu ni več.*

*Strah, užitek, žalost, nasilje in misli so med seboj povezani. Večina nas uživa v nasilju, v tem, da nekoga ne maramo, da sovražimo določeno raso ali skupino ljudi, da imamo negativna čustva do drugih. Toda v stanju zavesti, kjer se konča vse nasilje, je veselje popolnoma drugačno od užitka nasilja z njegovimi nasprotji, sovraštvom in strahovi.*

*Ali se lahko poglobimo do korenin nasilja in se ga osvobodimo?*

*Če ne moremo, bomo večno bili bitke med seboj.*

*Če želite tako živeti - in očitno večina ljudi želi - izvolite, živite tako. Če rečete: "Žal mi je, nasilje se ne more nikoli končati!", potem ste se že blokirali in nima se več smisla o tem pogovarjati. Če pa mislite, da je mogoč drugačen način življenja, potem se lahko pogovarjamo naprej.*

*Razmislimo skupaj, ali je možno popolnoma prenehati z vsakim nasiljem v nas samih in še vedno živeti v tem grozljivem svetu?*

*Jaz mislim, da lahko. Nočem imeti v sebi dih sovraštva, ljubosmunosti, zmedenosti in strahu. Hočem živeti v miru. To ne pomeni, da želim umreti. Hočem živeti na tej čudoviti zemlji, tako polni, bogati in lepi. Hočem opazovati drevesa, cvetlice, reke, žene, otroke in istočasno živeti v popolnem miru s seboj in s svetom.*

*Kaj lahko storim?*

*Če spregledamo nasilje, ne le zunaj nas, v družbi - vojne, upori, nacionalna nasprotja, razredna nasprotja -, temveč tudi v nas samih, potem gremo mogoče lahko preko in onkraj njega.*

*Imamo zelo zapleten, večplasten problem. Stoletja in stoletja je človek nasilen. Religije so poskušale pokoriti svet, a nobena ni uspela. Če se torej poglobimo v problem, moramo biti zelo resni, ker bomo prišli na popolnoma novo področje, če pa se bomo le razumsko igrali s problemom, ne bomo prišli daleč.*

*Problem lahko vzamete zelo resno, toda kaj lahko vi naredite, če večina sveta tega noče videti?*



*Meni je vseeno, ali drugi to jemljejo resno ali ne. Jaz jemljem to zelo resno in to je dovolj. Sam, kot človeško bitje, močno čutim vprašanje nasilja in videti hočem svoje lastno nasilje, vendar nikomur ne morem reči: "Ne bodi nasilen!" To nima nobenega smisla, dokler tega nočete sami.*

*Če torej sami resnično želite spoznati problem nasilja, lahko skupaj pričnemo raziskovalno potovanje.*

*Ali je problem nasilja tam zunaj ali tukaj v vas? Ali hočete rešiti problem v zunanjem svetu ali vas zanima nasilje samo, kakršno je v vas samih?*

*"Kako bom živel v svetu polnem nasilja, tekmovalnosti, pohlepa, brutalnosti? Ali me bo uničil?" postane navidez neizbežno vprašanje. Če si postavite to vprašanje, se mi zdi, da v resnici nočete živeti v miru. Lahko vas zaprejo, če nočete v vojsko ali ustrelijo, če se nočete boriti - boste pač ustreljeni. Zelo pomembno je to razumeti.*

*Ne poskušam spoznati nasilje kot idejo, temveč kot dejavnik, ki obstaja v človeku in človek sem jaz. Da bi se poglobil v problem, moram biti v celoti ranljiv, odprt do njega. Moram se izpostaviti sebi - ni nujno izpostaviti se vam, ker vas to mogoče ne zanima - toda moram biti v stanju zavesti, ki hoče spoznati dejstvo do konca in na nobeni točki reči, da ne gre naprej.*

*Mora mi biti jasno, da sem nasilno bitje. Izkusil sem nasilje skozi jezo, skozi spolne zahteve, skozi sovraštvo, ki ustvarja neprijateljstvo, nasilje, ljubosumje. Izkusil sem ga, poznam ga in rečem si: "Hočem razumeti celoten problem, ne le en delček, ki se na primer izraža v vojni. Hočem razumeti celotno nasilje človeka, ki obstaja tudi v živali, celotno nasilje, katerega del sem tudi sam!"*

*Nasilje ni le v ubijanju. Nasilje je tudi, kadar uporabimo ostro besedo ali gesto, ki naj bi izbrisala drugega, nasilje je tudi, kadar ubogamo zaradi strahu. Nasilje torej ni le organizirano mesarjenje v imenu boga, v imenu družbe ali države. Nasilje je veliko bolj prefinjeno, globlje in mi se sprašujemo o vseh nivojih, o celotnem nasilju.*

*Če se imenujete Indijec ali musliman, kristjan ali Evropejec ali kakorkoli drugače, ste nasilni. Ali veste, zakaj je to nasilno?*

*Ker se oddvojite od drugih človeških bitij. Če se izdvojite zaradi prepričanja, nacionalnosti, tradicije, pogojujete nasilje.*

*Človek, ki hoče razumeti nasilje, torej ne priprada nobeni državi, nobeni religiji, nobeni partiji ali delnemu sistemu. Zanima ga popolno razumevanje človeštva.*

*Obstajata dve šoli mišljenja o nasilju. Prva pravi: "Nasilje se dedno prenaša!" in druga pravi: "Nasilje je rezultat socialne in kulturne dediščine!" Nas ne zanima, kateri šoli pripadamo. To sploh ni pomembno. Pomembno je dejstvo, da smo nasilni, ne vzrok - opravičilo, zakaj smo nasilni.*

*Eden najbolj navadnih izrazov nasilja je jeza. Če napadejo "mojo" sestro ali ženo, pravim, da sem pravično jezen. Če je napadena "moja" domovina, ideja, "moji" principi, "moj" način življenja, pravim, da sem pravično jezen. Jezen sem tudi, kadar so v nevarnosti "moje" navade ali "moja" neumna, omejena mnenja. Če mi zvežeš noge ali me užališ, se razjezim. Če pobegneš z "mojo" ženo, postanem ljubosumen in ta ljubosumnost se imenuje pravična, ker je ona "moja last". Vsa ta jeza je "moralno" opravičljiva. Ubiti za "svojo" domovino je opravičljivo.*

*Kadar govorimo o jezi, ki je del nasilja, ali vidimo jezo v terminih pravičnosti in nepravičnosti, pravične ali nepravične jeze, glede na "naše" lastne vzgibe in okoliščine ali vidimo le golo dejstvo jeze? Ali je jeza lahko pravična? Ali obstaja le jeza kot dejstvo, ki ima svoj lastni vzorec dejstvovanja?*

*Ni dobrega in ne slabega vpliva, toda če na nas vpliva nekaj, kar nam ne odgovarja, bomo to imenovali slab vpliv.*

*V trenutku, ko ščitite "svoje": svojo družino, svojo domovino, pobarvano cunjo, imenovano zastava, prepričanje, idejo, dogmo, stvar, ki jo hočete ali imate, vsaka taka zaščita kaže jezo. Ali lahko torej vidite dejstvo jeze brez vsake razlage ali opravičevanja, brez da rečete: "Moram zaščititi "moje" dobro!" ali "Imel sem prav, da sem bil jezen!" ali "Kako sem bil neumen, da sem se razjezil!"? Ali lahko opazujete dejstvo jeze, kot da je nekaj popolnoma zase, opazujete popolnoma objektivno brez obsojanja ali obrambe?*

*Ali lahko vidim tebe, če sem ti nasproten ali če mislim, da si čudovita oseba? Lahko te vidim le, če te opazujem s pozornostjo, v katero ni vključeno nič od tega.*

*Ali lahko opazujem dejstvo jeze na isti način, kar pomeni, da sem ranljiv za problem, vendar se mu ne upiram in se poglobim v ta nenavaden fenomen brez vsakega odziva nanj?*

*Zelo težko je videti dejstvo jeze nečustveno, ker je del "mene", ampak to hočem storiti.*

*Tukaj sem, nasilno človeško bitje, pa naj bom črn, rjav, bel ali vijoličast. Ne zanima me, ali sem nasilje nasledil ali mi ga je privzgojila družba. Zanima*

*me le, ali se "ga" lahko osvobodim. Biti prost nasilja mi pomeni vse. Pomembnejše mi je od spolnosti, hrane, položaja, ker me te stvari delajo podkupljivega. Nasilje me uničuje in uničuje svet okoli mene in hočem ga razumeti, hočem onkraj in izven "njega". Čutim se odgovornega za vso jezo in nasilje na svetu. Čutim se odgovornega - in to niso samo besede - in si rečem: "Nekaj lahko storim le, če sem sam onkraj nasilja, izven nacionalnosti, izven vere itd." in to občutenje, ta nuja po spoznanju nasilja v sebi mi prinese veliko življenjske sile in zanimanje, da bi to odkril.*

*Toda, če hočem iti onkraj nasilja, pomeni, da ga ne smem zatirati, ne smem ga zanižati, ne morem reči: "Je del mene. Tako pač je!" ali "Nočem ga!" Moram se poglobiti vanj, ga proučiti, moram postati zelo intimen z njim in tega ne morem, če ga obsojam ali opravičujem.*

*Vi ga opravičujete in obsojate, zato vam pravim: v tem trenutku ga nehajte obsojati in opravičevati, če ga hočete razumeti.*

*Če hočete ustaviti nasilje, če hočete ustaviti vojne, koliko življenjske energije, koliko "sebe" ste pripravljeni vložiti v to? Koliko vam je pomembno, da pobijajo vaše otroke, da gredo vaši sinovi v vojsko, kjer jih zafrkavajo in mesarijo? Ali vam je vseeno? Če vas to ne zanima, kaj vas potem zanima? Da čuvate svoj denar? Da se imate "dobro"? Ali ne vidite, da nasilje v vas uničuje vaše otroke? Ali to vidite samo kot abstrakcijo?*

*Če vas res zanima, bodite pozorni s celotno zavestjo in s srcem. Ne naslonite se nazaj in ne recite: "Povej nam vse o tem!" Opozarjam vas, da ne morete videti dejstva jeze ali nasilja z očmi, ki obsojajo ali opravičujejo in če nasilje za vas ni goreč problem, se ga nikoli ne boste rešili.*

*Torej se morate najprej naučiti, kako videti dejstvo jeze, vašega moža, vaše otroke. Naučiti se morate slišati politike, spoznati morate, zakaj niste objektivni, zakaj obsojate in opravičujete. Spoznati morate, da obsojate in opravičujete, ker je to del socialne strukture, v kateri živite; del vaše pogojenosti kot Nemec, Indijec, Afričan, Američan ali karkoli so vam pač povedali da "ste", z vso neumnostjo mišljenja, ki ga to pogojenje prinaša.*

*Da spoznate, da odkrijete nekaj osnovnega, morate imeti sposobnost, da greste lahko v globino. Če imate topo orodje, skrhamo orodje, ne morete globoko. Kar torej počnemo, je ostrenje orodja, ki je zaznava/zavest - zavest, ki je postala topa skozi opravičevanja in obsojanja.*

*Globoko greste lahko le, če je vaša zavest ostra kot igla in trda kot diamant. Ni dovolj le udobno sedeti in vprašati: "Kako bom dobil takšno zavest?"*

*Morate jo hoteti, kot hočete naslednji obrok in da bi jo dobili, morate spoznati, kaj dela vašo zavest topo in neumno v smislu neranljivosti. Ta*

*neobčutljivost je okoli sebe zgradila zid in je tisti del vas, ki obsoja in opravičuje. Če zavest to obsojanje lahko odpusti, potem lahko opazujete, se poglobljate in spoznavate in mogoče pridete do stanja, ki je popolna zavestnost.*

*Vrnimo se nazaj k osnovnemu vprašanju. Ali lahko izkoreninimo nasilje iz sebe?*

*Že to je oblika nasilja, če rečemo: "Nisi se spremenil, zakaj ne?" Jaz tega ne počnem. Nič mi ne pomeni prepričati vas karkoli. To je vaše življenje, ne moje. Kako živite, je vaša stvar. Jaz samo sprašujem, ali je možno človeškemu bitju psihološko živeti v tej družbi in očistiti nasilje iz svoje notranjosti. Če je to možno, lahko ta proces ustvari popolnoma drugačen način življenja na tem svetu.*

*Večina nas sprejema nasilje kot način življenja. Dve zadnji vojni nas nista naučili ničesar, razen zgraditi vse več preprek med človeškimi bitji - to je med teboj in menoj. Toda za tiste izmed nas, ki se hočemo znebiti nasilja, se postavi vprašanje: "Kako to udejaniti?"*

*Mislím, da se ničesar ne da doseči skozi razumske analize profesionalcev ali nas samih. Lahko bi se sicer malce spremenili, živeli malo bolj mirno z malo več naklonjenosti, vendar nam razumarstvo ne more prinesiti popolne zaznave. Toda ne glede na to se vseeno moramo naučiti analizirati, kar pomeni, da v procesu analize naš razum postaja nenavadno oster in ta kvaliteta ostrosti skupaj s kvaliteto pozornosti in resnosti rodi popolno zaznavanje.*

*Z očmi ne moremo videti vsega naenkrat. Ostrina očesa je možna le, če človek lahko vidi delček in takoj odskoči na celoto.*

*Da bi se znebili nasilja, nekateri med nami uporabljajo ideal, ki ga imenujemo nenasilje in mislijo, da se lahko z idealom nenasilja rešijo svoje nasilnosti, vendar je to nemogoče. Imeli smo brezštevilo idealov, vse svete knjige so jih polne, pa smo še vedno nasilni.*

*Zakaj torej ne pozabimo na besede in se ne poglobimo v nasilje samo?*

*Če hočemo spoznati dejstvo, mu moramo posvetiti vso pozornost, vso energijo. Ta pozornost in energija sta preusmerjena, ko si zgradimo ideal, izmišljen svet.*

*Ali torej lahko zapustimo ideal?*

*Človek, ki je resnično resen in ima notranjo potrebo spoznati, kaj je resnica, kaj je ljubezen, nima nobenih predstav. Živi le v tem, kar obstaja. Da raziščemo dejstvo naše lastne jeze, je ne smemo presoјati. V trenutku, ko*

*jo pogledamo iz njenega nasprotja, jo že obsojamo in jo zato ne vidimo, "kot je".*

*Ko rečete, da nekoga ne marate ali celo sovražite, je to dejstvo, čeprav grozljivo. Če dejstvo sovraštva pogledate neposredno in se poglobite vanj, se razblini, če pa rečete: "Ne smem sovražiti, v srcu moram imeti ljubezen!", potem živite v zlaganem svetu z dvojnimi merili.*

*Živeti celostno, polno v trenutku, pomeni živeti v obstoječem in z obstoječim brez obsodb in opravičevanj. Potem je razumevanje tako popolno, da si končal z vsemi problemi. Ko vidiš jasno, ko spoznaš, je problem rešen.*

*Toda, ali vi vidite obraz nasilja jasno - ne le zunaj vas, ampak tudi v vas samih - kar pomeni, da ste popolnoma osvobojeni nasilja brez ideologije, skozi katero naj bi se ga znebili?*

*To zahteva zelo globoko meditacijo, ne le golo besedno strinjanje ali nestrinjanje.*

*Zdaj ste prečitali številne ugotovitve, toda ali ste resnično dojali/razumeli?*

*Vaša pogojena zavest, vaš način življenja, celotna struktura družbe, v kateri živite, vam preprečuje videti dejstva in se jih v trenutku osvoboditi. Rečete lahko: "Razmislil bom o tem, ali se je možno osvoboditi nasilja ali ne. Poskusil bom!"*

*To je eden najbolj grozljivih zaključkov, do katerih lahko pridete. Tukaj ni poskušanja, ne obstaja narediti najboljše, kar zmoreš. Ali storiš ali ne storiš.*

*Če vam gori hiša, časa ni. Hiša gori kot rezultat nasilja po celem svetu in v nas samih in vi pravite: "Naj razmislim, katera ideologija je najboljša, da bi pogasil ogenj!" Ali se, kadar gori hiša, prepirate zaradi barve las človeka, ki je prinesel vodo?*

*Prenehanje nasilja, o katerem smo govorili, ne pripelje nujno do stanja zavesti, ki je v miru s seboj in torej v miru v vseh svojih odnosih.*

*Odnosi med ljudmi temeljijo na obrambnem mehanizmu, ki gradi lažne predstave, imidže. V vseh naših odnosih si gradimo lažne predstave o drugih in o sebi.*

*Nastanejo odnosi med predstavami in ni več odnosov med ljudmi. Žena ima lažno predstavo o svojem možu - mogoče nezavedno, vendar vseeno, ima jo - in mož ima lažno predstavo o svoji ženi. Imamo lažno predstavo o svoji deželi, državi in o sebi. Vedno utrjujemo svoje lažne predstave z dodajanjem in le še te lažne predstave so v medsebojnem odnosu.*

*Dejanski odnos med dvema ali med množico ljudi se popolnoma konča v trenutku, ko nastanejo predstave. Odnosi, ki temeljijo na predstavah, očitno ne morejo prinesiti mir v odnose med ljudmi, ker so predstave izmišljene in človek ne more živeti v izmišljenem svetu, v neresničnosti.*

*Vendar vseeno to delamo. Živimo v idejah, v teorijah, v simbolih, v predstavah, ki smo jih zgradili o sebi in o drugih in ki so popolnoma neresnične. Vsi naši odnosi do lastnine, idej in ljudi temeljijo na lažnih predstavah in zato smo v večni borbi.*

*Kako je potem možno živeti popolnoma v miru s samim seboj in v mirnih odnosih z drugimi?*

*Konec koncev je življenje razvoj, gibanje odnosov, brez katerih sploh ni življenja. Če življenje temelji na iluziji, ideji ali špekulativnem sklepanju, potem mora tako izmišljeno življenje neizbežno prinesiti odnos, ki postane bojno polje.*

*Ali je torej sploh možno živeti popolnoma urejeno notranje življenje brez vsake oblike nasilja, posnemanja, omejitev in pretvarjanja? Ali človek lahko vzpostavi v sebi takšen red, ki je živeča vrlina, red, ki ni posledica idej? Ali lahko vzpostavi notranjo mirnost, ki ne pozna motenj? Ali človek lahko živi svobodno v vsakdanu doma in službe in preneha živeti v nekem fantastičnem, mitičnem, izmišljenem svetu?*

*Mislim, da moramo v to vprašanje zelo previdno, ker ni mesta, ni točke v naši zavesti, ki je nedotaknjena z nasprotji. V vseh naših odnosih, pa naj bo to najbolj intimna oseba, sosed ali družba, obstaja nasprotnost - nasprotnost kot navzkrižje, dvojnost, razdvojenost.*

*Opazujoč sebe in naše odnose z družbo, vidimo, da imamo borbe na vseh ravneh našega bivanja, večje ali manjše borbe, ki pripeljejo le do površinskih odgovorov in dajo pogubne rezultate.*

*Človek je sprejel nasprotje in borbo kot naraven del vsakdanjega bivanja, ker je sprejel tekmovalnost, ljubosumje, pohlep, pridobitništvo in agresijo kot "normalen" način življenja. Če sprejmemo tak način življenja, sprejmemo strukturo družbe kot je in živimo po vzorcu spoštljivosti. Večina nas je ujetih ravno zaradi tega, ker hočemo biti čimbolj spoštovani.*

*Če proučimo našo zavest in srca, način mišljenja, način čustvovanja in dejstevovanja v našem vsakdanu, opazimo, da mora biti življenje borba vse dotlej, dokler se bomo prilagajali vzorcu družbe. Če pa tega ne sprejmemo, se lahko popolnoma osvobodimo psihološke strukture družbe.*

*Večina nas je bogatih z družbeno navlako. Družba nam je vgradila pohlep, zavist, jezo, sovraštvo, ljubosumje, zmedo in v teh stvareh smo res bogati.*

*Različne religije po svetu učijo skromnost. Menih odvrže obleko, spremeni svoje ime, si obrije glavo, vstopi v celico in se zaobljubi skromnosti in čistosti. Na vzhodu ima eno obleko, en obrok na dan in mi vsi spoštujemo to "skromnost". Toda vsi ti možje, ki so oblekli obleko skromnosti, so notranje, psihološko, še vedno bogati z navlako družbe, ker še vedno iščejo položaj in prestiž - nadvlado. Pripadajo temu ali drugemu redu, tej ali oni religiji, še vedno živijo v razdvajanju kulture, tradicije.*

*To ni skromnost.*

*Skromnost pomeni biti popolnoma neodvisen od družbe, čeprav ima nekdo nekaj več obleke ali nekaj več obrokov, toda na nesrečo je v večini ljudi potreba po ekstravaganci. Skromnost postane čudovito lepa stvar, ko se zavest osvobodi družbe. Človek mora postati skromen notranje, ker potem ni več iskanja, spraševanja, ni več želje, ne obstaja več "več"- ničesar!*

*Le ta notranja skromnost lahko vidi resnico življenja, v kateri ni nobenega nasprotja. Takšno življenje je blagoslov, ki ga ne moreš najti ne v cerkvi, ne v templju.*

*Kako? se je torej možno osvoboditi psihološkega vzorca družbe, kar pomeni osvoboditi se bistva nasprotij?*

*Ni težko oklestiti nekaterih vej, drobna nasprotja, vendar se mi sprašujemo, ali je mogoče živeti v popolnem notranjem in tudi zunanem miru?*

*To ne pomeni, da naj bi vegetirali in stagnirali. Nasprotno. Postanemo dinamični, polni življenske moči, polni energije.*

*Da spregledamo, razumemo in odpustimo vse težave, potrebujemo poleg fizične in razumske energije tudi velik del vnete in stalne energije, energije, ki ni odvisna od želja, motivov, psiholoških vzpodbud ali mamil. Če smo odvisni od kakršnikoli vzpodbud, le te delajo zavest topo in neobčutljivo. Z jemanjem določene oblike droge lahko najdemo dovolj energije in vidimo dejstva jasno, vendar se potem vrnemo v prejšnje stanje in zaradi tega postanemo odvisni od droge.*

*Vse vzpodbude torej, pa naj prihajajo iz cerkve, od alkohola ali drog, od pisane ali govornjene besede, neizbežno pripeljejo do odvisnosti. Vsaka odvisnost pa nam preprečuje jasnost pogleda in nam preprečuje stik z življenjsko energijo.*

*Na nesrečo smo vsi psihološko odvisni od nečesa. Zakaj smo odvisni? Zakaj obstaja ta nuja po odvisnosti?*

*Če to proučimo skupaj, bomo to odkrili vsi in bo to odkritje vaše lastno odkritje. Ker bo to vaše lastno odkritje, vam prinese življensko energijo.*

*Spoznam, zase, da sem odvisen npr. od poslušalcev, ki me vzpodbujajo. Od njih, od stika z veliko grupo ljudi, dobim določeno energijo. Zato sem odvisen od poslušalcev, od teh ljudi, pa naj se strinjajo ali ne strinjajo z menoj. Manj ko se strinjajo, več življenske energije mi dajejo.*

*Če se strinjajo, vse postane zelo plitvo, prazno. Odkrijem, da potrebujem poslušalce, ker je, pogovarjati se, zelo vzpodbudno. Zakaj? Zakaj sem odvisen?*

*Ker sem v sebi dolgočasen, prazen, v sebi nimam nič, nobenega izvira, ki bi bil vedno poln, bogat, gibljiv, živ? Torej sem odvisen in odkril sem vzrok.*

*Toda, ali me bo odkritje vzroka osvobodilo odvisnosti?*

*Odkritje vzroka je zgolj razumsko in očitno ne more osvoboditi zavesti odvisnosti. Zgolj razumsko dojetje ideje ali čustveno sprijaznjevanje z idejo ne more osvoboditi zavesti odvisnosti od nečesa, kar nas vzpodbuja.*

*Dejstvo, ki osvobodi zavest odvisnosti, je razumevanje celotne strukture in narave vzpodbude in odvisnosti ter spoznanje, kako odvisnost naredi zavest neumno, dolgočasno in neaktivno. Le celostno videnje pogojenosti, vzpodbude in odvisnosti osvobodijo zavest odvisnosti.*

*Raziščimo torej, kaj pomeni celostno videnje.*



*Dokler opazujem življenje z določenega stališča ali iz določene izkušnje, ki jo povečujem ali iz znanja, ki sem si ga nabral in ki je moja podlaga - "mojjaz", ne morem videti celostno.*

*Odkril sem z besedami, skozi analizo, razumsko, vzrok moje pogojenosti, toda karkoli raziskujejo misli, je neizbežno razdrobljeno; torej lahko vidim celostnost nečesa le, če se misli ne vmešajo.*

*Na ta način opazujem dejstvovanje moje odvisnosti. Opazujem resnično dogajanje, brez dopadljivosti ali zavračanja. Le opazujem, nočem se znebiti odvisnosti ali njenega vzroka. Le opazujem jo in če jo opazujem na tak način, vidim celotno sliko, ne le delček slike in ko zavest dobi celotno sliko, ko vidi celostno, zaznava svobodno.*

*Odkrili smo, da razsipavamo energijo, kadar smo odvisni, razcepljeni, kadar se izgublamo v delčku, kadar nismo celostni. Odkrili smo torej osnovni izvor razsipavanja energije.*

*Mogoče mislite, da ni izgube energije, če posnemate, če sprejemate avtoriteto, če ste odvisni od duhovnika, ritualov, dogem, partije ali ideologije, vendar vsako sprejemanje in sledenje ideologiji, pa naj bo dobra ali slaba, sveta ali nesveta, je delna aktivnost, razcepljenost in torej vzrok nasprotja.*

*Nasprotje bo torej vedno obstajalo, dokler obstaja razkol med "kar naj bi bilo" in "kar je" in vsako nasprotje je izguba energije.*

*Če si postavite vprašanje: "Kako se znebiti nasprotja?", ustvarite drug problem in s tem še povečujete nasprotje. Ko pa vidite dejstvovanje nasprotja kot vidite konkreten objekt jasno, neposredno, boste spoznali osnovno resnico življenja, kjer ni več nobenega nasprotovanja, kjer ne obstaja borba.*

*Poglejmo drugače. Vedno primerjamo to, kar "mislimo, da smo", s tem, kar "mislimo, da naj bi bili". "Naj bi" je predstava tistega, kar bi morali biti. Nasprotja obstajajo, kadar obstaja primerjava, ne le z nekom ali z nečim, pač pa tudi s tem, kar ste bili včeraj in zato obstaja tudi nasprotje med "kar je" in "kar je bilo". "Kar je" obstaja le tedaj, ko ni primerjave z včeraj, to je s predstavo.*

*Sprejeti to "kar je", sprejeti obstoječe in živeti s tem, pomeni živeti v miru. Potem se s celotno pozornostjo lahko posvetite tistemu, kar je v vas, pa naj bo to obup, umazanost, nasilje, strah, zaskrbljenost, osamljenost in potem ni več nasprotij in ne borb.*

*Toda mi se vedno primerjamo s tistimi, ki so bog-atejši, "bolj" bistri, "bolj" znani, "bolj" to in "bolj" ono. "Bolj" igra nenavadno pomembno vlogo v našem življenju.*

*Primerjanje sebe z drugimi je eden osnovnih vzrokov nasprotij in borbe. Zakaj torej sploh primerjava? Zakaj se primerjate z drugimi?*

*Primerjati nas učijo od otroštva. V vsaki šoli A primerjajo z B in A uničuje sebe, da bi postal B. Ko pa ne primerjate, ko nimate idealov, ko nimate nasprotja, nobenega faktorja razdvajanja, ko se prenehate boriti, da bi bili drugačni kot ste - kaj se zgodi z vašo zavestjo?*

*Vaša zavest ne pozna več nasprotij in postane zelo inteligentna, zelo občutljiva, sposobna velikega zanimanja. Brez zanimanja, ki je življenjska energija in ki se izgublja v naporu, v nasprotju, ne morete narediti ničesar. Če se ne boste primerjali z nikomur, boste to, kar ste res.*

*Skozi primerjavo upate v svoj razvoj, v rast. Rodi se želja postati bolj inteligenten, lepši. Vendar, ali boste?*

*Dejstvo je, da ste takšni, kot ste in s primerjavo drobite dejstvo, kar je izguba energije. Če vidite sebe takšnega, kakršni ste v resnici brez primerjave, vam ta neobremenjenost daje ogromno energijo opazovanja. Ko se lahko opazujete brez primerjave, ste onkraj vseh primerjav, kar ne pomeni, da vaša zavest stagnira v zadovoljstvu.*

*Spoznali smo torej, kako zavest izgublja energijo, ki je tako potrebna za razumevanje celotnosti življenja. Ne zanima me, s kom sem v nasprotju, ne zanimajo me obrobni problemi mojega bivanja, zanima me, zakaj nasprotnost sploh obstaja.*

*Ko si postavim to vprašanje, opazujem celotno nasprotje kot dejstvo, ki nima nobene zveze s obrobni nasprotji in njihovimi rešitvami. Zanima me samo bistvo nasprotja in vidim - mogoče tudi vi - da sama narava želje, če je ne razumemo, vodi v neizbežno nasprotje.*

*Želja je vedno v nasprotju. Želim si nasprotne stvari, kar pa ne pomeni, da moram željo uničiti, jo zatreti, nadzorovati ali izločiti - preprosto vidim, da je želja sama po sebi nasprotje. Ne objekt želje, v samem bistvu želje je nasprotnost in moram razumeti naravo želje, preden lahko razumem nasprotje.*

*V nas je stanje nasprotij in to stanje nasprotij je posledica želja. Želja pa sledi užitek in se izogiba bolečini, kar smo se že pogovarjali. Želja je torej korenina nasprotij - hotenja in odklanjanja.*

*Kadar delamo z veseljem, v delu ni nobenega napora, ali ne? Užitek pa vedno prinaša bolečino, borbo in izgubo energije.*

*Zakaj sploh obstaja dvojnost? V naravi obstaja dvojnost - moški in ženska, noč in dan, toda zakaj notranje, psihološko obstaja dvojnost?*

*Prosim, razmišljajte z menoj. Ne čakajte, da vam jaz povem. Sami uporabljajte svoj razum. Moje besede so le ogledalo, v katerem se opazujemo.*

*Zakaj smo psihološko razdvojeni? Ker smo bili vzgojeni v primerjavo med "kar je" in "kar mislimo, da naj bi bilo"?*

*Pogojeni smo v prav in v narobe, v dobro in slabo, moralno in nemoralno. Je ta dvojnost nastala zaradi našega prepričanja, da nam bo razmišljanje o nasprotju nasilja, nasprotju ljubosumnosti, nasprotju zlobe, pomagalo osvoboditi se teh stvari? Ali uporabljamo nasprotja kot vzvod za znebiti se "kar smo"? Ali ni to le beg pred resničnostjo?*

*Ali ne uporabljate torej nasprotje kot sredstvo izognitve resničnosti, s katero ne veste, kaj bi počeli?*

*Ali zaradi tisočletne propagande verjamete, da morate imeti ideal, ki je nasprotje od "kar smo", da se lahko spoprimate z obstoječim - sedanjostjo?*

*Če imate ideal, mislite, da vam pomaga znebiti se tega, "kar je", vendar nikoli ne pomaga. Lahko pridigate nenasilje celo življenje, toda celo življenje boste sejali seme nasilja. Imate predstavo, kaj naj "bi bili" in kako "naj bi" dejstvovali, a ves čas delujete popolnoma nasprotno. Vidite torej lahko, da principi, prepričanja in ideali neizbežno vodijo v zlaganost in nepošteno življenje.*

*Ideal ustvarja svoje nasprotje in če znate biti s tistim, kar je resnično, ne potrebujete nasprotja. Poskušati biti nekdo drug, postati ideal, je eden glavnih vzrokov nasprotij, zmede in borb. Zmedena zavest, karkoli počne, na vseh ravneh, bo ostala zmedena. Vsako dejstvomnje, ki se rodi iz zmede, vodi v nadaljno zmedo. To vidim jasno, tako jasno, kot vidim trenutno fizično nevarnost.*

*Kaj se torej zgodi?*

*Preneham delovati v smislu zmede. Le nepogojen odziv, ne-reakcija je torej popolna akcija.*

*Nobena agonija odpovedovanja, niti brutalno discipliniranje v prilagajanje vzorcu nas ni pripeljalo do resnice. Če hočemo spoznati resnico, mora biti naša zaznava/zavest popolnoma svobodna, brez vsake pogojenosti.*

*Toda najprej se vprašajmo, če resnično hočemo biti svobodni. Ko govorimo o svobodi, ali govorimo o popolni svobodi ali o osvoboditi se kakšne neprimernosti, neprijetnosti ali nezaželene stvari?*

*Želeli bi se osvoboditi bolečih in grdih spominov, nesrečnih izkušenj, toda zadržali bi naše užitke, zadovoljujoče ideologije, metode in odnose. Toda zadržati eno brez drugega je nemogoče, ker je, kot smo videli, užitek nedeljiv od bolečine.*

*Vsak od nas se mora sam odločiti, ali hoče biti popolnoma svoboden ali ne. Če hočemo biti svobodni, potem moramo spoznati naravo in strukturo svobode.*

*Ali obstaja svoboda, če se osvobodite nečesa - osvobodite bolečine, zaskrbljenosti ali je svoboda nekaj popolnoma drugega?*

*Lahko se osvobodite ljubosumja, vendar, ali ni ta svoboda pogojen odziv in torej nesvoboda? Zelo lahko se osvobodite dogme z analizo, toda motiv za to svobodo je vaš lasten pogojen odziv, kajti želja po biti osvobojen dogme, je pogojena z drugo. Lahko se osvobodite nacionalizma, ker verjamete v internacionalizem ali ker imate mnenje, da ni več ekonomska nujnost viseti na nacionalnih dogmah s svojimi zastavami in drugo navlako. Lahko se odzovete proti kakšnemu duhovnemu ali političnemu voditelju, ki vam je obljubljal svobodo kot rezultat discipline ali upora, toda ali ima takšen racionalizem, takšen logičen zaključek kaj opraviti s svobodo?*

*Če rečete, da ste osvobojeni nečesa, je to pogojen odziv, ki bo postal drug pogojen odziv, ki bo prinesel drugo prilagoditev, drugo obliko prevlade. Tako imate lahko verigo pogojenih odzivov in vsakega sprejmete kot novo svobodo. Toda ta "svoboda" je le nadaljevanje spremenjene preteklosti, ki se jo zavest oklepa.*

*Mladi se danes, kot vsi mladiči, upirajo družbi. To je samo po sebi dobro, vendar upor ni svoboda.*

*Kadar se upiraš, je to pogojen odziv in ta odziv vzpostavi svoj lastni vzorec, v katerega se ujameš. Misliš, da je nekaj novega, pa ni. Je le staro na drugačen način. Vsak socialni ali politični upor se neizbežno sprevrže v "dobro" staro buržuazno mentaliteto.*

*Svoboda obstaja le takrat, ko spoznaš in dejstvuješ, ko torej dejstvuje spoznanje. Upiranje nikoli ne prinese svobode. Spregledanje, zaznanje resnice, spoznanje rodi popolnoma novo akcijo. Takšna akcija je trenutna, kot če vidiš nevarnost in ni časa za razmišljanje, nobeno razpravljanje in obotavljanje.*

*Nevarnost sama sproži akcijo. Zato "videnje" pomeni novo akcijo, pomeni prostost.*

*Svoboda ni osvoboditev od nečesa, svoboda je stanje zavesti, čutenje svobode - svobode dvoma in vseh vprašanj in zato tako ostra, aktivna in odločna, da pomete z vso odvisnostjo, suženjstvom, prilagodljivostjo in sprejemljivostjo. Takšna svoboda pomeni biti popolnoma sam.*

*Toda, ali lahko zavest, z vzgojo pogojena v določeno kulturo in tako zelo odvisna od okolja in svojih lastnih teženj, najde to svobodo zaznavanja, ki je popolna samota in v kateri ni vodstva, ne tradicije, ne avtoritete?*

*Samota je tihotno stanje zavesti, ki ni odvisno od nobenih dražljajev, nobenega znanja in ni rezultat nobenih izkušenj ali zaključkov.*

*Večina od nas notranje ni nikoli sama.*

*Razlika je med izdvojenostjo in samoto. Vsi vemo, kaj pomeni biti oddvojen, izdvojen. Gradimo zid okoli sebe z namenom, da nikoli ne bi bili prizadeti, nikoli ranjeni. Vzgajamo nepristranskost, kar je druga oblika agonije ali pa živimo v kakšnem sanjskem stolpu ideologije.*

*Samotnost je nekaj čisto drugega.*

*Nikoli niste sami, ker ste polni starih spominov, obremenjujočega mrmranja preteklosti. Vaša zavest ni nikoli očiščena vse navlake, ki jo je zbrala.*

*Biti samotni pomeni umreti za preteklost. Ko si sam, popolnoma sam, ko ne pripadaš nobeni družini, narodu, nobeni kulturi ali kontinentu, imaš občutek, da ne spadaš v to družbo. Človek, ki je popolnoma sam na ta način, je nedolžen in ta nedolžnost osvobodi zavest žalosti.*

*S seboj nosimo breme neumnosti tisočletij in spomine vseh naših nesrečnih trenutkov in užitkov. Popolnoma odpustiti vse spomine, pomeni biti samotni in zavest, ki je samotna, ni le nedolžna, ampak tudi mlada - ne po letih,*

*temveč mlada, nedolžna, živa v vseh letih - in samo takšna zavest lahko zazna to, kar je resnica, to, kar ni merljivo z besedami. V tej samoti boste pričeli čutiti nujno živeti s seboj, kakršni ste in ne, "kot bi radi bili" ali "kot ste bili".*

*Poglejte, ali se lahko opazujete brez drhtenja, brez lažne skromnosti, brez strahu, opravičevanja ali obtoževanja. Ali lahko le živite s samim seboj, kakršni pač ste?*

*Stvari lahko zaznamo in spoznamo le, če z njimi živimo intimno, neposredno. Toda v trenutku, ko se navadimo nanje - navadimo na svojo zavist ali sovraštvo ali karkoli drugega - nič več ne živimo z njimi.*

*Če živite ob reki, po nekaj dneh ne slišite več šumenja vode, po tednu dni ne opazite več nove slike na steni. Enako je z gorami, dolinami, drevjem, enako je z vašimi družinami, ženami, možmi, otroci.*

*Toda, živeti z ljubosumjem, zavistjo, bojaznijo - na to se nikoli ne smete navaditi, nikoli jih ne smete sprejeti kot nekaj samoumevnega. Negovati jih morate, kot negujete sveže posajeno drevo, ki ga ščitite pred soncem in nevihto. Negovati jih morate, ne opravičevati ali obsojati. Vzljubite jih! Če jih neguješ, potem jih vzljubiš. Vendar to ne pomeni, da si rad zavisten, pohlepen, nasilen, kar za večino ljudi drži, temveč, da jih neguješ za spoznavanje.*

*Ali lahko živimo s samim seboj, zavestni svoje neumnosti, zavisti, svojega strahu in verujoč v čudovita čustva, ki jih nimamo, zlahka ranljivi in polaskani, zelo zdolgočaseni - ali lahko živimo z vsem tem brez sprejemanja in odklanjanja? Le opazujoč vse to, ne da bi pri tem postali bolester, depresivni, vzvišeni?*

*Vprašajmo se sedaj naprej: ali je ta svoboda, ta samota, ta vzpostavitev dotika z našo celotno notranjo strukturo, dosegljiva postopoma? Ali je to postopen proces?*

*Očitno ne, ker se z vključitvijo časa zasužnjujemo le bolj in bolj. Svobodni ne moremo postati postopoma. To ni stvar časa.*

*Pojavi se naslednje vprašanje: ali smo lahko zavestni te svobode?*

*Če rečete: "Svoboden sem!", potem niste svobodni. To je, kot bi človek rekel: "Srečen sem!" V trenutku, ko to reče, živi v spominu na nekaj, kar je preteklost.*

*Svoboda lahko pride le naravno, nikoli skozi želje, hotenja, hrepenenja. Ne boste je našli z ustvarjanjem predstav, ki izhajajo iz vaših misli. Do nje lahko pride le zavest, ki se je naučila opazovati in zaznavati - "videti"*

*življenje, ki je od časa neodvisno gibanje, kajti svoboda obstaja onkraj  
polja razuma, onkraj polja misli.*

*Mika me ponoviti zgodbo o učencu, ki pride k bogu in zahteva, naj ga nauči resnice.*

*Ubogi bog pravi: "Prijatelj moj, danes je tako vroč dan. Prosim, prinesi mi čašo vode!"*

*Učenec gre, potrka na vrata prve hiše in odpre mu prekrasna mladenka. Učenec se zaljubi vanjo, poročita se in imata veliko otrok.*

*Nekega dne prične deževati in dežuje, dežuje. Hudourniki poplavlajo, ulice so polne vode, odnaša hiše. Učenec drži v naročju svojo ženo, na ramah nosi svoje otroke, ko ga odnese.*

*Zakliče: "Bog, reši me!" in bog odgovori: "Kje je tista čaša vode, za katero sem te prosil?"*

*To je dobra zgodba, kajti večina nas razmišlja v merilu časa. Človeku življenje meri in določa čas. Izmislil si je prihodnost kot najboljšo obliko bega.*

*Mislimo, da se lahko spremenimo sčasoma, da se notranja mirnost lahko pridobiva postopno. Toda, čas ne prinese miru in reda, torej nehamo razmišljati v terminu postopnosti, kar pomeni, da ne obstaja "jutrišnji" mir in red. Sprememba se lahko zgodi le v tem trenutku.*

*Ko smo v resni nevarnosti, čas izgine. Akcija je trenutna.*

*Toda mi ne vidimo nevarnosti naših nasprotij, ker smo iznašli čas kot sredstvo, ki premaguje vse. Sprememba v času je prevara, kajti čas niti malo ne pomaga pri naših notranjih spremembah. Čas je gibanje, ki ga je človek razdelil na preteklost, sedanost in prihodnost in dokler ga razdvaja, bo vedno živel v nasprotju.*

*Ali je spoznanje stvar časa?*

*V vseh teh tisočletjih se človek ni naučil, da obstaja boljši način življenja, kot je medsebojno sovraštvo in ubijanje.*

*Problem časa je zelo pomemben za razumevanje življenja, ki je, tudi z našo pomočjo, grozljivo in brez smisla. Najprej moramo razumeti, da lahko čas spoznamo le s svežo in nedolžno zaznavo/zavestjo, do katere smo prišli.*



*Naše življenje je zmedeno zaradi naših problemov in izgubljeni smo v tej zmedi. Če se izgubiš v gozdu, kaj storiš? Ustaviš se, ali ne? Ustaviš se in pogledaš naokrog, toda bolj ko smo zmedeni in izgubljeni v življenju, bolj begamo naokrog, iščemo, sprašujemo, zahtevamo, prosimo.*

*Torej se moramo notranje najprej popolnoma zaustaviti in ko se ustaviš notranje, psihološko, zavest postane zelo mirna, zelo jasna. Potem lahko v resnici pogledate v problem časa.*

*Problemi obstajajo samo v času, to je, ko srečamo problem nepopolno. To nepopolno srečanje z dejstvom ustvari problem. Če se srečamo z izzivom delno ali hočemo pred njim pobegniti, kar pomeni srečati ga brez popolne pozornosti, naredimo problem in ta problem traja toliko časa, dokler mu posvečamo nepopolno pozornost, dokler upamo, da ga bomo rešili "enkrat te dni".*

*Ali veste, kaj je čas? Ne ura, kronološki čas, temveč psihološki čas?*

*To je interval med idejo in akcijo. Ideja je očitna samozaščita, kajti ideja nam daje namišljen občutek varnosti. Akcija je vedno trenutna. Akcija ni ne v preteklosti ne v prihodnosti. Akcija je vedno v sedanjosti, toda akcija je nevarna, tako nesigurna, da se raje navadimo na idejo, ki je upanje po določeni varnosti.*

*Poglejte to pri sebi. Imate idejo o dobrem in slabem ali ideološki koncept o sebi in družbi in v skladu s to idejo se boste odzvali. Torej je akcija prilagojena ideji, približujoča se ideji, kar vedno povzroči nasprotje.*

*Obstajajo ideja, interval in akcija in ta interval je celotno polje časa. Ta interval so misli.*

*Če mislite, da boste jutri srečni, potem ste si naredili predstavo, da boste sčasoma nekaj dosegli. Misli skozi željo, trajajočo željo šepetajo: "Jutri bom srečen! Jutri bom uspešen! Jutri bo svet čudovit!" Misli torej ustvarjajo interval, ki je čas.*

*Vprašajmo se sedaj: ali lahko čas ustavimo?*

*Ali lahko živimo tako celostno, da ni več psihološkega jutri, s katerim se ukvarjajo misli?*

*Kajti, čas je žalost. Poglejte, včeraj ali pred dvatisoč leti ste imeli in ljubili prijatelja, ki pa je umrl. Ostal je spomin in vi razmišljate o užitkih in bolečinah - gledate nazaj, želite, upate, obžalujete. Misli, ki se vrtijo v krogu, torej rojevajo to, kar imenujemo žalost. Misli dajejo času trajnost. Dokler obstaja interval časa, ki ga pogojujejo misli, mora obstajati žalost, trajanje strahu.*

*Zato se vprašajmo: ali se lahko ta interval skrajša do razblinjenja?*

*Če vprašate: "Ali se tega intervala, časa lahko znebimo?", potam je to že ideja, nekaj kar hočete doseči in že imate nov interval in spet ste ujeti.*

*Vzemimo zdaj vprašanje smrti, ki je velik problem za večino ljudi. Poznate smrt. Vsak dan se z njo srečujete. Ali se z njo lahko soočimo celostno, da kot problem izgine za vedno?*

*Če jo hočete srečati na tak način, ne sme biti nobenega prepričanja, upanja ali strahu več, drugače se srečate s to nenavadnostjo z zaključki, upanji, s predstavo - s premeditirano zmedo; srečate jo zopet v terminu časa.*

*Čas je interval med opazovalcem in opazovanim. Opazovalca, vas, je strah srečati se s tem, kar imenujemo smrt. Ne veste, kaj to pomeni. Imate veliko vseh vrst upanj in teorij o njej. Verjamete v reinkarnacijo, vstajenje ali v nekaj, kar imenujete duša, atman, spiritualna enota, ki je večna in ki jo kličete z različnimi imeni.*

*Ali ste vi sami že odkrili dušo? Ali pa je to le ideja, ki vam je bila podana? Ali je kaj trajnega, večnega, kar se skriva onkraj zavesti?*

*Če misli to lahko odkrijejo, je v polju misli, torej ne more biti nič trajnega, ker v polju misli nič trajnega ne obstaja.*

*Odkritje, da trajnost ne obstaja, je velikega pomena, kajti le tedaj je zavest svobodna, tedaj lahko spoznavate. In v tem je veliko veselje.*

*Ne morete se bati neznanega, ker ne veste kaj neznano je in se torej nimate česa bati. Smrt je beseda in ta beseda, ta predstava ustvarja strah.*

*Ali lahko pogledate smrt brez predstave o smrti?*

*Dokler obstaja predstava, ki je izvor misli, misli vedno pogojujejo strah. Potem razumsko obdelate ta strah pred smrtjo, zgradite zid pred neizbežnim ali poiščete brezštevilna prepričanja v zaščito pred tem strahom. Vendar, obstaja vrzel med vami in stvarjo, zaradi katere vas je strah. V tem časovno-prostorskem intervalu je vedno nasprotje, ki je strah, zmedenost in samopomilovanje.*

*Misli, ki porajajo strah pred smrtjo pravijo: "Odložimo jo, izognimo se ji, držimo se čim dlje od nje, ne mislimo nanjo!", vendar s tem razmišljate prav o njej. Če rečete: "Ne bom mislil nanjo!", razmišljate, kako bi se ji izognili, vendar razmišljate spet o njej.*

*Strah vas je smrti, ker ste jo odložili na prihodnost.*

*Oddvojili smo življenje od smrti. Ta interval med življenjem in smrtjo je strah. In strah ustvarja ta interval, ki mu pravimo čas.*

*Naše življenje je naše vsakdanje mučenje, vsakdanja žalitev, žalost in zmeda z občasnimi trenutki veselja. Temu rečemo življenje, a nas je strah umreti,*

*končati to bedo. Raje se oklepamo znanega, kot da se soočimo z neznanim. Raje se držimo svoje hiše, pohištva, družine, svojega karakterja, svojega dela, znanja, svoje slave, osamljenosti, svojih bogov - torej znanega, ki se vedno vrti v zaprtem krogu svojih vzorcev.*

*Mislimo, da živimo vedno v sedanosti in da nas smrt čaka nekje v daljni prihodnosti, toda nikoli se ne vprašamo, ali je ta vsakdanja bitka sploh življenje.*

*Hočemo vedeti vse o reinkarnaciji. Hočemo dokaz za preživetje duše, poslušamo trditve duhovščine in zaključke psiholoških raziskav, toda nikoli se ne vprašamo, kako živeti, kako živeti vsak dan v veselju, lepoti, očaranju. Sprejeli smo življenje z vsemi agonijami in obupom in se navadili nanj. Sprejeli smo, da se je treba smrti previdno izogniti.*

*Toda, smrt je nenavadno podobna življenju, ko spoznamo, kako živeti.*

*Ne moremo živeti brez umiranja. Ne morete živeti, če psihološko ne umirate vsak trenutek. To ni razumarski paradoks. Živeti celostno, kot bi bil vsak dan nova lepota, pomeni umreti za vse v preteklosti, saj drugače živite pogojeno življenje in pogojena zavest ne more nikoli vedeti, kaj je to ljubezen in kaj je to svoboda.*

*Večino nas je strah umreti, ker nismo zavestni življenja. Ker ne znamo živeti, tudi ne znamo umirati. Dokler nas bo strah življenja, nas bo strah tudi smrti.*

*Človek, ki se ne boji življenja, se ne boji biti popolnoma nezavarovan, ker spozna, da notranje, psihološko ni nobene varnosti. Če ni varnosti, je notranjost neskončno gibanje, v katerem sta življenje in umiranje isto. Človek, ki živi brez nasprotij, se ne boji smrti, kajti ljubiti pomeni umirati.*

*Če v vas umira vse znano - spomin na družino, znanje, spomin na vse kar ste čutili -, potem je smrt očiščenje, pomlajevalni proces; potem to umiranje prinaša nedolžnost in samo ta nedolžnost je pozorna, ne pa ljudje, ki verjamejo ali hočejo vedeti, kaj bo po smrti.*

*Da v resnici zvemo, kaj se zgodi, ko umremo, moramo umreti. To ni šala.*

*Umreti morate, ne fizično, temveč psihološko, notranje umreti, umreti za stvari, ki jih častite in za stvari, ki vas žalostijo. Če umrete za enega svojih užikov naravno, brez prisile ali argumentov, potem boste vedeli, kaj pomeni umirati. Umirujoča zavest je popolnoma prazna "sebe", vsek dnevnih teženj, užikov in agonij.*

*Smrt je prenova, mutacija, v kateri misli ne sodelujejo, ker so stare. Kadar nekaj umira, se rojeva nekaj popolnoma novega. Odpustitev znanega je smrt in začetek življenja.*

*Zahteva po varnosti v odnosu neizbežno vodi v žalost in strah. Vsako iskanje varnosti je povabilo nevarnosti.*

*Ste že kdaj našli varnost v vaših odnosih? Ali ste? Večina zahteva varnost v "ljubiti" in "biti ljubljen", toda ali ljubezen išče svojo lastno varnost?*

*Nismo ljubljeni, ker ne znamo ljubiti. Kaj je ljubezen?*

*Beseda je bila že tolikokrat izrabljena, da jo skoraj nerad uporabljam. Vsi govorijo o ljubezni. Vsaka revija, vsak časopis jo je poln. Vseh vrst pridigarji govorijo o večni ljubezni. Ljubim svojo deželo. Ljubim svojega kralja. Ljubim to goro, ljubim užitek, ljubim svojo ženo, ljubim boga.*

*Ali je ljubezen ideja?*

*Če je, jo lahko vzgajamo, negujemo, obožujemo, se igramo z njo, zvijamo kakor hočemo. Ko rečete, da ljubite boga, kaj to pomeni? Pomeni, da obožujete predstavo vaše lastne domišljije, predstavo o "sebi", oblečenega v določeno obliko spoštovanja, v skladu s tem, kar mislite, da je dobro in sveto. Reči: "Ljubim boga!", je torej popolna neumnost. Če obožujete boga, v resnici obožujete sebe in to ni ljubezen.*

*Ljubezen je mogoče končna rešitev vseh človeških problemov, težav in konec muk. Kako bomo torej izvedeli, kaj je dejstvo ljubezni? S tem, da jo definiramo?*

*Cerkev jo definira na en način, družba na drug, potem je tu še veliko vrst deviacij in perversnosti. Oboževati nekoga, spati z nekom, čustveni dajdam, družabništvo - ali je to ljubezen?*

*Takšen je bil "normalen" vzorec in "ljubezen" je postala tako grozljivo osebna, čustvena in omejena, da je religija proglasila, da je ljubezen nekaj veliko več od tega. V tako-imenovani "človeški ljubezni" so videli užitek, tekmovalnost, ljubosumje, željo po posedovanju, željo po nadvladi in vmešavanju v tuje mišljenje in zavedajoč se zapletenosti vsega tega, so rekli, da mora obstajati še druga oblika ljubezni - čudovita, nedotaknjena, nepokvarjena - "božanska".*

Tako imenovani "sveti" možje skozi stoletja trdijo, da je pogledati žensko nekaj popolnoma napačnega. Pravijo, da se ne moreš približati bogu, če se vdajaš spolnosti, zato jo odrinejo stran, čeprav se zaradi tega potem zgrizejo. Z zanikanjem spolnosti si iztaknejo oči in odrežejo jezike, kajti zanikajo celotno lepoto zemlje. Izstradajo si srca in možgane in so dehidrirana človeška bitja, ker so zavrgli lepoto, kajti ženska je del celostne lepote sveta.

Ali ljubezen lahko razdelimo na globoko in površno, človeško in božansko, ali obstaja le ljubezen, ljubezen kot dejstvo? Ali lahko ljubimo le eno osebo ali jih lahko ljubimo več?

Če rečem: "Ljubim te!", ali to izključuje ljubezen do drugih? Je ljubezen osebna ali neosebna? Moralna ali nemoralna? Družinska ali nedružinska? Če ljubiš človeštvo, ali to izključuje posameznika? Je ljubezen čutenje, občutenje ali je čustvo? Ali je ljubezen užitek in želja?

Vsa ta vprašanja kažejo, da imamo idejo o ljubezni, ideje o tem, "kar naj bi bila" in o tem, "kar naj ne bi bila"- vzorec, ki ga je razvila družba, v kateri živimo.

Če hočemo zaznati resnično dejstvom ljubezni, moramo besedo "ljubezen" najprej očistiti okrasov iz preteklosti, odložiti vse ideale in ideologije o tem, kaj "naj bi" ali kaj "naj ne bi" bila. Deliti nekaj na "kar je" in "kar naj bi bilo" je najbolj uničujoč način življenja.

Kako naj torej izvem, kaj je ta plamen, ki mu pravimo ljubezen?

Ne zanima me, kako jo izraziti nekemu, temveč, kaj pomeni sama po sebi. Najprej bom zavrnil vse, kar pravi o njej cerkev, družba, starši in prijatelji. Zanikal bom vse znanje o njej, ker hočem sam spoznati, kaj je to ljubezen. To je neznanjski problem, ki vključuje vse človeštvo. Na tisoče načinov so jo že definirali in sam sem ujet v določene vzorce v skladu s tem, kar imam rad in kar me zabava.

Če jo hočem spoznati, se moram osvoboditi vseh svojih nagnenj in predsodkov. Zmeden sem, zbit od lastnih želja in si rečem: "Najprej počisti zmedo. Mogoče boš lahko odkril, kaj ljubezen je, skozi kaj ljubezen ni!"

Vlada govori: "Ubij iz ljubezni do domovine!" Ali je to ljubezen? Religija govori: "Odpovej se spolnosti iz ljubezni do boga!" Je to ljubezen? Je ljubezen želja?

Ne recite: "Ne"!

Za večino nas je - želja po užitku, užitku, ki izhaja iz občutkov, seksualne privlačnosti in zadovoljstva. Nič nimam proti spolnosti, toda poglejte, kaj je

vse vpleteno vanjo. Kar vam spolnost daje, je trenutna popolna samopozaba, potem pa ste spet v zmedi in hočete nenehno ponavljanje stanja, kjer ni skrbi, kjer ni problemov, kjer "vas ni".

Pravite, da ljubite svojo ženo. V to ljubezen se vpleta seksualni užitek, užitek imeti nekoga v hiši, ki pazi na vaše otroke in ki vam kuha. Odvisni ste od nje. Daje vam svoje telo, svoja čustva, vzpodbudo, določen občutek varnosti in blagostanja.

Potem vam obrne hrbet. Naveliča se vas ali gre z nekom drugim in vaše celotno čustveno ravnotežje je porušeno in ta motnja, ki je ne marate, se imenuje ljubosumje. V njej je bolečina, zmeda, sovraštvo in nasilje.

Kar torej v resnici pravite, je: "Dokler pripadaš meni, te ljubim, toda v trenutku, ko me ne maraš več, te pričnem sovražiti. Dokler se nate lahko zanesem, da izpolnjuješ moje zahteve, seksualne in druge, te ljubim, toda v trenutku, ko preneha dobava tistega, kar hočem, te ne maram več!" Med vama je torej nasprotje, razdvojenost in če se čutiš oddvojen od drugega, potem ni ljubezni.

Če pa lahko živite s svojo ženo brez misli, ki ustvarjajo vsa ta nasprotna stanja, te brezkončne prepire v sebi, potem boste mogoče zaznali, kaj je ljubezen. Potem ste popolnoma prosti in prav tako ona, kajti če ste odvisni od nje zaradi užitkov, ki vam jih daje, potem ste njen suženj.

Če nekdo torej ljubi, mora biti svoboden, ne le drugih, tudi "sebe". To pripadanje drugemu, biti psihološko hranjen od nekoga, odvisen od nekoga - v vsem tem mora biti zmeda, strah, krivda, ljubosumje. In dokler obstaja strah, ne more obstajati ljubezen.

V žalost odeta zavest nikdar ne bo vedela, kaj je ljubezen. Čustvovanje in čustvenost nimata nobene zveze z ljubeznijo. Ljubezen nima nič skupnega z užitkom in željo. Ljubezen ni produkt misli, ki so preteklost. Misel torej ne more nikoli vzgojiti ljubezen. Ljubezen ni ograjena in ujeta v ljubosumje, kajti ljubosumje je misel.

Ljubezen je vedno aktivna sedanjost. Ne obstaja "ljubil bom" ali "ljubil sem". Če spoznate ljubezen, potem ne sledite nikomur. Ljubezen ne uboga, v ljubezni ni spoštovanja ali zaničevanja.

Ali veste, kaj resnično pomeni ljubiti nekoga?

Ljubiti brez sovraštva, brez ljubosumja, brez jeze, brez vsake želje po vmešavanju v delovanje in mišljenje, brez obtoževanja, brez primerjanja? Ali obstaja primerjava, kjer obstaja ljubezen? Če ljubiš nekoga z vsem srcem, z vso zavestjo, s celim telesom, torej s celotnim bitjem, ali obstaja primerjava?

*Ko popolnoma pozabiš nase zaradi ljubezni, postaneš ljubljeni in "tebe" ni več, primerjave ni več.*

*Ali ima ljubezen odgovornost in dolžnost? Ali sploh uporablja te besede? Če storiš nekaj iz dolžnosti, ali je v tem ljubezen?*

*V dolžnosti ni ljubezni. Vzorec dolžnosti, v katerega se je človek ujel, ga je uničila. Dokler govoriš, da delaš nekaj iz dolžnosti, ne ljubiš tega, kar delaš. Kjer je ljubezen, ni dolžnosti in ne odgovornosti.*

*Večina staršev na nesrečo misli, da so odgovorni za svoje otroke in njihov občutek odgovornosti prevzame obliko ukazovanja, kaj "naj bi" in kaj "naj ne bi" otroci počeli in postali. Za svoje otroke hočejo ugledne položaje v družbi. Kar imenujejo odgovornost, je del spoštljivosti, ki jo obožujejo in zdi se mi, da kjer obstaja spoštovanje, tam ni reda. Vse njihovo zanimanje je usmerjeno v "kako postati popoln buržuj". Ko vzgajajo svoje otroke za smetano te družbe, naprej pogojujejo vojno, nasprotja in brutalnost. Se temu reče nega in ljubezen?*

*Resnična nega je kot nega rastline, ki jo zalivamo, proučujemo njene potrebe, ji nudimo najboljšo zemljo, skrbimo zanjo nežno in rahločutno.*

*Ko pa pripravljate svoje otroke, da bi se čim bolje zlili s to družbo, jih pripravljate na vojno, na to, da bodo ubiti. Če bi starši ljubili svoje otroke, ne bi bilo nobene vojne!!*

*Kadar izgubite nekoga, ki ste ga ljubili, pretakate solze. So te solze zaradi mrtveca ali zaradi vas? Ali jokate zaradi sebe ali zaradi drugega? Ali ste kdaj jokali zaradi drugega? Ste kdaj jokali za sinom, ki je padel na bojnem polju? Jokali ste, toda ali so bile to solze samopomilovanja ali ste jokali, ker je bilo ubito človeško bitje?*

*Če ste jokali iz samopomilovanja, vaše solze nimajo pomena, ker ste zaskrbljeni zase. Če jočete, ker ste oropani nekoga, v katerega ste vložili veliko čustev, potem to niso bila prava čustva. Če jokate za svojim bratom, jokajte za njim. Zelo lahko je jokati zaradi sebe, če vas nekdo zapusti. Očitno jočete, ker je vaše srce pretreseno, vendar ni žalostno zaradi drugega, temveč zaradi samopomilovanja in samopomilovanje vas zapre, naredi neobčutljive, trde, neumne in zdolgočasene. Kadar jokate, ker ste osamljeni ali ker vas je nekdo zapustil ali ker ste izgubili moč, vedno jokate zaradi sebe.*

*Če to res razumete, kar pomeni, da ste se ljubezni približali do dotika. Ko jo začutite, kot z dotikom začutite drevo ali toploto, potem lahko vidite, da je žalost umetna, ustvarjajo jo misli.*

*Žalost je posledica časa.*

*Pred tremi leti sem imel še brata. Sedaj je mrtev. Osamljen sem. Bolečina je posledica izgube tolažbe, prijateljstva in to pripelje solze v moje oči.*

*Vse to lahko opazite pri sebi. To lahko vidite le trenutno z enim samim vpogledom, ne skozi časovno analizo. V trenutku lahko spoznate celotno strukturo in naravo te zmedene majhnosti, ki jo imenujete "jaz" - "moje" solze, "moja" družina, "moja" domovina, "moja" prepričanja, "moja" vera - vse te umazane navlake, ki jo imate v sebi. Ko spoznate to s svojim srcem - ne s svojimi možgani - ko spoznate to z vsem svojim bitjem, potem imate ključ, ki bo za vedno pregnal žalost.*

*Ljubezen in žalost ne gresta skupaj, toda v krščanskem svetu so zidealizirali trpljenje, ga pribili na križ in ga častili s trditvijo, da nikoli ne morete pobegniti pred trpljenjem, razen skozi določena vrata; in to je celotna struktura izkoriščanja verne družbe.*

*Če se torej resno vprašate, kaj je ljubezen, vas odgovor lahko tako prestraši, da ne vidite pravega odgovora. Lahko pomeni popolno spreobrnjenje, lahko razbije vašo družino, lahko odkrijete, da nikoli niste ljubili vaše žene ali moža, svojih otrok, lahko pretrese hišo, ki ste jo zgradili, lahko da se nikoli več ne vrnete v tempelj. Toda, če še vedno hočete spoznati, kaj je to ljubezen, boste videli, da ljubezen ni strah, ne odvisnost, ne ljubosumje, ne odgovornost ali dolžnost. Spoznali boste, da ljubezen ni samopomilovanje, ne samopovečevanje, da ljubezen ni nasprotje sovraštva, kot skromnost ni nasprotje nečimrnosti.*

*Če vse to zanikamo, odpustimo, izbrišemo; ne s prisilo, temveč tako kot dež izpere prah preteklosti, potem mogoče lahko zagledamo čudovito rastlino, po kateri nas je vedno žejalo.*

*Če ne spoznamo ljubezni v celoti in nas zadovoljijo že kapljice, bo svet propadel. Razumsko veste, da je celovitost človeštva življenjskega pomena in da je ljubezen edina pot, toda kdo vas bo naučil ljubiti?*

*Ali vas katerakoli avtoriteta, metoda ali sistem nauči ljubiti?*

*Če vam kdo pove, kaj je ljubezen, to ni ljubezen. Ali lahko rečete: "Vadil bom ljubezen, vsak dan bom razmišljal o njej, naučil se bom biti prijazen in dober. Prisilil se bom posvečati pozornost drugim!" Ali mislite, da se lahko disciplinirate v ljubezni, vadite voljo v ljubezni?*

*Če vadite disciplino in voljo ljubezni, gre ljubezen skozi okno. Z uporabo metode ali sistema ljubezni lahko postanete zelo bistri, bolj prijazni, lahko dosežete stanje nenasilja, vendar to še vedno nima nobene zveze z ljubeznijo.*



*Na tem svetu ni ljubezni, ker užitek in želja igrata največjo vlogo v našem življenju, vendar brez ljubezni naš vsakdan nima nobenega smisla. Ne morete ljubiti, če ne zaznavate lepote. Lepota ni nekaj, kar vidite - ni lepo drevo, lepa slika, lepa zgradba ali lepa ženska. Lepota obstaja le takrat, ko vaša zavest in srce občutita ljubezen. Brez ljubezni in občutka lepote ni vrline.*

*Dobro veste, da lahko naredite kar hočete za izboljšanje družbe, lahko hranite uboge, vendar boste ustvarjali še večjo nesrečo, kajti brez ljubezni je le umazanost in beda v naših srcih. Kjer pa je ljubezen in lepota, je vse, kar naredite prav, vse, kar naredite, prinaša red. Če spoznate ljubezen, potem lahko počnete karkoli hočete, ljubezen bo rešila vse druge probleme.*

*Prišli smo do ključne točke.*

*Ali lahko srečamo ljubezen brez discipline, brez misli, brez prisile, brez kakršnekoli knjige, učitelja ali voditelja? Tako, kot srečamo lepoto zahajajočega sonca?*

*Ena stvar se mi zdi absolutno nujna - pozornost brez motiva, pozornost, ki ni rezultat določene predanosti ali privlačnosti, pozornost, ki ni poželjenje. Človek, ki ne ve, kaj je pozornost, ne bo nikoli spoznal ljubezen, kajti ljubezen se lahko rodi le iz popolne samopozabe.*

*Zavest, ki išče, išče vedno v znanem in to ni zavest, ki išče brez motiva, to ni pozorna zavest. Srečati ljubezen brez iskanja, kar pomeni brez napora in zbiranja izkušenj; srečati jo v trenutku nezavedanja "sebe", je edini možni način, da jo spoznaš.*

*Takšna ljubezen ne pozna časa. Takšna ljubezen je osebna in brezosebna, ljubezen do posameznika in ljubezen do vseh, nedeljiva.*

*Cvetlica ima vonj in vi ga lahko zaznate ali ne zaznate. Ta vonj je za vsakogar. Ali ste blizu ali stran od vrta, je cvetlici popolnoma vseeno. Polna je vonja in deli ga z vsakim.*

*Ljubezen je nekaj, kar je novo, sveže, živo. Nima preteklosti, ne prihodnosti. Leži izven trušča misli. Le nedotaknjena zavest, ne-dolžna zavest, ki izžareva ljubezen, lahko živi v svetu, ki ni nedotaknjen. To nenavadnost, ljubezen, ki jo človek brezkončno išče skozi žrtvovanje, čaščenje, skozi odnose, skozi spolnost, skozi vse oblike užitkov in bolečin, lahko najdemo le, ko misli spoznajo same sebe in naravno umrejo. Potem ljubezen nima več nasprotja, saj v ljubezni ni razdvojenosti.*

*Lahko vprašate: "Če spoznam takšno ljubezen, kaj se bo zgodilo z mojo ženo, z mojim otrokom, z mojo družino? Oni morajo imeti varnost!"*

*Če si zastavite takšno vprašanje, potem še nikoli niste bili izven polja misli, izven razuma. Če pa ste že bili izven tega polja, potem nikoli ne boste postavili tega vprašanja, ker potem veste, kaj je ljubezen, v kateri ni misli, torej ni časa.*

*Te vrstice lahko berete hipnotizirani ali začarani, toda dejansko iti onkraj misli in časa, kar pomeni prekoračiti žalost, pomeni spoznati, da obstaja drugačna razsežnost, razsežnost, ki jo imenujemo ljubezen.*

*Toda, vi ne veste, kako priti do tega nenavadnega izvora.*

*Kaj torej storiti? Kadar ne veste, kaj storiti, ne storite ničesar, ali ne?*

*Popolnoma nič.*

*Potem ste notranje popolnoma tihotni. Ali razumete, kaj to pomeni? Pomeni, da ne iščete. Ne iščete, ne sledite, ne posnemate. In potem, ko ne obstaja več nobeno središče, ko "vi" ne obstajate več, lahko pride ljubezen.*

*Raziskovali smo naravo ljubezni in prišli do točke, ki zahteva veliko večjo pronicljivost, veliko večjo pozornost.*

*Odkrili smo, da ljubezen za večino ljudi pomeni udobje, varnost, zagotovitev trajne čustvene zadovoljenosti do konca življenja. Nenadoma pa pride nekdo kot jaz in vpraša: "Ali je to res ljubezen?" in vam pravi: "Poglejte vase!"*

*Toda vi raje ne bi pogledali vase, raje bi se pogovarjali o duši, politični ali ekonomski situaciji. Če pa ste potisnjeni v kot, vam vpogled pove, da ste vedno mislili, da ljubezen sploh ni ljubezen, temveč le vzajemno izkoriščanje in vzajemno nagrajevanje.*

*Če rečem: "Ljubezen ne pozna preteklosti in ne prihodnosti!" ali "Ljubezen obstaja, kjer ne obstaja središče!", je to resnica zame, ne za vas. Lahko to citirate, spremenite v formulo, toda to nima nobene vrednosti.*

*To morate spoznati sami in za spregledanje morate imeti svoboden, neobremenjen pogled, pogled brez obsodb, presojanj, strinjanja ali nestrinjanja.*

*"Videti" je ena najtežjih stvari v življenju, prav tako kot "slišati". Videti in slišati je isto. Če vam skrbi zaslepijo oči, ne vidite lepote večerne zarje.*

*Civilizacija teži k velikim mestom. Bolj in bolj postajamo mestni ljudje, živeči v prenatrpanih stanovanjih. Večina nas ja izgubila stik z naravo. Nimamo več časa za lepoto večernega neba, zato izgubljam stik z velikim delom lepote. Ne vem, če opazite, kako malo nas opazi mesečino ali odsev luči v vodi.*

*Ker izgubljam stik z naravo, težimo k razvoju razumskih sposobnosti, prečitamo ogromno knjig, hodimo v številne muzeje in na koncerte, gledamo televizijo in se zabavamo na različne druge načine. Brezkončno citiramo besede drugih ljudi in veliko govorimo o umetnosti.*

*Zakaj smo tako odvisni od umetnosti? Ali ni to oblika bega in stimulacije?*

*Če si v neposrednem stiku z naravo, če opazuješ let ptice v vetru, če vidiš lepoto vsakega trenutka, vsako spremembo na nebu, če vidiš lepoto na obrazu ljudi, ali boš še vedno hotel v muzej ali kino?*

*Ker ljudje ne znajo več pogledati navzven in vase, si z raznimi drogami hočejo pomagati, da bi videli boljše.*

*Slišal sem zgodbo o duhovnem učitelju, ki je vsako jutro govoril učencem. Neko jutro, ko je nameraval pričeti s predavanjem, je priletela majhna ptica, sedla na okno in zapela s polnim srcem. Ko je nehala in odletela, je učitelj dejal: "Obred za danes je končan".*

*Zdi se mi, da je eden naših največjih problemov videti v sebi jasno, ne le zunanje stvari, ampak tudi notranje življenje.*

*Ko rečemo, da vidimo drevo ali človeka, ali ga vidimo v resnici? Ali pa vidimo le predstavo, ki smo jo bili zgradili? Ko pogledate drevo, oblak, večerno nebo polno svetlobe in radosti, ali to v resnici vidite, ne le z očmi in razumsko, temveč popolno, celotno? Ali ste kdaj poskusili videti objektivno stvar, na primer drevo, brez vsake asociacije, brez vsakega znanja, brez predsodkov, brez besed, ki naredijo zaslon med vami in drevesom in ki preprečujejo videnje drevesa, kot v resnici je?*

*Poskusite in videli boste, kaj se zgodi, ko opazujete drevo z celim svojim bitjem, s celotno vašo energijo. Videli boste, da v tej intenziteti opazovalec izgine. Obstaja le še pozornost. Le kadar ni pozornosti, obstajata opazovalec in opazovani.*

*Če opazujete nekaj s popolno pozornostjo, ni več prostora za koncept, formulo ali spomin. Zelo je pomembno, da to razumete, ker si bomo sedaj ogledali nekaj zelo pomembnega.*

*Le zavest, ki opazuje drevo ob popolni samopozabi, zaznava lepoto. Takrat, ko vidimo resničnost, smo v stanju ljubezni. Lepoto poznamo v glavnem skozi primerjavo. Vidim neko zgradbo, ki jo imam za lepo in to lepoto sprejemem zaradi znanja arhitekture, torej skozi primerjavo.*

*Zdaj pa se vprašam, ali obstaja lepota brez objekta?*

*Če obstaja opazovalec, ki je cenzor, izkušnja, misel, ne obstaja lepota, kajti lepota ni nekaj zunanjega, nekaj, kar opazovalec vidi in sodi. Ko pa ni opazovalca, kar zahteva veliko pozornosti in meditacije, potem obstaja lepota brez objekta. Lepota leži v popolni samopozabi opazovalca in pozabi opazovanega.*

*Samopozaba je popolna strogost. To ni strogost menihov, ki je osornost in ubogljivost, ne strogost oblek, idej, hrane in obnašanja, temveč strogost popolne preprostosti, ki je popolna skromnost.*

*Ne obstajajo več dosežki, nobene lestve, po kateri bi hoteli više; obstaja le prvi korak in prvi korak je vedno edini, vedno trajajoči korak.*

*Sprehajate se in ni nobenega hrupa. Vi ste tiho in narava okoli vas je v tišini. V tem stanju tihote, ko opazovalec ne opazuje z mislimi, je popolnoma drugačna kvaliteta lepote. Ne obstaja ne opazovalec niti opazovano.*

*Tihota je stanje zavesti, kjer je zavest popolnoma samotna. Je samotna, a ni izdvojena, osamljena. Je samotna v tihoti in ta tihota je lepota.*

*Ali obstaja opazovalec, kadar ljubite?*

*Opazovalec obstoji takrat, kadar je ljubezen želja in užitek. Kadar v odnosu, v ljubezni ni želje in užitka, je ljubezen celostna, popolna. Tako kot lepota je vsak dan nekaj novega in kot smo rekli, ne pozna ne včeraj in ne jutri. Le kadar vidimo brez vnaprejšnjih predstav, smo lahko v stiku z nekom ali z nečem celostno, popolno.*

*Vsi naši odnosi so nestvarni, izmišljeni. Temeljijo na predstavah, ki so jih zgradile misli.*

*Če imam o tebi neko predstavo, ravno tako ti o meni, se ne moreva videti neposredno, takšna, kot sva v resnici. Kar vidiva so lažne predstave, ki sva jih zgradila in te nama preprečujejo priti v stik. Zato propadejo vsi odnosi.*

*Če rečem, da te poznam, mislim, da sem te poznal včeraj, v tem trenutku pa te ne poznam. Kar poznam, je predstava o tebi, predstava zgrajena na tem, kar si rekel, koliko me častiš ali žališ, kar si mi do sedaj naredil. Zgrajena je iz vseh spominov, ki jih imam o tebi.*

*Tvoja predstava o meni je zgrajena prav tako.*

*Razen tega ima vsak predstavo še o sebi in te predstave imajo potem odnose med seboj in nam preprečujejo, da bi se lahko resnično občutili med seboj, se dotaknili drug drugega.*

*Ljudje, ki dolgo živijo skupaj, se dotikajo le še prek predstav in v resnici sploh nimajo več nikakršnega odnosa. Odnos je sodelovanje, dotikanje, sodelovanja pa ni, kjer obstajajo simboli, predstave, ideološki koncepti. Če čutim le "svojo" predstavo o tebi, ne morem občutiti tebe.*

*Zato je pomembno spoznati, ne razumsko, ampak v resnici, dejansko, da v vsakdanjem življenju ne občutite vaše žene, temveč predstavo o vaši ženi, da ne občutite svojih otrok, temveč predstavo o svojih otrocih, predstavo o*

*svoji domovini, o svojih voditeljih, bogovih, predstavo o samem sebi. Cel vaš svet je ena sama predstava.*

*Le kadar spoznate resničen odnos, nastane možnost ljubezni, kajti vse predstave preprečujejo ljubezen. Predstave ustvarijo prostor med vami in opazovanim in v tem prostoru je nasprotje.*

*Zdaj skupaj ugotovimo, ali smo lahko svobodni prostora, ki smo ga sami ustvarili ne le zunaj nas, temveč tudi v sebi, prostora, ki razdvaja ljudi v vseh njihovih odnosih?*

*Popolna pozornost problemu je energija, ki problem razreši, odpusti. Če posvetite problemu vašo popolno pozornost, vaše celotno bitje, potem ni več opazovalca, ni več "vas". Obstaja le še stanje pozornosti, ki je popolna energija in ta popolna energija je najvišja oblika modrosti. To stanje zavesti je popolna tihota in ta tihota, ta mirnost se pojavi, ko je pozornost popolna.*

*To ni discipliniran mir. Ta popolna tihota, v kateri ni ne opazovalca in ne opazovanega, je najvišja oblika duhovne zavesti.*

*To, kar se dogaja v takem stanju zavesti, se ne da prestaviti v besede, ker to, kar je povedano z besedo, ni resnično. Kar se dogaja v takem stanju zavesti, lahko izkusite le sami.*

*Vsak problem je povezan z vsemi drugimi problemi. Če rešiš en problem v celoti, potem lahko srečaš vse ostale probleme z lahkoto in jih razrešiš. Govorimo seveda o psiholoških problemih. Spoznali smo, da problem obstaja le v času, to je, ko se srečamo s problemom le delno. Ni dovolj, da se zavedamo narave in strukture problema, da ga vidimo v celoti, soočiti se moramo z njim takoj, ko se pojavi in ga takoj rešiti, da nima časa pognati korenine v zavest. Če problemu damo čas, pa čeprav le nekaj trenutkov, nam takoj megli zavest.*

*Ali lahko srečamo problem trenutno, ga v trenutku razrešimo in ne dovolimo, da v spominu naredi brazgotino in izkrivi zavest?*

*Te brazgotine v spominu so namreč predstave, ki jih nosimo s seboj in te predstave so tiste, ki se srečujejo s to nenavadnostjo, ki jo imenujemo življenje, ne mi sami. Zato pride do nasprotij in borbe. Življenje je zelo stvarno, življenje ni izmišljotina in če se srečamo z njim preko predstav, nastanejo problemi.*

*Ali se lahko srečamo z vsako stvarjo brez tega časovno-prostorskega intervala, brez zavese med seboj in dejstvom?*

*Možno je le tedaj, ko opazovalec nima trajnosti, ko opazovalec ne gradi predstav, ko opazovalec ni zbirka idej in spominov, ko torej ni klobčič izmišljotin.*

*Ko gledate zvezde, ali ste vi tisti, ki gleda zvezde?*

*Nebo je posuto z briljantnimi zvezdami, okoli vas je mrzel zrak in tu ste "vi", opazovalec, nabiralec izkušenj, misleče bitje, "vi" z vašim bolečim srcem, "vi", središče, ki ustvarja prostor. Nikoli niste mogli razumeti ta prostor med vami in zvezdami, med vami in vašo ženo ali prijateljem, ker jih še nikoli niste pogledali brez predstave in zato ne veste, kaj je lepota in kaj je ljubezen. Govorite o njej, pišete o njej, toda nikoli je niste spoznali, razen v redkih trenutkih samopozabe.*

*Dokler obstaja središče, ki ustvarja prostor okoli sebe, ne obstaja ljubezen in ne lepota. Ko pa ne obstaja središče in ne okolica, potem obstaja ljubezen in ko ljubite, ste lepota.*

*Če gledate obraz nasproti, gledate iz središča in to središče ustvarja prostor med osebo in vami. Zato so naša življenja tako prazna in neobčutljiva.*

*Ne morete gojiti ljubezni ali lepote, kot ne morete izumiti resnice, toda, če se ves čas opazujete kako dejstvujete, lahko vzgojite zavestnost in iz te zavestnosti boste pričeli spoznavati naravo užitka, želje in žalosti, popolno osamljenost in dolgočasnost človeka in počasi boste prišli do stvari, ki se imenuje čas, prostor, časovno-prostorski interval.*

*Kadar obstaja prostor med vami in objektom, ki ga opazujete, boste videli, da tam ni ljubezni in brez ljubezni se lahko še tako trudite spremeniti svet, vpeljati nov socialni red, vedno boste ustvarjali le agonijo.*

*Vse je torej na vas.*

*Ne obstaja voditelj, ne obstaja učitelj. Nihče ne obstaja, ki bi vam povedal, kaj storite. Popolnoma sami ste v norem, brutalnem svetu.*

*Pojdite z mano še malo dlje, mogoče bo zapleteno, občutljivo, toda, prosim, nadaljujmo.*

*Ko si naredim predstavo o vas ali o čemerkoli drugem, lahko vidim to predstavo. Obstaja torej predstava in opazovalec predstave. Vidim nekoga npr. z rdečo srajco in moj takojšnji odziv je, da mi je ali da mi ni všeč. Odziv je rezultat moje kulture, mojega znanja, mojih asociacij, zanimanj, mojih pridobljenih in podedovanih značilnosti. Iz tega središča opazujem in presojam. Opazovalec je torej oddvojen od stvari, ki jo opazuje.*

*Toda pozoren opazovalec je zavesten več kot ene predstave, ustvaril si je na tisoče predstav.*

*Ali je opazovalec drugačen od teh predstav? Ali ni tudi sam le ena od predstav?*

*Vedno dodaja in odvzema od tega, kar misli, da je. Je živeče bitje, ki ves čas meri, primerja, presoja, prilagaja in spreminja "sebe". Je rezultat zunanjih in notranjih pritiskov. Živi v polju zavesti, ki je njegovo lastno znanje, vplivi in brezštevne kalkulacije.*

*Ko iztočasno s predstavo pogledate opazovalca, to je "sebe", opazite, da je narejen iz spominov, izkušenj, naključij, vplivov, tradicij in brezštevlnih variant trpljenja - iz vsega, kar je preteklost. Torej je opazovalec tako preteklost kot tudi sedanjost in prihodnost čaka nanj in je tudi del njega. Je pol živ in pol mrtev in skozi polmrtvo predstavo o življenju opazuje dejstva.*

*V tem stanju zavesti, ki je v polju časa, vi, opazovalec, opazujete strah, ljubosumje, vojno, družino - to umazano, zaprto, omejeno enoto - in poskušate rešiti problem, ki ga opazujete in ki je izziv, novo. Kakorkoli se trudite, vedno prevajate novo v stare obrazce in zato ste vedno razdvojeni.*

*Ena predstava, to je opazovalec, opazuje ducat drugih predstav znotraj in zunaj sebe in reče: "Všeč mi je ta predstava, obdržal jo bom!" ali "Ne maram te predstave, znebil se jo bom!" Vendar, ta opazovalec je sestavljen iz različnih predstav, ki so nastale skozi odzive na različne druge predstave.*

*Prihajamo torej do točke, ko lahko rečemo: "Tudi opazovalec je predstava, le razdelil je samega sebe in opazuje".*



*Ta opazovalec, ki je nastal skozi različne druge predstave, misli, da je večer in med njim in predstavami, ki jih je ustvaril, je razcep, časovno-prostorski interval. Ta interval ustvari nasprotje med njim samim in predstavami, za katere verjame, da povzročajo njegove težave. Reče si torej: "Znebiti se moram tega nasprotja!", toda sama želja, rešiti se nasprotja, ustvari naslednjo predstavo.*

*Zavestnost vsega tega, kar je prava meditacija, odkrije, da obstaja osrednja predstava, sestavljena iz vseh predstav in ta osrednja predstava, opazovalec, je cenzor, sodnik, ocenjevalec, izkušnja, ki hoče nadvladati, zavzeti ali uničiti druge predstave. Ostale predstave so rezultat presoje, mnenj in zaključkov opazovalca in opazovalec je rezultat vseh ostalih predstav. Torej je opazovalec tisti, ki je opazovan.*

*Zavestnost torej odkrije različna stanja človekove zavesti, odkrije različne predstave in nasprotja med njimi, odkrije zaradi tega nastalo borbo, obup zaradi nemoči rešiti ta nasprotja in vse različne poskuse, kako pobegniti.*

*Vse to odkrijemo skozi neprestano pozorno opazovanje in potem se pojavi zavestnost, da opazujemo opazovalca.*

*Ni višje bitje tisti, ki je tega zavesten, ker ne obstaja višji jaz (višje telo, višji jaz so iznajdbe, predstave). Zavestnost sama obelodani spoznanje, da je opazovalec isto kot opazovano.*

*Zastavite si vprašanje: "Kdo je enota, ki postavlja vprašanja? Kdo je enota, ki dobi odgovor?"*

*Če je ta enota del zavesti, del misli, potem je nesposobna spoznanja. Kar lahko najde, je le stanje zavesti in če je v tem stanju zavesti še vedno enota, ki pravi: "Moram se zavedati, moram se učiti zavestnosti!", je to spet druga predstava. Ta zavestnost, da je opazovalec opazovano, ni proces poistovetenja z opazovanim.*

*Večina se nas poistoveti z nečim ali nekom - z družino, možem ali ženo, z narodom, ideologijo - in to vodi v velike bede in v velike vojne.*

*Mi proučujemo nekaj popolnoma drugega in to moramo spoznati, ne verbalno, temveč s celim svojim bistvom, v koreninah svojega bivanja.*

*V stari Kitajski je umetnik, preden je začel risati npr. drevo, sedel pred njim dneve, mesece ali celo leta, dokler ni postal drevo. Ni se poistovetil z drevesom. To pomeni, da ni bilo prostora med njim in drevesom, nobenega prostora med opazovalcem in opazovanim. Ni bilo opazovalca, ki bi opazoval lepoto, gibanje, sence ali kvaliteto barv, umetnik je bil drevo samo in samo v takem stanju je risal.*

*Vsak premik na strani opazovalca, če ni spoznal, da je opazovalec isto kot opazovano, ustvari samo novo serijo predstav, v katere se zopet ujame. Toda, kaj se zgodi, če se opazovalec zave, da je "opazovano"?*

*Pojdimo počasi, zelo počasi, ker je to zelo zapletena stvar. Kaj se zgodi?*

*Opazovalec sploh ne stori ničesar.*

*Opazovalec je vedno dejal: "Nekaj moram storiti glede teh predstav, moram jih zatreti ali jim dati drugačno obliko!" Vedno je bil dejaven v odnosu z opazovanim, se odzival z zanimanjem ali slučajno in to akcijo, na podlagi opazovalčevega sprejemanja ali odbijanja, imenoval pozitivna akcija: "Imam rad, zato moram obdržati! Ne maram, zato se moram znebiti!"*

*Ko pa opazovalec spozna, da je stvar, proti kateri deluje v resnici on sam, potem ni več nasprotja med njim in predstavo, saj je on sam ta predstava. Ni oddvojen od nje, od "sebe".*

*Ko je bil oddvojen od predstave, je naredil ali poskušal kaj ukrepati glede tega, ko pa spregleda, da je on sam ta predstava, potem ne obstaja več: "Imam rad!" in ne: "Ne maram!" in nasprotja ni več, razdvojenosti ni več.*

*Kaj bi opazovalec lahko storil? Če je nekaj "ti", kaj lahko storiš?*

*Ne moreš se temu upreti, zbežati, niti sprejeti. Obstaja.*

*In vse akcije, ki izhajajo iz: "Imam rad! Ne maram!", prenehajo.*

*Potem ugotoviš, da obstaja zavestnost, ki je neznansko živa. Ni vezana na nobeno središče, na nobeno predstavo. Iz intenzivnosti te zavestnosti se rodi drugačna kvaliteta pozornosti in zato zavest, kajti zavest je ta pozornost, postane nenavadno občutljiva in nenavadno dojemljiva.*

*Pojdimo zdaj k vprašanju, kaj je razmišljanje, kakšen je pomen tistih misli, ki jih moramo uporabljati s pazljivostjo, logiko in treznostjo v vsakdanjem življenju in katere so tiste misli, ki sploh nimajo nobenega pomena.*

*Dokler ne poznamo obeh vrst misli, ne moremo razumeti nekaj veliko bolj globokega, nekaj, česar se misli ne morejo dotakniti.*

*Poskusimo torej razumeti celotno zapleteno strukturo mišljenja: kaj je spomin, kako se misli porajajo, kako misli pogojujejo, obremenjujejo celotno naše bivanje. Z razumevanjem tega bomo mogoče prestopili nekaj, kar misli še niso odkrile in kamor misli zato ne morejo odpreti vrat.*

*Zakaj so misli postale tako pomembne v našem življenju, misli, ki so izražajo v idejah, misli, ki so odgovori na spomine, shranjene v naših možganskih celicah?*

*Mnogi med vami si še niso zastavili tega vprašanja. Če pa ste si ga, ste mnogi odgovorili: "Misli niso tako pomembne, pomembna so čustva!"*

*Ne razumem, kako lahko to dvoje delite. Če misli ne bi dajale trajnost čustvom, bi čustva hitro ugasnila.*

*Zakaj so torej misli tako pomembne v naših vedno utrujenih, prestrašenih, zdolgočasnih življenjih? Vprašajte se, kot se sprašujem jaz, zakaj smo sužnji svojih misli - misli, ki so zvite; misli, ki znajo organizirati, ki lahko ustvarjajo, ki so iznašle toliko stvari, ki so rodile toliko vojn, ustvarile toliko strahu, zmede; misli, ki vedno gradijo predstave, ki vedno lovijo svoj lastni rep; misli, ki prežvekujejo včerajšnje veselje, mu dajejo trajnost in ga kot užitek prenašajo v sedanost in tudi v prihodnost; misli, ki so vedno aktivne, ki vedno klepetajo, ki so gibljive, konstruktivne, ki odvezemajo, dodajajo, predpostavljajo?*

*Ideje so nam postale veliko bolj pomembne kot akcija - ideje, ki so jih razumniki izrazili v knjigah na vseh področjih. Bolj ko so te ideje zvite in prefinjene, bolj častimo njih in knjige, ki te misli vsebujejo. Mi sami postanemo te ideje, tako težko smo z njimi pogojeni. Vedno premlevamo ideje in ideale in dialektično ponujamo svoja mnenja.*

*Vsaka vera ima svojo dogmo, svojo formulo, svojo pot do boga in če se poglobimo v začetek misli, podvomimo o pomembnosti ideje nasploh.*

*Ločili smo idejo od akcije, ker so ideje vedno iz preteklosti, akcija pa je vedno v sedanjosti. Živimo vedno v sedanjosti, ker pa nas je strah živeti v sedanjosti, nam je preteklost skozi ideje postala tako pomembna. Res je nenavadno opazovati delovanje našega lastnega mišljenja; le opazovati proces svojega razmišljanja - kako mislimo in kje odzivi, ki jih imenujemo mišljenje, izvirajo. Očitno iz spomina.*

*Ali sploh obstaja začetek misli?*

*Če obstaja, ali lahko pridemo do njihovega izvora, to je do začetka spomina? Kajti, če ne bi imeli spomina, ne bi imeli misli. Videli smo, kako misli vzdržujejo, dajejo trajnost užitku, ki smo ga imeli včeraj in kako misli vzdržujejo tudi nasprotje užitka, to je strah in bolečino.*

*Torej je razmišljujoči opazovalec tako užitek kot tudi bolečina in tudi enota, ki neguje užitek in bolečino. Človek, misleče bitje, je razdvojil užitek in bolečino in ne vidi, da je v sami zahtevi po užitku tudi povabilo bolečini in strahu. Misli v človeških odnosih vedno zahtevajo užitek, kar prikrijejo z različnimi besedami kot so lojalnost, pomoč, dajanje, vzdrževanje, usluga.*

*Sprašujem se, zakaj hočemo delati usluge?*

*Vsi ponujajo dobre usluge. Kaj besede pomagati, dati, narediti uslugo, pomenijo? Zakaj tu gre? <sup>2</sup>Ali cvetlica, polna lepote, svetlobe in ljubkosti reče: "Dajem, pomagam, delam uslugo"? Ona le obstaja in ker ne poskuša narediti ničesar, krasi ves svet.*

*Misel je tako premetena, tako spretna, da popači vse za svoje potrebe. Misel v svoji zahtevi po užitku omejuje samo sebe. Misel je izvor dvojnosti v vseh naših odnosih.*

*V nas je nasilje, ki ga poraja užitek, toda tudi želja po miru, želja po biti dober in nežen. To se dogaja vseskozi v našem življenju. Misli niso le izvor razdvojenosti, nasprotij v nas, temveč zbirajo tudi brezštevne spomine na užitke in bolečine in iz teh spominov se zopet rojevajo nove misli. Misli so torej preteklost, vedno stare, o čemer smo že govorili.*

*Ker vsak izziv srečamo skozi očala preteklosti, izziv pa je vedno nov, bo naše srečanje z izzivom vedno nepopolno, neprimerno zaradi nasprotij, borb, zaradi vse bede in žalosti, katere dediči smo. Naši omejeni možgani so v borbi, karkoli storimo, pa naj si želijo, posnemajo, se prilagajajo, zatirajo, izdvajajo ali jemljejo mamila, da bi dobili širino. Karkoli naredijo, so v stanju nasprotja, borbe in vedno bodo pogojevali nadaljna nasprotja.*

*Tisti, ki veliko mislijo, so veliki materialisti, kajti misli so materija ravno tako, kot so materija zid, vrata ali telefon. Energija, ki deluje po vzorcu, postane materija.*

*Obstajata energija in materija. To je vse, kar življenje je. Vi lahko mislite, da misel ni materija, vendar je. Misel je materija kot ideologija.*

*Kjer je energija, se le ta spreminja v materijo. Materija in energija sta v medsebojnem odnosu. Eno ne more obstajati brez drugega in večja je harmonija med njima, večje je ravnotežje, bolj so aktivne možganske celice.*

*Misli so ustvarile te vzorce užitka, bolečine, strahu. Že tisočletja se vrtijo v krogu znotraj sebe in ne morejo streti vzorcev, ki so jih same ustvarile.*

*Novo dejstvo ne morete videti z mislimi. Lahko ga z mislimi, verbalno, razumemo kasneje, toda spoznanje novega dejstva z razmišljanjem ni možno. Misli nikoli ne morejo rešiti nobenega psihološkega problema. Kakorkoli pametna, zvita, izobražena je misel, kakršnekoli strukture misel ustvarja skozi znanost, skozi elektronske možgane, skozi nasilje ali potrebo, misel nikoli ni nova in zato nikoli ne more odgovoriti na nobeno bistveno vprašanje.*

*Stari možgani ne morejo rešiti problema življenja. Misel je pokvarjena, ker si lahko izmisli karkoli in vidi stvari, ki jih ni. Uporablja lahko najbolj nenavadne prevare in zato se nanjo ne moremo zanesiti, toda če spoznate celotno strukturo tega, kako mislite, zakaj mislite, spoznate pomen besed, ki jih uporabljate, pomen načina vašega obnašanja, načina pogovarjanja z ljudmi, ravnanja z ljudmi, pomen načina hoje; če ste zavestni vseh teh stvari, potem vas vaš razum ne bo zapeljal, ker ne obstaja nihče več, ki bi bil lahko zapeljan.*

*Zavest potem ni nekaj, kar zahteva, predpostavlja, temveč postane nenavadno tihotna, gibka, občutljiva, samotna in v takem stanju ni zmote.*

*Ali ste kdaj opazili, da v stanju popolne pozornosti opazovalec, središče, "jaz" izgine?*

*V takem stanju pozornosti misli pričnejo odmirati.*

*Če hočemo videti nekaj zelo jasno, mora biti naša zavest zelo tihotna, brez vseh predsodkov, klepetanja, dialogov, predstav, slik. Vse to moramo odložiti, kadar opazujemo in v tej tihoti lahko vidimo nastanek misli.*

*Ne morete opazovati, kadar iščete, postavljate vprašanja ali čakate na odgovor. Le takrat torej, ko ste popolnoma tihotni in s celim svojim bitjem vprašate: "Kje je začetek misli?", boste zagledali, kako se iz te tihote oblikujejo misli.*

*Če smo zavestni, kako misli nastajajo, potem ni nobene potrebe po nadzorovanju misli. Ne le v šoli, skozi celo življenje porabimo ogromno energije, ko skušamo nadzorovati svoje misli: "To so dobre misli, veliko moram o tem razmišljati! To je grda misel, moram jo zatreti!"*

*Ta bitka traja ves čas, bitka med eno in drugo mislijo, eno in drugo željo, zahteva enega užitka po nadvladi nad drugim. Če pa se zavemo začetka misli, potem ni več nobene razdvojenosti v mišljenju.*

*Ko slišite ugotovitev: "Misel je vedno stara!" ali "Čas je žalost!", misel začne to prevajati in razlagati. Toda prevajanje in razlaga imata osnovo v včerajšnjem znanju in izkušnjah, torej boste vedno prevajali glede na svojo pogojenost.*

*Če pa pogledate te ugotovitve in jih ne prevajate, ampak jim posvetite vso svojo pozornost, boste ugotovili, da ni ne opazovalca ne opazovanega, ne razmišljujočega in ne misli.*

*Ne vprašajte me sedaj: "Kaj je bilo prej, misel ali mislec?" To je zvit argument, ki pa ne pripelje nikamor.*

*Sami lahko opazite, da kadar ni misli - kar ne pomeni stanje amnezije - da dokler nobena misel ne pride iz spomina, izkušenj ali znanja, ki so vsi iz preteklosti, sploh ni nikogar, ki bi mislil. To ni filozofska ali mistična zadeva, oprava imamo z resničnimi dejstvi in videli boste, če ste prišli tako daleč na tej poti, da ne boste odgovorili na izziv več s starimi, temveč popolnoma prenovljenimi možgani.*

*V življenju, kot ga večinoma živimo, obstaja zelo malo samote. Celo kadar smo sami, je naše življenje natrpano s toliko vplivi, s toliko znanja, s tolikimi spomini na izkušnje, s toliko zmede, bede in tolikimi nasprotji, da naša zavest postaja bolj in bolj neumna, bolj in bolj neobčutljiva, delujoča v monotoni rutini.*

*Prijetna zgodba govori o dveh menihih, ki potujeta od vasi do vasi in na obali reke srečata jokajočo mlado deklico.*

*Eden od menihov jo vpraša: "Zakaj jočeš, sestra?"*

*Deklica odgovori: "Vidiš tisto hišo onkraj reke? Danes zjutraj sem prečkala reko brez težav, zdaj pa je reka narasla in ne morem nazaj. Tudi nobenega čolna ni v bližini."*

*"Oh, to pa sploh ni problem", reče eden od menihov, jo dvigne na ramo in odnese čez reko.*

*Meniha gresta dalje.*

*Čez nekaj ur drugi menih reče: "Brat, zapriseгла sva, da se nikoli ne bova dotaknila ženske. Kar si storil, je velik greh. Ali nisi imel užitkov, močnih občutkov, ko si se dotaknil ženske?"*

*Prvi menih mu odgovori: "Jaz sem jo odložil pred dvema urama, ti pa jo še vedno nosiš s seboj, ali ne?"*

*Tako delamo mi vsi. Ves čas nosimo svoja bremena, nikoli jih ne odložimo, nikoli ne umrejo v nas.*

*Le kadar problemu posvetimo popolno pozornost in ga rešimo takoj, kadar ga ne nosimo s seboj v naslednji trenutek, obstaja samota. Potem živimo v samoti celo, če smo v hiši polni ljudi ali na natrpanem avtobusu. Tašna samota naznanja svežo in nedotaknjeno zavest.*

*Imeti notranjo samoto in ne-omejenost je zelo pomembno, ker v tej neomejenosti obstaja svoboda, da si, da greš, da deluješ, da letiš. Konec koncev dobrota lahko cveti le, če ni omejena, kot vrlina lahko cveti le, kadar obstaja svoboda.*

*Lahko imamo politično svobodo, vendar, če notranje nismo svobodni, nismo ne-omejeni. Nobena vrlina, nobena kvaliteta ne more delovati ali rasti brez te neomejenosti znotraj nas.*

*Neomejenost in tihota sta nujno potrebna, kajti le kadar je zavest samotna, neobremenjena, nenaučena, neokovana v različne izkušnje, lahko pride do nekaj povsem novega. Neposredno lahko vidimo, da le tihotna zavest lahko vidi čisto, bistro.*

*Ves namen meditacije na vzhodu je doseči takšno stanje zavesti; z nadzorovanjem misli, z nenehnim ponavljanjem molitev in manter utišati misli in v takšnem stanju razumeti vse probleme. Toda, dokler si postavljamo zahteve po osvobojenju od strahu, žalosti in zmede, si postavljamo pasti, zato ne vidim možnosti doseči resnično tihoto na takšen način.*

*O vseh teh stvareh se je zelo težko pogovarjati. Pogovor, komunikacija med nami zahteva ne le razumevanje besed, ki jih uporabljamo, ampak predvsem čistost zavesti in prisotnost v trenutku, tako da se lahko srečamo na isti ravni. Ne moremo se slišati, če gledamo in poslušamo skozi predstavo, izkrivljeno zaradi znanja, užitka ali mnenja.*

*Misel, ki to predstavo dela, nas spelje iz trenutka. Tako nimamo ne iste ravni zavesti niti istega trenutka in med nami ni stika. Slišati in videti ne moremo tudi, kadar se preveč trudimo razumeti.*

*Mislim, da je največje breme življenja neprestana borba za doseči, pridobiti. Od otroštva naprej nas učijo le pridobiti in doseči. Možganske celice same gradijo in zahtevajo te vzorce pridobitništva z namenom imeti svojo lastno fizično varnost.*

*Toda, psihološke varnosti ni v polju pridobitništva.*

*Zahtevamo popolno varnost v vseh naših odnosih, obnašanju in početju, vendar kot smo videli, sploh ne obstaja ničesar takega, kot je varnost, sigurnost. Ko sam spoznaš, da ni nobene oblike varnosti v naših odnosih, da psihološko ni ničesar trajnega, dobiš popolnoma drugačen pristop k življenju.*

*Seveda je življenskega pomena zunanja varnost - streha, hrana, obleka - toda to zunanjo varnost si uničujemo z zahtevo po notranji varnosti.*

*Ne-omejenost in tihota sta potrebna, če hočemo pogledati onkraj svoje zavesti. Kako lahko zavest, ki neprestano deluje, utihne v svoje lastno dobro?*

*Lahko jo discipliniramo, nadzorujemo, oblikujemo, toda takšno mučenje zavesti ne utiša, temveč poneumlja. Očitno je sledenje idealu tihe zavesti brez veljave, kajti prisila zavest le zoži in upočasni. Vsaka oblika nadzora, vsako zatiranje prinaša novo nasprotje, torej nadzor in disciplina nista prava pot, kot tudi nedisciplinirano življenje nima nobene vrednosti.*



*Večji del našega življenja je discipliniran od zunaj z zahtevami družbe, družine, svojega lastnega trpljenja, izkušenj, z zahtevami prilagajanja določenim ideološkim vzorcem in ta oblika discipline deluje najbolj uničujoče.*

*Red mora obstajati brez nadzora, brez zatiranja, brez vsake oblike strahu. Kako takšen red lahko nastane?*

*Ni najprej disciplina, potem svoboda. Svoboda je na samem začetku, ne na koncu.*

*Spoznati to svobodo, ki je svoboda brez vsake discipline in prilagajanja, je disciplina sama. Sam proces učenja je disciplina, sam proces učenja prinaša čistost.*

*Spoznanje celotne sestave in narave nadzora, zatiranja in popustljivosti zahteva pozornost. Za proučevanje discipline ne potrebujete discipline, toda sam proces učenja prinese svojo lastno disciplino, red, v katerem ni nobenega zatiranja.*

*Če hočemo razumeti in odpustiti avtoriteto (govorimo o psihološki avtoriteti, ne o zakonu) vseh verskih organizacij, tradicij in izkušenj, moramo spoznati, zakaj navadno vsi ubogamo. Dejstvo strahu in poslušnosti in da lahko spoznamo resnico, moramo biti svobodni vseh predsodkov, obtožb, mnenj in slepega sprejemanja. Ne moremo sprejemati avtoritete in jo istočasno proučevati; to je nemogoče.*

*Za spoznavanje celotne psihološke zapletenosti avtoritete v sebi, morate biti svobodni.*

*Ko proučujemo avtoriteto, zavrremo celotno strukturo avtoritete in ko zavrremo, je samo dejanje zavračanja luč zavesti, ki je prosta avtoritete. Zavrnitev vsega, kar smo smatrali za vrednoto, zavrnenje zunanje avtoritete, vseh voditeljev, vseh idej, pomeni proučevati. Potem sam proces ni disciplina, temveč njeno zanikanje in to zanikanje je pozitivno dejanje.*

*Zavrremo torej vse stvari, ki se kažejo pomembne, da lahko pridemo do tihotne zavesti. Do tihotne zavesti ne pripelje nobeno nadzorovanje zavesti.*

*Zavest ni tihotna niti takrat, kadar ima objekt, ki jo vsrka vase. Če otroku damo igračo, postane zelo tih, toda vzemite mu igračo in vsa njegova hrupnost se v trenutku vrne.*

*Vsi imamo svoje igrače, ki vsrkajo našo pozornost in občutek imamo, mislimo, da smo zelo tihi, toda če je človek posvečen določeni obliki aktivnosti, znanosti ali čemurkoli, ga igrača ujame vase in v resnici sploh ni tihoten.*

*Edina tišina, ki jo poznamo, je tišina po prenehanju hrupa, tišina, ko ni misli, vendar to ni tihota.*

*Tihota je nekaj popolnoma drugega.*

*Je kot lepota, kot ljubezen in ta tihota ni rezultat tihe zavesti, ni rezultat možganskih celic, ki naj bi doumele celoten vzorec in pravijo: "Za božjo voljo, bodimo tiho!", kajti potem možganske celice same delajo tišino in to ni tihota. Niti ni tihota posledica pozornosti, v kateri je opazovalec opazovano; potem sicer ni trenj, toda to ni tihota.*

*Čakate, da vam bom razložil, kaj je ta tihota, da jo boste lahko primerjali, si jo razložili, odnesli s seboj in pozabili?*

*Ne da se je opisati. Opiše se lahko le znano, svoboda pa se rodi z vsakodnevnim umiranjem znanega - prizadetosti in napuha, vseh predstav, ki smo jih zgradili, vseh iskušenj.- in v tem umiranju same možganske celice postanejo sveže, mlade, ne-dolžne, nedotaknjene. Vendar ta nedotaknjenost, svežina, ta vrlina nežnosti in dobrote še ne prinese ljubezni in ni kvaliteta kot sta lepota ali tihota. Ta tihota, ki ni tišina po prenehanju hrupa, je le skromen začetek, je kot luknjica, skozi katero prideš v ogromen, širok ocean, v nemerljivo, brezčasovno stanje. Tega z besedami ni moč dojeti, če ne razumete celotne zgradbe zavesti in pomena užitka, obupa in žalosti.*

*Potem mogoče lahko pridete do skrivnosti, ki vam je nihče ne more odkriti in ki je nihče ne more uničiti.*

*Živeča zavest je tihotna zavest. Živeča zavest nima središča, zato ni omejena s prostorom in časom. Takšna zavest nima meja in to je edina resnica in resničnost.*

*Vsi hočemo nekakšne izkušnje: mistične izkušnje, duhovne izkušnje, spolne izkušnje, izkušnjo biti bogat, imeti moč, položaj, nadvlado. Ko postanemo starejši in ko večinoma prenehajo zahteve naših fizičnih apetitov, zahtevamo bolj široke, bolj globoke in bolj pomembne izkušnje.*

*Na različne načine poskušamo razširiti polje svoje zavesti in zato npr. uživamo različne droge. To je star trik, ki izhaja iz davnih časov. Prežvekujemo košček lista ali preizkušamo najnovejšo kemično drogo za občasno drugačnost v strukturi možganskih celic, za "večjo" občutljivost in zvečano za-znavo, ki nam daje drugačno podobo resničnosti.*

*Ta zahteva po več in več izkušnjah kaže na notranjo revščino človeka. Mislimo, da skozi izkušnje lahko pobegnemo stran od sebe, toda dojetje izkušnje je pogojeno s tem, kar smo. Če je zavest neumna, ljubosumna, zmedena, lahko vzame kakršnokoli drogo, toda še vedno bo videla le svoj lasten mali svet, svojo lastno malo projekcijo iz svojega pogojenega ozadja.*

*Večina zahteva popolnoma zadovoljujoče, trajajoče izkušnje, katere misli ne morejo uničiti. Torej je v zahtevi po izkušnji skrita želja po zadovoljstvu in ta zahteva po zadovoljstvu pogojuje izkušnjo.*

*Torej moramo spoznati tako zadovoljstvo, kot tudi stvar, ki jo izkušamo.*

*Čutiti veliko zadovoljstvo je velik užitek. Bolj ko je izkušnja trajajoča, globoka in široka, bolj zadovoljuje.*

*Užitek torej ukazuje obliko izkušnje, ki jo zahtevamo in užitek je tudi merilo s katerim merimo izkušnjo. Vse merljivo je v mejah misli in sposobno ustvariti iluzijo.*

*Lahko imamo čudovite izkušnje, vendar nimamo nobenih iluzij. Če pa ste pogojeni, boste neizbežno imeli vizije v skladu s svojo pogojenostjo. Videli boste Kristusa ali Budo ali kogarkoli, ki vanj verjamete in večji vernik ste, večje, močnejše bodo vizije, iluzije, ki so projekcija vaših lastnih zahtev in potreb.*

*Če torej pri iskanju nekaj osnovnega, kot je npr. resnica, vzamemo užitek za merilo, potem smo že vnaprej določili izkušnjo in torej nič več ne more biti resnica.*

*Kaj pomeni izkušnja? Ali je kaj novega, originalnega v izkušnji?*

*Izkušnja je klobčič spominov, ki odgovarjajo na izziv. Zavest lahko odgovori le v skladu s svojim ozadjem in pametnejši, spretnejši ste v razlagi izkušnje, bolj vam odgovarja.*

*Raziskati morate torej ne le izkušnje drugih, temveč tudi svoje lastne izkušnje. Vseizkušnje ste že izkusili, drugače jih ne bi prepoznali. Izkušnje prepoznate kot: biti dober, slab, lep, svet, v skladu torej z vašim pogojenjem.*

*Izkušnjo prepoznamo torej vedno na star način. Če ne prepoznate izkušnje, potem sploh ni bilo nobene izkušnje.*

*Kadar zahtevamo izkušnjo resničnosti, (kar počnemo vsi, ali ne?) jo moramo najprej prepoznati, da jo lahko izkusimo in v trenutku, ko jo prepoznamo, smo jo že spremenili v predstavo. Zato ni več resnična, saj je še vedno v polju misli in časa.*

*Če razum razmišlja o resničnosti, potem to ni več resničnost.*

*Ne moremo prepoznati nove izkušnje. To je nemogoče. Prepoznamo lahko le nekaj, kar smo že poznali in če torej rečemo, da smo doživeli novo izkušnjo, ta sploh ni bila nova. Iskati drugačne izkušnje skozi širjenje zavesti npr. z drogami, ki spreminjajo zavest, je še vedno v polju misli in torej zelo omejeno.*

*Odkrili smo torej osnovno resnico, da je zavest, ki išče, ki hrepeni po večji in globlji izkušnji, zelo plitka in neumna zavest, ker živi vedno v svojih spominih.*

*Kaj bi se nam zgodilo, če ne bi imeli nobene izkušnje več?*

*Odvisni smo od izkušenj, od izzivov. Mislimo, da nas to ohranja budne. Mislimo, da bi zaspali, če v nas ne bi bilo nasprotij, nobenih sprememb, motenj, Mislimo, da so nam Izzivi torej potrebni. Mislimo, da bi brez njih naše zavesti postale neumne in zaspane in smo zato odvisni od izzivov, od izkušenj, ki nam prinašajo vznemirjenja, večjo intenziteto, ki naj bi našo zavest naredile bolj prodorno.*

*Toda v resnici ta odvisnost od izziva in izkušnje le poneumlja našo zavest. V resnici nas sploh ne ohranja budne.*

*Torej se vprašam, ali je mogoče biti buden popolnoma, ne le na obrobju v nekaj točkah svojega bitja, temveč popolnoma prebujen brez vsakega izziva ali izkušnje?*

*To zahteva veliko občutljivost, tako fizično kot psihološko. To pomeni, da moram biti svoboden vseh zahtev, kajti v trenutku, ko zahtevam, določam izkušnjo in da se osvobodim zahteve in zadovoljstva, je potrebno spoznavanje sebe in razumevanje celotne narave zahteve.*

*Zahteva se rodi iz dvojnosti: "Sem nesrečen in moram biti srečen". V sleherni zahtevi po sreči je seme nesreče. Če se nekdo trudi biti dober, je v sami tej dobroti nasprotje, slabo. Vsaka trditev vsebuje svoje lastno nasprotje in napor, da bi ga premagali, okrepi prav to, proti čemur delujemo.*

*Če zahtevate izkušnjo resnice ali resničnosti, je sama ta vaša zahteva rojena iz nezadovoljstva s tem, kar obstaja. Zahteva torej ustvarja svoje nasprotje in na nasprotni strani nasprotja je tisto, kar je resnično.*

*Torej se moramo osvoboditi te nenehne zahteve, drugače ne bo nikoli konca predora dvojnosti. To pomeni spoznati sebe tako popolnoma, da zavest ničesar več ne išče. Takšna zavest ne zahteva izkušnje, ne more zahtevati izziva ali poznati izziv. Ne reče: "Jaz spim" ali "Jaz sem buden". Je le to, kar dejansko je.*

*Le zmedena, ozka, plitka zavest, pogojena zavest, vedno išče nekaj "več".*

*Ali je torej mogoče živeti v tem svetu brez tega "več", brez te večne primerjave?*

*Seveda je. Toda vsak mora to spoznati sam in poglobljanje v to celotno vprašanje je meditacija.*

*Besedo meditacija uporabljajo, tako na vzhodu kot na zahodu, na zelo ponesrečene načine. Obstajajo različne šole meditacije, različne šole in sistemi.*

*En sistem pravi: "Opazuj premikanje svojega palca, opazuj, opazuj, opazuj!" Drugi sistemi zagovarjajo sedenje v določenih položajih, pravilno dihanje ali treniranje zavedanja. Vse to je popolnoma mehansko. Spet drugačna metoda vam daje določeno besedo in vam zagotavlja, ob rednem ponavljanju, nenavadne transcendentalne izkušnje. To je popolna neumnost. To je oblika samohipnoze.*

*S ponavljanjem AMEN ali OM ali COCA COLA v neskončnost boste verjetno dobili določene izkušnje, kajti s ponavljanjem zavest postaja tišja. Vsi poznamo fenomen, ki ga prakticirajo tisočletja v Indiji, imenuje se*

*mantra-joga. V zavest lahko s ponavljanjem vpeljemo prijaznost in mehko, toda še vedno je plitva, neznatna, omejena zavest.*

*Prav tako bi lahko vzeli palico z vrta in ji prinesli vsak dan rožo. Toda, čez mesec dni boste to palico častili in ne prinesli rožo bo postalo greh.*

*Meditacija ne sledi nobenemu sistemu, torej ni neprestano ponavljanje in posnemanje. Meditacija ni osredotočenje.*

*Ena najbolj priljubljenih potez učiteljev meditacije je učiti učence osredotočenja, kar pomeni usmeriti pozornost na eno misel in spoditi ven vse ostale. To je zelo neumna, grda stvar, v katero so prisiljeni vsi učenci tega sveta. To pomeni neprestano bitko med poskušanjem "osredotočiti se" na eni strani in vašo pozornostjo na drugi strani, ki beži stran v različne smeri.*

*V resnici bi morali biti pozorni na vsak premik zavesti, kamorkoli gre. Če vaša pozornost beži, pomeni, da vas zanima nekaj drugega.*

*Meditacija zahteva osupljivo budno zavest. Meditacija je spoznavanje celostnosti življenja, v katerem ni več nobene oblike razdvajanja.*

*Meditacija ni nadzorovanje misli, kajti nadzorovanje misli pogojuje nasprotje v zavesti, ko pa spoznate sestavo in izvor misli, se misli ne bodo več vmešavale in že samo to spoznavanje življenja je svoja lastna disciplina in to je meditacija. Meditacija pomeni biti zavesten vsake misli in vsakega občutka in nikoli reči: "To je prav! To je narobe!" - le opazovati misli in se z njimi gibati.*

*V tem opazovanju pričnete spoznavati celotno gibanje misli in občutkov in iz te pozornosti se rodi tihota.*

*Tišina, ki jo ustvarijo misli je stagnacija, je mrtva. Toda tihota, ki se rodi, ko misli spoznajo svoje lastno nastajanje, svojo naravo, ko misli spoznajo, da so misli vedno stare in nikoli svobodne; ta tihota je meditacija, v kateri je meditator popolnoma odsoten, ker je zavest izpraznila iz sebe vso preteklost.*

*Če berete to knjigo intenzivno eno uro, je to meditacija. Če izberete iz nje le nekaj besed, idej, o katerih boste razmislili kasneje, potem to ni več meditacija.*

*Meditacija je stanje zavesti, ki opazuje celoto s popolno pozornostjo, celostno in ne le delček.*

*Nihče vas ne more naučiti, kako biti pozoren. Če vas nek sistem uči pozornosti, potem ste pozorni na sistem in to ni pozornost. Meditacija je*

*ena največjih umetnosti v življenju, mogoče največja in nihče se je od nikogar ne more naučiti. To je njena lepota.*

*Ne obstaja nobena tehnika in zato nobena avtoriteta.*

*Ko se spoznavate, opazujete sebe kako hodite, kako jeste, kaj rečete, opazujete svojo jezo, ljubosumje. Če ste zavestni vsega tega v sebi brez vsake sodbe, je to del meditacije.*

*Meditiramo lahko torej sedeč na avtobusu, med sprehajanjem v gozdu, polnem svetlobe in senc, med poslušanjem ptice ali ob pogledu na obraz svoje žene ali otroka.*

*V spoznavanju meditacije je ljubezen. Ljubezen ni rezultat sistemov, navad, sledenja metod. Ljubezni ne moremo vzgojiti z mislimi. Ljubezen se mogoče rodi v popolni tihoti, v tihoti, kjer je meditator popolnoma odsoten in zavest je lahko tihotna le, ko spozna svoje lastno gibanje, vse misli in občutke.*

*Da spoznamo to gibanje misli in občutkov, ne sme biti nobene sodbe pri opazovanju. Opazovati na tak način je disciplina in ta vrsta discipline ni vsiljena disciplina, je fluid, svoboda, je svobodna disciplina, ne disciplinirana svoboda.*

*Kar nas je zanimalo v tej knjigi je, kako v nas samih, torej v našem življenju, narediti popolno spremembo in to nima nič opraviti s strukturo družbe, kakršna je. Družba, kakršna je, je grozljiva stvar s svojimi brezkončnimi agresivnimi vojnami, pa naj bodo te osvajalne ali obrambne.*

*Kar potrebujemo, je nekaj popolnoma novega. Potrebujemo spremembo, mutacijo v sami človeški psihi. Stari možgani niso sposobni rešiti problema odnosov. Stari možgani so aziatski, evropejski, ameriški ali afriški.*

*Ali lahko torej sprožimo mutacijo v samih možganskih celicah?*

*Zdaj, ko se bolje poznamo, se zopet vprašajmo, ali je mogoče človeškemu bitju živeti mirno vsakdanje življenje v tem brutalnem, nasilnem, neusmiljenem svetu, svetu, ki postaja bolj in bolj učinkovit in zato bolj in bolj neusmiljen? Ali lahko človek naredi spremembo ne le v svojih zunanjih odnosih, ampak na celem polju mišljenja, čutenja, delovanja in odzivanja?*

*Vsak dan vidimo ali beremo grozljive zgodbe, ki se dogajajo v svetu kot rezultat človeškega nasilja. Lahko rečete: "Nič ne morem narediti glede tega! Kako bi jaz lahko vplival na ta svet?"*

*Čutim, da lahko globoko vplivamo na ta svet, če mi sami nismo nasilni, če v resnici vsak dan živimo mirno življenje; življenje, ki ni tekmovalno, ambiciozno, zavistno; življenje, ki ne ustvarja sovraštva, kajti majhni ognji lahko postanejo požar.*

*Svet smo potisnili v sedanje stanje kaosa s svojo sebično aktivnostjo, predsodki, našimi sovraštvi, nacionalizmi in če rečemo, da nič ne moremo storiti, sprejemamo nered v nas samih kot neizbežno. Razbili smo svet na delčke in če smo mi sami razdvojeni, bodo tudi naši odnosi s svetom razbiti.*

*Če pa delujemo celostno, potem naš odnos s svetom prinese veliko revolucijo.*

*Konec koncev vsak premik, ki kaj velja, vsaka akcija, ki ima kakšen globlji pomen, mora nekje imeti svoj začetek. Jaz sem tisti, ki se mora spremeniti prvi. Spoznati moram naravo in sestavo svojega odnosa do sveta in v tem*



*samem spoznanju je nova akcija. Zato sam, kot človeško bitje, ki živi v tem svetu, prinašam drugačno kvaliteto in ta kvaliteta, se mi zdi, je kvaliteta duhovne zavesti.*

*Duhovna zavest je nekaj popolnoma drugega kot zavest, ki verjame v duha. Ne morete biti duhovni in zraven biti musliman, hindujec, krščan ali budist.*

*Duhovna zavest ničesar ne išče, ne more delati poskusov z resnico. Resnica ni nekaj zaukazanega s strani užitka ali bolečine ali s strani pogojenosti kot hindujec ali karkoli pač mislite, da ste. Duhovna zavest je stanje zavesti, v kateri ni strahu, zato v taki zavesti ni nobenih verovanj, ampak le to, kar obstaja, kar je resnično. V duhovni zavesti je stanje tihote, ki ni proizvod misli, temveč je posledica zavestnosti, posledica meditacije, ko meditator ne obstaja. V taki tihoti je stanje energije, v kateri ni nasprotja.*

*Energija je akcija. Vse akcije so gibanje in vse akcije so energija. Vsaka želja je energija. Vsako čustvo je energija. Vse misli so energija. Vse življenje je energija.*

*Če dovolimo tej energiji teči brez vseh nasprotij, brez vseh trenj, brez vseh borb, potem je ta energija brezmejna, brezkončna. Ko ni trenja, energija nima meja, saj vsako trenje energijo omejuje. Trenje je dejavnik, ki omejuje energijo.*

*Ko vse to vidimo, se torej vprašajmo, zakaj ustvarjamo in vnašamo trenje v to gibanje, ki ga imenujemo življenje? Ali je čista energija, energija brez omejitev za nas le ideja? Ali ni življenje resničnost?*

*Energije ne potrebujemo le za izpeljavo popolne revolucije v sebi, ampak tudi za raziskovanje, opazovanje, dejstvovanje in dokler je kakršnokoli trenje v kateremkoli odnosu, pa naj bo to med ženo in možem, med ljudmi, med eno skupnostjo in drugo, med eno deželo in drugo ali med eno ideologijo in drugo ideologijo - če torej obstaja kakršnokoli notranje ali zunanje trenje, izgublamo energijo.*

*Dokler obstaja časovni interval med opazovalcem in opazovanim, ta interval ustvarja trenje in zato izgublamo energijo.*

*Energija je zbrana v najvišji točki, kadar ni ne opazovalca in ne opazovanega, ko torej ne obstaja interval časa - misel. Takrat energija sama brez motiva najde svojo smer dejstvovanja, ker takrat "jaz" ne obstaja več.*

*Potrebujemo ogromno količino energije za razvozlanje zmešnjave, v kateri živimo in občutek "moram razumeti" prinese življenjsko silo, nujno da*

spoznaš. Toda iskanje, raziskovanje potrebuje čas in kot smo videli, postopno razbremenjevanje življenja ni prava pot.

Čas ni pot.

Pa naj bomo stari ali mladi, le sedaj, v tem trenutku lahko prenesemo celoten proces življenja v drugačno dimenzijo.

Iskanje nasprotnega kar smo, ni prava pot, kot tudi ni prava pot umetna disciplina, ki jo vsiljuje sistem, učitelj ali duhovnik; vse to je tako zelo otročje. Ko to spoznamo, se vprašamo, ali lahko odpustimo to težko pogojenost stoletij v trenutku, ne da bi padli v drugo pogojenost; da smo torej svobodni in da je naša zavest popolnoma nova, občutljiva, živa, zavestna, sposobna?

Kajti to je naš problem. Drugega problema ni, kajti nova zavest takoj reši vsak problem. To je edino vprašanje, ki si ga moramo zastaviti.

Toda, mi se ne vprašamo. Hočemo da nam nekdo pove. Ena najbolj zanimivih stvari v strukturi naše psihe je, da vsi hočemo avtoriteto, da "nam pove", kar je rezultat propagande desetisočih let. Naše mišljenje hočemo sprejeto in potrjeno od drugega, vendar je edini pravi način postavljanja vprašanj ta, da jih zastavljate sebi.

Kar govorim jaz, ima zelo malo veljave. Pozabili boste takoj, ko boste zaprli knjigo. Zapomnili in ponavljali boste določene fraze ali primerjali z že prebranim v drugih knjigah, toda ne boste se soočili s svojim življenjem.

Vendar, to je edino, kar je "vrednost" - vaše življenje, "vi", "vaša" plitkost, "vaša" brutalnost, "vaše" nasilje, oklep, ambicije, "vaša" vsakodnevna agonija in brezkončna žalost. Vse to morate spregledati in nihče na svetu in ne v nebesih vam pri tem ne more pomagati, razen vas samih.

Ko opazujete vse, kar se dogaja v vašem dnevnem življenju, v vaših dnevni aktivnostih - kako primete pero, kako govorite, kako vozite in kako se sprehajate v gozdu - ali lahko v eni sapi in z enim samim pogledom vidite sebe zelo preprosto takšne, kakršni ste?

Ko spregledate sebe, kakšni v resnici ste, potem spoznate celo strukturo človekovega prizadevanja, njegovih zmot, hinavščine, njegovega iskanja. Za to spoznanje morate biti popolnoma pošteni do samega sebe s celim svojim bitjem.

Če deluješ v soglasju s svojimi principi, nisi pošten, kajti kadar deluješ v soglasju s tem, kar misliš, da bi "moral biti", nisi to, kar si resnično. Brutalno je imeti ideale. Če imate ideale, verovanja ali principe, nikakor ne morete videti sebe in svet neposredno.

*Ali ste lahko torej v stanju popolnega odpuščenja, tihotni, brez misli in strahu in ob tem nenavadno radovedni, živi?*

*Stanje zavesti, ki ni več zmožna prizadevanja, je stanje prave duhovne zavesti in v tem stanju zavesti se lahko dotaknemo stvari, ki jo imenujemo resnica ali resničnost ali sreča ali Bog ali lepota ali ljubezen.*

*Te "stvari" ne moremo povabiti. Spoznajte, prosim, to zelo preprosto dejstvo. Ne moremo je povabiti, ne moremo je doseči, ker je zavest preneumna, premajhna, omejena, naša čustva preveč cenena, naš način življenja preveč zmeden, da bi lahko povabili to ogromnost, to nepojmljivost v svojo malo hišo, svoj mali kotiček življenja, po katerem teptamo in pljuvamo.*

*Ne moremo povabiti ljubezni, resnice, lepote.*

*Da jo lahko povabiš, jo moraš najprej poznati, to pa je nekaj, kar je nemogoče, neresnično. Ni pomembno kdo, vendar v trenutku, ko reče: "Vem!", ne ve. Kdor govori, da je našel resnico, je ni našel. Kdor pravi, da jo je izkusil, je ni nikoli izkusil.*

*To so vse poti kako zaslužjiti drugega, prijatelja in sovražnika.*

*Vprašajmo se, ali lahko spoznaš ljubezen, resnico, lepoto, veselje - ne tako, da jih vabiš, čakaš, iščeš, raziskuješ, pač pa tako, da se pač zgodi, kot začutiš sapico, ki pride, ko pustiš odprto okno?*

*Vetra ne morete povabiti, lahko pa imate odprta vrata, kar pa ne pomeni, da ste v stanju čakanja. Čakanje je druga vrsta prevare. Toda to ne pomeni, da se morate odpreti zato, da bi lahko sprejemali. Tudi to je druga misel, prevara.*

*Ali ste se že kdaj vprašali, zakaj človek ne pozna miru, lepote, ljubezni? Človek rojeva otroke, pozna nežnost, ima kvaliteto deljenja v prijateljstvu, partnerstvu, sodelovanju. Zakaj ne pozna ljubezni?*

*Ko ste se sprehajali po gozdu polnem ptic, potočkov, dreves, divjih živali ali sedeli v avtobusu ali bili na počitnicah, ali vam je že kdaj prišlo na misel vprašanje: "Zakaj človek, ki živi že milijon let, še ni spoznal te nenavadne, večno mlade cvetlice?" Zakaj vi, človeško bitje, ki ste tako sposobni, premeteni, pametni, tako rivalski, ki imate tako čudovito tehnologijo, ki ste izumili računalnik, zakaj ne poznate te edinosti, ki je edino pomembna?*

*Sprašujem se, ali ste se že kdaj soočili z vprašanjem, zakaj je vaše srce prazno?*

*Kaj bi odgovorili vi, če bi si zastavili to vprašanje? Kakšen bi bil vaš neposredni odgovor brez vsakršnega izvijanja ali zvijač?*

*Vaš odgovor bi bil v sozvočju z intenzivnostjo zastavljanja vprašanja in nujno spoznanja. Vi te intenzivnosti in nuje nimate, zato nimate energije - energije, ki je radovednost in ne morete se dotakniti resnice brez radovednosti - radovednosti, za katero se skriva neučakanost - radovednosti, v kateri ni nobene skrite želje.*

*Radovednost je precej strašljiva zadeva, kajti če jo imaš, ne veš kam te bo pripeljala.*

*Strah je vzrok, zakaj nimate energije te radovednosti, zakaj nimate te nuje izvedeti iz sebe, zakaj ta kvaliteta, ki ji rečemo ljubezen, manjka v vas, zakaj ni tega plamena v vašem srcu.*

*Če vprašate svojo zavest in svoje srce zelo natančno, boste razumeli, zakaj je nimate in če vas vodi radovednost v vašem spoznavanju tega, zakaj je nimate, boste videli, da je tam.*

*Le z resničnim odpuščanjem, ki je najvišja oblika radovednosti, to stanje, ki ga imenujemo ljubezen, zaživi.*

*Tako kot ljubezni, ne morete gojiti niti skromnosti. Skromnost se rodi z odpuščanjem domišljivosti. Nikoli torej ne morete spoznati, kaj je to skromnost. Človek, ki "misli, da ve, kaj je skromnost", je nečimeren človek.*

*Če s srcem in zavestjo, z živci, z očmi, s celotnim bitjem hočete spoznati življenje, ga spoznati takšnega, kot je in pogledati, kaj je onkraj njega, morate popolnoma zavrniti/odpustiti celoten vzorec življenja, ki ga sedaj živite.*

*V samem procesu odpuščanja umazanega, zavrnitve brutalnosti, se rodi nekaj drugega in tega se nikoli ne boste zavedali, kajti človek, ki se zaveda tihote, ki misli, da ljubi, ne ve kaj je ljubezen in ne sliši tihote.*