

Sat Sandesh

2023. május ♦ 56. ÉVFOLYAM ♦ 5. SZÁM

Tartalomjegyzék

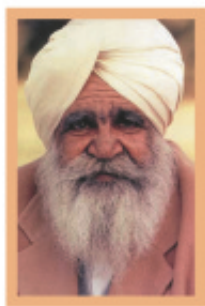
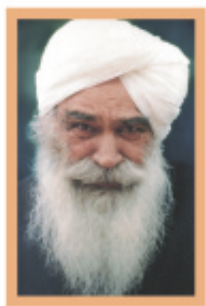
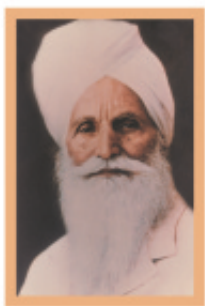
3	Anyák napja	<i>Sant Rajinder Singh</i>
11	Az életben meghalás művészete (2. Rész)	<i>Sant Kirpal Singh</i>
16	A szeretet és az odaadás ajándékai	<i>Sant Darshan Singh</i>
21	<i>Spiritualitás a mindennapokban</i> Fogékonyság A hála, mint spirituális hajtóerő	<i>Sant Rajinder Singh</i> <i>Sant Rajinder Singh</i>
27	<i>Történetek</i> A csorba csésze Engedjük el!	<i>Sant Rajinder Singh</i> <i>Sant Rajinder Singh</i>
31	<i>Gyermekoldalak</i> Egység a sokszínűségben Az élet vizének a kútja	<i>Sant Rajinder Singh</i> <i>Ismeretlen szerző</i>

Igazság Üzenete

A Sat Sandesh havonta megjelenő magyar nyelvű folyóirat, amelyet a Sawan Kirpal Publications USA engedélyével az SKRM Magyarországi Közössége ad ki. A folyóirat kiadásának célja: Sant Rajinder Singh, Sant Darshan Singh, Sant Kirpal Singh, Hazur Baba Sawan Singh és az őket megelőző Mesterek tanításának közzététele. Készült a Sant Mat Alapítvány támogatásával.

ISSN: 1217-6176





Sant Rajinder Singh Ji Maharaj

ANYÁK NAPJA

Anyánk gondolatai, cselekedetei a szereteten keresztül a mi részünkké válnak. Egyedülálló az önfeláldozás, amelyet az édesanyák azért hoznak, hogy gondoskodjanak a gyermekeikről, akiknek hosszú életet kívánnak a földön. Az anya áldozatvállalása, szeretete oly hatalmas, hogy nincs olyan nehézség, amit ne vállalna magára a gyermekéért. Mindig az ő kényelmét keresi. Számtalan példa bizonyítja, mennyi áldozatra képesek az anyák a gyermekeik életéért.

Ha elgondolkodunk az Anyák napja jelentésén, amelyet főleg a nyugati világban ünnepelnek meg, ezen a napon tiszteletünket fejezzük ki az édesanyánknak, aki fizikailag ebbe a világba hozott, aki táplált, ruházott bennünket, amikor kicsik voltunk, aki beszélni és járni tanított minket, aki vezette a háztartást, és olyan légkört

teremtett az otthonunkban, amely a felnevelkedésünkhöz a legmegfelelőbb segítséget nyújtotta.

Ha most a lelkünk és Isten közötti kapcsolatot nézzük, az anya gyermeke iránti szeretete olyan példa ezen a földön, amelynek révén legalább egy halvány elképzelésünk lehet arról a hatalmas szeretetről, amelyet Isten érez mindannyiunk iránt. Hiszen Ő a mi anyánk és az apánk. Mi mind az Ő gyermekei vagyunk. Isten végtelenül szeret bennünket. Mi itt a fizikai tudatosság szintjén élünk, ezért a teljes tudatosság, vagyis Isten szeretetét, mivel Ő szellemi természetű, csak a testi tudatosság fölé emelkedve vagyunk képesek közvetlenül átélni. Atyánk ezért elküldi ide a hírvivőt – a szenteket, a misztikusokat, a Mestereket, a megvilágosodott lelkeket –, hogy megismerhessük az Ő szeretetét, amelyből a Mester, a szent és a tanítványa közötti kapcsolatban egyre

többet tapasztalhatunk meg.

Az Anyák napjáról a nemeslelkűség, az önzetlenség jut az eszünkbe, olyan valakinek az életszemlélete, aki nem önző, nem önmagáért, hanem valaki másért vagy másokért él. Csak ad, ad és ad.

Egy palotában csodájára jártak az emberek egy szobornak. Nagyon érdekes történet szól ennek készítőjéről, aki sok más alkotóművészhez hasonlóan nagy szegénységben élt. Jellemző módon az új dolgokat alkotók az életük során sok nehézséggel kerülnek szembe. Ez a művész is ilyen körülmények között tengődött, és közben egy gyönyörű szobrot alkotott. Amikor készen lett vele, boldogan élvezte a szobor szépségét. Büszke volt a művére, és arra gondolt, mily sok ember fogja csodálni ezt nemcsak az ő korában, hanem nemzedékekkel később is. Nagyon elégedett volt a művével.

Majd aludni tért. Éjjel egyre nagyobb lett a hideg. Nagyon nyugtalanította a gondolat, hogy a szobornak valami baja eshet. Ezért az éjszaka közepén felkelt, és az egyetlen takarójával, nagy gondossággal teljesen beburkolta a szobrot. Egyetlen apró részét sem hagyta szabadon. Ezután ismét lefeküdt. Reggel valaki, aki rányitotta az ajtót, felfedezte, hogy a szobrász megfagyott, meghalt. A szobor sértetlen maradt.

Ilyen fajta önfeláldozást találunk az anyák életében. Függetlenül attól, hogy milyen nehézségeken kell ke-

resztülmenniük, ők gondoskodnak a gyermekükről. Miért tesz így egy anya? Ő az a fizikai személy, akinek a segítségével a gyermek megérkezik ebbe a világba. Szoros vele a kötéleke, hiszen őbenne teremődik meg ez az új élet. Az anya mindent megtesz, hogy a gyermeke élete jól alakuljon.

Ehhez hasonlítható a szentek és a tanítványaik kapcsolata is. A Mester nagylelkűen gondoskodik a tanítványáról. Sokszor elgondolkozunk azon, hogyan segíthetne rajtunk egy másik emberi lény. A szentek, a Mesterek küldetése az, hogy a segítségükkel meg tudjuk tapasztalni a valódi lényünket, a valóságot. Ők tehát csak adnak nekünk. A valakinek adás képessége akkor jelenik meg az életünkben, ha szeretet van iránta bennünk. Sant Kirpal Singh gyakran mondta: „A szeretet csak adást és áldozathozatalt ismer.” Csak akkor tudunk adni, ha szeretünk valakit, és gondoskodunk róla. A lelkünk, amely Isten része, telített az Ő Fényével és szeretetével. A szentek megáldanak bennünket ezzel a Fénnyel és szeretettel. Megnyitva az egyszemünket, a harmadik szemünket, megteremtik a kapcsolatunkat az Istenerővel. Így fel tudunk emelkedni a bennünk lévő régiókba. Ekkor ébredünk rá arra, kik is vagyunk valójában.

A szentek már elérték az Istennel való egyesülést. A nagy Mesterek Sach Khandból és olyan szintekről érkeznek közénk, ahol csak a tökéletes tudatosság létezik. Mivel ők már



egyek Istennel, a részükről kegy az, hogy a mi megsegítésünk érdekében visszatérnek ide. Ők már az Úr spirituális napfényében fürdenek, de segíteni akarnak nekünk, hogy mi is célba érhessünk. Ezt az ő nemes szívüknek, szeretetüknek köszönhetjük. Őket ez a küldetés élteti.

A buddhizmusban úgy tartják, hogy miután Buddha elérte a Nirvánát, nem maradt meg ebben az állapotban, hanem úgy határozott, hogy mindaddig visszatér a földi világba, amíg az összes lélek el nem éri ugyanezt a szintet. Folytonosan reinkarnálódik, hogy a lelkek az életek és a halálok kerekéből kiszabadulva, visszajuthassanak Istenhez. Ez is jól példázza, megvilágítja előttünk a szentek, a Mesterek, a megvilágosod-

dott lények önfeláldozását.

A szufizmusból származik a következő érdekes történet, amely egy Hakim nevű királyról szól, aki nagy jóakarattal, körültekintően gondoskodott a népéről. Minden szükséges dologgal ellátta az embereket. Az országában mindenki nagyon boldog volt. Ahogy ez már lenni szokott az életben, ha valahol nagyon jól alakulnak a dolgok, megjelenik a féltékenység. Az egyik szomszédos ország uralkodója sokat hallott erről a királyról. Azt kérdezte magától. „Mi az oka annak, hogy mindenki, aki tőle visszatér, dicséreteket zeng róla? Meg kell hódítanom ezt a királyságot! Nagy a hatalmam, erős a hadseregem, és azt akarom, hogy tudják meg az ő alattvalói is, hogy én milyen jó vagyok!”

Azt üzenté a királynak: „Ha nem hódolsz be nekem, akkor a hadseregem pusztá földdé teszi a királyságot.” Hakim összehívta az udvari tanácsadóit, akik azt mondták neki: „Igaz, hogy neki nagy hadserege van, de a te alattvalóid nagyon hűségesek hozzád. Mindenki kész arra, hogy megvédje az országát. A mi tanácsunk tehát az ellenállás, a szembe-szegülés. Ne hagyjuk, hogy belépjen a királyságunkba!” A király válasza így hangzott: „Egyetlen ember életét sem akarom ezért veszélyeztetni. Mondjátok meg a királynak, hogy elhagyom az országomat, és ő idejöhét a helyemre. Ezután majd őt szolgáljátok. Az emberek majd megszokják az ő kormányzását.”

Ő pedig egy, a királyságon kívül eső, távoli helyen lévő kis kunyhóban folytatta az életét. Ezután a másik király birtokba vette az országát. Ahogy azonban telt-múlt az idő, rájött, hogy az emberek még mindig a korábbi királyra emlékeznek, és arról beszélnek, hogy mennyire jó uralkodó volt. Pedig ő is igyekezett jó dolgokat tenni, nem bántott senkit sem, hagyta, hogy az emberek nyugodtan éljenek, és semmin sem változtatott ebben a térségben. Az alattvalói mégis csak a másik királyt emlegették. Ekkor arra gondolt, hogy el kellene őt fogatni, mert másképp nem tudja törölni az emlékét a fejeikből. Közhírré tette, hogy aki megmondja, hol tartózkodik jelenleg a volt király, az jutalmul ötezer pénzérmét kap.

Egy napon a volt uralkodó, aki az erdőben ennielót gyűjtött magának, egy favágó és a felesége közötti lár-más beszédre lett figyelmes. A favágó azt mondta: „Mi tudjuk, hol van a király. A környéken szokott lenni. Megmondom az új királynak, és megkapom a jutalmat.” A felesége felkiáltott: „Megőrültél? Ő mindig olyan jó volt hozzánk. Hogy tehetnél ellene ilyet?” Egyre hevesebben vitatkoztak. A favágó fő érve az volt: „Ha én nem jelentem a dolgot a királynak, akkor előbb-utóbb úgyis megtalálja őt valaki más, és akkor az övé lesz ez a sok pénz.” A felesége tiltakozott: „Legyünk hűségesek őhozzá. Az életünk nehéz helyzetekben annyi jót tett értünk. Ne forduljunk ellene!”

Ekkor a volt király odament hozzájuk, és azt kérte a favágótól: „Vigyél az új király elé!” A feleség közbe-vágott: „Soha nem teszünk ilyet!” „Akkor magam megyek el őhozzá, és megmondom neki, hogy ez a fickó nem segített neked elkapni engem. Ekkor aztán bajba kerültek.”

A szóváltást hallva többen, akik arra jártak, odajöttek: „Hiszen ez a király!”– kiáltottak fel. Elfogták őt, mert mind vágytak a sok pénzre. Az udvarba vitték, és kérték a jutalmat. A favágó, aki először fel akarta adni, szintén megjelent a palotában, mert a jutalomosztásból ő sem akart kimaradni. Amikor a király utasítást adott, hogy adják oda a pénzt azoknak, akik a színe elé vitték a volt uralkodót, az

megszólat: „Nem ezeket az embereket, hanem a favágót illeti meg az egész jutalom. Ő talált rám.” Ezt hallva a favágó felismerte, hogy mennyire jó ember volt a király, aki csak azért adta fel magát, hogy az övé lehessen a pénz.

Amikor az új király meghallotta a favágótól az egész történetet, azt, ahogy a feleségével vitatkozott, majd a volt uralkodó odajött hozzájuk, és megkérte, hogy vigye el őt az udvarba, ő is rádöbbsent a volt király jóságára, és arra, hogy nem a hatalom, hanem az igaz cselekedetek változtatják meg a szíveket. A történet szerint nemcsak a jutalom-érméket adta oda a favágónak, hanem visszaadta az országot is a korábbi királynak, azt mondva: „Te vagy a megfelelő személy az ország kormányzására.” Majd visszavonult a saját korábbi királyságába.

A történet tanulsága az, hogy a nemes szív még az ellenséget is megnyeri. Ennek az erénynek a forrása a bennünk lévő szeretet, és az az igyekezetünk, amellyel gondoskodni akarunk valaki másról. Erre mutatnak példát az anyák és az apák, akik gondoskodnak a gyermekeikről.

A nagylelkűség mintaképei a nagy szentek és misztikusok, akik önfeláldozóan törődtek a saját idejükben élt emberekkel, függetlenül attól, hogy milyen hitet követtek. Amikor igazi szentek érkeznek a földre, ők a teljes figyelmüket a léleknek adják, és a céljuk az, hogy tudatossá tegyenek bennünket a valódi lényünkre. A szentek

minden hagyományban, hitben, vallásban, kultúrában, a világ minden részén azért éltek, hogy felemeljék az emberiséget, hogy segítsenek nekünk az igazi lényegünk felismerésében. Az ő szeretetük változatlan, függetlenül az életünk viszontagságaitól, és attól, hogy mi, mint tanítványok, ebből mennyit érzünk meg. A Mester tanítványa iránti szeretete állandó, mindig jelenvaló.

A következő szép történet szereplője egy angyal, aki a mennyekben élt. Leküldték a földre, hogy nézzen utána, mi folyik itt. Megkérték, számoljon be arról, milyen jó dolgok történnek ebben a világban. Azt mondták neki: „Látjuk ugyanis a TV-ben, hogy mennyi rossz dolog, gyilkosságok és sok egyéb szörnyűség esik meg ott. Hozz hírt a valóban jó történésekről!”

Az angyal egy gyönyörű parkban ért földet. Ahogy ott sétálgatott, mindenfelé szép virágokat látott, amelyek illatát nagyon élvezte. Sorban megszagolta őket. Nagyon boldog volt, különösen, hogy látta, mennyi ember ül a parkban, akik egymással beszélgettek, és közben élvezték az édes illatot, a kellemes légkört. Azt gondolta magában: „Ez olyan szép dolog, hogy hazaviszek belőle!” Egy rózsát tett a hátizsákjába. „Megmutatom a többieknek” – határozta el. „Hiszen nagyon kellemes érzés, ha illatos virágok között lehetünk. Az ilyen környezet békessé teszi az embereket, és ha gondokkal terheltlen megérkeznek egy ilyen parkba, megkönnyebbülnek, el-



feledik a problémáikat, és boldogok.”

Ahogy továbbhaladt, egy ház ablakán betekintve egy kicsi babára esett a pillantása. Úgy döntött: „Bemegyek ebbe a házba!” Közel lépett a kicsihez, aki olyan volt, mint egy ragyogó

napsugár, ahogy boldogan és elégedetten mosolygott. Annyi öröm áradt ebből a babából, hogy az angyal fogta a mosolyát, és beletette a zsákjába. „Magammal viszem a mennyekbe, és megmutatom mindenkinek, milyen

szépséges egy kisgyermek mosolya” – gondolta.

Már elindult kifelé, amikor észrevette, hogy egy árnyék jelent meg a gyermek fölött. Visszafordult, hogy megnézzze, mi lehet az. Egy emberi lény volt. Ahogy közelebb ment hozzá, rájött, hogy az illető a gyermek édesanyja. A figyelmét az anya szeme vonzotta magához. Hatalmas szeretet tündökölt benne, ahogy a gyermekét felemelte és gondozta. Az angyal felismerte, hogy az anya szeméből áradó óriási szeretet teszi a gyermeket nyugodttá, békéssé. „Ezt feltétlenül magammal kell vinnem!” – gondolta az angyal, és az anya boldog arcát, a gyermeke iránti szeretettel teli szemét is begyűjtötte a zsákjába.

Majd elindult vissza, a mennyekbe. Ez azonban nem is túl egyszerű dolog. Mindenki oda igyekszik, így időbe telt, míg végre megérkezett. Összehívta az angyalokat, hogy beszámoljon az utazásáról. „Csodálatos dolgokat találtam a földön. Nem az van ott, mint amit a TV mutat” – mondta. „Nagyon szép események folynak a világban.” „Mik azok?” – kíváncsiskodtak a többiek. Az angyal beszélt nekik a parkról, az illatozó virágokról, az emberek öröméről, boldogságáról. „Hadd mutassam meg nektek a park legszebb virágát!” Kivette a rózsát a zsákjából, de az közben elfonnyadt. Ez már nem az az illatos, harmatos szépségű rózsza volt, amit a parkban szedett. A rózsza levelei elszáradtak, a szirmai színtelenül

kókadoztak, és illata sem volt. „Ó, pedig ez olyan gyönyörű volt! Nem tudom, mi történt vele” – csodálkozott az angyal.

„Nem baj! – mondta – hoztam még más dolgokat is nektek.” A kicsi babáról kezdett mesélni az angyaloknak. „Soha senki arcán nem láthattatok ekkora örömet és boldogságot. A gyönyörű mosolya megtöltötte a szívemet és az egész lényemet.” Ezt is kivette a zsákjából. Ám közben a kisbabából ráncos arcú öregember lett. Ez történik az életben. Az angyalnak ugyanis eltartott egy ideig, amíg visszajutott a mennyekbe. Az angyal döbbenten nézte az arcot: „Mi történt vele?” Az üde szépség eltűnt, helyette ráncok, mély árkok barázdálták az arcot, a homlokot. „Nem értem” – sópánkodott az angyal. „A gyermek arca oly szép volt! De van még valami a számotokra.”

Elkezdett beszélni az angyaloknak az anya szeretetéről, arról, ahogy a gyermekét gondozta, és a szeméből sugárzó boldogságról, örömről, miközben olyan feladatokat látott el, amelyek a legtöbb ember számára kellemetlenek, fárasztóak, nehezek. Kivette a zsákjából ezt a képet is, és az anya szemében változatlanul ott ragyogott a szeretet fénye, annak ellenére, hogy időközben az anya is megöregedett.

Az anya szeretete változatlan, független attól, hogy a gyermeke apró baba, felcseperedő gyermek, fiatal vagy idősebb felnőtt. Az az idő mú-

lásával nem szűnik meg. Ez a földi szeretet halvány sejtelmet ad arról a szeretetről, amelyet Isten érez mi irántunk, akik az Ő gyermekei vagyunk.

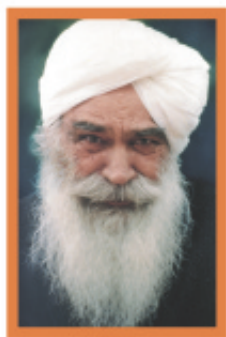
Az anyát fizikai szálak fűzik a gyermekéhez, ezért gondoskodik róla. Anyánk gyermekeként mindannyiunknak megvan ez a köteléke. Istennek spirituális kapcsolata van valamennyiünkkel. Hiszen az igazi lényegünk a lelkünk, amely az Ő része. Isten bőségesen ránk áradó kegyén keresztül érezhetjük meg ezt a kapcsolatot. Isten az anyához hasonlóan tudja, hogy a gyermek csintalan. Ha azt mondanám, hogy tegye fel a kezét, vagy álljon fel az, aki gyermekként csibészkedett, rosszkodott, velem együtt mindenki felállna. Ezért nem is kérek ilyesmit. A gyerek sok mindennel megpróbálkozik, amit nem mond el a szüleinek, és azok soha nem is jönnek rá, hogy mit művelt. Vagy megtiltanak neki valamit, de legalább egyszer mégis kipróbálja azt. Ez mind része a felnevelkedésünknek. Minden gyerek pajkos. Bármit tesz is, az anya akkor is szereti őt, törődik vele.

Isten tudja, hogy hibákat vétünk. Karmikus terheket cipelve jöttünk ebbe a világba, amelyekre naponta újabb terheket, krijamana karmákat halmozunk. Minden nap vannak gondolataink, szavaink és tetteink, amelyekről számadással tartozunk. Isten látja, hogy a saját erőnkől képtelenek vagyunk Őfelé haladni, sőt

ezek a növekvő terhek még inkább visszatartanak bennünket. Szükségünk van a segítségre, hogy előre juthassunk, hogy vissza tudjunk térni a Forrásunkba.

Ezért elküldi a világba a követeit, a szenteket, misztikusokat, Mestereket, hogy megszabadítsanak minket a súlyoktól. Hogyan segíti a Mester a tanítványát? Mi történik a beavatáskor? A legnagyobb teher, a szamcsita vagy tárház karma eltörlődik, lekerül rólunk. A szamcsita karma egy része a pralabda karma, amelyen ebben az életünkben át kell esnünk. Ennek elviseléséhez Isten segítséget, támogatást ad. A homokban lévő lábnyomokról szóló történetben nem azért talált az illető időnként csak egy pár lábnyomot a kettő helyett, mert Isten magára hagyta a nehéz helyzetekben, hanem azért, mert a vállán vitte őt.

Isten, függetlenül az adott helyzetünktől, mindnyájunkról gondoskodik. A szenteken és misztikusokon keresztül azon a szinten nyújtja nekünk a támogatást, amelyen azt képesek vagyunk a javunkra fordítani. Ők azok, akik közvetítésével megértjük, hogy mi az igazi valónk, milyen Isten, erőt adnak az érzelmi és egyéb gondjaink kezeléséhez, továbbá felkészítenek bennünket arra, hogy neki tudjunk fogni a spirituális utazásunknak. Ha megszabadulunk a karmikus adósságainktól, akkor felemelkedünk a benső régiókba. Ekkor személyes tapasztalattá válik az, hogy kik vagyunk valójában.



Sant Kirpal Singh Ji Maharaj

AZ ÉLETBEN MEGHALÁS MŰVÉSZETE (2. RÉSZ)

Az, aki félrevezet minket, még az életünk során hátat fog fordítani nekünk. A szentek viszont még akkor sem hagynak magunkra bennünket, ha meghalunk. Váljunk meg az igaztalanok társaságától! Ők ugyanis a szenvedések, a nehézségek idején cserben hagynak bennünket. Ha előbb nem, akkor az életünk utolsó pillanatában. Ezért bízunk rá magunkat az igazi Barátra, aki soha nem fog megválni tőlünk! Ki az ilyen társ? Az, aki mellettünk áll a kezdet kezdetén, a nehézségek közepette, és az életünk végén is. „Az elmém egy ilyen Barátra vágynak.” Olyan hű úti-társra van szükségünk, aki mindig megmarad mellettünk. Ki az ilyen személy? Ők a Mesterszentek.

*Ó, Nanak! Válj meg a hamistól,
és keresd a szentek társaságát, akik az igazi barátaid!
A hamis még az életünk során
megválnak tőlünk,
de a szentek még akkor sem tévesztenek
szem elől bennünket, amikor már meghaltunk.*

Mit tesznek ők? Már a legelső alkalommal valamennyi tapasztalatban részesítenek, és megtanítyák a testtudat fölé emelkedést. Ezt azután napról napra fejleszthetjük, aminek köszönhetően, félelem nélkül élhetünk. Akí naponta a fizikai tudatosság fölé emelkedik, az többé nem fél a haláltól. A spirituális Mester ezt naponta akárhányszor megteszi.

*Miért sírnánk egy szent halála miatt?
Hiszen Ő csak
az Otthonába tér vissza.
Inkább sírasd a szárnalmas,
bitetlen és cinikus embert,
aki teljesen kifosztódik!
Azok miatt szomorkodjunk,
akik elvesztegetik az idejüket!*

Ők ugyanis még nem oldották meg az élet misztériumát. Emiatt nem tudják, hova fognak kerülni. „Ahol a figyelmünk, ott vagyunk.” Most mindenfelé kóborolva szórjuk szét a figyelmünket.

*Ó, Kabir! Az egész világ fél a haláltól,
az én elmémet viszont boldogság tölti be.
Csak az életben meghalással
érhetjük el a tökéletes,
a magasztos üdvösséget.*

Kabir Sahib azt mondja, hogy a halál, amelytől az egész világ retteg, Őt boldoggá teszi. Vajon miért? Csak az életben meghalással érhetjük el a tökéletes, a magasztos üdvösséget. Ez az állapot örökre megmarad. A spirituális Mester már a beavatáskor megadhatja a testi tudatosság fölé emelkedés tapasztalatát. Ha ezt napi szinten fejlesztjük, akkor az életünk teljesen átalakul. Az egész szemléletünk megváltozik. Jelenleg a világot a testünk szintjéről nézzük. Ám a spirituális fejlődés eredményeként a lélek magasságából kezdjük látni az életet. A testtakaró egy kupac homoknak fog tűnni. Képesek leszünk levetni az

anyagi köntöst, majd újra felvenni, amikor csak akarjuk.

Krisna az Adeptus szerepének fontosságát emelte ki a Bhagawat Gitában. Ám még Arjuna sem tudta felfogni ennek a jelentését. Végül Krisna egyértelműen fogalmazott:

*Tegyél félre minden vallást, és
keresd az én oltalmamat!
Tedd, ahogy mondom,
és söpörj félre minden mást!*

Tehát, amikor találkozunk egy spirituális Mesterrel, fogadjuk meg a szavait, tekintsük azokat abszolút szentségnek! A Mesterek már megtapasztalták azt, amiről a szentírások szólnak. Ez ugyanis gyakorlati módszer. A munka, amit az Ő irányításával végzünk, végül nagyon hasznos lesz. Ezért tartsunk ki a tökéletes Mester utasításai mellett! Akkor vajon mi fog történni? Mi lesz annak az eredménye, ha követjük a tanácsait? A spirituális Mester meg fog jelenni a bensőnkben. Magához int bennünket, és azt kéri, hogy kövessük Őt. Mindezzel csak azt kívánom érzékeltetni, hogy akik megoldják az élet misztériumát, azok látásmódja megváltozik. Aki az igazi spirituális Mester oltalmába kerül, az megszabadul a félelemtől.

Mitől félünk mindannyian? A haláltól. Minden szent egyértelműen kijelenti, hogy a félelemnélküliséget adják nekünk. Elmondják, hogy van élet a fizikai síkon túl is. Csupán

annyt kell tennünk, hogy a testi tudatosság fölé emelkedünk. Egy teljesen új világ vár ránk a bensőnkben. Ahogy itt vannak kormányok, ott is ilyen rendszerek működnek. Aki oda bejáratos, bennünket is el tud vezetni abba a világba. A spirituális Mester feladata nemcsak előadások tartása. Ezt bárki meg tudja tenni. Ő az életben meghalás művészetének az elsajátításában segít nekünk. „A hatalmas Guru felfelé húzza a lelket.” Ő azért jön a földre, hogy mindkét világban vezessen, és útmutatást adjon a lelkeknek a benső régiókban. Az ilyen megvilágosodott lény a Guru. Hazurától egyszer megkérdezték: „Hogyan szólítsunk Téged?” Erre Ő a következőt válaszolta: „Tekints engem a fivérednek, apádnak, barátodnak vagy tanárodnak! Emelkedj a testi tudatosság fölé, ahogy tanítom neked! Amikor majd meglátod a dicső Mestered a bensődben, akkor úgy hívhatod, ahogy csak akarod.”

Az ember öt érzékkel rendelkezik, és ezek működésén keresztül árad ki a lelkünk ereje a világba. Az érzékeink csak addig működnek, amíg a figyelmünk velük van. Gyakran tapasztalhatjuk azt, hogy amikor mélyen belemerülünk a gondolatainkba, vagy a figyelmünket elvonja valami, lehet, hogy valaki szólít bennünket, mégsem halljuk meg. Amikor elmerengünk valamin, észre sem vesszük, ha valaki elhalad mellettünk, bár a szemünk nyitva van. Máskor nem érezzük azt sem, ha valaki megérint ben-

nünket, amikor teljesen belemerülünk a gondolatainkba. Tehát az érzékek csak akkor működnek, amikor a figyelmünk rajtuk van. Különben nem funkcionálnak. Ezért tudatosan túl kell emelni a figyelmünket az érzékeink szintjén!

Ez egy gyakorlati tudomány. Mivel a mindennapokban is gyakran tesszük ezt, a jógát Sehaj, erőfeszítés nélküli jógának nevezik. A szentek pontosan ugyanezt tanítják meg nekünk: Még az életünk során vonjuk vissza az érzékeinket! Fordítsd azokat befelé! Ekkor mi fog történni? A figyelem visszahúzódik a kilenc kapuból, és a tizedikben fókuszálódik, amely a két szemöldök között és mögött található. Ide gyűlik össze a lélekenergia, itt hagyja el a testet, és emelkedik fel a túlvilágba. Ekkor megtapasztaljuk a Fényt önmagunkban. Ha becsukjuk a test nyílásait, akkor megtaláljuk a Fényt a bensőben. Isten maga a Fény. Ez a Fény akkor nyilvánul meg, amikor az érzékek szintje fölé emelkedünk

*Ha bezárod a tested
templomának kapuját,
akkor meglátod a mennyei Fényt.*

Amikor Nyugatra, Amerikába utaztam, e témakörrel kapcsolatban is kérdéseket tettem fel nekem. Két esetet fogok most megemlíteni. Az egyik alkalommal éppen felszállt a repülőgépem Chicagóból. Ugyanaz a ruha volt rajtam, mint most. Sokan

jöttek hozzám hogy aláírást kérjenek, aminek készségesen eleget tettem. Köztük volt egy idős hölgy is. Ő szintén autogramot kért, és azt, hogy írjak az aláírásom fölé egy gondolatot. Eleget tettem a kérésének, és a szöveg a következő volt:

*Jobb a világra jönni egy szemmel,
mint kettővel,
ha azok pokolra juttatnak benniünket.*

A hölgy meglepődött. Hogyan születhet valaki erre a világra egyetlen szemmel? A fia, aki püspök volt, szintén a repülőgépen tartózkodott. A nő odament hozzá, és megkérdezte, hogy mit jelent ez a mondat. A püspök azt válaszolta neki: „Ez Krisztus mondása, de nem tudom, hogy mit jelent.”

Aztán Aucklandben találok egy másik emberrel. E szavakkal fordultam hozzá: „Krisztus kijelentette: Ha a te szemed egy, akkor az egész tested világos lesz. Vajon a te szemed nyitva van?” Mire azt válaszolta: „Igen, az enyém nyitva van.” „Mit látsz vele?” - érdeklődtem.

„Semmit” - jött a válasz. „Akkor hogyan mondhatod, hogy a te szemed nyitva van? Ha az nyitott, és az elkezd működni, akkor a tested megtelik Fénnyel.” Erre azt válaszolta: „A tanítóm szintén ezt mondja. Ő is ezt állítja.” „Nos, az rendben van, hogy a vezetőd így vélekedik. De te mit látsz a bensődben? Tapasztalsz-e Fényt ott? Ez a lényegi

kérdés nem az, hogy ki mit mond.”

Isten maga a Fény. Az Istentisztelet összes helyszíne az emberi test képmása. Ez Isten igazi imahelye, ahol az Isteni Fény tündököl. Az emberi test az Úr megszentelt temploma, amelyben Ő benne él. A szentírások mind ezt nyilvánítják ki. A zarándokhelyek a valamikor ott élt, tiszta életű emberek emlékére alakultak ki. Szentek éltek ott, akik önmagukban ráleltek a Fényre. Vajon mikor pillanthatjuk meg ezt a bensőnkben? Amikor a spirituális szemünk nyitottá válik.

Swami Vivekananda egyszer megkérdezte Ramakrisna Paramhansát: „Látod Istent?” „Igen, úgy látom Őt, mint téged” - kapta meg a választ. Semmiféle okfejtés nem hangzott el. Miért? Mert a megvilágosodott lények látják Istent, és segíteni tudnak az Ő felismerésében. Ebben nyilvánul meg a nagyságuk. Vajon ki találkozhat Istennel? A szentek azt mondják: „A Fiú ismeri az Atyát.” Minden tökéletes spirituális Mester az Úr gyermeke. Ők a Fény gyermekei. Még ki láthatja meg a Teremtőt? „Azok, akiknek a Fiú kinyilatkoztatta.” Tehát azok pillanthatják meg a Mindenhatót, akik előtt a szentek felfedik Őt. Nanak szavaival:

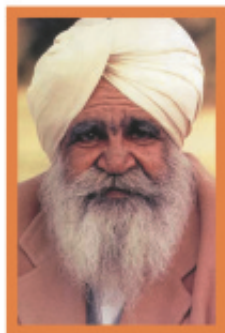
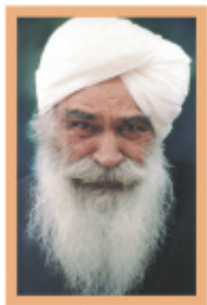
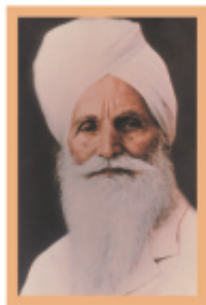
*Amikor találkoztam
az igazi Guruvval,
a sötétség szétoszlott.
Abova nézek, Őt látom
az egész teremtésben.*

Vajon mi történik, amikor a benső szem megnyílik? Amikor Swami Ramteerth az igazi Mestert kereste Rishikeshben, az egyik alkalommal egy kígyó tekergett a lábai előtt. A kezébe vette a hullót, és azt mondta: „Ó, kígyó! Te kedves vagy a Szeretett Lény számára, ezért számomra is ilyen vagy.” Azért mondta ezt, mert Istent látta a hullóban. Az Ő benső szeme már nyitott volt. Tehát a Fény látása attól függ, hogy ez működőképes-e. Az egyszemet shiv netrának, harmadik szemnek vagy egyszemnek is nevezik. Amíg az egyszem nem nyitott, addig sötétséget észlelünk. Csukjuk be a szemünket, és figyeljünk befelé! Ám az a szem, amelyik ezt a sötétséget látja a bensőben, nem fizikai érzékszerv, hanem a harmadik szem, amely még zárt. Amikor találkozunk egy spirituális Mesterrel, Ő megnyitja a benső szemünket.

Egyszer megkérdezték Kabir Sahibtól: „Melyik Gurut kedveled?” A következő választ adta: „Ó, bölcs ember! Én az igazi Gurut szeretem, aki eltávolítja a fátylat a szemünkről, és megláttatja velünk mindazt, amit Ő maga is tapasztal a bensőben.” Ha becsukjuk a szemünket, sötétséget látunk. Miután a Mester nekünk adja

a figyelmét, ez a sötétség eloszlik, és a meditációban megpillanthatjuk a benső Fényt. Az ilyen szakértőt nevezik Gurunak, Sadhunak vagy Mesterszentnek. A „Guru” elnevezés szó szerinti jelentése: „Ő, aki fényt hoz a sötétségbe.”

Az intellektuális gondolkodók a tudás világosságával rendelkeznek. A benső ragyogás megtapasztalását azonban csak egy spirituális Mester tudja megadni. Ő külsőre olyan, mint egy átlagos ember, mint mi, de a bensőjében a Fényben létezik. Amikor egy igazi szenttel találkozunk, akkor Ő vajon mit mond nekünk? Azt, hogy van egy olyan létezésünk, amely különbözik a fizikaitól. Tudatja velünk, hogy a lelkünk elmúlhatatlan. Független a születéstől és haláloktól. Örökké létező, halhatatlan. Amikor viszont kapcsolatba kerül az elmével, akkor testet öltött lélekké változik. A lélek csapdába került a születések és halálok kerekében. Ezért kell megszabadítani az elmétől. Vajon mikor fog ez megtörténni? Amikor az érzékeket sikerül megzaboloznunk, az elme megnyugszik, és az intellektus is csendben van. Ekkor a lélek öntudatra ébred, és az önfelismerés Isten megtalálásához fog vezetni.



Sant Darshan Singh Ji Maharaj

A SZERETET ÉS AZ ODAADÁS AJÁNDÉKAI

*A szeretet megszabadít
a világi kötöttségektől,
és az Úrhoz vezet;
A szeretet átalakít,
és Isten Királyságának
lelkületével itat át bennünket.*

– Charan Das

Sant Charan Das ebben a versben a szeretetről, az odaadásról szól. Ha a spiritualitást röviden akarjuk megfogalmazni, akkor azt a „szeretet” és az „odaadás” szavakkal foglалhatjuk össze. Tele vagyunk kívánságokkal, kötődéssel és birtoklási vágygal. A szeretet azonban egészen más. Nem a maga javát keresi, és az egész teremtetést átöleli. Ezt egyszer így fogalmaztam meg egy urdu versemben:

*Én a Te tanítványod vagyok,
és az egész teremtetést szeretem.*

Ilyen szeretetről beszél Sant Charan Das a versében. 19 évesen kapta meg a beavatást a Mesterétől, és ekkor ismerkedett azzal az isteni szeretettel, amely nem igényli, hogy feladjuk a világot. A mi utunkon elvárás, hogy a világban teljes és normális életet éljünk, és az összes kötelezettségünknek tegyünk eleget. Mindazonáltal ez az út a szeretet egyesítő ereje által állandóan és szüntelenül végső célunk felé terel bennünket. Ha megtanuljuk, hogyan kóstoljunk bele az isteni szeretetbe, akkor az elménk állandóan Istenre fog irányulni.

Charan Das megköszöni Mesterének, hogy ezzel megajándékozta. Valójában a Mester az, aki először szeretett bennünket. Az Ő darshanja az, amely fellobbantja a szikrát bennünk, és egy egészen új játékkeret nyit meg előttünk, a tapasztalás egészen új dimenzióját. Egyes egyedül az Ő kegye és ajándéka teszi lehetővé, hogy

belekóstoljunk ebbe a szeretetbe.

A szeretet tehát a Mester ajándéka. Az, aki ebben az áldásban részesült, mindig a szeretet mámorában úszik, még akkor is, amikor evilági kötelességeit végzi. A szeretet ereje kiszabadít minket az anyagiasság fogságából. Csak körül kell néznünk, hogy észrevegyük, mennyire rabul ejtett bennünket ez a világ. Büszkélkedünk a sajátmagunk, a barátaink és a rokonaink vagyonával, tulajdonával, hatalmával és befolyásával. Ám mindazok a dolgok amelyeket keresünk, és melyekre büszkék vagyunk, a végén oly kis mértékben számítanak. A vagyon és hatalom bármely pillanatban elillanhat. A barátaink pedig – még ha nem is hagynak el bennünket – nem képesek minket a sírgödörnél vagy a hamvasztó helynél tovább kísélni. Nem tudnak bennünket a halálon túl megvigasztalni és támogatni.

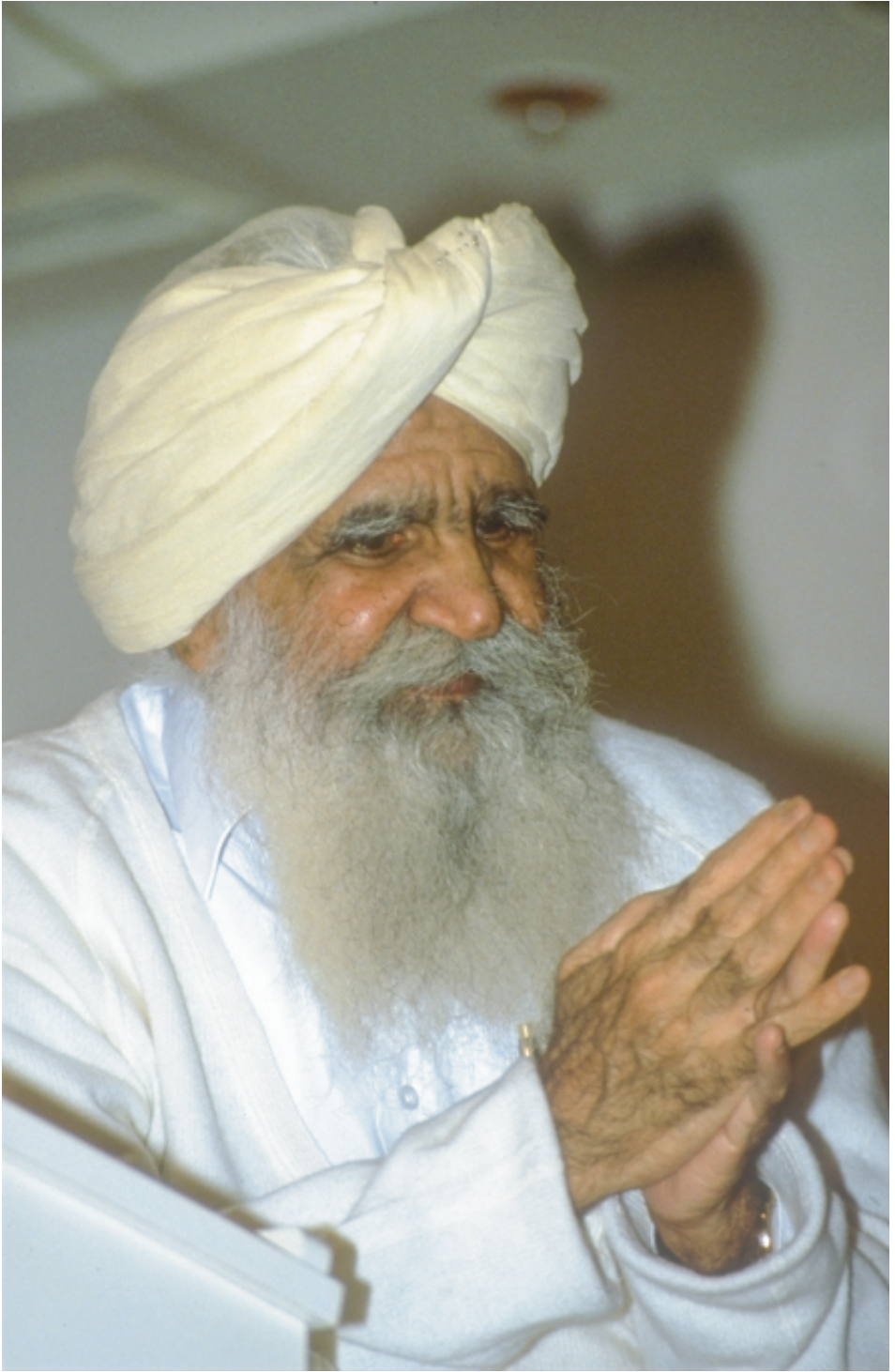
Buddha azt várta el a tanítványaitól, hogy a vágy nélküliséget gyakorolják, ha el akarják érni a Nirvánát. Sant Charan Das megerősíti, hogy a Mestertől ajándékba kapott szeretet az, amely megszabadította őt a világi ragaszkodásoktól és vágyaktól. Ez a kötetlenség érzését adományozta neki. Úgy tudott élni ebben a világban, hogy közben nem vált saját vágyai rabjává. Azok, akik a Mesterek útját, avagy a pozitív misztika útját követik, a lehető legtöbbet tudják kihozni az életükből, miközben kötelezettségeiket teljesítik, és mégis megállíthatatlanul és céltudatosan haladnak az ön-

felismerés célja felé. Más szóval, ők már mind e világ, mind pedig a következő urai.

Ekkora ereje van egy szenttől kapott ajándéknak. Aki az Ő szárnyai és védelme alá kerül, az biztosan megszabadul a világi kötődéseitől, és belemerül az isteni szeretetbe. Az egyre kevesebb vágy teret hagy az isteni szeretet erejének. Ahogy a tanítvány belül fejlődik, és megtanulja a felemelkedést arra a szintre, ahol szemtől szemben találkozhat a Mesterral, az Ő szeretete lesz élete egyetlen szenvedélye. A Guru ekkor állandó vezetőnké, vidám társunkká válik, akihez bármikor beszélhetünk, és akihez minden percben, minden pillanatban tanácsért fordulhatunk.

*Függetlenül attól,
akar-e engem Isten vagy sem,
én az Ő örök szolgája vagyok;
Az Ő szívére festődtem,
és meghaltam e világ számára.*

Sant Charan Das verssorai a mámor állapotáról szólnak, amelyet Mestere kegyéből ért el. Állandó emlékezésben él, örökre beleveszett Istenbe, és az Ő szeretetéből él. Most, hogy teljesen elveszett a világ számára, és örökké csak Istenre gondol, önmagát mégis érdemtelennek tartja erre. Ezért nem tudja megmondani, hogy Isten akarja-e őt vagy sem. Az alázat oly ritka ebben az életben, a szenteknél viszont ezt bőségesen megtapasztalhatjuk. Sant Charan Das



nem követeli vágyai teljesülését, nem követeli Isten figyelmét. Charan Das nem vár el semmit: „Bármi is jöjjön, az Isten kegyelméből fakad, nem a saját vágyaiból.”

Sant Kirpal Singh Ji időnként megjegyezte, hogy büszkék vagyunk arra, ha hinduk, muszlimok, keresztények, buddhisták, a dzsain vallás vagy Zoroaster követői vagyunk. Bármilyen hithez vagy vallási csoporthoz tartozunk is, más utak követőinél különbnek tartjuk magunkat. De vajon a saját hitünk alapítói és prófétái a magukénak akarnak-e tudni bennünket? Vajon az ilyen szemlélettel élőt befogadnak-e a tanításaikat hűen követők körébe? A helyzet az, hogy tele vagyunk korlátokkal és fogyatékoságokkal; de az egónk olyan, hogy mindezt nem látja be, nem fogadja el. A szentekkel és Mesterekkel ez más-hogyan van. Bár ők tökéletesek, mégis annyira alázatosak, hogy magukat tökéletlennek tartják, tele hibával. A Mesterek szeretet-adománya a csodaszer, a válasz valamennyi problémánkra. Ennek az ajándéknak köszönhető az, hogy lassan túljutunk a vágyainkon, mulandó világi kötődéseinken, és fokozatosan belemerülünk az Örökkévaló szeretetébe.

*A Satguru kilötte az életet inspiráló
Shabd tollas nyílve szőjét.
Végérvényesen belefűródott a szívembe,
és én állandóan a szeretet
fájdalmától szenvedek.*

A szeretet az alkímia, amely átfőmál, magával ragad, és örökre magáévá tesz bennünket. Ám a szeretet furcsa betegség. Akit nem fertőzött meg, az arra vágyik, hogy megkapja, de utána sokan ki akarnak gyógyulni belőle, mert szenvedéssel jár. Mégis, ha időnként azt is kívánjuk, hogy bárcsak megszabadulhatnánk tőle, mégsem adjuk fel, amikor végérvényesen választanunk kell. Nem olyasmi, amit akarattal lehet irányítani: folyamatos emlékezés, amelyet nem lehet leküzdeni. Kín, fájdalom, örökös gyötrellem. Aki elkapta, nem ismeri a nyugalmat vagy a megállást. A szemünk megtelik könnyekkel, amelyeket virágfüzérré fűzünk össze a Szeretet Lény számára. Vannak olyan időszakok, amikor a Szeretett Lény nemcsak fizikailag nincs jelen, de a bensőben sem találjuk. Az ilyen időszakokban a szerető helyzete nem irigylésre méltó.

Ebben az örületesen tehetetlen állapotban olyan nyugtalanokká válnunk, mint a higany. Sóvárgunk egy pillantásért, de az nem adatik meg nekünk. Az ilyen pillanatokban a halál megváltást jelenthetne, de ilyenkor azt sincs kitől kérnünk. Sant Charan Das erőteljes soraiban a gyötrelmenek ezt a furcsa állapotát írja le, mellyel a tanítványok az utat járva találják szembe magukat. A Mester összekötötte őt az Igével, és közben kilőtt egy nyilat, de egy olyan nyilat, amelytől nem szaba-

dulhat, mélyen belefűrődött, és nem lehet kiszedni, egy nyilat, mely Charan Das teljes lényét kínlódással, fájdalommal és a szeretet hiányával tölti be.

Sok szent, misztikus és költő a saját jellegzetes módján fogalmazta meg ezt a tapasztalatot. Mira Bai egyik bhajanjában úgy beszél magáról, mint akit eltalált egy vastag nyilvessző, amelyet miután befűrődött, többé már nem lehet kihúzni.

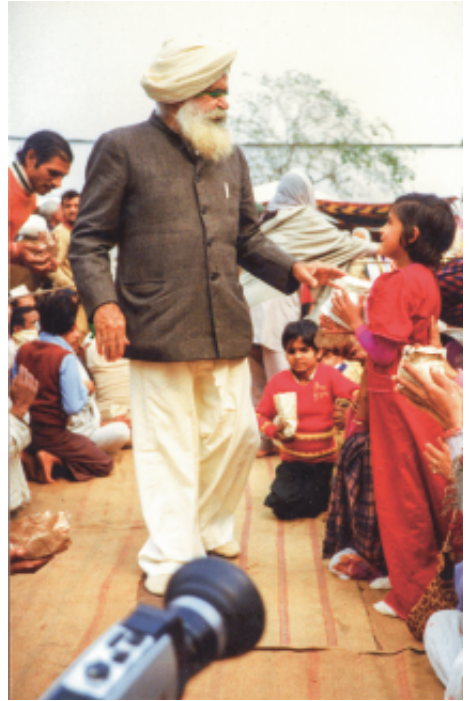
Furcsa útjai vannak a Szeretett Lénynek. Ha a nyilat teljes erőből lövi ki, akkor az áthatolva a szíven véget vetne a szenvedésnek. Ám a Szeretett Lény a szívet csak egy félig megfeszített íjból kilőtt nyíllal lövi meg, mely így örökre annak közepébe fűrődva marad. Senki sem tudja azt kivenni, sem megmenekülni a fájdalmától. Egyik versemben ezt írtam:

*Szeretet a neve a szív
fohynos nyugtalanságának,
Ez a végtelen sóvárgás
az életem jelképe.*

Sant Charan Das a mélyen belefűrődött nyilvessző példáját használva, a spirituális útkereső fejlődésének egyik fontos állomását írja le, amelyet egy másik költő így fogalmazott meg:

*Élni akartam, de nem tudtam;
Meg akartam halni, de nem lehetett.*

Ez szavakkal leírhatatlan, sem élő, sem holt állapot, amelyet mindenki



megtapasztal, aki megismerte a szeretetet. A Charan Das által bemutatott helyzet nem egyedül az övé. Mindenkinek meg kell ízlelnie, aki a szeretet útját járja. Mivel minket is erre az útra tettek, így nekünk is meg kell ezt tapasztalnunk. Néhány testvérem már csakugyan ismeri; a többieknek még időre van szükségük. A szeretetnek ez az állapota, mint már említettem, ellentmondásos. Felkiáltunk a szeretet miatt érzett fájdalomtól, de eszünk ágában sincs lemondani róla. Átéljük a szeretet kínjait, de szenvedésünk leírhatatlan örömmel párosul. Az édes fájdalom, az örömteli bánat és az elragadtatással teli gyötrődés a szeretet útjának a legnehezebben leírható, mégis legértékesebb tapasztalata. Ez az, amiről Sant Charan Singh oly csodálatosan ír a tömör és gyönyörű verssoraiban.

SPIRITUALITÁS A MINDENNAPOKBAN

Sant Rajinder Singh

FOGÉKONYSÁG

A fogékonyság állapotát jól jelképezi az üres kehely. Ez olyan magatartás, amelyet a meditációnkba és a spirituális életünkbe építünk bele. A meditációban Isten a „korsójából” a spirituális szeretet isteni borát önti ki nekünk. Ha az üres kehelyhez hasonló állapotban meditálunk, akkor folyamatosan befogadjuk az isteni mámor borát.

A meditáció legyen erőlködés nélküli erőfeszítés! Becsukjuk a szemünket, és egyetlen gondolat nélkül egyszerűen magunk elé nézünk, figyelve, hogy mi tűnik fel előttünk. Minél előbb elérjük ezt az állapotot a meditációban, annál előbb kezdődhet meg a benső fejlődésünk. Az Isten akarata, hogy mit ad nekünk a bensőben.

Előfordul, hogy meditáció közben olyan gondolatok foglalják le a figyelmünket, hogy egy előre elképzelt színné fényt vagy egy bizonyos benső tapasztalatot szeretnénk szerezni. Az elménk annyira behatárolja, megszabja a kívánt benső látnivalókat, hogy ez magával ragadja a figyelmünket. Ne engedjük, hogy az elménk által előidézett gondolatok megzavarják a koncentrációnkat! Már az is elvonja a figyelmünket, ha előre

kialakított elképzelésekkel fogunk hozzá a meditációhoz. Ha állandóan olyan gondolatok foglalnak le bennünket, hogy mit szeretnénk kapni a meditációban, akkor ezzel akadályokat gördítünk az isteni kegy útjába. Ez olyan, mintha egy barátunk kopogna az ajtónkon, de nem tud bejönni, mert elálljuk az ajtónyílást.

Az elvárások, az előzetes elképzelések aktívan tartják az elmét, emiatt nem tudunk a benső Fényre koncentrálni. Csak üljünk az ajtó előtt és várjunk! Isten több kegygel és áldással fog megtölteni bennünket, mint azt valaha is álmodtuk volna. Ha alázattal várakozunk, és nyitva tartjuk a szívünket annak, amit Isten adni akar nekünk, akkor korszót korszóra töltve fog ránk áradni az élet édes vize. A Fény és a Hang isteni bora ránk és körénk fog zúdulni, így teljesen átítatódunk az üdvösséggel, és mámorosak leszünk az isteni szeretet borától.

A költő-szent, Sant Darshan Singh egyik verse így szól erről:

*Ki az a mámort adó Isteni Pohárnok,
aki ma közeánk érkezett?*

*Ő korszót korszóra tölt az Ige elixírjével,
így mindannyian bármennyit ibatunk.*

Az Isteni Pohárnok költői elnevezés a spirituális Mesterre, aki az isteni bort a kelyheinkbe kitölti. Ő az egész mindenséget körbejárja, készen arra, hogy adjon az élet elixírjéből. Isten mindenkinek juttat belőle, aki nyitott a befogadására. Mindazok, akik meditálnak, és nyitott szívvel várokoznak Isten ajándékára, teljes bizonyossággal részesülnek belőle. Azok viszont, akik a saját gondolataikba burkolóznak, ezzel elzárják magukat Isten háttartalan bőségű áldásai elől. Isten azonban soha nem adja fel. Állandóan küldi a kegyét abban a reményben, hogy Őfelé fogjuk fordítani a figyelmünket, mert így részesülhetünk az isteni kincsekben. Isten szüntelenül szétárasztja a szeretetét és a spirituális áldásait. Nekünk csupán oda kell tartanunk a kelyhünket, hogy az teletöltődjön.

Üres kehellyé válás – ez egy életforma. Ez a meditáción kívül a mindennapi életünkre is érvényes. A Mester-tanítvány kapcsolat a személyes tapasztalaton alapul. Amikor megérkezünk a Mester lábához, látjuk, hogy Ő maga a jóság, az édesség, a kedvesség és a gyengédség. Az állandó kapcsolatunk során azt tapasztaljuk, hogy amit a Mester tanít, azt mind igazolják a spirituális úton szerzett tapasztalataink. Beavatáskor egy kezdőtőkét kapunk, bizonyos benső bizonyítékokat arra, hogy valami lé-

tezik a fizikai világon túl is. Ezzel elindulhatunk befelé. A kezdőtőke a kapcsolatunk megteremtése a benső Fénnyel és a Hangáradattal. A napi meditációk során a benső tapasztalataink gazdagodnak, és a spirituális tanítás elméleti oldalát a személyes tapasztalataink igazolják.

Ez ösztönzést ad számunkra, hogy folytassuk a gyakorlást, tökéletesítsük a meditációnkat, mert így a fizikai szint fölé emelkedve megtapasztalhatjuk a spirituális régiókat. Minden egyes újabb benső élménnyel egyre többet ismerünk fel abból, hogy mindaz, amit a Mester mond, az Ő benső tapasztalataiból származik. Ezért azt tanácsolják a Mesterek: „Még a Mestered szavát se hidd el, amíg nem szerzel róla személyes benső tapasztalatot!” A meditáció az a kísérleti módszer, amellyel a benső Fény és Hang, a spirituális világok, a lélek és Isten léte ellenőrizhető, megerősíthető.

Lassanként felismerjük, hogy a Mester a legdrágább barátunk, tanárunk és vezetőnk. Ő a legjobbat akarja nekünk. Az életünk összes területén a gondunkat viseli. Míg mások talán fájdalmat okoznak, a Mester minden szenvedésből és fájdalomból kigyógyít bennünket. Idővel rájövünk, hogy Ő a mi igazi jótevőnk, és ekkor tovább növekszik a bizalmunk és az elkötelezettségünk Őiránta. Ha a Mesterbe vetett bizalmunk már jól megalapozott, erős, akkor a tanítását feltétel nélkül elfogadjuk. A spirituális

gyakorlatokon keresztül még közelebb kerülünk Őhozzá. Tudjuk, hogy amit a Mester útmutatásul ad nekünk, az teljes bizonyossággal segít rajtunk, hiszen minden szavát igazolja a benső személyes tapasztalatunk.

Ha az üres kehely állapotában medítálunk, az az ima legmagasztosabb formája. Ez azt jelenti, hogy nem kérünk semmit sem, hanem szeretettel és odaadással várakozunk arra, amit Isten adni akar nekünk. Ez olyan ima, amelynél tudjuk, hogy Istentől mindig azt kapjuk, ami a legjobb nekünk.

A fogékonyság legmagasabb szintje, ha az „Édes a Te akaratod!” alapelv szerint élünk. Ez olyan állapot, amelyben az elménk csendes, és az egónk is nyugalomban van. Ezt legjobban a következő mondás fejezi

ki: „Ember elme nélkül egyenlő Istennel.” Ekkor ugyanis semmi nem áll Isten és mi között. Üres kehelyként várakozunk, és az isteniség tiszta vize akadálytalanul ömlik belénk. Nincs figyelemelterelés, nincs elszakítotttság, sem dualitás. Az Istenerő az egész lényünket átítatja, és újra belemerülünk Istenbe.

Annak érdekében, hogy a legnagyobb javunkra tudjuk fordítani Isten áldásait, alázatos magatartással váljunk üres kehellyé! Ekkor az elménkből is kiürülnek a szüntelen vágyak és figyelemeltérítő gondolatok. Nyitottan várjuk, hogy az édes kegy hullámai elérjenek bennünket. A kehelyünkben túlcsordul az isteni bor, és a lehető legrövidebb idő alatt elérjük az Istennel való egységet.

Sant Rajinder Singh

A HÁLA, MINT SPIRITUÁLIS HAJTÓERŐ

Közülünk sokan keresik a választ arra, hogy mi a földi létünk értelme. Kutatás közben felismerjük, hogy ez az életünk a Teremtő ajándéka. A helyes felhasználása az önvalónk és Isten felismerését jelenti. E cél megvalósítása érdekében utazást szükséges tennünk a fizikai színtről az isteniségbe. Ebben az segít bennünket, ha beleépítjük az etikai értékeket az életünkbe. A legtöbben az igazságosság-

ra, az erőszakmentességre, a mindenkire iránti szeretetre és az önzetlen szolgálatra fókuszálva, ezekre az értékekre alapozva, jó emberré igyekeznek válni. Sokan megfélemednek egy olyan erényről, amely szintén hatalmas segítséget jelent. Ez a hála. Ez azt jelenti, hogy hálátelt szívvel fogadjuk mindazt, ami az életünkben bekövetkezik.

Az ezzel kapcsolatos történet sze-

rint sok-sok évvel ezelőtt egy hajókatasztrófa következett be. Nagyon sok utazó volt a fedélzetén. A hajó elkezdett süllyedni. A legtöbben beleveszték a vízbe. Csak ketten maradtak életben. Ők felfedezték, hogy egész közel van a part. Sikerrel kiúsztak oda. Tudatosult bennük, hogy csak ők éltek túl a végzetes eseményt. Elkezdtek gondolkodni, hogyan maradjanak életben. Bár egy hajón utaztak, nem ismerték egymást.

Beszélgetés közben rájöttek, hogy a túlélés érdekében először is védett helyről kell gondoskodniuk. Fadarabokat, ágakat gyűjtöttek össze, és egy kis kunyhót csináltak belőlük. Munka közben azt tapasztalták, hogy az alapjelmük eltérő. Az egyikük pesszimista volt, aki minden miatt panaszkodott, háborgott. A másik viszont nagyon derűs módon kezelte a különféle helyzeteket, és hálát adott Istennek a helyzetért, amelybe belekerültek.

A borúlátó azt kérdezte: „Vajon miért tette velünk ezt Isten? Ezen a szigeten fogunk ragadni. Senki sem fog ránk találni. Elhagyottan kell meghalunk.” Az optimista azt válaszolta: „Nem, nem, nem. Vedd észre, hogy Isten mennyire kegyes volt hozzánk! Gondolj bele, hogyha a baleset az óceán közepén ér bennünket, a szárazföld elérésére, a túlélésre esélyünk se lehetett volna! Továbbá hogyan lehetne ennyi mindenünk a hajóroncsról, ha a katasztrófa nem a part közelében történik.”

Valahányszor beszélgetni kezdtek, az egyikük amiatt is elégedetlenkedett, kesergett, hogy mily sok időbe fog telni az enniváló összegyűjtése. „Hogyan fogunk így életben maradni?” – kérdezte. A másik megjegyezte: „Isten itt sok növényt adott nekünk. Nyilván gyümölcsfákat és sok más ehető növényt is fogunk találni. Így gondoskodhatunk magunkról, amíg megmentenek bennünket.” A pesszimista kétkedve kérdezte. „Hogy fogunk tudni kiszabadulni innen? Van erre valami terved?”

A társa a következőket mondta: „Minden reggel menjünk le a partra, hogy ruhát lengessünk. Ha egy arrafelé elhaladó hajóról vagy egy repülőgépről észreveszik, akkor értünk jönnek.” Ennek megfelelően minden reggel a parton lóbálták a levett ingüket. Így teltek-múltak a napok, de senki nem jött értük. A lehangolt, elkeseredett szigetlakó kifakadt: „Isten csak szórakozik velünk. Hiába jelzünk minden nap, semmiféle segítség nem érkezik.” A másik így bízta: „Továbbra is próbálkozzunk! Vannak növények és gyümölcsök, amelyekkel fenntarthatjuk magunkat. A kis kunyhónk védelmet nyújt. Biztos vagyok abban, hogy Isten gondoskodik a megmentésünkről.”

A következő napon ismét a partra mentek, hogy jelezenek. Egy idő múlva elindultak vissza a viskójukhoz. Döbbsenten látták, hogy az lángóra lobbant. Hatalmas füstoszlop szállt fel belőle. Megpróbálták a kevés vi-

zükkel eloltani, de nem jártak sikerrel. A kis kalyiba megsemmisült. A pesszimista kétségbeesése határtalan volt. „Isten! Nem szeretlek” – mondta. „Lám! mit tettél velünk? Nem elég, hogy ekkora bajba keveredtünk, még a konyhónkat is elvetted.” Majd tovább siránkozott: „Most mi lesz velünk? Hogy maradhatunk életben, ha még fedél se lesz a fejünk felett?”

Az optimista társa így vigasztalta: „Tegyük meg mindazt, amire képesek vagyunk! Építsük fel újra a konyhónkat!” Ezután aludni tértek. Másnap reggel a derűlátó azt javasolta a társának, hogy menjenek le újra a partra, és a szokásos módon jelezzenek az ingükkel. A másik lehangoltan megjegyezte: „Ennek semmi értelmét nem látom.” Ám a megszokott módon mégis elindultak a tengerpart felé.

Hirtelen megpillantottak egy helikoptert, amely addigra le is szállt. Ketten ültek benne, akik megkérdezték: „Segíthetünk valamiben?” Erre ők elmondták: „Már nagyon sok napja vagyunk itt.” Majd döbbenetesen kérdezték: „Miért szálltatok itt le?” „Amikor erre repültünk, megpillantottuk a felszálló füstöt. Arra gondoltunk, hogy talán valaki segítségre szorul” – válaszolták. Ekkor a bízakodó a társához fordulva ezt mondta: „Látod? Isten mindig velünk van, és segít rajtunk.” A másik elismerte, hogy Isten megajándékozta őket a megmentőkkel.

A szentek és misztikusok kiemelik,

hogy köszönettel tartozunk Istennek a mostani létünkért, amely a teremtés csúcsa és koronája. Minden ember rendelkezik az ön- és Istenfelismerés összes feltételével. A mi dolgunk az, hogy ezt fordítsuk a legnagyobb javunkra. Ismerjük fel, hogy az igazi valónk nem a testünk, az elménk, az intellektusunk, hanem lelkek, tudatos teljességek, Isten részei vagyunk! Örökké legyünk hálásak Őneki, amiért emberi formát ölthettünk!

A fent és lent helyzetek az életünk velejárói. Vannak felhőtlen, boldog napjaink, amikor a kedvünk szerint alakulnak a dolgaink. Máskor viszont nem teljesülnek az elvárásaink, sőt azokkal ellentétes dolgok következnek be. A szentek rámutatnak, hogy a viszontagságok elkerülhetetlenek. A lelkünkhöz karmák kapcsolódnak, amelyeknek le kell játszódniuk. Mondjunk köszönetet Istennek, amiért átvezet bennünket ezeken a nehéz helyzeteken!

Ne csak akkor érezzük magunkat boldognak, amikor azt gondoljuk, hogy a dolgok számunkra kedvező módon folynak! Ne legyünk csalódottak, stresszesek, kiábrándultak, amikor az események nem az általunk elképzelték szerint alakulnak! Mindig legyünk háláteltek Isten iránt! Mindig az Ő kegyességén tartsuk a figyelmünket! Minden, ami ebben a világban és az egész mindenségben történik: az Úr akarata. Hangoljuk rá erre magunkat! Éljük annak tudatában, hogy bármi is ér bennünket, a



legnagyobb javunkat szolgálja! Legyünk hálásak mindezért!

Ismerjük fel, hogy amikor megbetegszünk, a testünkhöz kapcsolódó karmát égetünk el! Arról se feledkezzünk meg, hogy bármi történik az életünkben, az egyszer tova fog tűnni! Amikor betegek vagyunk, ez nyilván letör bennünket, de túl leszünk rajta. 2-4-6-8 nap, egy-két hét vagy hónap elteltével már jobban érezzük magunkat. Ugyanez a helyzet a boldognak tartott időszakainkkal is. A nagyon jó napok is elmúlnak. Az élet olyan, mint egy inga nyelve, amely a jó és a szomorú idők között leng.

Az a fontos, hogy mindig őrizzük meg a benső egyensúlyunkat. Így válnunk képessé a lelkünk szintjén meg-

tapasztalni önmagunkat. Ehhez a testünk, az elménk, az intellektusunk nyugalomra van szükségünk. A lelkünk és Isten megismerésének az eszköze a meditáció. Ennek lényege az, hogy a figyelmünket a külvilágból befelé fordítjuk, oda fókuszáljuk.

Jelenleg a lelkünkön sok takaró van. Ezek közül az első a fizikai testünk, amelyet látunk és érzünk. Ám még asztrális, kauzális és szuprakauzális anyag-köntössel is rendelkezünk. Amikor a testi tudatosság fölé emelkedünk, a lelkünk megválik az első, a fizikai buroktól. Majd a bensőben előrehaladva fokozatosan hátrahagyjuk, levetjük a másik három test-takarónkat is. Ekkor a lelkünk, az isteni részünk eléri az eredeti állapotát, amely maga a tudatosság, a szeretettel telítettség.

Ezen utazás során a hála magától megjelenik bennünk Isten iránt, aki az élet összes helyzetében hozzásegít bennünket a benső harmóniához. Miért? Mert ha így telnek a napjaink, akkor akár lent, akár fent vagyunk az élet különféle helyzeteiben, az Ő kegyével kiegyensúlyozottak tudunk maradni. Közben azt is felismerjük, hogy mindezek a történések a legnagyobb javunkat szolgálják.

Az emberi létünk célja az, hogy karma nélkülivé váljunk. A karmáink megsemmisülése megy végbe akkor, amikor nehézségekkel szembesülünk, vagy jó időket élünk át. Élünk hálaltelt szívvel! Ez nagyon fontos a hazafelé vezető utazásunkon.

Sant Rajinder Singh A CSORBA CSÉSZE

A következő történet Krisna életéből való. Egy gazdag ember meghívta egy lakomára. Krisnát pazarul megterített asztal várta, értékes, szép művű tányérokkal, poharakkal és evőeszközökkel. Sokféle, nagy gondalal készített ételt helyeztek elé. Ahogy ő szénézett az asztalon, észrevett egy csészt, amelyen egy kis csorbulás volt. Azt mondta a házigazdának: „Először ebből a csészeből szeretnék inni.”

A gazdag ember is észrevette a hibát a csészen, és így tiltakozott: „Ó, ne! Kérlek, szeretted Egy, ne használd azt a csészt! Inkább válassz a többiből!” Krisna azonban ragaszkodott a csészéhez, maga elé húzta, beletette az ételt, és abból evett.

A gazdag ember Krisna lábához borult, és attól megrendülten, amit Krisna viselkedéséből megértett, a következőket mondta: „Ó, Uram! Ugyanazt teszed az emberekkel, mint ezzel a csészével, először a csorbákat, a töröttket kiválasztva?” A gazdag ember úgy érezte, hogy ha egy csorba csészenek van esélye, akkor bizonyára neki is van reménye.

A Mesterek küldetése az, hogy tisztára mossanak bennünket, így készen álljunk a hazatérésre. Az orvo-

sok nem az egészséges emberekért vannak. A klinikáikat a betegek számára nyitják meg. Az a dolguk, hogy meggyógyítsák őket. A tanárok dolga nem azok tanítása, akik már doktori fokozatot szereztek. Az iskolai osztályokba azok járnak, akiknek tanulásra van szükségük. A tanárok feladata az ő felkészítésük. Hozzájuk hasonlóan a szentek nem a tökéletesekért vannak itt. Ők a tökéletlenekért jönnek ebbe a világba, hogy istenivé formálják őket.

Vannak emberek, akik büntudattal telten azt gondolják, hogy nem érdemlik meg a spirituális tanítás befogadását. Ám mindannyian ugyanabban a csónakban ülünk.

A Mesterek satsangjai nyitottak mindenki előtt, akik őszinte szívvel vágyódnak Isten megismerésére. Ahelyett, hogy megragadnánk annál a gondolatnál, hogy értelmetlenek vagyunk, vagy nem tudunk spirituálisan fejlődni, inkább ismerjük fel a Mesterek hatalmas együttérzését! A mi dolgunk az, hogy felejtjük el a múltat, és a rossz dolgokat ne tegyük többé! A Mesterek megtanítják, hogy az arra méltó és értelmetlen egyaránt hogyan juthat vissza Istenhez.

Ne aggódjunk, még ha olyanok



vagyunk is, mint a csorba csészé! A Mesterek együttérzése hatalmas, amikor látnak bennünket, a hibás csészéket. Ők válaszolnak a kiáltásunkra, és segítenek, hogy egészsé, éppé váljunk. Legyünk hálásak a Mesterek kegyéért, hogy a gyarlókat is a védőszárnyaik alá veszik! Mihelyt megérkezünk a satsangra, a Mester kezében vagyunk, és teljes bizonyossággal haza tudunk térni Istenhez. Az a mi választásunk, hogy felgyorsítjuk-e a fejlődésünket,

követve a nyomvonalat, amelyet a Mester helyez elénk a satsangokon, vagy lelassítjuk azt, semmibe véve a Mester tanácsait. A satsang spirituális felhajtóerőt ad nekünk a meditációhoz, és helyes megértést a teendőinkről, amelyek elvégzésével a lelkünk újra egyesülhet Istennel. E lépések a következők: a meditáció, az etikus élet, a vegetáriánus életmód, az önzetlen szolgálat és részvétel a satsangokon.

Sant Rajinder Singh

ENGEDJÜK EL!

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy ember, aki egyedül élt. A pénzt különleges korszokban tartotta, hogy senki se tudja ellopni. Egy alkalommal, mialatt a földjén dolgozott, tolvaj tört be a házába. Miközben ellopható dolgok után kutatott, ráakadt a nehéz kőkorszóra. Alig tudta megmozdítani, hogy így meghallja benne az érmék csörgését. Képtelen volt a korszót felemelni. Ezért beledugta a kezét, hogy kivegye belőle a pénzt. A keze tökéletesen belefért a korszóba. Annyi pénzt ragadott meg, amennyit csak tudott, és az összeszorított markában tartotta.

Amikor azonban megpróbálta azt kihúzni a korszóból, nem járt sikerrel. Minden tőle telhetőt megtett, hogy kirántsa a kezét, de az ökölbe szorított keze nagyobb volt, mint a nyílás. Benne tartotta ugyanis a pénzt, így az nem fért ki a korszó nyakán. Ekkor elengedte a pénzt, és a kezét könnyen ki tudta húzni a korszóból. De mindenképp meg akarta szerezni az érméket. Ezért újból és újból megpróbálta kiszedni őket. Minden egyes alkalommal, amikor a markába szorította a pénzt, az annyira megnagyobbodott, hogy nem volt képes kiemelni a korszóból.

Hirtelen meghallotta, hogy a tu-

lajdonos hazafelé tart. Tudta, hogyha nem veszi ki a kezét a korszóból, el fogják kapni. Ám oly elszántan igyekezett hozzájutni a pénzhez, hogy képtelen volt feladni a próbálkozásait. Ennek az lett a következménye, hogy a tulajdonos bejött, elkapta, és letartóztatták.

A történet tolvajához hasonló a mi viselkedésünk is. A vágyak teszik velünk, hogy a kezünkkel a korszóban, csapdába esünk. A vágyak mindannyiunkat idekötöznek ehhez a világhoz. Bármely anyagi nyereség, amelyet a világban megszerzünk, még nagyobb rabságba kerget bennünket, ha kötődünk hozzá. Például, ha szeretnénk egy nagy házat, többet kell dolgoznunk, hogy elegendő pénzt keressünk a hitel kifizetésére. Majd rengeteg bútorra van szükségünk, hogy berendezzük a házat. Emiatt még több ideig kell dolgoznunk, hogy meg tudjuk venni őket, járni kell értük az üzleteket, és időt igényel mindennek a tisztántartása és megjavítása is. Mielőtt ráeszmélnénk, a ház, amiről azt hittük, hogy örömet hoz nekünk, a rabszolgájává tett bennünket.

Hogyan vethetünk véget a rabságunknak? Váljunk meg tőle, és legyünk szabadok! Ha el tudjuk en-



gedni az átmeneti előnyöket nyújtó vágyainkat, akkor megszabadulhatunk. Ezután a lelkünk megtapasztalhatja azt a szeretetet és szépséget, amelyet Isten kínál. Akkor érkezik el a valódi boldogság, amikor összekapcsolódunk az öröm forrásával a bensőnkben – a lelkünkkel és Istennel. Ehhez fordítsuk el a figyelmünket a világi csábításoktól, és hallgassunk a lelkünkre! Mindig ott zeng bennünk

Isten csodálatos Melódiája. Az igazi valónk Fénnel és szeretettel telített. Azzal, hogy elfordítjuk a figyelmünket a világtól, kiengedjük az érméket a markunkból, amelyet fogva tart a korszó. Az elengedés révén elnyerjük az örök szabadságot.

A meditációban, minden világi vágyat és ragaszkodást elengedve, hátrahagyva, szabadon szárnyalhatunk vissza Istenhez.

GYERMEK OLDALAK

Sant Rajinder Singh EGYSÉG A SOKSZÍNŰSÉGBEN

Egy forgó, lapos színes kereket készíthetünk papírból vagy kartonból. Vagy egy külső körben, vagy hosszanti sávokban fessük rá a szivárvány színeit, amelyek a következők: piros, narancs, sárga, zöld, kék, indigókék és lila. Amikor a kerék gyorsan forog, a látványban a színek összekeverednek, és fokozatosan fehérré válnak. Ahogy a forgás nagyon gyors lesz, a látványban a szivárvány színeinek nyoma sem marad.

A gyerekek gyakran elcsodálkoznak ezen a jelenségen. Hová lettek a színek? Ők még nincsenek tisztában azzal, hogy a fehér az egyetlen szín, amely a diszperzió, a színszóródás során törik meg a szivárvány színeire. Minden egyes színnek saját hullámhossza van. Ahogy a fény a különféle anyagokon áthalad, azok azt eltérő hullámhosszokon verik vissza, ami a különféle színekben jelenik meg. Ám csupán egyetlen színtiszta fény van.

Ehhez hasonlóan, ha az emberiségről van szó, külső megjelenésükben az emberek végtelenül sokfélék. Sokféle a hajuk, a szemük és a bőrük színe. Vannak fekete, barna, vörös, szőke, szürke és fehér hajúak. Ráadásul akadnak, akik zöldre, lilára vagy kékre festik a hajukat. A szem is sokféle: fekete, barna, zöld és kék. A bőr színe rendkívül sokféle a nagyon sötétől a világosig. Bár a külső színek ennyire sokfélék, az egész emberiség alapvető színe egy: a Fény.



AZ ÉLET VIZÉNEK A KÚTJA

Volt egyszer egy kislány, szép volt, tündöklően szép, még a Napnál is ragyogóbb, mert tiszta szívével soha nem bántott meg senkit.

Egy napon aztán apja kiküldte őt a kútra az élet vizéért:

- Menj, vidd ezt a vödört, és merítsd bele a kútba... Amikor megtelik vízzel, gyere vissza hozzám...

A lány úgy tett, ahogy az apja kérte. Amikor a vödör színültig telt a kút friss vizével, elindult hazafelé.

Ám mire hazaért, egy üres vödört tartott a kezében.

- Mi történt? - kérdezte az apja.

- Ó, semmi... a vödört, ahogy kérted belemerítettem a kútba, és megtöltöttem az élet friss vizével...

- Hiszen ez a vödör üres! – kiáltott fel az apja, és közben mindketten nevettek.

- Gyermekem! Hová lett az élet vize?

- Mindent úgy tettem, ahogy tanácsoltad. Ám ahányszor csak belemerítettem a vödört a tiszta vízű kútba, megjelent egy ember. Mivel szomjas volt, neki adtam az utolsó csöppig..

Így ment ez végtelenségig, míg a kút majdnem kiszáradt.

Végül épp annyi vizet adott, amennyivel az utolsó vödört telemertem.

Az apa mosolygott:

- És az a víz hol van?

- Mindenfelé... amerre jártam, mindenkinek adtam belőle, aki kért.

„Adj jót, ha adni tudsz! Ha jót nem tudsz adni, ne adj semmit!”

Ismeretlen szerző