

Sat Sandesh

2024. szeptember ♦ 57. ÉVFOLYAM ♦ 9. SZÁM

Tartalomjegyzék

2	Ajándék Istennek	<i>Sant Rajinder Singh</i>
10	Kapcsolat a tudomány és a spiritualitás között	<i>Sant Rajinder Singh</i>
15	184. levél	<i>Hazur Baba Sawan Singh</i>
18	A természetes étrend	<i>Sant Kirpal Singh</i>
21	Levelek tanítványoknak	<i>Sant Kirpal Singh</i>
24	Járjon körbe a szeretet kelyhe!	<i>Sant Darshan Singh</i>
29	<i>Spiritualitás a mindennapokban</i> Kérdés-felelet a halogatásról és az igazmondásról	<i>Sant Rajinder Singh</i>
32	<i>Történetek</i> Természetes egyensúly Az alázat ereje	<i>Jataka-mese</i> <i>Sant Rajinder Singh</i>
35	<i>Gyermekoldalak</i> Isten vár ránk Légy hálás Istennek!	<i>Sant Rajinder Singh</i> <i>Sant Rajinder Singh</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

AJÁNDÉK ISTENNEK

Valahányszor úgy érezzük, hogy szenvedésekkel teli időszakon megyünk keresztül, akkor sokat gondolunk Istenre. Amikor a családjunkban valaki megbetegszik, és az orvos véleménye szerint nincs esélye a gyógyulásra, az Úrhoz fohászkodunk. Ha olyan időszak adódik, amikor nem alakulnak simán a hivatásunk végzésével, a munkánkkal kapcsolatos dolgaink, a figyelmünk Isten felé fordul. Megeşik, hogy a családi légkör nagyon feszültté válik. Ezekben a kapcsolatokat megterhelő, tesztelő helyzetekben szintén Istennél keressünk menedéket.

Ilyenkor úgy érezzük, hogy Isten bocsánatát kell kérnünk azokért az időszakokért, amikor egyáltalán nem gondoltunk Őrá. Ennek elnyerése érdekében szükségesnek véljük, hogy különféle ígéreteket tegyünk: a jövőben ezt vagy azt fogjuk csinálni. Ha a dolgok a kedvünk, akaratunk szerint

alakulnak, szintén megfogadjuk, hogy olyan irányban teszünk lépéseket, amelyekkel szerintünk elégedetté tesszük Atyánkat. Ezek a jellemzői annak a személynek, aki úgy gondolja, hogyha ad valamit Istennek, Ő majd teljesíteni fogja a kívánságait.

A következő történet megmutatja, hogyha Isten akar valamit, akkor mit kér tőlünk. Egy szentnek nagyon sok tanítványa volt, akiket arra tanított, hogy miként éljenek, mi az, ami valóban fontos az életben. Egy napon arra gondolt, hogy oly régóta folyik már a követői képzése, nevelése, ideje lenne tesztelni őket. Ezért a következő találkozójukon megkérdezte: „Ma milyen ajándékot hoztatok nekem?” A tanítványok megdöbbenek, ugyanis a szent addig soha semmi ilyesmit nem kért tőlük. Vajon ma miért vár el valamit? Ebben a kínos helyzetben csak egymást nézték.

Ezután a szent azt mondta: „Nos, ha majd a következő héten újra eljöt-



tök hozzám, válaszoljatok a most feltett kérdésemre, vagyis arra, hogy miféle ajándékkal leptek meg engem!” Ezután a szent magukra hagyta a tanítványait, akik elkezdtek beszélgetni. Az egyikük azt mondta: „Eddig a tanítómesterünk soha nem kért ilyesmit tőlünk, ezért elképzelésünk sem lehet arról, hogy mire számít, mit kellene adnunk neki.” Más valaki kijelentette: „Ez az egész nagyon furcsa. Soha nem gondoltam volna, hogy ő ajándékot vár el tőlünk.” A harmadik tanítvány is hasonlóan vélekedett. Mialatt így töprengtek, elindultak hazafelé.

Egy hét elteltével újra találkoztak a szenttel. Sokuk látványos, díszes csomaggal érkezett. Többen nem is egyet szorongattak a kezükben. A szent megismételte az előző héten feltett kérdést: „Nos, milyen ajándékot hoztatok nekem?” Az egyik diákja előrelépett, és azt mondta: „Sokat keresgéltem, és egy gyémánttal kívánlak meglepni. Nézd, milyen nagy! Biztos vagyok abban, hogy elégedett leszel, ha ezt viseled.” A szent azonban még csak el sem mosolyodott, amikor azt mondta: „Tartsd meg magadnak!”

A második tanítvány e szavakkal járult a mestere színe elé: „Egy egész héten át kerestem valamit annak tudatában, hogy szereted a művészi dolgokat. Ez a könyv kézzel festett képekből áll, amelyek között történelmi jelentőségűek is vannak. Csak egyetlen példány van belőle. Ezt sze-

reztem meg neked. Ha az emberek felkeresnek téged, látni fogják ezeket a gyönyörű képeket.” Azt gondolta, hogy a szent nagyon boldog lesz, de ahogy az arcára pillantott, hiába várta a mosolyát vagy a nevetését. Helyette e szavak ütötték meg a fülét: „Nagyon szép! Tartsd meg magadnak!”

A szent harmadik híve kinyitott egy ékszeres dobozt, amelyben sok díszes-míves aranytárgy volt. Miközben átnyújtotta, remélte, hogy az ajándéka a tanítóját valóban gyönyörködtetni fogja. Ám megdöbbenésére a szent arcán a boldogság semmiféle jelét nem fedezte fel. Sőt, ezt kellett hallania: „Kérlek, tartsd meg magadnak!”

A tanítványok azon kezdtek gondolkodni: „Mind szép és drága dolgokkal igyekeztünk meglepni őt, de egyáltalán nem látszik boldognak.” Mialatt sorban a szent elé járultak, volt köztük olyan, aki abban a reményben hozott egy ruhát neki, hogy milyen jól fog kinézni benne. A mesterük az összes ajándékot nagyon udvariasan, szeretetteljesen visszautasította, azt mondván: „Tartsd meg magadnak!” Eközben mind megállapították, hogy egyáltalán nem látszott boldognak, bár mindannyiuknak az volt a célja, hogy örömet szerezzenek neki.

Most már végképp nem értették, hogy akkor korábban miért kérte számon rajtuk, hogy nem hoztak magukkal ajándékot. Most pedig ezt a sok szép meglepetést visszautasítja, és

egyáltalán nem tűnik elégedettnek. Összedugták a fejüket, és együtt próbálták értelmezni ezt a számukra feldolgozhatatlan helyzetet. Végül közülük az egyikük szó nélkül elment, és többé nem jelent meg az összejöveteleken.

Volt egy tanítvány, aki az ajándékok átnyújtása közben valahol hátul ült. A szent őt is megkérdezte: „Hoztál valamit? Egyáltalán nincs ajándékod?” Ez a diákja a következő választ adta: „Szűkös körülmények között élek. A családommal együtt alig jut valami a megélhetésünkre. Nincs pénzem ajándék vásárlására.” Könnyek folytak végig az arcán, miközben azt mondta: „Én a szeretetnek és az odaadásnak ezeket a könnyeit hoztam neked. Nincs másom.” Mialatt a szent hallgatta a szavait, széles mosoly jelent meg az arcán, és azt mondta: „Ez az, amit megpróbáltam elmagyarázni nektek.” Még hozzátette: „Isten semmi másra nem vágyik.”

Mi azonban azt gondoljuk, hogyha valamilyen célra nagy adományt, sok pénzt szentelünk, vagy más módon jótékonykodunk, egy bizonyos helyet ötvenszer felkeresünk, 5-10-15 napig nem csinálunk valamit, ami esetleg a rossz szokásunk, akkor ezzel a kéréseinkért cserébe adunk valamit Istennek. Ha így vélekedünk, akkor megfeledezünk arról, hogy Ő a mindenség megteremtője. Ő az Adományozó, akinek a szeretetünkön és az odaadásunkon kívül semmi

egyébre nincs szüksége.

A szentek és misztikusok ennek megértése érdekében érkeznek a világba. A küldetésük az, hogy felébresszék bennünk az Úr iránti szeretetet és az elkötelezettséget. A megbizatusuk sikeressége az ajándék, amelyet a szentek meg szeretnének kapni tőlünk. Ők azért jönnek közénk, hogy adjanak, semmit sem akarnak elvenni tőlünk. Azt kívánják, hogy növekedjen bennünk az Isten iránti szeretet. Teljes szívünkéből és lelkünkéből szeressük a Teremtőnket! Ez a szentek küldetésének a lényege. Ennek érdekében tevékenykednek közöttünk, miközben mi abban a hitben élünk, hogy üzletelhetünk Istenel, nyélbe üthetünk valamilyen adokkapok megállapodást. Ez a mi nagy tévedésünk.

Isten nagyon szeret bennünket. Bármely szentírást olvassuk, mind azt hangsúlyozza: „Az talál rá Istenre, aki szereti Őt.” Arra van szükségünk, hogy átéljük az Ő szeretetét, és odaadón hívjuk Őt magunkhoz! A szeretet ösvényét választva gyorsan fogunk haladni a végső célunk felé.

A hús-vér szemünkkel és fülünkkel nem láthatjuk meg az Urat, nem foghatjuk fel az Ő Hangját. Akkor vajon hogyan ismerhetjük meg és szerethetjük Őt? A szentek életének és munkásságának a tanulmányozásából megértjük, hogy Isten megtalálása érdekében a fizikai testtudat fölé szükséges emelkednünk. Ha mi magunk is spirituális formában leszünk jelen a

bensőnkben, akkor megtapasztalhatjuk a Shabdöt, amely a Teremtőből árad ki. Ennek a két eredeti megnyilvánulási formája az Isteni Fény és a Hang. Egyedül ezen az Áradaton utazva térhetünk vissza Őhöz.

A meditáció az eszköz, amellyel megteremthető a Shabddal való kapcsolat. Ezt bhajan-simran gyakorlatnak, csendben ülésnek is nevezzük, amelyhez a testünk és az elménk nyugalomára van szükségünk. A Shabd minden atomot átítat. Ez az Erő hozta létre az egész teremtést. Mivel az Istenerő szüntelenül ott működik a bensőnkben, képesek vagyunk kapcsolatba lépni, összehangolódni vele. Ez addig nem valósulhat meg, amíg a figyelmünk a fizikai érzékeinken keresztül kiárad az anyag világába. Ezért, ha szeretni akarjuk Istent, el kívánjuk érni őt, akkor a meditációban a testünk és az elménk csendjében kell ülnünk, mert csak így juthatunk be a spirituális világba, ahol Isten lakozik.

A simran és a bhajan gyakorlása során különféle színű Fényeket láthatunk, és sokféle dallam visszhangzik bennünk, amelyekkel összehangolódhatunk. Isten a lakhelyüinktől és a vallásunktól függetlenül mindannyiunknak adott egy harmadik szemet, egy tizedik kaput. Ha ez nyitott, és erre a pontra koncentrálnak a figyelmünket, akkor képessé válunk az utazásra a bensőben. Ha napi rendszerességgel meditálunk, felgyorsul a spirituális fejlődésünk. Ezen túlme-

nően az Isten iránti szeretet növelésében az is segít, amit Sant Darshan Singh így fogalmazott meg az egyik versében: „Szeretem Istent és az egész emberiséget.”

Fontos megértenünk, hogy Isten mindannyiunkban benne lakozik. Ezért szeressük az embertársainkat! Ez azt is jelenti, hogy segítőkés kezdet nyújtunk a szükségét szenvedőknek. Azt kívánjuk, hogy fájdalom- és szenvedésmentesen, jobban éljenek. Ezt a támogató szeretetet önzetlen szolgálatnak nevezzük. Ez azt jelenti, hogy viszonzás elvárása nélkül nyújtunk segítséget az erre rászorulóknak, hogy könnyebbé, gondok nélkülivé váljon az életük. Ha így tevékenykedünk, ez is egy jele az Isten iránti szeretetünknek. Ez annak megértését bizonyítja, hogy Ő nem valahol az egekben lakozik, hanem benne él az általa teremtett összes élőlényben, és gondoskodik róluk.

Akivel az Úr elégedett, annak a földi léte kivirágzik. Mindannyian boldog, békés életre és az isteni küldetésünk beteljesülésére vágyunk. Valahányszor a szentek megérkeznek a fizikai szintre, azt tanácsolják: „Ó, ember! Ismerd fel magad!” Erre a célra kaptuk meg a fizikai testünket. Ha felfedező útra indulunk önmagunkban, megértjük, hogy nem a testünk, az elménk, az intellektusunk az igazi valónk. Lelkek vagyunk, Isten szeretettel telített részei.

Ha erre ráébredünk, akkor lépéseket igyekszünk tenni az Istennel

egyesülés érdekében. Az Istennel való lényegi azonosság megértése azt is jelenti, hogy az összes élő formát az Ő részének tekintjük. Ez önzetlen szolgálatra ösztönöz bennünket, és ezután annak tudatában élünk: nem vagyunk elszigeteltek, mindannyian összetartozunk. E felismerést követően az elvárások nélküli segítségnyújtás az életünk fontos részévé válik.

Az is Isten felé vonz bennünket, ha beleépítjük a morális értékeket az életünkbe. Sant Kirpal Singh gyakran kiemelte: „Az etikus élet a spiritualitás alapköve.” Az erkölcsös életvezetés jelenti az első lépést a spirituális úton. Élünk igazságban, becsületesen, alá-

zattal telten, erőszakmentesen, együttérző módon, segítőkészen! Formálódjunk jó emberré! Ha azután a rendszeres meditációnak köszönhetően szorossá válik a benső kapcsolatunk a Shabddal, akkor igaz emberré fogunk válni.

Sant Kirpal Singh azt a célt tűzte ki elének: „Légy jó! Válj eggyé!” Ennek valóra váltása érdekében nagyon fontos, a jó emberként tevékenykedés, a zűrzavarok nélküli tiszta, egyszerű élet. Ha ugyanis valaki hazudik, erőszakos, ideges, hiú, hencegő, akkor tele van az élete feszültséggel. Békés légkörre van szükségünk ahhoz, hogy a meditációban könnyen tudjunk befelé fókuszálni. Ha valaki nyugodt,





akkor a környezete is ilyené válik.

Sokszor foglalkoztat bennünket az a kérdés, hogy a mi megnyilvánulásaink vajon valóban jelentős hatással lehetnek-e másokra? Erre ad választ a következő történet. Egy ember sétálgatott az óceán partján. Eközben azt látta, hogy a távolban egy ember felvesz valamit, és bedobja a vízbe. Ahogy közelebb ment hozzá, látta, hogy a hullámok rengeteg tengericsillagot sodortak partra. Ezrével borították be a homokot. Az a személy, akit már távolról is megfigyelt, egyesével dobálta vissza őket a vízbe. Odament hozzá, és megkérdezte tőle, hogy mi értelme van annak, amit csinál, hiszen a parti ho-

mokot teljesen belepték ezek az apró élőlények. A megkérdezett nem hagyta abba a dobálást, és mialatt az éppen a kezében levő tengericsillagra nézett, azt mondta: „Ennek az egynek nem mindegy. Ez visszajut a vízbe.”

Sokszor érezzük azt, hogy ezen a nagy világon túlságosan jelentéktelenek vagyunk. Vajon, ha teszünk valamit, lesz-e annak valami hatása? Megfeledkezünk arról, hogy mindenki, akivel találkozunk, aki a mi ismeretségi körünkön belül van, a mi megnyilvánulásaink befolyással vannak. Ha azok békések, akkor a nyugalomunk, a benső egyensúlyunk a kapcsolatainkra szintén pozitívan fog

hatni.

Ugyanez érvényes arra is, ha indulatosak, feszültséggel telítettek vagyunk. Ennek a környezetünkben élőket érő következményei ahhoz hasonlíthatók, mintha egy követ dob-nánk a vízbe, amelyben szétterjednek a hullámok. A zűrzavar, a felfordulás, amelyet valaki kivált, egyre csak fokozódni fog. A lényeg tehát az, hogy az a személyiség, amellyé magunkat formáljuk, nagy hatással van a környezetére.

Ezért a nagy Mesterek ismételten azt kérik tőlünk, hogy éljünk etikusan, hogy továtűnjön belőlünk az összes ingerültség, türelmetlenség, lobbanékonyosság. Csupán így érhető el a külső és benső harmónia, ami Isten felismerésének is az előfeltétele. Kizárólag a testünk és az elménk nyugalmában érhetjük el a csendesség, a némaság állapotát. Aki ezt eléri, és beleülteti az etikai értékeket az életébe, az gyorsan fog spirituálisan fejlődni, a célja felé haladni.

Ismerjük fel, hogy Isten kegye bőségesen kiárad ránk. Mialatt a lelkünk a 8,4 millió létforma kerekében forgott, bármilyen más alakot is kaphatott volna. Ám Isten emberi születést adott nekünk, mindazokkal a képességekkel együtt, amelyek a lelkünk és Isten felismeréséhez szükségesek. A szó igazi értelmében azzal tehetjük Atyánkat boldoggá, ha valóra váltjuk az isteni küldetésünket. Ismerjük fel a valódi természetünket, és térjünk vissza az örök Otthonunkba! Ehhez

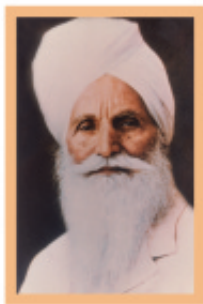
nélkülözhetetlen a tiszta, erkölcsös életvezetés, az önzetlen szolgálat, a rendszeres napi meditáció, hogy képessé váljunk a testi tudatosság fölé emelkedésre. A Shabddal való szoros kapcsolat tesz alkalmassá bennünket az Isten felé történő gyors előrehaladásra.

Köszönjük meg Istennek a mostani életünk összes pillanatát, vagyis a megváltásra, a hazatérésre kapott esélyt! Sant Darshan Singh egyik verse így szól erről:

*Minden lélegzetvételnél
meghajlok a Barátom előtt,
hiszen az életemet
az Ő kegyének köszönhetem.*

A költő-szent hálát ad Istennek az emberi létéért. Mi is ezt a példát kövessük! Ha nemeslelkűek, hálataltek vagyunk, akkor Istenre összpontosítunk; és ahol a figyelmünk, olyanná válunk. Ha elégedetté kívánjuk tenni Őt, akkor ne akarjunk üzletelni Ővele! Ne mondjuk Atyánknak azt: „Ha megadod nekem ezt, akkor én ezért megteszem Neked azt.”

Éljünk szeplőtlenül, etikusan, egyszerű módon, önzetlenül szolgálva Isten teremtését! Ne feledkezzünk meg a napi meditációról! Így meg fogjuk tapasztalni az igazságot, a valóságot. Ha az érzékek külső világa helyett befelé fókuszálunk, békés és örömteli lesz az életünk. Azt be fogja tölteni az isteni szeretet mámore, amelytől virágba borul az életünk.



Sant Rajinder Singh Ji Maharaj

KAPCSOLAT A TUDOMÁNY ÉS A SPIRITUALITÁS KÖZÖTT

A spiritualitás betölti az egész életünket. Nem korlátozódik arra az egy-két órára, amikor Istenre gondolunk. Ahogyan gondolkodunk, élünk, amit a nap huszonnégy órájában teszünk – ez mind része a spiritualitásnak. Az élethez való viszonyunk, magatartásunk jellege nagyon fontos abból a szempontból, hogy szó szerint jó spirituális életet sikerüljön folytatnunk.

Mialatt áthaladunk az élet különféle fázisain, a beállítottságunk, a viselkedésünk pozitív és negatív is lehet. Akkor pozitív, ha a gondolkodás-, beszéd- és életmódunk reménnyel teli, függetlenül attól, hogy esetenként kihívásokkal kell megbirkóznunk. Bízunk abban, hogy a dolgok majd jobbra fordulnak; ami velünk történik, az a legnagyobb javunkat szolgálja; és az úton, amelyen előrehaladunk, csupa jó dolog fog érni bennünket.

Ha pesszimista szemlélettel élünk, akkor folyton olyasmin jár az eszünk, hogy az ügyeink egyáltalán nem alakulnak jól. Ebben a tudatban erősít meg bennünket az is, ha megbetegszünk, ha gondok adódnak, ha úgy érezzük, múlik az idő, és még mindig nem értük el azt, amiben reménykedtünk. Emiatt nagyon lehangelődünk.

A legtöbbünk ebben a kétféle állapotban él. Nagyon könnyen átbillenünk az egyikből a másikba. Ez függ a környezetünktől, a körülöttünk élő emberek ösztönzésétől, bátorításától. Sok esetben a megfelelő irányítás mindannyiunknak nagy segítséget jelent. Szülőként, tanárként vagy valamilyen pozícióban lévő munkatársként mi magunk is hatékonyan nyújthatunk támogatást másoknak.

Szülőként arra buzdíthatjuk a gyermekeinket, hogy tanuljanak nagyon jól. Sant Darshan Singh gyakran mondta, hogy a gyermek olyan,

mint az üres papírlap, amelyre akaratunk szerint írhatunk. Ez azt jelenti, hogy a gyermek a szülei irányításával, ösztönzésével jó emberré formálódhat, kiemelkedően sikeres lehet valamilyen területen. Például egy bizonyos középiskolában szeretne továbbtanulni, amihez egyes tantárgyakban nagyon jó eredményeket kell elérnie. Ha megkapja ehhez a szülei szüntelen buzdítását, akkor kiváló lesz a tanulmányaiban, és egy jónevű oktatási intézményben tudja folytatni a tanulmányait. Így eléri a célt, amiért megdolgozott.

Hasonló módon segíti az edző a sportcsapatát, hogy az a profik színvonalára emelkedhessen. A munkahelyen is sok esetben kaphatunk mentori tanácsokat, útmutatást, amellyel hatékonyan, eredményesen tudjuk ellátni a szakmai feladatainkat. Az ilyen és ehhez hasonló segítséggel és vezetéssel az élet más területein is megvalósíthatjuk mindazt, amire saját erőnkből esetleg nem lennénk képesek.

A spirituális területen mindezt a támogatást és irányítást a spirituális Mestertől kapjuk meg. A nagy szentek és misztikusok élete optimista, noha a saját koruk emberei sokféle szenvedést okoztak nekik keresztre feszítéssel, forró homokkal keltett fájdalmakkal vagy más atrocitásokkal. Mi, emberi lények hatalmas nehézségeket vagyunk képesek okozni azoknak, akik spirituálisak. Ők hogyan reagáltak ezekben a helyzetekben?

„Atyám, bocsáss meg nekik, mert nem tudják, hogy mit cselekszenek.” (Lk 23:34) „Elviselem a test sérüléseit. Nekik ne legyenek emiatt nehézségeik. Én képes vagyok a szenvedések eltűrésére” – ezt mondták a szentek még akkor is, amikor embertelen kínzásoknak vetették alá őket.

A szentek élete mindig pozitív szemléletű. Ők tudják, hogy a lelkünkkel együtt él az emberi testben az elménk is, amely a külső világ tevékenységeihez igyekszik kötni bennünket. Látják, ahogy küszködünk a külső és a benső világ között. Ők optimisták. Tudatában vannak annak, hogy egy napon valóban bele fogunk merülni a spirituális valóságba. Azzal is tisztában vannak, hogy ma ezt még nem értük el, mert a külső csábítások miatt nem ott van a figyelmünk, ahol annak valójában lennie kellene. Teljes a meggyőződésük, hogy segítséggel és vezetéssel el fogjuk érni az Istennel való egyesülést. Ezért bátorítanak bennünket.

Kérlik, hogy meditáljunk. Magasra helyezik a mércét. Ezt annak tudatában teszik, hogy így ösztönzést fogunk érezni a magasztos cél elérésére, és tenni is fogunk ennek érdekében. Végül teljes bizonyossággal el fogjuk érni a benső magasságot. Igyekeznék erőt önteni belénk a nehézségeink idején, tudatosítva bennünk, hogy azokon túl fogunk jutni. Mivel mi ezt nem ismerjük fel, az Ő optimizmusuk segít bennünket.

Sokan kezdenek meditálni annak

tudatában, hogy annak idővel jobban kellene mennie. Becsukjuk a szemünket, hogy lássuk a Fényt, de helyette mindenféle gondolatok jönnek, a figyelmünk szétszóródik. Semmit nem tapasztalunk meg abból, amit szeretnénk, amit mondtak nekünk, amiről a szentírásokban olvastunk. Ekkor csalódottá válunk. Nem ismerjük fel, hogy a spirituális területen is kitartó gyakorlás szükséges az eredmények eléréséhez, ahogy a világban is csak hatalmas figyelemmel és energiabefektetéssel lehet valami különleges eredményre jutni.

A legelső teendőnk az összes etikai érték beleépítése az életünkbe. Ezt könnyű mondani, de nehéz megtenni. Legyünk igazmondók! Közülünk hányan mondanak mindig igazat? Legyünk erőszakmentesek gondolatban, szóban és tettben! Ezt kik érték már el? Élünk alázatban! Hány alkalommal sikerül visszatartani magunkat attól, hogy elmondjuk másoknak, mennyire nagyszerűek vagyunk? Vezessük az életünket szeretetben, együttérzőn, másokkal osztva, másokon segítve! – ezek mind olyan alapvető jellemzők, amelyekre nekünk is szükségünk van.

Nagyon sokunk még nem jutott el erre a szintre, pedig ez még csak a spiritualitás alapköve – ahogy Sant Kirpal Singh mondta. Amíg ezt nem váltjuk valóra, addig az első lépés nehézségeivel küszködünk.

Hányan meditatálnak rendszeresen és megfelelő módon? Az első teen-

dőnk a pontos meditációs technika elsajátítása. Majd naponta időt szükséges fordítanunk a spirituális gyakorlatokra, mert egyébként nem tudjuk elérni mindazt, amire képesek lennénk.

„Hát ez nem megy. Ez nekem nem való. Lehet, hogy Isten nem is akarja, hogy ezt csináljam” – mondjuk csalódottan. Nem teszünk meg mindent, ami előre vinne bennünket, sőt lassanként felhagyunk az egészszel. Ezzel szemben, ha valóban beleültetjük az etikai értékeket az életünkbe, és naponta időt szentelünk a meditációra, akkor egyre jobbak lesznek a benső tapasztalataink. Ehhez kétség sem férhet.

Az önelemző naplót azért kaptuk, hogy gyorsabban haladhassunk a célunk felé. Nemcsak azt tudjuk a segítségével értékelni, hogy az etikus életvitel tekintetében napi szinten hol tartunk, hanem a meditációnk eredményességét is nyomon tudjuk követni. Fontos, hogy kiváló legyünk az etikai értékek területén, ugyanakkor jegyezzük le a benső tapasztalatainkat is! Így több évet áttekintve már látni fogjuk, hogy mennyit fejlődtünk. Egyébként az elménk nagyon könnyen felejt.

A spirituális út szempontjából nagyon hasznos nyomkövetési technika a napló vezetése. Nélküle nehéz lenne felmérnünk, hogy merrefelé haladunk. Tegyük fel, hogy kiválasztottuk a nekünk megfelelő irányt! Tétélezük fel, hogy ettől kissé eltérünk, de



nem követjük nyomon, nem ellenőrizzük a lépéseinket – mert az elhajlás kezdetben csak kismértékű – végül mégis nagyon messzire kerülhetünk a célunktól. Rendkívül lényeges, hogy a spirituális előrelépésünket folyamatosan ellenőrizzük!

Hasonlóképp annak tudata is alapvető fontosságú, hogy Isten azt akarja, hogy célba érjünk. Ha nem így lenne, akkor először is nem kaptuk volna meg az emberi testet. Másodszor: soha nem találkozhattunk volna a spirituális Mesterrel. Harmadszor: semmiképp nem kaphattuk volna meg a beavatást. Mi viszont mind a három nagy áldásban részesültünk. Nagyon szerencsések vagyunk! Most a mi dolgunk az erőfeszítések megtétele és annak állandó figyelése, hogy

merre kell haladnunk, még akkor is, amikor nehézségek vesznek körül bennünket.

Nem tudhatjuk, hogy milyen karmák származnak a múltból. Sok minden megtörténik az életünk során, amely 75%-ban előre elrendelt. Nincs ismeretünk arról, hogy mi miért, hogyan és honnan kerül az életünkbe. Mivel azonban bizonyos dolgok mindenképp bekövetkeznek, azokat kezelniük szükséges. A 25% szabad akarat helyes felhasználásával viszont célba érhetünk. A lényeg: az isteniség megtapasztalása önmagunkban, a folyamatos benső előrehaladás. Ugyanis függetlenül attól, hogy kik vagyunk, milyen a helyzetünk az életben, miféle munkát végzünk, mi a hitünk, a célunk ugyanaz:



az egyesülés Istennel.

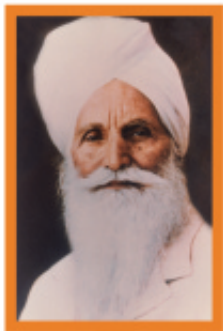
Ha véget ér itt az életünk, mindent, ami e világból való, magunk mögött hagyunk. Ha nem érzük el még ebben az életben az Istenbe merülést, akkor minden egyéb felesleges, értelmetlen, hiszen innen semmit sem vihetünk magunkkal. Csak az isteniséggel való kapcsolatunkat, a lelkünk spirituális utazását, Isten megtapasztalását visszük magunkkal a bensőbe, vagyis mindazt, amit a spirituális területen sikerül elérnünk.

Akármihez jutottunk hozzá a fizikai világban, az mind itt marad, ha egyszer elmegyünk innen. Ezért azt kéri a szentek, hogy azon dolgozzunk, hogy spirituális szintű nyereségekhez jussunk, mert ezek mindörökre, vagyis az örökkévalóságban segítenek rajtunk. Mindannyian elérhetjük a spirituális magasságokat. A kérdés csupán az, hogy hol van a fityelmünk? Ha azt az isteniségnek

adjuk, akkor teljes bizonyossággal megtapasztaljuk azt.

Ez a folyamat az igazi valónk megismerésével, és a benső világok létezésének a felfedezésével kezdődik, ahol aktívak lehetünk. Ez ugyanis egyelőre csak a külső világban valósul meg. Ahhoz, hogy a benső világokban aktívan tudjunk létezni, csendben ülésre, meditációra, a testünk és az elménk csendjére van szükségünk. A test lecsendesítése nem nehéz, az elméé nem könnyű. Ezért összpontosítsunk arra a módszerre, ami segít az elménk nyugalmanak a megteremtésében! Ekkor képessé válunk arra, hogy a helyes irányban haladjunk.

Tehát ha meditálunk, akkor állandóan kövessük nyomon, hogy mi történik velünk, mert ez segít a meditációs gyakorlataink fejlesztésében! Így mind nagyon gyorsan célba fogunk érni.



Hazur Baba Sawan Singh Ji Maharaj

184. LEVÉL

Mások segítése nem rossz, de kockázatos ezt úgy tenni, hogy a saját területünkön nem vagyunk csalhatatlanul biztosak. Nem bölcs dolog mások házáat őrizni, miközben a sajátunk őrizetlen. Bárki, aki a pszichikus, természetfeletti erőit a világ megjavítására fordítja, ezt a saját ereje rovására teszi. Az illető ilyen erői elapadnak, és elveszti annak az esélyét, hogy magasztosabb képességekhez jusson. A spirituális erőink megóvása nélkülözhetetlen a további fejlődésünkhöz.

Az általad említett személy teljesítményei hitelesek, valódiak is lehetnek, de hová vezetnek? A gyógyító erők alkalmazása, és más, ehhez hasonló megnyilvánulások látványosak és mély benyomást keltők – valóban csodálatos mentális jelenségek – ezek a különböző szintű elmeerő megnyilvánulásai.

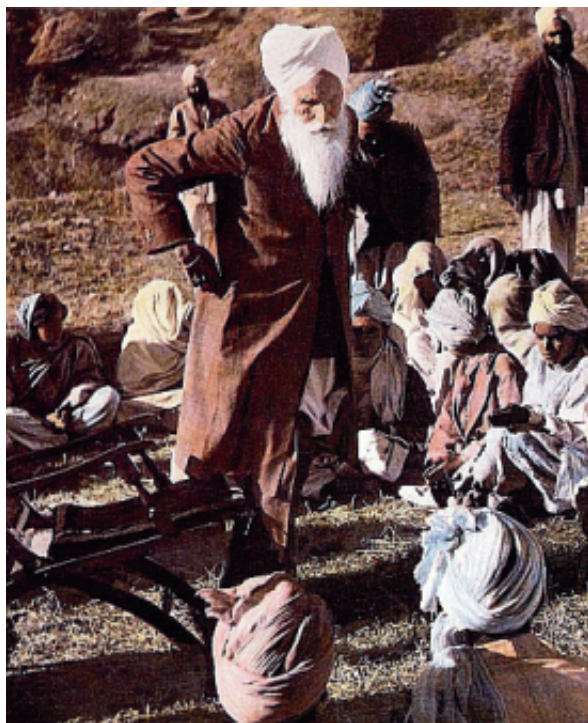
Az ilyen különlegesnek tűnő ké-

pességek alkalmazásától és a velük való kérkedéstől a szentek óvnak bennünket, mert nagy akadályt jelentenek a magasabb szintű spirituális eredmények elérésének az útjában.

Megelégednél egy kagylóhéjjal bármilyen szép is az, vagy a rézzel, akármilyen csillogó is, ha aranyhoz, gyémánthoz és más értékes ékkövekhez is hozzájuthatsz?

A gyógyító erő másokon való alkalmazása egy alacsonyabb központból történik, és az illető figyelmét a fizikai világban vagy a rendkívüli jelenségek világán tartja. Ez meggátolja, hogy az illető – széthasítva a bensőt eltakaró fátylat – belépjen a bensőbe, és a magasztos igazságok, misztériumok ismerője lehessen (nem az orvosokról, a sebészekről, stb. van itt szó, akiknek karmája a hivatása).

A lélek-csoport fogalom hibás. A növények és az állatok ugyanúgy



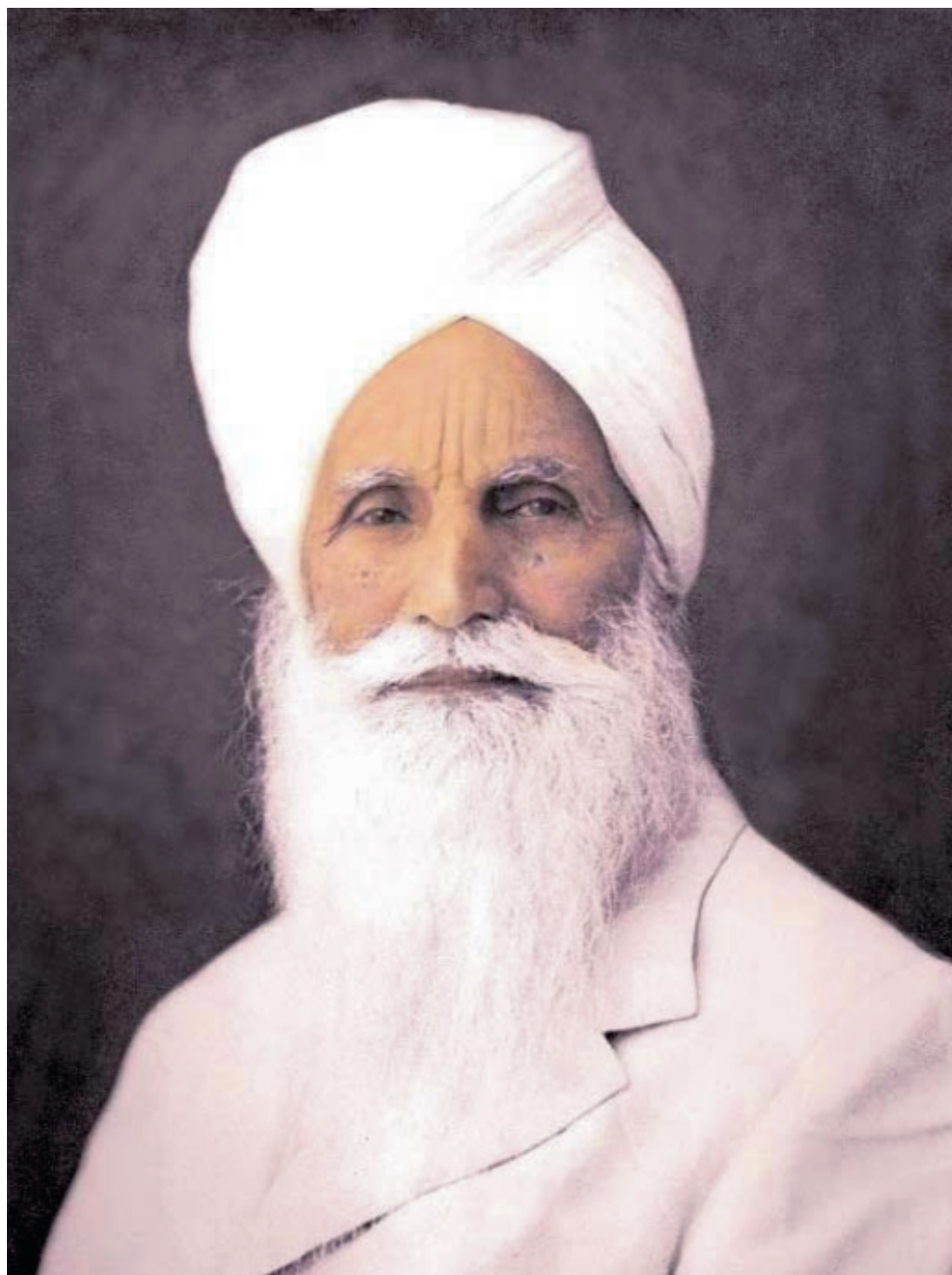
egyéni lelkek, mint az emberek, és az idők folyamán valamikor, lehet, hogy a következő újraszületésükkor egy tökéletes Mester különleges kegyéből elnyerik az emberi formát. Egy emberi lélek pedig valamelyik következő életében egy állat vagy növény testébe is belekerülhet, oda inkarnálódhat.

Rai Salig Ram idejében, amikor pestis járvány tört ki, egy satsangi szeretett fia haldoklott. Az apja szíve majd megszakadt a fájdalomtól, a fiú azonban boldog volt. Azt mondta az apjának: „Kérlek, ne légy szomorú! Most ugyanis láthatom a múltamat, és tudom, hogy a halál csak eszköz számomra, egy újabb lehetőség arra, hogy fejlődjek, beteljesítsem azt, ami korábban elkezdődött. Az előző éle-

temben akácfa voltam. Egy satsangi levágta egy ágacskámat, és odaadta egy tökéletes szentnek – Swami Ji Maharajnak – és én, ennek következtében elnyertem az emberi születést, de eléggé lassú észjárású maradtam. A következő életemben sokat fejlődhetek. Ezért semmi okod a kétségbeesésre.” Ugyanakkor az emberek alacsonyabb szintű testekbe is beleszülethetnek. A lényeg: lélekdarabkák nem léteznek.

A fizikai világ, amelyben élünk, a legalacsonyabb szintű, és hozzá képest az asztrális és a kauzális régió mindenben felette áll. A mi világunkban szükség van valamilyen eszközre, autóra, vonatra vagy repülőre, hogy egyik helyről egy másikra jussunk. Az asztrális és a kauzális szinten nincs szükség ilyen találmányokra. Csak rágondolunk egy helyre, és már ott is vagyunk.

A kauzális sík feletti spirituális világok sokkal varázslatosabbak, mint az alsóbb szintek, és végtelenül nagyok. Aki azokat megtapasztalja, nem vágyik arra, hogy visszaszülessen a fizikai szintre. A szentek a Sat Purush akaratának engedelmeskedve jönnek el ide, hogy beteljesítve az Ő akaratát, megszabadítsák a lelkeket, és visszavigyék őket Sach Khandba. A Param Sant lelkek, mint Guru Nanak vagy Swami Ji, egyenesen Anamiból és Sach Khandból érkeznek. Mielőtt elhagyják a fizikai testüket, a spirituális erejüket átteszik az utódjukba, aki szintén szentté lesz.





Sant Kirpal Singh Ji Maharaj

A TERMÉSZETES ÉTREND

Egy természetes étrend friss gyümölcsökből, zöldségekből, magvakból, gabonákból és az engedélyezett tejtermékekből áll. Az állati eredetű ételek, mint hús, hal, szárnyas, tojás vagy az ezek felhasználásával készült termékek és fűszerek, továbbá a szeszes italok szigorúan elkerülendők. Amire szükségünk van, az a szigorúan vegetáriánus étrend. Emellett a gyomrunkat ne töltsük meg teljesen! Csak félig legyen tele az étellel, egynegyede vízzel, és hagyjunk egy negyedét üresen, így az emésztés nem lesz nehéz!

Mínél tisztább a gyomrunk, annál erőteljesebb lesz a koncentrációnk. Ha gyomorproblémánk van, akkor természetesen nem tudunk ellazultan ülni, koncentrálni. Így ahhoz, hogy segítsen a meditációban, rendben kell tartanunk a gyomorműködést. Ne adjuk át magunkat a túlevésnek! Akkor együnk, amikor igazán éhesek vagyunk, és ne töltsük meg újra és újra magunkat étellel! Napi két nagyobb étkezés elegendő, és ehetünk egy könnyű reggelit. Olykor még olyan tanács is elhangzik egyes Mesterektől, hogy azok, akik gyorsabban szeretnének fejlődni, naponta csak egyszer étkezzenek.

Hagyjuk a gyomrunkat részben üresen! Ha több étellel töltjük meg, mint ami megemészthető, ezek a dolgok azok, amelyek betegséget okozhatnak. Annyit együnk, amennyit a szervezetünk fel tud dolgozni! Adjunk egy kis pihenőt szegény gyomrunknak! Legalább négy vagy öt órán át tart bárminek a megemésztése. Ha gyakran és túl sokat eszünk, akkor a gyomrunk fellázad. Együnk egyszerű, vegetáriánus ételeket, és csak annyit, amennyire igazán szükségünk van! A szolgálónak, akit huszonnégy órán át dolgoztatunk, hamar eleje lesz ebből. Kell, hogy pihenjen a nap során és éjszaka is! Így a gyomor-

nak is igénye van egy kis pihenőre, és ez csak az evés után négy-öt órával veszi kezdetét.

Ha reggel nyolckor, délben, délután négykor és este nyolckor is eszünk, akkor a gyomrunknak nem marad ideje a pihenésre. Tehát egyszerű étel, szerény életvitel és magasztos gondolkodásmód – erre van szükségünk. Minél többet eszünk, annál nagyobb lesz a megemésztetlen étel mennyisége bennünk, és így egyre több betegségre válunk érzékennyé. Tehát adjunk a gyomrunknak egy kis lehetőséget arra, hogy nyugalmi állapotban lehessen!

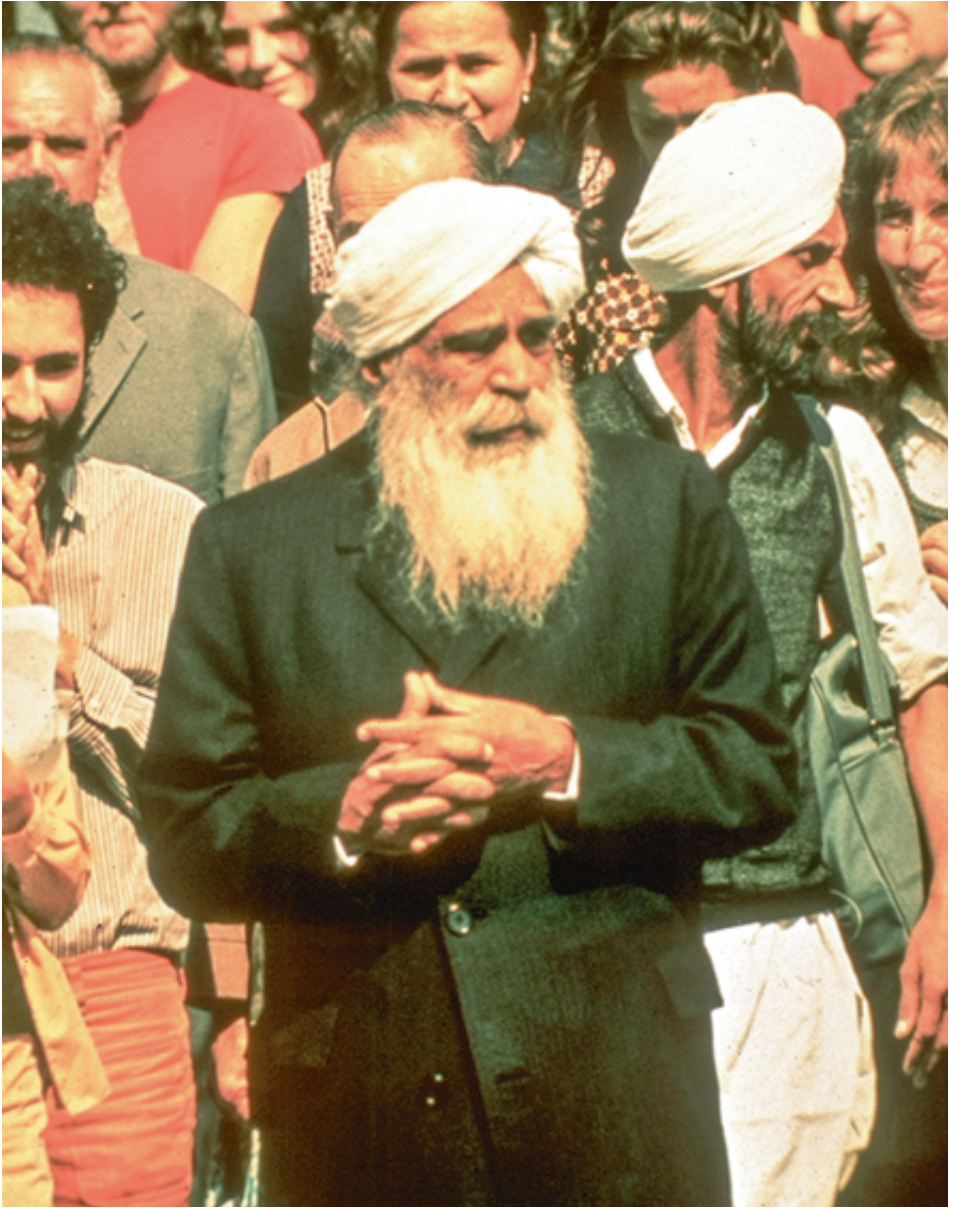
Az emberek nemcsak az éhezésbe hálnak bele, hanem amiatt is, hogy túleszik magukat. Ez betegségekhez vezet. Tehát annyit együnk, amennyire szükségünk van, amikor igazán éhesek vagyunk! Ne a szokásainknak engedve mondjuk: „Itt az ideje, hogy egyek valamit.” Pedig a legtöbbször ez a dolgok megszokott menete, a gyerekeknél és a felnőtteknél egyaránt.

Minél rendszeresebb az életvitelünk, annál jobb lesz az egészségi állapotunk. A Mester az élet minden területén igyekszik tanácsokkal segíteni az embereket. Az egészség megőrzésében segít, ha egyszerű az étrendünk, és csak annyit eszünk, amennyit a szervezetünk könnyen fel tud dolgozni. Ha ennél több ételt fogyasztunk, annak az lesz a következménye, hogy nem leszünk képesek tisztán gondolkodni, nekifogni a meditáció-

nak, elegendő időt szentelni a spirituális gyakorlatainkra, mert lustának, ernyedtnak fogjuk érezni magunkat.

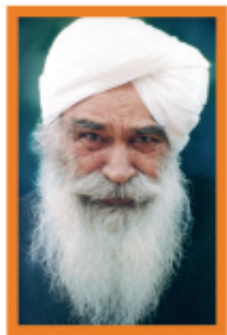
Szerény életvitel, egyszerű étkezések és magasztos gondolkodásmód – erre van szükségünk. Csak annyit együnk, amennyit valóban igényel a szervezetünk! Ne együk túl magunkat! Ez ugyanis restté és nehézkesé tesz bennünket. Mindig halogatni fogjuk a teendőinket: „Majd később megcsinálom, de előbb hadd pihenjek!” Ez a gyomrunk nem megfelelő állapota miatt van így.

Egyszer Mohamed próféta negyven követőjéből álló csapatához egy orvos is csatlakozott azért, hogy ha bármelyikük megbetegszik, ő majd ellátja gyógyszerrel. Hat hónapig maradt velük, de ezalatt senkinek sem volt szüksége a segítségére. Ekkor a következőket mondta a prófétának: „Mivel nincs beteg, teljesen feleslegesen vagyok itt.” Mohamed próféta válasza így hangzott: „Amíg követik a parancsolataimat, nem lesznek betegek. Azt tanácsolom nekik, hogy egy falattal kevesebb ételt vegyenek magukhoz, mint amennyit valójában enni szeretnének! Ne tömjék tele magukat, hanem egy kicsit kevesebbet egyenek! Amikor felállnak az asztaltól, úgy érezzék, hogy még egy kicsit tudnának enni. Azt kérem, hogy naponta kétszer táplálkozzanak, és napközben keményen dolgozzanak. Emellett végezzék el a meditációjukat! Aki követi ezeket az útmutatásokat, nem lesz beteg.”



Ezek ugyan aprónak tűnő dolgok, de mégis nagy hatással vannak ránk. Tehát tartsuk magunkat az egyszerű, szigorúan vegetáriánus étrendhez, pikáns ízesítés nélkül! Csak annyit együnk, amennyire szükségünk van!

Úgy keljünk fel az asztaltól, hogy nem esszük tele magunkat! Ezeket a tanácsokat követve minden területen aktívak leszünk, beleértve ebbe a meditációt, fizikai munkát és bármilyen egyéb tevékenységet is.



Sant Kirpal Singh Ji Maharaj

LEVELEK TANÍTVÁNYOKNAK

Részletek az idén megjelenő *Spirituális Elixír* című könyvből

Ez a Spiritualitás Tudománya – szabatos, pontos és természetes, biztos eredményekkel. A múltban sokféle nevet kapott, de a Mesterek lényegileg mind ugyanazt tanították, mint Jézus Krisztus. A világ összes vallásában ezt a szentírások mindenütt bőségesen alátámasztják. A hívők különböző köreiből az elmélet részben vagy egészben is különbözhet, de a kapcsolatot az Isteni Fénnyel és Hanggal csak egy hozzáértő, élő Mester adhatja meg.

A lélek tudományának az a megkülönböztető jegye, hogy az ember szemtől szembe kerülhet a bensőben a Mestere éteri, sugárzó formájával, és úgy beszélhet Ővele, ahogyan az általában a fizikai világban szokás. Tehát ebben a tudományban „az igazi meditáció” csak akkor kezdődik, amikor a spirituális törekvő eljut a benső Mesterhez, aki a társa és a vezetője lesz a benső utazásán. Ez az összes vallás gyakorlati oldala. Ez az egyetlen módja annak, hogy a lélek az emberi élet során visszatérhessen az Abszolút Istenhez.



Ha valaki folyamatosan változtatva, különböző hajókban evez, ez főleg azért sajnálatos, mert nagyon megosztja a figyelmet, amivel árt a spirituális érdekeinek. Én azonban szeretem őt, és örömmel látom, mennyire vágyódik a benső fejlődésre.

Szükségünk van az eltávozott szentek, misztikusok értékes benső tapasztalataira, amelyek most a szentírások részét képezik. Ezek ugyanis vá-

gyat ébresztenek: mi is szeretnénk megszerezni ugyanazokat a spirituális élményeket és a békességet, amelyet ők már átéltek. Ám az élő Mester szükségessége a saját benső fejlődésünkhöz isteni törvény. Jó, ha ezt teljes mértékben megérted.

Ha valaki egy bizonyos mértékig már részesült egy Mester jótéteményeiből, legyen érte hálás! Ez kifejezhető azzal, ha információkkal látja el, segíti az útkeresőket. Elmagyarázhatja a meditációs módszerünket, és azt, hogyan ismerkedhetnek meg a nagy Mesterek tanításaival.



A spiritualitás inkább gyakorlati tudomány, mint pusztán elméleti értekezés. A világ különböző vallásainak szentírásai csak az elméleti aspektust adják meg nekünk, de senkit sem képesek a valóságnak az emberi test laboratóriumában való meg tapasztalásához hozzásegíteni.

Ne aggódj, ha megbotlasz; mindig ott van melletted a Mestered, hogy megfogja a kezéd. Akik eltévednek, csak a saját érdekeiknek ártanak, és sajnálatos, hogy az emberek mily könnyen félrevezethetők a különféle szólamokkal, propagandákkal. Élő Erő hiányában stagnálás, majd hanyatlás kezdődik, és az úgynevezett mesterek mindig kétségbeesett erőfeszítéseket tesznek, amelyekkel megpróbálják folytatni ezt a tevékenységüket.

A legnemesebb szolgálat, amit egy tanítvány megtehet, hogy segít az embereknek az igazi Otthonuk felé vezető útról szóló tanítás és meditációs módszer megismerésében. Nagyszerű dolog, ha valaki pénzügyi szolgálattal segíti ezt a nemes ügyet, de ennek kényszer, ráerőltetés, feltűnés és személyes érdek nélkülének kell lennie. Ha egy tanítvány megtanul szeretni, minden más dolog magától bekövetkezik.

Jó, hogy betartod a szigorú vege étrendi előírásokat, ami ezen az úton az egyik alapfeltétel. A kifinomult eleműködés elérésében, és a fizikai test normális állapotának a megőrzésében nagy segítséget jelent az egyszerű és tápláló vegetáriánus étrend alkalmazása. Értékelni fogod ennek a jótékony hatásait.

Örömteli hír, hogy az egészségi állapotod javul, és már valamennyit sikerült lefogynod. A gyümölcsök és zöldségek megfelelő kombinációja, valamint a könnyű testmozgás segíteni fog abban, hogy – ahogy írod – vonzó legyen a külsőd.



Ami az előírt étrend laza kezelését illeti, azt szeretném tudatni az összes spirituális törekvővel, hogy a vegetarizmus szigorú betartására van szükség. Az étrenddel kapcsolatban bármilyen önmagunknak adott engedmény nemcsak a meditációban jelent egyértelműen akadályt, hanem

értelmetlenül, feleslegesen elhúzódná a karmikus visszahatások folyamata. Az igazi cél az, hogy minden lehetséges eszközt felhasználjunk az isteni tudatosságba való emelkedés érdekében.

A háziasszony erkölcsi kötelessége, hogy tiszta ételeket főzzön az Úr édes emlékezetében elmerülő szívvel. Minden étel, amely ily módon készül, mennyei mannává és áldássá válik azok számára, akik fogyasztják. Nem szabad elfelejteni, hogy a tisztán vegetáriánus étrendre vonatkozó szabályok betartása rendkívül fontos. E tekintetben bármilyen megalkuvás, önmagunknak adott engedmény kedvezőtlenül befolyásolhatja a spirituális fejlődést.

A tiltott ételek a karmikus adóságok okozásán kívül a testi vágyakat is fellobbantják. Mindkettő rendkívül káros, ezért következetesen kerülni kell őket. Remélem, hogy minden szabályt betartasz, és a tanácsomat a lelki fejlődésed magasztos érdekeit szem előtt tartva, megfelelő látásmóddal megfogadod.



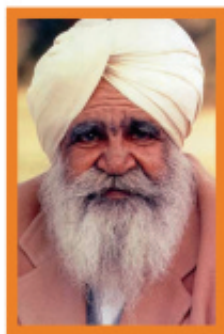
Azt írod, hogy most egészséges vagy, és az orvos is azt tanácsolja, hogy ne élj húson. Ugyanakkor arról tájékoztatsz, hogy az üzleti útjaid során kénytelen vagy a barátaid társaságában egy kis csirkehúst fogyasztani. Szeretnék arra emlékez-

tetni, hogy emellett a máj és a hal fogyasztása is határozottan a spirituális fejlődésed útjában áll, anélkül, hogy a legkisebb mértékben segítene bármilyen betegséged esetében, vagy meghosszabbítaná az élettartamodat.

„A napjaink meg vannak számlálva” – így hangzik egy jól ismert aforizma. Miért gyártasz szükségtelenül karmikus adóságokat, amelyeket könnyen elkerülhetnél? Az a legjobb számodra, ha kitérsz az ilyen alkalmak elől. Az is sokkal hasznosabb lenne, ha te befolyásolnád a barátodat, ahelyett, hogy ő van rád kedvezőtlen hatással. Hiszen neked már vannak bizonyos spirituális ismereteid, tudsz bizonyos dolgokról, amelyekről ő talán nem is hallott. Mindenképp viselkedj szeretettel másokkal, miközben szigorúan tartózkodj a tiltott ételek fogyasztásától! Ez egyértelműen a te javadat szolgálja.



Helyesen gondolod, hogy a könnyű esti étkezések nagyon sokat segítenek a kora reggeli meditáció ügyében. Az a jó, ha erre korábban, nem közvetlenül elalvás előtt kerül sor. Soami Ji gyakran kihangsúlyozta az éjszakai órákban étkezés mellőzésének fontosságát azok számára, akik a Shabdban elmerülés boldogságát szeretnék élvezni. A saját tapasztalataid alapján válaszd ki azt a megoldást az étkezési időpontok tekintetében, amelyet a leghatékonyabbnak találsz!



Sant Darshan Singh Ji Maharaj

JÁRJON KÖRBE A SZERETET KELYHE!

Atörténelem során volt néhány megvilágosodott lény, akik az idő kerekében forogva közöttünk éltek. Közülük az egyik legnagyobb Hazur Baba Sawan Singh volt. Az ilyen tökéletes Mesterek új hagyományokat teremtettek. Hazur ideje előtt az volt a szokás, hogy az útkeresők hosszas kutatásba fogtak, hogy rálelhessenek a tökéletes élő Mesterre. A misztikában nagyon sok a paradoxon, a látszólagos ellentmondás. Általában az történik, hogy aki szomjas, felkutatja a víz forrását, hogy ihasson. Ám ez a hely időnként – meglepő módon – a közvetlen közelében van. Többé nem kell keresnie.

Amikor a nagy Mesterünk, Hazur tekintete először találkozott Baba Jaimal Singh szemével, ez szeretet volt első látásra, ami így önhető szavakba:

*A Szeretett Lény futó pillantásába
tökéletesen belefeledkeztem,*

*Ó, barátom! Mondd, milyen Ő,
te talán megnézted!*

Ha egy tökéletes Mester olyan, mint Baba Jaimal Singh, egy tanítvány pedig olyan, mint Hazur Baba Sawan Singh, akkor nem kerül sok időbe a spirituális végállomás elérése. Hazur áldásából, Őneki köszönhetően a gyors célbajutás új hagyománya teremtődött meg. A Hazur ideje előtti összes szent egész működése alatt csak néhány százán vagy ezren részesültek a beavatás ajándékában. A második új dolog tehát az volt, hogy az emberi történelemben először Hazurtól kapták meg emberek tízezrei a beavatást, és milliók ismerkedtek meg a spiritualitással.

Amikor Hazur megtért az örök Otthonába, belemerült a Fénybe, én az ezt követő napon érkeztem meg a derába. Kirpal Mester megkért, hogy ellenőrizzem a feljegyzéseket, hogy megtudjuk, Hazur összesen hány lel-

ket avatott be. A végleges adatok szerint 125.376-an részesültek ebben a kegyben. Ekkor Kirpal Mester a következőket mondta nekem: „Darshi! Ez csak azok száma, akik a formális beavatáson, az Ó szeretetteljes szavai által részesültek ebben a hatalmas áldásban. Ennél sokkal nagyobb azoknak a száma, akikhez az Ó kegyes pillantásain, gondolatátvitel útján jutott el ez az Erő. Ez volt tehát a második hagyomány, amelyet Hazur megteremtett, és ennek hatóköre egyre csak bővül. Ezt a következő verssorokban így fogalmaztam meg:

*Egy gyertya lobogó lángja körül
kábultan repdesnek az éjjeli lepkék.
A szerelmük küszöbéhez igyekeznek,
hogy belemérülhessenek a fénybe.*

E sorok a mámoros szeretők sokaságára utalnak, akik készek arra, hogy a fejüket a kezükben, a szívüket a tenyerükben hordozva kövessék a Szeretett Lényt. Már a kezdetektől ez jellemezte a Hazur jelenlétében tartózkodást, és még nagyon sok mást is megtanulhatunk az Ó életéből. Az hatalmas szerencse, ha valaki egy ilyen megvilágosodott lény magasztos társaságában lehet. Ekkor minden perc, pillanat valami új tudáshoz juttathat bennünket.

Ő a császárok Császára, a misztika Királya, kegyes és dicső volt. Hatalmas szerencsémre sok utazására elkísérhettem. Bármerre jártunk, mindig megkérdezték: „Honnan érkezett ez

az uralkodó?” Ő volt az első olyan spirituális Szakértő, aki hatalmas tudással rendelkezett az összehasonlítható vallástudomány területén. Ott őrizte az óriási könyvtárában az összes vallás szentírásait. Köztük olyan kincseket is, amelyek még nem jelentek meg nyomtatásban. Ezeket bizonyos elvek szerint rendszerezett formában, titokban tartották. Ő is így őrizte őket a könyvtárában. Például volt köztük néhány értekezés a Panini hitrendszerről.

Ebben az időben állított össze Sant Kirpal Singh egy átfogó tanulmányt sok évszázad szentírásai alapján. Ez volt a Gurmat Sidhant, amely magába sűrítette az összes vallási tanítás lényegét. Ez egyedülálló mű. Ilyen sehol máshol nem jelent meg. Létezett egy feljegyzés Hathor Maatról (Hathor ókori egyiptomi istennő volt, a szépség, az öröm, és az anyaság megtestesítője.) Intenzív kutatás folyt utána, de se egész Indiában, Iránban, se az iszlám országokban nem találták a kézzel írt titkos anyag nyomát. Végül Egyiptomban lelték meg, és így került Hazur könyvtárába.

Gyakori tanácsa így hangzott: „Kezeljük az összes vallás szentírásait minden vallási vezetővel együtt egyforma tisztelettel, és kövessük azt a vallást, amelyhez tartozunk!” Ő a pozitív misztika útját mutatta meg nekünk. Soha nem tanított olyasmit nekünk, hogy mondjunk le a világról, vonuljunk ki belőle, hanem azt kérte,

hogy éljünk benne, és teljesítsük az összes kötelességünket. Mialatt elvégezzük a világi feladatainkat, minden tőlünk telhetőt tegyünk meg az élet legmagasztosabb céljának a beteljesítése érdekében: Ismerjük meg az igazi valónkat és Istent, ami más szóval Khud-Shenasi és Khuda-Shenasi. Minden pillanatban ezen őrizzük meg a figyelmünket! Azt is kihangsúlyozta, hogy felelősséggel tartozunk a szüleink, a közösségünk és a nemzetünk iránt. Mindezeket túlmenően vannak bizonyos nemzetközi és kozmikus szintű teendőink is.

A lehető legjobb módon tegyünk eleget mindezen kötelességünknek! Ezek mellett, napi rendszerességgel végezzük el a spirituális feladatainkat is, amelyekre vonatkozóan a Mesterünkől kapunk útmutatást! Főleg: Meditáljunk! Hazur abban hitt, hogy mind a világi, mind a spirituális életben képesek vagyunk a legtöbbre. Ezért kérte, hogy legyünk sikeresek mindkét területen! A végső cél az Istennel való egység elérése. Ha eljutunk egy Isteni Lény lótuszlázához, keressük az áldásait, nyerjük el a beavatást Őtőle! Majd tanuljuk meg a testi tudatosság fölé emelkedést, és a Mesterünk irányításával szárnyaljunk a spirituális régiókba. Először merüljünk el az Ő sugárzó formájában, majd pedig Istenben! Ez a mi végső küldetésünk, amelyet teljesítenünk szükséges.

A szufik erre a két szintre Fana-fil-Sheikh és Fana-fil-Allah elnevezé-

seket használják. Ezek a célok csak akkor válhatnak valóra, ha eljutunk a legmagasztosabb benső régióba. Amikor innen visszatérünk a földi életbe, magunkkal hozzuk az Úr szeretetét, hiszen Ő maga a szeretet, és Ő csak ezen az ösvényén előrehaladva érhető el. A lelkünk egylényegű Istennel, vagyis szintén szeretet. Ezért tanítják nekünk azt, hogy az univerzum egyetlen törvénye a szeretet. A tízedik szikh Guru, Gobind Singh azt mondta: „Csak azok találhatnak rá Istenre, akik szeretetben élnek.”

Hazur Baba Sawan Singh is a minden élőlény iránti szeretet fontosságára hívta fel az emberek figyelmét, amely körbe beletartoznak a négy lábúak, a madarak, a halak, a rovarok, továbbá az összes bimbó és virág is. E nagy Mester Isten megtestesülése volt. Mindazokat, akik menedéket kerestek a küszöbénél, hatalmas bőségben áldotta meg a szeretetével, elragadtatott állapotba juttatva őket. Azokból, akik ebben a kegyben részesültek, hullámokban szétsugárzódtott a szeretet a környezetükre is. Hazur gyakran kiemelte: „Oly sokan részesültek a beavatás ajándékában! Ezzel az isteniség fáklyáját gyújtottam meg bennük. Ha ezen lelkek mindegyike tíz további fáklyát lobbant lángra, akkor lassan, majd fokozatosan felgyorsulva az egész földi világot betölti az isteni ragyogás. Sőt, ez az egész teremtett mindenséget át fogja hatni.”

E nagy Mester tanítása e versso-

rokba összegezhető:

*Mondd az intellektusod sötétjének,
keresse a szeretet mámorát!
Ezen mámor nem egyéb,
mint ragyogó, tiszta Fényesség.*

Ő megmutatta az útkeresőknek a szeretet ösvényét. A tanítása mindenkinék szólt.

*Ó, Pohárnok!
Mámort ajándékozó boroddal
szívem kegyhét csordultig töltötted.
Most a szeretetemmel az egész
emberiséget átölelem.*

*Sajátodként ölelj át
minden embert,
és a szeretet zápora hulljon,
bármerre is jársz!*

Nagyon szerencsések vagyunk, hogy az Ő magasztos jelenlétében tartózkodhattunk. Egyhangúan kijelenthetjük:

*Megtanultam az egész teremtést
sajátomként szeretni.
A szereteted üzenete
az életem valódi értelme.*

Hazur az egyetemes szeretet tanítását osztotta meg mindazokkal, akikkel kapcsolatba került. Az összes ébredező, vágódó lélek az Istennel való találkozás után sóvárog. Ő minden ilyen útkeresőnek megadta a beavatást, majd megtanította nekik a

testi tudatosság fölé emelkedés módszerét, és biztosította számukra a benső vezetést. Túlelmelte a lelküket a csillagok, a benső Hold és Nap régióján, és megmutatta nekik a sugárzó, éteri formáját. Majd a lelkek az Ő irányításával bejárták az asztrális, a kauzális régiót. Ezután eljutottak arra a szintre, amelyet „az igazi Nektár Tava”, „Az Isteni Ambrózia Tava”, „Chashima-e-Kausar” elnevezésekkel illetünk. Ez az élet vizének a kútfője.

Ha a szerencsés és áldott lelkek ide megérkezve részesülnek a spirituális Elixírből, az az összes szennyet lemossa róluk. Így végre felismerik: „Egylényegű vagyok Istennel.” Amikor a lélek eljut erre a szintre, így kiált fel: „Sohang! Én Te vagyok!” Ezt követően, a tudatosság összes magasabb síkján túlhaladva a lélek a Mestererő segítségével eljut Sach Khandba. A végállomáson belemerül Istenbe. Az örök extázis, öröm, boldogság állapotába kerül. Elpusztíthatatlanná, halhatatlanná válik. Soha többé nem kerülhet bele a 8,4 millió lélek forgó kerékébe.

Erre az útra a „pozitív misztika” elnevezéssel hivatkozom. Ez azt jelenti, hogy szorgalmasan és becsületes, tiszta módon dolgozunk a megélhetésünkért. A valóban szükséges időtartamot fordítjuk önmagunkra, és a többi időt Isten teremtésének a szolgálatára szenteljük. A szavaink legyenek kedvesek, édesek, hogy amikor a csapások, szenvedések miatt sérült emberek hozzánk fordulnak, a

szavaink gyógyító balszámként használnak a sebeikre! Legyünk nagyon alázatosak! Ha látni kívánjuk az alázat élő példáját, akkor tartózkodjunk egy megvilágosodott lény társaságában, aki az önzetlen szolgálatnak is a mintaképe! A Mesterszentek Isten teremtésének a megsegítésére áldozzák magukat. Az életünk legfőbb célja az önfelismerés és Isten megtalálása. Erre csak emberként megszületve nyílik lehetőségünk, aminek megvalósításához az élő Mestertől minden szükséges segítséget megkapunk.

Hazur Baba Sawan Singh világosan és egyszerűen szólt erről a témáról: „Ha csak a halálom után érhetném el a megszabadulást, akkor messziről búcsút intenék neki.” Ő abban hitt, hogy a megváltás még ebben az életben elérhető. Örömtelívé tett bennünket a ránk vetett isteni pillantásaival, és nemcsak a fizikai világot formálta át számunkra, hanem az azon túlit is.

Napjainkban sokféle láthatunk szenvedő, fájdalmaktól gyötrődő embereket. Nagyon szerencsések azok, akik Hazur szent lábánál ülhetnek, és megkapták a beavatást. Ő kijelentette: „A spiritualitásnak ez a hulláma, amely most indult az útjára, sokakat fel fog emelni.” Napjainkban az Ő isteni eredetű szavait tényként igazolhatjuk vissza.

A Misszió napról napra fejlődik, és most olyan időket élünk, amikor minden falevél a „Sawan, Sawan” nevet kiáltja világgá. A mi dolgunk pe-

dig az, hogy kövessük az Ő tanítását, és a jellemünk olyan legyen, hogy Hazur Baba Sawan Singh és Sant Kirpal Singh lényének az illata áradjon belőlünk! Ekkor a körülöttünk élők azt fogják kérdezni: „Hol jutottál ezekhez az áldásokhoz?” Ekkor elmondjuk az érdeklődőknek, hogy ők mily nagyszerű megvilágosodott lények voltak.

Azért fohászkodom hozzájuk, hogy adjanak erőt, áldjanak meg bennünket, hogy képesek legyünk az Ő tanításaikat követve élni, és sikerüljön célba jutnunk, ahol a lelkünk egyesül Istennel. Ekkor minden pillanatunk szeretetben fog telni, az fog kisugárzódni belőlünk. Ha ezt néhány szóba szeretnénk sűríteni: a spiritualitás maga a szeretet, amely misztikus jellegű. Ők univerzális szeretettel áldanak meg bennünket, ezért ez sugárzódik ki belőlünk a közvetlen környezetünkre. Ennek köszönhetően a spiritualitás fokozatosan az egész világon el fog terjedni, és mindenütt öröm, béke fog honolni. Hazur a béke szeretője, a szeretet úttörője, előharcosa volt.

Ezt a satsangot egy versemmel szeretném zárni:

*Hajnaltól napestig
fohászkodjunk a békéért,
és ballgassuk a szeretet üzenetét!
Sawan áldással telt
felbőli körül fogják az idő tavernáját.
Ó, Pobárnok, járjon a szeretet
kelyhe csak körbe, körbe s körbe!*

Sant Rajinder Singh

KÉRDÉS-FELELET A HALOGATÁSRÓL ÉS AZ IGAZMONDÁSRÓL

Kérdés: *Hogyan vessünk véget a halogatásnak?*

Mester: Sokunk tapasztalata az, hogy nem tudunk gyorsan döntéseket hozni. Úgy érezzük, hogy nehéz a körülmények, a helyzet kezelése, amelyben élünk. Lehetségesnek tartjuk, hogy az elhatározásainkkal csak újabb zűrzavar jelenik meg az életünkben, ezért inkább menjenek a dolgok a maguk útján.

Fontos annak felismerése, hogy folyamatosan minden nap bizonyos választásokra szükséges jutnunk. Ezért lényegbevágó a helyes döntések meghozatalának megtanulása. Ehhez először is azt kell tisztáznunk magunkban, hogy mi a földi létezésünk célja. Majd pedig egy olyan technikát ültessünk a gyakorlatba, amely megfelelő módon működik!

Egy ilyen módszer a következő: Ahelyett, hogy egyre csak halogatnánk a bármiféle irányba történő elmozdulást, nézzük meg, hogy mi szól az ilyen vagy olyan lépés megtétele mellett és ellene! Ha ezek megmaradnak a gondolatok, az elmélkedés szintjén, akkor abból általában semmi sem születik a gyakorlatban. Tehát ír-

juk le a plusz-mínusz érveinket! Ha papírra vetjük, hogy a két irány valamelyikének a választása esetén mik lesznek annak a következményei, akkor a kép kitisztul előttünk. Így már fel tudjuk mérni, hogy mi jó nekünk, mit válasszunk.

Ez nagyon fontos. Ha ugyanis csak tologatjuk magunk előtt a megoldást igénylő dolgokat, miközben állandóan ugyanazok a gondolatok kötik le a figyelmünket, akkor rengeteg időnk megy veszendőbe.

Tehát először is mérjük fel a helyzetet! Írjuk le az esetleges döntésünk előnyeit és hátrányait! Majd válasszuk ki azt, aminek a legtöbb értelme van számunkra! Így nem fecséreljük el az időnk. Gyorsan jutunk életrevaló, értelmes elhatározásokra. Ráadásul még arról is meggyőződünk, hogy bármiféle változás nem feltétlenül rossz nekünk. Sőt, általuk olyanná formálódhatnak a körülményeink, amelyek segítenek rajtunk.

A döntésünk kritériumai között szerepeljen az is, hogy közelebb visse bennünket Istenhez. Ha igen, az lesz a helyes irány. Az Őtöle elterelő lépések nem szolgálnák a javunkat.

Összefoglalva az alapelveket: írjuk le az esetleges döntés mellett és ellene szóló érveket, főleg azt, hogy Isten felé vezetnek-e bennünket, ezt pedig gyors cselekvés kövesse! Így könnyebbé, jobbá és beteljesítőbbé formálódik az életünk.

Kérdés: *Miért hazudunk gyakrabban abehelyett, hogy igazat mondanánk?*

Mester: Mindenki mástól különbözőnek tartjuk magunkat. Látjuk ezt a tükörben is, hiszen sajátos az arc- és a testformánk. Az életünk során sok olyan helyzettel szembesülünk, amelyek nem az előzetes elvárásaink szerint alakulnak. Nem tudjuk azt tenni, mint amire vágyunk.

Mindent megkísérlünk a kedvünk szerinti történések érdekében, de sajnos az elképzeléseink akadályokba ütközhetnek. Ha a dolgok nem az akaratumk szerint működnek, ilyen gondolatok merülnek fel bennünk: „Miért nem az következett be, amit szerettem volna? Mi egyebet kellett volna tennem?” Féülünk, hogy a vágyaink soha nem teljesülnek. Helyettük valami rossz fog érni minket.

Ilyen gondolatokkal foglal le bennünket az elménk. Vagy múltbeli történések felidézésével, vagy a jövőben esetleg bekövetkező dolgokat mérlegelve tartja távol a figyelmünket az értékes jelen időmozzanatától.

A félelem miatt nem fordítjuk a legnagyobb javunkra a pillanatot,

amely Isten ajándéka. Ennek a legmegfelelőbb felhasználási módja az, hogy adjuk Istennek. Ehelyett gyakori, hogy az elmulasztott lehetőségeket fájlaljuk, vagy attól félünk: „Mi lesz, ha rákot kapok?” „Lehet, hogy holnap meghal a nagybátyám, a nagynéném.” „A tőzsdén zuhanás lehet a héten.” A rettegéssel teli gondolatok a világban történő dolgokon tartják a figyelmünket. A félelem tart távol bennünket attól, hogy spirituálisan tudatosá váljunk önmagunkra.

A legtöbb ember hazudik. Nem azt mutatja kifelé, amilyen ő, hanem amilyen lenni szeretne, vagy amilyennek gondolja magát, noha nem ilyen. Jellemző módon, ha valaki a korunkat kérdi, például négyvel kevesebbet mondunk. Ugyanígy járunk el, ha a testsúlyunk után érdeklődnek. Mi ugyan ismerjük a súlyunkat, de ezt nem kívánjuk más orrára kötni.

Ott vannak bennünk az érzések azzal kapcsolatban, akik vagyunk, és amilyenek lenni szeretnénk. Belül nem vagyunk megelégedve önmagunkkal. Emiatt mást mutatunk egy velünk találkozóknak. Hazudunk, mert egy bizonyos képet akarunk nyújtani magunkról. A legtöbb emberre ez jellemző.

Megfeledkezünk arról, hogy amikor hazudunk, ezt nemcsak valaki más hallja, hiszen a Teremtő elől semmi sem rejthető el. Minden gondolatunk, szavunk és tettünk megőrződik. A hazugság a benső feljegy-

zéseinken fekete pont.

Minden hit, hagyomány azt tanácsolja, hogy éljünk igazságban. Miért? Mert nem kellene amiatt aggódunk, hogy mások milyenek látnak minket. Miért imitáljuk azt, amilyenek lenni szeretnénk? Mutassuk meg azt, akik valójában vagyunk!

Nyilván mindenki igyekszik tökéletessé formálódni. Ha nyomon követjük ezt a törekvésünket, akkor lehet, hogy azt mondjuk: „OK! Már 80%-ban olyan vagyok, amilyen lenni szeretnék.” Nyilván a cél a 100%. „Mindig boldog, nyugodt vagyok, nem gurulok méregbe, nem ártok másoknak.” Igen, ezek mind nagyon jó dolgok – ez a cél előttünk. Az a helyes, ha nagy igyekezettel nyomon követjük, hogy ezeken a területeken még hány hibát vétünk, és így formálódunk egyre jobbra. Szemben azal, aki még nem 100%-ig ilyen, de azt mímeli, mintha már tökéletes lenne.

Ne fessünk olyan képet magunkról mások előtt, amilyenek lenni szeretnénk! Közben ugyanis aggódunk, hogy a másik esetleg mit gondol rólunk. Soha ne feledkezzünk meg arról, hogy ez egyáltalán nem számít! Csak az a fontos, hogy valójában milyen emberek vagyunk.

Egyébként az, aki egy vonatkozásban hazudik, rákényszerül, hogy sorban más területeken is így tegyen. Azért másítja meg az igazságot, mert fél, aggódik, nehogy kiderüljön, hogy milyen ahhoz képest, amit feltételez,

hogy mások szerint jó, helyes.

Ezzel kapcsolatban mondta azt Sant Kirpal Singh: „Az igazság magasztos, de még ennél is magasztosabb az igaz élet.” Azért nagyszerűbb az őszinte, becsületes élet az igazságnál, mert azt bele kell építenünk a mindennapjainkba. Azzal összhangban szükséges élnünk. Ami bennünk van, az jelenjen meg kívül is! Így vezessük az életünket!

Mivel a fizikai érzékeink szintjén élünk, ezért mások kedvére való képet igyekszünk mutatni magunkról. Én Indiában nevelkedtem fel, ahol a legtöbb sütemény tojással készült. Eljött az idő, amikor az emberek elkezdték kérdezni, hogy van-e ezekben a készítményekben tojás. Akkoriban csak apró kis üzleteink voltak, még nem léteztek a nagy élelmiszer áruházak. Ha vegetáriánusként valamilyen süteményt, kekszet vettünk, megkérdeztük a tulajdonost: „Ugye, nincs benne tojás?” A válasz az volt: „Nincs.” Ha a következő héten ugyanarról a termékről azt kérdeztük tőle: „Ugye, van benne tojás?” A válasz az volt: „Igen, van benne.” Azt mondta, amit szerinte mi hallani akartunk. El kívánta adni a termékét.

Mi hasonló módon viselkedünk. El akarjuk adni magunkat valaki másnak. Amiről feltételezzük, hogy egy másik személy előtt előnyösnek mutatkozna, azt igyekszünk mutatni magunkról. Ezt hazudjuk, nem kívánjuk mások elé tárni azt, amilyenek valójában vagyunk.

TERMÉSZETES EGYENSÚLY

Jataka-mese

Egy szent különféle helyekre utazott a tanítványaival. Teljesen besötétedett, mire egy falu határába érkeztek. Egy kovács műhelye volt a legközelebb, ezért tőle kértek éjjeli szállást. Ő nagy vendégszeretettel fogadta őket. Vacsorát adott nekik, majd megfelelő szálláshelyet kaptak a házában. Amikor másnap a vendégek útra készülődtek, a házigazda így szabadkozott: „Uram, elnézést kérek, ha valami kényelmetlen volt a számotokra.”

A szent azt felelte: „Fiam! Nagyon meg vagyunk elégedve a vendégszereteteddel, és ezért három kegyet kérhetsz tőlem. Bármilyen lehet az.”

A kovács tévovázott egy darabig, majd azt mondta: „Uram! Ha teljesíted a kívánságomat, akkor enged meg, hogy száz évig éljek!” „Így lesz” – jelentette ki a szent. „Mi a második kívánságod?” A kovács mindig aggódott az üzletmenete miatt, ezért azt kérte, hogy sohase köszönjenek rá ínséges napok. A szent megígérte, hogy ez a vágya is valóra válik.

A házigazda hirtelen nem tudta, hogy még mit kérjen, végül kibökte: „Ha bárki beleül abba a székbe, amelyben most te foglalsz helyet, az én engedélyem nélkül ne legyen képes elhagyni azt.” A szent felállt a

székből, majd azt mondta, hogy ez a kívánsága is teljesülni fog. Majd továbbutazott a tanítványaival.

A szent ígéretei sorban megvalósultak. A kovács családtagjai, barátai idővel egymás után eltávoztak az életből, ő azonban mindig jó egészségnek örvendett, és semmiben sem szenvedett hiányt. Egész nap énekelt, és boldogan dolgozott. Ám senki sem él örökké ezen a földön. Mindenki számára elérkezik a vég ideje. A kovács betöltötte a századik évét, és eljött az utolsó napja. Megérkezett a halál ura. Az ajtóban állt, és kérte a kovácsot, hogy menjen vele. Az először nagyon ideges lett, de azután a következőket mondta: „Uram, légy üdvözlöve! Kérlek, foglalj helyet ebben a székben, amíg megfelelően elrendezem a dolgaimat!”

Ahogy a halál ura beleült a székbe, a kovács hahotázni kezdett: „Na, te most azután beleragadtál ebbe a székbe, és az engedélyem nélkül nem vagy képes elhagyni azt.” A halál ura tekergőzött, vonaglott, de nem tudott szabadulni a székből. A kovács a kínos helyzetén nevetve távozott.

Mivel tudta, hogy a halál ura fogoly, nagyon boldog volt. Arra gondolt, hogy valami kedvére valót fog enni. Megfogott egy csirkét, de

ahogy lenyakazta, annak a feje azonnal visszakerült a nyakára, és elfutott. Ugyanígy próbálkozott egy kecskével is, de meglepetésére, annak is visszaalakult az eredeti formája, és vidáman elugrándozott. A kovács lassan rájött a történetek okára: „Micsoda ostoba vagyok! Ha a halál ura a foglyom, hogyan halhatna meg bárki is? De végül is, ez egyáltalán nem rossz. Többé legalább nem fog a halál kellemetlenkedni a földön. Majd zöldségeket eszem. De legalább megóvtam az életemet.”

Ám, ahogy múltak a hónapok, egyre nagyobb nehézségek támadtak a földön. Az emberek, az állatok, a madarak, a halak és a rovarok nem pusztultak el, és a teremtmények száma egyre csak szaporodott. Milliárdnyi moszkító, légy, rovar, patkány, béka született, de egyet sem vitt el a halál.

Ez a sok élőlény a farmokon is egyre több kárt okozott. A madarak mind felélték a fák gyümölcseit. A vizetek megbüdösödtek a bennük nyüzsgő halaktól, békáktól, és lassanként nem maradt iható víz. Az ég feketélt a sok sáskától és moszkítótl. Mindenféle mérges kígyók és vadállatok tanyáztak. A természet elvesztette az egyensúlyát. Lassanként eluralkodott a káosz.

A kovács ráébredt, milyen nagy hibát követett el: a természet tökéletlen a halál nélkül. A halál lényeges ahhoz, hogy megmaradjon a természet megfelelő egyensúlya. Gyorsan hazasietett, és kiszabadította a halál urát a székéből, aki azonnal megragadta őt, és magával vitte a másik világba.

Ezután fokozatosan minden helyreállt. Ahogy a teremtmények sorban meghaltak, a természet visszanyerte az egyensúlyát.

Sant Rajinder Singh

AZ ALÁZAT EREJE

Néhány közkatoná megpróbált felemelni egy óriási farönköt. A tizedes odaállt mellé, hogy a többiek az ő „hó-rukk” vezényszavára emeljék fel azt. Egy idegen a lován ülve figyelte az eseményeket. Azt mondta a tizedesnek: „Nem gondolod, hogy ha segítesz nekik, eggyel több ember ereje elegendő lehet a fa felemelésé-

hez? Miért nem fogod meg te is?” A tizedes visszaszólt: „Mert ez nem az én dolgom. Én a tizedes vagyok. Az ő dolguk ennek a munkának az elvégzése.”

Ekkor az idegen leszállt a lováról, csatlakozott a katonákhoz, és segített nekik a gerenda felemelésében. Az így megnövelt erő elegendő volt a



feladat sikeres elvégzéséhez. Ezután az idegen visszaült a lovára. Mielőtt elment, a következőket mondta a tizedesnek: „Ha legközelebb szükséged lesz segítségre egy szálfa felemeléséhez, üzenj a főparancsnokért.”

Ekkor az emberek az idegenben felismerték George Washingtonot, az Egyesült Államok első elnökét, a hadsereg fővezérét.

A történet az igazi alázatot szimbolizálja. Sokan közülünk annyira fontos embernek érzik magukat, hogy nem végeznek házimunkát a családban, nem nyúlnak szolgálainak, alantasnak tekintett munkákhoz, és az apró, „kulisszák mögötti” feladatokat is széles ívben elkerülik a munkahelyükön. Jelentékenynek és tekintélyesnek képzelik magukat. Érdekes módon, a nemes szívű, nagy emberek életében hihetetlen alázatra lelünk, amely az

egyszerű emberek közé vonzza őket, akikkel együtt dolgoznak.

Ha legközelebb a fontosságunk tudata foglal le bennünket, vagy nagypépszerűsödünk, gondoljunk a tiszteletre méltó, nagyszerű emberekre, akik az emberiség szolgálatára szentelik magukat! Senki sem olyan különleges, hogy ne osztozhatna a szomszédja terheiben, vagy ne nyújthatna segítő kezét egy szükségét szenvedőnek. Végtére is Isten éltet mindannyiunkat. Ő teszi lehetővé az életünket, és Ő a javaink adományozója. Isten nélkül semmik vagyunk. Isten tett azzá bennünket, amit elértünk az életben.

Ha olyanok szeretnénk lenni, mint a főparancsnok, és leszállunk a „magas lóról”, hogy segítsünk egymásnak, azt fogjuk tapasztalni, hogy Isten kegye bőségesen árad ránk.

GYERMEK OLDALAK

Sant Rajinder Singh ISTEN VÁR RÁNK

Egy érdekes történet szól egy kisgyerekről. Biztos vagyok abban, hogy gyermekkorunkban mindannyian bújócskáztunk. Egy gyerekcsoport éppen ezt játszotta. Az egyikük remek rejtékhelyet talált magának. A többiek hiába keresték, nem bukkantak rá. Egy idő után úgy döntöttek: „Menjünk haza!” A gyerek pedig csak várta, hogy valaki majd felfedezi őt. Eltelt egy fél óra, egy, majd két óra. Senki sem kereste. Elkezdett sírni.

Történetesen arra járt a nagypapa, aki odament hozzá, és megkérdezte: „Miért sírsz?” „Tudod, bújócskát játszunk, de senki sem talált meg engem” – szipogta az unokája. A nagypapa nevetni kezdett. „Miért nevelsz?” – kérdezte a gyerek. „Mert mind hazamentek.” „Nem értem” – lepődött meg az unokája. „Nekem senki sem mondta meg, hogy a játék véget ért. Én meg itt órák óta várok.”

A nagypapa megállapította: „Ugyanez történik az életünkben is.” „Mit jelent ez?” – kérdezte a gyerek. „Isten mindannyiunkra vár” – mondta a nagypapa. „Mi viszont belemerülünk a világi dolgainkba, ilyen meg olyan teendők után szaladgálunk. Isten közben egyre csak vár ránk a bensőnkben. Ám mi erről tökéletesen megfeledkezünk.”

Sant Rajinder Singh LÉGY HÁLÁS ISTENNEK!

Egy gyerek kérdése: Mi a meditáció?

Mester: A meditáció Isten megtalálását jelenti a bensőnkben. A meditációban megpillanthatjuk Isten Fényét, és hallhatjuk az Ő Hangját. Ha mindent megtapasztaljuk, akkor megtaláljuk magunkban Istent.

Kérdés: Miért teremtette Isten a világot?

Mester: Isten azért teremtette a világot, mert kezdetben teljesen egyedül volt. Magányossá vált. Nem volt édesanyja, édesapja, se testvérei, se gyereke. Ezért lelkeket teremtett, hogy azok a világban élhessenek. Sant Darshan Singh mindig azt mondta, hogy Isten azért teremtette a lelkeket, hogy szeressék Őt. Éppen úgy, ahogy mi is azt kívánjuk, hogy a szüleink szeressenek bennünket, Isten ugyanezre vágyott.

Úgy szeressük Őt, hogy megköszönjük Őneki az összes ajándékot, amelyekhez hozzájuttatott bennünket! Ő adott nekünk testet, amelyben élhetünk, szemet, hogy lássunk, fület, hogy halljunk; családot, amelyet szerethetünk. Ruhát kaptunk tőle, amit viselhetünk, házat, amiben élhetünk, és végül Ő mutatta meg nekünk, hogy hogyan juthatunk vissza Őhöz az Isteni Fényre és Hangra meditálva.

Legyünk hálásak Istennek mindazért, amivel megáldott valamennyiünket!

