

Sat Sandesh

2025. április ♦ 58. ÉVFOLYAM ♦ 4. SZÁM

Tartalomjegyzék

2	Emlékezés Hazurra	<i>Sant Rajinder Singh</i>
5	Hazur, a Mesterem	<i>Sant Darshan Singh</i>
7	Milyen az igazi satsang?	<i>Sant Rajinder Singh</i>
13	Istentől Őt magát kérjük!	<i>Sant Kirpal Singh</i>
22	<i>Spiritualitás a mindennapokban</i> Alázat Szerető kedvesség Hazugság - igazmondás	<i>Sant Rajinder Singh</i> <i>Sant Rajinder Singh</i> <i>Sant Rajinder Singh</i>
28	<i>Történetek</i> Isten vagy az ember akarata? A tolvajok listája Karma vagy szabad akarat?	<i>Hazur Baba Sawan Singh</i> <i>Hazur Baba Sawan Singh</i> <i>Sant Rajinder Singh</i>
32	<i>Gyermekoldalak</i> Amit a kanadai vadlibáktól megtanulhatunk Tanmese a türelemről és a kitartásról: pillangó	<i>Ismeretlen szerző</i> <i>Gulyásné Farkas Rita</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

EMLÉKEZÉS HAZURRA

Ma április 2-a van. A Misszióinkban Keleten ezt a napot bhandarának nevezik, amelyen Hazur Baba Sawan Singhre emlékezünk, aki 1948. április 2-án hagyta el a földi világot. Ezen a napon szerte a világon sok satsangi, Hazur, Sant Kirpal Singh és Sant Darshan Singh tanítványai e Mesterre való édes emlékezés jegyében jönnek össze.

Hazur volt a Sant Mat hagyomány első olyan Mestere, aki révén ez a tanítás eljutott Nyugatra. Megjövendölte, hogy a spiritualitás Napja magasra fog hágni a világnak ezen a részén is, ahol az Ő idejében még nem túl sokan követték a Sant Mat tanítását, és kevesen keresték fel Őt személyesen Indiában. Ám Sant Kirpal Singh és Sant Darshan Singh világkörüli útjainak köszönhetően a Sant Mat tanítását szerte a földön megis-

merték, és ma már minden kontinensen gyakorolják ezt a meditációt.

Azt mondják, hogy Hazur hatalmas eltökéltséggel dolgozott. E tanítás angol nyelven nagyobb részét az Ő óriási méretű levelezésének köszönhetően vált közismertté. Egyes irányításai bizonyos értelemben valóban mindannyiunkra hatással voltak. Az egyik ilyen különleges döntését a fiatal Darshan Singhgel kapcsolatban hozta meg, aki éppen befejezte a középiskolát, leérettségizett, és egyetemre készült. Nagyon jól tanult. Mindenben kiváló volt, amivel foglalkozott. Annyira jók voltak az eredményei, hogy bármilyen szakirányt, egyetemet választhatott, bárhova biztosan felvették volna. Abban az időben az orvosi és mérnöki pálya különösen népszerű volt, és Ő azt fontolgatta, hogy a kettő közül vajon melyiket válassza.



Az édesapa, Sant Kirpal Singh elvitte a fiát Hazurhoz, akivel nagyon közeli, személyes jellegű kapcsolatban álltak. Nyilvánvaló volt, hogy az életnek ebben a nagyon fontos kérdésében iránymutatást kérnek Őtőle. Megmutatták Hazurnak a bizonyítványt, és megkérdezték, melyik egyetemet válasszák.

Hazur azt mondta: „Káká! (Pandzsábi nyelven így szólítják meg a gyerekeket, a fiatalokat). A perzsa nagyon édes nyelv.” De Darshan Singh

nem akart humán területen továbbtanulni. Ő a természettudományok felé vonzódott. Hazur még hozzátette: „Nagyon jó dolog perzsául megismerni a misztika kincseit.”

Sant Darshan Singh fiatalos hévvel éppen tudatni akarta Hazurral, hogy Ő inkább az orvoslás vagy a mérnöki pálya mélységeit szeretné megismerni. Ám még mielőtt bármit mondhatott volna, az édesapja, Sant Kirpal Singh az ujját a szájára téve jelezte, hogy egy szót se szóljon. Dars-

han tudta, hogy csöndben kell figyelnie. Kirpal Singh megkérdezte Hazurt: „És mit tanuljon mellette?” Hazur válasza: „Angol irodalmat és történelmet.” Ezzel a fiatalembert a humán ismeretek gazdag tárháza felé irányította: a perzsa nyelv, az angol irodalom és történelem felé.

Hazamentek. Éppen Lahorében volt a szakiránynak megfelelő legjobb egyetem, és Darshan Singh megkezdte a perzsa tanulmányait. E nyelv valóban rendkívül gazdag misztikus hagyományokat őrzött meg. A szufi tanítás is ezen a nyelven volt hozzáférhető. Emellett urdu, fászi, angol nyelvi és történelmi – vagyis humán jellegű tanulmányokat folytatott. A tanárai között volt ennek az időszaknak a két leghíresebb költője. Az ő hatásukra kezdett verseket írni.

Ma szerte a világon jól ismerik Sant Darshan Singh csodálatos költészetét, amelynek segítségével tökéletesen világosan, hatalmas erővel tárja elénk a spiritualitás mélységeit, mutatja meg az élet igazi értelmét.

Hazur egyetlen döntése milliók életére volt hatással. Számtalan módon segítette azokat, akik el akarták érni Istent. A nehéz időkben sok-sok ezer embernek nyújtott vigaszt, és rengeteg szenvedést vállalt magára, hogy az emberek könnyebben, békésen haladjanak át a megpróbáltatásokon.

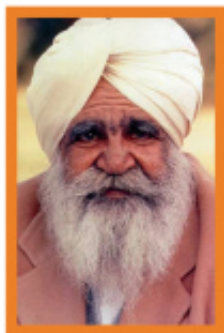
Azt, hogy a Mester miként segít bennünket, valójában nem könnyű megértenünk. Azt, hogy az Úr mi

módon ad meg nekünk minden lehetséges védelmet és segítséget, igazán csak akkor ismerjük fel, amikor a fizikai testtudat fölé emelkedünk. A fizikai szinten élve csak azt látjuk, ami itt megy végbe, de semmit abból, ami azon túl történik.

Hazur élete azt tanúsítja, hogy a bármilyen szociális környezetből Őhozzá érkezőket mindenféle helyzetekben egyaránt segítette. A szentek azért jönnek ebbe a világba, hogy megerősítsék a kapcsolatunkat Istennel, akire a világba belefeledkezve sokan már egyáltalán nem is gondolnak. A tanításuk nemcsak a saját koruknak, és ott nem csupán bizonyos embereknek szólt. Hazur tanítása is egyetemes volt, és a ma élők számára is tökéletesen időszerű. A Mesterek azt kérik tőlünk, hogy ismerjük meg az igazi valónkat.

Amikor az emberek azt kérdezték Hazurtól: „Elég jó-e nekem ez az út?” Az Ő válasza a következő volt: „Ez az az út, amely szerintem a leghatékonyabb. Ha ti ennél is jobbat találtok, gyertek, mondjátok el nekem, és akkor én is azt fogom követni.” Ez a kijelentése is azt igazolja, hogy Ő mindenki irányában nagyon nyitott volt. Nem azt mondta: „Ez van. Nincs más út.” Sőt, készségesen jelezte, hogy egy esetleges még megfelelőbb út a számára szabadon elfogadható.

Hazur az emberek ezreivel hatalmas szeretettel osztotta meg a Mesterek tanítását.



Sant Darshan Singh Ji Maharaj

HAZUR, A MESTEREM

**Sant Darshan Singh 1926-ban, 5 éves korában kapta meg
a szent beavatást Hazur Baba Sawan Singhtől**

A legtöbb hétfőn meglátogattam Hazurt Beasban. Szombaton éjszaka, a munkám végeztével indultam, és vasárnap reggel érkeztem meg a derába. Gyakran annyira zsúfolt volt a vonat, hogy egész úton állnom kellett. Apámmal együtt végighallgattam Hazur satsangját, és vasárnap éjszaka indultunk haza, hogy hétfőn reggel a munkahelyemen lehessenek. Sok időbe telt az utazgatás, de sohasem éreztem fáradtságot, miután megkaptam Hazur életet adó pillantását. Az emberek gyakran kérdezték: „Nem nagyon fárasztó ez az életmód?” Csak annyit tudtam mondani: „Ez tölt meg étellel.” Aki csak egyszer is látta Hazurt, tudja, hogy miért.

Hazur minden létező kedvesség forrása volt. Soha másban nem találtam ilyen szépséget, ekkora ragyo-

gást, ennyire magával ragadó és mindent beborító erőt. Egyetlen pillantásától elfeledte magát az ember, és teljesen elveszett Őbenne. Finom megjelenése és fénylő ragyogása félő tiszteletet ébresztett bennünk. Szavakkal kifejezhetetlen méltóság áradt belőle. Amikor egy csapat lovassal tartott valamerre, még nagy távolságból nézve is kimagaslott közülük. Volt, aki Őt azelőtt sohasem látta, és ezektől körülvéve pillantotta meg először, mégis megkérdezte: „Mitől hat így rám?” Hatalmas, oroszlánszerű, igéző szemébe belefeledkezve megszűnt a világ létezése.

Ezt egyik versemben így fejeztem ki:

*A Nap és a Hold fénylő szépsége,
az egész világmindenség tiündöklése
csak visszfénye arcod ragyogásának.*

A szemét Isten töltötte meg édes szeretettel, ezért hordozta a leghatalmasabb Fényt. Aki ránézett, percekre szótlanná vált. Oly bőségesen ontotta az Isteniséget, hogy még a legkeményebb szíveket is meglágyította. Ki tudná elfeledni, milyen fenséges volt a fehér turbánjában, magas homlokával, frissességgel teli arcával, a figyelmet vonzó anyajeggyel rajta, vagy azt, ahogyan mozgott és beszélt? Csak elmosolyodott, és a Mindenség álmos, fáradt szemhéjai fűgén felpattantak.

Amikor először találkoztam Hazurral, ezüstös fénnel csillogó szakáll – szikh szokás szerint – össze volt sodorva az arca oldalán. Bár hajszálainak száma és hossza kevesnek tűnhet, mégis elegendő volt ahhoz, hogy szeretete hajfűrtjeivel teljesen behálózza a Földet és az összes többi világot is. Pillantásának ereje még az istenségeket is magához vonzotta, és ha kegyesen megáldott vele bennünket, az egész világmindenség tánkra perdült tőle.

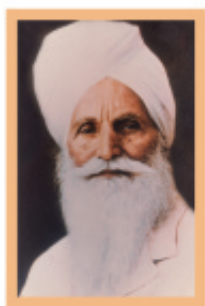
Abban a végtelen kegyben részesültem, hogy Hazur darshanjának a bensőmben is örvendezhettem, mégis fizikai megjelenése mindenkor páratlan csodaként hatott rám. Amikor csak Vele lehettem, megrészegett szépsége mámort adó bora.

Olyan makulátlanul öltözködött, akár egy uralkodó. Az egész megjelenése méltóságot sugárzott. A sétabotját nemcsak támaszkodásra használta. Olykor a levegőbe emelte. Ha

megrázta, mi bizony beleborzongtunk. Még a halál angyala is elfutott volna előle. Ha valakit megérintett a botjával – bárki volt is az – Daram Raj, a halál ura örökre elveszítette a jogát arra a lélekre.

Az Ő természetes isteniségének koronájaként Hazur egész hosszú földi élete során a legteljesebb élet-erőnek örvendett. A legtisztább vízü hegyi patakként áradt nevetése, szírporkázó szellemessége, kedves humora. Olyan volt Hazur élete, mint egy szent házigazdáé, aki minden helyzetben mosolyog. Egyszerű, mesterkéetlen beszéde egyenesen beletalált a hallgatója szívébe.

Hazur humora gyermeki egyszerűségével a nevetés harangját zendítette meg bennünk. Előadásain a lényeges pontokat anekdotákkal világította meg. A népi humor gyöngyszemait egyedülálló kedvességgel nyújtotta át a hallgatóságának. Egész lény vibrált a vidámságtól. Úgy tudott nevetni, hogy már ettől is mosolyra fakadt mindenki. A vékony muszlin ingben, amit a nyári hőségben viselt, látszott, hogy az egész teste részt vesz a nagy vidámságban. Nemcsak osztoztunk jókedvében, hanem úgy éreztük, mintha a Földről valami más bolygóra kerültünk volna, ahol nincs más, csak szüntelen derű és boldogság. Közben csak áradtak Hazurból az isteni szeretet hullámai, megtöltve a légkört és bennünket olyan életörömmel, amelyről azelőtt nem is álmodtunk.



Sant Rajinder Singh Ji Maharaj

MILYEN AZ IGAZI SATSANG?

Valahányszor satsangra jövünk, az vajon miféle legyen? Pontosabban milyen légkörre van szükség, hogy azt valóban satsangnak nevezhessük? E kérdésre a választ a szentek és misztikusok mind sajátos formában fogalmazzák meg. Guru Nanak eszköznek nevezte, amelynek segítségével embermilliók hangolódnak rá Istenre. Szeretetteljes szavakkal magyarázza el azt, hogy milyen az igazi satsang.

Először kérdéseket tesz fel: Egy satsang miről ismerhető fel? Miből tudjuk, hogy valóban egy spirituális együttlétről van szó? A válasza a következő: Itt együtt lehetünk az igazsággal. Információkat szerezhetünk az igazság megismeréséhez vezető tevékenységekről. Megértjük, hogy mi az élet valódi célja. A satsangot az egyetlen univerzális Atya nevében tartják, akiből a Naam, az Isteni Fény- és Hangáradat kiáradt, amelyből az összes benső spirituális régió létrejött.

A Naam az összes atomot átítatja. Ha megalapozzuk a kapcsolatunkat ezzel az Erővel, ennek köszönhetően felismerhetjük Istent. A satsang az a hely, ahol a Naam a fő téma, ahol mindenki ugyanahhoz az ismerethez juthat hozzá. Ezeket látogatva összekapcsolódhatunk az Isteni Naammal, amelynek a különféle nyelveken eltérő neveket adtak: Shabd, Noor, Fény- és Hangáradat, szent Ige, Kalma.

A satsang olyan hely, ahol a vallási, társadalmi, kulturális hovatartozásunktól, a beszélt nyelvünkötől, a szülőhelyünkötől függetlenül jövünk össze, ülünk egymás mellé, és válunk tudatossá az Isteni Naamra. Miután

megteremtődik a kapcsolatunk az Istenerővel, képessé válunk az igazi célunk beteljesítésére. Guru Nanak a továbbiakban még kiemeli:

*Az egyetlen Név az Úr parancsa.
Ó, Nanak! Az igazi
Guru adta nekem
ennek a megértését.*

E sorokkal Nanak a Naamra hivatkozik, amely az Úr irányítása alatt működik. Ő kezdetben egyedül volt, és az Ő akaratából áradt ki Őbelőle a Naam, az Isteni Fény- és Hangáradat.

*Isten először a Fényt alkotta meg.
Majd a Teremtőerő életet
adott az összes balandó lénynek.
Az egész univerzum egyetlen
Fényfolyamból jött létre.
Nos, akkor vajon ki jó, és ki rossz?*

Minden egyéb előtt tehát a Fény manifesztálódott. Ezt követte a Fényből az egész teremtettség megalkotása. Emberi lényként az a mi látásmódunktól függ, hogy valakit különlegesnek, egyedülállónak tartunk, mást pedig jelentéktelennek, alábbvalónak, jónak vagy erkölcstelennek tekintünk. A spirituális Mesterek szemében viszont mindenki jó, ugyanis minden entitás, egyéni tel-

jesség Istenből ered. Mindenek forrása egyedül az Úr. Az a mi szemléletmódunktól függ, hogy miként minősítjük azt, akit vagy amit látunk.

Guru Nanak kihangsúlyozza, hogy csak egyetlen Naam létezik, amely az Úr elrendelése szerint lépett működésbe. Majd hozzáteszi: „Az igazi Guru adta nekem ennek a megértését.”

Amikor egy tökéletes spirituális Mester megáld bennünket a Naammal, akkor elkezdjük felismerni annak lényegét. Az Isteni Naam, a Shabd jelen van minden atomban, és ott vibrál bennünk is. Ám jelenleg nem vagyunk rá tudatosak, noha ott rejtezik minden porszemben: felettünk, alattunk, körülöttnk és bennünk. A magunk erejéből képtelenség ráhangolódunk.

Ha a tökéletes spirituális Mester, egy megvilágosodott lény ad nekünk a tudatosságából, akkor ezzel összeköti a lelkünket a bennünk rejtező Naammal, az Isteni Fény- és Hangáradattal – Isten két eredeti megnyilvánulási formájával. Ezt követően a lépéseink Isten felé fognak vezetni.

Mik a satsangra járás jótéteményei? Mi egy igazi satsang lényege? Guru Nanak a himnuszában kiemeli, hogy ez olyan hely, ahol az egyetemes Atya áll az előadások



középpontjában, akiből kiáradt a Naam, aki az egész mindenség megteremtője. Ez az Erő nyilvánult meg Sach Khandban, a teljes tudatosság és igazság szintjén. Ez hozta létre a szuprakauzális, a kauzális, az asztrális és a fizikai régiót is.

Ez olyan hely, ahol a tudatossá válásunk érdekében segítséghez jutunk. A tökéletes spirituális Mester az, akinek a közreműködésével rá tudunk hangolódni a Naamra. Így válunk képessé az élet misztériumának, az élet és a halál titkainak megfejtésére. Ily módon beteljesülhet a cél, amiért e fizikai szintre küldtek bennünket.

Miközben a földi élettarta-

munk behatárolt, az igazi létezésünk időtlen. Csak ideig-óráig vagyunk ebben a fizikai testben. Ez esetenként 50-60 vagy akár 100 év is lehet, de egy napon mindenképp véget ér a földi utazásunk. A lelkünk, az igazi formánk viszont halhatatlan. A fizikai test mulandó. A lélek azonban a halál beállta után is tovább él. Ráadásul, ha megkapjuk a beavatást a Fény- és Hangáradatba, akkor nekivághatunk a spirituális utazásnak. A benső tapasztalatoknak köszönhetően az életünk összes pillanata békességben, nyugalomban, üdvösségben fog telni. A szentek és misztikusok ismételten kihangsúlyozzák, hogy nincs köztünk

olyan, aki ne érhetné el ezt a célt.

A lényegi kérdés: „Vajon hol van a figyelmünk?” Mindazok a satsangi testvéreink, akik Isten felé igyekeznek, akik folyamatosan teszik a lépéseiket az Istenfelismerés irányában, teljes bizonyossággal fogják ismerni Istent, és célba fognak érni. Egyre több tapasztalatot szereznek arról, hogy Isten nincs távol tőlük, hiszen Ő mindannyiunkban benne él.

Mialatt ebben a mulandó világban élünk, a tudomány hatalmas léptékű fejlődésének köszönhetően folyamatosan sok új ismerethez juthatunk. Ebbe a körbe annak a megértése is beletartozik, hogy mik a természet működésének az alapelvei.

Mindannyiunkban létezik egy éltető erő, amelyet nem könnyű intellektuális szinten felfogni, értelmezni. A számtalan emberi tevékenység végzése során egyidejűleg ugyanaz az Istenerő működik itt, ott és amott is. Valaki éppen egy bizonyos helyen tartózkodik, majd később valahol másutt. Valameddig az otthonában van, majd elmegy a munkahelyére. Egy másik személy felszáll egy repülőgépre Indiában, ahonnan Európába utazik. Annak a megértése, hogy ez hogyan lehetséges, nagy kihívás számunkra, de ha lassan is, a tudo-

mány folyamatosan lépéseket tesz a spiritualitás felé.

Az utóbbi 40-50 évben eluralkodott a számítógép használata. Ugyanazokat a programokat bárhol használhatják, hiszen mindegyik számítógép többfunkciós. Ez a fajta működés független az időponttól és a használat helyétől. Bárhol is tartózkodunk, sok millió fajta tevékenységet folytathatunk. Remélhetőleg fokozatosan megértjük, felismerjük, hogy ezt egyedül a bennünk lévő Istenerő teszi lehetővé. Erről egyidejűleg akárki, bárhol, akármikor tapasztalatot szerezhet. Ha meditálunk, mindannyian átélhetjük önmagunkban az Úr jelenvalóságát, és lépéseket tehetünk Őfelé. A szentek és misztikusok mindig erre emlékeztetnek bennünket.

Tehát nem arról van szó, hogy egy adott időpontban az egyik személy, más alkalommal egy második vagy harmadik személy érheti el Istent, hanem mindannyian egyidejűleg ráébredhetünk Istenre.

Ha Ő valahol a külső világban létezne, akkor csak egy adott helyen és időpontban lenne elérhető. Például, ha egy hegytetőn lakozna, csak kevesen tudnának ott rátalálni. Ha Isten bárhol másutt lakna a fizikai világban, akkor csak nehezen és kevesen juthatnának a je-



lenlétébe. Ő azonban ezt mindannyiunk számára könnyűvé tette. Pontosan tudta, hogy ebbe a keresésbe nem fektetünk túl sok erőfeszítést. Nem fogunk keményen megdolgozni azért, hogy megkeressük Őt. Ezért úgy döntött: „Őbennük lesznek, minden egyénél közelebb hozzájuk. Így nem kell messzire utazniuk.”

Ha részt veszünk egy satsangon, tudatosulhat bennünk, hogy Isten nem valahol a külső világban keresendő, hiszen bennünk él. Képesek vagyunk elérni az egyesülést Ővele, ha elnyerjük az Isteni Fényre és Hangra történő beavatás, a Naam ajándékát. Amíg a

shiv netra, az egyszem, a tizedik kapu zárva van, nem ébredhetünk rá az igazságra. Ekkor ugyanis a figyelmünk kizárólag a külső színtéren van. A beavatás napján viszont a spirituális Mester részesít bennünket a saját tudatossága egy szikrájából, és így ráébredünk az Isteni Fény- és Hangáradattal való kapcsolatunkra. Kezdőtökéhez jutunk, amelyre a spirituális fejlődésünk alapozódhat.

Miután a tizedik kapu megnyílt, lehetőségünk nyílik a benső utazásra. A beavatást követően ugyanis spirituális állapotba kerülünk. A Mesterünk kegyéből és a bensőnkben nyújtott segítségével,

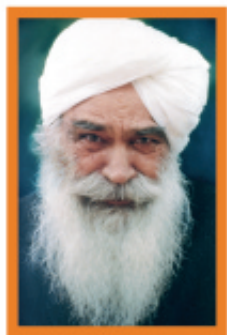


vezetésével a lelkünk elkezd megerősödni, és képessé válik arra, hogy előrehaladjon a spirituális ösvényen. Ennek fontos mozzanata a testi tudatosság fölé emelkedés.

Az, akire a fizikai szinten spirituális Mesterként, Guruként hivatkozunk – és csupán emberi lény-

nek tekintünk – ébreszt rá bennünket Istenre. Amikor azután fejlődünk a bensőben, bizonyosságot szerezhethetünk a Mesterünk sugárzó formájáról, ami egy megvilágosodott lény manifesztációja. E formából Fény sugárzódik ki. Miután a meditációban túljutunk a benső, csillagokkal teli ég, Hold és Nap régióján, megpillantjuk ezt a Fényben fürdő benső alakot. Ő azután a társunk lesz a spirituális utazásunkon, amely a fizikaiból az asztrológiai, a kauzális, a szuprakauzális szinten át Sach Khandba, a teljes tudatosság és igazság szintjére vezet. Ott belemerül a lelkünk ebbe a tündöklő formába. Majd az Ő segítségével érjük el az egységet Istennel. Ezzel beteljesül az ön- és Istenfelismerés küldetése.

Ha satsangra jövünk, mindannyian ugyanabban a bölcsességben részesülünk, aminek a segítségével lépéseket tehetünk az igazi célunk felé. Guru Nanak a satsangot olyan helynek tekinti, amelyen az egyetemes Atya az együttlétek témája. Ehhez Ő még hozzáteszi, hogy amikor a tökéletes spirituális Mester megáld valakit az Isteni Fényre és Hangra történő beavatás ajándékával, akkor az emberi születésünk célja az élet és halál titkaival együtt elkezd feltárulni előttünk.



Sant Kirpal Singh Ji Maharaj

ISTENTŐL ŐT MAGÁT KÉRJÜK!

A spiritualitás hindi nyelven „Parmarth”, amely két szó összetétele: a „Param” jelentése: a legmagasztosabb; „Arth” pedig azt jelenti: elérni valamit. A „Parmarth” szó jelentéstartalma: olyan tudás elérése, amely mindenekfeletti, elmúlhatatlan. Mi az ezen a világon, ami fenséges és örökkévaló? A lelkünk. Kik vagyunk mi? Megtestesült lelkek. Tudatosak. Isten részei. A lelkünk jellemzői meg egyeznek a legmagasztosabb Erőével, csak kisebb méretarányban. A leg-hatalmasabb cél, amelyet egy lélek elérhet: az egység Istennel. Minden egyéb eredmény időleges, tűnény.

Egy szent azt kérdezte: „Mi haszna van annak, ha egy ember az egész világ összes javát birtokolja, de elveszíti a saját lelkét?” Mit számít, ha miénk minden ezen a földön, ha nem ismerjük fel a lelkünket? Hiszen minden anyagi természetű dolog itt marad, amikor elhagyjuk ezt a színteret. Mikor válunk képessé ennek a ténynek a felismerésére? „Az igazsággal együttlét nélkül a bölcsesség nem érhető el.” Honnan ered az igazi tudás? Kinek a társaságában válunk képessé ennek felismerésére? Olyan valaki jelenlétében, aki már felismerte, megtapasztalta azt, és egy lett vele.

Mit jelent a „Sangat” szó? „Együtt ülni.” Mi a „satsang” jelentése? „Együttlét az igazsággal.” Amikor satsangon vagyunk, ezzel megadjuk a lehetőséget a lelkünknek, hogy olyan valaki szavaira figyelhessen, aki már az igazságban él. Egy mondás szerint: „A spirituális Mester nélkül nincs

igazság.” Őnála nincs fontosabb, értékesebb személy, akivel való együttlétre vágyhatunk. „Ahol a spirituális Mester, a megszemélyesedett igazság jelen van, az sat-sang.” Ő az isteni bölcsesség hordozója, és a követői számára lehetővé teszi a valóság felismerését.

A spirituális Mester arról beszél, ami elmúlhatatlan. A testünk léte időleges. Betegség, éhség miatt magatehetetlen állapotba kerülhet. Fizikai, anyagi, érzelmi, mentális problémák gyötörhetik. Nem a folyamatosan változó testünk a boldogság forrása. Ha el szeretnénk érni a halhatatlant, az örökévalót, akkor a lelkünknek kell belemerülnie Istenbe. „Ő sohasem hal meg, ezért soha nem lesz ok a megsiratására.”

Ha az Istenerőhöz kapcsolódunk, a miénk lehet mindaz, ami mindkét világhoz tartozik. A szentek ezt az Erőt Naamnak is nevezik. Mi a Naam? Isten név nélküli. Ő egy Erő, amely megnyilvánult. Egyből több akart lenni. „Egyetlen univerzum, amelyben az élet óceánjai oly sokfélék.” Amikor Isten megnyilatkozott, ez az Erő, vagyis a Fényként és Hangként megnyilvánuló, hallható életáramlat hozta létre az egész teremtetést. Mi a teljes tudatosság Óceánjának a cseppjei vagyunk. A lelkünk tu-

datos entitás, vagyis az isteni tulajdonságok összessége.

Az igazi valónknak arra van szüksége, hogy összekapcsolódjon az Istenerővel, vagyis a teljes tudatossággal. Ez az Erő elpusztíthatatlan. Ha a lelkünk Istenhez kötődik, akkor egyre tudatosabbá válik. Ha viszont a testével és az anyagi dolgokkal kerül függő viszonyba, akkor csökkenni fog a tudatossága. A szentek intelme így szól: „Szerencsések azok, akik emberként megszülethettek, de ha nem kerülnek összeköttetésbe az Isteni Fény- és Hangáradattal, ezzel ártanak maguknak.”

Egy lélek csak hatalmas szerencsével ölthet emberi formát. Ez alatt rálehet Istenre, hozzájuthat az „Élet Kenyeréhez” és az „Élet Vízéhez.” Kétféle út nyílik meg előtte. Az Istenerőre hangolódva egyre tudatosabbá válik. Ha viszont az anyagi világ dolgaihoz, vagyis a testéhez, a családi és rokoni kapcsolatokhoz, a pénzhez, a vagyontárgyaihoz ragaszkodik, akkor a lelkét a tudatosság terén csak veszteségek érik. Emiatt olyan életformában fog újra megszületni, amely az emberinél alacsonyabb szintű tudatossággal rendelkezik.

A szentek kihangsúlyozzák, hogy aki felismeri az élet igazi ér-

tékeit, és elnyeri az emberi létezés ajándékát, annak a célja az egyesülés Istennel, vagyis egy olyan állapot elérése, amely örökké megmarad. Minden egyéb nyereség, haszon semmitmondó, értéktelen. Ezért ismerjük fel, hogy mi az, ami minden egyébnél fontosabb, ami elmúlhatatlan! Ez a spiritualitás.

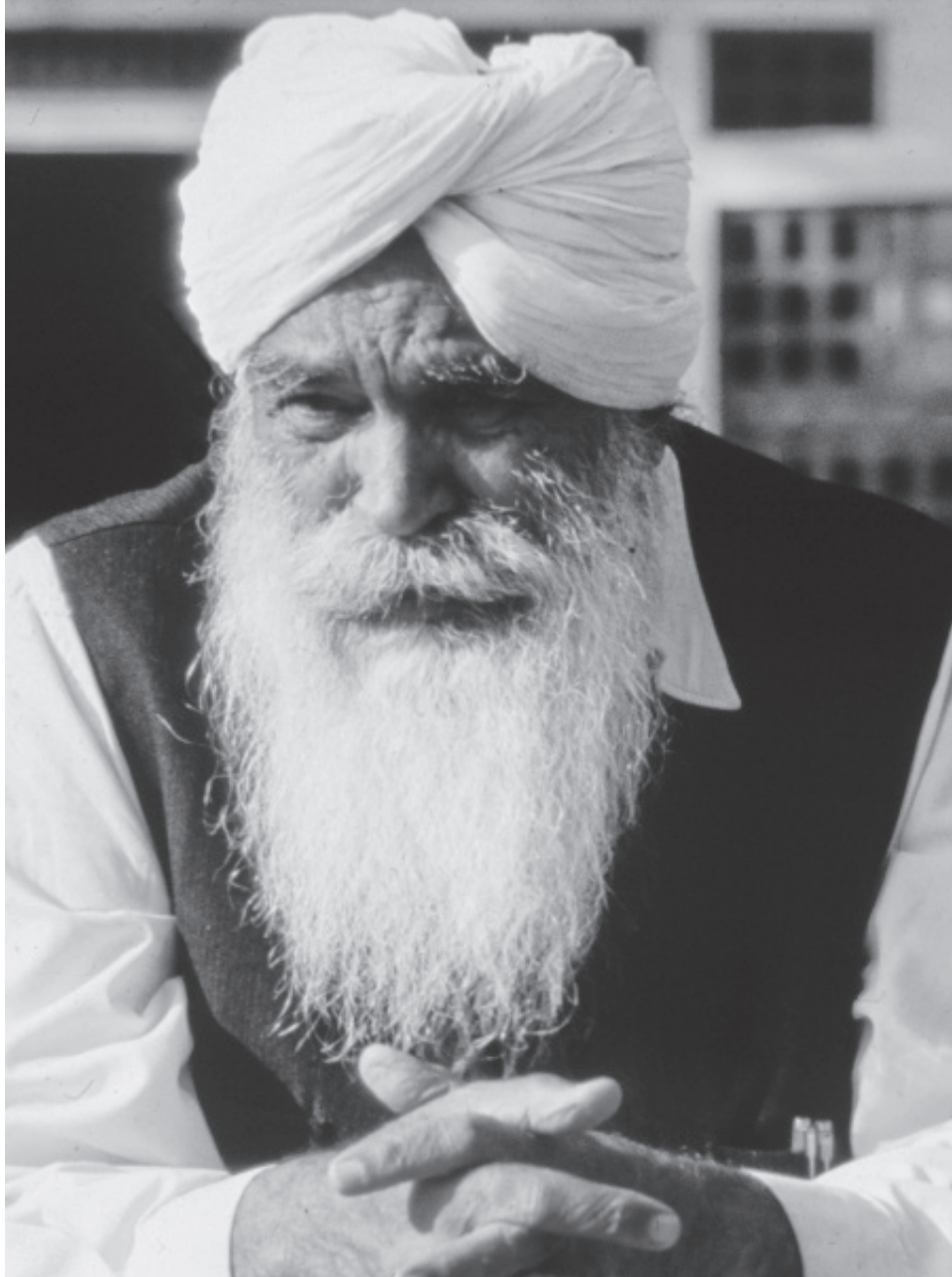
Azt mondják, hogy az emberi formának három összetevője van. Az egyik a test, amely megfelelő táplálással erős lesz. A második az intellektus. Ezt képzéssel finomíthatjuk, csiszolhatjuk. Kiemelkedő mentális képességekkel nagyszerű új dolgokat találhatunk fel. Ám az emberi lénynek ez a két oldala a pusztulás alávetettje. Mi az, ami örök, halhatatlan? Isten, az igazság és a lélek. Minden egyéb mulandó, illuzórikus. Lehet, hogy valakinek sok pénze van. De mi történik egy bankcsőd esetén? Egy másik személy több ingatlannal is rendelkezik. Ám egy földrengés, cunami mindent elsöpörhet az adott területen. Egy atombomba életek sokaságát semmisítheti meg. Spirituális vonatkozásban az anyagi gazdagság nem tekinthető nagy teljesítménynek. A testünkbe a megszületésünkkel kerülünk, de nem vesszük magunkkal, amikor innen végleg eltávozzunk. Mi egyéb ma-

rad velünk? Semmi a földön elért nagy vívmányokból. A lelkünk az emberi testnek csak egy előre meghatározott ideig a lakója, és ha innen elmegyünk, mindent hátrahagyunk.

A fizikai világban egy fa árnyéka állandóan mozog. A világ színei is folyamatos változásban vannak.

A szentek azt tanácsolják, hogy öltünk magunkra Isten örökké megmaradó, soha el nem halványuló színeit. „Ó, barátom! Keresd az örök fiatalság színét!” Azt gondolhatjuk, hogy ez a tanács a fiatal éveink csúcspontjára, az akkori jellemzőkre vonatkozik. Valójában teljesen másról van szó. Vajon milyen színekben tündököljön a lelkünk? Isten színeibe szükséges öltöznünk. Az összes többi szín a testünkkel együtt egyszer semmivé lesz.

Mi a legnagyobb eredmény, siker, amelyet emberként e világban élve elérhetünk? A lelkünk egyesülése Istennel. Ez hogyan történhet meg? A szentek küldetése az Isten után sóvárgó lelkek összekapcsolása a Fény- és Hangáradattal. Beavatják őket a benső titkaiba. Mi az Isteni Fény és Hang? A megnyilvánult Istenerő, amely a spirituális Mesterben manifesztálódik, és szétsugárzódik Óbelőle. A beavatáskor a figyelmével feltöltött



Istenneveket oszt meg a tanítványaival. „Ó, elme! Ismételd Isten neveit!” Ezek segítségével lecsendesül az elme, és a lélek benső tapasztalatokat szerezhet. Guru Ram Das erről a következőket mondja: „A spirituális Mesterem

áldott meg a benső látomásokkal engem.”

Mi történik az Isteni Fénybe és Hangba történő beavatáskor? Egyrészt van egy név: „Isten.” Másrészt létezik egy Erő, amely betölti az egész teremtést. Az „Is-

ten” név utal a mindent átjáró Erőre. Az egész világ mondogatja az „Isten” nevet, de fogalma sincs a megnevezett lényegéről. Az embereknek nincs benső kapcsolatuk Ővele. Bár a Teremtő nevének az emlegetése helyes irányba tereli a figyelmet, de az Erő valami egészen más, mint a kimondott név. Ez az Erő minden élet alapja. „Az összes égitestet a Fény- és Hangáradat hozta létre és működteti.” Ám a spirituális Mester kegye, segítsége nélkül senki sem kapcsolódhat össze vele.

Nincs olyan hely, ahol a Teremtő ne lenne jelen. Az egész világ az Ő lényegének visszatükröződése. Ezt akkor ismerjük fel, ha nyitott a benső szemünk. Mit tekinthetünk e világon a legnagyobb „nyereségnek”? Ha olyasmi lesz a miénk, ami mindörökké megmarad. Ez nem más, mint a lélek egyesülése Istennel. Ez miként válhat valóra? A szentek segítségével. Kit nevezünk szentnek? „Az igazi jótevőnk a bölcsesség megtestesülése, és az isteni erények hordozója.” A lélekenergia az isteni fenntartó és ellenőrző Erőnek köszönhetően élteti a fizikai testünket. Ha azt mindörökké elhagyja, a test működésképtelenné válik. Hasonló a helyzet a teremtetett mindenséggel. Az Istenerő tökéletes pontosság-

gal tartja a pályájukon az égitesteket. Ha viszont valamilyen mértékig visszahúzódik a különféle szintekről, akkor kis vagy nagy megsemmisülés következik be.

A lélek legfőbb célja az összekapcsolódás ezzel az Erővel. Az Isten után sóvárgó lelkeket a szentek áldják meg ezzel az ajándékkal, amely mind az életben, mind a halálban védelmet, támogatást nyújt az érintetteknek.

Valójában mit kérünk Istentől? A megértési szintünktől függően olyasmit akarunk, amire tartósan számíthatunk. Ez lehet gyermekáldás, pénz, vagyontárgy, valamilyen forrásból ismeretek vagy tudás szerzése, képesség filozófiai vitában való részvételre, stb. Ezek mindegyike legfeljebb az adott élettartamra marad meg. Ráadásul, ha anyagi dolgokhoz kötődik a lélek, a tudatos teljesség, akkor elkezd csökkenni a tudatossága. Mi lesz ennek a következménye? Ennek megfelelő, vagyis alacsonyabb tudatosságú létformák valamelyikében fog újraszületni. Másrészt, ha a lélek tudatossága fokozódik, ha Istenhez, a teljes tudatosságához kapcsolódik, nem eshet alább a létformák ranglétráján. Jogos a kérdés: „Vajon mit profitál abból egy ember, ha övé lesz a föld összes kincse, miközben elveszti a lelkét?”

Mit számít az, ha valaki uralja az egész világot, ha nagyhatalmú királlyá válik, és mindenki a parancsai szerint cselekszik? Ez a hatalom csupán egy korlátozott ideig az övé. Csak addig birtokolhatja a földi javakat, amíg a teste él.

A szentek mindig így fohászkodnak: „Ó, Istenem! Részesíts egy hatalmas kegyben!” Vajon mi ez? Istentől Őt magát kéri, aki hallható életáramlatként a létezés összes formáját betölti. Mi ehelyett mi mindent kérünk Istentől? A gyermekeink jóllétét, több pénzt, munkát, hírnevet, és ezekhez hasonlókat. Vagyis időleges dolgokat, amelyek mind itt maradnak. „Az öntelt, önelégült emberek a hamisság kedvelői. Ők megfélemeznek a Teremtőről.”

Mi a legmagasztosabb valóság? A lélek egysége Istennel. Minden megteremtett dolog a forrása felé igyekszik. A gyertya fénye a forrása, a Nap felé irányul. Ha lefordítjuk, a lángja változatlanul felfelé törekszik. Teljes erőből dobjunk fel a magasba egy rögöt, vissza fog esni, az eredeti helyére, a földre. Fizikai formát öltött lelkek vagyunk. A testünk lefelé, az anyag világába húz bennünket, miközben a lelkünk a benső magasságokba akar szárnyalni. Az elménkkel való kapcsolatunk miatt a lelkünk fizi-

kai tulajdonságokra tesz szert. Magukkal ragadják az érzéki csábítások és élvezetek, miközben a testtel és a fizikai világgal azonosul. Emiatt a lélek fogollyá válik.

Ki kell menekülnie ebből a szorongató helyzetből. Ebben az irányban az első lépés az ébredés és az önfelismerés. Ennek módja nem valamilyen érzelmi reakció vagy okoskodás, hanem az ön-elemzés. Mihelyt a lélek kiszabadul az elme uralma alól, természetesen azonnal Isten felé fordul. A szentek erre az állapotra mondják azt: „A Guru visszaadta nekem a saját házam feletti felügyeletet. Most királynőként uralom. Én működtetem a testem templomát. A Mesterem kegyéből ismét én vagyok a házam tulajdonosa. Tíz szolgálóm van: az öt érzékszerv és azok ötféle működése. Ők mind követik a parancsaimat.”

Milyen az emberek túlnyomó többségének az állapota? Magatehetetlenül ki vannak szolgáltatva a testük kifelé áradó képességeinek. Időnként a hallás, máskor a szaglás, a látás, az ízérzékelés vagy a tapintás érzékének vagyunk kiszolgáltatva. Ha ezek a szolgálók lázonganak, vajon milyen állapotok lesznek abban a házban? A legelső teendők: Rakjunk rendet az otthonunkban! Csak így lehet remé-



nyünk az élet magasztos céljának valóra váltására. Egyébként folytatódik a viaskodás.

A szentek miért imádkoznak? Ők Istent magát akarják. Az emberek jelentős hányada Istentől e világot kéri, és a földi boldogság eléréséért küzdenek. A spirituális Mestert is e célból keresik fel. „Ez a világ oly édes. Ki törődik az utána következővel?” Ám mindaz, amit itt hajszolnak, mind az idő, az elmúlás alávetettje, és egyszer mindenképp hátra kell hagyniuk. Mások a benső régiók megismeréséért, annak adományaiért fohászkodnak. Ám azok egészen a kau-

zális szint tetejéig szintén ideiglenesek, és ismételten bekövetkezik a megsemmisülésük.

Mi lesz annak a következménye, hogy e világokban keresik az öröknek hitt otthonukat? Az, akinek a tudatossági szintje alacsony, e régiók foglya marad. Mit jelent ez? Az, aki a fizikai világ javainak élvezetére vagy a mennyek régióinak örömére vágyik, oda fog újra visszatérni. „A mennyek és a poklok újra magukhoz vonzzák őket.”

A felsoroltakon kívül vannak olyanok is – egy harmadik kategória – akik Istenhez Őerte imádkoznak. Ez a cél miként érhető el?

Isten a teremtés összes részecskéjében jelen van. Az Istenerő tartja fenn az összes életet. Van azonban egy hely, ahol manifesztálódik. „Az én Uram minden egyes szívben benn lakozik. Ám nagyszerű az a szív, amelyben meg is nyilvánul.” Ez a pólus a spirituális Mester. A harmadik kategóriába tartozó emberek az Ő jelenlétében szeretnének tartózkodni. Ki tudja ezt a kívánságot teljesíteni? Nem a Mester fizikai valója. Tiszteljük Őt, hiszen Isten nyilvánul meg Őrajta keresztül. Ő segít a figyelmünk koncentrálásában, és megteremti a benső kapcsolatunkat Istennel. Istent vagy a spirituális Mestert keresni – gyakorlatilag egy és ugyanaz. „Ha a spirituális Mester és Isten egymás mellett áll, ki előtt hajtasz fejet először?” A Mester magában hordozza a napsugarat. Isten maga a Nap. Ha valaki nem találkozik a napsugárral, hogyan juthatna el a Naphoz? Hálalt szívvel csak azt mondhatjuk: „A spirituális Mester előtt hajtok fejet először, mert Őnélküle soha nem ismerhettem volna fel Istent.” Meg kell értenünk, hogy mi a Mester küldetése. Nem a test a tökéletes Mester. Isten az, aki Őrajta keresztül megnyilvánul a fizikai világban. Ezért képes megáldani bennünket a Fénnyel és a

Hangáradattal való benső kapcsolattal.

Szóval, ki valójában a spirituális Mester? Isten megnyilvánulása a fizikai világban. Az Istenerőt, amelynek Ő a hordozója, sokféle névvel illetik: Ige, Kalma, Shabd, Naam. Őrajta keresztül Isten szeretetéről szerezhetünk tapasztalatot. Az odaadásunk Őiránta az első lépés. Addig nincs valódi ismeretünk, tudásunk Istentről, amíg nem találkozunk az élő Mesterrel. Krisztus szavaival: „Ha Istenhez imádkozol valamiért, akkor talán megkapod. Ha az én nevemben kéred Istent, reményed lehet rá. Ám, ha tőlem kéred, mindenképp megkapod.” Az idézetben a hit és a bizalom különféle szintjei fogalmazódnak meg. Ha valaki tökéletesen megbízik a Mesterében, elnyeri azt, amiért fohászkodik.

Korábban már beszéltem a három embertípusról. Az első kettő a fizikai világ vagy a másik után vágyódik. A harmadik kategóriába sorolhatók Istentől Őt magát vagy a spirituális Mestert kérik, ami lényegében ugyanazt jelenti. Ha valaki a Mester fizikai formájához kötődik, még nem tekinthető szabadnak. Másrészt a Mester ebben a formában köti össze a vágyódó lelkeket a benne megnyilvánuló Erővel. Így az érintett szabaddá

válhat. Az Ő segítségével sikerrel szelhetjük át az élet óceánját.

„Ne kérdezd a spirituális Mester fogalmának a meghatározását!” Ugyanis addig, amíg nem találkozunk egy Istent felismert lénnel, nem vagyunk képesek a tényeknek megfelelően értékelni az Ő szerepét. Az ember tanítója csak egy másik ember lehet, de egy olyan valaki, akiben az Istenerő megnyilvánul. A nagy Mesterek a Fény gyermekei, akik ezt megosztják mindenkivel, akivel találkoznak. Ez a szentek fontos ismérve. Ugyanis az, aki maga még nem érte el a megvilágosodás szintjét, másokat sem képes a Fénybe juttatni.

A különféle szertartások, a rítusok, a rituálék, a filozófiai eszmecserék mind a külső világgal vannak kapcsolatban, és bárki képes az elvégzésükre. Akiben viszont Isten Fénye megnyilvánul, egy költőszent szavaival: „Ó, Sadho! A spirituális Mester eltávolította a fátyolt a szememről, és megpillantottam az igazi valómat.” A „Guru” szó jelentése: „Olyan valaki, aki elhozza a Fényt a sötétségbe.”

Mit tesz a Mester? „Az igazi tudás szemfestékét keni rá a kiválasztott személy szemére.” Beavatáskor nem az olvasással vagy elmélkedéssel szerzett, hanem a sze-

mélyes tapasztalatokból származó isteni tudás szemcseppjét osztja szét. A Mestererőnek köszönhetően a beavatáson ülők figyelme a lelkük székhelyére koncentrálódik, és képessé válnak a testi tudatosság fölé emelkedésre. A lélek Fénye betölti a test templomát, és a Mester az igazi tudás szemcseppjével kezeli a benső szemet. A beavatott megtapasztalhatja az Isteni Fény sokféle megnyilvánulását.

„Senki sem ismeri a Fiút, csak az Atya; az Atyát sem ismeri senki, csak a Fiú, és akinek a Fiú akarja megjeleníteni.” (Mt 11,20) Természetesen, a Fény nem kívülről származik, már ott van mindannyiunkban, de a Mester az, aki képessé tehet valakit ennek ismételt átélésére. Ez a befelé fordulás, a rendszeres gyakorlás eredménye. Ehhez az szükséges, hogy a lélek-energia az érzékek szintje fölé emelkedjen, abba a pontba, ahonnan a test a működéséhez szükséges erőhöz jut.

Ha elindulunk befelé, senki más nem lesz velünk, csak Isten. Minden mást hátrahagyunk: a házat, a vagyontárgyakat, a hírnevet. Mi lesz az igazi útítársunk? A Naam. A mindent betöltő Istenerő. A vágyódó lélek kijelenti: „Ó, Istenem! Én egyedül Téged akarlak. Te légy az útítársam!”

SPIRITUALITÁS A MINDENNAPOKBAN

Sant Rajinder Singh

ALÁZAT

Az alázat az egyik olyan etikai érték, amelyet ki kell alakítanunk magunkban, hogy sikeresek lehessünk a spirituális úton. Az alázat annak felismerése, megértése, hogy bárkivel is találkozunk, mindannyian egy szinten vagyunk. Minden emberi lény lényegileg ugyanolyan, mint mi. Ezért kezeljük őket úgy, ahogy azt tőlük kapni szeretnénk. Minden szentírásban ez áll: „Azt tedd mással, amit szeretnél, hogy mások is tegyenek veled!”

Ha találkozunk valakivel, számítnunk a tiszteletére. Ezzel összhangban a mi feladatunk az, hogy nagyon figyeljünk oda arra, hogy a másokkal folytatott kommunikációink szeretetteljesek, tiszteletteljesek legyenek. Csak örömet, vidámságot és nyugalmat vigyünk mások életébe! Éppen elég a nyugtalanság, a zűrzavar mindannyiunk mindennapjaiban. Ha találkozunk valakivel, nem tudhatjuk, hogy éppen milyen nehéz helyzetben ment keresztül.

Ha nem vagyunk alázatosak, ha nagyra nőtt egóból élünk, a legkiválóbbnak vélve magunkat, aki a legjobb módon cselekszik és beszél, akkor nem tudjuk, hogy ez hogyan hat másokra. Fogalmunk sincs arról, hogy ezzel a viselkedéssel mekkora

nehézségeket okozunk nekik. Ráadásul mindenki jobbnak tartja magát a többiekénél.

Az alázat az eszköze annak, hogy felismerjük: az ego az énünknek az a része, amely elválaszt bennünket Istentől. Egy szent szavai szerint: „Ahol Isten, ott nincs ego. Ahol az ego, ott nincs Isten.” Őt az alázat állapotában tudjuk megtapasztalni. Mert ekkor felismerjük, hogy mindannyian egyek és azonosak vagyunk, ezért egyformán átélhetjük Isten jelenlétét önmagunkban.

A meditáció révén tudjuk kialakítani magunkban ezt az etikai értéket. Mialatt felnevelkedünk, azt halljuk: „Légy jó ember!” De valóban megfogadjuk ezt a tanácsot? Ha ez az egyik fülünkön be, a másikon pedig kimegy, akkor nincs ránk hatással. Mi változtathat meg bennünket? Ha megtapasztaljuk az egység, az összetartozás állapotát. Vajon miért oly fontos a meditáció? Mert ekkor átéljük Istent, az Ő két eredeti megnyilvánulási formáját, a Fényt és a Hangot a bensőnkben. Ekkor azt is megértjük, hogy ugyanezt a Fényt és Hangot mások is megtapasztalhatják. Így értjük meg, hogy mind egy szinten vagyunk, és ekkor az egón-



kat az ellenőrzésünk alatt fogjuk tartani.

Az elménk, amely a lelkünkkel együtt ebben a testben lakik, mindig egoista, öntömjenező módon igyekszik megnyilvánulni. Törekedjünk annak az állapotnak az elérésére, amelyben tudjuk, hogy nem különbözünk egymástól, lényegünket tekintve azonosak vagyunk, hiszen egyetlen Forrásból származunk! Ez akkor válik meggyőződésünkkel, ha minderről személyes tapasztalatot szerzünk önmagunkban. Ha meditálunk, ha átéljük az isteniséget, akkor belülről automatikusan átformálódunk. És ekkor már úton vagyunk a célunk felé.

Az alázat tehát olyan érték, amelyet mindannyiunknak ki kell alakítania magában. Ebben először is a meditáció segít bennünket az isteniség

személyes átélésével. Másodszor pedig legyünk nagyon körültekintők a kommunikációink során! Tegyük ennek érdekében erőfeszítéseket! Ha valakivel kapcsolatban békés, kellemes érzések vannak bennünk, akkor szép és jó dolgok fognak kiáradni belőlünk. Ha viszont kellemetlen, nyugtalanító gondolatokat táplálunk magunkban, ha úgy érezzük, másoknál eszesebbek vagyunk, sokkal világosabban látjuk, és jobban tesszük a dolgainkat, akkor a kommunikációink nagyon rosszul fognak alakulni. A kioktatásokkal nemcsak nem tiszteljük az embertársainkat, hanem súlyos sebeket is ejthetünk.

Az azonosság tudata, a jó, a kellemes érzések megjelennek az arcunkon is, valamint a szavainkban és a tetteinkben, és az egész környezetünk békésebb és kellemesebb lesz.

Sant Rajinder Singh SZERETŐ KEDVESSÉG

Mivel az egész nap folyamán nagyon sok emberrel beszélünk, kommunikálunk, felmerül a kérdés, hogy mi ennek a helyes módja? A szentek ezt szerető kedveségnek nevezik. Mit jelent ez?

Egy nagyon érdekes anekdota maradt ránk Buddha életéből. Volt egy Ananda nevű férfi tanítványa, aki nagy odaadással, pontosan követte Buddha tanítását, és tisztán, alázatban élt. Rendkívül kedves, szeretetteljes emberi lény volt. Buddha nagyon kedvelte őt. Egy napon valamilyen feladattal bízta meg ezt a tanítványát, amelyet egy távoli helyen kellett elvégeznie. Ananda gyalogosan nekivágott az útnak, hiszen akkoriban így közlekedtek az emberek. Út közben elhaladt egy kút mellett. Akkor már hosszú ideje gyalogolt, és nagyon megszomjazott. Egy fiatal lány tartózkodott a kút közelében, ezért tőle kért egy pohár vizet.

A nő a Keleten „érinthetetlen”-nek nevezett kaszthoz tartozott. Régen Keleten kasztrendszer létezett, és a négy kasztból az „érinthetetlenek” voltak azok, akiknek egész életükben a legalantasabb

munkákat kellett elvégezniük. A fiatal lány arra gondolt, hogy a férfi nyilván nem jött rá, hogy ő érinthetetlen. Ezért így szólt hozzá: „Ó, kedves idegen! Én érinthetetlen, alacsony szintre született vagyok, ezért nem adhatok vizet neked.”

Ananda egyszerű válasza így hangzott: „Én nem a kasztodat kérdeztem, hanem egy pohár vizet kértem tőled.” A lány hatalmas boldogságot érzett belül, mert valaki emberként kezelte őt. Abban az időben ugyanis nagyon durván bántak az ebbe a kasztba tartozókkal.

Odaadta Anandának a pohár vizet, aki ezután tovább indult. A lány utána sietett, és megkérdezte: „Honnan van benned ennyi kedvesség?” Ananda beszélt neki Buddháról, a tanításáról.

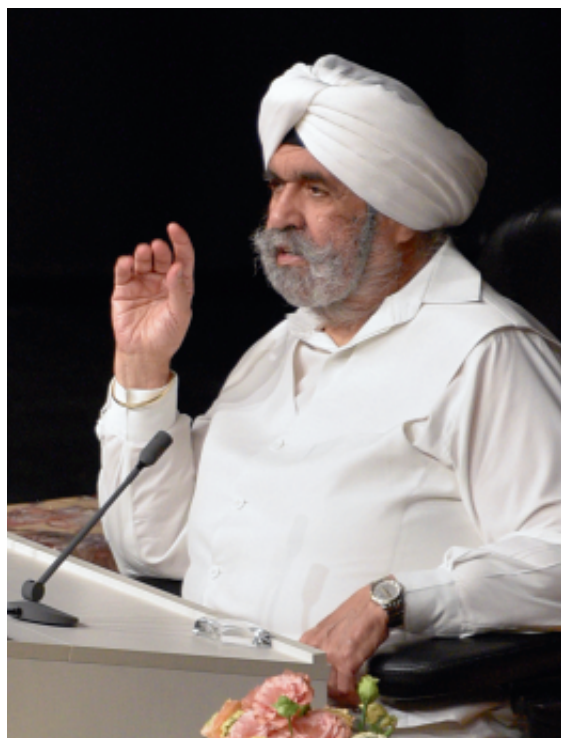
A történet folytatása szerint a lány felkereste Buddhát, és azt mondta neki: „Van egy Ananda nevű tanítványod. Szeretnék itt valami helyet kapni, hogy láthassam és szolgálhassam, mert nagyon szeretem őt.” Buddha mosolyogva azt válaszolta: „Te nem

Anandát, hanem az ő gyöngéd figyelmét szereted. Fontos, hogy ezt ismerd fel! Ő figyelmes volt hozzád. A javaslatom az, hogy cserébe ezt add tovább másoknak, hogy tőled is csak kedvességet kapjanak az emberek.”

Ez a szerető kedvesség lényege. Hogyan szoktunk egy pohár vizet kérni? Nagyon sokféle módon. Van, aki parancsolgató stílusban teszi ezt: „Adj egy pohár vizet!” Más türelmetlenül sürget: „Hagyj ott minden egyebet! Semmi sem fontos! Azonnal adj egy pohár vizet!” Közömbös, semleges hangnemben is mondhatjuk: „Szeretnék egy pohár vizet!” És szólhatunk kedvesen is: „Kérek szépen egy pohár vizet!”

Mindez a másokkal folytatott párbeszédeinkről szól, arról, miként kérünk valamit, hogyan tudatjuk másokkal, hogy mit szeretnénk. Ha a kommunikációinkat szerető kedvesség jellemzi, akkor lekezelés, megbántás helyett örömet, békességet, nyugalmat viszünk az embertársaink életébe. Jól el tudjuk képzelni, hogy milyen az, ha valaki kioktató hangnemben, parancsolgatva szól hozzánk. Ez bizony sok emberi kapcsolatban és otthonban szokásos, de nem szeretjük ezt a stílust.

Ha a spiritualitást bele akarjuk ültetni a mindennapi életünkbe,



akkor ne tekintsük ezt valami mellékes kérdésnek! A szentek életének példája azt mutatja, hogy mindenki iránt szeretet és tisztelet van bennük. Ezért jönnek hozzájuk a legkülönbözőbb háttérű emberek az élet minden területéről. Mindenkinnek segítő kezet nyújtanak. Fel sem merül bennük a kérdés, hogy ez vagy az a közösség vagy ember jó vagy rossz.

Ők nem a testet, nem az elmét, nem az érzelmeket, hanem a lelket, a lényünk tudatos oldalát nézik, amely Isten része. A szentek ezt látják, ezt szeretik, vagyis Istent ismerik fel mindenkiben, akivel csak találkozhatnak.

Sant Rajinder Singh

HAZUGSÁG - IGAZMONDÁS

Kérdés: *Miért hazudunk gyakrabban ahelyett, hogy az igazat mondanánk?*

Mester: Mindenki mástól különbözönek 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 megteszünk a kedvünk szerinti történetek 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?” Félünk, hogy az elvárásaink nem teljesülnek. Helyettük valami rossz fog érni bennünket. Az elménk múltbeli történetek felidézésével, vagy a jövőben esetleg bekövetkező dolgokat mérlegelve tartja távol a figyelmünket az értékes jelen pillanattól.

A félelem miatt nem fordítjuk a legnagyobb javunkra az adott időmozzanatot, amely Isten ajándéka. Ennek a legmegfelelőbb felhasználási módja az, hogy adjuk Istennek. Ehelyett gyakori, hogy az elmulasztott lehetőségeket fájlaljuk, vagy at-

tól félünk: „Mi lesz, ha rákot kapok?” „Lehet, hogy holnap meghal a szeretett rokonom.” „A tőzsdén zuhanás lehet a héten.” A rettegéssel teli gondolatok a világban történő dolgokhoz kötik a figyelmünket. A félelem tart távol bennünket attól, hogy spirituálisan tudatossá 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 négygyel 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 találkozóinak. Ködösítünk, nagyot mondunk, megtevesztünk másokat, 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 gon-

dolatunk, szavunk és tettünk megőrződik.

Minden hit, hagyomány azt tanácsolja, hogy éljünk igazságban. Miért? Mert nem kellene amiatt aggódnunk, 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 hány hibát vétünk még ezeken a területeken, és így formálódunk egyre jobbra. Szemben azzal, 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. Szóval azért hazudik valaki, 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 elkezdtek kérdezni, hogy van-e ezekben a készítményekben tojás. Akkoriban csak apró kis üzleteink voltak, még nem léteztek a nagy élelmiszer áruházak. Ha vegetáriánusként valami apró 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.

Hazur Baba Sawan Singh

ISTEN VAGY AZ EMBER AKARATA?

Jalhannak, aki Isten iránti odaadásban élt, eladósorba került a leánya. Így hát a felesége megkérte, beszéljen a papjukkal, hogy közös erővel megfelelő férjet találjanak számára, és kapjanak egy kedvező időpontot az esküvőre.

Mivel Jalhan érdeklődése teljesen más irányú volt, így ezt egyáltalán nem érezte kellemes feladatnak. Állandóan az Úr szeretetében elmerülten élt. Mindig boldoggá tette az Úr akarata, és az ügyeit teljes egészében a Szeretett Lény kezébe helyezte. Tapasztalatból már tudta, hogy a dolgok mindig a számukra legkedvezőbb módon oldódnak meg. A felesége azonban sürgette. Ezért elindult a közismert pandit, a hindu pap házába, hogy megbeszéljék a férjkeresés módját, majd pedig a házasságkötés időpontját.

Ahogy belépett a házba, rögtön a pandit leányával találkozott. A fiatal nő a férjhezmenetele után nagyon hamar megözvegyült. „Ez rendkívül elgondolkodtató” – állapította meg magában Jalhan. „Mindenki a pandithoz jár, hogy szerencsés időpontot tűzzön ki a gyermekük házasságkötéséhez. Itt van azonban a saját leánya, aki máris özvegy. Vajon az apja megfelelő partnert és kedvező esküvői órát választott ki számára?”

Úgy döntött, elhalasztja látogatását a papnál. Végigsétált az utcán. Nemsokára egy orvos házához ért. A bent lévők valóságos égzengést csaptak a jajveszékelésükkel. Jalhan megkérdezett egy szolgát, aki a ház előtt álldogált: „Mi az oka ennek a nagy sírás-rívásnak? Valamiféle szörnyű szerencsétlenség történt?” „Most halt meg az orvos egyetlen fia” – válaszolta a szolgál.

Jalhan ismét eltöprengett azon, mik történnek a világban. „Itt van egy orvos, aki nyilván minden tőle telhetőt megtett, hogy megmentse az egyetlen fia életét. A hozzáértő kezelés ellenére a gyermeke kilehelte a lelkét. Hogyan lehetséges ez?”

Mialatt ezen az újabb történésen tépelődött, egy hang szólt hozzá az égből: „Mit gondolsz Jalhan? Ki vagy mi tudja befolyásolni, megakadályozni Isten akaratának az érvényesülését? Vajon Isten döntései vagy az emberek elgondolásai és erőfeszítései fognak megvalósulni?”

Ahogy Jalhan végigsétált a poros utcán, mosolyogva azt mormolta magában:

*Az orvos háza gyászban áll.
A panditéban özvegy búslakodik.
Térj haza hát, ó Jalhan!
Ne keress kedvező pillanatot vagy férjet!*

*A legfőbb cél akkor érhető el,
amikor az Isten iránti
szeretet és odaadás
két forrása összevegyül,
együtt áramolva be az óceánba.*

Ne hagyd, hogy szíved nyugtalan
legyen! Egyetlen levél sem rezdül,
semmi sem történik az Úr akarata
nélkül.

Hazur Baba Sawan Singh

A TOLVAJOK LISTÁJA

Guru Gobind Singh, a tizedik szikh Guru egy napon meglátogatott egy falut, amelynek minden lakója lopásból élt. Összehívta őket, és így szólt hozzájuk: „Testvéreim! Kérlek benneteket, hagyjátok el ezt a bűnös utat, ne lopjatok többé! Ez a tisztátalan élet végül nem jó dolgokhoz vezet.”

Az emberek alázattal áldogáltak a nagy szent előtt, és teljesen őszintén megnyilatkoztak előtte:

„Ó, nagy Guru! Kincset érnek a szavaid, és köszönjük őket. Ám, ha nem lopunk, akkor mit tegyünk? Mi a megélhetésünknek csupán ezt az egyetlen módját ismerjük.”

A Guru felsóhajtott az önféjésük miatt. Majd sorban mindegyikükön végighordozta átható tekintetét, és azt mondta: „Nos, tolvajok és rablók! Ha tovább folytatjátok a bűnös cselekedeteiteket, legalább azt ígérjétek meg, hogy pontosan feljegyezték minden esetet, és egyszer egy évben megmutatjátok nekem!”

Ezt a kérését a falu lakói azonnal elfogadták. Ám, amikor a listájuk el-

készült, és arra készülődtek, hogy megmutassák a Gurunak, kínos, kényelmentlen, nyugtalanító lett a közérzetük, és elemi erővel tört rájuk a bűnösség félelmetes, szörnyű érzése. Miután a falusiak ezt a dolgot megbeszélték egymással, arra a logikus következtetésre jutottak, hogy nem kell listát készíteni, ha nincs több lopás vagy rablás. Akkor pedig soha többé nem fogják átélni a bűnösség tudatát, és a szégyenkezésnek ezt a rettenetes érzését.

Lassanként mind feladták a lopási szokásaikat, és megtanulták, hogyan éljenek meg becsületes módon.

*Aki menedékre lel egy Szent lábánál,
az rálép a megváltás ösvényére.*

Guru Arjan Dev

*Akár az élet Elixírje,
a Guru darshanja
a követ gyémánttá változtatja.
Ilyen isteni hatása van a pillantásának.*

Maulana Rumi

Sant Rajinder Singh

KARMA VAGY SZABAD AKARAT?

I.sz. 300 körül Athénban élt egy Zéno nevű görög filozófus. Egy napon lopáson kapta a rabszolgáját. Elhatározta, hogy megleckézteti. Alaposan ellátta a baját. A rabszolga, aki egy kicsit maga is filozófus volt, erre azt mondta: „Zéno! Miért bántasz? Az a sors rendelése volt, hogy loptam.” Zéno gyors válasza így hangzott: „És az is a végzeted volt, hogy meg kellett vernem téged emiatt.”

Ez a kis történet gazdag mondánivalót hordoz mindazok számára, akiket a karma kérdése foglalkoztatja. Sokszor mondják azt az emberek, hogy azért tettek valami rosszat, mert ez a karmájuk. Hajlamosak vagyunk a karma törvényének a szabad akarattal való összemosására. A szentek kiemelik, hogy az emberi lények huszonöt százaléknyi szabad akarattal rendelkeznek. A másik hetvenöt százalék, ami az életünkben megtörténik, saját múltbeli karmáink gyümölcse.

Ezek olyan reakciók, amelyek mindenképp be fognak következni. A legkörültekintőbb gondosság ellenére, minden magyarázó ok vagy indok nélkül, megesis velünk egy baleset. Tegyük fel, nagy szorgalommal dolgozunk a megélhetésünkért! Ennek ellenére, váratlanul rossz anyagi

helyzetbe kerülünk. Bár jó emberként élünk, mégis valami kellemetlen történik velünk. A karma törvénye azon az elven nyugszik, hogy ezek a látszólag megmagyarázhatatlan történések, amelyek az életünkben felbukkannak, a múltból – akár az előző, akár egy korábbi életből – eredő visszahatások.

Elképzелhető, hogy túlságosan nem törjük magunkat valami érdekében, mégis látszólag egy csapásra beköszönt a véletlen jószerencse, és elnyerünk egy díjat, váratlanul pénzhez jutunk, találkozunk egy különleges személlyel, akibe beleszeretünk, és akivel összeházasodunk. Hirtelen találkozunk a jószerencsénkkel. Mindazok a jó és rossz események, amelyek maguktól, a mi próbálkozásainktól függetlenül következnek be, általában a korábbi életeinkből származó karmáink visszahatásai.

Vannak emberek, akik a karmát, mint kifogást használják rossz dolgok elkövetésére. Ám, amikor olyan választás elé kerülünk, hogy miként viselkedjünk egy bizonyos helyzetben, az rendszerint a szabad akaratumk hatókörébe tartozik. Az nincs elrendelve, hogy megszegjük a törvényt, megbántunk valakit vagy lopunk. Ezek a mi döntéseink az életünk során. Sem Istent, sem a karmáinkat



nem okolhatjuk a vétségeinkért. Ha a világba bizonyos egyéni jellemzőkkel, személyiséggel érkezünk is, ám amit teszünk, az a mi választásunktól, a szabad akaratunktól függ.

Akárcsak Zéno és a rabszolgája, akik a sorsot kifogásként használták az elkövetett hibáikra, ha mi magunk is így teszünk, akkor számoljunk az elkerülhetetlen reakciókkal. Ha a kiinduló, a kezdeti rossz dolog a szabad akaratunkból ered is, a következmények már karmikus adósságok, amelyeket magunkra zúdítunk.

Elkötelezhetjük magunkat a „Légy jó!” alapelv szerinti élet mellett is, ahogy Sant Kirpal Singh tanácsolta. Szabad akaratval választthatunk a jó tettek vagy a bűnök útja között. Vállaljuk a felelősséget a tetteinkért! Bár-hogy is határozunk, le fogjuk aratni a jutalmat vagy a büntetést. Ahelyett, hogy azon törnénk a fejünket, hogy vajon mi a karmánk, és mi a szabad akarat, inkább vállaljuk fel azt, hogy döntési lehetőségeink vannak, és a rossz helyett mindig a jóra essen a választásunk!

GYERMEK OLDALAK

AMIT A KANADAI VADLIBÁKTÓL MEGTANULHATUNK

Tény: A vadlibák csoportosan, „V” alakban szállnak. Repülés közben mozgatják szárnyukat, és a levegő felhajtóereje fenntartja a sorban utánuk következő libákat. Így lehetséges, hogy 71%-kal hosszabb távolságot tudnak megtenni, mintha csak egyetlen pár repülne.

Tanulság: Ha egymást segítve dolgozunk, és közösségi szellemben végezzük a munkánkat, sokkal gyorsabban érjük el a célt.

Tény: Ha egy vadliba kirepül a sorból, és egyedül próbál célhoz érni, azonnal lelassul, mert többé nem segíti őt a levegő emelő hatása, amelyet a többi vadliba szárnycsapásai biztosítanak számára. Így gyorsan visszasorol a többiek közé, hogy a társai erőfeszítéseinek köszönhetően a repülése könnyebbé váljon.

Tanulság: Ha annyi eszünk van, mint egy kanadai vadlibának, akkor együtt dolgozunk a közösséggel a közös cél érdekében.

Tény: Amikor a vezető liba elfárad, egy másik veszi át a helyét az élen.

Tanulság: A közösségben el kell fogadnunk az egymásra utaltságunkat, és a szükséges pillanatban adjuk át vagy vegyük át a munkát éppúgy, mint a vezetést!

Tény: Repülés közben a hátsó vadlibák hangosan gágognak, hogy az elsőket az erőfeszítéseikben báztassák.

Tanulság: A közösség nem létezhet szurkolók nélkül, és fontos, hogy a gágogás biztató legyen!

Tény: Ha egy vadliba megbetegszik, két társa leszáll vele, és addig együtt maradnak, míg meggyógyul vagy elpusztul. A libák ezután visszatérnek a saját közösségükhöz, vagy hármasban, vagy már csak kettesben. Olykor egy másik közösséggel egészen addig repülnek, míg el nem érik a sajátjukat.

Tanulság: Ha annyi együttérzés lenne bennünk, mint a vadlibákban, átsegítenénk egymást a nehéz időkön, ahogyan ők teszik.

Ismeretlen szerző

Gulyásné Farkas Rita

TANMESE A TÜRELEMRŐL ÉS A KITARTÁSRÓL: PILLANGÓ

Egy kisfiú a kertben, az egyik bokor ágán megpillantott egy bábót. Remélte, hogy tanúja lehet egy pillangó születésének, így nem bántotta, hanem időről-időre visszatért hozzá, várva, hogy mi történik vele.

Egy napon egy kis hasadék nyílt a bábón. A gyerek leült, és több órán át figyelte a megszülető pillangó küzdelmét, ahogy az igyekszik szétfeszíteni a bábót, és kipréselni a testét az aprócska résen. Aztán a mocorgás egyszer csak abbamaradt, mintha képtelen lett volna megbirkózni a hatalmas feladattal. Úgy látszott, feladta.

Ekkor elhatározta, hogy segít a küszködő pillangón. Hozott egy ollót, amellyel lefejtette a báb szorongató darabjait a testről, hogy könnyen ki tudjon jönni belőle. A pillangó azonnal ki is szabadult; azonban a teste nagyon duzzadt volt, a szárnyai pedig aprók és aszottak.

A fiú tovább figyelt. Arra számított, hogy a pillangó szárnyai bármelyik pillanatban megnőhetnek akkorára, hogy már elbírják a teste súlyát; hamarosan kinyílnak és a pillangó boldogan elrepül. Azonban hiába várt – ez sosem történt meg. A pillangó egész hátralévő életét a földön kúszva élte le. Soha nem vált képessé a repülésre.

Amit a kisfiú jó szándékában, kedvességében és sietségében nem értett meg, az volt, hogy a szorongató báb, és a lassú, hosszú küzdelem, melyet a születő pillangó folytat az abból való kijutásért, elengedhetetlenül szükséges ahhoz, hogy a rovar duzzadt testének nedveit átpréselje a szárnyakba. Szorult helyzete és küzdelme a kiteljesedés záloga – mert szárnyai csak így tudnak megtelni étellel, és válnak elég erőssé a repüléshez.