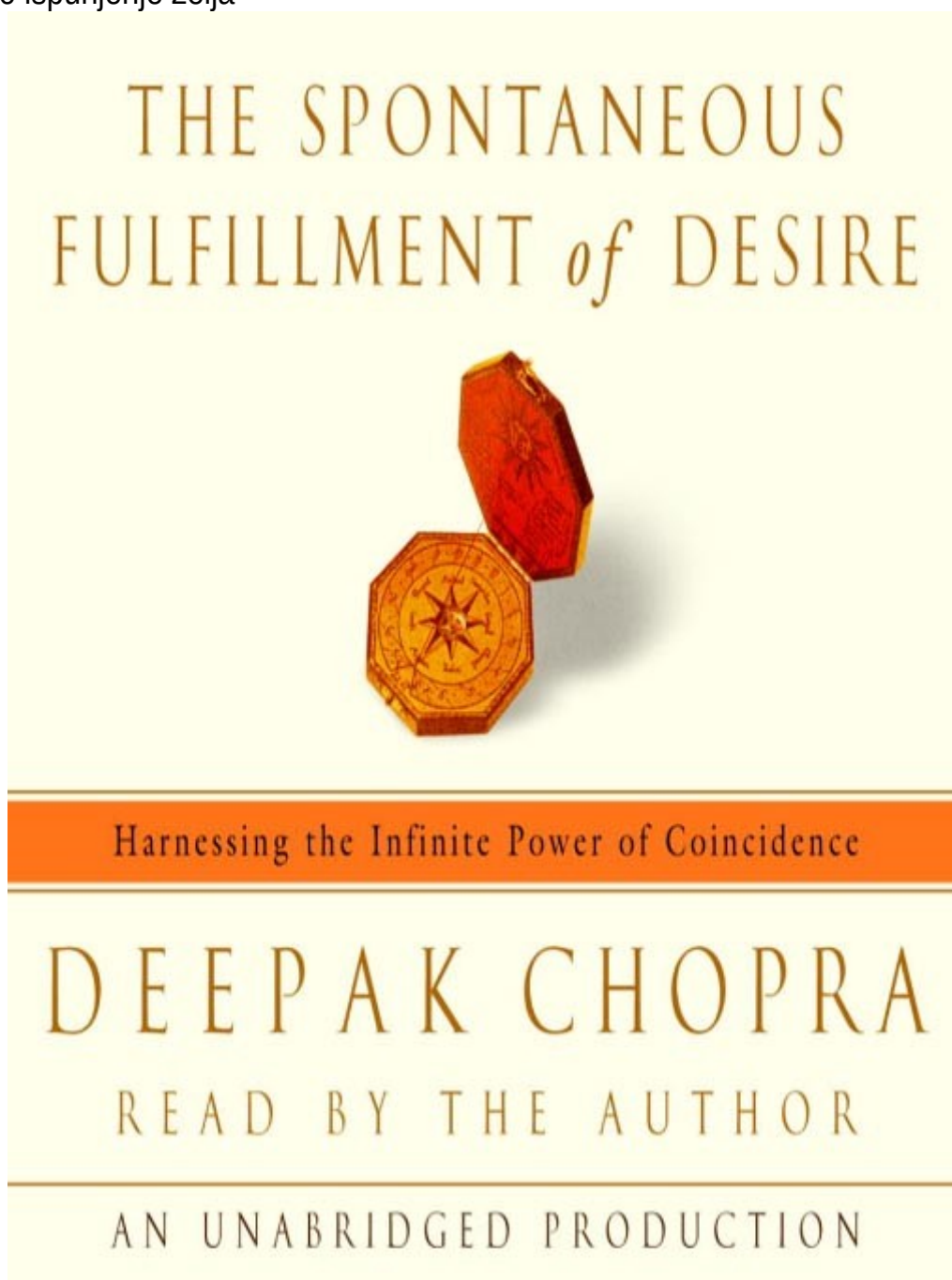


Spontano ispunjenje želja



Rita, Mallika, Gotham, Candice, Sumanth i Tara: vi plesete sinkronistički ples mojega svemira

Elegantna poput njegove uspješnice Kako spoznati Boga i praktična poput izvrsne knjige Sedam duhovnih zakona uspjeha nova knjiga Deepaka Chopre ruši obrasce i postavlja premisu dramatičnih razmjera: e samo da svakidašnje podudarnosti imaju značaj već su to kratkoajni uvidi u polje neograničenih mogućnosti koje se nalazi u srcu

tega što postoji. Imajući pristup izvoru svega stvorenog, možemo doovno preoblikovati naše sudbine.

U polju čistoga potencijala povezani smo sa svime što već postoji i ;o će tek nastati. Podudarnosti se u tom smislu mogu tumačiti kao ragocjeni znakovi koji nas upućuju na one vidove našega života na oje moramo usmjeriti pozornost. Povećavajući vlastitu svjesnost o odudarnostima i njihovom značaju, sve se više povezujete s poljem eograničenih mogućnosti koje leži u pozadini svega. Tu počinje čaraja. To je trenutak kada postižete moć spontanog ispunjenja želja.

Događaji koji se nižu u posljednje vrijeme često u nama bude osičaj nemoći, beznačajnosti i ranjivosti. Deepak Chopra nam u ovoj njizi iznova vraća potisnutu svijest o tome kakva moć leži unutar nas Etmih. Kroz određena načela i vježbe on nam u ruke daje alat pomoću ojega možemo stvoriti krasan i čudesan život koji je naše pravo po Dđenju.

Zahvala

Zahvaljujem svim studentima koji su pohađali Tečaj sinkrosudbine u Chopra centru  
vaša iskustva bila su stalna provjera znanja koje iznosim u ovoj knjizi;

Šarah Kelly, Kristin Hutchens i Jill Romnes za nezamjenjivu pomoć kod organizacije tečajeva;

mojem partneru Davidu Simonu zbog pobudujucih i vrlo zanimljivih rasprava koje kod sugovornika stalno proširuju intelektualni horizont;

Carolvn Rangel, Feliciji Rangel i Anne Marie Girard za njihove savjete;

mojem nakladniku Peteru Guzzardiju zbog neospornih nakladničkih sposobnosti i pomoći oko uređivanja ovog rukopisa;

osoblju Chopra centra zbog podrške koja moj rad čini mogućim.

Ja, plamteća svjetlost božanske mudrosti

čija ljepota sjaji jasnoćom

ljeskajući se blistavo na vodi

palim sunce, i mjesec, i zvijezde.

Mudrošću uređujem sve kako je pravo

ne prestajući kititi Zemlju.

Ja sam povjetarac koji svježinu daje svemu.

Ja sam kiša škakljiva poput rose

što travnjake na smijeh tjera.

Ispunjen radošću života

nadiru mi suze radosnice

dajući aromu božanskoga čina

u žudnji za dobrim.

Hildegard od Bingena (1098. 1179.)

Spontano ispunjenje želja

se događaju svaki dan. Ne samo u zabačenim zaseocima ili poznatim svetilištima već ovdje i sada, u našim životima. Jednoo izrone iz svojih skrivenih mjesta, pokažu nam

nove mogućnosti i nestanu. Poput zvijezda padalica zaokre našim životima. Rijetkost njihovog zapažanja čini ih vrlo jedinstvenima iako su prisutne cijelo vrijeme crtajući svoje putanje na nebu. Po danu ih ne možemo vidjeti od sunčevog svjetla, a noću ih vidimo samo ako je vedro i ako pogledamo na pravo mjesto u pravom trenutku.

Iako nam izgledaju neobična, čuda su svakidašnji posjetitelji naše svijesti. Možemo ih prihvatiti ili ignorirati, nesvjesni da nam o tome može ovisiti tijek sudbine. Uđete li u svijet čuda, život će vam se odjednom pretvoriti u iskustvo blještavila, ljepšeg i uzbudljivijeg od bilo čega što možete zamisliti. Imate li stav da takvo nešto ne postoji, ono neće postojati i nove prilike će zauvijek nestati. Pitanje je također da li ste u stanju prepoznati čudo u životu? I ako ga prepoznate, znate li što

Deepak Chopra

ćete s njime? Na poslijetku, kad biste i znali kako se odnositi prema i dima, što biste uradili?

Unutar fizičkoga tijela, iza misli i osjećaja nalazi se stvarnost b menita fantastičnim mogućnostima; s tog mjesta možemo postići s što poželimo. čak su i čuda moguća. Pogotovo čuda. Taj dio \ povezan je sa svime što već postoji i s onime što se tek sprema začeti Svoj sam život posvetio istraživanju i proučavanju načina kako pron; put koji vodi do toga polja beskonačnih mogućnosti kako bismo p usmjerili i poboljšali naše živote u materijalnom, emocionalno fizičkom i duhovnom smislu. U prijašnjim sam se knjigama usrec točio na neka zasebna područja ljudskoga života. Primjerice, detalj sam obradio teme o zdravlju, kako pronaći put do ljubavi te ka spoznati Boga\*. Ova knjiga ima širi cilj. Trebala bi vam omogućiti I naučite zapažati profinjenu istinu koja leži iza iluzije svakidašnje života i na taj način otkriti vlastitu sudbinu te naučiti upravljati njon To je put ispunjenja, a možda i prosvjetljenja.

Već sam više od jednoga desetljeća oduševljen idejom da podud nosti imaju značajnu ulogu putokaza u životu i njegovom oblikovan; Svi smo uglavnom doživjeli stvari koje se mogu opisati kao neobične čak natprirodne. Primjerice, čistili ste spremište i pronašli dar k vam je poklonio netko koga već dugo niste vidjeli. Jedan sat kasri dižete slušalicu odgovarajući na telefonski poziv i začujete glas osobe s druge strane žice. čitali ste članak o najnovijim istraživanjir o liječenju raka kože i spremili te novine bez neke posebne namje iako to inače ne činite. Mjesec dana kasnije nazvao vas je rođak javi jući vam kako su mu dijagnosticirali rak kože, a novine koje ste sp mili utjecat će na njegove odluke spašavajući mu život. Ili: automoi vam se pokvari daleko izvan naselja i upravo kad se pomirite da će određeno vrijeme provesti čekajući nekog da se pojavi, naiđe kamii za vuču.

Mogu li ti događaji biti objašnjeni pukom slučajnošću? Naravno mogu. Ali, ako malo bolje razmislite, zar nisu to dokazi postojaf

\*Dvostruka Duga je izdala niz knjiga dr. Deepaka Chopre. Na kraju knjige možete pron popis ostalih objavljenih izdanja.

18

Spontano ispunjenje želja

čudesnog? Svaki put kad doživimo nešto takvo, možemo to jednostavno pripisati još

jednoj podudarnosti u ovom kaotičnom svijetu. Ili, možemo podudarnosti promatrati kao potencijalni nagovještaj ili znak promjene smjera kretanja našega života. Osobno ne vjerujem u podudarnosti bez značenja. Vjerujem da je svaka podudarnost poruka, smjernica za određeni vid života na koji moramo obratiti pozornost.

Jeste li ikada osluškivali mirni, tihi glasić što se nalazi duboko u vama? Jeste li ikad imali dobar predosjećaj o nekome ili nečemu? Taj tanahni glasić i taj predosjećaj su načini komuniciranja kojima je, kako se na kraju uvijek pokazuje, vrijedno pokloniti malo pozornosti. Podudarnosti su također vrsta poruke. Obraćajući pozornost na njih, naučit ćete kako te poruke možete jasnije čuti. Razumijevajući sile koje pokreću i uzrokuju podudarnosti, možete i sami početi utjecati na njih kako biste stvarali podudarnosti s određenom namjerom, iskoristili prednosti koje one donose te iskusili moć čudesnog ispod maske svakidašnjeg sivila koja u svakom trenutku izaziva istodobno i strahopoštovanje i divljenje.

Većina od nas prolazi kroz život kušajući od svega pomalo. Malo straha, malo nervoze, malo uzbuđenja. Mi smo poput djece koja, igrajući se skrivača, podjednako žele biti i ne biti pronađena grizući nokte u napetom iščekivanju. Brinemo jer nemamo prilika za napredak, a onda strepimo kad nam zakucaju na vrata te nas obuzme strah zbog kojega se povlačimo još dublje u sjenu. To nije način na koji se kroči kroz život. Ljudi koji razumiju istinsku prirodu života, a koji u nekim tradicijama slove kao prosvijetljeni, lišeni su straha i zabrinutosti. Jednom kada razumijete način na koji život djeluje kao protok energije, informacija i inteligencije možete vidjeti sve mogućnosti toga trenutka. Obične vas stvari više ne uznemiruju. Postajete lice s osmijehom i srce ispunjeno radošću. Također počinjete zamjećivati sve veći broj podudarnosti u životu.

Kad podudarnosti smatrate važnim dijelom života, spajate se s pozadinskim poljem bezbrojnih mogućnosti. To je trenutak u kojem čarolija započinje. To je stanje koje zovem sinkrosudbina u kojoj postaje

Deep ak Chopra

guće spontano ispunjenje svih želja. Sinkrosudbina zahtijeva c bok prodor u vaše vlastito biće dok istodobno održavate budnost fizičkoj razini kako biste sudjelovali u intrigantnom plesu podud nosti. Sinkrosudbina zahtijeva razumijevanje profinjene prirode sve stvorenog prepoznajući izvor inteligencije koja bez prestanka stvL naš svemir i u kojoj su sadržane i naše težnje da slijedimo moguće za promjenama kad se one pojave.

Prije nego nastavim, napraviti ćemo mali pokus. Zatvorite oči i pi jetite se što ste radili posljednjih dvadeset četiri sata. Vratite se u m lima na mjesto gdje ste bili točno prije jedan dan.

Pokušajte se sjetiti što je moguće više detalja o stvarima koje < radili, mislima koje ste imali te emocijama koje su ispunjavale va srce. Kada to radite, izaberite jedan događaj ili temu koja se pojavite posljednjih dvadeset četiri sata te se potpuno usredotočite na tu r sao. Ne mora to biti ništa posebno niti spektakularno, već nešto čir ste se pozornije bavili prošli dan. Tema može biti novac ako ste juc posjetili banku ili zdravlje ukoliko ste bili kod doktora. Šport je takod dobar izbor. Uzmite si neko vrijeme te razmotrite što bi

moglo doć; obzir.

i

Sada se vratite pet godina unatrag. Napravite to tako da se usrec toćite na današnji dan te se nakon toga polako vraćajte natrag sve do toga nadnevka pet godina ranije.

Probajte se prisjetiti gdje ste bili to dana i što ste sve radili. U mislima napravite što jasniju sliku vašeg vota tog trenutka.

Nakon što ste to uspjeli, ubacite temu koju ste izabrali kao zani: ljubost koja vam se dogodila u posljednjih dvadeset četiri sata. Kreć se od dana prije pet godina pa sve do današnjeg dana obraćajući poziciju uglavnom na događaje vezane uz temu za koju ste se odlučili. Prisjetite se što je moguće više događaja vezanih uz to područje vaše života.

Zdravlje kao tema može izazvati misao o trenucima kad ste bili bolesni te prisjećanje o odlascima od jednog do drugog lijećnika i kraju odluke da prestanete pušiti ili počnete s djetom. Mogućnosti mnogobrojne. Pokušajte sada to napraviti.

;

ao

Spontano ispunjenje želja

Razmišljajući kako je na primjer zdravlje, ukoliko je to bio vaš izbor, utjecalo na događaje u vašem životu te oblikovalo život kakav danas živite, siguran sam da ćete naići na mnoge "podudarnosti". Toliko toga u životu ovisi o iznenadnim susretima, sudbonosnim preokretima ili pak "sudarima" koji nam promijene pravac kretanja u nekom drugom smjeru. Vrlo je vjerojatno da će se tema o kojoj razmišljate ubrzo povezati s mnogim drugim događanjima makar se ono o čemu razmišljate činilo u početku sasvim nevažnim. Idući tragom vlastite povijesti, možete dobiti znaćajan uvid u ulogu koju imaju podudarnosti u vašem životu. Možete vidjeti kako ste se zbog nekog sitnog detalja u životu mogli vrlo lako naći na sasvim drugom mjestu radeći neki drugi posao te općenito nastaviti kretanje drukćijom životnom putanjom.

ćak i kad se čini da ste isplanirali cijeli život, dogodi se nešto što vam poremeti planove. Kroz podudarnosti ili mala ćuda svemir nam daje neprimjetne znakove o tome kako za nas ima puno veće planove nego mi to možemo i zamisliti. Moj život koji se mnogima čini dobro isplaniranim izvor je stalnih iznenađenja. Isto se može reći i za moju prošlost koja je puna ćudernih podudarnosti koje su umnogome zaslužne da sam postao ono što danas jesam.

Moje je otac radio u indijskoj vojsci kao osobni lijećnik lorda Mountbattena, posljednjeg upravitelja britanskoga carstva u Indiji. Tijekom godina, službujući kod lorda, moj je otac mnogo vremena proveo u društvu gospoće Mountbatten te su oni postali bliski prijatelji. To ga je prijateljstvo ohrabrilu da zatraži stipendiju za školovanje na prestižnoj školi Kraljevskoga medicinskog univerziteta. Ta ga je odluka odvela u Englesku u vrijeme kada sam imao šest godina. Uskoro je za njim otišla i majka te smo ja i moj mlađi brat ostali sami s djedom i bakom.

Jednog je dana moj otac poslao telegram da je uspio položiti posljednji ispit i završiti školovanje. To je bio znaćajan dan za sve nas. Toga je dana moj djed pun ponosa izveo brata i mene kako bi proslavili sretan događaj. To je bio dan kakvoga još nikada nismo doživjeli. Bili

21

Deepak Chopra

smo u zabavnom parku, gledali filmove, jeli probrana jela u obit skom restoranu i na poslijetku dobili pregršt igračkaka. Cijeli danje 1 veličanstven vrtlog sreće. Ipak, te iste noći probudilo nas je nešto na na ljudsko jecanje. U tom trenutku ni ja ni brat nismo bili svjesni nam je djed umro i da nas je probudio ženski plač. Tijelo moga dj« bilo je kremirano, a pepeo razasut po rijeci Gangi.

Taj je događaj na mene i brata ostavio dubok trag. Noćima sam pitao gdje je moj djed sada i da li je njegova duša uspjela preživ nakon smrti tijela? Za razliku od mene moj je brat imao sas\ drukčiju reakciju. Koža mu se počela ljuštiti kao da je izgorio, suncu. Kako nije bio dulje izložen suncu nije nam bilo jasno otkuda poremećaj. Pregledalo gaje nekoliko liječnika. Jedan od njih konat je postavio dijagnozu da su vanjski poremećaji očitovanje unutar ranjivosti i nesigurnosti koju dječak osjeća zbog nedavnih događ; Predvidio je da će poremećaj nestati kada se naši roditelji vrate u^, diju. Tako je i bilo. Kad pogledam unatrag prisjećajući se tih događaja, vidim dc sjeme mojeg životnog poziva potraga za razumijevanjem prirode d te proučavanje veze duhtijelo i zdravlja bilo posijano upravo ta Moj izbor životnog poziva cijeli je niz podudarnosti. U ovom slučaju je bilo prijateljstvo mojeg oca s gospođom Mountbatten. \

Ostali naoko slučajni događaji također su vršili stalni utjecaj mene. U školi mi je najbolji prijatelj bio Oppo. Bio je vrlo vjei riječima. Na satu književnosti postizao je najbolje ocjene. Osim te bio je vrlo zabavan i volio sam se družiti s njime. Što god je Oppo pravio, ja bih učinio isto. Kada je Oppo izabrao pisanje kao svoj živ< poziv, i ja sam htio postati pisac.

To se protivilo planovima mojeg oca koji je želio da poštar liječnik. Kada smo o tome razgovarali, rekao sam mu da ne želin^ liječnik i da me medicina ne zanima. Rekao sam da želim pisati kn i da ću jednog dana biti poznati pisac. Nedugo nakon tog razgovora moj četrnaesti rođendan, otac mi je poklonio nekoliko knjiga uklji jući Of Human Bondage, W. Somerset Maugham; Arrowsmith, Siri

Spontano ispunjenje želja

Lewis i Magnificent Obsession, Lloyd C. Douglas. Tada mi to nije spomenuo, ali sve su to bilo knjige o liječnicima. Toliko su me se dojmile da sam dobio snažnu želju da i sam postanem jedan od njih.

Medicina mi se činila idealnim izborim za proučavanje duhovnosti. Povodio sam se mišlju da ću možda doprijeti i do same duše uspijem li razotkriti tajne ljudskoga tijela. Da nisam u životu sreo osobu poput Oppa, možda nikada ne bih razvio ljubav prema knjigama i pisanju. Isto vrijedi i za mojeg oca koji je mogao sasvim drukčije postupiti kada sam mu rekao da želim postati pisac. Da se usprotivio mojoj tadašnjoj odluci, možda bih, prkoseći mu, završio kao novinar. Svi su ti naoko nepovezani događaji uz nevidljivu mrežu odnosa od gospođe Mountbatten do mojeg oca, djeda, brata i Oppa bili potpuno sinkronizirani jedni s drugima. čini se da su podudarnosti iskovale zajedničku urotu ne bi li oblikovale moju osobnu povijest i povele me životnim putem kojim sada hodam punim korakom.

Svatko od nas upleten je u mrežu podudarnosti koja nas nadahnjuje i pomaže usmjeravati naše živote. Upravo u ovom trenutku sudbina me dovela do pisanja ove knjige, odnosno do zajedništva s vama preko ispisanih riječi na ovim stranicama. Već činjenica da čitate ovu knjigu da ste došli u knjižnicu ili knjižaru, uzeli ili kupili baš nju, otvorili je, uložili trud i energiju u učenje o sinkrosudbini sama je po sebi podudarnost koja vam može promijeniti život. Koje su vas okolnosti dovele do te knjige? Zašto ste od tisuću drugih izabrali baš nju? Kakve vam misli prolaze dok je čitate?

Svijest dL postoji mreža podudarnosti u našem životu, prvi je korak prema razumijevanju i življenju sinkrosudbine. Sljedeći korak je razvijanje vještine prepoznavanja podudarnosti upravo u trenutku samoga događanja. Na taj način možemo odmah i bez odlaganja iskoristiti mogućnosti koje podudarnosti nose, a koje prolaskom vremena mogu iščeznuti. Također, svjesnost se pretvara u energiju. Što više pozornosti pridajete podudarnostima, veća je vjerojatnost da će se one pojaviti što zapravo znači da uvid u znanje o vašem životnom putu stalno jača.

Deep ak Chopra

Konačan se stupanj življenja sinkrosudbine postiže sviješći međusobnoj povezanosti svih stvari. Uviđate da sve utječe na i drugo, da su sve stvari u sinkro jedna s drugom. Izraz u sinkro sićenica je od izraza u sinkronicitetu što znači djelovati u skladu, 1 jedno. Zamislite jato riba koje pliva u određenom smjeru i onda odjnom sve ribe promijene smjer. Ne postoji vođa koji određuje srr kretanja. Riba ne razmišlja na način da gledaju što se ispred r događa pa da onda djeluju u skladu s time. Sve se događa istodot\* Taj sklad kretanja rezultat je koreografije sveprisutne inteligencije koja se nalazi u srcu prirode, a koja se očituje u svima nama kroz c što nazivamo duša.

Kad naučimo živjeti na razini duše, mnoge se stvari počinju dc dati, a kojih prije nismo bili svjesni. Postajemo svjesni sjajnih obraz; i usklađenih ritmova koji upravljaju našim životima. Razumije tijek stvari koje su nas dovele do onoga što danas jesmo. Bojažljivo tjeskoba nestaju kada stojimo u čudu gledajući kako se svijet odm pred našim očima. Zapažamo mrežu podudarnosti koja nas okružuje shvaćamo da i najmanji događaji imaju neko značenje. Otkrivamo namjernim obraćanjem pozornosti na podudarnosti možemo ostva određene učinke u našim životima. Povezujemo se sa svime što pos u svemiru i prepoznavamo duh koji nas sve ujedinjuje. Skidamo ve blještavila koje je skriveno duboko u nama i slavimo novopronađe stvarnost. Svjesno oblikujemo svoje sudbine kreativnošću kojai poznaje granice i na taj način proživljavamo najskrivenije snove bližavajući se prosvjetljenju.

To je čudo sinkrosudbine.

^

r

Spontano ispunjenje želja

Stranice koje slijede podijeljene su u dva djela. Prvi dio istražuje dinamiku pojavljivanja podudarnosti, sinkroniciteta te sinkrosudbine. Ono odgovara na pitanje kako sinkrosudbina djeluje. Drugi dio govori o sedam načela sinkrosudbine uključujući i dnevno planiranje korištenja onoga što ste naučili i odgovara na pitanje što sinkrosudbina znači vama.

Ako ste nestrpljiviji čitatelj koji želi što prije doći do novih saznanja ili ste čitali moje prijašnje knjige, možda ćete htjeti preskočiti sljedeće retke i prijeći odmah na predavanja. Ipak, preporučam vam da čitate redom jer svaki redak može donijeti neke nove informacije ili osvrte koji mogu biti važni za daljnje razumijevanje onoga o čemu ova knjiga govori. Također uzmite u obzir daje ideja sinkrosudbine kroz zadnjih deset godina doživjela promjene i nastavlja se mijenjati. Neki od vas su možda pohađali tečaj sinkrosudbine ili su slušali nešto o tome na vrpcama pa im ono što slijedi neće biti ništa novo. One pak koji se prvi put susreću s mojim radom unaprijed ohrabrujem da ne odustanu ako im se stvari čine zamršenima. Ova knjiga ima namjeru razjasniti sinkrosudbinu u teorijskom i praktičnom smislu. Uložio sam silan trud da bih knjigu učinio pristupačnom i nadam se da sam u tome uspio. Vjerojatno će biti nekih pitanja s kojima ćemo se mučiti u nastojanju da nađemo odgovor. Nemojte očajavati misleći kako to nikad nećete shvatiti. Shvatit ćete. Ne dozvolite si da vas neki dio knjige ili stranica zarobi. Nemojte zapeti, već jednostavno krenite dalje. Svakoje poglavlje nadogradnja na prethodno. Vidjet ćete da kasnija poglavlja razjašnjavaju nedoumice koje se pojavljuju na početku čitanja. Imajte na umu dva cilja: razjasniti kako sinkrosudbina djeluje te naučiti kako je iskoristiti kao pomoć i vodič u svakidašnjem životu.

Ova knjiga neće promijeniti vaš život preko noći, ali ako ste voljni svaki dan posvetiti malo vremena ovome o čemu govorim, vidjet ćete da čuda nisu samo moguća, već da ih ima u obilju. Čuda se mogu događati svaki dan, svaki sat, svaku minutu vašega života. U ovom trenutku sjeme savršene sudbine leži negdje duboko zakopano u vama. Pustite ga da proklije, a ja ću vam pokazati kako.

f

Dio prvi

waw

Obećanje neograničenoga potencijala

Tijelo, um i duh

Od trenutka kad smo postali svjesni naše okoline, počeli smo se pitati o našem mjestu u njoj. Javljaju se neka vječna pitanja: Zašto sam ovdje? Kako se uklapam u nacrt svega stvorenog? Što je moja sudbina? Kao djeca imali smo naviku razmišljati o budućnosti kao o stranici čistog papira na kojem možemo nacrtati što želimo biti. Čini se da mogućnostima nema kraja te nas obuzima osjećaj uzbuđenja zbog obećanja otkrića te zadovoljstva življenja u okruženju s tolikim mogućnostima. Odrastanjem, ulaskom u zrelo doba te naobrazbom koja nas često ograničava te se mogućnosti znatno sužavaju. Ono što nas je nekad uzdizalo u visine, sad nas vuče dolje; ono što se činilo bezgraničnim, sad postaje tijesno i mračno.

Postoji način kako vratiti radost neograničenoga potencijala. Sve što je potrebno je razumijevanje istinske prirode stvarnosti te prih

Deepak Chopra

vaćanje da su sve stvari međusobno povezane i neodvojive jedn druge. Uz pomoć određenih tehnika možete naučiti kako vam se s otvara donoseći vam povremeno sreću i dobre prilike. S vremenom će se stvari pojavljivati sve češće. Koliko je sinkrosudbina mo



Zamislite da ste u potpuno mračnoj prostoriji s baterijom u ruci. Ite bateriju i ugledate prekrasnu sliku na zidu. Mogli biste pomisliti redu, ovo je predivan umjetnički rad, no je li to sve čega ovdje ima? Jednom iznad vas izvor svjetlosti osvijetli cijeli prostor. Okreću oko sebe, shvaćate da ste u muzeju sa stotinama slika od kojih je jedna ljepša od druge. Vašom svijeću se postepeno širi spoznaja da stoji pred nečega što vam može ispuniti cijeli život. Niste više ograničeni slabom svjetlošću baterije koja vam dopušta pogled na tek jednu sliku. To je obećanje sinkrosudbine. Ona pali svijetlo. Daje nam mogućnost da u životu donosimo pravilne odluke umjesto slijepi gađanja. Omogućuje nam vidjeti smisao u svijetu, razumjeti pravdu i sinkroničnost svih stvari, birati život kakav želimo te kako; ostvariti vlastito duhovno putovanje. Pomoću sinkrosudbine dobivamo mogućnost promjene naših života u skladu s našim namjerama. Prvi korak u tom smjeru jest razumijevanje tri različite razine postojanja.

Razina I

\*<

## PODRUČJE MATERIJALNOG I

Prva razina postojanja jest fizička ili materijalna, odnosno vid svemir. To je svijet koji poznajemo najbolje. To je onaj koji zovemo stvarni svijet. Sadrži stvari i objekte s čvrsto određenim granicama dimenzionalnog oblika. Uključuje sve što možemo iskusiti pomoću naših pet osjetila: vida, sluha, opipa, okusa i mirisa. Primjerice, zrak, vjetar, zemlju, vodu, plin, životinje, mikrobe, molekule te i druge. Niče ove knjige. U fizičkom svijetu vrijeme teče tako pravocrtno često koristimo izraz strelica vremena. Odapeta u prošlosti, prolazi kroz sadašnjost i ide u budućnost. To znači da sve stvari u podn

Spontano ispunjenje želja

materijalnog imaju svoj početak, sredinu i kraj, odnosno imaju svoju konačnu trajnost. Bića se rađaju i umiru sa osjetilima. Planine se uzdižu nebu pod oblake zbog rastaljene Zemljine kore, pa se opet vraćaju tlu nemilosrdnim šibanjem vjetra i kiše. Svijetom materijalnog vlada neprestani zakon uzroka i posljedica te je na taj način potpuno predvidljiv. Newtonova fizika otkrila nam je zakon akcije i reakcije kojim možemo točno predvidjeti posljedice sudara dviju bilijarskih kugli ako znamo uvjete pod kojim je došlo do njihovoga dodira. Znanstvenici točno mogu predvidjeti kada će se pojaviti pomrčina Sunca i koliko će trajati. Naše uvriježeno shvaćanje svijeta dolazi iz onoga što znamo o svijetu materijalnog.

## Razina II PODRUČJE KVANTNOG

Na drugoj razini postojanja sve se sastoji od informacije i energije. To je razina kvantnog područja. U tom svijetu nema materijalnog niti bilo čega što bi se moglo iskusiti s naših pet osjetila. Um, misli, ego, onaj dio za koji smatrate da ste vi sami su dijelovi kvantnog područja. Ne možete ih opipati, a ipak ste sigurni u svoje postojanje i stvarnost vaših misli. Iako je kvantno područje najlakše zamisliti u okvirima uma, ono zahvaća znatno šire područje. U stvari, sve u svemiru je očitovanje informacija i energije iz kvantnog područja. Materijalan svijet je podskup kvantnog područja.

Drugim riječima, sve što postoji u svijetu materijalnog, temelji se na informacijama i energiji. Iz poznate Einsteinove jednadžbe  $E=mc^2$ , znamo da je energija (E) jednaka masi (m) pomnoženoj s brzinom svjetlosti (c) na kvadrat. To nam govori da su materija

(masa) i energija jedna te ista stvar u dva različita oblika energija<sup>^</sup> jednaka masi. Jedna od početnih poduka iz prirode jest da je materija građena od molekula, a molekule od još sitnijih čestica koje nazivamo atomi. Došli smo do razumijevanja da su stvari, poput ove stolice koja izgleda vrlo čvrsto, izgrađene od čestica koje možemo vidjeti tek uz pomoć

Deepak Chopra

jakih mikroskopa. Poslije ćemo vidjeti da se i atomi sastoje od josi njih tzv. subatomske čestice koje uopće nemaju masu. Te su čes doslovno paketi ili valovi informacija i energije. To znači da na dri razini postojanja ta stolica na kojoj sjedite nije ništa drugo nego s informacija i energije.

Ovakvo objašnjenje može biti teško za razumijevanje. Kako sq vidljivi valovi energije i informacija mogu iskusiti kao čvrst obj< Odgovor leži u činjenici da se sve u kvantnom području odigrava t nom svjetlosti te da pri toj brzini naša osjetila ne stignu obraditi sve formacije koje sudjeluju u iskustvu opažanja. Razlog naše sposobn razlikovanja objekata koje promatramo jest taj što valovi ener sadrže različite vrste informacija koje su određene frekvencijom il bracijom tih valova. To je kao da slušate radio. Moguće je da frekvenciji 105.5 FM svira samo klasična glazba, dok ćete na 101.91 rockglazbu.

Energija može nositi različite informacije ovisno o te kako vibrira.

Dakle, materijalni se svijet temelji na informacijama utkanir energiju koja vibrira na različitim frekvencijama. Energetsku mr rasprostranjenu oko nas ne možemo iskusiti jer su vrijednosti tih, kvencija daleko iznad onih koje su naša osjetila sposobna prihva Zbog sporosti naših osjetila možemo iskusiti samo komadiće ener koji onda povezani u skup informacija predstavljaju "stolicu", "n tijelo", "vodu" te svaki drugi materijalni objekt u svemiru.

Nešto slično događa se kad gledamo film. Kao što znate, pokre se filmska slika sastoji od brojnih zasebnih i odvojenih fotografija. I biste pogledali film u projekcijskoj sobi, vidjeli biste vrpcu na kojoj nalazi poredano mnoštvo slika međusobno odvojenih zacrnjenim p ručjima. No film na filmskom platnu izgleda drukčije. Tada se si pojavljuju u nizu takvom brzinom da nismo više u stanju primije njihovu odvojenost, odnosno zacrnjena područja. Umjesto toga, f doživljavamo kao neprekinuti tok informacija.

\ U kvantnom području djelići energetskog polja koji vibriraju različitim frekvencijama, a mi ih doživljavamo kao različite mat

Spontano ispunjenje želja

jalne objekte, dijelovi su jedinstvenog energetskog polja. Kad bismo imali sposobnost vidjeti sve što se događa u kvantnom području, vidjeli bismo da smo svi mi dijelovi velike energetske juhe te da je sve svatko od nas i svaki materijalni objekt samo jedan skup informacija koji pliva u toj energetskoj juhi. U bilo koje vrijeme vaše energetsko polje doći će u dodir s nekim i utjecati na sva ostala postojeća energetska polja. Taj proces svatko od nas različito doživljava. Svi smo mi izrazi jednog izvora energije i informacija. Ponekad možemo osjetiti tu povezanost. U većini slučajeva osjećaj je vrlo fin i kratkotrajan, no ponekad zna biti i vrlo snažan. To se događa kad uđete u neku

prostoriju i osjetite napetost toliko jaku i stvarnu da biste ju mogli nožem rasparati. Svetište u kojem vas obuzima osjećaj dubokog mira, također je dobar primjer. U tim trenucima odvija se međusobno prožimanje energije okoline i vaše vlastite energije. I u području materijalnog mi provodimo neprekidnu izmjenu energije i informacija. Zamislite da stojite na ulici i da osjetite dim cigarete neke osobe koja vam se približava. Drugim riječima, vi udišete dah te osobe, a miris nije ništa drugo nego znak da udišete nečiji dah. U slučaju da osoba nije pušila, vi biste svejedno udisali njezin dah samo što vas ovaj put miris ne bi na to upozoravao. A što je dah? To je ugljični dioksid i kisik koji dolazi iz metabolizma svake stanice te osobe. To je ono što udišete, baš kao što i drugi udišu vaš dah. Dakle, mi neprestano izmjenjujemo jedan mali dio sebe, odnosno materijalne, mjerljive molekule iz našega tijela.

Kad dublje sagledamo stvari, vidimo da u stvarnosti ne postoje granice između nas samih i svega ostalog na svijetu. Kad dodirnete neki objekt, osjećate čvrstoću ili krutost tijela što na neki način čini granicu između vas i objekta. Fizičari bi rekli da čvrstoća tijela čini granicu između objekata zbog činjenice da su sva tijela građena od atoma. Kod dodira dva ili više tijela atomi se međusobno sudaraju i to nam daje osjećaj čvrstoće odnosno razgraničenja. No što su zapravo atomi? Atom se sastoji od jezgre i elektronskog omotača. Obratite pozornost da omotač zapravo nema čvrstu građu, već je oblak elektrona

33

Deepak Chopra

ili niz putanji kojima se elektroni kreću. Da biste si lakše prede građu atoma, zamislite plod kikirikija u središtu nogometnog stadiona. Kikiriki je jezgra atoma, a stadion je elektronski omotač. Kad dodirujemo neku stvar, osjećaj čvrstoće javlja se u trenutku kad se sretnu elektronski omotači dvaju tijela. To je naše tumačenje čvrstoće i ženo osjetljivošću (ili neosjetljivošću) naših osjetila. Oči su nam i dane tako da okolinu promatramo kao trodimenzionalne čvrste jekte. Na isti način građeni su zavrseci naših živaca kojima dodiruje stvari. Ipak, u stvarnosti kvantnog područja čvrstoća ne postoji. Št dogada kad se na nebu sretnu dva oblaka? Postoji li čvrstoća kod nje? Umjesto gromoglasnog sudara, oni se u određenoj mjeri ispremiše; i isto se tako razdvoje. Nešto se slično događa kad vi dodirnete predmet. Vaša se energetska polja (elektronski oblaci) sretnu, polje se u određenoj mjeri te se odvoje prilikom ispuštanja predmeta. Iako to niste zamijetili, jedan vrlo mali dio vaše energije prešao je stranu predmeta i obrnuto. Svakim dodiranjem izmjenjujemo energiju i informaciju. Svakim dodiranjem neznatno se mijenjamo. Na taj način također možemo vidjeti kako smo povezani sa svime što nas okružuje. Svi mi stalno razmjenjujemo male količine energije između sebe, stoga u kvantnom području, odnosno na razini misli, te na razini onoga što smatramo nama samima, čvrsto smo povezani. Svatko je vezan sa svakim.

<

Samo u našoj svijesti postoji svijet objekata sazdan posredstvom naših osjetila, izdvojen od energije i informacija. Što bi se dogodilo kad bismo mogli zaviriti u kvantno područje? Kad bismo imali kvantne oči? U kvantnom području vidjeli da sve ono što u svijetu materijalnog doživljavamo kao čvrsto i kruto, zapravo jest vibriranje elektrona; gije određenom

frekvencijom koja se pojavljuje iz točke beskra nestaje u njoj brzinom svjetlosti. Poput izmjene fotografije i zacrnog područja na filmskoj vrpici djeluje i svemir: na načelu "on/off" nologije, tj. "uključisključiti" sustavu, odnosno u sustavu binar vrijednosti. Neprekidnost i čvrstoća objekata rezultat je naše iluz: imaginacije koje nastaju posredstvom naših osjetila koja nisu u sta

34

f

Spontano ispunjenje žejja

prepoznati energiju i informacije iz kvantnog područja. U stvari, i mi sami postojimo prema načelu izmjene fotografija i zacrnnjenih područja. čas smo ovdje, čas nismo, pa onda opet jesmo. Neprekidnost postojanja nalazi se samo u našem sjećanju.

Postoji jedno vrlo slikovito objašnjenje neprekidnosti postojanja. Znanstvenici znaju da su pužu potrebne tri sekunde da bi registrirao svjetlo.

Zamislite da me puž promatra dok ja napuštam sobu, pljačkam banku i vraćam se unutar tri sekunde. Što se tiče puža, ja nikad nisam napustio sobu i u njemu imam savršen alibi. Vrijeme koje sam izbivao iz prostorije poklopilo se sa zacrnnjenim područjem, odnosno upalo je točno između dvije susjedne fotografije ako iskoristimo usporedbu s filmskom vrpcom. Pužev osjećaj neprekidnosti, pod pretpostavkom da takav osjećaj postoji kod puža, dovodi do ignoriranja zacrnnjenih područja.

Dakle, doživljaji osjetila vida kod svih živih bića daleko su od stvarnosti i više su rezultat zamišljanja nego točnih opažanja. Postoji zen priča o dvojici učenika koji su promatrali zastavu kako vijori na vjetru. Jedan od njih reče: "Zastava vijori.", a drugi odgovara: "Ne, vjetar se kreće!" Zbog njihove prepirke pojavi se učitelj te su ga upitali tko je u pravu. "Obojica ste u krivu", uzvikne učitelj. "Jedino se svijest kreće." Kako se svijest kreće, tako pretvara svijet u doživljaj.

Umje polje energije i informacija. Svaka ideja je energija i informacija. Vi pretvarate svoje tijelo i cijeli svijet oko vas u neprekidni doživljaj kroz\*opažanje energetske juhe kao niz različitih entiteta, bića ili biti. Pitanje glasi odakle pak sam um, odgovoran za takvo stanje, dolazi?

Razina 3 Područje nelokaliziranog

Treća razina postojanja sastoji se od inteligencije ili svjesnosti. Može se nazvati i virtualnim područjem, duhovnim područjem,

35

Deep ak Chopra

poljem svih mogućnosti, univerzalnim postojanjem ili nelokalizirar inteligencijom. To je ocean mogućnosti iz kojega proizlazi sva ener i sve informacije. Bit prirode koju opažamo nije materija, nije cal energija ili informacija, već je to čisti potencijal. Stvarnost trećeg r. ručja u svom djelovanju ne koristi ni vrijeme ni prostor jer oni, nostavno ne postoje na toj razini. Treće područje se stoga i naziva lokalizirano jer se ne može ograničiti ni prostorom ni vremenom. ( ne postoji ni u vama niti izvan vas. Ono jednostavno jest. 3

Inteligencija duhovnog područja jest ono što energetske juhe ganizira u poznate nam

entitete. Ona povezuje čestice u atome, atc u molekule i napokon molekule u strukturu. To je organizirajuća koja stoji iza svega. Ideja organizirajuće sile možda i nije najbolji i: za razumijevanje. Jedan od uvjetno rečeno jednostavnijih načina z< zumijevanje virtualnog područja jest da pokušate uočiti dvojnul rodu vlastitih misli. Kad čitate ovaj tekst, oči vide crni otisak papiru, a um pretvara otisak u simbole, slova i riječi, nakon c pokušava izvesti neki zaključak na osnovi učinjene pretvorbe. Pc šajte sada iskoračiti jedan korak izvan uma i pogledati tko zapi "radi" čitanje? Tko je ta svijest što stoji u pozadini misli? Posta: svjesni dvojnosti tih unutarnjih procesa. Um prevodi, pretvara i ai žira. Pa tko onda čita? Time što ste samo malo iskoračili izvan uot jenog poimanja stvari možete postati svjesni jedne stalne prisutn unutar vas, prisutnosti sile koja neprekidno vrši opažanje. To je d ili nelokalizirana inteligencija, a njezino opažanje se događa na tn ili virtualnoj razini.

Isto kao što energija i informacija stvaraju materijalni svijet, to lokalizirano područje (područje bez mjesta i vremena) stvara energ informacije orkestrirajući njihove aktivnosti. Prema poznatom aul i pioniru metafizike dr. Larrvju Dossevu, događaji u nelokalizirar području imaju tri kvalitete koje ih razlikuju od događaja koji se m svesti na materijalni svijet. Ti događaji su u međusobnom odnos korelaciji. Ta korelacija je neposredna, potpuna i trenutna.

Ponašanje dva ili više subatomske događaja međusobno je n

Spontano ispunjenje žeiija

ročno, dakle ne postoji uzročnopoljedična veza. Drugim riječima, jedan događaj ne uzrokuje drugi, a opet ponašanje toga događaja trenutno je povezano ili koordinirano s drugim. To je kao kad plešete s udaljenim partnerom. Makar ste odvojeni, radite iste pokrete budući da slušate istu glazbu. To je značenje neposrednosti.

Sljedeća kvaliteta korelacije događaja jest potpunost. To znači da se jačina veze ne gubi u odnosu na vrijeme i prostor. Uzmite primjer da se nalazimo u sobi i da razgovaramo. Međusobna čujnost bila bi sasvim u redu i ne bi nam promakla ni jedna riječ. Zamislite sad isti razgovor na ulici. Vi stojite s jedne strane, a vaš sugovornik s druge. Morali biste znatno pojačati svoj glas ako biste htjeli razgovarati. Kad biste se nalazili unutar nelokaliziranog područja, glas iste jačine jednako bi se čuo u sobi, na ulici, na kilometarskoj udaljenosti ili na drugom kontinentu.

Treća kvaliteta korelacije trenutnost znači da između događaja u nelokaliziranom području ne postoji vremenski redosljed događanja. Drugim riječima, vrijeme putovanja od jednog događaja do drugog jednako je nuli. Svi znamo da svjetlost i zvuk putuju različitim brzinama što je razlog zašto prvo vidimo bljesak, a tek nakon nekog vremena čujemo udar groma. U nelokaliziranom području nema takvoga kašnjenja jer nelokalizirana korelacija ne slijedi zakone klasične fizike. Ne postoji signal, ne postoji svjetlo i ne postoji zvuk. Naprosto ne postoji ništa što bi moralo putovati. Korelacije između događaja u nelokaliziranom području pojavljuju se trenutno ne čekajući na uzrok i ne gube nasjačini s obzirom na udaljenost i vrijeme.

Nelokalizirana inteligencija je svuda odjednom i može istodobno uzrokovati brojne i kvalitativne učinke na raznim lokacijama. Sav materijalni svijet dolazi iz tog virtualnog

područja. To je posljedično i izvor podudarnosti koje su tako važne kod sinkrosudbine. Kad naučite živjeti na toj razini, možete spontano ispuniti svaku želju. Možete stvarati čuda.

37

Deepak Chopra

Dokazi za postojanje virtualnog područja

Virtualno područje nije rezultat mašte ili neke ljudske čežnj postojanjem više sile. Iako su razni filozofi kroz povijest nepresi pokušavali dokazati ili osporiti postojanje "duha", tek su znanstve u dvadesetom stoljeću uspjeli iznaći dokaze za postojanje nelokž rane inteligencije. Iako tekst koji slijedi tek djelomično objašnjava kaže, kad dođete do kraja teksta, nadam se da ćete osjetiti istoi uzbuđenje koje sam osjećao i ja kad sam prvi put proučavao taj n

Većina od nas se na predavanjima iz fizike susrela s pričom d svemir oko nas građen od čvrstih čestica i valova. Mislili smo da su tiče osnovni građevni blokovi iz čega je sagrađen cijeli svijet. 1 smo, na primjer, učili da vrlo sitne čestice poput elektrona u je imaju čvrstoću i pripadaju materijalnom svijetu. Istodobno smo i da valovi poput svjetla i zvuka nisu materijalne čestice. Sve doneda ta smo dva stanja uvijek razlikovali. čestice su bile čestice, a valo\ ostali valovi. Fizičari su tada otkrili da su subatomske čestice dije onoga što zovemo valni paket. Valni paket jest točno određen im energije za razliku od tipičnog kontinuiranog vala energije.

Zamislite impuls energije kao iznenadan kratak titraj koji ima' početak i kraj. Postoje dva pitanja koja možemo postaviti u vezi čes unutar valnog paketa. Prvo koji je položaj čestice i drugo koju br: čestica ima? Fizičari su otkrili da možete postaviti samo jedno o dva pitanja istodobno. Ako upitate gdje je čestica, tada ste odri položaj čestice i uvjetovali je kao materiju. Zapitate li pak koj brzina čestice, tada ste uvjetovali česticu kao val.

Dakle, stoje to što možemo objediniti pod imenom valčestica? ili materija? Odgovor na ovo pitanje glasi da valčestica može b jedno i drugo ovisno od dva moguća pitanja koja postavimo. Buduc ne možemo odvojiti položaj i brzinu valačestice već ih moramo \. u paketu (otuda i naziv valni paket), sve dok ne postavimo pit; položaja ili brzine valačestice, ono može biti i jedno i drugo, nakon izvršenog mjerenja uvjetovali smo sadržaj valnog paketa

Spontano ispunjenje želja

Val

Valni paket

česticu) kao materiju u slučaju izmjerenog položaja, odnosno kao val u slučaju izmjerene brzine.

Ovo načelo poznato je kao Heisenbergovo načelo neodređenosti i jedno je od temelja moderne fizike.

Zamislite zatvorenu kutiju u kojoj se nalazi valčestica. Konačno utvrđivanje prirode (apsolutnog identiteta) onoga što se nalazi u kutiji nije moguće sve dok se ne izvrše određena promatranja ili mjerenja. U trenutku prije mjerenja identitet sadržaja kutije je

čisti potencijal ili mogućnost. Ono je oboje i val i materija i kao takvo postoji samo u virtualnom području. Nakon izvršenog mjerenja, odnosno promatranja, prijašnji potencijal "kolabira" na razinu pojedinačnog entiteta, odnosno postaje val ili materija. Našem uobičajenom poimanju svijeta ideja da nešto može postojati u više različitih stanja u istom trenutku jest sasvim strana i nerazumljiva. Ipak, to je čudo kvantnog područja.

39

Deepak Chopra

Poznati misaoni pokus fizičara Ervina Schrodingera ukazuje vrstu neobičnih pojava koje su postale objašnjive razvojem kvantne fizike. Zamislite da imate zatvorenu kutiju koja sadrži valčesti mačku, poklopljenu zdjelu s mačjom hranom te polugom utaknut između poklopca i zdjele. Postane li valčestica tvar, udarit će u poh koja će skinuti poklopac zdjele i mačka će doći do hrane. U slučaju vala stvari će ostati nepromijenjene, odnosno hrana i dalje ostaje poklopljena. Otvorimo li kutiju (i na taj način izvršimo promatranje), tada ćemo praznu zdjelu i sretnu mačku ili punu zdjelu i gladnu mačku.

Sve ovisi o vrsti promatranja koje smo izvršili. Evo sad onoga djela cijeloj priči koji našem umu zadaje najviše problema. Prije nego što otvorimo kutiju i izvršimo promatranje, zdjela je i puna i prazna mačka je istodobno i sita i gladna. U tom trenutku postoje obje mogućnosti u isto vrijeme. Samo promatranje jest ono što jednu od dviju mogućnosti pretvara u ono što nazivamo stvarnost. Kako god da se to čini nevjerojatnim, fizičari su nedavno dokazali taj fenomen tako što su izvršili pokus u kojem su nabijeni atomi berilija locirali na dva mjesta isto vrijeme.

Ono što je još manje razumljivo našem umu jest mogućnost davanja istovremene prisutnosti tijela na dva različita mjesta posljedično na izobličeno zapažanje. Drugim riječima, dva događaja u korelaciji na dva različita mjesta mogu u stvari biti posljedica jednog jedinog događaja. Zamislite ribu u bazenu čije pokrete snimaju dvije kamere, svaka pod svojim kutom te svaka projicira sliku na svoj monitor u susjed sobi. U toj sobi sjedite vi i promatrate oba ekrana. Vidite dvije različite ribe i osupnuti ste činjenicom da se obje ribe pomiču nevjerojatno kladaeno. Naravno da vi ne znate što se u stvari događa. Kad biste zri bili biste svjesni da zapravo postoji samo jedna riba vidljiva iz različitih kutova gledanja. No zamislite da imate mnogo kamera i svaku spojite na zasebni monitor. Dobili biste jednu ribu u kojoj svaka riba ima trenutnu vezu sa svakom drugom. Rekli bismo davanje istovremene prisutnosti trenutna komunikacijska korelacija.

Veliki mistici iz raznih tradicija upozoravaju davanje istovremene prisutnosti ono što svaki čini

40

Spontano ispunjenje želja

doživljavamo zapravo projicirana stvarnost u kojoj stvari i događaji samo izgledaju kao da su odvojeni jedan od drugoga.

U onoj drugoj stvarnosti mi smo svi dijelovi jednoga tijela i kad se jedan dio toga tijela pomakne, posljedice toga trenutno osjeća svaki dio tijela.

Znanstvenici također imaju prijedlog za uvođenje osamdimenzijskog hiperpodručja.

Područje bi nosilo naziv po znanstveniku Minkowskom. Prema tom matematičkom

zamišljenom modelu prostora, razmak između dva događaja, ma koliko oni izgledali udaljeni u prostoru i vremenu, uvijek bi iznosio nula. Ova zamisao također pretpostavlja svijet u kojem smo svi nerazdvojna cjelina. Razdvojenost bi mogla biti rezultat umišljanja. Kad osjećamo ljubav u bilo kojem obliku, to ima za posljedicu razbijanje iluzije razdvojenosti.

Budući da je za odluku da li će valčestica biti val ili čestica ključno ljudsko promatranje, znanstvenici poput Nielsa Bohra i drugih fizičara smatrali su daje sama ljudska svijest odgovorna za kolaps valčestice na razini pojedinačnog entiteta, bilo tvari ili vala. Slijedeći tu tvrdnju, mogli bismo reći da bi bez ljudske svijesti cijeli svijet postojao u nekom neodlučnom stanju, odnosno u stanju čistog potencijala.

Ovaj zaključak jedna je od ključnih točaka ove knjige. Ponovit ću ga još jednom zbog njegove važnosti. Bez svijesti koja se ponaša kao promatrač i tumač cijeli svijet postojao bi tek kao čisti potencijal. Taj potencijal je virtualno područje ili treće područje postojanja. On je nelokaliziran i ne može se iscrpiti, beskrajan je i sveobuhvatan. Ušuljati se u to područje, značilo bi moći stvarati čuda.

Kad kažem čuda, nimalo ne pretjerujem. Vratit ću se na trenutak fizici i opisati kako su znanstvenici dokumentirali neke iznenađujuće događaje koji mogu proizaći iz razine čistoga potencijala.

Intrigiran i privučen mogućnostima kvantne fizike, Albert Einstein osmislio je sljedeći mogući scenarij: zamislite dvije identične valčestice koje su ispaljene u suprotnim smjerovima. Što se događa ako postavimo pitanje o položaju čestice A i pitanje o brzini čestice B?

Zapamtite: valčestice su identične pa svi izračuni koji vrijede za Deepak Chopra

jednu vrijede i za drugu valčesticu. Poznavajući položaj čestice A (1 stoga prelazi u stanje tvari), istodobno otkrivamo položaj valčestice koja posljedično također prelazi u stanje tvari.

Posljedice rezultata ovog zamišljenog scenarija, koji je kasnije ] vrđen i matematički i eksperimentalno, su od ogromnog značaja, ječe li promatranje valčestice A na valčesticu B, tj. da li se uspostavlja neka vrsta nelokalizirane veze ili komunikacije u kojoj se informacije izmjenjuju brže nego što iznosi brzina svjetlosti, a da se pri tom događa izmjena energije? To je u suprotnosti sa svim uobičajenim^ gledima na svijet. Taj scenarij poznat je i pod imenom Einsteina-Podolsky-Rosenov paradoks. Laboratorijski pokusi pokazali su da koncepti kvantne fizike vrijede i daje nelokalizirana veza ili komunikacija stvarnost.

Pokušat ću objasniti značaj ovog otkrića najjednom primjeru koji možda malo karikiran, ali spada u materijalni svijet te zorno pomaže razjašnjavanju gornjih tvrdnji. Zamislite poštansku tvrtku koja je poslala dva jednaka paketa u kojima se u svakom nalazi valčestica, i nosno čisti potencijal. Jedan paket je poslan prema meni, a drugi prema vama. Paket primamo i otvaramo u istom trenutku. Trenu prije otvaranja kutije zamišljam što želim naći u kutiji. Kad konačno otvorim kutiju, nalazim točno to što sam zaželio: violinu. No to (samo jedna polovina čuda. Kad vi otvorite svoju kutiju, u njoj će također nalaziti



violina. Kad sam zamislio što želim u kutiji, čestice su se pretvorile u zamišljenu materiju oblikujući violinu.<sup>1</sup> iste misli utjecale su i na oblikovanje valčestica u kutiji. Mogli bis ponoviti taj pokus još tisuću puta i uvijek bismo dobili isti rezultat, što ja zamislim za sebe, istodobno će se ostvariti i na vašoj strani, samo da ja mogu utjecati na stvaranje bilo kojeg oblika određei paketa valačestica već izgleda da i same valčestice imaju mogućn komunikacije, odnosno razmjene informacija o obliku koji upr; stvaraju. Te informacije prenose se na daljinu brzinom većom1 brzine svjetlosti. To je ono na što se misli kad se kaže nelokalizir; komunikacija ili korelacija.

i

Spontano ispunjenje želja

Neke vrlo zanimljive pokuse na tu temu napravio je naš suradnik i prijatelj u Chopra centru Cleve Bexter. 1972. godine razvio je metodu proučavanja ljudske stanice izolirane iz ljudskoga tijela. U jednom je pokusu izolirao ljudski spermatozoid te ga proučavao u kušalici za testiranje. U posuđuje postavio i elektrode kako bi mogao pratiti elektromagnetsku aktivnost tvari koristeći instrumentarij tipa EEGa. Davatelj sperme nalazio se nekoliko soba od laboratorija. Kad je davatelj sperme zgnječio kapsulu amilnitrata i udahnuo nastale pare, došlo je do istovremene reakcije sperme u laboratoriju kroz zabilježenu elektromagnetsku aktivnost.

Jednog dana izolirao je bijele stanice u svrhu proučavanja i opet su se dogodile vrlo zanimljive stvari. Dio procedure izolacije stanica jest centrifugiranje davateljeve sline kako bi se dobila dovoljno velika koncentracija željenih stanica koje se stave u priređenu kušalicu sa zlatnim elektrodama priključenima na instrumente tipa EEGa. Budući je proučavao vlastitu slinu, pala mu je na um ideja da napravi malu posjekotinu na ruci i vidi kakva će biti reakcija testiranih stanica. Potražio je sterilan nož na obližnjoj polici. Kad se vratio, bacio je kratak pogled na grafikone koji su pokazivali aktivnost bijelih krvnih stanica. Začudio se kad je vidio da su instrumenti već kod samog traženja noža zabilježili vrlo veliku aktivnost. Drugim riječima, njegove su bijele stanice reagirale već i na samu namjeru da se poreze.

U jednoj prilici Cleve je učio svojega kolegu kako oralnim putem izdvojiti leukocite. Prilikom toga poveo se razgovor o jednom članku iz Playboya, točnije o intervjuu s Williamom Shocklevom, u to vrijeme vrlo kontroverznim znanstvenikom. Cleve se sjetio daje njegov partner imao taj časopis negdje u ladici svojega stola te gaje otišao potražiti. Uskoro se vratio s časopisom, a za to vrijeme njegov kolega Steve prikupio je stanice za pokus te ih priključio na instrumente. Cleve je postavio kameru preko Steveovog ramena kako bi snimljena slika bila što vjerniji odraz onoga što će Steve uživo promatrati. Druga videokamera postavljena je iznad grafikona na kojemu se bilježila aktivnost stanica.

43

Deepak Chopra

>!<sup>1</sup>!!  
| |

Prikaz slika iz obiju kamera vršio se na monitoru s tehnologijom si u slici. To je osiguravalo usklađeno praćenje aktivnosti i samih nica. Prelistavajući časopis u namjeri da nade spomenuti članak, 01 rio je stranicu na kojoj se nalazila Bo Derek u golišavom

izdai Prema riječima Clevea Baxtera, za razliku od vrlo pristojne reakcije njegovog kolege, pokusne Steveove stanice pokazivale su maksimalnu aktivnost. Nakon pune dvije minute potpune aktivnosti stanica, Cj je predložio Steveu da zatvori časopis. Istoga trenutka aktivnost prestala te ponovno započela kad je Steve nakon jedne minute ponovno otvorio časopis. Cleve je poslije izjavio da je taj pokus u Steveu razbio svaku sumnju budući je on najbolje znao svoje vlastite misli trenutku mjerenja.

Kasnije je Cleve Bexter napravio još mnogo sličnih pokusa razotkrivajući mogućnost komunikacije svih bioloških organizama uključujući i biljke i razne vrste bakterija. Sve žive stanice imaju staničnu svijest te su sposobne komunicirati s drugim stanicama iste ili različitih vrste čak i ako su vrlo udaljene. Štoviše, taj trenutak komunikacije trenutno je udaljenost u prostoru istodobno i udaljenost u vremenu mogli bismo reći da bi i vremenski odvojeni događaji mogli biti u stvarnoj korelaciji.

U daljnjim pokusima nelokalizirana komunikacija potvrđena je kod ljudi. U poznatom Gilberg-Zilverbaumovom pokusu, objavljenom 1987. godine, znanstvenici su koristeći elektroencefalograf registrirali moždane valove dvojice meditanata. Izdvojili su neke parove kod kojih su izmjerili vrlo sličan obrazac moždanih valova pokazujući taj način vrlo blisku mentalnu vezu. I sami meditantima osjetili bi da si "izravnoj vezi" jedan s drugim, a mjerni instrumenti su to potvrdili. U tim parovima traženo je da meditiraju jedan pored drugoga dvadeset minuta. Nakon toga odvojili bi meditante tako što bi jednog odvela izoliranu prostoriju te zatražili od njih da pokušaju ponovno uspostaviti izravnu vezu. Meditant koji je boravio u izoliranoj prostoriji bio podvrgnut jarkom isprekidanom (pulsirajućem) svjetlošću koje je izazivalo dodatnu aktivnost moždanih valova koja je na grafu bila p

44

J

Spontano ispunjenje želja

kazana u obliku malih šiljaka. Znanstvenici su ih nazvali "izazvani potencijali". Kod meditantima u izoliranoj sobi ti su se šiljci prikazali na grafikonu i očekivali. Ono što je iznenadilo sve nazočne jest to da su se isti šiljci pojavili i na grafikonu koji je mjerio moždane valove meditantima koji nije bio u izoliranoj sobi, odnosno izložen svjetlosnim udarima. Dvojica meditanata su kroz meditaciju bila duboko povezana te se ono što se događalo jednom događalo i drugom.

Ove rezultate ne možemo objasniti nikako drukčije već kao postojanje ostvarene nelokalizirane veze u virtualnom području, u području duha koji spaja, orkestrira i sinkronizira sve što postoji. To neograničeno polje inteligencije ili svijesti je svuda i očituje se kroz sve. Vidjeli smo kako djeluje na razini subatomske čestice, temeljnih građevnih jedinica materijalnoga svijeta te kako djeluje povezujući dva čovjeka na način da prekoračuje njihovu odvojenost. No, nije potrebno ići u laboratorij da bi se takve stvari vidjele. One su svuda oko nas, u životinjama, u prirodi te čak i u našim tijelima.

45

Sinkronicitet u prirodi

^» primjera sinkroniciteta u prirodi ima toliko da nam se oni čine sasvim normalna pojava. Ipak, pogledamo li neki od njih očima događanja na granici mogućeg, ideja

sinkroniciteta ] tat će nam jasnija. Za vrijeme ljetnih dana često se na nebu mogu jeći jata ptica. Kao i ribe koje smo prije spomenuli čini se da se i pi kreću na isti način, odnosno vrlo ujednačeno. Kad mijenjaju smjer sve ptice u jatu čine sinkronizirano iste pokrete. Jato ptica može ljučivati i stotine jedinki, a opet, sve se one kreću vrlo skladno. Postoji vođa jata. Promjena smjera letenja događa se trenutačno, ptice mijenjaju smjer u istom trenutku i to rade savršeno. Ni nećete vidjeti da se neka ptica sudarila s drugom u letu. Jato izgleda poput jednoga tijela koje se na nebu penje, spušta, okreće te se čini da postoji neka nevidljiva ruka koja rukovodi kretanjem jata. Kake to događa? Razmjena informacija o kretanju iziskuje određeno

46

Spontano ispunjenje želja

jeme, stoga nije vjerojatno da se ono događa u vremenu i prostoru koje poznajemo. Mnogo je vjerojatnije da se aktivnost koordinira u nelokaliziranom području gdje komponenta vremena ne postoji.

Već godinama fizičari pokušavaju otkriti metode kojima se koriste jata prilikom kretanja, no to im zasada nije uspjelo. Složenost kretanja i apsolutna preciznost kojom se ono izvodi svaki put znanost iznova zapanja. Inženjeri proučavaju kretanje ptica ne bi li dobivene rezultate primijenili kod rješavanja problema u području prometa. Ideja je da pokušaju pronaći vrstu senzora koji bi ugrađeni u automobile te pokraj cesta onemogućavali sudar automobila ili slijetanje s ceste. U svakom trenutku znali bismo što ostali sudionici u prometu namjeravaju. Taj projekt, nažalost, neće još dugo zaživjeti budući da se do sada nije uspio ni približno pronaći način kako u mehaničkom svijetu prenijeti informaciju na daljinu bez gubitka vremena. Trenutna komunikacija koju često vidimo kroz kretanje jata ptica i riba dio je duhovne razine, odnosno organizirajuće nelokalizirane inteligencije u virtualnom području. Vidljiv rezultat je sinkronicitet, odnosno bića koja su potpuno usklađena kako međusobno tako i sa svojom okolinom plešući ritmom svemira.

Sinkronicitet kod kretanja jata ptica i riba jedan je od najočitijih primjera, no tih primjera ima još mnogo. Zapravo, svako je živo biće na sebi svojstven način primjer sinkroniciteta. Sva živa bića koja žive u zajednici dokaz su nelokalizirane komunikacije. Rezultati pokusa izlaganja takvih zajednica prijetnjama pokazali su da sve životinje unutar skupine reaguju istodobno, odnosno brzinom koju danas ne poznajemo ni kod jedne komunikacijske metode.

Istražujući slučajeve nelokalizirane komunikacije na osnovi proučavanja odnosa između čovjeka i psa, znanstvenik Rupert Sheldrake iznio je neke vrlo zanimljive zaključke. Čovjek i pas mogu ostvariti veliku bliskost, a primjer toga je kad pas predvidi povratak svojega gospodara kući. Od deset minuta pa čak do dva sata pas će sjediti ispred ulaznih vrata očekujući gospodarev povratak. Skeptici će reći daje to stvar navike, posljedica svakidašnjega ponavljanja istih događanja te

47

Deepak Chopra

da pas može nanjušiti gospodara, odnosno auto. Sigurno je da i takvih slučajeva, no ti

psi mogu predvidjeti i neočekivan dolaz; drugom autu i kad vjetar puše u suprotnom smjeru tako da pas ga dara ne može osjetiti njuhom. To se ne događa sa svim psima niti j gospodarima, no kad se dogodi učinak je vrlo snažan. Ne samo dj predviđaju dolazak čovjeka već mogu osjetiti i samu namjeru svo gospodara. Na primjer, otišli ste na dvotjedno ljetovanje i nakor dan dana pomislite u sebi kako ćete se sutra vratiti. Pas će to osje ponašat će se sutradan kao da dolazite kući. U trenutku kad vla psa pomisli na vraćanje kući, pas ustaje i prilazi ulaznim vratima veselo mašući repom, čekajući da se vlasnik vrati.

Kako bi se što više umanjila ili potpuno uklonila sumnja daje i čija psa rezultat vlasnikovih želja, a ne nelokalizirane komunika napravljen je sljedeći pokus. U prostoriji gdje pas najviše voli bofl postavljene su videokamere kako bi snimile kretanje psa. Istodc vlasnik je izašao van bez ikakvog saznanja kuda ide i kada će se vr< Tek kad je ušao u auto, rečeno mu je kamo se mora voziti. Pr< uređajem u određenom trenutku prima znak da se može početi vn kući. Kamera u sobi sa psom je zabilježila da se pas gotovo uvijek u dio i prišao ulaznim vratima te čekao povratak vlasnika kad je vla krenuo kući bez obzira gdje je vlasnik bio i koliko mu je vremena bilo da stigne natrag.

j

Nema sumnje da su neki ljudi veoma jako povezani sa sv< psima. Oni su međusobno u korelaciji. Sinkronizirani su. Kroz tu ^ vlasnik i pas doživljavaju nelokaliziranu komunikaciju.

Primjeri sinkroniciteta mnogo su češći kod životinja jer su mi od njih zadržale odnos s bitnom prirodom stvari. Između ljudi i rode postavilo se more briga: kako otplatiti kredit, koji auto ku kamo otići na godišnji odmor i još milijun drugih. čim u sebi vijemo ego, gubi se osjećaj za "ja" koji nas čini drukčijim od svega ( log te odnos s bitnom prirodom stvari koje nas okružuju.

Usprkos tome, neki ljudi ipak doživljavaju sinkronicitet pa čak i ne meditiraju. Svi smo upoznati s pričama o identičnim blizanc

48

Spontano ispunjenje žejja

gdje jedan blizanac trenutno može ući u stanje u kojem je drugi i obrnuto. Slična se veza može vidjeti i kod drugih na neki način čvrsto povezanih pojedinaca. Jednom sam razgovarao s jednim pacijentom kad je iznenada osjetio oštar bol u području trbuha, toliko jak da se od boli počeo valjati po podu. Kad sam ga upitao što mu je, odgovorio je da se osjeća kao da gaje netko ubo nožem pokazujući mjesto uboda rukom. Kasnije smo saznali da je točno u to vrijeme njegova majka u Philadelphiji bila žrtva pljačkaškoga napada i ubodena u predio trbušne šupljine. Pacijent je bio vrlo vezan uz majku i vrlo je vjerojatno da mu je to bila najvažnija veza u životu. Toliko su bili usklađeni daje njihova psihologija na nekoj razini bila jedno. Mogli bismo reći da su bili povezani. Uređenost je samo još jedan izraz za korelaciju ili sinkronicitet. Najviše ga koriste znanstvenici kad opisuju stanje u kojem je nešto ili netko vođen, vezan ili zarobljen nekom drugom materijom ili silom. Na primjer, čestice mogu biti uređene tako da oblikuju strujanje tekućine na način da se gibaju u zadanom smjeru. Riječ uređenost

nam pomaže da objasnimo kako stvari dolaze u međusobnu korelaciju. Zapamtite: sinkronizacija se javlja kad ljudi, životinje ili stvari imaju neku vrlo blisku vezu ili su uređeni.

Na takav primjer uređenosti naišli su znanstvenici proučavajući odnos majke i djeteta u jednom afričkom plemenu. Kad se dogodi začće, majka izabire ime i počinje pisati pjesmu koju će pjevati svom djetetu. Pjevanje započinje dok je dijete još u majčinoj utrobi i traje cijelo vrijeme trudnoće. Kad se dijete rodi, skupe se svi susjedi te i oni sudjeluju u majčinoj pjesmi. Kasnije se ta pjesma pjeva prilikom svakog značajnog događaja za dijete: prilikom rođendana, ulaska u pubertet, kod inicijacije u zrelog mladića, zaruka, odnosno vjenčanja. Pjesma je jamčila stalnost i neraskidivost prvobitne veze između majke i djeteta koja je čak nadilazila i smrt jer se ista pjesma pjevala i na pogrebu te osobe. To je jedan od načina na koji je uređen djetetov dolazak u svijet njegove majke i cijeloga plemena. To stvara tako snažnu vezu da će majka istoga trenutka osjetiti opasnost u sebi bude

49

Deepak Chopra

li dijete, udaljeno od majke, izloženo bilo kakvoj opasnosti.

Još jedan zanimljiv primjer nelokalizirane komunikacije jest i canje majčinoga mlijeka u trenutku kad ogladnjelo dojenče početi plakati bez obzira na to koliko je dijete daleko od majke.

Ljudi koje smo spomenuli u pokusu s meditacijom parovi su koj poznaju ili čak žive zajedno dugi niz godina. No, da bi mogli ostviti nelokaliziranu komunikaciju, bračni život ili socijalna povezanost i dovoljna. Tek je meditacija bila ona sila koja je u njima stvorila urenost tog stupnja da mogu nelokalizirano komunicirati. Za tu vi komunikacije potrebna je veza koja je puno dublja od onih na i smo navikli i čini se, na prvi pogled, da ju je vrlo teško ostvariti stvarnosti, mi smo stalno u vezi s nelokaliziranom inteligencije Sama činjenica da naša tijela uopće postoje u izravnoj je vezi s nelokaliziranom inteligencijom.

i

Kako tako nešto stvarno i postojano kao što je ljudsko tijelo m ovisiti o virtualnoj komunikaciji?

Uzmite u obzir da se ljudsko tijelo sastoji od približno jedne stot trilijuna stanica. To je toliko velik broj da bi se svakoj zvijezdi koj nalazi unutar Mliječne staze moglo pridružiti tisuću stanica. Ipak, bi se dobio takav ogroman broj, potrebno je samo pedeset udvostručenja stanica. Prvo udvostručavanje počinje s jednom stanicom, za1 se dvije stanice udvostruče na četiri pa na osam i sve tako do stotini suca bilijuna ili stotinu trilijuna.

Potrebno je samo pedeset replika« i na tom broju se udvostručavanje zaustavlja.

Sve počinje s jednom stanicom koja se počinje udvostručavati i k na tom putu udvostručavanja stvara različite vrste stanica. Postoji; različitih vrsta stanica idući od većih vanjskih stanica kože pa sve onih najsitnijih stanica mozga. Znanstvenici još uvijek nemaju najmanju ideju kako se postiže udvostručavanje iz kojega kasnije r taje savršeno organizirano tijelo sa svim svojim različitostima po; trbuha, kose, lica itd.

Tome još treba dodati da svaka od stanica mora izvršavati mili; poslova u tako kratkom

vremenu kao što je jedna sekunda da bi ost

Spontano ispunjenje želja

funkcionalna. Stvaranje proteina, održavanje permeabilnosti membrane, sudjelovanje u hranidbenom procesu samo su neke radnje koje stanica izvršava. Nadalje, svaka stanica zna što svaka druga stanica radi inače bi nam se tijelo raspalo na komadiće.

Ljudsko tijelo može zadržati svoju cjelovitost jedino ako funkcionira sinkronistički, a to se može izvesti jedino pod uvjetom nelokalizirane korelacije. Kako bi drukčije stotinu tisuća bilijuna stanica, izvršavajući milijun radnji u sekundi, moglo uskladiti svoje aktivnosti u cilju održavanja ljudskoga tijela funkcionalnim? Na koji bi drugi način ljudsko tijelo moglo istodobno proizvoditi misli, odstranjivati tjelesne otrove i smijati se maloj bebi ili čak sudjelovati u začecu bebe?

U namjeri da pomaknem svoja stopala prvo to moram pomisliti. Nakon toga te misli aktiviraju moju moždanu koru koja mojim stopalima šalje potrebne impulse. To je samo po sebi čudesno. Otkud je došla misao? Prije same misli nije postojala nikakva energija, već je točno u trenutku stvaranja namjere došlo do elektromagnetske oluje u našem mozgu koja je putem živčanog sustava uzrokovala pražnjenje određenih naboja što se očitovalo u obliku pomicanja stopala. Sve te stvari su poznate, proučene i spadaju u događaje pod nazivom "lokalni fenomen". Cijeli taj lanac događanja pripada našem mehaničkom svijetu osim onog prvog događaja: misli koje su i potakle cijeli proces, od kojih je i sve započelo. Kako misli stvaraju elektricitet? Znanstvenici razumiju mehaniku tijela od potencijala, neuroprijenosnika, grčenja mišića i svega što je u to uključeno. Ono što nitko ne može pokusom pokazati jest odakle dolazi misao. Misao se ne može vidjeti, no bez nje bismo bili paralizirani. Nema misli, nema micanja stopala. Na neki način svjesnost postaje energija i informacija. Gdje se ta pretvorba događa? Jedini odgovor jest da se domovina misli nalazi u virtualnom području.

Naša se tijela ponašaju sinkronistički cijelo vrijeme. Uvijek kad nam se dogodi nešto na fizičkoj razini, makar i mala nezgoda, cijelo tijelo reagira. Pretpostavite da niste cijeli dan jeli pa vam je razina šećera u krvi počela padati. U istom trenutku u tijelu će se pokrenuti Deepak Chopra

niz sinkronističkih događaja u cilju nadoknade šećera. Gušterač; počinje lučiti hormon glukagon koji pretvara šećer pohranjen u je glukozu koja istog trenutka postaje pogodno energetske gorivo. U masne stanice oslobađaju masne kiseline i glukozu dovodeći ih u 1 tok, a živčani sustav stimulira mišićno tkivo da oslobodi svoje rez glukoze. Sve se te stvari događaju istodobno. Razina inzulina će smanjiti, a broj otkucaja srca će se povećati kako bi aktiviralo stvoje energiju. Otprilike će se milijun stvari dogoditi u pokušaju da se ra šećera vrati na normalu, a to je samo jedna od mnogih radnji koja i istodobno odvija u našem tijelu. Sve je to moguće samo kroz nelok; ranu komunikaciju, prenošenjem informacije brzinom većom od svjetlosti te ostvarivanjem veza koje ljudska fizika ne poznaji

Postoji teorija koja objašnjava nelokaliziranu komunikaciju kao rezultat električne aktivnosti ljudskoga srca. Ljudsko srce sadrži nešto što je poznato pod nazivom pacemaker.

Pacemaker održava broj otkucaja srca na normalni, odnosno na nekih sedamdeset i dva

otkua minuti. Također, on svakih nekoliko sekundi stvara impuls koji do do grčenja mišića srca. Zbog tog impulsa dolazi do protoka elektr struje, a posljedica toga pak je stvaranje magnetskog polja oko i (Elektromagnetska polja su zapravo fotoni koji se ponašaju na određeni način.) Stoga srce svakim svojim udarcem odašilje elektro magnetsku energiju ostatku tijela. Ono čak odašilje i izvan tijela elek magnetske signale koje bi, pojačane, mogli osjetiti i drugi ljudi. < šiljanjem energije kroz cijelo tijelo srce postaje glavni oscilator sa svojim vlastitim elektromagnetskim poljem. Ono stvara polje rezonancije te se time stvara međusobna uređenost svake stanice tijela na način da se sinkronistički svaka stanica ugodi sa svakom drugom stanicom

Kada su stanice uhvaćene u isto rezonantno polje, one se ponašaju po istom obrascu. Studije su pokazale da kada razmišljamo kreativno, kada se osjećamo mirni ili kada osjećamo ljubav, stvar vrlo stabilno elektromagnetsko polje koje se takvo odašilje di našega tijela te stvara polje rezonancije u koje se sve stanice međusobno čvrsto povezuju. Svaka stanica zna što radi svaka druga up

Spontano ispunjenje želja

zato jer sve stanice rade istu stvar, a da istodobno svaka od njih ima samo njima svojstvenu namjenu. Stanice želuca stvaraju klorovodičnu kiselinu, imunološke stanice stvaraju antitijela, stanice gušterače proizvode inzulin i tako dalje.

U zdravom tijelu sinkroniziranost savršeno djeluje. Zdravi se ljudi nalaze u čvrstom zagrljaju sinkronističkih ritmova. Nastup bolesti znači narušenost ili čak odsutnost jednog ili više od tih ritmova. Stres najviše dovodi do narušavanja ritma. Kad ste pod stresom, osjećate agresivnost i tjelesna i mentalna uravnoteženost nestaje. Stres kida našu nelokaliziranu povezanost s okolinom koja nas okružuje. Kad osjećate bolest, neki se dio vašega tijela počinje grčiti, odnosno stezati. Zbog tog procesa stanice toga dijela tijela ne prate više ritam neloka. lizirane inteligencije. Poput žica na gitari postaju neugodene sa ostalim stanicama u tijelu. Postoje mnoge emocije koje mogu narušiti stabilnost elektromagnetskog polja oko našega srca, no one koje su najčešće i istodobno najbolje proučene i dokumentirane su ljutnja i agresivnost. Kad se jednom sinkroničnost naruši, dijelovi tijela počinju funkcionirati odvojeno. Tijelo počinje gubiti imunitet, povećava se rizik od raka i ostalih infekcija te se ubrzava proces starenja. Taj je učinak toliko jak da često djeluje na životinje. Pas koji primijeti ljutnju i agresivnost kod čovjeka i sam će postati oštar i nervozan. Kud god da idete, vaše tijelo cijelo vrijeme odašilje signale koji odaju vaše intimno stanje.

Povezanost s nelokaliziranom inteligencijom ne završava s granicama ljudskoga tijela. Isto kao što je i naše tijelo u ravnoteži, tako je i cijeli svemir uravnotežen, a ta se uravnoteženost očituje kroz cikluse i ritmove.

Kruženje zemlje oko sunca stvara godišnja doba. Zima se pretvara u proljeće, ptice se počinju seliti, ribe traže mjesto za mriještenje, cvijeće cvjeta, drveće pupa, voće zri, jaja se liježu. Ta mala promjena u nagibu Zemlje u odnosu na Sunce dovodi do nizanjanja nelokaliziranih događaja. Sva se priroda ponaša kao da je jedan organizam. Ljudi se čak drukčije osjećaju ovisno o godišnjem dobu. Neki ljudi postaju de

Deepak Chopra

\*

presivni tijekom zime, drugi se zaljubljuju u proljeće. Određene bk mijske promjene u tijelu usko su povezane s kretanjem planeta. Ci je planet jedna simfonija i mi smo dio nje.

Kako se Zemlja okreće oko svoje osi, unosi u naš život nešto zovemo dnevni ili dvadesetčetverosatni ritam. Noćna se stvore bude na večer i idu spavati danju. Ptice traže hranu u dijelu d poznatijem kao ptičji sati. Također, naša su tijela sinkronizirana dvadeset četvero satnim ritmom. Većinu vremena provodim u Kali niji i moje tijelo bez svjesnih napora održava kalifornijski ritam, < nosno vezuje se uz određenu vremensku zonu. Tijelo zna kad nastupiti izlazak sunca omogućujući mi buđenje otprilike u isto jeme svaki dan. Isto tako ono usporava svoje aktivnosti kako se" bližava večer pripremajući se za spavanje. Za vrijeme spavanja moj tijelo također u stanju visoke aktivnosti noseći me kroz različita sta spavanja, vršeći izmjenu mojih moždanih valova. Lučenje horm važnih za funkcioniranje tijela i dalje se nastavlja intenzitetom pi gođenim" noćnim satima. Svaka stanica i dalje vrši svoje brojne al nosti sudjelujući u orkestriranju tijela kao cjeline tijekom noć ciklusa.

Stanovnici Zemlje osjećaju učinak Sunca kroz dnevni ritam te' nak Mjeseca kroz mjesečni ili lunarni ritam u kojem Mjesec putuje svog mlađaka prema punom mjesecu i natrag. Mjesečevi ciklusi iz no sudjeluju u procesima koji se događaju unutar našega tijela te s trenutnoj korelaciji s planetarnim gibanjima. Menstrualni dvadeset modnevni ciklus uzrokovan je Mjesečevim ciklusom kruženja Zemlje. Uz to postoji i niz manje očitih pojava uzrokovanih Mjes> vim kretanjem koje prije svega utječu na raspoloženje i produktivi ljudi. Gravitacijske sile Sunca i Mjeseca uzrokuju plimu i oseku oceanima vršeći tako posredno utjecaj na naša tijela. Na posije prije milijun godina i sami smo bili stanovnici oceana. Kad smo 12 iz mora, zadržali smo dio oceana u sebi. 80 % našega tijela ima isti mijski sastav kao i ocean koji smo nekad nazivali domom i koji je uvijek izložen istim utjecajima kao i prije milijuna godina.

54

w

1

Spontano ispunjenje žejja

Svi nabrojani ritmovi, od dnevnog preko mjesečnog pa sve do godišnjih doba, međusobno su usklađeni. Tako su nastali ritmovi unutar ritmova koji su opet unutar drugih ritmova čiji zvuči odjekuju okolo i unutar nas. čovjek nije izvan tih događanja, naprotiv vrlo dobro osjeća kucanje bila svemira. Nelokalizirana inteligencija je izvan nas i u nama. Ona je duh, potencijal iz kojega sve izranja. Ona je temelj našega postojanja, ona je bezdimenzionalna: nema volumena, nema energije niti mase, ne zauzima nikakav prostor. Ne postoji u vremenu. Sva iskustva su lokalizirane projekcije nelokalizirane stvarnosti koja se sastoji od jedinstvenog i nedjeljivog potencijala. Na toj dubljoj razini stvarnosti vi ste ta nelokalizirana inteligencija. Svemir koji očituje sam sebe koristeći živčani sustav ljudskoga bića. Poput prizme koja jednu zraku svjetla razbija u



spektar boja, tako i nelokalizirana inteligencija kroz vlastito očitovanje razbija svoju jedinstvenost u bezbroj različitih pojava.

Razmišljajte o svemiru kao o jednom divovskom organizmu čija ogromnost postoji jedino u našem zapažanju, odnosno projiciranoj stvarnosti. Iako gledate stadion ispunjen sa stotinu tisuća ljudi, budite svjesni da se stvarnost nalazi u jednom malom električnom impulsu unutar vašega živčanog sustava kojeg nelokalizirano biće tumači kao nogometnu utakmicu. Yoga Vasishta, stari vedski tekst, kaže: "Svijet je poput velikog mjesta odraženog u ogledalu." Tako je i svemir velik odraz vas samih u vlastitoj svijesti. To je, ukratko, duša svih stvari.

55

Triroda duše

^— w čitavoj prostranosti oceana ne postoji ego. Promatran s J •II seca ili s nekog umjetnog satelita izgleda mirno poput nej retnog omotača koji pokriva Zemlju. No kako se sve približavamo, vidimo daje ocean u neprestanom pokretu stalno tje raznim strujama, plimom i osekom, vrtlozima i valovima. Proma jući različita stanja oceana, doživljavamo ga kao nešto što se mije Svako novo stanje doživljavamo kao drugo lice tog oceana. Može promatrati pojedinačno svaki val kako nastaje, njegovu krijestu, njavu prema obali i konačno kako se razbija o stijenu. S druge sto nemoguće je izdvojiti val izvan oceana. Ne možete zagrabit i vje mora i odnijeti val kući. Napravite li fotografiju vala i dođete sutrad od svih valova nećete vidjeti ni jedan koji bi bio potpuno isti kao I na slici.

1

Kada počinjemo proučavati dušu, ocean nam može poslužiti

Spontano ispunjenje žejja

odlična analogija. Zamislite ocean kao nelokaliziranu stvarnost, polje beskonačnih mogućnosti, virtualnu razinu postojanja koja je sinkronizirana sa svime što postoji. Svatko od nas je poput vala u tom oceanu. Mi smo načinjeni iz njega i ocean čini srž onoga što jesmo. Baš poput valova koji koristeći ocean mogu poprimiti svakakav izgled ta,ko i mi koristimo nelokaliziranu stvarnost crpeći iz nje razne zamršene oblike postojanja. To ogromno područje mogućnosti predstavlja bit svega što postoji u fizičkom svijetu. Ocean predstavlja ono što nazivamo nelokalizirano, a val predstavlja lokalizirano. I jedno i drugo međusobno je neraskidivo povezano.

Kad prihvatimo dušu kao nešto nelokalizirano, kao dio virtualnog područja, tada naše mjesto u svemiru postaje sasvim jasno. Mi smo oboje, i lokalizirano i nelokalizirano. Unikatni oblik koji je izronio iz oceana nelokalizirane inteligencije koja je istodobno dio svakoga i svačega. Nadalje, dušu možemo podijeliti na dva dijela: na veliku nelokaliziranu dušu koja postoji na virtualnoj ili duhovnoj razini (koja je moćna i sposobna za sve) te na osobni ili lokalizirani dio duše koji postoji u kvantnom području. Taj dio prodire u naš svakidašnji život i predstavlja bit onoga što jesmo. Taj dio duše isto je tako moćan i sposoban. Isti neograničeni potencijal beskonačne duše također leži u svakom i svačem od nas. Naša osobna duša na koju mislimo kada razmišljamo o nama samima, izdanak je vječne, beskonačne duše.

Kada bismo mogli naučiti živjeti na razini duše, vidjeli bismo daje najbolji, najsvjetliji dio nas povezan sa svim ritmovima svemira. Spoznali bismo sebe kao čudotvorce. Strah, mržnja, zabrinutost, neodlučnost nestali bi u nama. Živjeti na razini duše znači zaroniti ispod ega i misli koji nas vežu za uzročnopoljedični svijet.

U prostranosti oceana ne postoji individualno "ja" koje stalno zanovijeta ne bi li skrenulo pozornost na sebe. Postoje struje, valovi, plima, vrtlozi, ali na poslijetku, sve je to ipak ocean. Svi mi koji se pravimo ljudima, oblici smo nelokaliziranog. Na kraju krajeva, svi smo mi ista duša.

A opet, svatko od nas ima jak osjećaj individualnosti, zar ne? Naša

57

I

Deepak Chopra

osjetila nas stalno uvjeravaju da su naša tijela stvarna i da misli samo naše intimne, vrlo osobne misli. Učimo, zaljubljujemo se, o< jamo djecu, gradimo karijere. Kako to da ne osjećamo nemir i uzi kanost oceana u sebi? Zašto su naši životi tako ograničeni? i

Sve se ponovno vraća na tri razine postojanja.

Na materijalnoj razini, onoj koju smatramo stvarnim svijeti duša je promatrač u središtu promatranja. Kad vršimo neko pro tranje, u to su umiješane tri komponente. Prva koja se pojavljuje u terijalnom svijetu je predmet promatranja. Druga komponenta ja se na razini uma, a ona predstavlja sam proces promatranja. Ti komponenta promatranja je stvarni promatrač kojega nazivamo šom.

Ovo se može objasniti jednostavnim primjerom. Na početku pi met vašeg opažanja postaje četveronožna krznom prekrivena životi; Sljedeće što se događa jest da vaše oči dobivaju sliku promatranog jekta koju šalju mozgu. Mozak objekt tumači kao psa.

Postavite si tanje tko zapravo promatra psa, a zatim usmjerite pozornost um sebe i postanite svjesni nečije prisutnosti u vama. Ta prisutnost je v duša, izdanak

nelokalizirane inteligencije koja se smjestila u vaš tijelu. Dakle, um je umiješan u proces spoznavanja, ali duša je i koja zna. Ta prisutnost, ta svjesnost, taj poznavatelj, ta duša nešt« što se ne može mijenjati. Ona je stalnost u fizičkom svijetu j prestanih promjena i kao takva čini referentnu točku u nama. \

Svatko od nas ima dušu, no zbog različitog kuta promatran različitih iskustava ne promatramo iste stvari na isti način. Ono vidimo rezultat je tumačenja našeg uma. Kada bismo vi i ja zaje( promatrali psa, svatko od nas imao bi različite misli. Ja bih mo doživjeti psa kao opasnog i počeo bih osjećati strah. Vi možete si trati istog psa manje opasnim, čak toliko da mu želite prići. Naše i matranje istog psa stvar je tumačenja po kojem kad ja vidim psa tri od njega, a vi zviždite i igrate se s njim.

i

Tumačenje se odvija na razini uma, no odluku donosi naša ii vidualna duša koja je uvjetovana dosadašnjim iskustvima i koja na

Spontano ispunjenje želja

melju tih iskustava utječe na naše ponašanje u životu. Puno malih djelića sjećanja

ugrađuje se u individualnu dušu tijekom života i ta kombinacija sjećanja i mašte temeljene na iskustvu čini ono što zovemo karma. Karma se nakuplja u osobnom dijelu naše duše i to je čini valom nastalom na jezgri našega bića. Ona također boji osobnu dušu koja takva upravlja našom svijesću i priprema kalup za određenu vrstu osobe u koji će se svatko od nas jednom izliti. Nadalje, stvari koje radimo istodobno utječu na osobni dio duše mijenjajući našu karmu na bolje ili lošije.

Svemir, nelokalizirani dio naše duše nije pod utjecajem naših djela, ali je povezan s duhom koji je čist i nepromjenjiv. U stvari definicija prosvjetljenja je "spoznaja da sam ja beskonačno biće koje je istodobno promatrač i promatrano, koje vidi i viđeno je, koje je određena lokalizirana točka gledišta". Što god da jesmo i koliko god da smo nereda unijeli u naš život, uvijek se možemo ušuljati u onaj nelokalizirani dio duše, beskonačno polje čistog potencijala, i promijeniti tijek naše sudbine. To je sinkrosudbina, korištenje povezanosti osobne i nelokalizirane ili univerzalne duše kako bi se oblikovao vlastiti život.

Rekli smo da djelići sjećanja sudjeluju u stvaranju naše karme koja nam pomaže da odredimo tko smo. Ipak individualnost naše duše određena je nečim većim nego što je sama karma. Naši odnosi također igraju veliku ulogu u izgradnji osobne duše. Pokušat ću to objasniti detaljnijom analizom različitih vidova našega postojanja. Kada promatramo naše tijelo, dolazimo do zaključaka da smo u stvarnosti građeni od recikliranih molekula. Stanice našega tijela se stvaraju, umru te budu zamijenjene mnogo puta tijekom ljudskoga života. Mi se neprestano nanovo stvaramo. U tu svrhu naše tijelo pretvara hranu koju jedemo u osnovne građevne blokove života. Zemlja također proizvodi hranu koja nam je potrebna za obnavljanje, a zauzvrat zemlji vraćamo naše mrtve stanice. Mogli bismo reći da neprestano mijenjamo naše fizičko tijelo koristeći recikliranu zemlju.

Sljedeće što moramo razmotriti su naše emocije. Jednostavno rečeno, emocije su reciklirana energija. Emocije nisu izvorni i originalni

59

Deepak Chopra

dio nas. One dođu i odu ovisno o situaciji, odnosima, spletu okolno događajima.

Jedanaestoga rujna 2001., na dan kada je World Trade Center zadesila katastrofa, strah i očaj bile su vrlo raširene i prisu emocije nastale zbog tragičnih događanja toga dana. Takvo ražnje trajalo je mjesecima. Emocije se nikada ne javljaju same sebe, već uvijek nastaju zbog nekog događaja u našoj okolini, i nema okoline i odnosa s okolinom, nema ni emocija. Stoga ako i nađem u vrtlogu očaja i bijesa, to u stvari nisu moje vlastite emocije. To je očaj i bijes koji me na trenutak zahvatio. {

Razmislite kad ste zadnji put bili okruženi skupinom ljudi koji izražavali iste emocije. Na primjer, kada ste na pogrebu ili suprotno tome kada gledate športsku utakmicu uživo. Tada se teško odupri emocijama koje odražava svjetina makar one ne pripadaju vama. Emocije su vrlo snažne kada dolaze od mase ljudi u isto vrijeme. Svaka emocija zavisi od okolnosti i odnosa koji određuju vašu stvarnost; određenom trenutku.

A što je s našim mislima? Pa, naše misli su reciklirane informacije. Svaka misao koju

imamo dio je cjelovite baze podataka. Prije stot godina bilo bi nemoguće reći: Idem u Disney World na leteći tobog U tadašnjem svijetu nije postojala zamisao za takve misli. Nije 1 Disney Worlda, nije bilo letećeg tobogana niti bilo kakvog drugog i Sve misli osim nekih vrlo originalnih su reciklirane informacije^ čak i te originalne misli nisu ništa drugo nego kvantni skokovi krea nosti koja opet izvire iz tog općeg recikliranog bazena informacija

Iako se izraz kvantni skok gotovo uvrježio u svakidašnjem raj voru, on ipak ima sasvim određeno značenje. Kada nas uče u školu o prirodi atoma, govore nam da se atom sastoji od jezgre koja sadrži i tone i neutrone oko koje kruže elektroni po određenim orbitama i ljuskama na različitim udaljenostima od jezgre.

Rečeno nam je da elektroni uvijek kruže po istoj putanji, ali oni ponekad mogu prebaciti na neku drugu postojeću putanju. Ako u] energiju, elektron se može prebaciti na višu putanju (udaljeniju jezgre, prim. prev.), a ako izgubi energiju, može pasti na nižu putar 60

Spontano ispunjenje želja

•f<

Atom natrija

Ono što se rijetko ili gotovo nikada ne spominje jest to da zapravo ne postoji put koji elektron prelazi kada se seli iz orbite u orbitu. Promjena orbite događa se trenutno i lišena je fizičkog putovanja elektrona. U jednom trenutku elektron se nalazi u orbiti A, a neposredno nakon toga nalazi se u orbiti B bez daje prevalio bilo kakav prostor između orbita. Promjena orbite promjena je statusa elektrona, odnosno promjena jednog seta okolnosti u drugi set. To se događa trenutno bez putovanja u bilo kojem smislu.

Znanstvenici su dosad naučili tek toliko da ne mogu predvidjeti kada i gdje će doći do kvantnoga skoka. Za sada mogu napraviti matematički model pomoću kojega mogu približno odrediti mjesto i vrijeme kvantnoga skoka, ali ne s potpunom sigurnošću. Na subatomske razine ta mala nepredvidljivost izgleda kao da nema većih posljedica. Kako se to mene može ticati ako neki elektron skoči iz jedne u drugu orbitu? Pa, može. Pod uvjetom da uzmemo u obzir sve atome na svijetu i svu prisutnu nepredvidljivost. Tada možemo vidjeti svijet na potpuno novi način.

Znanstvenici priznaju nepredvidljivost prirode i traže načine da u tome nađu smisao. čak i najjednostavniji događaji vođeni su tom istom nepredvidljivošću. Gdje i kad će se mjehurići pojaviti u čajniku punom vrele vode? Kakve će oblike stvarati dim cigarete? Kako su povezani položaji molekule vode na vrhu vodopada s položajem koji će zauzeti u samom podnožju? James Gleick napisao je u svojoj knjizi Kaos sljedeće rečenice: "Što se tiče standardne fizike, Bog je mogao sve te vodene molekule kriomice staviti pod stol i osobno ih promiješati."

61

Deepak Chopra

Relativno mlada grana fizike koja proučava kaos pokušava pred' jeti nepredvidljivo koristeći vrlo komplicirane matematičke metode Postoji klasičan primjer gdje zamah krilima leptira u Teksasu uzrok šest dana kasnije tajfun u Tokiju. Veza se možda ne čini očitom,

ona ipak postoji. Ta mala promjena u zračnom strujanju može ! umnožena i pojačana te, na posljetku, dovesti do tornada. Ipak nik; ne može biti u potpunosti predvidljiva. To je i razlog zašto vremen prognostičari često griješe te zašto se nije moguće pouzdati u progn< na rok dulji od četrdeset osam sati. Opet, među svim mogućim; javama na ovom svijetu vrijeme se može najbolje predvidjeti. j

Na duhovnoj razini to znači da nikada ne možemo biti sigurni u jem će smjeru život krenuti u nekom trenutku. Kakve će sudbin promjene uzrokovati namjere ili radnje čija su značenja jednc neznatna kao zamah leptirovih krila. U isto vrijeme to nam govori nikada ne možemo spoznati Božji um. Nikada u potpunosti neće moći razumjeti kako, kada i gdje pa makar se radilo o jednostavni vrenju vode. Jednostavno se moramo predati u ruke nepredvidljivoj istodobno uživati u njezinoj ljepoti.

Sva je kreativnost zasnovana na kvantnim skokovima i na nepr vidljivosti. U određenom trenutku istinski nova ideja izronit će sveopćeg bazena informacija. Te ideje ne pripadaju nečijem sretni trenutku, već se one nalaze u zajedničkoj svijesti. To je razlog zašto ponekad više ljudi gotovo istodobno došlo do nekih važnih zn stvenih otkrića. Ideje stalno kruže podsvjesnim prostranstvima prenijeti ih u naš svijet mogu samo oni umovi koji su pripremljeni to. Na pripremljenosti uma temelji se i genijalnost nekog pojedin vidjeti nešto čak i kad nitko drugi to ne vidi. U nekom trenutku ne p toji ni kreativnost niti ideja, a već sljedećeg trenutka mi smo na pra genijalnog otkrića. Gdje se ideja skrivala do trenutka otkrića? Bila j< virtualnom području, na razini univerzalnog duha gdje je sve poter jal. Ponekad taj potencijal stvori nešto predvidljivo, ponekad ne: novo. Ipak, to je područje gdje sve mogućnosti oduvijek postoje.

Dakle, složimo li se s time da su naša tijela reciklirana zemlja, en

62

čije reciklirana energija, a misli reciklirane informacije tada se postavlja pitanje gdje je onda u tome svemu naša osobnost. Stoje onda to što čini neku osobu? Odgovor glasi da osobnost također nije originalni dio nas. Osobnost se gradi kroz određena poistovjećivanja te kroz odnose. Zamislite bliskog prijatelja. Kako biste odredili takvu osobu? Većina nas će to napraviti opisujući život te osobe: njegovu obitelj, posao, aktivnosti koje radi u slobodno vrijeme. Vrijedi općenito da kada bilo kog opisujemo, to radimo u kontekstu njegovog posla, društvenog statusa, bračnog stanja i slično. Ono što mi nazivamo osobnošću temeljeno je na odnosima i različitim situacijama.

Sad kad znamo da ni osobnost nije dio nas, baš poput tijela, emocija i misli, još se više možemo zapitati tko smo zapravo mi? Prema nekim velikim duhovnim tradicijama slijedi jedna velika istina o svakom od nas: "Ja sam svi". Bez njih ne bismo postojali. Vaša duša je odraz svih duša. Pokušajte zamisliti zamršenu mrežu osobnih međudjelovanja koja su dovela do onoga što danas jeste. Odnosi u obitelji, s prijateljima, sa svakim od učitelja i školskih kolega s kojima ste bili u dodiru, sa svakim prodavačem u svakoj trgovini koju ste posjetili te sa svima s kojima ste radili ili došli u kontakt iz bilo kojeg razloga. Nadalje, ako želite razumjeti sve te ljude i utjecaj koji su izvršili na vas, morate saznati tko su zapravo oni. Da biste to saznali, morate prvo opisati mrežu odnosa koju su istkali svi ti ljudi oko vas. Na posljetku biste mogli doći do saznanja da morate opisati

cijeli svemir da biste odredili jednu jedinu osobu. Istina je da je svaka osoba zapravo cijeli svemir. Gledajući s "određene točke u vremenu i prostoru, vi ste beskonačni. Vaša duša je dio vas, a ona je u isto vrijeme i univerzalna i individualna i odraz je svih ostalih duša.

Želimo li odrediti dušu na taj način, moramo razumjeti upravo tu univerzalnost i istovremenu individualnost duše jer se značenje toga proteže u područje iznad onoga koje smo u stanju iskusiti na uobičajen način. Duša je promatrač koji tumači i donosi odluke u zamršenom klupku odnosa. Ti odnosi čine pozadinu, određuju naše vrijednosti, karakter te događaje koji oblikuju naše živote. Baš kao što je i duša

63

Deepak Chopra

|

stvorena kroz odnose te je stoga odraz svih odnosa, tako je i život iskustvo stvoreno od okolnosti i značenja.

Pod okolnostima mislim na sve ono što nas okružuje, a da nam is dobnno omogućuje razumjeti značenje radnji koje izvodimo, riječi koje izgovaramo, pojave koje zapažamo ili bilo što drugo. Riječ može im vrlo različita značenja ovisno o drugim riječima koje ju okružuju. Rekli bismo da značenje riječi ovisi o kontekstu. Često smo u situaciji da nam netko uzme riječi ili rečenicu iz konteksta. Na taj način želimo reći daje značenje tih riječi izgubljeno ili krivo protumačeno jer kontekst određuje značenje svega. Protok značenja protok je života. Kontekst u kojem se mi nalazimo određuje način na koji tumačimo stvari koje opažamo tijekom života i ta tumačenja postaju naše iskustvo.]

Konačno smo stigli do šireg određenja duše.

|

Duša je promatrač koji tumači i donosi odluke temeljene na karmu. Ona predstavlja također zamršeno klupko odnosa iz kojeg pak iz njaju životni konteksti i značenja iz kojih stvaramo iskustva. Duša medij koji koristimo prilikom stvaranja života.

Najbolji pristup razumijevanju dualnosti duše i ulazak u svijet ne kaliziranog polja potencijala jest meditacija. Meditacija nas nesno tano može provesti kroz zbrku misli i emocija koje nas obično čvrsto vežu za pojavnost fizičkog svijeta. Kada zatvorimo oči u meditaciji misli spontano počinju navirati. Postoje samo dvije vrste misli koje možete imati: sjećanja i maštanja, no kako smo prije objasnili, ovi vrste misli nisu originalan dio našega fizičkog tijela. Isprobajte meditacijski misaoni pokus: sjetite se večere koju ste jeli jučer.

Možete li se sjetiti što ste točno jeli? Kakvog je okusa bila hrana? Kakvi su se razgovori odvijali oko vas? Sad razmislite gdje su bili ti odgovori prije nego što vam postavio pitanja? Večera se doista dogodila, no informacije o njoj nisu postojale osim u potencijalnom obliku. Kada bi neurokirurg pokušao tražiti vaš mozak, ne bi naišao ni na kakvu informaciju o oku jučerašnje večere. Sjećanja se nalaze na razini duše i ostaju tamo s dok se ne pozovu. Kada smo konačno odlučili da se prisjetimo jučerašnje večere, započinje električna i kemijska aktivnost u mozgu. T

64

Spontano ispunjenje želja

se tada sjećanja pojavljuju u vašoj glavi, odnosno procesom prisjećanja ili postavljanjem pitanja virtualna se sjećanja pretvaraju u stvarna. Tek tada ona postaju stvarnost.

Ista stvar događa se s maštanjem ili zamišljanjem. Sve dok misao ne izađe iz virtualnog područja, ona ne postoji u vašem mentalnom ili fizičkom životu. No mašta ili zamišljanje mogu snažno djelovati na um i tijelo. Zamislite kako režete limun na kriške te uzimate jednu i zagrizete u nju. Nastavite s mislima kako vam kiseli sok teče po ustima. Ako ste poput većine ljudi, uskoro će vam se usta ispuniti slinom što predstavlja način na koji tijelo kaže da vjeruje mislima. Pitam vas ponovno gdje je bio limun prije nego sam tražio od vas da razmišljate o njemu? Nije postojao nigdje osim na razini potencijala.

Namjera, zamišljanje, predodžba, kreativnost, intuicija, značenje, svrha, razumijevanje, sve to nema veze s našim mozgom. Oni rukovode svojom aktivnošću pomoću mozga, no to su kvalitete nelokaliziranog područja koje je izvan vremena i prostora. Unatoč tome, njihov utjecaj je vrlo jak. Kad jednom uđu u naš mentalni sklop, um mora nešto učiniti s njima, a upravo to što učini, djelomično određuje tko smo i što smo. To je zato što smo po prirodi razumna bića pa nastojimo imati razumne misli kojima ćemo graditi razumne priče. Evo nekoliko takvih: moj muž me voli ili moja djeca su sretna ili volim svoj posao. To su misli oko kojih ćete sagraditi vašu priču koja takva postaje smislom vašega života. Kada ste našli smisao, odlazite mirni živjeti svoj život u materijalnom svijetu i to je ono što zovemo svakidašnjim životom.

Naše su priče rezultat odnosa, konteksta i značenja koja nisu dio nas, već ih pozivamo kroz sjećanja koja su spremljena u dijelove duše pod nazivom karma i iskustvo. S vremenom shvaćamo da te priče nisu originalne. Makar se detalji razlikuju od osobe do osobe, temelji i motivi priče su vječni. Arhetipovi koji se beskonačno ponavljaju. Heroji i kukavice, grijeh i iskupljenje, dobro i zlo, zabranjena i bezuvjetna ljubav. To su priče koje nas kroz kazalište, televiziju, tjednike iznova zapanjuju i koje se obično predstavljaju s blagim pretjerivanjem. Odu

/ :•>

Deepak Chopra

ševljeni smo jer se često možemo u nekim dijelovima poistovjetiti njima. Točnije rečeno, poistovjećuju se neki vidovi naše duše s arhe povima koji se u jako pretjeranom obliku mogu naći i u grčkoj, indija skoj ili pak egipatskoj mitologiji. Drama koja se odvija u mitološki pričama, unatoč tome što se radi o mitu, vrlo je uvjerljiva jer te pri odzvanjaju u našim dušama.

Sada možemo dobiti još finiju definiciju duše: duša je klupko zr čenja, okolnosti, odnosa i mitoloških priča ili arhetipskih tema kc potiču svakidašnje misli, sjećanja i težnje (ovisno o karmi) koje op stvaraju priče dio kojih i sami postajemo. Većina nas postaje dijele tih priča nesvjesno. Mi smo poput glumca u drami koji nikada ner cijeli scenarij pred sobom, već kako predstava napreduje tako dobi redak po redak teksta. Kada doprete do duše, tada vidite cijeli scena odjednom. Tada razumijete. Kao i prije tako i sada sudjelujete u pn stavi s tom razlikom da sada to radite svjesno, s radošću i potpur Možete raditi izbore temeljene na znanju i slobodi. Svakom sljedeće trenutku odajete zahvalnost shvaćajući njegovo značenje u okoln tima koje vas okružuju. Ono stoje najbolje od svega jest to da

ste u n gućnosti preraditi svoju ulogu u drami ili čak cijeli scenarij jednost nom namjerom, korištenjem prilika koje se nude kroz podudarnosti iskrenim pristupanjem vlastitoj duši.

4

66

^Namjere

Svako dijete koje je čulo priču o Aladinovoj svjetiljci sanja o tome kako će je jednom pronaći i kako će kad je protrlja iz nje izaći duh koji ispunjava sve želje. Kad odrastemo, jasno nam je da takva svjetiljka ne postoji i da će sve želje morati ostati i dalje u nama. Ali, što ako se želje ipak mogu ispuniti? Što biste zaželjeli za sebe? Što bi ispunilo vaše potrebe na najdubljoj razini? Što bi vašoj duši pomoglo izgraditi njezinu sudbinu? Sve što se događa u svemiru počinje s namjerom. Kada želim pomaknuti stopala ili kupiti ženi poklon za rođendan, popiti kavu ili napisati knjigu, svaku tu radnju započinjem s namjerom. Izvor namjere uvijek se nalazi u nelokaliziranom području ili u univerzalnom umu, a pomoću individualnog uma namjera postaje locirana. Jednom locirana, namjera postaje fizička realnost.

Može se reći i obrnuto: fizička realnost ne bi postojala bez namjere. Namjera pokreće nelokaliziranu sinkroniziranu korelaciju u mozgu.

67

Deepak Chopra

J

Uvijek kada dođe do prepoznavanja ili zapažanja fizičkog svijeta različiti dijelovi mozga se postavljaju u stanje "faznog i frekventn zaključavanja" slijedeći shemu okidanja individualnih neurona u r ličitim dijelovima mozga. To je nelokalizirana sinkronizacija čija frekvencija iznosi otprilike četrdeset hertza (četrdeset ciklusa ili periodi sekundi). Taj sinkronizacija, također zvana frekvencija vezanja, m na za spoznavanje. U protivnom ne bismo vidjeli osobu kao osol kuću kao kuću, drvo kao drvo ili lice na fotografiji kao lice. Umje; toga vidjeli bismo samo crnobijele točke, niz razbacanih linija te pr tor ispunjen svijetlim i tamnim dijelovima. Zapravo se objekti vaše zapažanja u mozgu registriju pomoću elektromagnetskih impulsa načelu "ima/nema". Sinkronizacija uspostavljena namjerom pretvi crnobijele točke, nasumične linije, električne naboje, svijetlotam područja u cjelinu, u jedinstveni plan koji stvara sliku svijeta pozn; kao subjektivno iskustvo. Svijet ne postoji u slikama, već same područjima "da/ne" impulsa, točaka i mrlja, digitalnih kode nastalih od naoko slučajnih električnih okidanja koje sinkronizac pomoću namjere organizira u iskustvo unutar mozga. Tako naši zvukovi, tekstovi, oblici, okus i miris obilježeni su od strane neloka! rane inteligencije što u trenutku omogućuje stvaranje materijalnih jekata unutar vaše subjektivne svijesti.

Svijet je poput Rorschachovih mrlja koje pretvaramo u svijet r terijalnih objekata pomoću sinkronizacije uspostavljene namjero Svijet prije promatranja i živčani sustav prije želje ili namjere da ne promatra postoje poput dinamičnog (u stalnoj promjeni) nelinearr kaotičnog polja aktivnosti u stanju neravnoteže (nestabilna aktivno; Namjera u nelokaliziranom području sinkronistički organizira te p mjenjive, naoko kaotične i neusklađene aktivnosti u visoko urede samoorganizirajući dinamički sustav koji se



istodobno očituje i 1 promatrani svijet i kao živčani sustav kroz koji je taj svijet promatr  
Sama namjera ne pripada živčanom sustavu iako je kroz njega spro dena. Ipak, namjera  
je odgovorna za mnogo više od samog pror tranja i zapažanja. U pozadini učenja,  
pamćenja, rasuđivar

68

Spontano ispunjenje želja

predodžbi leži namjera. Ona je motor aktivnosti i bit samog temelja stvaranja.

Prastari vedski tekstovi Upanišade kažu: "Ono si čemu najviše težiš. Kakva je tvoja  
težnja, takva je i tvoja namjera. Kakva je tvoja namjera, takva je i tvoja volja. Kakva je  
tvoja volja, takva su i tvoja djela. Kakva su tvoja djela, takva je i tvoja sudbina." Sudbina  
neizbježno izranja iz najdubljih predjela naših težnji, odnosno namjera. To dvoje je vrlo  
blisko povezano.

Stoje to namjera? Većina ljudi reći će daje to misao o nečemu što želite napraviti u svom  
životu i misao o nečemu što želite. U stvarnosti namjera je više od toga. Namjera je  
način na koji ispunjavate određene potrebe koje imate bilo da se radi o materijalnim  
stvarima, odnosima, duhovnosti ili ljubavi. Namjera je misao koju nosite u sebi sa  
svrhom da vam pomogne ostvariti vaše potrebe. Po logici stvari, kad ispunite određenu  
potrebu, bit ćete sretni.

Promatrano na taj način, cilj svih namjera je biti sretan i ispunjen. Postavite nekome  
pitanje što želi. Osoba može željeti više novaca, novu vezu ili nešto treće. Upitajte je  
nadalje zašto želi više novaca. Odgovor bi mogao glasiti zato što novac omogućuje da  
više vremena provodi s djecom. Napokon postavljamo i zadnje pitanje: zašto želi  
provesti više vremena s djecom. Vjerojatni odgovor osobe bit će povezan sa srećom  
koju joj donosi vrijeme provedeno s djecom. Vidimo, dakle, daje u osnovi cilj svih ciljeva  
ispunjenje na duhovnoj razini koje zovemo sreća, radost, ljubav.

Sve aktivnosti u svemiru potaknute su namjerom. Prema vedskoj tradiciji namjera je sila  
prirode. Ona održava ravnotežu svih elemenata i sila unutar univerzuma te na taj način  
omogućuje da se on neprestano razvija.

čak se i kreativnost događa kroz namjeru. Kreativnost je vezana uz individualnost, no  
ona se pojavljuje i na razini univerzalnog omogućujući svijetu da periodično napravi  
kvantni skok u smjeru razvoja. Kada umremo, duši se neizbježno događa kvantni skok u  
kreativnost. Učinak toga su sljedeće riječi duše: "Sad moram naći novi duh/tijelo sus  
= |•>;

Deepak Chopra

tav kako bih se ponovno izrazila ili reinkarnirala". Namjera potječe d univerzalne duše te  
prelazi s nje na individualnu gdje napokon biv izražena kroz individualni lokalizirani um.

Iz iskustava koja imamo iz prošlosti stvaramo sjećanja koja su t< melj zamišljanja i  
unutarnjih težnji, koje su opet osnova za neku dj< latnost. Time se krug zatvara. U  
vedskoj tradiciji i budizmu to s naziva kotač samsare, temelj zemaljskog postojanja.

Nelokalizirari "ja" postaje lokalizirano filtrirajući se kroz proces karme.

Kada se namjera ponavlja, to stvara naviku. Što se namjera vis puta ponovi, postoji  
veća vjerojatnost da će univerzalna svijest stvorii iste obrasce i očitovati namjeru u

fizičkom svijetu. Prisjetite se ra: prave iz kvantne fizike na prijašnjim stranicama gdje smo rekli da j valčestica u nepromatranom kutiji istodobno i val i čestica te da užim konačan oblik tek kad promatranje počinje. U početnom trenutku prc matranja vrši se prijelaz iz vjerojatnosti u određenost. Ista zamisa može se primijeniti i kod namjere. Što se namjera više puta ponovi, t će postojati veća vjerojatnost da će se obrasci u nelokaliziranom um razvijati u njezinom pravcu te na posljepku očitovati u fizičkom svijetu Taj postupak stvara iluziju što je teško, a što lako; što je moguće, a št nije. Zato, želite li prodrijeti iznad svjetovnoga, morate naučiti misliti sanjati nemoguće. Samo ponavljanjem misli nemoguće se može pre voriti u moguće kroz namjeru nelokaliziranog uma. Nelokaliziran um koji se nalazi u meni isti je kao i u vama. Zapravo isti je kao i u nose rogu, žirafi, ptici ili crvu. čak i kamen ima nelokaliziranu inteligenciju. Nelokaliziran um onaj je koji nam daje osjećaj za "ja". Onaj "ja koji kaže: "Ja sam Deepak", "ja" koji kaže: "Ja sam ptica", "ja" koji pit tko si ti, odnosno što vjeruješ da jesi. Univerzalna svjesnost jedino j "ja" koje postoji. Ona se pretvara u gotovo beskonačan broj promć trača i promatranoga, gledatelja i prizorišta, organskih i anorganski; oblika te svih bića i oblika koji čine fizički svijet. Običaj univerzaln svijesti da se pretvori u individualnu svijest prethodi procesu ti mačenja. Stoga prije nego "ja jesam" kaže "ja sam Deepak, žirafa i! crv", postoji samo "ja jesam". Beskonačni potencijal "ja" prevodi zc

70

Spontano ispunjenje žejja

jednički "ja" u "ja" koje pripada meni, vama ili bilo kojoj drugoj stvari u svemiru.

To je ista zamisao kao i kod duše koja ima dvije razine: univerzalnu i individualnu, ali prenesena u kontekst osobnosti. Ljudska bića razmišljaju o individualnom jastvu kroz "ja" bez da su svjesni šireg univerzalnog "ja" koje se još naziva univerzalnom dušom. Korištenje riječi "ja" predstavlja zgodnu referentnu točku u kojoj lociramo vlastito jedinstveno gledište unutar univerzalne duše. Vežemo li se isključivo za individualno "ja", gubimo mogućnost prodora u područja koja se tradicionalno smatraju nemogućima, odnosno nepostojećima. Unutar univerzalnog "ja" ne samo daje sve moguće već i sve postoji. Potrebna je još samo određena namjera koja će potaknuti prijelaz na razinu fizičke pojavnosti.

Sljedeća tablica zorno prikazuje razliku između individualnog ili lokaliziranog "ja" i univerzalnog ili nelokaliziranog "ja".

Deep ak Chopra

Lokalizirani um

1. EGO UM
2. INDIVIDUALNI UM
3. INDIVIDUALNA SVIJEST
4. UVJETOVANA SVIJEST
5. PRAVOCRTAN
6. FUNKCIONIRA UNUTAR PROSTORA, VREMENA, UZROČNOSTI
7. VREMENSKI VEZAN I OGRANIČEN
8. RAZUMAN

9. UVJETOVANOST PONAŠANJA I RAZMIŠLJANJA PO UNAPRIJED ZADANIM OBRASCIMA STVORENIM NA OSNOVI ZAJEDNIČKE I INDIVIDUALNE SVIJESTI.

10. NECJELOVITOST

11. UNUTARNJI DIJALOG: "OVO SAM JA I OVO JE MOJE"

12. DOMINACIJA STRAHA

13. ZAHTIJEVA ENERGIJU

14. ŽUDI ZA ODOBRAVANJEM

15. RAZLIKUJE "JA" U PROMATRAČU OD "JA" U PROMATRANOME '

16. RASUĐUJE PO NAČELU UZROKPOSLJEDICA

17. ALGORITMIČAN

18. KONTINUIRAN

19. svjestan

20. aktivan je kad su aktivna osjetila jer je osjetilno iskustvo lokalizirano

21. iskazuje se preko voljnog živčanog sustava (individualan izbor)

72

Spontano ispunjenje želja

Nelokalizirani um

1. DUH

2. DUŠA

3. univerzalna svijest

4. čista svijest

5. sinkronistički

6. djeluje izvan vremena, prostora, uzročnosti

7. bezvremen i beskonačan

8. intuitivan/kreativan

9. neuvjetovan, beskrajno korelacijski i kreatiVAN

10. JEDINSTVEN

11. UNUTARNJI DIJALOG: "SVE SAM JA I MOJE JE SVE"

12. DOMINIRA LJUBAV

13. DJELUJE BEZ ENERGIJE

14. IMUN NA KRITIKU I DODVORAVANJE

15. POISTOVJEĆUJE "JA" PROMATRAČA I "JA" PROMATRANOGA

16. SVJESTAN JE BEUZROČNE POVEZANOSTI ILI MEĐUZAVISNE KORELACIJE

17. ODSUTNOST ALGORITMA

18. DISKONTINUIRAN

19. vrhunski svjestan

20. uvijek aktivan, ali više usmjeren prema sebi

Had su osjetila u pasivnom stanju kao za vrijeme spavanja, meditacije, sanjanja, transa, MOLITVE

21. iskazuje se kroz autonomni i endokrini sustav te što je najvažnije kroz sinkroniziranost

tih sustava (također kroz sinkroniziranost individualnog i univerzalnog, mikro i

makrokozmosa)

73

Deepak Chopra

Razlika između lokaliziranog i nelokaliziranog uma razlika je 12 među uobičajenog i neuobičajenog. Lokalizirani um je osobni i individualni za svakog od nas. Sadrži naš ego, samoproglasheni "ja" koj luta svijetom robujući našim navikama. U njegovoj je osnovnoj prirodi da nas razdvaja od cjeline. Postavlja neprobojne, umjetne granice koji smo čak i spremni braniti makar to značilo gubitak pravoga značenja; stvari i povezanosti s univerzalnim. Lokalizirani um je spor, podložan umoru, razuman i bez poriva za kreativnošću. Potrebna mu je stalna pažnja i odobravanje zbog čega stalno naginje strahu, razočaranju i bolu.

S druge strane, nelokalizirani um je čista duša ili duh poznat kao univerzalna svijest. Vršeci svoju aktivnost izvan granica vremena i prostora, to je veličanstvena i jedinstvena sila u svemiru, beskonačna u svojoj veličini i trajanju. Po svojoj prirodi nelokalizirani um spaja sve stvari jer i on jest sve. Nije mu potrebna energija, pažnja, odobravanje već je u potpunosti neovisan i stoga plijen ljubavi i naklonosti. Beskonačan u kreativnosti, mjesto je odakle izvire sve kreacije. Orno gućuje nam vidjeti preko granica koje naš lokalizirani um postavlja; kao krajnje moguće. Ohrabruje nas da razmišljamo izvan zadanih obrazaca i da vjerujemo u čuda.

Moderna znanost i sama sve više dopušta mogućnost postojanja nelokaliziranog uma i prostora u kojem izvodi svoje kreativne skokove. Praznine u proučavanju fosilnih ostataka kroz evoluciju navode nas da pomisao o postojanju čudesnih kreativnih skokova same prirode (teorija poznata pod nazivom punctuated equilibrium). Na primjer, postoji fosilni ostaci amfibije i fosilni ostaci ptica, ali ne mogu se naći ostaci bića koje je postojalo u prijelaznom razdoblju, odnosno koje povezuje amfibiju i pticu. To nas navodi na postojanje kvantnog skoka zamisli u kojem je amfibija htjela naučiti letjeti, a ptica je proizašla kao rezultat te namjere. Znanstvenici vjeruju da su se ljudi razvili od primata, ali im nedostaju fosilni ostaci koji bi potvrđivali vezu između jednih i drugih. Prvo su postojali samo primati, a onda su se odjednom pojavili ljudi. Što je bilo između? Ništa.

74

M

Spontano ispunjenje želja

Skokovi mašte neprestano se razvijaju u nešto što zovemo svemirom. U našem životu svjedoci smo razvoja televizije, Interneta, nuklearne tehnologije, putovanja u svemir. Mašta je prisutna gdje god da krenemo i premda pripada univerzalnoj svijesti ona se očituje svuda oko nas kroz različite oblike. Ljudska se bića mogu probiti iznad tih oblika. Ona mogu pomoću lokaliziranog "ja" izraziti namjeru koju dalje preuzima i uređuje nelokalizirano "ja" u nastojanju da se namjera ispuni. To je način na koji snovi postaju stvarnost.

Objasnit ću ovo primjerom. Lokalizirano se "ja", nazvano Deepak, želi dobro osjećati tako što će izvoditi tjele vježbu i time poraditi na vitkosti tijela. Svaki dan Deepakovo lokalizirano "ja" ide na trčanje uz obalu ili trči na pokretnoj traci. Nelokalizirano "ja" u

Deepaku učinit će to mogućim tako što će omogućiti Deepakovom tijelu izvršavanje mnogih usporednih funkcija. Srce mora povećati broj otkucaja i pumpati više krvi. Tkivo mora trošiti više kisika, pluća moraju udisati više zraka. Šećer, gorivo u mojem tijelu, se mora što brže pretvarati u ugljični dioksid i vodu da bi se mogla stvarati energija. U slučaju pomanjkanja goriva, izlučit će se inzulin tako da glikogen pohranjen u jetri može nadomjestiti energiju. Stanice imunog sustava moraju biti aktivirane kako bi trčanje u određenoj okolini prošlo bez ikakvih ozljeda ili infekcija. To je samo kratak spisak nekih osnovnih funkcija koje nastupaju simultano i sinkronizirano tako da moja želja za trčanjem može biti ostvarena. U stvarnosti se moraju izvršiti bilijuni i bilijuni nelokaliziranih i sinkroniziranih aktivnosti kako bi Deepak mogao uživati u trčanju. O tome da tijelo savršeno funkcionira brine se nelokalizirani um i dok se sve te akcije sinkroniziraju, Deepak jedino osjeća blagodatni trčanja. Ne mora se brinuti o tome da li će njegovo srce pumpati dovoljno krvi, da li će se jetra sjetiti pretvoriti glikogen u šećer. To je posao nelokalizirane inteligencije. Lokalizirano "ja" pokreće namjeru, a nelokalizirano sinkronizirano uređuje sve detalje potrebne za izvršenje namjere.

Problem je što lokalizirani "ja" nije uvijek spreman na suradnju te

75

Deepak Chopra

ponekad donosi loše odluke. Zamislite čovjeka koji se zove Jim Smit. Nalazi se na nekoj zabavi gdje lokalizirani Jim Smith izjavljuje: "Baš! dobro zabavljam." Uzme čašu šampanjca, opusti se i potraži kakvu priliku za novim poznanstvom. Nelokalizirani um se također dobro bavlja odrađujući svoj dio posla. No što ako lokalizirano "ja" ponesen veselim ozračjem odluči malo više popiti ili se napiti. Stanje opijenosti znači stanje prekida između dva "ja" te nelokalizirano "ja" upozorava svog lokaliziranog partnera da će taj prekid imati svoju cijenu u obliku sutrašnje glavobolje i mamurnosti. Na taj način nelokalizirano "ja" šalje poruku lokaliziranom "ja" da je posljedica takvog luksuza mi guća bolest. Ukoliko bi se lokalizirano "ja" oglasilo o upozorenja nelokaliziranog "ja", s vremenom bi posljedice bile sve teže. Česta opijanje dovela bi do gubitka posla, mogućeg raskida braka te na kraju do cijepljenja jetre, odnosno smrti. Zašto? Zato jer odluka o neprestanom alkoholiziranju nije bila jednako u interesu obojici "ja". Kad se namjera spustila iz područja univerzalnog, bila je iskrivljena od strane lokaliziranog "ja". Kako se kretala iz područja u područje, tako je mijenjala oblik. Namjera može biti ispunjena obostrano samo ako služi svrhu obaju "ja". Nelokalizirana namjera je uvijek evolucijska i stoga je mjerena u pravcu skladnih međudjelovanja koja služe općem dobru. Stanište namjere je uvijek u području univerzalnog. Slijedeći prirodni tok stvari, namjera u univerzalnom području nastoji ispuniti lokaliziranu namjeru sve dok je to u interesu lokaliziranog uma (mene) i nelokaliziranog uma (univerzalnog duha). Samo će u tom slučaju doći do obostrane suradnje. U svemu tome postoji otežavajući čimbenik. Postoje milijarde ljudskih bića i bilijuni drugih entiteta svaki sa svojim namjerama. Recimo da želim napraviti zabavu i da planiram ispeći kolače. Imam sve što mi je potrebno: brašno, šećer, maslac te razne druge dodatke koji se koriste kod spremanja kolača. Sve te stvari kao i u drugim kućanstvima obično stoje u ostavi, gdje su se okupili i neki drugi gosti

poput mrava i pokojeg miša u namjeri da također iskoriste moji brašno i šećer. To otkriće natjeralo me je da kupim zamku za miševе i koju su se neki i ulovili. Slijedile su bakterije kako bi započele proce

76

Spontano ispunjenje želja  
raspadanja uginulih životinja.

Razmotrimo li gornji scenarij u širem kontekstu, vidjet ćemo da iza njega stoji zamršeno klupko veza i odnosa koji izranjaju jedni iz drugih. Za početak potrebna nam je pšenica i šećerna trska. Za njih su nam potrebne farme, zemljoradnici, kiša, strojevi, željeznice, trgovina, tržišta, prehrambeni dućani, kemijska industrija, znanost o kemiji i tako možemo do beskrajа. Broj individualnih lokaliziranih umova je ogroman.

Nameće se pitanje tko ili što u toj zbrci ima glavni utjecaj? čija namjera pokreće događaje? Moja je namjera bila ispeći kolače. Jesam li time htio utjecati i na ponašanje cijelog planeta: od farmera do tržišnog analitičara trgovinom pšenice; od mrava i miševa u mojoj ostavi do svih ostalih elemenata i sila u svemiru? Je li baš moja namjera da poslužim goste kolačima ona koja je udružila sve snage svemira da djeluju kao jedno? Miš bi, pod uvjetom daje svjestan svoje namjere, mogao pomisliti da je njegova namjera pokrenula lanac događaja od aktivnosti zemljoradnika pa sve do vremenskih uvjeta i na kraju moje odluke da ispečem kolače. Bakterije također imaju puno pravo sebe postaviti u prvi plan uključujući i moju odluku da kupim otrov koji stvara proteine, odnosno hranu za bakterije. Traženje glavnog pokretača mogao bi uistinu biti težak i zbunjujući posao. čija je namjera pokrenula svu tu aktivnost? U stvarnosti, "ja" koji rukovodi cijelim spletom događaja jest univerzalno nelokalizirano "ja". Ta organizirajuća sila simultano koordinira i sinkronizira beskrajан slijed događaja. Nelokalizirani se um neprestano vraća u svoje ishodište obnavljajući sebe i svoju kreativnost tako da je uvijek svjež i mlad. Unatoč tome što namjera dolazi od pojedinačnog nelokaliziranog "ja", iz moje perspektive te iz perspektive mačka, miša, bakterija ili gostiju izgleda da namjera dolazi od naših osobnih "ja".

Svako biće bez obzira na mjesto gdje se nalazi moglo bi reći daje to njegova namjera. Svatko vjeruje da njegovo osobno "ja" pokreće stvari, no širi nam uvid u stvari govori da se svi lokalizirani umovi međusobno stvaraju i potiču na djelovanje kroz namjeru nelokaliziranog

77

..!<|

Deepak Chopra

uma. Drveće mora disati ukoliko i ja želim imati kisik. Rijeke mor; teći da bi krv u mojim žilama mogla cirkulirati. Postoji samo jedan 1 jan, izdašan, vječan, ritmičan, nedjeljiv "ja". Djeljivost je opsjena, a kalizirano "ja" doživjet će sebe istodobno i kao nelokalizirano sam« slučaju da postoji povezanost između njih. Tada počinjete osjećatL postoji samo jedno univerzalno "ja". Kada je veza ostvarena, ta možete doživjeti iskustva poput ljubavi, istine, zahvalnosti, opraštan suosjećanja, prepuštanja, mira. Oni koji

upražnjavaju molitvu, zn<sup>o</sup> za to. Veliki pjesnik Alfred, lord Tennyson jednom je rekao: "Može se postići više nego što svijet može uopće zamisliti." Molitva k<sup>o</sup> u sebi sadrži profinjenost, predanost, posvećenost, zahvalnost, su<sup>o</sup> ječajnost, omogućuje lokaliziranome "ja" da spozna svoj univerzala: oblik.

j

Ljudi su čvrsto vezani uz svoj lokalizirani, individualni, osobni "j" koji nas zasljepljuje i onemogućuje da vidimo svu veličanstvenost k<sup>o</sup> se nalazi iznad njega. Ignoriranje čini svjesnost ograničenom. Ipak, biste nešto uočili ili izdvojili, morate sve ostalo zanemariti. Na način nelokalizirano postaje lokalizirano. Kada nešto zamijetim, ta zaboravim na sve ostalo koje samim time ne nestaje, već naproti<sup>o</sup> dalje, kao i do trenutka mogega zamjećivanja, čini ono što sam izdvoj mogućim jer je sastavni dio promatranog objekta. Kada ego predst<sup>o</sup> lja "ja", promatranjem izdvajamo sam objekt, a zanemarujemo njegov univerzalni dio. Univerzalnost svega i u svemu omogućuje prorr<sup>o</sup> tranje objekta tako da ga prividno izdvoji od svega ostaloga i vidi o<sup>o</sup> "ja" koje je predstavljeno našim duhom. Povezanost ili nerazdvojnost univerzalnog i pojedinačnog ili izd<sup>o</sup> jenog ono je što čini život ne samo mogućim već i čudesnim. 4

More beskrajnih međupovezanosti stvara pjenušave valove s p<sup>o</sup> vuda razbacanim, na tren oživjelim mjehurićima koji se razigra<sup>o</sup> gađaju zrakama svjetlosti s jedinim ciljem da ponovno snažno zaroi u oceanske dubine. Postoji samo jedan vječni trenutak jedna vječi ljubav, svijest i duh koji je istodobno i promatrač i prizorište. Mi sn<sup>o</sup> mjehurići nastali na trenutak iz vala, lijepi i jedinstveni, međusobi

78

sadržani odražavajući jedan drugoga. Svi mi potječemo iz vječne ljubavi, duha ili svijesti, predodžbe univerzalnoga "ja". Unatoč tome što naša tumačenja, sjećanja i navike stvaraju iluziju jednoličnosti i ponavljanja našeg bivanja iz minute u minutu, stvarnost je potpuno drukčija. U biti našega bića postoji beskonačan broj mogućnosti koje za svoje ostvarenje trebaju samo namjeru.

Namjera je ona koja pokreće mogućnosti. Pitate li se postoji li onda idealna namjera? Što biste tražili kad bi se vaše želje mogle trenutno ispuniti? Bude li vaša namjera naginjala više osobnoj koristi, mogla bi se izgubiti sinkroniziranost između lokaliziranog i nelokaliziranog "ja". Koliko ste puta čuli nekoga da želi osvojiti dobitak na lutriji? To će se možda i dogoditi ako ispunjenje te namjere ima širi cilj od pukog zadovoljavanja osobnih ambicija poput kupovine novog automobila. Ista želja Majke Terezije imala bi veću podršku univerzalnih sila budući daje njezina namjera rezultat želje da se pomogne drugim ljudima, prije svega onima koji si nisu u stanju sami pomoći. Takvom služenju životu i opstojnosti živih bića otvorena su sva vrata na dubljim razinama. Kada lokalizirano "ja" služi namjerama nelokaliziranog "ja", ono postaje više cjelovitije prirode i samim time djelotvornije.

Za svaku namjeru koju iskažemo morali bismo se upitati: kako će ona služiti meni i svima drugima s kojima dođem u dodir? Sreća i zadovoljstvo na osobnom i zajedničkom planu učinit će da moja namjera ujedini svoja nastojanja s nelokaliziranom podrškom i tako ostvari vlastito ostvarenje. Postoje tehnike, o kojima ćemo kasnije raspravljati,

pomoću kojih možemo otkriti čistu i osobnu prirodu namjere koja predstavlja vašu sudbinu. Tehnika koja nam je u ovom trenutku najvažnija počinje na mjestu tišine i čiste svjesnosti kako bi se u vašem srcu stvorila pravilna namjera koja će povezati lokalizirano i nelokalizirano "ja" te omogućiti da se kroz vas ostvari božja volja. To je vještina kojoj sam do sada poučio mnoge i svi su se pozitivno očitovali o njezinoj djelotvornosti.

Ponekad je teško oblikovati namjeru koja ni po čemu nije u sukobu

79

i'f

Deepak Chopra

s namjerama univerzalnog. Dobar primjer za to jest nastojanje znar stvenika da zemljama u razvoju omoguće dovoljno hrane. U tom smjeru započeli su projekt pod nazivom Zlatna riža, a iza njega se krije genetički modificirana riža koja u sebi sadrži prirodnu otpornost na nametnike te je na taj način omogućen obilan prinos. Problem je nas tamo zbog nedostatka karakterističnog mirisa koji privlači različite vrste insekata važne za očuvanje i razvijanje hranjivog lanca. Ekolozi strahuju da bi pojava zlatne riže mogla poremetiti lokalni ekosustav što bi na posljetku dovelo do promjene klimatskih uvjeta i prenijelo problem na globalnu razinu. Ograničena svijest rješava probleme lokalno ne uzimajući u obzir šire posljedice njezinoga djelovanja. Univerzalna svijest jest, naprotiv, polazi od odnosa i to ne samo živih bića poput ptica i pčela, već i odnosa klimatskih uvjeta koji su ovisni o šumama, tlo i fauni nekog sustava. Stoga i dobre namjere mogu postići loše rezultate ako se zanemari širi kontekst, odnosno namjere nelokalizirane i "ja".

Namjera se ne može siliti ili "gurnuti". Ona je poput mjehura sapu koji lebdi u zraku. Njezina osjetljivost ne dopušta nikakvu grubost. Isto vrijedi za meditaciju ili spavanje. Ne možete pokušati spavati ili meditirati. Te aktivnosti zahtijevaju opuštanje te što se jače trudite bit ćete manje uspješni. Meditacija se događa, baš kao i san, a isto vrijedi i za namjeru. Što se manje uplićemo, to više možemo svjedočiti beskrajnoj energiji koju namjera sama posjeduje. Namjera u sebi sadrži sve što je potrebno da bi se ostvarila poput sjemenja koje sadrži sve sastojke da bi izraslo u drvo, cvijet ili voće. Sjemenju ne treba ništa dodavati, već ga posaditi u zemlju i osigurati mu dovoljno vlage. On će dalje sve učiniti samo bez trunke moje pomoći.

Namjera je sjemenka posađena u svijest ili duh. Obratite pozornost i uočite kako njezina nastojanja, kroz istodobno uređivanje bezbroj stvari, idu u smjeru vlastitog ostvarenja.

:

Namjere stvaraju podudarnosti. One su razlogom ostvarivanja onoga o čemu razmišljate. Zbog njih se događaju iznenadna povlačenja bolesti, odnosno ozdravljenja neke osobe. Namjera rukovodi sa svim

80

Spontano ispunjenje želja

što se stvara u svemiru i mi kao ljudska bića kroz namjere imamo sposobnost raditi pozitivne promjene u našim životima. Zašto onda ne iskoristimo tu sposobnost kad je



već posjedujemo? Zato što se zagubila u trenutku kada smo zamišljenom slikom o nama prekrili naše pravo ja i zamijenili ga za ego.

Odvajanje, odnosno shvaćanje da je moje "ja" odvojeno od tvog "ja" započinje u dobi od dvije ili tri godine. Tada dijete počinje razlikovati "ja" i "moje" i njihovu negaciju. To razlikovanje stvara tjeskobu. U stvarnosti svijet nije odvojen od nas, već je dio kontinuirane svjesnosti. Namjera djeluje tako da usklađuje stvaralačke sile u svemiru na način koji će je dovesti do vlastitog ostvarenja. To se zove kreativnost svemira i jednako je prisutna baš kao i ona ljudska. Svemir je živ i svjestan i izlazi u susret našim namjerama svaki put kad postignemo onaj stupanj intimnosti u kojoj ga prihvaćamo kao proširen dio svojega tijela.

Moć namjere u nama možemo obnoviti ako se vratimo istinskom sebi, odnosno ako postignemo samoostvarenje. Oni koji to postignu, ponovno postaju povezani s nelokaliziranim umom. Gube želju za manipulacijom i kontrolom. Imuni su na kritike i dodvoravanje. Ne smatraju se ni od koga potlačeni niti su kome nadređeni. Referentnu točku ne čini više ego, već duša. Nestankom ega nestaje i tjeskoba kao nešto čime se ego štiti. Tjeskoba je stalni neprijatelj spontanosti namjere koja predstavlja način na koji se duh pretvara u materiju.

Zrela duhovnost zahtijeva razboritu svjesnost. Ako ste mirni i staloženi, spremni ste za suradnju i istodobno imuni na kritiku i laskanje. Učite kakopustiti stvari i kako prestati brinuti o posljedicama. Vaš stav ispunjenje povjerenjem i počinjete primjećivati sinkroniziranost stvari koje vas okružuju. Namjera potiče prilike i mi moramo biti spremni prepoznati ih i znati kako ih iskoristiti.

Uvijek kada djelujete, zauzmite stav da niste vi taj koji izvodi neku akciju, već da to radi nelokalizirana inteligencija, odnosno univerzalni duh. Takav stav dovest će do smanjenja tjeskobe i manje ćete pozornosti obraćati na sam rezultat.

Jedan vid tjeskobe jest i stres. Ako ste pod stresom, tada ne možete

81

Deepak Chopra

ni započeti razmišljati o sinkronicitetu. Sinkronicitet je način kai doći u dodir s Bogom. To je put do smisla i svrhe vašega života. I moću toga spoznajemo ljubav i suosjećanje. To je način na koji povezujemo s nelokaliziranom inteligencijom svemira. U slučaju da moja pozornost usmjerena na neku stresnu situaciju, malo je vjei jatno da ćemo postići stanje sinkroniziranosti. Ono se postiže tako se predate u ruke svemirskih prostranstava koja dostižu veličine r zamislive ljudskom umu. Kad kažem "predati se", mislim na dos žanje onoga stupnja vjere koji vam daje hrabrost da skočite u r poznato. Vjeru možete početi graditi sljedećim unutarnjim dijalogoi "Stvari se ne odvijaju na način kako bih ja htio. Stoga ću ih prepust da idu svojim tokom. Na taj način morat će se mijenjati i moj odn prema 'ja i sebi'". Ostvarite li taj čin vjere, bit ćete nagrađeni. Zate nete li sebe kako zabrinuto razmišljate o računima koji će sljedeć mjeseca doći na naplatu, bilo bi lijepo od vas da se podsjetite kako va namjera nije samo ispunjenje osobnih potreba, već i potreba drugi Neke od njih su obiteljskog karaktera poput školovanja djece, a ne su od društvenog značenja kao što je doprinos razvoju zajednice, ljudskoj je prirodi da teži

ostvarenju tih ciljeva, no sama težnja nije c voljna. Ciljevi se moraju jasno postaviti, a želju za ispunjenjem tre čvrsto izraziti. Na taj način predajemo naše opredjeljenje u ru beskrajnog uma sa sljedećim riječima: "Stavljam sve svoje namjere tvoju nadležnost. Neću sebe mučiti brigama jer ćeš se ti, nelokali rana inteligenciju koja prebivaš u meni, pobrinuti da se one ostvan Veliki umjetnici, jazzglazbenici, pisci te znanstvenici govore prekoračivanju njihovih individualnosti za vrijeme stvaranja. Rad sam s mnogim glazbenicima, ali još ni od jednog nisam čuo da vrijeme pisanja pjesama razmišlja o prihodu od autorskih prava. ] sanje pjesme zahtijeva odvajanje od svakidašnjice i rutine. Ono za tijeve od pisca da se ugnijezdi u području nelokaliziranog i da na i način dopusti da pjesma sama dođe k njemu. Svi stvaralački proc< ovise o toj fazi inkubacije i otvorenosti našeg uma. U tom konteks sinkronizacija je također stvaralački proces, a stvaralački um u ove

Spontano ispunjenje želja

slučaju je sam svemir. Kada brige nestanu, nelokalizirana inteligencija stupa na scenu. Imajte na umu da vaše misli ne smiju biti u sukobu s planom na razini univerzuma. Želja za dobitkom na lutriji može povećati osjećaj odvojenosti od svemira. česta su otuđenja dobitnika od obitelji, prijatelja ili rodbine. Kada novac sam za sebe postane cilj, proces otuđivanja je neizbježan.

Kako znate koja namjera ima veću vjerojatnost da se ispuni? Odgovor leži u pažljivom promatranju znamenja i znakova koji dolaze iz područja nelokalizirane inteligencije. Promatrajte podudarnosti u životu. Podudarnosti su poruke. To su znakovi od Boga ili duha ili nelokalizirane stvarnosti koje vas tjeraju da prodrete izvan karmicke uvjetovanosti te da napustite uobičajene obrasce razmišljanja. Nude vam priliku da uđete u područje svjesnosti gdje ćete se osjećati voljenim i zbrinutim od strane beskrajne inteligencije čije ste i sami dijete. Duhovne tradicije takav događaj nazivaju stanjem zahvalnosti.

Illoga podudarnosti

ovoriti o podudarnostima kao o kodiranim porukama koje nan šalje nelokalizirana inteligencija čini naš život pričom iz miste rionog romana. Obratite pozornost, uočite znakove, odgonet nite zagonetke i na kraju otkrijte istinu. U mnogim slučajevima to j< pravilan put. Konačno, život i jest prije svega misterij.

Ono što život čini misterioznim jest sudbina koja ostaje skrivena p; tek na kraju života imamo pregled puta koji smo slijedili. Kad živo promatramo unazad, čini nam se logičan. Lako možemo slijediti ni na koju smo nanizali sva naša životna iskustva. čak i sad, u bilo koju dobi da jeste, lako se možete okrenuti i pogledati rijeku svog života Kako se razdoblja prelijevaju jedno u drugo, kako se završeci jednit poslova poklapaju s počecima drugih te kako prelazite iz jednih život nih okolnosti u druge. Pokušajte zamijetiti kako bi sve te promjene bile lagane samo da ste znali svoj put unaprijed.

Većina ljudi gledajuć

Spontano ispunjenje želja

na prošlost zna reći: "Zbog čega sam se toliko brinuo? Zašto nisam bio barem malo blaži prema sebi i obitelji?"

Kada bismo bili u mogućnosti cijelo vrijeme živjeti na razini duše, tada ne bismo trebali čekati zadnji trenutak života da se suočimo s velikim životnim istinama. Znali bismo ih unaprijed. Put bi bio vidljivo iscrtan i ne bi nam trebali putokazi, znakovi ili podudarnosti. Nažalost, većina nas ne živi na toj razini pa su nam podudarnosti potrebne jer nam pokazuju volju svemira. Svi smo mi dosad iskusili podudarnosti u našem životu. Značenje riječi može se izvesti i iz njezine tvorbe. Koincidencija se može rastaviti na kosu i incidencijadogađanje. Na taj način dobijemo sudogađanje ili sudogađaj. Dakle riječ označava pojavu nekog događaja zajedno s drugim događajima u isto vrijeme. Budući daje iskustvo sudogađanja opća i česta pojava, većina ljudi ga uzima zdravo za gotovo kao životnu zanimljivost ponekad zadivljujućeg, ali uvijek kratkotrajnog utiska. Podudarnosti su mnogo više od puke zabave za čovječanstvo. One su izraz volje koje nam šalje univerzum i stoga ih je prepun. Neki ljudi koriste izraz "znakovita podudarnost" da bi istovremena događanja ili podudarnosti opisali kao nešto što ima posebno značenje za osobu koja ih je iskusila. Moje je mišljenje da je riječ znakovita u izrazu "znakovita podudarnost" suvišna budući je sama pojava podudarnosti već sama po sebi znakovita. Da nije znakovita, podudarnost se ne bi niti pojavila. Sama činjenica da se podudarnost pojavila već je dovoljno znakovita. Razlika je samo u tome što smo ponekad sposobni uočiti njezino značenje, a ponekad nismo.

Što je značenje neke podudarnosti? Dublji dijelovi vaše osobnosti to znaju, ali to znanje je potrebno izvući na površinu. Značenje ne izlazi iz same podudarnosti. Značenje izlazi iz vas, iz osobe koja proživljava neko iskustvo. Zapravo, bez našeg sudjelovanja svaki bi događaj u osnovi bio beznačajan, baš poput cijelog svemira. Mi smo oni koji događajima daju značenje, a to činimo kroz naše namjere. Podudarnosti su poruke nelokalizirane stvarnosti koja nas vodi u smjeru ostvarenja naših težnji i snova.

85

Deepak Chopra

Imati namjeru je lako. To je kao da nekome zaželite nešto. Ono što nije lako jest postignuće veće duhovnosti. Mnogi koji vjeruju u svoji duhovnost još uvijek tapkaju u mraku tražeći duhovnu silu. Umjesto da zarone u oceanske dubine, oni stalno plivaju uzduž i poprijeko.

čuda u stvarnom svijetu :

čuda su stvarne pojave. Sve tradicije ističu postojanje čuda, ali svaka od njih koristi svoj vlastiti jezik. Općenito govoreći, čudom srna tramo događaj kada se željeni ishod očituje na dramatičan, uzbudljiv način. Želje mogu ići u smjeru tjelesnog ozdravljenja, stjecanja bogatstva, stjecanja duhovnosti ili spoznaje smisla života. Kad se ti događaji doista pojave, zatečeni i široko otvorenih usta izgovaramo riječi poput; "Oh, kakvo čudo!". Netko ima želju, težnju ili namjeru i ona se ostvari, čudo je dramatičan primjer onoga što se događa kada zademo u duhovno područje u kojem, iskazujući određenu namjeru, očitujemo pravac vlastite sudbine.

Dopustite da vam ispričam jedan primjer. David je bio zaljubljen u ženu po imenu Joanna. Iako do ušiju zaljubljen, David nije vjerovao u predanost i brak. Nakon nekog vremena, na izletu, konačno je odlučio zaprositi Joannu. Nije bio siguran da to želi, ali

odluka je bila konačna. Tog dana pred izlet imao je vrlo dobar osjećaj. Bio je vrlo miran. Sve je pripremio: od hrane do deke za ležanje i bio je vrlo zadovoljan. Kad su već bili nadomak parka, David je započeo razgovor o mogućoj zajedničkoj budućnosti. Taman se spremao da izusti sudbonosno pitanje kad gaje prekinula buka zrakoplova koji je prelijetao točno iznad njihovih glava. Joanna je podigla glavu i ugledala kako zrakoplov vuče vijoreći natpis za sobom. "Nikako ne mogu pročitati što piše!?" rekla je i dalje pokušavajući pročitati cijeli natpis. David nije ni pogledao prema gore već je ispalio: "Joanna, hoćeš li se udati za mene?" Joanna gaje pogledala u nevjerici. Oboje su gledali prema gore i gle čuda, natpis je odgovarao Davidovim riječima. Pali su jedno drugome u zagrljaj osjećajući istodobno zaprepaštenje i sreću. David je bio siguran da je

86

Spontano ispunjenje želja

učinio pravu stvar. Sljedećeg su dana čitali u novinama kako je netko zaprosio neku drugu Joannu točno u trenutku kad je to učinio i David. Ta nevjerojatna podudarnost bila je ključna za Davidovu odluku oko budućnosti. Nisu pogriješili jer još i dandanas žive sretno.

Ljudi koji nisu skloni duhovnosti pripisuju ovakve događaje sreći. Osobno vjerujem da sreća, onako kako je uobičajeno smatramo, nema veze s time. Ono što većina ljudi naziva srećom nije ni manje ni više nego djelovanje sinkroniciteta u smjeru ostvarenja naših namjera. Louis Pasteur, znanstvenik koji je prikazao mikrobe kao moguće uzročnike bolesti, je rekao: "Prilike nagrađuju pripremljen um." To se može pretvoriti u jednostavnu jednadžbu: prilika + pripremljenost = dobra sreća. U potpunosti je moguće, kroz poduke o sinkrosudbini, dovesti um u stanje potrebne pripremljenosti u kojoj ćete vidjeti da u životu doista postoje trenuci kad su vam prilike sklone. Kada ih uočite te se pozabavite njima, moguće je promijeniti sve. Sreća je riječ koja se u modernom svijetu koristi kako bi se opisalo čudo.

Podudarnosti sa značenjem, sinkronicitet, čudo, sreća, sve su to imena za jedan te isti fenomen. Kao što smo vidjeli, inteligencija tijela očituje se kroz podudarnosti i sinkronicitet. Šira inteligencija prirode i ekosustava također djeluje kroz podudarnosti i sinkronicitet jednako kao i temeljna inteligencija svemira.

Kada na podudarnosti gledate kao na životne prilike, tada svaka podudarnost dobiva neko značenje. Svaka podudarnost postaje prilika za kreativnost i svaku možete iskoristiti kako biste postali upravo ono što vam je svemir namijenio.

To je temeljna istina sinkrosudbine: ukupnost svemira urotila se kako bi skrojila vašu osobnu sudbinu, a da bi to postigla koristi se s neuzročnim nelokaliziranim vezama.

Kakve su to veze?

Razmotrimo li sva različita događanja tijekom života, vidjet ćemo da su na dubljoj razini povijesne niti svih tih događaja međusobno isprepletene tkalačkim strojem koji nazivamo vlastita sudbina. Neuzročnost znači da su događaji povezani jedan s drugim, ali ne po površinski vidljivom načelu uzroka i posljedice. Vratimo li se na prvo

87

Deepak Chopra

poglavlje gdje sam opisao svoje djetinjstvo, mogli bismo postaviti pi tanje kakve veze ima naklonost gospođe Mountbatten prema mojem ocu s mojim proučavanjem radova Sinclaira Lewisa ili pak s priateljstvom između mene i Oppa? Nema druge očite veze niti objašnjenja osim da su sve to dijelovi moje povijesti koja me je dovela do moje osobne sudbine. Niti jedan od spomenutih događaja nije izravno doveo do pojave ovog drugog. Gospođa Mountbatten nije naredila ma mojem ocu da mi pokaže knjige Sinclaira Lewisa, a ipak su ta dva događaja zajedno oblikovala moju sudbinu. Svi su ti događaji bili povezani na dubljoj razini.

Mi nismo sposobni zamisliti svu zamršenost sila koje djeluju iz svakog događaja u našim životima. Postoji urota podudarnosti čija je namjera ispreplesti mrežu karme ili sudbine i na taj način stvoriti osobni, individualni život moj ili vaš. Jedini razlog koji nam onemogućuje iskustvo sinkroniciteta u svakidašnjem životu jest taj što ne živimo na razini gdje se to događa. Naša uobičajena iskustva temelje se na uzročnopsljudičnim događajima. Ovo uzrokuje to, to uzrokuje ono koje pak uzrokuje nešto treće i tako od događaja do događaja. Ispod tog površinskog viđenja nalazi se gusto isprepletana mreža različitih veza među događajima.

Što više postajemo svjesni postojanja takve mreže, to ćemo prije uočiti isprepletenost naših namjera s njom, koja svojom obuhvatnošću uvelike prelazi događanja temeljena na našim površinskim iskustvima.

~\

Vrlo često zapadamo u rutinu svakidašnjice ponavljajući iste stvari iz dana u dan. Jednostavno ugodimo naš mentalni sklop na određeni način i nastavljamo tim smjerom cijelo vrijeme. Kako možemo žurni; jetiti čudesno u životu kada marširamo kroz njega zatvorenog uma ne obraćajući pozornost na okolinu? Podudarnosti su nalik na neobične; zanimljivosti koje susrećemo uz cestu privlačeći snažno našu pozornost prema nečem važnom u životu. To su bljeskovi koji odvrću pozornost na način drukčiji od svakidašnjeg. Možemo odlučiti ne zamijetiti ih te žureći nastaviti svojim putem ili pak stati i dopustiti sebi]

88

Spontano ispunjenje želja  
doživljaj čudesnoga što čeka na nas.

Kad sam završavao medicinu, znao sam da želim raditi na području neuroendokrinologije proučavajući kemijsko ponašanje ljudskog mentalnog sklopa. Već tada sam mogao naslutiti da je to mjesto gdje se sastaju znanost i svijest. Želja mi je bila to istražiti. Dao sam molbu za rad u timu kojeg je predvodio jedan od najpoznatijih endokrinologa. To je bio znanstvenik koji je radio samo na vrhunskim projektima uvijek konkurirajući za Nobelovu nagradu. Od više tisuća kandidata samo nas je šest bilo primljenih. Bio sam ushićen i pun radne energije. Ipak, ubrzo nakon početka shvatio sam da je njegov laboratorij više služio za zadovoljavanje ega nego za stvarni znanstveni rad. Nas su tretirali kao strojeve za proizvodnju znanstvenih publikacija i ostale papirologije. Bilo je to veliko razočaranje raditi s nekim tako poznatim i imati priliku učiti, a opet osjećati se zbog svega toga užasno nesretnim. Mjesto sam prihvatio

s velikim idealizmom, a završio sam tako što sam po cijele dane uštrcavao kemikalije u nesretne glodavce.

Svakog sam dana proučavao natječaje u dnevnim novinama, svjestan vlastitog razočaranja, ali opet uvjeren daje to jedini put da dođem do onoga što želim. Sjećam se sitno ispisanog natječaja za voditelja neke lokalne hitne službe. U stvari, svakog bi mi dana taj natječaj nekako zapeo za oko. čak i ako bih samo proletio novinama, nekako se događalo da baš otvorim stranicu s tim natječajem. Pogledao bih ga i brzo izbacio iz misli. Duboko u sebi mogao sam se zamisliti u ulozi voditelja hitne službe pomažući ljudima umjesto da punim štakore kemikalijama, ali to se nikako nije uklapalo u moju zamisao da radim u timu vrhunskih stručnjaka predvođenih glasovitim učenjakom. Jednoga dana taj mi je isti znanstvenik pristupio i prozvao me na vrlo neugodan i ponižavajući način. Posvađali smo se i ja sam otišao u predvorje kako bih se smirio. Na stolu su stajale dnevne novine otvorene na stranici gdje je bio natječaj za voditelja hitne službe koji sam već tjednima odbacivao kao mogućnost. U tom trenutku donio sam odluku. Konačno sam priznao sam sebi da sam na krivom mjestu i da

89

Deepak Chopra

radim krive stvari. Bio sam sit rutinskih poslova, raznih egoističnih i pova, glodavaca i još k tome potpuno nesretan s onim što sam radio. I tog sam trenutka otišao do njegovog ureda i dao otkaz. čovjek je izleti za mnom vrišteći od bijesa i prijeteći mi kako će se pobrinuti da rr. više nitko ne zaposli. Još mi je njegovo vrištanje zvonilo u ušima ka sam ušao u prostorije hitne službe tražeći namještenje. Počeo sam r diti istog dana i odmah me preplavio dobar osjećaj kojeg nisam bi svjestan dugo vremena. Natječaj u novinama dugo me je pozivao, noj sam ga nemilice odbijao. Napokon sam prepoznao podudarnost i 01 lućio promijeniti vlastitu sudbinu. Unatoč tome što je rad u laboratoriju bio nešto čemu sam težio cijeli život, prihvaćanjem mjesta u hitni službi razbio sam obrazac ponašanja. Bila je to poruka namijenjen samo meni, znak pokraj ceste kojom sam išao. Sve što sam uradio d tog trenutka bila je priprema za promjenu. Neki ljudi smatraju daj endokrinologija kao posebno udruženje pogrešno samo po sebi. Ipa] da nije bilo toga, možda ne bih došao u Boston i ne bih doznao za na jecaj za voditelja hitne službe. Ne bih možda nikad prepoznao z kakvim poslom teži moje srce. Bezbroj se detalja moralo poklopiti namjeri da se ovaj dio mojega života dogodi na ovakav način. |

Moj omiljeni pjesnik i filozof Rumi rekao bi sljedeće: "To nij stvarna stvarnost. Stvarnost je iza zavjesa. U stvarnosti mi nism ovdje. To je naša sjena." Ono što smatramo svakidašnjom stvarnošć puka je igra sjene. Iza zavjese se nalazi duša: živuća, energična; besmrtna, izvan dosega vremena i prostora. Djelujući s te razine možemo svjesno utjecati na vlastitu sudbinu. To se postiže kroz sini ronizaciju naoko nepovezanih događaja kako bi sudbinu smjestili željeni kalup. Drugim riječima, da dobijemo sinkrosudbinu. U sinkrc sudbini svjesno sudjelujemo u stvaranju vlastitoga života razumijeva jući svijet izvan uobičajenog iskustva, odnosno svijet duše. .1

Podudarnost svemira

Ništa, baš ništa ne bi postojalo da se nije radilo 0 nevjerojatnon

Spontano ispunjenje želja

slučaju podudarnosti. čitao sam članak jednog fizičara u kojem opisuje veliki prasak, trenutak kad je rođen svemir kakvog vidimo. U tom djeliću vremena postojalo je nešto više čestica nego antičestica. Tada je došlo do poništenja parova i do emisije fotona. Zbog neravnoteže u broju ostalo je nešto neuparenih čestica. Njihov broj iznosio je otprilike 1 iza kojega slijedi osamdeset nula, dakle deset na osamdesetu. Daje broj preostalih čestica bio samo malo veći, došlo bi do kolapsa čestica u tijelo beskonačne gustoće koju nazivamo crna rupa. S druge strane, daje broj bio manji, širenje svemira bilo bi toliko brzo da ne bi došlo do stvaranja čvrstih oblika.

Prvi stvoreni atomi bili su atomi vodika. Ukoliko bi snažna sila koja drži jezgru atoma bila za vrlo mali postotak manja, vodik ne bi mogao prijeći u stanje deuterija, koje je prijelazno stanje vodika u helij i sve bi stalo na vodik. Suprotno, u slučaju prejake sile vodik bi naglo izgorio ostavljajući tijela poput zvijezda bez potrebne energije. Sile poput gravitacijske ili pak elektromagnetske moraju ostati upravo takve kakve jesu, ni manje ni veće jakosti kako bi zvijezde postale supernove i da bi došlo do nastanka težih elemenata.

Mnoge su podudarnosti morale biti usklađene kako bi nastali prvi atomi ugljika i kisika, presudnih elemenata za nastanak bioloških organizama. Te podudarnosti održale su se do današnjega dana, a dokaz toga smo svi mi, odnosno naše postojanje. Općenito vrijedi daje vjerojatnost postanka svemira kakvog poznajemo danas vrlo mala i da je zapravo svemir gotovo nevjerojatan skup podudarnosti. čudo od samoga početka pa sve do danas.

Da ste u bilo kojem vremenskom trenutku bacili pogled na svemir, ne biste mogli vidjeti cjelovit obrazac njegovog razvoja. Kad su se rađale prve zvijezde, niste ni mogli zamisliti planete, a da ne govorimo o žirafama, paucima, pticama, ljudima. Kad je muška stanica oplodila jajašce u procesu stvaranja vas samih, nitko nije mogao reći kakva će fantastična životna priča nastati iz te oplodnje. Koliko uspona i padova vas čeka, koliko stvorenih i raskinutih veza, koliko ljubavi, djece koje ćete odgojiti, trag koji ćete ostaviti na Zemlji. A opet ste tu, živi

Deepak Chopra

dokaz svakidašnjeg čuda. Mnogi će to smatrati svakidašnjicom jer 2 njih je čudo mađioničarski trik ili nešto slično. Ipak, čuda se staln događaju samo što za neka treba proći više vremena da bi se otkrila cijenila.

Evo još jednog primjera iz mog života koji zorno pokazuje kako j sinkronicitet ponekad vrlo spor i dugotrajan. Sve je počelo kad sai imao deset ili jedanaest godina. Tada je mojega brata i mene ota poveo na utakmicu kriketa između momčadi Indije i zapadne Indijt Karipske zemlje imale su izvrsne igrače. Neki od njih bili su u stanj baciti lopticu oko stotinu šezdeset kilometara na sat. Momčad z; padne Indije igrala je vrlo loše i bila je na rubu katastrofalnog poraz; U jednom trenutku, na strani Zapadne Indije u igru su ušla dvojic mladih igrača koje ću radi zaštite privatnosti nazvati Saleem i Mohan. Njihovim ulaskom napravljen je čudesan preokret, a oni sami igraji su fantastično. Uspjeli su obraniti sve napade i istodobno napadati^ maksimalnim učinkom. Na kraju je

zapadna Indija pobijedila što s činilo sasvim nemogućim. Cijeli se stadion tresao od oduševljenja gle datelja. Za mene i brata ta su dvojica mladića bili heroji. Zbog njih smo osnovali klub kriketa i otvorili poseban album u kojem sm skupljali sve što bi našli o Saleemu i Mohanu.

i

četrdeset godina kasnije nalazio sam se s još tri prijatelja u Aus traliji. Nismo mogli uhvatiti taksi kako bismo došli do zračne luke. S\ do jednog bili su zauzeti. Naime, toga se dana igrala kriket utakmica h među Australije i Zapadne Indije što je u gradu stvorilo neopisivi gužvu. Nismo mogli unajmiti čak ni auto. Tada smo dobili informaciji da jedna limuzina upravo kreće prema zračnoj luci i da ima mjesta i z; nas. Osjećali smo se pravim sretnicima. Unutra se nalazila žena zvan; Kamala i još jedan muškarac. Vozeći se prema aerodromu, svako mal< začuli bismo vrištanje iz vozačeve kabine. Pitali smo ga što se napriet događa. Rekao nam je da Zapadna Indija uvjerljivo vodi protiv Aus tralije u kriketu. U tom trenutku moje su misli odlutale na utakmici kriketa u ranoj mladosti. Osjećaj je bio toliko jak da sam ga morao is pričati svojim suputnicima. Sjećao sam se svih detalja makar se utak

Spontano ispunjenje želja

mica odigrala desetljećima ranije.

Kad smo stigli u zračnu luku, službenik je kod provjere karata rekao Kamali da je njezin let planiran tek sutra poslijepodne. Kamala je cijeli jedan dan uranila. Na njezin upit ima li mjesta za današnji let dobila je niječni odgovor. Isto sujoj rekli kad je htjela produžiti boravak u hotelu za još jedan dan. Zbog utakmice soba je odmah bila rasprodana. Mi smo joj tada predložili da oputuje s nama u Brisbane. Moj joj je prijatelj usput natuknuo nešto poput toga kako se ponekad nevjerovatne stvari znaju urotiti kako bi se ostvarila volja svemira. Prihvatila je naš prijedlog. U zrakoplovu je meni slijeva sjedio Indijac. Prepoznavši me, izvukao je knjigu Sedam duhovnih zakona uspjeha kako bih mu napisao posvetu. Na moj upit rekao je da se zove Ramu. "U redu, Ramu", rekao sam. "A kako glasi vaše prezime?" "Menon", odgovorio je kratko. "Niste valjda sin Mohana Menona?" upitao sam ga s nevjericom u glasu. Odgovorio je potvrdno. Mohan Menon bio je prije mnogo godina moj i bratov heroj kriketa. Razgovarali smo dva sata bez prestanka. Bio sam potpuno preplavljen emocijama. Rekao mi je da je i sam bio igrač kriketa te da je igrao s mnogim poznatim igračima. Spomenuo je igrača Ravi Mehra na stoje Kamala poskočila od iznenađenja. Ravi Mehra bio je njezin brat. Tijekom razgovora shvatili su da mogu ostvariti zajednički poslovni interes iz kojeg oboje mogu dobro zaraditi. Ja sam pak bio u ulozi sretnika koji je pomogao da dvoje ljudi, do malo prije potpuni stranci, preusmjere svoje živote novonastalim poznanstvom. Događaj od prije četrdeset godina, uz pomoć kompleksne i nepredvidljive mreže odnosa, omogućio je pojavu novih prilika i zamisli. Nikad ne znate kako i kada će neko prošlo iskustvo ponovno oživjeti. Isto tako ne možete znati kada podudarnosti vode do prilike života.

Pozornost i namjera

Svjesnost usmjerava svoju aktivnost u odnosu na pozornost i namjeru. Kada na nešto usmjerite pozornost, to postaje ispunjeno energi



Deepak Chopra

jom. Ono što prestaje biti predmetom pozornosti, energetski iščezava. Dosad smo naučili da je namjera ona koja dovodi do promjene. Možemo reći da je pozornost ono što aktivira polje energije, dok je namjera ono što aktivira polje informacije.

•

Svakom svojom riječju vi odašiljete informacije kroz polje energije koristeći se zvučnim valovima. Svaki put kad pošaljete ili primite po ruku putem elektroničke pošte, koristite se i energetskim poljem i po ljem informacije. Informacija se nalazi u riječi koju koristite, a energija u elektromagnetskom impulsu koji putuje elektroničkim medijem kao stoji Internet. To dvoje je neraskidivo povezano.

Jeste li ikad primijetili da kada obratite pozornost na neku stvar, boju ili riječ, odjednom se učestalost pojavljivanja toga predmeta naglo poveća? Moj prvi auto bio je Volkswagen tipa Beetle. Automobili nikada nisu naročito zaokupljali moju pozornost, no nakon kupnje Beetlea stvar se naglo promijenila. Svuda naokolo počeo sam primjećivati Beetle automobile, pogotovo one crvene boje. Činilo se daje svaki treći automobil Beetle. Dakako, nije se radilo o naglo povećanom udjelu tog automobila u ukupnoj slici voznog parka niti je Beetle dobio važniju ulogu na planetarnoj razini. Zbog povećane pozornosti na Beetle sve sam više stvari, koje prije nisam primjećivao, sada dovodio u vezu s mojim automobilom bilo da se radilo o istoj boji, obliku ili nekoj drugoj sličnosti.

Milijun stvari se dogodi svakoga dana, a da mi toga uopće nismo svjesni. Buka s ulice, razgovor ljudi oko nas, novinski članci preko kojih naše oči brzo prelijeću, načini odijevanja, boje cipela, mirisi, natpisi, okusi i mnoštvo drugih stvari. Naša svijest može istodobno obrađivati samo određen broj informacija. Pozornost je ono što čini odabir informacija koje ćemo uzeti u obzir. Što god da to jest, proći će kroz naš um. Zamislite, primjerice, da razgovaram s vama na nekoj zabavi.; Naš nas je razgovor toliko zaokupio daje od zabave ostala tek pozadini ska buka. Tada odjednom začujete kako je netko izgovorio vaše ime. U istom trenutku vaša se pozornost usmjerava u pravcu odakle ste čulij glas. Pozadinska buka se naglo stišava, a moj glas nećete čuti makari

94

Spontano ispunjenje žejja

vam se derao u uho. Toliko je velika moć pozornosti.

U stvarnom svijetu postoji mnogo načina na koji možemo pribaviti informacije. Pomoću televizije, radioaparata, telefona, mobitela, raznih radioveza te ostalih čuda tehnike u mogućnosti smo zatražiti i dobiti informaciju. Jednostavno uzmete pogodni prijemni sustav i uđete u polje informacija uzimajući, kušajući te ispitujući stvari koje vas okružuju. No želite li na isti način ući u polje informacija duše, potreban vam je drukčiji pristup.

U normalnim okolnostima mi nismo u stanju usmjeriti pozornost na stvari iz viših dimenzija iako su tamo korijeni svega što se događa u nama poznatom svijetu. Tamo je sve povezano sa svim ostalim. I dok se u duhovnom svijetu te veze sasvim lijepo vide, u materijalnom se svijetu stvarnost očituje tek kroz kratkotrajne bljeskove koje nazivamo podudarnosti. Obraćanjem pozornosti na njih stvaramo energiju, a namjerom stvorenu

energiju oblikujemo. Pozornost i namjera dva su osnovna alata u rukama onoga tko želi proniknuti u duhovni svijet. To su okidači kojima pokrećemo proces stvaranja određene energije i proces stvaranja određenih informacija.

Što veću pozornost obraćate na podudarnosti, to ćete ih i više privlačiti te biti vještiji u razjašnjavanju njihovih značenja. Obraćanje pozornosti na neku podudarnost privlači energiju, a postavljanje pitanja: "Što to znači?", privlači informacije. Odgovor može doći kroz neku zamisao ili intuiciju. Iznenadni susret ili nova veza također mogu biti načini na koji ćemo dobiti odgovor.

Može vam se dogoditi da tijekom dana doživite nekoliko naoko nepovezanih događaja i tek na večer, gledajući televiziju, vaš um pohodi neka nova zamisao. "Aha!" uskliknut ćete u sebi povezujući događanja proteklog dana u logičnu cjelinu. Vještina prepoznavanja podudarnosti, kao i moć tumačenja istih, postiže se povećanom pozornošću i istraživanjem. Kada se jednom izvježbate u tome, to će postati vaš put ispunjenja.

Ljudsko iskustvo razlikuje prošlost od budućnosti. Prošlost se doživljava kroz sjećanja, a budućnost kroz maštu, odnosno moć zamiš

95

Deepak Chopra

ljanja. Na razini duhovnog nema ni prošlosti ni budućnosti, a niti bil kojeg drugog vremenskog oblika. Sve postoji istodobno. To je popi glazbenog CDa. Na nosaču zvuka postoji dvadeset pet pjesama, ali j trenutno slušam prvu. To naravno ne znači da ostalih pjesama nemj Stvar je u tome da ih ja ne čujem. Pomoću tipke za mijenjanje mog pustiti bilo koju pjesmu. Kad bismo imali takvu tipku kojom bistri mogli prebacivati naša životna iskustva, "slušanje" prošlosti ili bt dučnosti ne bi predstavljalo nikakav problem. Ljudi koji su sposobr doprijeti do većih dubina unutar njih samih to mogu jer njihovo jastv nije odvojeno od univerzuma. Budisti kažu da je jastvo unutarne bić povezano sa svime što postoji. Vi ste neraskidivi dio kozmičke kvantn juhe.

Značajna podudarnost

}

i

Do sada smo naučili da obraćanjem pozornosti na podudarnosi povećavamo učestalost njihovih pojava, dok namjerom otkrivam značenja tih podudarnosti. Na taj način podudarnosti postaju ključ n zumijevanja volje svemira i sinkroniciteta koji u njemu vlada ome gućujući nam da iskoristimo brojne prilike koje nam život pruža Problem koji se ovdje javlja jest kako u moru informacija prepoznal one prave. Kako odvratiti pozornost od svake kapljice čaja koji ispi jamo, od svake televizijske reklame, od tisuću lica koje dnevno sus rećemo na ulici, a da ne propustimo vrijedne prilike koje nam se i životu nude?

Na to pitanje nema jednostavnog odgovora. Dio naučavanja sinkrc sudbine jest i postizanje stanja u kojem tijelo postaje istančan instru ment osjetljiv na događaje iz okoline. Sada na trenutak zatvorite oči Pokušajte osjetiti što se sve nalazi u vašoj okolini. Kakve zvukove ču jete? Kakve mirise, kakve okuse osjećate? Kakvi vas osjećaji zao kupljaju? Pokušajte odvojiti svaki osjet zasebno i obratiti pozornost ni svakog

pojedinačno. Budite svjesni svakog od njih.

Ukoliko se prvi put susrećete s ovakvom vrstom vježbe, vjerojatne

Spontano ispunjenje želja

ćete mnoge stvari koje vas okružuju propustiti ili tek jedva zamijetiti. To nije stoga što su one nejasne, već smo toliko navikli na njih da ih više uopće ne zamjećujemo. Na primjer, što ste osjećali? Kolika je bila temperatura? Jeste li osjećali kakvo gibanje zraka ili je sve bilo potpuno mirno? Koji je dio vašega tijela dodirivao stolicu? Jeste li osjećali veći pritisak u bedrima ili u donjem dijelu leđa? Jeste li zamijetili kakve zvukove? Većina će lako čuti udaljeni lavež psa ili dječji žamor u susjednoj prostoriji, ali što je sa zvukovima profinjenije prirode? čujete li sagorijevanje plina u peći? Lagano šištanje zraka u ventilacijskom sustavu? čujete li vlastiti dah ili krčanje u trbuhu? čujete li prigušene zvukove s udaljenog prometnog raskrižja?

Ljudi osjetljivi na takve podražaje i događaje prepoznat će i podudarnosti koje stvara svemir. Za ključ razumijevanja neće uvijek biti dovoljno otvoriti poštansku omotnicu ili pak upaliti televizor (makar se i to može dogoditi). Razumijevanje može doći u obliku mirisa dima iz lule koji je slučajno ušao kroz otvoren prozor i podsjetio vas na oca, odnosno na knjigu koju je on volio, a koja na neki način može odigrati važnu ulogu u vašem daljnjem životu.

Barem jednom dnevno obratite pozornost na jedno od pet osjetila (vid, sluh, okus, opip, miris) i dopustite sebi zamijetiti što je moguće više različitih načina na koje se ono očituje. Na početku ćete morati uložiti podosta napora da biste to postigli, no s vremenom će vam to postati prirodno. Prigušite ostala osjetila ako smatrate da vam previše smetaju. Na primjer, dok jedete zatvorite nos i oči te obratite pozornost na saSržaj hrane bez da ste ometani s tim kako ona izgleda odnosno miriše.

Sasvim je prirodno da snažni i neobični podražaji privlače vašu pozornost. Upravo su to stvari u vašoj okolini na koje morate biti najviše pozorni. Stojte podudarnost nevjerojatnija, to je poruka očitija. Kada se namjeravate vjenčati, tada reklamu koja nudi vjenčano prstenje nećete uzeti kao neku značajnu podudarnost jer ih ionako ima na sve strane. No kad vidite natpis "Joanna, udaj se za mene!", u trenutku kada se spremate zaprositi izabranicu svojega srca koja se još k tome

97

Deepak Chopra

isto tako zove, tada je to više nego jasan znak što cijeli svemir očekuj od vas.

Kad se podudarnost pojavi, nemojte je ignorirati, već se zapitajl što ta poruka znači.

Ipak, nemojte pokušavati doći do odgovora gro ničavo razmišljajući o značenju. Ne opterećujte se previše, već čekajl da odgovor sam dođe. Postavite pitanje i budite pozorni u čekanj odgovora. To može biti neki unutarnji znak, spontano stvaralačk iskustvo ili pak nešto sasvim drugo. Možda naiđete na neku osob povezanu s podudarnošću koja se pojavila. Susreti, odnosi, situaciji okolnosti sve su to mogući izvori rješenja koje vas obično natjera n uzvik: To je to! O tome se radi.

:

Razmislite o mojem primjeru u kojem je rasprava između mene mojeg nadređenog na

odjelu endokrinologije dala smisao oglasu \ bostonskim novinama u kojem se tražio voditelj hitne službe. Pr mijetio sam oglas čim je izašao, ali nisam na njega obraćao pozornost. Ključno je obratiti pozornost i istražiti mogućnosti.

Još jedan način kako ćete postati vješti u podudarnostima jest d pišete dnevnik podudarnosti koje su se dogodile u vašem životu. Osobno sam nakon nekog vremena vođenja dnevnika napravio dva dijela podudarnosti na male, srednje, velike i dvostruko velike. Vi možete napraviti neku svoju podjelu. Nekima je možda lakše dnevno zapisivati događaje i onda eventualno podcrtati neka imena riječi ili cijele rečenice kao moguće podudarnosti. Drugi imaju osobnu bilježnicu u koju bilježe podudarnosti tako da na svaku stranicu zabilježe samo po jednu, a onda naknadno pridružuju vezane događaje.

Za one koji se stvarno odluče malo jače udubiti u podudarnost preporučio bih proces rekapitulacije. To je proces u kojem ste vi pronašli matricu vlastitoga života i vlastitih snova tako da veze, teme, podudarnosti i slike postaju jasnije. Zbog činjenice da je naša veza s un, verzalnom dušom znatno očitija dok sanjamo, taj proces promatranja uvodi nas u cijeli jedan svijet novih podudarnosti.

Kad legnete u krevet prije nego zaspate, provedite nekoliko minuta

Spontano ispunjenje želja

svjedočeci događajima upravo proteklog dana promatrajući ih na zamišljenom ekranu vaše svijesti. Promatrajte taj dan kao da gledate film. Gledajte sebe kako ustajete, perete zube, doručkujete, vozite se na posao, radite, vraćate se kući, večerate, završavate dan i liježete u krevet. Nemojte analizirati, procjenjivati ili suditi ono što vidite, već jednostavno promatrajte bez ikakvih primisli. Jednostavno gledajte film i pokušajte ga odgledati do kraja. Može vam se dogoditi da vam se neki događaj sada čini važnijim nego u trenutku događanja ili ćete zamijetiti da je žena u redu ispred vas u ljekarni imala istu boju kose kao i vaša majka kad ste bili mali. Možda ćete se zadržati na plaču djeteta kojega je majka grubo vukla pokušavajući s njim proći kroz ulaz u samoposluživanje. Nevjerojatno je što sve možete zapaziti gledajući događaje na taj način, a koje inače u svakidašnjici uopće ne primjećujete.

Gledajući film, pokušajte promatrati sebe na objektivan način. Promatrajte sebe jednako i kad činite stvari na koje ste posebno ponosni, i kad radite nešto što biste najradije preskočili i zaboravili. Imajte uvijek na umu da cilj promatranja nije moralno ili neko drugo vrednovanje glavnog lika, već njegovo upoznavanje ma kakav on bio.

Kad rekapitulirate dan, što može trajati od nekoliko minuta pa sve do pola sata, recite samome sebi: "Sve što sam sada odgledao pohranjeno je na sigurno te bilo koji dio filma mogu pozvati i ponovno ga pogledati. Kad pogledam ono što me zanimalo, slika će jednostavno nestati." Dakle, po završetku filma spremni ste za spavanje. Prije nego što se lagano uljuljate u san, učinite još samo nešto. Recite sebi sljedeće: "Baš kao što sam sada rekapitulirao dan, tako ću dati upute mojoj duši, mojem duhu, mojoj podsvijesti da svjedoči snovima." U početku možda i nećete primjećivati neke promjene, no budete li uporni svake večeri prije spavanja, nakon nekoliko tjedana imat ćete jasno iskustvo da su snovi scenarij, a vi onaj koji ga gleda. Tada ujutro nakon buđenja rekapitulirajte noć

kao što ste to učinili za dan.

Kada postignete to da možete bilo kada pozvati scene iz snova, zapišite one koje su vam se naročito usjekle u pamćenje. Uključite ih u

99

?\*!"  
1

Deepak Chopra

svoj dnevnik i naznačite posebno zanimljive događaje. Nelokalizira inteligencija jednako šalje znakove za razumijevanje i kad spavamo kad smo budni. Tijekom dana susrećem ljude, surađujem s njima razne načine, nalazim sebe u različitim situacijama, okolnostima, događajima, odnosima... dok tijekom noći radim iste te stvari. Razlika je u tome što se tijekom dana događaji čine logičnim, racionalno i jašnjivim. Snovi pak nisu samo čista projekcija naše svijesti, već su: pravo načina tumačenja naših životnih puteva.

Mehanizam snova je dakle mehanizmu onoga što se događa u takozvanoj našoj stvarnosti odnosno i jedno i drugo je projekcija naše duše. Mi smo u oba slučaja tek svjedoci.

Redovitom vježbom postupno primjećujemo korelacije, slike koje se ponavljaju i u stvarnosti i u snovima. Više podudarnosti osigurava više ključeva za razumijevanje kojim bi putem morali poći. Shvaćam dobrobiti iskorištavanja ponuđenih prilika. Imamo osjećaj da nam se počela služiti sreća. Sve zajedno nas upućuje kojim smjerom moramo krenuti. Kroz proces rekapitulacije promatramo obrasce koji se ponavljaju odmatajući na taj način zamršeno životno klupko.

Taj je proces naročito pogodan za odvikavanje od loših navika. Život ima određene obrasce po kojima teče. Neki su za nas dobri neki loši. Ono što je potrebno jest izbjegavanje ponavljanja loših obrazaca vjerujući da će ovaj put sve dobro završiti. Tipičan primjer jest kad razvedena osoba ponovno ulazi u vezu. Velika je vjerojatnost da će završiti kao i u prethodnom slučaju, odnosno razvodom. Ponavljaju iste stvari kao i u prijašnjoj vezi te dopušta pojavu istih trauma, proživljava iste patnje i onda se s ogorčenjem pita: Zašto mi se stalno događa? Rekapitulacija nam pomaže promatrati tu sliku na način da joj svjedočimo, a ne da sudjelujemo u njoj. Na taj način razlikujemo istovjetnost loših obrazaca što nam pomaže u znatno većem izboru i svjesnijem izboru kod sljedeće veze.

Zapisivanje nije nužno, pomaže da razumijevanje lakše izađe na površinu.

Stoga vježbajte svoja osjetila, promatrajte okolinu, kako po dan tako i po noći, te obvezno obratite posebnu pozornost na događaje koje

100

Spontano ispunjenje želja

statistički imaju malu vjerojatnost. Svi mi moramo do neke granice planirati kako sutrašnji dan, tako i dalju budućnost. Sve što osjetiti te planove i skrene nas s puta kojim se krećemo, može biti ključni znak. Imajte na umu da i izostanak događaja koji očekujete također može biti znak kojeg vam svemir šalje. Ljudi koji s mukom ustaju kako bi otišli na posao, koji se jedva mogu vezati uz ono što rade, a na kraju radnog vremena osjećaju se emocionalno mrtvi moraju na takve stvari i te kako obratiti pozornost. To su važna upozorenja i znaci da moraju postojati načini kako bi vam život bio više ispunjen.

Možda se čudo krije nadomak vas. Nikad to nećete otkriti ako ne obratite pozornost, izoštrite svoja osjetila kako biste primjećivali znakove iz okoline, slijedite lanac podudarnosti i pomognete si stvoriti sudbinu kakvu želite.

Ponekad je život težak te nas opterećuje s raznim svakidašnjim poslovima koji s vremenom postaju preteško breme. Podudarnosti su takve prirode da vas ponekad opkole sa svih strana, a onda ih opet jedno vrijeme nema ni za lijek. Kako ćete naći svoj put u tako zamršenom svijetu? Uzmite si pet minuta na dan i provedite ih u tišini. Za to vrijeme usmjerite pozornost na sljedeća pitanja: Tko sam ja? Što želim od svojega života? Nakon toga prestanite razmišljati i dopustite struji svijesti, unutar njem tihom glasu, da nađe odgovore. Nakon pet minuta otvorite oči i zapišite ih. Radite to redovito i bit ćete iznenađeni kako će se situacije, događaji, okolnosti, ljudi lijepo posložiti u skladu s odgovorima koje ste zapisali. To je početak sinkrosudbine.

Nekima će za odgovore trebati više vremena. Mnogi ljudi nisu uopće navikli razmišljati o tome što bi htjeli kad bi mogli ostvariti svoje želje, a ako i jesu, sigurno ne očekuju da se ostvare. Ako nemate jasno označen životni cilj, što zapravo radite? Bilo bi od velike pomoći kad bi nam svemir dao jasnu zamisao, kompas ili ako hoćete pravac kretanja kojim moramo ići. U stvari, kompas postoji. Da biste ga otkrili, morate zaviriti unutar sebe i saznati što vaša duša želi, o čemu ona sanja. Sjednite u tišini. Kada otkrijete svoju dušu i njezine želje te njihovu temeljnu prirodu, imat ćete stalnog vodiča kojega možemo prisposodobiti u obliku arhetipskih simbola.

101

Spontano ispunjenje želja

statistički imaju malu vjerojatnost. Svi mi moramo do neke granice planirati kako sutrašnji dan, tako i dalju budućnost. Sve što osujeti te planove i skrene nas s puta kojim se krećemo, može biti ključni znak. Imajte na umu da i izostanak događaja koji očekujete također može biti znak kojeg vam svemir šalje. Ljudi koji s mukom ustaju kako bi otišli na posao, koji se jedva mogu vezati uz ono što rade, a na kraju radnog vremena osjećaju se emocionalno mrtvi moraju na takve stvari i te kako obratiti pozornost. To su važna upozorenja i znaci da moraju postojati načini kako bi vam život bio više ispunjen. Možda se čudo krije nadomak vas. Nikad to nećete otkriti ako ne obratite pozornost, izoštrite svoja osjetila kako biste primjećivali znakove iz okoline, slijedite lanac podudarnosti i pomognete si stvoriti sudbinu kakvu želite.

Ponekad je život težak te nas opterećuje s raznim svakidašnjim poslovima koji s vremenom postaju preteško breme. Podudarnosti su takve prirode da vas ponekad opkole sa svih strana, a onda ih opet jedno vrijeme nema ni za lijek. Kako ćete naći svoj put u tako zamršenom svijetu? Uzmite si pet minuta na dan i provedite ih u tišini. Za to vrijeme usmjerite pozornost na sljedeća pitanja: Tko sam ja? Što želim od svojega života? Nakon toga prestanite razmišljati i dopustite struji svijesti, unutar njem tihom glasu, da nađe odgovore. Nakon pet minuta otvorite oči i zapišite ih. Radite to redovito i bit ćete iznenađeni kako će se situacije, događaji, okolnosti, ljudi lijepo posložiti u skladu s odgovorima koje ste zapisali. To je početak sinkrosudbine.

Nekima će za odgovore trebati više vremena. Mnogi ljudi nisu uopće navikli razmišljati o

tome što bi htjeli kad bi mogli ostvariti svoje želje, a ako i jesu, sigurno ne očekuju da se ostvare. Ako nemate jasno označen životni cilj, što zapravo radite? Bilo bi od velike pomoći kad bi nam svemir dao jasnu zamisao, kompas ili ako hoćete pravac kretanja kojim moramo ići. U stvari, kompas postoji. Da biste ga otkrili, morate zaviriti unutar sebe i saznati što vaša duša želi, o čemu ona sanja. Sjednite u tišini. Kada otkrijete svoju dušu i njezine želje te njihovu temeljnu prirodu, imat ćete stalnog vodiča kojega možemo prisposodobiti u obliku arhetipskih simbola.

101

Težnje i arhetipovi

Sada dolazimo do samog srca sinkrosudbine. Do sada smo usvoji spoznaju o dvojnosti duše te da smo dio nelokalizirane inteligencije čije na isti način kao što je i val dio oceana. Također smo naučili uočiti sinkronicitet u svim stvarima: matricu koja nas povezuje s samim izvorom svemira. Znamo se odrediti prema podudarnostima kao prema porukama koje nam šalje nelokalizirana inteligencija pokazujući nam na taj način smjer kojim bismo trebali ići. Napokon znam i da same naše namjere mogu utjecati na taj smjer. To su temelju stvari koje moramo svladati želimo li živjeti ispunjen život. Ipak, kad tražimo znakove koji će nas voditi kroz svakidašnjicu, moramo se zapitati osnovno pitanje o nama samima: što želim i čemu težim. To pa zasigurno vodi do pitanja tko sam ja i što hoću, koja je moja životna svrha.

Svjesni smo da je izvor naše iskonske veze, našeg značenja te oki

102

\

Spontano ispunjenje želja

line sama duša. Naša težnja, ta velika, predivna i mitska potreba, također izlazi iz duše. Dok smo živi, naša duša neće biti ispunjena sve dok ne završi svoju mitsku potragu koju možemo zamisliti kao Velik plan unutar kojega su određene i naše sudbine. U svakom ljudskom biću nalazi se jedna prevladavajuća tema, predložak za herojski život, bog ili božica u obliku embrija željnog da se rodi. To je ono što je planirano postići. To je naše jastvo koje poričemo da postoji u nama jer većina nas nije sposobna vidjeti to polje bezgraničnog potencijala koje nam je na raspolaganju. To je ono najbolje u nama, jastvo lišeno ega, djelić svemira koji koristi nas da bi učinio dobro ostalima.

Ljudi koji žive običan svjetovni život rijetko dolaze u dodir s tim mitskim bićem unutar njih. Ipak, razumijevajući plan zapisan u vašoj duši, njegujući veze koje vam otkrivaju smisao i značenja te sudjelujući u vlastitoj mitskoj drami, možete sebi popločiti put do prosvjetljenja. Iz toga se rađa ljubav i milosrđe. Iz toga se rađa ispunjenje i cjelovitost. Te mitske priče, ti heroji i heroine nazivaju se arhetipovima. Arhetipovi su vječni obrasci nastanjeni u univerzalnoj kolektivnoj duši koja pomoću njih izražava svoju žudnju, imaginaciju te najdublje čežnje. Njihovo postojanje jest oduvijek. Nalazimo ih u spisima prastarih kultura, ali isto tako i u kasnijoj literaturi te spisima modernog vremena. Možda se oblik malo razlikuje ovisno o povijesnom trenutku, no jezgra ostaje uvijek ista. Moderno ih vrijeme stavlja u svijet filma, kazališta te u razne teme novinskih tjednika. Svaki put kad je neki lik "iznad života", nailazimo na arhetipski primjer. Oni su

jednostavni, jasni i čisti u namjeri bez obzira kakva ona bila. Dobar ili zao, pobožan ili svjetovan, grešnik ili svetac, avanturist, mudrac, spasitelj, predmet ljubavi, izbavitelj sve su to različiti načini na koji se svjesna energija kolektivne duše može prisposoditi. Arhetipovi se rađaju u kolektivnoj duši, ali se očituju i u individualnoj. Njihova mitska drama odigrava se svaki dan u fizičkom svijetu. Pogledamo li lik Marvlin Monroe, vidjet ćemo u njoj utjelovljenje Afrodite, božice seksa i ljepote, dok bi Robert Downey lako mogao biti

103

Deepak Chopra

bog Dionis ili Bacchus. Princeza Diana je bila Artemida, simbol bu tovnštva, neukrotiva i sklona kršenju pravila, neustrašiva u borbi ono u što vjeruje.

Svako ljudsko biće nosi u sebi barem jedan ili više arhetipova. Svatko od nas sazdan je od određenog sklopa na razini duše što rezi tira određenim arhetipskim značajkama. To je sjeme zasijano u nam. Kada klija, ono oslobađa stvaralačku silu koja omogućuje rast tijela određenu biljku. Sjeme rajčice neće izrasti u cvijet ruže, već uvijek biljku rajčice.

Tako će arhetip, čija se aktivacija na individualnoj raži postiže kroz naše težnje i namjere, osloboditi stvaralačku silu i omogućiti da se uobličimo u ono što nam je sudbinski predodređen. Dakle, tko ste onda vi? Što želite? Koja je svrha vašega postojanja? Najdubljoj razini ta pitanja dolaze od same duše. Odgovore ćete na budete li razgovarali s dijelom kolektivne duše koji je oblikovan san za vas, odnosno s vašom jedinstvenom individualnom dušom. Na 1 način učimo odrediti individualne arhetipove. Društvo u kojem živimo potpuno je determinističko usmjerene svaka stvar i svaki odnos mora imati svoj naziv. Nažalost, na putu traživanja duhovnosti i naše duše to nam neće biti od velike pomoći. Mene neki ljudi nazivaju piscem, drugi me smatraju duhovnim mislićem, a netko treći liječnikom ili savjetnikom za duhtijelo sustav. Me djeca vide u meni svoga oca, dok me supruga smatra svojim muški partnerom. Sve te uloge pomažu da se odredim tko sam, no u stvarnosti ja se neprestano nanovo određujem u skladu s neprestanim matanjem klupka koje se zove sudbina. Ukoliko se čvrsto poistovjetim s nekom ulogom, dolazite u opasnost da vaš put tu i završi. Prihvaćanje nekog arhetipa nije proces svođenja osobe u kalupe ili granice te stvari nema govora o poistovjećivanju. Baš suprotno tome, arhetipovi su vodni modeli, slike, zamisli koje usmjeravaju život prema konačnoj sudbini duše. Shvaćanje vlastite naravi, neometajući njezino bujanje dio je ljepote življenja na razini duše gdje postajete heroji i heroji mitske sage.

Dopustimo li da nas, bez obzira na dobronamjernost, zanesu si

104

Spontano ispunjenje želja

materijalnog svijeta, to će nas svakako udaljiti od sudbine naše duše. Počinjemo željeti stvari koje nam nisu namijenjene te izražavati namjere koje nisu u skladu s namjerama svemira. Kako izgledaju te sile? To može biti savjet prijatelja kamo da usmjerite život; utjecaj medija i reklama koje nas mame na kupnju, odnosno potrošnju; primamljiv položaj zamjenika upravitelja neke kompanije s milijunskim primanjima. To su poruke materijalnog, a ne duhovnog svijeta. Plan koji je svemir osmislio za vas otisnut je unutar



vaše duše. Svaka podudarnost uvid je u tek mali dio, a arhetipovi su naši stalni vodiči na putu prema cjelovitom uvidu u taj plan.

Kako ćete nakon svega toga znati stoje dio vaše sudbine, a stoje rezultat masmedijske kulture? Koliko djevojčica sanja postati nova Britney Spears? Koliko dječaka sanja postati novi Michael Jordan? U njima nalazimo uzore jer su oni osobe koje su oživotvorile svoje vlastite arhetipove, osobe koje su uspjele u svojoj unutarnjoj potrazi. Početak spoznaje vlastitih arhetipova i vlastite sudbine nalazi se u univerzalnoj duši. Stoga prvo morate doprijeti do nje tako što ćete odrediti svoje duboko usađene težnje te izabrati arhetipove najbliže vašim namjerama slijedeći njihove prastare obrasce.

Uloga arhetipova

Otkrivanje arhetipova izrazito je osobno iskustvo. Nitko, pa čak ni netko tko vas dobro poznaje ne može reći: "Ah, vi ste taj i taj arhetip." Vedski spisi, dio indijske tradicije, smatraju da osim ako ne stupite u vezu s bogom ili boginjom u vama te ako ne dopustite njegovo ili njezino rođenje, nećete se nikad duhovno razviti i život će vam zauvijek ostati svjetovan. Uspijete li zametak božanskog oživotvoriti u sebi, moći ćete raditi velike i čudesne stvari.

U današnje vrijeme više volimo oponašati obrasce ponašanja slavnih osoba nego u sebi potražiti nama jedinstvene obrasce. To je dio onoga od čega smo stvoreni. To je materija od čega su sazđani naši snovi, mitovi, legende, priče oko logorskih vatri. To je ono što nadah

105

Deepak Chopra

njuje velike slavne redatelje i njihove filmove. U Ratu zvijezda Lul Skywalker izražava arhetip vječnog avanturiste, uvijek sklonog pre zimanju rizika kad se radi o istraživanju nepoznatog. Princeza Leia poput Artemide: nezavisna žena lova, zaštitnica. Yoda je mudri pr rok, čuvar znanja povezanog s nelokaliziranim u kojem leži ogromi moć. To su likovi naše kolektivne mašte preneseni iz prastarog u fut ristički oblik.

Arhetipovi su vitalni za razumijevanje i odgovor na pitanje tko srri To su pojedinačni izrazi kolektivne svijesti. Mitologija je izvor dana nje civilizacije. Kada ljude lišimo mitologije, događa nam se da se oi pridružuju skupinama koje danas nazivamo uličnim bandama. Oi imaju vođe, rituale, inicijacije, odnosno sve ono što imaju i mito\ Naša djeca se uključuju u bande u potrazi za mitskim iskustvom. Kac čovjek napravi nešto veliko, poput hodanja po mjesecu ili vratolor nog leta u nadzvučnom zrakoplovu, to je oponašanje mitologije: Jasc koji traži Zlatno runo i Ikar koji leti na krilima od perja i voska. Bilo c se radi o Plutovoj otmici Persephone ili Orfejevoj potrazi za vlastitoi nevjestom među sjenama Hada, o Apollu, Krišni, pričama iz keltsl mitologije sve je to dio najdubljeg izvora civilizacije i identiteta.

Privlačnost bandi, filmova te slavnih osoba leži u njihovom pon sanju koje je prepuno mitskih obrazaca. Ipak, to je drugorazredni n domjestak mitologije. Pravi arhetipovi utjelovljeni su u ljudima popi Mahatme Gandhija, M. L. Kinga mlađega, Rose Parks i svih onih ko su uspjeli u svojoj svakidašnjici doprijeti do čudesnog. Njihova je me u tome što mogu sagledati više usporednih mogućih puteva odjednoi te na osnovi toga izabrati

način djelovanja, pa čak i predvidjeti bi dućnost. Kažu da je Mahatma Gandhi, kad su ga bacili iz jureće vlaka, zatvorio oči i vidio raspadanje britanskoga carstva diljem svijet; Taj je događaj smjer povijesti.

Takvi događaji stvaraju pomak u ustroju spoznaje i zapažanja. Po uobičajenim okolnostima naš nam mentalni ustroj omogućava vidje samo ono što je neposredno ispred nas. No u pojedinim trenucim

106

Spontano ispunjenje želja

možemo probuditi uspavani potencijal unutar nas i iskoristiti ga. U sanskrtu je to poznato kao siddhi, što znači nadnormalna moć, izvanredna osjetljivost zapažanja, sinkronicitet, telepatija sve sami proizvodi nelokaliziranog područja. To su moći koje postoje samo kao mit.

Pronađite vlastiti arhetip

Proces otkrivanja vlastitih arhetipova morao bi sam po sebi biti radost. Ne brinite ako izbor nije bio naročito mudar. Budući je izvor arhetipova kolektivna svijest, svaki se arhetip nalazi u svakome od nas. Ipak neki su od njih jače zastupljeni, a vaš je zadatak pronaći dva do tri takva. Nemojte izabrati kvalitete kojima se divite ili one koje su izraz vaših želja. Tražite u sebi ono što vas privlači i nadahnjuje. Ako ne znate stoje to, znat ćete kad ih nađete. Najbolje od svega je što nema pogrešnih odgovora.

Postoji jedna vježba koja bi vam mogla pomoći u potrazi, a izmislila ju je moja prijateljica Jean Houston, autorica knjige Mitski život; naučite kako živjeti mitološke priče. Uz ovu ona je osmislila i mnoge druge vježbe koje bih također preporučio. Oпустite se i pokušajte se osloboditi misli. U idealnom slučaju kod čitanja sljedećeg članka oči bi trebale biti zatvorene, čitanje bi trebali slušati s nekog CDa ili audiokasete. Na taj način bi lakše mogli predočiti scene koje slijede, no i čitanje će također biti u redu.

Započnite s nekoliko dubokih udisaja i izdisaja. Na taj način otklonite sve napetosti koje osjećate u bilo kojem dijelu tijela. Nastavite s laganim dubokim disanjem te se svakim izdisajem primicite mjestu mirnijeg i opuštenijeg ozračja.

Sada zamislite šetnju prekrasnim drvoredom daleko izvan gradske vreve. S vremenom primjećujete bujnu vegetaciju prirode oko vas, prodorni ptičji pjev, plahe zečeve koji pretrčavaju stazu te leptirsko šarenilo i njihov nasumični let. Na čistini nedaleko od vas ugledate šarmantnu rustikalnu kućicu s nadstrešnicom čija otvorena vrata poka

107

Spontano ispunjenje želja

možemo probuditi uspavani potencijal unutar nas i iskoristiti ga. U sanskrtu je to poznato kao siddhi, što znači nadnormalna moć, izvanredna osjetljivost zapažanja, sinkronicitet, telepatija sve sami proizvodi nelokaliziranog područja. To su moći koje postoje samo kao mit.

Pronađite vlastiti arhetip

Proces otkrivanja vlastitih arhetipova morao bi sam po sebi biti radost. Ne brinite ako izbor nije bio naročito mudar. Budući je izvor arhetipova kolektivna svijest, svaki se arhetip nalazi u svakome od nas. Ipak neki su od njih jače zastupljeni, a vaš je zadatak

pronaći dva do tri takva. Nemojte izabrati kvalitete kojima se divite ili one koje su izraz vaših želja. Tražite u sebi ono što vas privlači i nadahnjuje. Ako ne znate stoje to, znat ćete kad ih nađete. Najbolje od svega je što nema pogrešnih odgovora.

Postoji jedna vježba koja bi vam mogla pomoći u potrazi, a izmislila ju je moja prijateljica Jean Houston, autorica knjige Mitski život; naučite kako živjeti mitološke priče. Uz ovu ona je osmislila i mnoge druge vježbe koje bih također preporučio. Opustite se i pokušajte se osloboditi misli. U idealnom slučaju kod čitanja sljedećeg članka oči bi trebale biti zatvorene, čitanje bi trebali slušati s nekog CDa ili audiokasete. Na taj način bi lakše mogli predočiti scene koje slijede, no i čitanje će također biti u redu.

Započnite s nekoliko dubokih udisaja i izdisaja. Na taj način otklonite sve napetosti koje osjećate u bilo kojem dijelu tijela. Nastavite s laganim dubokim disanjem te se svakim izdisajem primičite mjestu mirnijeg i opuštenijeg ozračja.

Sada zamislite šetnju prekrasnim drvoredom daleko izvan gradske vreve. S vremenom primjećujete bujnu vegetaciju prirode oko vas, prodorni ptičji pjev, plahe zečeve koji pretrčavaju stazu te leptirsko šarenilo i njihov nasumični let. Na čistini nedaleko od vas ugledate šarmantnu rustikalnu kućicu s nadstrešnicom čija otvorena vrata poka

107

Deepak Chopra

zuju dobrodošlicu. Zavirivši unutra, vidite ugodno utočište s hod kom koji vodi u zadnji dio kuće. Osjećate se vrlo sigurno i ugodno 1 da ste se vratili vlastitoj kući te radoznalo krećete hodnikom u po dinsku sobicu. Prolazite pokraj vrata izbe i otvarate ih. Na kraju pros rije primjećujete prolaz. Krećete se prolazom i zapažate da vodi prei prastarom kamenom stepeništu koje se kružno spušta. Kako je svje sve manje, tako se spuštate sve sporije pazeći na svaki korak da ne bi pali. Idete sve dublje i dublje. Konačno dolazite do kraja stepeniši nađete se ispred riječnog jezera punog srebrne mjesečine. Sjedate obalu i slušajući huk rijeke pogledate u nebo ispunjeno zvijezdama.

Odjednom ugledate obrise čamca koji klizi prema vama. Pojž obučena u dugu lanenu odoru maše vam pozivajući vas da se ukrca Bez trunke straha našli ste se u čamcu prihvaćajući ponuđenu odje za plovidbu okićenu prastarim simbolima. Navlačite je na sebe. ( mac je već zašao u uzak tunel kojem, čini se, nema kraja. Na kr brodice jedan je bradati mornar počeo pjevušiti. Melodija vam nepoznata i više liči na neku mantru. Odjednom ste postali svje! povećane budnosti osjetila. Vrlo ste opušteni, a opet sva osjetila neobično radoznala i živa.

Iz daljine je doprla svjetlost koja je, bližeći se kraju tunela, postaji sve sjajnija.

Približavajući se tom sjaju, postajete sve više svjesr poziva da uronite u virtualnu stvarnost. Nastavljate dalje u svjetlo Imate jasan osjećaj bestežinskog stanja. Izdižete se iznad čamca i jecate kako vas svjetlost prožima. Osjećate kako postajete svjetlo Sada ste virtualno biće raspršeni u pulsirajuću svjetlost. Iz toga pc ručja čistog potencijala možete se pojaviti bilo u kvantnom ili mate jalnom području, u bilo kojem obliku i na bilo kojem mjestu u prosti vremenu.

%

Iz dubine svjetlosnog bića izranjate u obliku božice Here, kralji Olimpa i svih grčkih bogova, simbola kraljevske moći i ljepote. Na će ste svijeta ispunjeni samopouzdanjem i

autoritetom. Vaši se podan oslanjaju na vašu sigurnost i snagu. Utjelovljenje ste moći i vjere sebe. Osjetite kako je to biti u tijelu tako moćnog bića. Osjeti

108

Spontano ispunjenje želja

ushićenje postojanja i kretanja božjeg tijela. Pokušajte zamisliti kako je to. Predočite si pokrete božanskog, riječi koje izgovara, izraze lica. Pogledajte svijet njezinim očima i čujte ga kroz njezine uši.

Tada se oprostite od boginje i vratite svojoj svjetlosti. Ponovno ste u obliku čistog potencijala koji pulsira mogućnostima. Jedna od beskonačno mnogih jest vaša sljedeća pojava u tijelu starog, mudrog kralja iskusnog u vladanju olujama života. Vi se mudrac obrastao dugom bradom, rishi koji vidi oblike i pojavnosti svijeta kao kozmički ples. Vi ste u ovom svijetu, ali ne i od ovoga svijeta te svaka vaša riječ, misao ili djelovanje izražava apsolutnu točnost. Osjetite kako je to kad imate svjesnost mudraca. Zamislite njegove misli, riječi i pokrete. Pogledajte svijet njegovim očima.

Kad napustite tijelo proroka, ponovite postupak vraćanja u svjetlost. Okupajte se malo te se prikažite svijetu kao izbavitelj. Utjelovljenje ste suosjećanja, zračite opraštanjem i nadom. Vaša nazočnost tjera i najdublji mrak. Vi ste bit inkarnacije hindu božanstva, bit Krista i Bude. Vaša priroda pretvara iskustvo u vjeru. Svjedočite mislima koje prolaze glavom spasitelja. Osjetite emocije u njegovom srcu. Iskusite svijet očima iskupitelja preplavljeni suosjećanjem i ljubavlju za sva živa bića.

Nakon ovog iskustva vratite se po treći put u vaše primordijalno stanje. Utopite se u bazenu univerzalne energije. Vi ste sav potencijal koji je ikada bio, koji sada postoji i koji će postojati u budućnosti. Zaronite ponovno u dubine vašega bazena i izronite u tijelu božanske majke. Sada\*ste hrana koja daje život. Zovete se Demetra, Šakti i imate žensko lice Boga. Majka ste boginja koja svoju brigu posvećuje svim živim bićima. Vi ste iskonska stvaralačka sila iz koje se rađaju oblici i pojavnosti. Iskusite svjesnost božanskog materinstva. Promatrajte stvaranje njezinim očima i poslušajte rađanje njezinim ušima. Udahnite i izdahnite plućima boginje Majke.

Recite toj divnoj osobi zbogom i vratite se svojim izvorima, svojoj svemogućoj svjetlosti kako biste se ponovno otisnuli s obale bezbrojnih mogućnosti. Ovaj put postat ćete bog Dioniz. Bog sladostrašća, ek

109

:%

Deepak Chopra

staze, opijenosti, bog izgreda i gubitništva. Personifikacija ste potpu predaje trenutku. Ništa u vama vas ne zadržava da neprestano za njate u iskustva koja vas čine živim. Opijeni ste ljubavlju. Iskus svijet dionizijskom sviješću. Osjetite opijenost. Zapažajte svijet čulir Dioniza. Poslušajte glazbu univerzuma kojom slavi biće poput v Udite u ekstazu izlažući svoja osjetila životu.

Ostavimo ipak Dionisa i vratimo se tamo gdje možemo biti sve, a je ovaj put boginja mudrosti Atena ili Saraswati. Sada ste zaštitnik ci lizacije sa zadatkom da čuvate znanje, umjetnost, mudrost i znano Istinski ste duhovni ratnik kojemu je cilj uništiti neznanje koje

priječi na putu istine. Pogledajte svijet njezinim očima i poslušaj važne razgovore njezinim ušima. Vi ste kultiviranost, otmjenost, ciliranost i mudrost najviše vrijednosti.

Odmaknite se i od nje i postanite ono što izvorno jeste, postani virtualna svjetlost. Pretvorite se natrag u biće bez granica, bez a tovanja, pulsirajući beskonačnim mogućnostima. Jedna od njih je Afrodita ili Venera, boginja ljubavi i ljepote. Utjelovljenje ste senzua, nosti, strasti i seksualnosti. U vašoj se nazočnosti smrtnici rasp mećuju zaklinjujući se na vjernost bogu Erosu. Izrazite se i iskusi svijet kroz boginju ljubavi. Osjetite tijelo boginje, kušajte njezinu senzualnost.

Promotrite svijet njezinim očima i lagano se oprostite od nje. Ponovno ste samo jezgra ili svjetlost u svijetu svih mogućih, a ipak bez ikakvog oblika. Tek što ste se vratili, već izranjate u tijelu svetog djeteta, izraza č: toga božanskog potencijala. Vi ste inkarnacija nevinosti utjelovljuju očekivanje bezuvjetne ljubavi i kao davatelja i kao primatelja. Nov rođenče ste božanskih roditelja i plod ste sudbine te kozmičkog potencijala. Sagledajte svijet očima svetog djeteta. Osjetite kako ljubav teče vašim nevinim srcem. Iskusite zaigranost kao djeteta svjetlosti koje ; raduje vlastitom postojanju.

Oslobodite dijete u sebi te se ponovno stopite s virtualnom svjetlošću. Na trenutak se odmorite bez tereta ikakvog oblika. Vi ste otki

110

Spontano ispunjenje želja

caj energije sposobne da se pretvori u bilo što. Sada je to kozmički alkemičar. Vi ste prvi među čarobnjacima i mađioničarima. Sposobni ste pretvoriti ništa u nešto i nešto u ništa. Svijet poretka i logike pretvarate u besmislenost. Materijalan svijet za vas tek je izraz vaše svjesnosti, sama energija koja kroz vašu namjeru i pozornost postaje na poslijetku materija. Možete uzeti bilo koji oblik, živ ili mrtav, jer vaša je svjesnost postojana bez obzira u što se maskirali. Vi ste Krišna, beskonačna mogućnost. Dajte sebi iskustvo Krišne, kozmičkog alkemičara, sposobnog da se očituje u svemu što izaberete. Iskusite preobražaj vaših misli u pojavnost. Pogledajte svemir očima Krišne. Osjetite ga kao svoje tijelo. Vi niste u svemiru, svemir je u vama.

Sada se nekoliko minuta poigravajte svojom kreativnošću. Očitujte se u bilo kojem obliku koji želite. Možete odabrati jedan od nabrojanih likova ili pak stvoriti neki svoj. Postanite bilo koji oblik koji želite. Poprimite svjesnost poznatog glazbenika ili slikara. Iskusite svijet kroz djelovanje moćnoga političkog vođe. Postanite orao i zauzmite perspektivu ptice koja lebdi u visinama. Budite kit i osjetite ogromno tijelo koje pliva beskrajem oceana. Ne postoje granice koje bi vas sputavale u izražavanju. Uživajte u svojoj virtualnosti ispunjeni znanjem i iskustvom sebe kao bezgraničnog potencijala. U tom obliku vi ste sve. Utjelovljujete sve bogove i boginje, arhetipove i mitske slike. Sljedećih nekoliko trenutaka dopustite bilo kojoj slici, frazi ili simbolu te svakoj riječi koja se pojavi da zauzme neki oblik u vašoj svijesti.

Kada osjetite da ste iskusili široki spektar zanimljivih mogućnosti, izaberite tri arhetipske

slike ili simbola, riječi ili fraze koje unutar vas najjače odjekuju, koje vas nadahnjuju i motiviraju. To mogu biti bliski ogovori ili boginje koji su vam poznati, slike, životinje, simboli elemenata, sile svemira, riječi, fraze ili bilo koja kvaliteta koja vam nešto znači. Bilo što što izaziva ugodu u vama kad pomislite na to. Osjetite ili steknite dojam da ulazak tih kvaliteta u vaš svijet te njihovo ostvarenje kroz vas uzdiže vaše sposobnosti da činite velike i čudesne stvari. Uvijek savjetujem muškarcima da izaberu barem jedan ženski arhetip, odnosno ženama da izaberu barem jedan muški. Svi posjedujemo obje

111

Deepak Chopra

kvalitete: i muške i ženske. Ignoriranjem bilo koje strane, nepotret bismo ugušili jedan dio osobnosti.

Zapišite svoja tri simbola ili arhetipa. Počnite skupljati umjetničke radove, slike, nakit i sve što vas podsjeća na neki od izabranih arhetipova. Neki ljudi su čak znali podići mali oltar kao centralno mjesto i hove potrage za jastvom. Ukoliko se glavne kvalitete izabranih arhetipova mogu izraziti riječima, zapišite ih kako biste imali nešto što vas stalno podsjećati na njih. Najmanje jednom dnevno, najbuc poslije meditacije, pogledajte što ste zapisali i tiho uputite poziv: "ft lim vas dođite i izrazite se kroz mene." Pustite neka vam budu stalno životno nadahnuće. Kada se izgubite ili osjetite da ste na krivom putu oni će vam biti kompas pomoći s kojim ćete se vratiti k sebi.

Umjesto da pratite zadnje modne trendove ili oponašate stile poznatih osoba, radite na sebi mijenjajući sebe i svoje misli u sklad vašim arhetipovima. Ljudi to ionako rade svaki dan, a da toga nisu svjesni. Jeste li ikada čuli nekoga da je postavio pitanje: "Što bi I: uradio na mojem mjestu?" Kršćani koji se nađu na raskrižju svoje života ili u nekoj nedoumici često postavljaju takvo pitanje. To način korištenja snažnog arhetipa izbavitelja, utjelovljenog u tiji Isusa Krista kao životnog vodiča. Na isti način koristite osobne arhetipove. Zapitajte se: Da lije moje ponašanje u skladu s mojim arhetipovima? Evo jednog također razboritog pitanja: Jesam li iskren prema sebi? Naći ćete ispunjenje kroz vlastite arhetipove dopustite li bo; vima, boginjama, totemima, osobnostima da kroz vas odigraju sve ulogu. Oni su ključni za rješenje zagonetke koja se zove vaša sudbina

112

Dio drugi

^Kako popločiti put sudbine

.

SMeditacija i mantre

najjače oružje koje posjedujemo za učenje kako živjeti sinkrono sudbinu, za shvaćanje veze između raznih obrazaca u svemiru te za izvođenje raznih čudesa kao posljedice vlastitih težnji jest meditacija. Pomoću nje možemo našu pozornost i namjeru premjestiti u područje još neviđene i neistražene energije i informacija. Kad biste od liječnika dobili jamstvo da će dvije šetnje na dan u ukupnom trajanju od pola sata održati zdravlje, otkloniti zabrinutost te povećati uspješnost u životu, biste li se pridržavali toga? Većina ljudi bi barem pokušala. Za uspješno življenje sinkrosudbine šetnju zamjenjuje meditacija. Dva puta dnevno od petnaest do dvadeset minuta iza kojih slijedi kratak

poziv vašem arhetipu, kako je opisano u prethodnom poglavlju, bit će dovoljni da uočite promjene u životu. Meditirajte ujutro, proživite dan te nakon toga ponovno meditirajte na večer. To će vas samo po sebi odvesti na put životnih promjena te na početak stvaranja čuda koje želite.

115

. ij "" ' i .

Deep ak Chopra

Sve što ste do sada pročitali u ovoj knjizi priprema je za meditac koja će vas dovesti do prosvjetljenja i mogućnosti da živite sinkrosi binu. Dosadašnji uvod samo je pozadina koja nije nužna za postizai cilja. Razumijevanje kvantne fizike može biti korisno, ali to nam e jamstvo da ćemo postići cilj. U protivnom, svi kvantni fizičari bili prosvijetljeni. Ipak, kako se to obično događa, pioniri kvantne fiz posegnuli su i u područje duha postavljajući pitanja o smislu pos janja. U njih možemo ubrojiti vrsnoga znanstvenika Wolfganga P lija koji je zajedno sa psihologom Carlom Jungom prvi progovorit sinkronicitetu. Envin Schrodinger, Paul Dirac, Werner Heisenbe Max Planck, David Bohm te John Wheeler bili su također svjesni kvantna fizika neće moći biti razumljiva dok se ne uključi svjesn kao primarna komponenta temeljne stvarnosti. No da biste se p duhovih, nije potrebno proniknuti u religiju, filozofiju ili znanost, i što trebate uraditi jest obratiti pozornost na sljedeće upute. 5

Meditacija je jednostavni proces kojega je teško objasniti, no vrlo lako izvodljiv kad se jednom uvježba. U sljedećem odlomku objas ću osnove meditacije kako biste mogli uspješno primijeniti osno\ temelje sinkrosudbine opisane u nastavku knjige.

Kako meditirati j

Naš je um uvijek vrlo živ i aktivan. Neprestano skače s misli na i sao, s emocije na emociju. Doći u vezu s nelokaliziranom inteliger jom znači pronaći put kroz maglu misli i doprijeti do univerzalne d\ koja stanuje u nama, odnosno jest dio nas. Kao i u stvarnosti, i ovdje ne možemo učiniti ništa više kad se radi o magli. Želimo li gurno prijeći ulicu po maglovitom vremenu, neće nam pomoći kakva fizička radnja koju smo u stanju izvesti. Naprosto moramo 1 strpljivi i čekati da se magla digne, odnosno da se vidljivost toli poveća da uspijemo u namjeri prelaska ulice. Kako se magla diže, te je put ispred nas sve jasniji, a kad je potpuno nestane može se nazi ili čak vrlo jasno vidjeti ono stoje dosad bilo skriveno. Isto vrijedi i

116

naše misli. Ako smo smireni, možemo doživjeti trenutke potpune tišine ili kako sam ih nazvao "misaone praznine" kroz koje možemo na određeno kratko vrijeme doprijeti duboko unutar duše. Svako takvo putovanje povećava naše razumijevanje te napokon dolazi do širenja svijesti.

Svrha meditacije je zaustavljanje misli na neko vrijeme, čekanje da se magla digne te napokon uvid u duhovni svijet. Stišavanje misli težak je zadatak za većinu ljudi. Najteže je na početku kada većina nas postaje frustrirana neuspjehom. No, frustracija je samo još jedna misao koja nam stoji na putu. Cilj je osloboditi se svih misli, strpljivo i bez napora.

Uobičajen način kako započeti meditirati jest blago usredotočenje pozornosti na određeni predmet. Na taj način spriječit ćete preveliko lutanje mislima. Ja osobno meditaciju započinjem koncentracijom na disanje.

Nađite ugodno mjesto te sjednite u udobnu stolicu tako da vam stopala budu na podu. Ruke stavite u krilo s dlanovima okrenutim prema gore. Zatvorite oči i pažljivo slijedite svoj dah. Promatrajte strujanje zraka bez pokušavanja kontrole bilo čega. Možda ćete primijetiti da vam disanje postaje brže ili sporije, dublje ili pliće te s mogućim kratkim stankama. Svjedočite promjenama bez da im se opirete. Dogodi li vam se da vam pozornost odvuče zvuk iz okoline, tjelesni podražaj ili neka misao, nježno i bez velikog napora vratite se na disanje.

To je osnovna meditacija te kada je dovoljno uvježbate da možete bez problema sjediti u tišini neko vrijeme, preporučio bih da meditaciji dodate mantru. Njezin je zadatak stvoriti mentalnu pozadinu koja će omogućiti širenje svjesnosti.

Mantre

Riječ mantra sastoji se od dva dijela: prvi dio riječi je man stoje osnovni glas riječi mind (duh), dok je drugi dio riječi tra, osnovni glas riječi instrument. Tako bi se mantra mogla prevesti kao instrument

117

।•।

Deepak Chopra

uma. U Vedantama, tradicionalnim indijskim spisima mudrosti, ri toje učenja o prirodi zvukova i osnovnim vibracijama koje nas ofc žuju. Prema njima te su vibracije izraz beskonačnog kozmičkog um temelj su svakog ljudskog jezika. Izgovorite li slova abecede, učit ć< da ste proizveli iste zvukove koje rade sve bebe na ovom svijetu na s vim spontan način. Vibracije koje nastaju zbog tih zvukova jednak© i kod životinja. Pažnjim slušanjem učit ćete da su ti zvukovi prisu svuda u prirodi. To su zvukovi vjetra, pucketanja vatre, grmljavii toka rijeke, udaranja valova o obalu. Sama priroda je vibracija. B konačno biće je vibracija i ona je ritmična, muzikalna i primordijal] Vibracija je razmišljanje kroz koje se beskonačno biće izražava oči jući svemir.

Poznato nam je da se očitovani svemir građen od čvrstih objekta' sastoji od vibracija u kojima različiti objekti vibriraju na različitim f kvencijama. Naravno, ako udarim nogom u veliki kamen, neću osje vibracije, već bol. Stvar je u tome što su stopalo koje osjeća bol i \ koji ga registrira također vibracije čije međudjelovanje mi tumač kao pojavu ili materiju. Mantra je samo riječ koja opisuje tu kvalitc svemira.

Prastari mudraci opisivali su te vibracije koje bi čuli za vrijei duboke meditacije. Svatko od nas također ih može čuti. To je vrlo ji nastavno. Sjednete li u tišinu i smirite li svoj um, čut ćete vibraci Možete to napraviti kad god želite. čak i kad rukama pokrijete uši, i ćete ih. Uradite li to u trenucima kada ste i vi i vaša okolina uronjen tišinu, primijetit ćete brujanje u pozadini vašeg opažanja. Vježbe ćete postići da u tom pozadinskom brujanju jasno razaberete sve m; tre koje su opisane u vedskim spisima.

U Vedama se također navodi da ukoliko recitiramo neku mam glasno, uspostavljamo naročit obrazac vibracija koji će proizvesti vi titi učinak i biti sposoban stvarati događaje



u materijalnom svijetu. ] navijanje mantrе bez glasnog izgovaranja, odnosno mentalno stv; mentalnu vibraciju koja na taj naćin postaje apstraktnija. U osm ona vas vodi prema polju ćiste svijesti ili duha odakle je i sai

118

i:1: '

Spontano ispunjenje ųeija

ponikla. Mantra se pokazuje odlićnim sredstvom prekoraćivanja u izvor naćih misli, odnosno ćistu svijest. Vibracije koje mantrе stvaraju osnovni su razlog zaćto se jedne viće preporućuju od drugih.

Mantra koju ja koristim i koju bih drugima preporućio jest "sohum". Ona proizlazi iz disanja. Obratite pozornost na disanje i na zvuk koji se stvara udisajem i izdisajem. Vaća pluća neprestano izgovaraju "sohum". Udisajem kaću "so" dok izdisajem izgovaraju "hum". Napravite pokus s disanjem tako ćto ćete udahnuti duboko i zatvorenih oćiju snaćno izdahnite kroz nos. Ako ste paćljivi, zvuk "hum" bit će kristalno jasan.

Jedna od tehnika meditiranja jest jednostavno praćenje daha. Zatvorenih oćiju udahnite i mislite zvuk "so" te isto tako izdahnite uz zvuk "hum". S vremenom će disanje postajati sve tiće, ali i zvuk koji ponavljate u sebi. Smirivanjem daha, smirujete um. U trenutku kad prekoraćujete misaonu aktivnost, mantra "sohum" u potpunosti nestaje i dah se trenutaćno zaustavlja. Vrijeme ne teće i vi ste u polju potpune svjesnosti, u nelokaliziranom podrućju, u polju duha i vjećnoga postojanja.

Mantra je naćin na koji moćemo iskusiti nelokaliziranu svjesnost. Aboridćini i amerićki domoroci koriste mantru već tisućama godina. U svakoj tradiciji mantra uvodi glasno ponavljanje odrećdenih rijeći da bi se stvorile odrećdene vibracije, zvuk svemira koji je kadar iz nićega stvoriti nećto i koji je sposoban premjećtati energiju iz neoćitovanog u oćitovano.

Sutra

Sutra je mantra koja ima znaćenje. Mantra sama po sebi nema znaćenja. To je samo vibracija, zvuk. Ona postaje sutrom kada je u nju utkana neka namjera. Rijeć sutra dolazi iz sanskerta, a povezana je s latinskom imenicom sutura stoje osnova za englesku rijeć suture koja znaći spojiti dva dijela prićivanjem. Stoga moćemo tumaćiti sutru kao dio prićit na duću, a taj ućitak jest neka namjera. Sutra isto kao i mantra

119

Deep ak Chopra

moće biti vodić prema svjesnosti. Stoga mantru "sohum" koristite prekoraćivanje mentalne aktivnosti, a nakon toga naćite rijeć, sui koju ćete utisnuti u svijest.

Poruke u sutri su istodobno i jednostavne i sloćene. Ako izgovoi sutru "aham brahmasmi" (jezgra mojega bića jest bezuvjetna stvarm ishodiće i temelj svemira, izvor svega ćto postoji), bit će mi potret cijeli dan ili pola knjige da objasnim ove dvije rijeći. S druge stra, izgovorena sutra sadrţi potpuno razumijevanje te sloćene misli i ć zapravo sa svoje dvije rijeći objedinjuje to razumijevanje. Jednost nim obraćanjem pozornosti na sutru iskusit ćete i razumjeti cjelov objaćnjenje sadrćano unutar nje.

Postoje mantrе i sutre koje su uspjeće već tisućama godina upoznat ćemo ih u

odlomku koji slijedi. One će vam osigurati putj sinkrosudbine. Riječi uglavnom dolaze iz sanskrta i mogu vam zvuč čudno i nepoznato, ali to nimalo neće umanjiti njihov učinak. čak morate poznavati ni njihova značenja. Zapamtite da su to zvuči ] rode s već utkanim značenjem. Duša će razumjeti značenje bez obz razumijete li ga vi.

Možemo postaviti pitanje zašto koristimo nekadašnje, stare rij umjesto modernijih koje možda bolje poznajemo. Odgovor ima v< sa potencijalom. Korištenje modernih riječi otežalo bi stvaranje kustva sinkroniciteta. Zamislite da do mojeg ureda postoji nekoli puteva. Mogu ići autocestom, slijediti neku kartu vozeći se lokaln putevima, mogu ići helikopterom ili otići na obalu i ukrcati se na bn Ipak najsigurniji put bit će onaj dobro utaban, poznat toliko da mogu vratiti zatvorenih očiju. Ista se analogija može prenijeti na m; tre i sutre, odnosno korištenje onih koje su tisućama godina koriš milijuni ljudi da bi sa sigurnošću prekoračivali u nelokalizirano p< ručje.

Uz to postoji još jedna tradicionalna vrijednost kada se koristi ne: prastaro u određene svrhe. Svaki put kad se neka mantra ili su koristi, to povećava vjerojatnost da će slični rezultati biti ostvareni kasnijoj uporabi istih riječi. Ako se prisjetite prvog poglavlja u koje

120

Spontano ispunjenje želja

smo govorili o valučestici kao čistoj mogućnosti, vidjet ćete da smo rekli da kada podjednaka mogućnost valačestice završi valom, povećava se vjerojatnost da će i sljedeći rezultat biti val. Sutre su zapravo nastojanja da se poveća statistička vjerojatnost nekog događaja. To zapravo znači da što više koristimo sutre, to će biti veća vjerojatnost da će određene namjere biti ostvarene. Stoga je bolje koristiti stare dobro poznate sutre nego nove. Pokušajte da vas riječi na sanskrtu ne udalje od namjere. Prigrnite ih kao saveznike na putu transcendiranja prema sinkrosudbini.

Sljedeći odlomak nabraja sedam načela sinkrosudbine i iznosi vježbe kojima ćete postići njihovo razumijevanje. Tih sedam načela su način razmišljanja o kvaliteti nelokalizirane inteligencije te kako je ona povezana s vašim životom. Svako načelo nova je poduka, novi način povezivanja koji vas približava duhu i njegovim beskonačnim mogućnostima. To je svojevrsni program kako ostvariti sinkrosudbinu, specifičan način kako iskoristiti sve što ste dosad pročitali.

1. Započnite svaki dan odlazeći na mirno mjesto gdje vas nitko neće smetati. Stavite simbole vaših arhetipova ispred sebe da ih možete vidjeti.

2. Meditirajte dvadeset minuta koristeći "sohum" mantru. To će proširiti vašu svijest i učinit će vas vrlo prijemčivim.

3. Kada otvorite oči neposredno nakon meditacije, usmjerite pogled na simbole vaših arhetipova i pozovite njihove energije da se ostvare i očituju kroz vas. Recite u sebi: "Molim da postanete dio mene i vodite me kroz život."

4. Pročitajte načelo sinkrosudbine za taj dan. Postoji sedam načela i sedam dana u tjednu. Prvi dan otkad ste započeli s meditacijom pročitajte prvo načelo. Nije nužno potpuno razumijevanje načela. Važno je pročitati ga. Drugoga dana prijedite na drugo načelo. Trećega na treće itd. Nemojte preskakati načela. Ona su osmišljena tako da se nadograđuju jedno na drugo. Osmoga dana vratite se prvom načelu i započnite novi

krug.

Svako načelo ima sutru koja zaokružuje njegovo učenje. Usvojite

121

Deep ak Chopra

sutru temeljito. Izvodite vježbe vezane uz sutru tako da one postai dijelom vaše svakidašnjice. Nakon mnogo tjedana moći ćete osjet dobrobiti sutri koje čitate. U idealnom slučaju nastavit ćete tu prak svaki dan te ćete iz tjedna u tjedan, iz mjeseca u mjesec biti sve bliži punjenju svoje životne sudbine.

Ta prva četiri koraka ne bi smjela trajati više od dvadeset do trides minuta. Ponovite ih još jednom istoga dana, ali u večernjim satims

Ostali dio dana provedite na uobičajen način. Živite svoj život ka do sada. Jutarnja će meditacija pokrenuti vaše namjere tijekom cijel dana bez obzira da li vi razmišljali o njima ili ne. čitanjem načela stvarate namjeru i na taj način omogućujete nelokaliziranoj inteligenciji da sinkronizira milijun događaja koji se moraju dogoditi ne bi li vaša namjera ispunila. To je sve što morate napraviti.

Iako namjere imaju vlastiti put ostvarenja povezan sa sinkronicŠ tom i organiziran od strane nelokalizirane inteligencije, sinkronizac može biti blokirana našim egom. Kako ćete znati da vam vlastiti e smeta na putu ostvarenja namjera? Postoje mnogi znakovi, no jed od najvažnijih je tjeskoba, odnosno zabrinutost. Uvijek kad je va jastvo ili vaš duh u sjeni slike koju imate o sebi ili o egu, osjetit ć tjeskobu. Vaše istinsko ja ne osjeća stres ili tjeskobu isto kao ni oso koja je usklađena sa svojom unutrašnjošću. Ti osjećaji signaliziraju > niste više u prisnoj vezi s nelokaliziranim bićem. Mnogima sedogađa prečesto. Način na koji se možemo vratiti u stanje povezano i usklađenosti jest da prođemo kroz proces koji sam nazvao helio'tro zam.

Heliotropizam je mehanizam poznat kod biljaka koji im orr gućuje da rastu uvijek u smjeru svjetlosti. Primijenimo li to na čovjel svjetlost predstavljaju naše misli i namjere na koje svijet reagira određen način. Posegnite za sutrama navedenim na kraju svakog sedam poglavlja uvijek kada osjećate tjeskobu, brige ili ste izgubili < jecaj usklađenosti. Svaki dan jednostavno pročitajte sutru za taj de (Možda je korisno da fotokopirate te dijelove kako bi ih uvijek imali, sobom, za slučaj da vam zatrebaju). Pročitajte u tišini prvi navo<

122

Spontano ispunjenje želja

dopustite da vam se u svijesti stvori slika. čim registrirate sliku, izrecite sutru za taj dan (kao što je to navedeno u vježbama). Napravite isto sa svakim navodom. Kad završite sa zadnjim navodom, što neće trajati duže od minute, osjetit ćete usklađenost i mirnoću. Na kraju svakog poglavlja naći ćete vježbe osmišljene za bolje razumijevanje navedenog načela te za potpunije shvaćanje sutri. Te vježbe nisu dio svakidašnje meditacije, već su dodatak. Izvodite ih kada ste raspoloženi dodatno raditi na razumijevanju načela sinkrosudbine.

Na kraju, to je doista sve što morate učiniti da biste ušli u svijet gdje se sinkrosudbina događa. Sedam načela, sedam sutri, vaši arhetipovi, mogućnost da meditirate koristeći

"sohum" mantru i na kraju čitanje navoda uz sutru jesu ključ da se vratite k svom središtu i povratite ravnotežu. To je alat u vašim rukama koji omogućuje nastanak čuda.

123

8

<Prvo načelo: ste val u kozmičkom oceanu

Sutra: Aham Brahmasmi

Jezgra mojega bića jest bezuvjetna stvarnost, ishodište i temelj svemira, izvor svega što postoji.

^T%rv0 načelo sinkrosudbine govori o postojanju inteligencije 1 \*! I^omogućuje postojanje i rast mojeg tijela, vašeg tijela te sven u cijelosti: od zvijezda, galaksija pa sve do subatomske čestice. Ta svjesna energija je izvor kozmosa. To je tijelo koje svi dijelimo i 1 nas sve povezuje. Bit mojeg tijela ista je kao i ona vašeg tijela, kao i prisutna kod svih bića.

Vi, ja i svemir smo u potpunosti isti. Ja sam svemir sveden na jedinačno ljudsko biće. Vi ste također svemir sveden na tijelo 1 upravo u ovom trenutku prostorvremena čita ove retke. Oboje po jimo kao svojevrsni otok, greben ili izdanak u polju svjesne inteligencije

124

Spontano ispunjenje želja

čije. Svaki je naš dio izražen i orkestriran tom neograničenom nelokaliziranom inteligencijom, beskrajnim morem svijesti iz koje smo potekli i vi, i ja, i cijeli svemir. čak i naše misli, naše želje, težnje, snovi nisu tehnički naše misli, želje, težnje i snovi. Oni su očitovanje cijelog svemira. Kad shvatite da vaše želje i težnje u potpunosti odgovaraju onima koje ima svemir, napustit će vas želja za kontrolom i predat ćete se čudesnom životu u kojem ste se rodili da vas vodi putevima nezamislive ljepote.

Kad jednom usvojite ovu premisu, razumjet ćete sutru za prvo načelo sinkrosudbine: Jezgra mojega bića jest bezuvjetna stvarnost, ishodište i temelj svemira, izvor svega što postoji.

Bio bi potreban cijeli životni vijek da bi se izmjerila dubina značenja ove sutre koja za ljudski život ima naročiti smisao. Kada uspijemo u potpunosti shvatiti značenje ove sutre, sve će postati moguće jer sve već postoji u nama. Vi i ja smo u potpunosti isti: bezgranično biće s vlastitom jedinstvenom točkom gledišta. Moje jastvo nedjeljivo je od svega što postoji isto kao što je i vaše nedjeljivo od svega što postoji.

Moć te zamisli izlazi na vidjelo kada shvatimo da jastvo djeluje na sinkronistički način. Budući da sam ja izdanak svjesne inteligencije, a ona je izvor stvarnosti, onda ispada da sam ja izvor ukupne stvarnosti. Ja to i jesam jer stvaram svoju vlastitu stvarnost.

Namjera izvire iz naših najdubljih težnji, a one su opet oblikovane karmom. Vi i ja nemamo istu karmu pa stoga i ne težimo istome. Mi volimo različite ljude, posjećujemo različite grobove, molimo se ispred različitih oltara. Težnje su nešto stoje specifično za svakoga.

A opet, ako pratimo lanac težnje, na kraju ćemo doći na isto mjesto. Želimo biti sretni. Želimo biti ispunjeni. Želimo smisao i svrhu u našem životu. Želimo osjetiti vezu s Bogom ili duhom. Želimo da nas drugi ljudi poštuju i vole. Želimo se osjećati sigurno. Te

su težnje univerzalne. Ono što nije zajedničko jest put kojim moramo proći da bi ih ostvarili, a on ovisi o našim osobnim iskustvima i sjećanjima ili karmi. Svi idemo prema istom mjestu, ali različitim putevima.

"Sr,

Deep ak Chopra

Vježba i TIHI SVJEDOK

I

Otiđite na tiho mjesto gdje vas neće smetati. Pustite smiruju glazbu. Zatvorite oči. Tada obratite pozornost na to tko zapravo sh glazbu. Zamijetite dva različita vida vas samih. Vaše uši prim; glazbu dok mozak obrađuje note i to je sustav kojim se služii prilikom slušanja. Tko zapravo spaja note koje oblikuju glazbu? Tkc taj koji sluša dok si vi postavljate sva ta pitanja?

Primijetite tihog svjedoka, uvijek prisutnog šutljivog slušatelja^ prisutnost ne postoji samo u vama već i u okolini. To je dio vas koj iznad trenutnih misli i osjećaja, dio koji se nikad ne umara i nikad spava niti može ikada biti uništen. Prepoznajte tog stalnog tir pratitelja. To je onaj dio vas kojeg možete vidjeti u meditaciji kada misli dovoljno stišaju. Možete osjetiti to duboko strujanje svijesti ui tar vas.

Svijest o tom tihom svjedoku početak je svijesti o polju svjesne ir ligencije izvoru svega sinkronističkog u našim životima.

Vježba 2

ZAŠTO STE OVDJE

j

Za ovu vježbu morate imati olovku, papir i deset minuta vremenem

Zapitajte se: Zašto sam ovdje? Zapišite prvo što vam padne pamet. Ovo je pitanje podložno mnogim tumačenjima, stoga j nostavno stavite na papir prvo čega se sjetite.

Ne brinite za ot pisanja, to mogu biti samo natuknice.

Tada ponovno postavite pitanje: Zašto sam ovdje? Zapišite n odgovor. Ponovite tako dvadeset puta. Nastavite tražiti različite nač: na koje ćete protumačiti ovo pitanje tako da odgovori budu jed stveni.

Kad završite, pregledajte svoje odgovore. Što vam oni govore? Vi te li kakav obrazac ili slijed u odgovorima? Što vam odgovori govor

126

Spontano ispunjenje žeiija

načinu na koji gledate svoj život?

Možete promatrati svoj život kao skup vanjskih i unutarnjih događaja, ali isto tako možete te događaje povezati međusobno uključujući i duhovnu komponentu. Na taj način spoznat ćete da je vaš život prilika da sa svijetom osobno podijelite poseban dar koji vam je dan. To je jedan od odgovora na pitanje zašto ste ovdje. Poznavanje svrhe pomoći će vam usredotočiti vaše namjere.

Navodi uz sutru za prvo načelo

Zamislite da se cijeli svemir igra unutar vas. (kad stvorite sliku u umu, izgovorite riječi "aham brahmasmi")

Zamislite da ste povezani sa svime što postoji, (aham brahmasmi)

Zamislite da ste komadić kristala koji odražava svjetlost svih ostalih komadića. također

odrazite svjetlo cijelog svemira.

i (AHAM BRAHMASMI)

Zamislite da ste nit tkanja, (aham brahmasmi)

Zamislite da ste vječni, (aham brahmasmi)

127

'Drugo načelo:

'Kroz ogledalo odnosa

istražujem svoje nelokalizirano ja

Sutra: Tat Tvam Asi

Vidim sebe u drugima i druge u sebi.

^—poznavanje kako djeluju međuljudski odnosi ključno je za ra: \*! ^mijevanje sinkrosudbine. Na zapadu se oslanjamo na po] larnu psihologiju očekujući od nje objašnjenja za naše mis osjećaje. Ima i podosta knjiga za samopomoć koje predlažu promje sve dok se ne zadovoljimo postojećim odnosom. Ipak, stvoriti poziti> ljudski odnos više je od pukog traženja zadovoljstva. Ono znači osi] rati okolnosti da bi se mogla dogoditi sinkrosudbina. To je apsolut temeljno poput gravitacije ili kisika koji udišemo.

3

Mantra za to načelo je "Ja sam to". Ovo se načelo nadograđuje! prvo načelo u kojem smo naučili da smo svi mi dio istoga tijela i svat

128

Spontano ispunjenje želja

s vlastitim gledištem na svijet. Ja sam to podrazumijeva da gledajući sve i svakog na ovom svijetu ne vidite ništa drugo doli drukčiju inačicu sebe. Vi i ja smo isti. Sve je isto. Ja samo to, vi ste to, sve je to. Svi smo mi ogledala za druge i moramo naučiti vidjeti sebe u odsjaju drugih ljudi. To je ono što se zove ogledalo odnosa. Kroz to ogledalo otkrio sam svoje nelokalizirano jastvo. Zbog toga je očuvanje odnosa najvažnija stvar u mojem životu. Kad pogledam okolo sebe, vidim različite oblike sebe.

Odnos je dakle sredstvo pomoću kojega možemo postići duhovni razvoj s ciljem dostizanja jedinstva svijesti. Mi smo svi nedjeljivi dio jedne univerzalne svijesti, ali stvarni se napredak događa kada počinjemo shvaćati tu nedjeljivost u svakidašnjem životu. Odnos je moćno sredstvo za postizanje jedinstva svijesti upravo stoga što smo mi stalno u odnosu. Razmislite o mreži odnosa u vašem životu. Roditelji, djeca, prijatelji, suradnici, ljubavni partneri. Svi su ti odnosi u svojoj biti duhovna iskustva. Kada ste zaljubljeni, imate osjećaj kako je vrijeme stalo te je za vas potpuno nevažno. U tom ste trenutku mirni i sigurni. Osjećate se predivno i ranjivo, zaštićeno i izloženo. Mijenjate se, ali ste spokojni, osjećate se čudesno. To su prije svega duhovna iskustva.

Kroz ogledalo odnosa, svih odnosa, otkrivamo proširena stanja svjesnosti. To vrijedi za sve odnose: i one u kojima volimo i one u kojima smo nekoga odbili ili bili odbijeni. čime se zapravo povodimo kada osjećamo privlačnost? Obično nas privlače uspješne osobe koje imaju neke iste značajke kao i mi sami. Volimo boraviti u njihovom društvu podsvjesno se nadajući da ćemo na taj način i sami uspjeti u svojim namjerama. Isti obrazac vrijedi kod odustajanja od odnosa. Značajke koje gušimo u sebi, a vidimo ih kod

nekoga, bit će upravo razlogom odbijanja te osobe. Stoga znajte, ako prema nekome zauzmete izrazito odbojan stav, ta osoba zasigurno posjeduje one značajke koje vi silno pokušavate zaniijekati u sebi. Da ste bili spremni prihvatiti te neželjene kvalitete, tada vas susret s takvom osobom ne bi uznemirio.

Shvaćajući da se možemo vidjeti u drugima, svaki odnos postaje

129

Deepak Chopra

sredstvo razvoja naše svijesti. Evolucijom vlastite svijesti počinjer doživljavati iskustva proširene svjesnosti. To je stanje gdje možei; iskusiti sinkrosudbinu.

Kad vas sljedeći put netko privuče, zapitajte se što vas je to privul kod te osobe. Da lije to ljepota, elegancija, gracioznost, moć, inteligi čija. Što god to bilo, znajte da ta značajka prevladava i u vama. Obrat pozornost na te osjećaje i bit ćete u prilici naučiti još malo više o sebi

Kao što smo rekli, isto vrijedi i za ljude koji vas odbiju. Ka upoznajete sebe i sve više postajete ono što uistinu jeste, počet 6 prihvaćati i one značajke koje su možda manje privlačne. Temelj načelo univerzuma je istodobno postojanje suprotnih vrijednosti, možete biti hrabar ako ne nosite kukavicu u sebi. Nećete biti darežlj ako vas iznutra ne promatra škrtac. Krijepost nećete imati ukolika posjedujete mogućnost da budete zli.

i

Mnogo vremena u životu trošimo na poricanje tamnih strana n; osobnosti i to obično tako završi da vlastite loše strane pokušavai pronaći, odnosno premjestiti u osobe iz naše okoline. Jeste li ikc upoznali nekoga tko spontano privlači "krive" ljude u svojem živo Nemaju ni najmanju ideju zašto im se to događa stalno, iz godin godinu. Stvar nije u tome da oni sami po sebi privlače loše osobine, ' ih ne žele prepoznati u sebi. Kada pronađete osobu koja vam se! sviđa, to je prilika da istražite paradoks supostojanja suprotnih vrij nosti te da otkrijete još jedno svoje lice. To je korak prema duhovn razvoju. Ljudi koji se smatraju vrlo produhovljenima s radošću pi vaćaju potencijal svjetla i mraka. Kada ste među ljudima koji ima priznaju svoje tamne strane, nećete doći u priliku da vas netko r. suđuje. Samo kod onih koji suprotne kvalitete poput dobrog i loš pravog i krivog vide jedino u drugima može doći prosuđivanja,

Kad budemo u stanju prihvatiti svoje dobre i loše strane, m ćemo započeti s ozdravljenjem sebe samoga i vlastitih odnosa. ] primjer, zamislite Adolfa Hitlera i zapitajte se da li je moguće da jetite simpatije prema tom čovjeku? Većina ljudi odbija prihvatiti njenicu da se barem trunka Hitlerovog karaktera nalazi i u njima. B

130

Spontano ispunjenje želja

mislite malo dublje. Jeste li ikad imali predrasude prema nekim ljudima na temelju njihove boje kože, govora, podrijetla i nečega drugoga? Ako se sjetite nečeg takvog, onda znajte daje dio vas koji je odgovoran za izricanja takvih predrasuda jednak onome dijelu Hitlera koji je odgovoran za masovne grobnice. Svi smo mi višedimenzionalni, odnosno svedimenzionalni. Sve što postoji negdje u svijetu, postoji negdje i u nama. Kad prihvatimo sve različite vidove naše osobnosti, postat ćemo svjesni naše veze s

univerzalnom sviješću i proširiti vlastitu svjesnost.

Postoji predivna sufistička priča koja dobro oslikava kako spomenuta ogledala utječu na naše živote. Neki je čovjek došao u selo te se uputio kod majstora suflzma, starog seoskog mudraca. čovjek reče: "Moram donijeti odluku da li da se doselim u ovo selo ili ne? Zanima me kakvo je tu susjedstvo? Možete li mi reći nešto o ovdašnjim ljudima?" Starac odgovori: "Reci mi kakvi ljudi žive tamo odakle dolaziš?" čovjek reče: "Sve sami pljačkaši, lopovi i lasci." Na to će starac: "Znaš, upravo takvi ljudi žive i ovdje." Posjetitelj napusti selo i nikada se više ne vrati. Pola sata kasnije drugi se čovjek zaputi starcu te ga zapita: "Namjeravam se ovdje doseliti. Reci mi kakvi ljudi ovdje žive?" Mudrac postavi isto pitanje i drugom posjetitelju: "Kakvi su ljudi odakle dolaziš?" Ovaj odgovori: "Dobri, pošteni i vrijedni. Jako će mi nedostajati." Starac odgovori: "Takvi ljudi žive i ovdje."

Ova nas priča još jednom podsjeća da značajke koje vidimo u sebi najčešće prepoznajemo i u drugima. Kada budemo sposobni pogledati u ogledalo odnosa, vidjet ćemo i sebe u cijelosti. Ono stoje potrebno prije toga jest prihvaćanje dvosmislenosti, dvoznačnosti nas samih te svih naših vidova. Moramo se spustiti duboko da bismo uvidjeli da postojanje negativnih značajki ne znači da smo rođeni s greškom. Nitko nema samo pozitivne značajke. Postojanje i negativnih strana jednostavno znači da smo potpuni, odnosno ničeg lišeni. I tek tako upotpunjeni možemo napraviti veći iskorak prema našem nelokaliziranom jastvu.

Deep ak Chopra

### Vježba 3 PRIHVAĆANJE DVOJNOSTI

Za ovu ćete vježbu trebati olovku i papir.

Razmislite o nekoj osobi koja vas jako privlači. Na lijevoj stranici pira napišite deset kvaliteta koje ta osoba posjeduje. Napišite bilo što vam padne na pamet. Pišite brzo. Tajna je u tome da ne dopustite svojem svjesnom umu da analizira ono što napišete. Zašto vam se osoba sviđa? Zašto vas privlači? čemu se najviše divite kod te osobe<sup>1</sup>; li ta osoba draga, ljubazna, prilagodljiva, samostalna? Divite li možda automobilu koji vozi, dobro uređenoj kosi ili pak luksuzni stanu u kojem živi? Vi ste jedini koji će taj papir vidjeti stoga bud potpuno iskreni. Ako zastanete prije nego ispišete deset značajki, ti glasno izgovorite: "Divim se toj osobi zbog." Stavite to stoj izrekli na listu. Možete nabrojati koliko god značajki želite, ali i manje od deset.

i

Kada završite s time, nađite nekoga koga smatrate odbojnim, i koga tko vas iritira, živcira ili nekoga zbog koga se na bilo koji način jecate neugodno. Započnite s negativnim značajkama zapisujući također, ne manje od deset, na desnu stranu papira. Zašto vam se osoba ne sviđa? Što vas smeta kod nje? Zapišite sve što vam padne pamet.

1

Kada ste i to završili, ponovno se vratite na prvu osobu i pokušajte naći tri negativne stvari kod nje. Ne opirite se tome nitko nije savršeno. Što ste spremniji prihvatiti negativnosti kod te osobe, prije ćete ih prihvatiti i kod sebe. Po završetku tog zadatka učinite isto s lošom osobom pokušajte naći tri dobre osobine.



Sada bi na papiru moralo biti ispisano barem dvadeset šest i liteta. Pročitajte svaku od njih i zaokružite onu koju i sami posje jete. Na primjer, ako ste za osobu koja vam se sviđa napisali daje su jećajna, zapitajte sebe jeste li i vi takvi. Ako jeste, tada zaokružite rij Ne razmišljajte previše, već se predajte prvom utisku. Prođite t; cijelu listu te zaokružite one riječi u kojima se i sami nalazite bez

13a

Spontano ispunjenje želja

žira jesu li te osobine pozitivne ili negativne.

Vratimo se nakon zaokruživanja riječi na one koje su ostale nezaokružene. Pogledajte ih dobro i odredite one koje se nikako ne mogu odnositi na vas. Podcrtajte ih.

Sada od pozitivnih osobina koje ste zaokružili izaberite tri koje vas najbolje opisuju.

Okrenite papir i napišite te osobine ponovno. Nakon toga vratite se podcrtanim osobinama, onim koje vam nikako ne pristaju, te izaberite tri koje se ni najmanje ne odnose na vas. Okrenite papir i zapišite ih ispod pozitivnih osobina te svih šest osobina pročitajte sada naglas. Vi ste podjednako svih tih šest kvaliteta i značajki. Kvalitete koje ste najснаžnije zanijekali u sebi također su dio vas i velika je vjerojatnost da vam upravo te osobine prave najveće probleme u životu. Privlačit ćete ljude sa svih ovih šest kvaliteta. Pozitivne značajke doći će u obzir zbog toga jer će biti privučene mišlju da ih zaista zaslužujete, a negativne zbog poricanja istih osobina u sebi.

Jednom kad naučite gledati sebe u drugima, bit će vam puno lakše povezati se s njima te kroz te veze doprijeti do jedinstva svijesti. Tada će vam se otvoriti vrata sinkrosudbine. Tako je velika moć ogledala odnosa.

Vježba 4 NAMASTE

Sanskrska riječ namaste znači: "Duh u meni klanja se tvom duhu." Kadgod pogledom uspostavite prvi kontakt s nekom osobom, recite u sebi namaste. To je način isticanja daje osoba s ove strane jednaka onoj čiji pogled srećem.

Kad tako činite, sve što je vezano uz vas govor tijela, izrazi lica, ton glasa bit će prihvaćeno od te druge osobe na dubljim i finijim razinama. čak i ako taj pozdrav nije izrečen naglas, druga će osoba svjesno ili nesvjesno registrirati namjeru izricanja poštovanja. Vježbajte ovu vježbu nekoliko dana i promatrajte da li će doći do bilo kakvih promjena u odnosima s drugim ljudima.

133

Deepak Chopra

Navodi uz sutru za drugo načelo

Zamislite da vaš duh nije samo u vama, j  
nego u svim bićima i svemu što postoji. 1  
(tat tvam asi) |

|  
Zamislite daje svatko odraz samoga sebe. \  
(tat tvam asi) i

Zamislite da kad gledate u svemir, gledate u svoje ogledalo,  
(tat tvam asi) j

1

Zamislite da vidite sve što i drugi vide. >

(tat tvam asi) j

Zamislite da osjećate isto što i drugi osjećaju.

(tat tvam asi) <

Zamislite da ste vi one kvalitete kojima se najviše divite u DRUGIMA. i

(tat tvam asi) .

Zamislite da se kod drugih očituju upravo one kvalitete \ koje vi najviše cijenite kod sebe. \

(tat tvam asi) |

1

Zamislite da ste u holu ispunjenom ogledalima te da se j MOŽETE VIDJETI KILOMETRIMA DALEKO I DA JE SVAKI \ ODRAZ KOJI VIDITE VAŠ, ALI IZGLEDA DRUKČIJE. "\

(TAT TVAM ASI) \

134

10

Treće načelo: Ovladajte unutarnjim dijalogom

Sutra: Sat čit Ananda

Moj unutarnji dijalog odražava vatru moje duše.

\*—d reće načelo opisuje kako vaš um stvara ono što nazivamo stvar• I nost te kako ovladavanjem unutarnjim dijalogom možete doslovno preoblikovati stvarnost u namjeri stvaranja obilja.

Sama mantra sat čit ananda nam kazuje daje duša mjesto spontane ljubavi, spoznaje i blaženstva. Sat znači istina, odnosno odsutnost svih ograničenja. čit znači potpuno znanje, spontanost spoznaje ili čista svijest. Ananda znači blaženstvo, potpuna sreća, cjelovitost ispunjenja. Stoga ono što nam ta fraza uistinu hoće reći jest: "Moja je duša slobodna od svih granica. Moja duša posjeduje spontano znanje. Moja duša postoji u potpunom ispunjenju, blaženstvu."

Unutarnji dijalog jedna je od naših temeljnih značajki. Kad sret

135

•|4

Deepak Chopra

nemo nekoga koga ne poznajemo, skloni smo promatranju njege odjeće, automobila koji vozi ili vrijednosti sata na ruci. Na osnovi pokazatelja stvorit ćemo određeni dojam o toj osobi. Taj kratak p gled koji smo napravili zapravo nije ništa drugo već razgovor našeg e sa samim sobom. Taj mali glas u vašoj glavi stalno nešto procjenjuje nekog odmjerava. Dijalog koji se odvija na taj način ima vrlo važ ulogu: prosuđujući stvari koje vidi oko sebe, omogućuje nam p življavanje. Ta osoba može biti opasna. Ovo voće izgleda jestivo. O nije najbolji trenutak da upitam svojeg poslodavca za povišicu. Taj ] risni unutarnji glas, a često i jest koristan, natjerat će vas da pomisl da ste vi i taj glas,

zapravo jedno te isto te da su ciljevi toga glasaj« naki vašima. No kao što smo vidjeli, postoji još jedno mjesto unu vas gdje jedan tihi svjedok ima svoje prebivalište. To je mjesto gdje vi spajate s duhom, mjesto gdje lokalizirani um biva zamijenjen ne kaliziranom inteligencijom. To je mjesto do kojega možete doprij meditacijom.

i

Unutarnji dijalog i moć jastva

Sinkroniziranost s poljem inteligencije stvara fizičku, emocional i duhovnu ravnotežu. Daje vam snagu i prilagodljivost koja vam omogućuje da se bez napora suprotstavite svim izazovima. Postajete sj sobni pretvoriti izazov u vlastitu pobjedu iz koje izlazite jači nego pri:

Naš unutarnji dijalog daje nam takvu briljantnu moć iz razloga 5 je to dijalog polja svjesne inteligencije. Kada smo usklađeni s univ zalnom sviješću, kada smo sinkronizirani u polju nelokalizirane inteligencije, u mogućnosti smo uporabiti moć nesputane sile. Ta m dolazi iznutra i kad je zadobijete ništa vam nije nedostižno.

Postoje dvije vrste moći koje proizlaze iz jastva. Prva moć je a koja proizlazi iz vašega statusa, odnosno vezana je uz vaše ime, bog stvo ili titulu. Moć statusa može biti velika, ali ima svoj kraj. Prava m dolazi iznutra te je utemeljena na duhovnosti, a ne na vrijednostir materijalnoga svijeta. Ona je stalna i ne umire s tijelom. Kod statu

136

Spontano ispunjenje želja

su identitet i moć vezani za vanjske prilike kao što su podrijetlo, novac, poznanstva.

Identitet u drugom slučaju stječemo slušajući svoje istinsko ja, a moć dolazi od unutarnjega vodstva duha nastanjenog u nama. Kada surađujete s unutarnjim vodstvom, osjećaj jastva je vrlo jasan te je imun na vanjske utjecaje. To je izvor osobne moći. Kad vanjski činitelji izgube snagu kojom napadaju vaš osjećaj kojim osvjesćujete unutarnjeg sebe, tada ste postali imuni na sve vanjske kritike i pohvale. Također vam je jasno da smo svi isti jer svi pripadamo istom tijeku svjesne inteligencije. To znači da imate spoznaju da u životu niste nikome ni podređeni ni nadređeni. Ne morate nikoga moliti, braniti se ili uvjeravati nekoga u nešto jer ne morate niti same sebe uvjeriti. Iako zvuči sjajno, vrlo rijetki uspiju postići stanje unutarnjeg vodstva. Najčešće tu poruku iznutra uspijevamo učiniti nejasnom dopuštajući egu da se umiješa. Naše misli pod utjecajem vanjskih činitelja (poput brige o novcu, poslu te napetost u odnosima) priječe vlastiti duhovni razvoj što rezultira kretanjem u pravcu suprotnom od onoga u kojem bismo željeli ići.

Dva najbolja načina kako izbjeći takvo stanje jesu meditacija i svjesno vježbanje pozitivnog unutarnjeg dijaloga. Unutarnji dijalog nam pomaže kretanje u željenom pravcu te radi na očuvanju sinkroniciteta i unapređenja duhovnog razvoja. Pozitivnim unutarnjim dijalogom možemo stvoriti unutarnju moć.

Na primjer, pretpostavite da ste nezadovoljni trenutnim poslom koji radite i žalite naći novi. Počinjete pratiti novine i razgovarati s prijateljima o tome, no ništa ne možete naći. Možete postati frustrirani i vaš bi se unutarnji dijalog mogao javiti sa sljedećim

zaključkom: Nema nade za mene. Promotrite kako je taj primjer potpuna suprotnost primjeru iz jednog sasvim drugog dijela svijeta. Uzmite lovca u amazonskoj prašumi koji ima problema s nalaženjem lovine. Ode li do šamana po savjet, ni on ni šaman neće tražiti rješenje okolo, već u samom lovcu. Nikome ne pada na pamet da kaže: "U prašumi nema divljači za mene." Problem je u lovcu, odnosno u nečemu što je u

M  
137

Deepak Chopra

njemu, a što ga priječi da pronađe divljač. Stoga šaman poziva love« sudjeluje u ritualu koji će promijeniti stanje lovčevog srca i uma je to mjesta odakle potječe naša stvarnost. Kada se nađemo u situaciji da kažemo kako na svijetu za nasi ničega nema, morali bismo se obratiti i našem srcu upitavši ga im išta u njemu za nas? Moramo preispitati naš unutarnji dijalog bismo našli mjesta koja priječe protok svjesne energije te istodol ukloniti ego i pustiti neka vatra koja gori u našoj duši prosjaji kroz n tijelo.

Vedske priče govore da se vatra duše očituje kroz sjaj očiju. On; odražava spontano kroz govor i pokrete tijela. Sve što kažete, osjec ili napravite, odrazit će istu tu vatru unutar vas. Kako to izgleda? postoji apsolutno objašnjenje, no sam duh ima odraz u savršenom voru i ponašanju suzdržavajući se od svega što bi mu moglo štđ Duh se očituje u samopouzdanju, sreći, zdravom humoru, u od nosti straha, ljubaznosti te umjerenosti. Kvaliteta vašeg unutarnjeg jaloga lako je uočljiva drugima iako oni ne poznaju vaše razloge. I vježbate unutarnji dijalog, ljudi će se vezivati uz vas, htjet će vam moći i biti u vašoj blizini. Htjet će s vama dijeliti ljubav i blažens koje sjaji u vašim očima te je očitovano u svakom vašem pokretu. T stvarna unutarnja moć.

t

I

Vježba 5

]

VATRA U OČIMA

I

Vatra vaše duše očitovat će se u vašim očima. Kad god se pogled u ogledalo, tiho ponovite u sebi tri temeljna načela samoodnosne Prvo si recite: "Potpuno sam neovisan O dobrom ili lošem misije drugih ljudi." Drugo: "Nisam ispod nikog." Treće: "Bez straha mogu suočiti s bilo kakvim izazovom." Pogledajte svoje vlastite o< ogledalu i promatrajte stav koji se nazire u njima. Ciljajte samo oč ne izraz vašega lica. Potražite sjaj u očima kako biste se podsjetili na tru vaše duše.

138

Spontano ispunjenje žeiija

Navodi uz sutru za treće načelo

Zamislite da ste potpuno usklađeni i mirni, (sat ćit ananda)

Zamislite da gledate na svijet sa znanjem i mirom, (sat ćit ananda)

Zamislite da su sva bića ravnopravna, (sat ćit ananda)

Zamislite da se ne povodite za laskanjem i

da vas ne vrijeđa kritika.

(sat ćit ananda)

Zamislite da ste usredotočeni na putovanje,  
a ne na cilj putovanja.

(sat čit ananda)

Zamislite da je u vašoj nazočnosti svaka agresivnost  
pobijedena dubokim mirom. t" (sat čit ananda)

Zamislite da ste izvan zakona akcijereakcije. (sat čit ananda)

Zamislite da se u vama nalazi dubok ocean spokoja  
u kojem nema ni najmanjeg vala.

(sat čit ananda)

139

Deepak Chopra

Zamislite da ljubav zrači iz vas kao što svjetlost izlazi iz kriješova.

(sat čit ananda) 'i

Zamislite da ste u ljubavi sa svim i svakim. |

Zamislite da ste opijeni ljubavlju. i

(sat čit ananda) i

Zamislite da na spontan način dolazite do odgovora \  
uvijek kad vam zatrebaju. \

(sat čit ananda) \

Zamislite da znate točno što ćete učiniti u bilo kojoj situaciji

(sat čit ananda) \

140

11

četvrto načelo: 'Namjera je tkalac svemirskog sukna

Sutra: San Kalpa

Moje namjere imaju beskonačnu organizirajuću moć.

fmi yaše su namjere očitovanje cijeloga svemira jer smo dio njega. I XI Također, u tim je  
namjerama sadržan mehanizam za njihovo ispunjenje. Sve što nam je potrebno jest  
jasnoća namjere te ako ona postoji, preostaje još samo problem ega koji se postavlja na  
put ostvarenja. Namjera privlači elemente, sile, događaje, okolnosti, odnose i sve ostalo  
stoje potrebno da bi se postigao željeni rezultat. Sami se ne trebamo previše miješati u  
detalje jer to bi moglo izazvati suprotan učinak. Pustite nelokaliziranu inteligenciju da  
sama sinkronizira akcije koje su potrebne za ostvarenje vaše namjere. Namjera je sila  
poput gravitacije, samo što je puno jača. Nitko nije posebno zadužen

141

Deepak Chopra

da pazi na gravitaciju ili daju čuva. Također ne možemo reći: Ja ne \ rujem u gravitaciju.  
To je sila koja postoji neovisno o tome da lije ra: mijemo ili ne. Ista je stvar i kod  
namjere.

Gotovo se svatko od nas našao u prilici kad se pokušavao sje! nečijeg imena ili naslova  
neke knjige. Na vrhu vam je jezika, ali ime kako da dođe. I što se jače trudite ne biste li  
se sjetili, to vam ono s više bježi. Jedini način kako ćete doći do informacije jest da potra

prepustite nelokaliziranoj inteligenciji, a da biste to napravili, mori se prvo obračunati s vlastitim egom i maknuti ga u stranu. Tada: namjera imati slobodan protok do virtualnog područja koje će početi s traženjem onoga što vas zanima. Nije važno o čemu razmislite, da li gledate neki film ili možda spavate; nelokalizirana inteligencija koja neumorno radi na vašem upitu. Odgovor će se u jednom trenutku jednostavno pojaviti ispred vas i istodobno vas učiniti zadovoljnim i zadivljenim. Ovaj jednostavni primjer zorno objašnjava kako djeluje namjera. Sve što moramo napraviti jest stvoriti namjeru i predati je ruke svemira.

]

Moć namjere mora biti oslobođena, a to možemo učiniti spajajući se s poljem svjesne inteligencije meditirajući svaki dan. Kad osoba dostigne određenu razinu svjesnosti, svaka joj namjera postaje stvarnost. Postoje osobe čije su veze sa poljem svjesne inteligencije toli čvrste da im se svaka namjera trenutno očituje cijeli se svemirski svijet pokreće da bi ostvario namjeru. Naravno da to ne znači da im; ostvaruje svaka osobna namjera, ali to nije ni želja te osobe. Kad; spojite s univerzalnom svijesću, tada se i namjere mijenjaju. Može reći da svjesna osoba ostvaruje svaku svoju namjeru zato jer njihovi ostvarenjem dolazi do ostvarenja težnji kozmičkog uma.

Način izražavanja namjere je potrebno uvježbavati i za to su potrebna mirna mjesta i mirni trenuci. Društvo u kojem danas živimo nažalost nema razumijevanja za takve stvari. Malo pak je vjerojatno i ćete se povući u neku osamu ili na vrh planine da biste sebi osigurali mir potreban za razvoj duha. Prometni čepovi, stanka dok čeka stranku ili važan telefonski poziv, vozila gradskog prijevoza, taksi te j

142

Spontano ispunjenje želja

kojekakvi proizvodi modernog društva mjesta su gdje ćete često morati upražnjavati duhovne vježbe.

Namjera nije jednostavni hir. Ona traži pažljivost i odvajanje od okoline. Jednom kad smo ozbiljno izrazili namjeru, moramo se maknuti i prepustiti detalje ostvarenja univerzumu. U protivnom u igru ulazi ego koji proces ostvarenja baca u sjenu. Uskoro postajemo frustrirani zbog neispunjavanja naših želja. Vaš status i vaše mjesto u društvu bivaju ugroženi i počinjete sažalijevati sami sebe. Namjera u biti sama rukovodi svojim ostvarenjem. Jedino što joj može stati na put ostvarenja jest potreba dominacije vašeg ega.

Naravno, najlakši način ostvarenja svih namjera jest da ih izjednačite s onima koje svemir ima prema vama. Kada ih izjednačite, uvidjet ćete da sinkronicitet ima vrlo veliku ulogu u životu. Najbolji način za postizanje sklada sa svemirom jest njegovanje osjećaja zahvalnosti. Budite zahvalni prema svemu u životu. Odajte zahvalnost za svoje mjesto u svemiru i što vam je dana prilika da promičete sudbinu koju svi zajedno dijelimo.

Odbacite sve optužbe i bit ćete bliže skladu. Optužbe dolaze od ega. Životinje nemaju nikakvih problema sa prigovaranjem i optuživanjem. Jedino je ljudima svojstveno da ne mogu ispuniti svoje namjere zbog raznih vrsta emocionalnih kočnica. Sve ih morate otpustiti i odbaciti želite li stvoriti čistu namjeru.

Vježba 6 ^

USREDOTOČENJE NAMJERE

\*

Najbolji način da se usredotočite na namjeru jest da je zapišete. Iako se to čini logičnim, mnogi ljudi to ne rade. Rezultat toga jest oslabljena usredotočenost na namjeru te njezino neostvarenje.

Otiđite na mirno mjesto gdje nećete biti ometani. Zapišite sve što želite bez obzira jesu li želje površne ili imaju neku dubinu. Uključite sve razine: materijalizam, ego, zadovoljenje, odnose, samopoštovanje te duhovnost. Budite što određeniji.

Zapitajte se što želite u svijetu materijalnoga? Kakvog ste obilja naj

Deepak Chopra

više željni? Želite li kuću s četiri spavaće sobe? Zapišite to. Želi djecu poslati na fakultet? I to zapišite. Zapišite što biste željeli n zini osjetila. Kakvu glazbu, čiji dodir, miris, okus ili pogled te s^ opet uredno zapišite.

Zapitajte se što biste željeli u odnosima. Zapišite kakve biste nose željeli imati: od romantičnih, roditeljskih pa sve do onih pa nih.

i

Napišite što biste željeli na polju osobnih dostignuća te kako 1 željeli uklopiti sebe u društvo u kojem živite. Što biste željeli učini svojim životom kad se radi o okolini u kojoj živite, o zemlji čij, državljanin te o civilizaciji općenito? čime biste željeli pridonijeti; društvenoj zajednici? Zapišite što biste željeli kada razmišljate o s smislu svojega postojanja. Tko biste željeli biti? Što bi od duhovi unijeli u život? Sve zapišite na papir. Kako vam se želje mijenjaju i punjavaju, tako ih dodajte ili maknite s liste.

j

Meditirajte kakav bi život bio kada bi se sve te želje ispu Pokušajte oživjeti unutarnje vizije potpunog ispunjenja na mate; noj i duhovnoj razini. Neka vas ne zabrinjava njihov redoslijed ili lističnost. Jednostavno ih pustite da budu u vama te ih pokušajti jetiti sa svih pet osjetila. Cilj je da se s jednakom pažnjom odm prema svima bez obzira s koje razine potječu. Kad ste pažljivi, i tarnji dijalog je vrlo jasan i čist te će vam pomoći uspostaviti jedin svijesti. ]

Namjere ne traže stalnu pozornost već stalnu usredotočenost. 1 navika koja se stječe s vremenom. Jednom do dva puta dnevno pc dajte listu koju ste napravili. Pročitajte je neposredno prije medita Tijekom meditacije dovodite sebe u tišinu. Ego se povlači. Posije toga je odmak od rezultata vaših namjera te odustajanje od vlasi miješanja u način ostvarenja čime oslobađate prostor beskom organizirajućoj moći više inteligencije da umjesto vas rukovodi i njenjem svih navedenih namjera. Važno je odmaknuti se od ra ega da biste omogućili nelokaliziranoj inteligenciji rad na ispunjf vaših težnji kroz sinkronicitet.

144

Spontano ispunjenje želja

U početku možete biti sebični koliko god želite. Sve vaše namjere mogu se odnositi samo na vas i biti ono što biste željeli da vam se dogodi u životu. S vremenom ćete shvatiti da je cilj ispunjenje na svim razinama, a ne samo na osobnoj i razini ega. Kada počinjete uviđati da vam se osobne namjere ispunjavaju, prestat će biti izazov i krenut

ćete dalje. Kad imate obilje hrane, ona vam više uopće nije važna. Isto je s namjerama. Kada shvatite da je ispunjenje svake namjere moguće, više vas neće zanimati samo osobni interes, već i interes okoline. Taj se proces ostvaruje u etapama. Budite strpljivi i ne propuštajte trenutke kada se čuda stvaraju.

### Vježba 7 SUTRA SRCA

Ovo je vježba meditacije koja pokazuje moć namjere. Istodobno, to je vježba za usredotočenje pozornosti i namjere.

Uzmite si petnaest minuta vremena i nađite mirno mjesto gdje vas neće smetati.

Zatvorite oči i pet minuta prakticirajte primordijalni zvuk "sohum" koncentrirajući se na dah.

Nakon pet minuta pomaknite mentalnu svjesnost u predjele srca, u sredinu grudi.

Obraćanjem pozornosti na srce mogli biste osjetiti kako vam srce jače lupa. To je sasvim normalno. Usporedno sa osjećajem kucanja srca započnite sa osjećajem zahvalnosti.

Napravite to tako da se prisjetite svih događaja, veza i odnosa te stvari prema kojima imate razloga biti zahvalni. Dopustite slikama prošlosti da izađu na površinu vaše svijesti dok vam je pozornost još uvijek u predjelu srca. Nekoliko trenutaka provedite razmišljajući o ljudima koje volite i koji su dijelili svoju ljubav s vama.

Tada recite sebi: Svaka moja odluka svodi se na izbor između žaljenja i čuda. Moj izbor je čudo. Zamjerke i žaljenje te ljudi koji su vezani uz njih mogli bi izaći na površinu vaše svijesti. Dođu li, jednostavno recite sebi: Moj izbor je čudo. Nakon toga postanite svjesni ponovno svojega srca i svjesno udahnite. Udišući, ponavljajte: Lju

Deepak Chopra

bav... znanje... blaženstvo... ljubav te izdahnite ponavljajući isto. i pravite stanku od nekoliko sekundi između udisaja i izdisaja. činit tri do četiri minute. Kroz meditaciju vezanu uz sutru srca vatra \ duše ljubav, znanje i blaženstvo počet će samu sebe zračiti kroz s To je mjesto gdje se susreću treće i četvrto načelo sinkrosudbine. V; vaše duše sada započinje stvarati vašu namjeru.

Nakon minute oslobodite se svih misli i osvijestite područje s Osjetite kucanje srca bilo kao zvuk ili kao pojavu. Osjetite snagu o caja. Nakon što ste osjetili otkucaje srca, premjestite svjesnost na r te pokušajte osjetiti kucanje srca u rukama. Obznanite namjeru p< ćanja protoka krvi u ruke. Stvorite namjeru. Kako se protok krvi b povećavao, jačat će i otkucaji srca ili ćete osjećati toplinu, šum ili n< slično. Stvorite namjeru povećanja topline ruku tako da vam r postanu sve toplije i toplije. Osjetite toplinu u rukama dok sama q jera povećava protok krvi.

|  
Kada vam se ruke zagriju, pomaknite svjesnost prema licu u pre očiju te stvorite istu namjeru kao i prije. Povećajte protok krvi da \ lice postane toplije. Jednostavno stvorite namjeru. Možda ćete osj< pulsiranje u predjelu očiju kako se protok krvi bude povećavao i zagrijavalo.

\*

Konačno vratite svjesnost srcu. Zamislite da se u njemu na točka svjetlosti sitna poput vrha igle pulsirajući u ritmu otkucaja s Ta točka koja pulsira u srcu jest svjetlost duše i njezino je pulsiranje popraćeno s tri kvalitete duše: ljubavlju, znanjem i blaženstvom ili chit



anandom stoje također i sutra za treće načelo u desetom pogla\ Osjetite pulsirajuću svjetlost ljubavi, znanja i blaženstva. Na taj m duša odašilje svjetlost ostalim dijelovima tijela. Sasvim polako do] tite svjetlosti da izblijeđi u vašoj svjesnosti te se okrenite cijelom tij Osjetite senzaciju. Otvorite oči, meditacija je gotova. \

146

1

Spontano ispunjenje želja

Navodi uz sutru za četvrto načelo

Zamislite da je cijeli svemir ogroman ocean svjesnosti diljem kojega se pruža vaša namjera počevši od srca.

(san kalpa)

Zamislite da vaša namjera rukovodi beskonačnim radnjama svemira uravnotežujući cijeli ekosustav.

(san kalpa)

Zamislite da vaša namjera može liječiti bolesne, (san kalpa)

Zamislite da vaša namjera može nasmijati

i razveseliti tužne i žalosne.

(san kalpa)

Zamislite da možete donijeti uspjeh onima koji su pali.

(san kalpa)

Zamislite da možete osnažiti one ff. ^ koji se osjećaju slabi i bojažljivi. \*

(san kalpa)

Zamislite da donosite nadu bespomoćnima, (san kalpa)

Zamislite da vaše misli utječu na prirodne pojave

te možete donositi sunce, kišu, oblake, dugu.

(san kalpa)

147

Deepak Chopra

Zamislite da svaka vaša misao, svaka riječ koju izgovorite^ svako djelo koje učinite donosi neko dobro na ovaj svijet.1

(san kalpa) \

148

12

Teto načelo: Iskoristite emocionalna previranja

Sutra: Mokša Emocionalno sam slobodan.

shvatimo da se stvarnost izvan nas ne može dijeliti od stvarnosti unutar nas te da je svemir ništa drugo nego nastajanje

našega tijela, razornost negativne energije unutar nas postaje i više nego jasna.

Emocionalno previranje glavna je prepreka spontanom ostvarenju naših težnji. Srećom, moguća je pretvorba negativne energije u više stanje svijesti.

Riječ moksha znači sloboda. Odzvanjajući u tijelu, ova sutra kao da govori: "Ja sam slobodan od emocija. Moja je duša izuzeta od melodrame. U meni nema zamjere,

optuživanja, agresivnosti ili krivnje. Ja sam oslobođen svojeg osjećaja važnosti kao i samosažalijevanja. Mogu

149

Deepak Chopra

se šaliti na svoj račun. Život ne shvaćam preozbiljno." Sve stoje na jeno, i mnogo više od toga, sadržano je u toj slobodi. U suprotnom nosno u slučaju emocionalnog sputavanja, iskustvo duha past < sjenu ega pa se ni najbolje namjere neće moći ispuniti. Emocionalna sloboda vodi neizbježno također i do psihološk duhovne slobode. U biti postoje samo dvije emocije: zadovoljstvo i; Ili se osjećamo dobro ili nas nešto boli. Većina ljudi misli da su gla emocije ljubav i strah, no one su samo reakcije na mogućnost zado' stva, odnosno bola. Ljubav znači želja za zbližavanjem jer pretpos ljamu da će nam to donijeti zadovoljstvo. Strah znači želja za i ljavanjem u nastojanju izbjegavanja bola.

Život provodimo tragajući za zadovoljstvom i izbjegavajući bol. i kome od nas različite stvari donose zadovoljstvo kao i bol. To d1 proizlazi iz potreba koje imate. Žudim li za omiljenim sladoledo vidim li kako mi ga donosite, protumačit ću to kao zadovoljs Donese li vam netko čokoladni sladoled, a vi ste alergični na čokok povezat ćete njegov čin s bolom. Sve je u zapažanju i tumačenju. Eg taj koji određuje što je bol, a što zadovoljstvo; ego je taj koji kad g pokuša zaobići ili prijeći njegove granice, osjeća bol. Optimalno stanje jest ravnoteža. Svaki put kad osjećamo emo nalna previranja, narušavamo unutarnju ravnotežu što zaustavlja; duhovni razvoj i može prekinuti našu vezu sa sinkronicitetom. O ipak nije riječ o tome da su emocije same po sebi nepoželjne ili opasne. Ljudi će uvijek imati emocije jer su one sastavni dio živ Problem s emocijama nastaje kada zbog njih skrećemo s puta koji vodi prema ispunjenju životne svrhe. Emocije mogu biti vrlo ja] uvijek će postojati neki događaji ili odnosi koji ih stvaraju. Isto takc kada nećemo potpuno iskorijeniti stvari koje donose bol i tugu. ( što nikako ne smijemo dopustiti jest da se nasucemo na neku od nji

Zamislite život kao rijeku s dvije obale od kojih je jedna bol, a dr zadovoljstvo.

Najsigurniji način plovidbe bit će sredinom rijeke. J vite jednako udaljeni od obje obale.

Približite li se jednoj od ob usporit ćete putovanje i riskirati da se nasučete. Previše zadovolji

150

r

Spontano ispunjenje želja

vodi prema ovisnosti. Previše bola može zasjeniti radost življenja.

Važno je također zamijetiti da bol ne mora biti samo fizički. Dakle, to može biti emocionalni bol ili čak samo sjećanje na bol. Iako u nama postoje prirodni instinkti za izbjegavanje bola, s njime se moramo suočiti odmah čim se pojavi jer će svako odgađanje prouzročiti kasnije emocionalno previranje. Oblik previranja može biti različit i potpuno neočekivan. Nesanica, bolest, tjeskoba, depresija samo su neki od najpoznatijih oblika.

Jedna od možda najrazornijih emocija je ljutnja. Konačni cilj duhovne pretvorbe je

prosvjetljenje, vječno stanje jedinstvene svijesti, stalna spoznaja da smo vi i ja i cijeli ostatak svemira obrasci istoga materijala istkani rukom nelokalizirane inteligencije. Ljutnja nas navodi na ranjavanje drugih te nas udaljava od prosvjetljenja i jedinstva svijesti. Ljutnja se tiče ega. Umjesto da se krećete prema prosvjetljenju, ljutnja vas baca natrag čineći vas lošim prijammikom poruka koje vam šalje svemir.

Stoga je presudno važno da kontrolirate taj oblik emocionalnog previranja. Izljev ljutnje ničemu ne pomaže, već čini ljutnju jačom. Od trenutka kad se ona pojavi, ljutnje se morate riješiti na pozitivan način što je prije moguće. U tom smislu nije cilj zakopati ljutnju kako bi je ublažili ili pak pustiti da sagori u nama. Moramo načiniti u sebi njezinu pretvorbu.

Prvi korak pretvorbe jest preuzimanje odgovornosti za osjećaje koje imate. U toj namjeri morate prepoznati emocije. Što osjećate? Iz kojeg dijela tijela dolaze ti osjećaji? Kada ih konačno odredite, ostanite uz njih neko vrijeme svjedočeći im. Iskusite ih najobjektivnije što možete, odnosno postanite neutralni prema njima. Ljutnju izaziva bol. Pokušajte ga opisati s neutralne točke gledišta.

Nakon što vam to uspije, možete taj isti bol izraziti, osloboditi ili podijeliti. Pretvorite bolno iskustvo u svjesnost. Napokon, čak je moguće da bol proslavite kao još jedan korak prema duhovnom prosvjetljenju. Kada prigrlite bol, emocionalna previranja nestaju i put prema sinkronicitetu ponovno postaje prohodan.

,\*! JL»'. \*

Deepak Chopra

Vježba 8

UHVATITE SE U KOŠTAC S BOLOM

\*

Za ovu vježbu trebat će vam oko deset minuta tišine na neke mjestu gdje vas neće nitko smetati. Započnite meditirajući nekoli minuta.

i

Zatvorenih očiju prisjetite se nekog prošlog događaja koji vas je r ljutio. To može biti neka svađa, povreda osjećaja ili neka situacija kc vas je naljutila. Kad ste se odlučili za događaj, prisjetite se što je rr guće više detalja. Napravite mentalni film o tom događaju. Prvi korak kod suočavanja s bolom proizašlim iz te situacije' određivanje što točno osjećate. Koja riječ najbolje opisuje vaše < jecaje vezane uz taj događaj? Pokušajte naći riječ koja će obuhvatiti š je moguće više od onoga što osjećate. Usredotočite se na tu riječ nel liko trenutaka.

Dopustite da vam pozornost postupno klizi s riječi na tijelo. Kak fizički učinak proizvodi u vama ponovno proživljavanje tog događaj Svaka emocija sastoji se od fizičkog i mentalnog dijela i oni se ne mo; razdvajati. Naši osjećaji se pojavljuju istodobno u umu i tijelu. Osjeti učinak koji je proizveden razmišljanjem o prošlom događaju. Jeste možda zamijetili kako vam se šake automatski stišču? Osjećate' grčenje u trbuhu? Bol u utrobi? Primijetite tjelesni vid emocije tako < odredite odgovarajuću točku na tijelu.

Sljedeći korak jest izražavanje osjeta. Stavite ruke na dio tijela i kojem mislite da se osjet javlja. Glasno recite: Ovdje boli. Postoji lij neko mjesto bola, ponovite postupak za svako od njih.

Kad god smo emocionalno povrijeđeni, rabeći našu unutarnju m možemo učiniti da bol nestane. Naša reakcija na vanjske događaje in svoje mjesto u određenom dijelu našega tijela. Mi stvaramo emoci koje uzrokuju fizički bol. Kad shvatimo tu jednostavnu činjenic možemo početi učiti kako promijeniti vlastite reakcije na vanjske p dražaje. Naš je izbor kako ćemo reagirati na događaje u svijetu. Ako to ljutnja, agresivnost, tjeskoba ili depresija, naše tijelo će reagirati

152

Spontano ispunjenje želja

skladu s time proizvodeći potrebne hormone te izazvati grčenje mišića i druge fizičke reakcije što će sve zajedno rezultirati bolom. Stoga moramo bit svjesni daje bol naša odgovornost te da drukčijom reakcijom na vanjske stvari možemo sebe poštediti neugodnosti i bola. Možemo se osloboditi emocionalnih drama i previranja.

Kad jednom postanete svjesni bola te mu odredite mjesto, preuzimajući odgovornost možete bol osloboditi. Usmjerite pozornost na mjesto gdje osjećate bol. Svakim udisajem izrazite čvrstu namjeru oslobađanja napetosti. Pola minute dišite na taj način. Izbacite to van iz sebe. Izdahnite napetost iz sebe.

Cilj sljedećeg koraka jest podijeliti bol. Zamislite da možete razgovarati sa osobom koja je sudjelovala u događaju kojega ste se prisjetili za vježbu. Što biste joj rekli?

Razmišljajući o tome, prisjetite se da ta osoba nije pravi uzrok vaših nevolja. Vaša je emocionalna reakcija dovela do fizičkog bola. Vi ste odgovorni. Znajući to, što biste rekli osobi? Ono što kažete odnosi se samo na vas i vašu situaciju. Što god rekli da podijelite bol koji ste iskusili, pomoći će da se to iskustvo zauvijek izbriše iz svijesti. Podijelite što ste tada osjećali, što sada osjećate te kako ćete se s time nositi ubuduće.

Vježbu možete koristiti kad god se nađete u emocionalnom previranju. Kada završite vježbu, uzmite si još malo vremena i proslavite što ste to neugodno iskustvo uspjeli transcendirati u viša stanja svijesti. Budete li radili ovu vježbu redovito, bit ćete u stanju osloboditi se emocionalnih previranja u potpunosti te si na taj način pripremiti put prema sinkronicitetu.

Vježba 9 NENASILNA KOMUNIKACIJA

Uvijek će postojati situacije u kojima će netko prijeći granice pristojnosti izazivajući jaku emocionalnu reakciju. Sljedeća vježba izvađena je iz odlične knjige Marshalla Rosenberga Nenasilna komunikacija.

153

Deepak Chopra

Nenasilna komunikacija se sastoji od četiri osnovna koraka,; nosno četiri pitanja koja si postavite uvijek kad se osjećate ugrožen Kad vas netko izazove, dolazite u iskušenje da izazov prihvatite: ipak nije optimalan odgovor, a još manje je produktivan. To je i ludno rasipanje energije te stvara još više previranja u svijetu. Za < se vježbu također prisjetite nekog nedavnog događaja koji vas je zl nečega uzrujao. Razmišljajući o tom iskustvu slijedite ova četiri raka: {

Prvi korak: Razlikujte zapažanje od procjenjivanja

i

Objektivno sagledajte što se zapravo dogodilo. Nemojte se oslan na subjektivno tumačenje događaja koje je vrlo često krivo. Potruc se biti potpuno objektivni kad ponovno razmišljate o tome. Na što<sup>^</sup> zapravo reagirali? Koji je bio razlog? Što ste vidjeli ili čuli? 1

Na primjer, vozite se u autu i razmišljate da li imate što za večeru morate ići u kupovinu. Vaš bračni partner primjećuje vašu šutljivost i obraća: "Što te toliko muči?" Odgovarate: "Ništa me ne muči. Razmišljam da li imamo što za večeru." U ovom slučaju vaš je partner izašao s procjenom, a ne s primjedbom. Svaki put kada nekoj rad pridodate neko značenje, to znači tumačenje ili procjenu. Pročita sljedeće rečenice i pokušajte odrediti koja od njih izražava procjenu: koja primjebu.

1. Vidjela sam te kako se upucavaš onoj ženi tamo.
2. Razgovarao si s onom ženom više od jednog sata.
1. Vidim da ti je posao postao važniji od obitelji.
2. Već tri tjedna odlaziš na posao prije zore i vraćaš se poslije de uvečer.
1. Ne voliš me više.
2. Više me ne ljubiš kad dođeš s posla.

154

w

L

Spontano ispunjenje želja

U sva tri slučaja prva rečenica spada u tumačenje i procjenu.

Kad god se nađete u situaciji da reagirate emocionalno, stanite na trenutak i pokušajte uočiti razliku između vašeg tumačenja događanja i tumačenja s nepristrane točke gledišta. Nepristranost kod promatranja omogućuje da možemo vidjeti u kojoj je mjeri naša reakcija zasnovana na tumačenju pa možemo mijenjati obrazac ponašanja kod reagiranja na tuđe izazove.

Drugi korak: Odredite svoje osjećaje

Razmislite u sebi koji osjećaju se javljaju u takvim situacijama? Što osjećam? Kod opisa nabrojite one osjećaje za koje ste sami odgovorni, a izostavite one koji su izazvani. Evo jedne od mogućih lista osjećaja. Dakle, možete osjećati: ljutnju, neprijateljstvo, nervozu, strah, hrabrost, ljepotu, samouvjerenost, blaženost, zbunjenost, dragost, slobodu, vedrinu, smirenost, zapanjenost, čilost, pohlepu, nadu, radost, optimizam, ponos, opuštenost, krhkost, posramljenost, dosadu, zbunjenost, samopoštovanje, potištenost, nezadovoljstvo, sumornost, iscrpljenost, krivnju, agresivnost, ljubomoru, lijenost ili usamljenost.

Izbjegavajte osjećaje za koje vam trebaju drugi da biste ih imali. Na primjer, ne možete se osjećati napadnuto od samog sebe. To je emocija koja dolazi od drugih. Izbjegavajte sljedeće fraze: napušten, iskorišten, prevaren, izdan, prisiljen, ponižen, manipuliran, neshvaćen, preopterećen, odbijen, nenaslušan, neprimijećen, nepodržan. Kada takve riječi čujete, foristite da biste izrazili osjećaje, to znači da ste drugima dopustili previše kontrole

nad vašim emocijama.

Treći korak: Izrazite jasno svoje potrebe

Postavite sebi pitanje: Što mi je potrebno u takvoj situaciji? Vaše emocije ne bi dobile toliko na snazi da vam nešto ne nedostaje ili smeta. Odredite što je to što vam nedostaje. Počnite od najvažnije reakcije te krenite lančano nadovezujući jednu na drugu. Na primjer,

155

Deepak Chopra

želite osjećati ljubav. Zašto? Zato jer ste usamljeni. Zašto? Jer nem; bliskih prijatelja.

Dakle, morate potražiti nove prijatelje i razviti blis prijateljstvo. Na taj način linija razmišljanja konačno završava tako nešto od nekoga tražite. Ne možete tražiti od druge osobe da učini se osjećate voljenim. To je izvan mogućnosti običnog čovjeka. I možete tražiti od drugih da izađu s vama u kino, na zabavu ili tek; kavu.

i

j

četvrti korak: Molite, ne zahtijevajte

Kad jednom odredimo potrebu i spremni smo na sljedeći kor; umjesto molbe, skloniji smo zahtijevati od drugih da nam izađu u si ret. Zahtijevanje će vjerojatno naići na neodobranje i stoga će vjei jatno rezultirati neuspjehom. Molba će sigurno naići na puno top] prijam.

Na primjer, umjesto zahtjeva: Pokupi smeće!, onome kome go\ rite ljepše je čuti nešto kao: Hoćeš li molim te pokupiti ono srnećeg

Nadalje, slično kao u trećem koraku postavite si pitanje o vaše ponašanju. Što ga više precizirate, to je veća mogućnost da ono nai na odobranje. Na primjer, umjesto da postavite pitanje: Hoćeš li ri zauvijek voljeti? koje više zvuči kao fraza, postavite sljedeće pitanje: Hoćeš li se udati za mene? Nemojte postavljati pitanja poput: Zašto i provodimo više vremena zajedno? Radije recite: Idemo zajedno, park.

Ovi koraci pomažu u svim situacijama, a naročito kada su u pitan sukobi. Kad god ste umiješani u neki događaj koji izaziva napetost, o maknite se malo od svojih emocija te uspostavite svjesnu komunil< čiju. Što primjećujete? Kako se osjećate? Odredite vaše potrebe. Izi cite molbu. To bi trebalo pomoći prevladati kratak spoj ili trenutr napetost i omogućiti vam da ostanete ravnodušni ili da je povratite

156

Spontano ispunjenje želja

Vježba 10 IZLIJEČITE SE OD DJEČJE LJUTNJE

Za ovu će vam vježbu trebati otprilike 10 minuta vremena.

Razmišljajte o jučerašnjem danu. Zamislite da vam je sjećanje poput videovrpce koju možete vratiti na bilo koji dio. Premotajte vrpce 24 sata unatrag. Koje ste stvari radili tijekom jučerašnjeg dana? Da li vas je nešto uplašilo ili učinilo ljutitim? To ne mora biti ništa posebno ili naročito dramatično. Možda ste nestrpljivo čekali u redu ili ste svjedočili nečijoj neuviđavnosti. U sljedećih nekoliko minuta pokušajte se sjetiti što je moguće više detalja. Usredotočite se na trenutke ljutnje prisjećajući se što ste osjećali u tijelu kao i

emocija koje su prolazile vašim umom.

Nakon toga vratite se još dalje s vrpcom, godinu dana ranije. Prisjetite se što ste radili na jučerašnji dan godinu dana ranije sa stoje moguće više detalja. O čemu ste razmišljali u to vrijeme? Sjećate li se da ste bili ljuti zbog nečega? Prizovite emocije koje ste imali toga dana. Jesu li ti osjećaji jednaki onima koje ste imali jučer?

Sada se vratite u mladenačko doba te se ponovno usredotočite na neku situaciju koja vas je uplašila ili naljutila. Proživite osjećaje mentalno i fizički. Zamijetite kako se osjećaji ljutnje koje ste jučer osjećali temelje na emocijama iz ranijeg doba vašega života.

Pokušajte se prisjetiti djetinjstva i nekog događaja u njemu. Možete li se sjetiti kada se ljutnja nakupila tijekom godina. Makar se toga ne sjećate, postojalo je vrijeme prije nego što ste uopće i znali stoje to ljutnja, vrijeme potpunog mira i spokojstva. Probajte zamisliti blaženstvo takvog stanja. Usredotočite se na vrijeme prije straha i ljutnje. Vraćajte svoju vrpcu sve dok umjesto slike ne dobijete zacrnjenje te osjetite kako granice između vas i okoline polako nestaju. Nekoliko trenutaka osjećajte potpunu odsutnost nakupljene ljutnje, straha i ega.

Osjećajući to blaženstvo, u sebi počnite vrtjeti film prema naprijed. Zaustavite se na istim mjestima na kojima ste stali kad ste išli unatrag. Stanite na mjestima straha i ljutnje u djetinjstvu, mladenaštvu, od

Deepak Chopra

prije godinu dana te od jučer. Kako ih mentalno proživljavate, i ljučite istodobno osjećaj blaženstva otprije. Pomoću tog osjećaja izb site svaki trenutak ljutnje koji dozivate ponovno se prisjećajući r ugodnih trenutaka. Ostanite nekoliko trenutaka mirni osjećajući ole sanje nakon što ste izbacili nešto od ljutnje nakupljene od samog d tinjstva pa sve do današnjih dana.

Ovu vježbu možete provoditi kad god želite riješiti problem u njegovom korijenu bez obzira koliko dubok on bio. Mnogi ljudi smatra ovu vježbu pogodnom za izvođenje prije spavanja tako da se ujut probude potpuno oslobođeni od ljutnje.

!

Navodi uz sutru za peto načelo

Zamislite da ste bez fizičkog tijela, \*

polje svjesnosti svuda i u bilo kojem vremenu. '

(mokša)

Zamislite da ste zauvijek napustili osjećaj ljutnje ili zamjere!

(mokša)

Zamislite da ljudima oko sebe ne namećete krivnju \*

niti je sami osjećate. <

(mokša)

Zamislite da nikad ne pristajete na dramu ili histeriju. |

(mokša)

158

Spontano ispunjenje želja

Zamislite da možete izabrati bilo koji emocionalni osjećaj

koji želite iskusiti.

(mokša)

Zamislite da si možete postaviti bilo koji cilj  
i da ga možete postići.

(mokša)

Zamislite da navike i obrasci ponašanja više ne utječu  
na vaše ponašanje.

(mokša)

Zamislite da ste se oslobodili svake ovisnosti, (mokša)

Zamislite da nikada ne sudjelujete u tuđim naklapanjima.

(mokša)

Zamislite da ste uvijek spremni odgovoriti na najvišoj razini bez obzira u kakvoj ste  
situaciji i o kome se radilo.

(mokša)

Zamislite da ne postoje granice vašeg očitovanja. \_ (mokša)

!\* Zamislite da ste cijelo vrijeme u stanju vidjeti neograničene mogućnosti, (mokša)

159

•mmmm

13

Šesto načelo Slavite ples svemira

Sutra: ŠivaŠakti

Unutar mene rađaju se bogovi i boginje;

kroz mene se očituju njihove osobine i njihova moć.

Šesto nas načelo potiče na život u kojem ćemo ravnopravno pri titi i muške i ženske osobine našega bića. Jedan od načina kako to uraditi jest korištenje i muškog i ženj arhetipa. Prema Carlu Gustavu Jungu arhetipovi su naslijeđena ćanja vidljiva kroz sjećanja i mitove kao univerzalni simboli. Arhet izraz svjesnosti. To je univerzalna koncentracija psihičke energije, hetipovi postoje u nama kao mogućnost, ali da bi djelovali, moraju probuđeni. Svatko nosi barem jedan arhetip u sebi koji ostaje uspa sve dok se nekim vanjskim događajem ili pak svjesnim, odnc

160

i

Spontano ispunjenje želja

nesvjesnim mentalnim životom ne pokrene. Jednom pokrenut arhetip će kroz vas očitovati svoju moć i osobine. Ono što u životu radite do neke je mjere odraz kombinacije arhetipova smještenih u vama. Na primjer, osoba koja u rukama ima veliku moć poput kralja ili nekog premijera vjerojatno će posjedovati arhetipove Zeusa i Here kao simbola moći i vodstva. Posjeduje li osoba uz to i zavidnu inteligenciju, može joj se pridodati i arhetip Atene kao simbol mudrosti.

Arhetip je moguće svjesno probuditi kroz namjeru. Kada odredite svoj primarni arhetip ili više njih, počnite ih prizivati svaki dan. Okružite se sa simbolima, slikama te drugim stvarima koje predstavljaju određen arhetip te ih stavite blizu mjesta gdje spavate kako



bi ujutro kad otvorite oči bili prva stvar koju ćete ugledati. Zamolite svoje arhetipove za vodstvo i mudrost te da postanu sastavnim dijelom vas i onoga što radite očitujući kroz vas svoje osobine. To je vrlo jednostavno napraviti. Recite sljedeće: "Molim da postanete dijelom mene i onoga što činim ostvarujući se kroz mene. Vodite me kroz život."

Pozovete li ih svaki dan odmah nakon meditacije, početak ćete snažno osjećati njihovu prisutnost unutar vas.

### Vježba 11 PRONAĐITE SVEMIR U SEBI

Snimite ovo i kasnije preslušajte.

Udobno sjednite ili ležite zatvorenih očiju. Utišajte svoj unutarnji dijalog koncentrirajući se na dah.

Nakon nekoliko minuta usmjerite pozornost na predio srca. Vizualizirajte srce kao pulsirajuću svjetlost. U toj svjetlosti vizualizirajte dvatri božanstvena bića ili arhetipske energije. To mogu biti anđeli, bogovi ili boginje. Zamislite i ostatak tijela kao svjetlost. Sada lagano zamislite kako vaše svjetlosno tijelo unutar kojega pulsiraju božanstva polako ispunjava cijelu prostoriju. Pustite neka se širenje nastavi tako da izađete izvan prostorije, a soba sad bude u vama. Neka vam tijelo

161

Deepak Chopra

putuje i dalje tako da cijeli grad bude u vama: zgrade, ljudi, pro okolica.

Nakon toga uključite u svoje tijelo i državu u kojoj živite te nape i čitav planet. Uvjerite se da cijeli svijet živi u vama: svi ljudi, sva bića, šume, rijeke i planine, kiša i sunce, zemlja i voda postaju dijelom vašeg tijela poput tjelesnih organa. \*

Sada tiho recite u sebi: "Ja nisam u svijetu, svijet je u meni." Sv narušava vašu ravnotežu nađite sada unutar sebe moleći božanstvom obliku pulsirajućeg svjetla da vam pomognu ponovno doći u sred. Zamolite ih da ispune sve vaše želje i da vam donesu mir, spokoj, ( tu i radost u različite dijelove vašega kozmičkog bića. Nastavljate prestanka grleći planete i mjesece, zvijezde i galaksije.

Sada kažite sebi: "Ja nisam u svemiru, svemir je u meni." Nj toga počnite polako smanjivati kozmičkog sebe na veličinu vašeg terijalne tjelesnosti. Zamislite milijarde stanica u vašem tijelu, sami sudionici plesa, svaka stanica svemir za sebe. Podsjetite s vam svaka razina na kojoj postojite daje na raspolaganje božanstvom energiju koja nelokalizirano orkestrira kozmičkim plesom da bi bila usklađena međudjelovanja elemenata i sila koje mogu ispuniti svaku želju. Izrazite svoju zahvalnost tim arhetipskim energijama

Ostanite sjediti ili ležati u tišini osjećajući čitavo tijelo. Mogli se osjećati čitavo. Nakon dvije minute otvorite oči. Vježba je gotova

Navodi uz sutru za šesto načelo

Zamislite da možete mijenjati oblik. (ŠivaŠakti)

Zamislite da možete biti oboje: i muško i žensko

ako tako izaberete.

(ŠivaŠakti)

162

'•<v<t^'

Spontano ispunjenje želja

Zamislite da ste snažni, odlučni, hrabri, jasni, moćni.

(ŠivaŠakti)

Zamislite da ste lijepi, seksi, intuitivni, nježni i ljubazni.

(ŠivaŠakti)

Zamislite da ste postojani poput planine. (ŠivaŠakti)

Zamislite da ste neuhvatljivi poput vjetra. (ŠivaŠakti)

Zamislite da ste anđeo s krilima. (ŠivaŠakti)

Zamislite da ste prosvijetljeno biće s beskrajnom milošću.

(ŠivaŠakti)

Zamislite da ste Bog koji se igra u nebeskom svijetu.

(ŠivaŠakti)

Zamislite ponovno da možete mijenjati oblike: da možete postati bilo koja životinja, ptica, insekt ili čak kamen.

(ŠivaŠakti)

Zamislite da sva mistična bića stanuju u vama, a neka od njih

(poput arhetipova) posebno su nazočna.

(ŠivaŠakti)

Zamislite da možete postati heroji i heroine kojima se divite.

(ŠivaŠakti)

!fc

163

Sedmo načelo: ^

Razotkrijte zavjeru nevjerojatnog

Sutra: Ritam \*

Budan sam, spreman za podudarnosti za koje znam da su poruk  
boga. Strujim kozmičkim plesom. |

Sedmo načelo uključuje sve ostale vidove sinkrosudbine za i kovanje pristupa životu koji dolazi iz spokojne svjesnosti. Ritam znači: "Spreman sam se urotiti protiv nevjerojatnosti." Svaki događaj ima određenu vjerojatnost događanja. Vjerojat: dobitka na lutriji je mala. Vjerojatnost dobitka još je manja ako ne pite listić.

Vjerojatnost događanja može se povećati određenim akcija Mnoge od njih su određene našim karmičkim stanjem nastalin

\* U ovom slučaju sanskrska riječ ritam ima značenje i na hrvatskom jeziku, i to značenj« je vrlo blisko izvornom.

164

1

Spontano ispunjenje želja

mačenjima prošlih iskustava i veza koja na taj način oblikuju naše težnje i utječu na

naša sjećanja. Postoji li u vašoj prošlosti iskustvo sreće, vjerojatnost da ćete kupiti srećku raste. Osoba koja pak nikad ništa nije osvojila, osjeća obeshrabrenje čak i prije nego kupi listić pa zbog toga možda i odustane od namjere.

Ovaj potonji slučaj traži promjene, a da biste ih napravili, morate se osloboditi utjecaja karmičkog uvjetovanja. Morate mijenjati tumačenja onoga što se događa u vašem životu te skinuti sa sebe naljepnicu gubitnika. Ta promjena započinje na razini duše. Ona daje značenje događajima. Duša djeluje kroz utjecaj na naš um koji svakom djelovanju pridružuje sjećanje i tumačenje. Značenje, iskustvo, tumačenje, sjećanje sve je to vrlo usko povezano s karmičkim ciklusom.

Naviknuti smo da stvari funkcioniraju na određeni način te nastavljamo živjeti po tim obrascima jer smo tako navikli. Promjena zahtijeva razbijanje obrazaca, a to nije lako iako ljudi to često čine. Najbolji način hvatanja signala novih mogućnosti jest obraćanje pozornosti na podudarnosti.

Podudarnosti su poruke nelokalizirane domene koje nas pozivaju na rušenje karmičkih granica. One nas hrabre ne bi li napustili poznato i prigrlili nepoznato. Podudarnost je kreativni kvantni skok u ponašanju samog svemira. Budući poznati sami po sebi, skup uvjetovanja iz prošlosti, kreativnost i sloboda bilo koji događaj koji probije crtu vjerojatnosti određenu karmom leže u nepoznatom. Zato je važno promatrati podudarnosti i pamtiti ih. Na taj način možete otkriti njihovo skriveno značenje za vaš život.

Podudarnost je po definiciji sinkronističko iskustvo. Dolazi iz nelokaliziranog područja i nepredvidljivo utječe na svijet. Sama činjenica da se radi o podudarnosti znači da dolazi od Boga. To bi nas trebalo trgnuti i potaknuti na djelovanje jer nam je to prilika za kreativno izražavanje. Cilj prosvjetljenja jest prijeći granicu vjerojatnosti obrazaca u kojima živimo i iskusiti pravu slobodu. Zato se podudarnosti ne bi trebale zanemarivati. Nikada ne propustite priliku da zavirite u planove svemira. Aktivnost koju pokazujete u tom smjeru još i dodatno

165

Deepak Chopra

ubrzava stvari otvarajući nove mogućnosti.

To je tajna sinkrosudbine. Sve te zamisli čine pravila ponašanja mira. Budete li ih slijedili, počet ćete živjeti život iz vaših snova. R mijevanje da te zamisli nisu samo apstrakcije, već nešto što stv; djeluje kroz sve što činimo znači više od same svjesnosti. To je sla Kad ovladate sinkrosudbinom, kad naučite sinkronizirati vlastiti 2 sa svemirom, vi proslavljate kozmički ples.

1

Vježba 12 STAVITE SVE ZAJEDNO

Otiđite na mjesto koje vrvi aktivnostima, na primjer trgovački tar. Kupite nešto za jelo i sjednite na neko pogodno mjesto te zatvč oči. S punom sviješću kušajte hranu, mirišite je s pozornošću te jetite svaki pojedini sastojak. I dalje držeći oči zatvorene, obratite zornost na zvukove iz okoline. Koja je to pjesma u pozadini? > božična? Možda iz nekog filma? Možete se prebaciti na razgovor 1 koji stoje do vas? čujete li kako se izrečene fraze rasipaju ispred Raspoznajete li riječi? čujete li možda neki zvuk koji vam odvlači

zornost više od ostalih?

Poslije toga usmjerite svjesnost na samo tijelo. Osjetite sve' sebe. Osjetite klupu na kojoj sjedite. Od kakvog je materijala: d plastika ili metal?

|

Sada otvorite oči i promatrajte što se događa ispred vas. Promati ljude koji hodaju goredolje, boje, trgovine, izloge i druge zai ljivosti.

Ponovno zatvorite oči i u mislima prođite još jedanput kroz sve ste iskusili: hranu, tuđe riječi, zvukove, scene iz okoline. Izaberit jednu temu iz iskustva svakog osjetila pojedinačno. Na primjer ri ovakvo: okus sladoleda od jagode na vrhu jezika, miris pečenog kn dodir kamenih izbočenja koja se upiru 0 vaša stopala, prekrasna s zalaska sunca iznad brda, božićna pjesma te tema iz filma Jan Bonda Goldfinger. Sada kažite sami sebi da su svi ti zvuči, okusi, s]

166

Spontano ispunjenje želja

dodiri dio priče. Upitajte se kako ide priča. Zamolite svoj nelokalizirani ja da vam je ispriča. Kada ste to napravili, nemojte više misliti o tome. Pustite vaš nelokalizirani ja da vam ispriča priču u obliku sinkronističkog oblika.

Gornji opis pripada mojem vlastitom iskustvu koje sam doživio u jednom trgovačkom centru za vrijeme Božića. Godinu dana kasnije nalazio sam se na Jamajci. Odveo sam se u okolicu grada i tamo sam vidio vrlo sličnu sliku zalaska sunca na brijegu pokraj oceana. Nakon raspitivanja saznao sam da se brdo zvalo Jagodin brijeg te daje na tom mjestu bio snimljen film o Jamesu Bondu Goldfinger. Na brdu se nalazio lijepi hotel kojega sam odlučio posjetiti. Imali su prekrasno luksuzno kupalište. Direktor kupališta me je oduševljeno dočekao rekavši mi daje pokušavao stupiti u vezu sa mnom radi savjetovanja o ajurvedskoj terapiji. Naš je susret na kraju završio sklapanjem poslovnog dogovora. Nekoliko godina kasnije sreo sam i vlasnika tog hotela koji je bio direktor diskografske kuće. Dao sam njegovoj ženi nekoliko savjeta vezanih uz njezinu bolest. Tako smo se i sprijateljili. Kasnije mijie pomogao oko izlaska mojega prvog nosača zvuka vezanog uz meditaciju. Iz godine u godinu naše je prijateljstvo ojačalo do te mjere da je postalo neraskidivo. Znamo da smo karmički povezani.

167

Deep ak Chopra

Navodi uz sutru za sedmo načelo

Zamislite da se krećete u ritmu impulsa svijesti svemira.!

(ritam) 1

Zamislite da plešete u ritmu svemira. j

(ritam) i.

Zamislite da su vaši tjelesni ritmovi u savršenom redu. '|

(ritam) j

Zamislite da ste harmonija svemira. (ritam)

Zamislite da svaki put kad tražite nešto, svemir šalje odgovor u obliku podudarnosti.

(ritam)

Zamislite da postoji veza između onoga što se događa u vašim snovima i stvarnom životu.

(ritam)

Zamislite da se pretvarate i razvijate u biće više razine,

(ritam)

Zamislite da postoji značenje i svrha svega što se događa i svega što radite.

(ritam)

Zamislite da imate udjela u stvaranju svijeta, (ritam)

|

168

Spontano ispunjenje želja

Zamislite dajte život pun podudarnosti, (ritam)

Zamislite da možete vidjeti ono što drugi ne mogu.

(ritam)

Zamislite da vidite skrivena značenja događaja.

(ritam)

Zamislite da je život pun vrhunskih iskustava, (ritam)

Zamislite da imate vrhunski talent koji koristite da biste služili i pomagali drugima.

(ritam)

Zamislite da su sve vaše veze nježne i zaigrane.

(ritam)

Zamislite da uživate u igri i smijehu, (ritam)

, «|

169

k' ".• |

15

^ivjeti sinkrosudbinu

^^ vtio bih se vratiti na pitanje koje sam postavio na poč<sup>></sup> \*| I I knjige: da ste znali da su čuda moguća, što biste izabrali? Većina ljudi pomisli na novac. Imati milijune dolara u b; zasigurno bi značilo odsutnost svake financijske nesigurnosti. Sk smo pomisliti da kad jednom steknemo financijsku sigurnost, i možemo potpuno slobodno birati život koji će nas činiti sretnim punjavati sve naše potrebe te učiniti trag našeg života na zemlji lživim i vrijednim. Da ste znali da možete imati sve što želite možete raditi sve što želite, što biste izabrali i što biste radili?

Sinkrosudbina vam omogućava da ostvarite te želje bez grani kraja, na način da vas neprestano nježno vodi iz lokaliziranog u n kalizirano područje. Kada živimo samo u lokalnom području, 1 smo bespomoćni. Naš račun u banci duhovnosti je prazan. U loka ranoj domeni, gdje većina ljudi provodi svoj cijeli život, nikada

170

Spontano ispunjenje žejja

znamo što će nam se sljedeće dogoditi. Hoćemo li uspjeti završiti dan, tjedan, mjesec? Ovdje svaka radnja nosi teret tjeskobe, misli prekrivaju oblaci sumnje, namjere bivaju spriječene zabrinutošću ega.

Korištenjem sinkrosudbine da bi došli u dodir s nelokaliziranim područjem, omogućeno vam je da uđete u svijet bezgranične kreativnosti i korelativnosti. Tu osjećate sigurnost i oslobođeni ste tjeskobe te možete postati osoba kakva želite biti. Ovdje imate milijune dolara preračunate u duhovnost. U nelokaliziranom području imate neograničen pristup znanju, kreativnosti, nadahnuću i svim mogućnostima. Imate neograničen pristup svemu što svemir nudi. Što god da se dogodi u vašem životu, ostajete smireni, zaštićeni i vječno blaženi.

Načela sinkrosudbine nude izravni put prema stvaranju veze s nelokaliziranim područjem. Vježbajte meditaciju te ponavljajte načela vezana uz sutre i s vremenom ćete se spojiti sa svojom duhovnošću ne samo na način da ćete moći raditi čuda već će ona postati svakidašnja pojava.

Kao i svako plodonosno putovanje i sinkrosudbina traži od vas određenu žrtvu. Jedna od njih je odbacivanje zamisli daje svijet dobro podmazani stroj lišen svijesti. Također, morat ćete se riješiti osjećaja da ste sami na svijetu. Nadalje, trebali biste početi vjerovati da je čarobni život moguć te da ga mnogi ljudi žive. Oni su naučili kako ponovno uspostaviti vezu s beskrajnom energijom koja leži u srcu svemira. Naučili su paziti na skrivene znakove koje nelokalizirano odašilje u svojim namjerama te iz tih znakova stvarati zaključke o tome koje stvari treba činiti da bi se povećala vjerojatnost događanja čudesnih stvari.

Sinkrosudbina i stanje svjesnosti

Prema Vedantama postoji sedam stanja svijesti od kojih većina nije istražena od strane moderne medicine. Zapravo, postojanje nekih stanja svijesti glavni znanstveni pravci uopće ne priznaju. Jedan od najvećih indijskih proroka u dvadesetom stoljeću Sri Aurobindo rekao

171

' . •«\*

. mm\*p™'»>m\$!

Deepak Chopra

je daje čovjek tek na početku svoje evolucije i stoga poznaje same stanja svijesti: spavanje, snove i budnost. U kasnijoj fazi evolu čovjek će spoznati i druga stanja što će sinkronicitet, telepatiju, vidi tost učiniti normalnom pojavom.

Svako od sedam stanja svijesti pojačava iskustvo sinkronicitet; nas svako novo naprednije stanje približava prosvjetljenju. Već ljudi ima iskustva prvih triju stanja, no tu se uglavnom završaval hovo duhovno napredovanje. ^

Prvi stupanj svijesti je dubok san. U tom stanju svjesnost je je< prisutna. Makar još uvijek reagiramo na zvuk, jarku svjetlost te do zapažanje naših osjetila znatno je umanjeno.

U drugi stupanj svijesti spadaju snovi. Dok sanjamo, malo smo b niji i pozorniji nego dok

spavamo. Sanjajući, doživljavamo iskus kroz slike i zvukove. čak i razmišljamo u snovima. Svijet se, makar<sup>^</sup> u snovima, čini stvaran, važan i bitan. Tek kad se probudimo, uviđa da smo sanjali te da događanja u snovima ipak nisu u vezi sa svijet u kojem živimo kad smo budni, barem ne na izravan način.

Treći stupanj svijesti jest budno stanje. Većina nas najviše vrerm provodi upravo u tom stanju. Mjerenja moždane aktivnosti pokaži sasvim različitu aktivnost uma u budnom stanju od stanja kada s vamo ili sanjamo.

četvrto se stanje svijesti pojavljuje kad na trenutak dodirnei dušu, kad transcediramo, kad postanemo makar i za djelić sekur savršeno mirni i tihi, u potpunosti svjesni promatrača unutar nas. se stanje javlja tijekom meditacije kada se uspijemo riješiti misli i tr kraće ili nešto dulje ovisno o uspješnosti meditacije. Redovito med ranje pospješuje iskustvo toga stanja, a svako pojedino iskustvo jačaj jecaj jastva.

)

četvrto stanje svijesti također proizvodi vlastite fiziološke učini Pada razina kortizola i adrenalina. Smanjuje se stres kao i krvni pr sak. Imunološki sustav jača. Mjerenja moždane aktivnosti pokaži da tijekom odsutnosti misli um pokazuje sasvim različitu aktivnost budnog i pozornog stanja. To znači da se fiziološke promjene kad do

172

Spontano ispunjenje želja

\

rujemo dušu događaju i u tijelu i na razini uma. četvrto stanje nam osim susreta s dušom omogućuje i započinjanje sinkroniciteta.

Peto stanje svijesti naziva se kozmičkom sviješću. U tom stanju vaš duh može promatrati vaše materijalno tijelo. Svjesnost petog stanja nadilazi uobičajenu budnost vašega tijela kao i svijest meditacije te se ogleda u budnom zapažanju okoline kao dio beskonačnog duha. čak i kada tijelo spava, vaš duh tihi promatrač promatra tijelo kao kod slučaja izvantjelesnog iskustva. U tim trenucima postoji posebna pozornost koja svjedoči svjesnosti ne samo za vrijeme dubokog sna ili snova već i kad ste budni. Duh koji vrši promatranje istodobno ste i vi sami. Promatranje se istodobno može odnositi kako na usnulo tijelo tako i na snove koje čovjek ima. Isto iskustvo postoji i u budnom stanju. Vaše tijelo može igrati tenis, telefonirati ili pak gledati televizor. Cijelo to vrijeme vaš duh promatra aktivnost i tijela i uma.

Peto se stanje naziva kozmičkim jer istodobno postoje dva kvalitativna stanja svijesti: lokalizirana i nelokalizirana svijest. Kada ste u petom stanju svijesti te kad osjećate tu nelokaliziranu inteligenciju, počinje se događati sinkronicitet. Također osjećate kako je jedan dio vas lokaliziran, dok je onaj nelokalizirani povezan sa svime što postoji.

Intuicija, kreativnost te uvidi u vama neprestano rastu. Istraživanja pokazuju da ljudi koji dostignu peto stanje svijesti kada su u punoj aktivnosti, odašilju moždane valove koji su znakoviti za meditaciju. Drugim riječima, makar igrali nogomet, moždani valovi tih ljudi bit će isti kao da meditiraju.

Šesto stanje svijesti naziva se božanska svijest. U tom stanju svjedok postaje sVeibudniji. Ne samo da osjeća prisutnost duha u svom tijelu već njegovu prisutnost

osjeća i u svim drugim tijelima poput biljaka i kamenja. U potpunosti razumije da se životna sila očituje u svemu što postoji u svemiru, kako u promatraču tako i u promatranome. To je upravo ona svijest koja nam omogućuje da spoznamo Boga u svakoj stvari. Ljudi u šestom stanju svijesti čak su sposobni razgovarati s biljkama i životinjama. Za većinu ljudi to nije trajno stanje svijesti. U to se stanje ulazi i potom izlazi iz njega. Ipak, veliki proroci i sveci kao što su

173

Deepak Chopra

bili Isus Krist i Buda te mnogi drugi jogiji živjeli su u tom stanju : jesti trajno.

Sedmo i posljednje stanje svijesti, konačni cilj, jest svijest jedinstva. To se stanje može nazvati i prosvjetljenjem. U tom se stanju promatrač i promatrano stapaju ujedno. Kad vam se to dogodi, svijet vidite jednostavno produljenje vas samih. Ne samo da se vaša svijest iznači s okolinom već sve oko sebe vidite kao projekciju vlastitog ja. Nije to potpuna pretvorba iz osobnog ja u univerzalno ja. Na tom stupu čuda su nešto sasvim uobičajeno, ali čak nisu ni potrebna jer je prisutnost beskonačnog potencijala stvaranja stalna. To je transcendiranje života. To je transcendiranje smrti. Vi ste duh koji je postojao oduvijek, i postojat će uvijek. ~>

Kretanje po stupnjevima svijesti i

Sinkrosudbina ubrzava našu mogućnost napredovanja kroz stadije svijesti koristeći četiri pristupa. Prvi i najvažniji jest svakidašnja meditacija. Meditacija nam dopušta da dodirnemo dušu kada udele u prostor između dvije susjedne misli otkrivajući promatrača unu nas. To je način koji nam pomaže prijeći iz trećeg u četvrto stanje, stanje jedva primjetne budnosti do potpune svjesnosti vlastite duše.

Drugi stupanj odnosi se na vježbanje rekapitulacije opisane u tom poglavlju.

Rekapitulacija nam pomaže u razvoju tihog promatrača koji nas može prenijeti iz četvrtog u peto stanje svijesti.

Rekapitulacija nam pomaže shvatiti da ono što se događalo tijekom dana na kraju prelazi u snove baš kao što i snivana stvarnost bi zamijenjena dnevnim aktivnostima. Naprosto uputite sljedeće riječi samima sebi: Želim svjedočiti svojim snovima i iskusiti ćete ono što naziva "lucidnim snovima". Uskoro ćete postati koreografi ravnal vlastitih snova mijenjajući ih po volji. Rekapitulacijom dnevne aktivnosti i snova vi zapravo počinjete svjedočiti i jednima i drugima.

U trećem se pristupu radi o razvijanju odnosa ne kao ego prema ego, već kao duh prema duhu. To znatno olakšava pomicanje s petog

174

Spontano ispunjenje želja

na šesto stanje svijesti. Napuštanje starog sustava vrednovanja i kontrole prijelaz čini ubrzanim. Kada su ljudi u potpunosti na istoj valnoj duljini, tada doživljavaju sinkronicitet u svojem odnosu. četvrti pristup uvodi čitanje Sutri. Iz vlastitog iskustva znam da ako čitate istu rečenicu svakoga dana, ona će poprimiti novo značenje te stvoriti novo iskustvo kako se vaša svijest bude razvijala. Vedska mudrost tvrdi daje znanje različito na različitim stupnjevima svijesti. Razvojem svijesti iste rečenice primaju za nijansu



drukčije značenje što pak rezultira dubljim razumijevanjem. Razumijevanje, nadalje, utječe na vaš doživljaj svijeta, a sam doživljaj utječe na stanje vaše svijesti i tako se krug zatvara. Uz redovito vježbanje s vremenom ćete vidjeti svijet u obliku o kojem niste ni sanjali: svijet pun čarolije i čudesa u kojem se ispunjava svaka želja vašeg srca.

Što očekivati od sinkrosudbine

Iako zamisli predstavljene u ovoj knjizi mogu biti motiv početku doživotne osobne evolucije i ispunjenja, ipak o vama samima ovisi da li ćete prijeći granicu nevjerojatnosti i spoznati skriveno blago koje leži iza. Put prema sinkrosudbini možete započeti kako biste stekli bogatstvo, našli smislenu i ispunjenu vezu ili pak radi uspješne karijere. Sinkrosudbina će vam sigurno u tome pomoći. Uz sve to pravi je cilj sinkrosudbine širenje svjesnosti te otvaranje vrata prosvjetljenju. Uživajte u putovanju. Svaka dionica donosi nova čudesa, novi način zapažanja i življenja. Zamislite sinkrosudbinu kao ponovno rađanje i buđenje. Jednako kao što su vam trenuci kad ste budni potpuno različiti i puno uzbudljiviji od trenutaka dubokog sna, tako i buđenje u petom, šestom ili sedmom stanju pridonosi širenju onoga što možete iskusiti. Pomoću sinkrosudbine možete konačno postati osoba kakvom vas je svemir zamislio: moćni poput želje i kreativni poput duha. Sve što je potrebno jest želja za kozmičkim plesom i volja za otkrivanjem čudesa duše. Kada pak čudo postane uobičajeno i svakidašnje iskustvo, vidjet ćete da je sinkrosudbina zapravo samo površinsko

175

Deepak Chopra

stanje nečega mnogo dubljeg. To nešto je pomak u vašem identitetu buđenje svijesti o tome tko vi zapravo jeste. Počinjete shvaćati uopće niste osoba, već polje inteligencije u kojem osoba s kojom < poistovjetili zajedno sa svim drugim osobama i okolinom ispre svoje postojanje kroz vlastite interakcije. Više ne doživljavate sv kao ukupan zbroj svih pojedinih čestica koje postoje u njemu, već jednu koherentnu cjelinu u kojoj osobnost uz koju ste se vezali i njezine misli te osobnosti i misli drugih bića i svi događaji i veze međusobnu zavisnost tvoreći obrazac nerazmršivog klupka kao i tat pojedinačnog ponašanja vašeg nelokaliziranog ja. Vi ste sjajni terij iz kojega se cijeli svemir izdiže i u koji ponovno čitav ponii trenutku samog osvita tog shvaćanja događa se potpuna pretv osobnog ja u univerzalni ja, prožeti ste iskustvom besmrtnosti t sutnošću bilo kakvog straha pa i onog od smrti. Postali ste bić© zrači ljubav poput sunčeve svjetlosti. Konačno ste stigli na mjesto je vaše putovanje i započelo.

Lokalizirano jaje prijelazno i kratkotrajno ponašanje nelokal nog ja. Ono dođe i ode dok se nelokalizirano ja nastavlja razvijati i iskustva apstrakcije i kreativnosti.

i

i

176

Ne stoj pokraj moga groba, pusti jad

Jer ja nisam tu

Za kretnjom muči me glad.

Ja sam vjetar što juri od dola do brijega

Ja sam sjaj dijamanta na površini snijega.  
Sunčeva sam zraka što grije polja žita mlada  
Ja sam tiha i nježna kiša što usred jeseni pada.  
Ima me u ptičjem letu neuhvatljivom i žustrom  
Parajući tišinu što se izdiže nad ranim jutrom.  
Ne stoj pokraj moga groba i ne plači  
Ja nisam tu  
Jer smrti kadar sam umaći.

Pjesma američkih Indijanaca

177

U ovoj ste knjizi naučili osnovne vježbe pomoću kojih možete na spontan način postići ispunjenje želja koristeći moć i snagu sinkroniciteta. Načini pomoću kojih se to postiže, naročito sutre, preuzeti su iz jednog od najstarijeg poznatog izvora znanja i mudrosti koji nosi naziv Vedanta. Na sanskrtu riječ veda znači znanje. Vedanta je kulminacija, sam vrh ili završetak cjelokupnog znanja sadržanog u Vedama. Drugim riječima, Vedanta je sama krema Veda.

Osnovni element od čega je građeno to prastaro tijelo znanja jest pretpostavka daje duh, odnosno svjesnost, nepobitna stvarnost. Upravo je nelokalizirano područje nečijeg postojanja ono koje se pretvorbom istodobno očituje kao subjektivna i objektivna stvarnost. Subjektivna stvarnost postoji kao vaše misli, osjećaji, emocije, želje, mašta, fantazije, sjećanja te najdublje težnje. Objektivna stvarnost je vaše fizičko tijelo te svijet koji doživljavate posredstvom osjetila. I jedna i

179

Deepak Chopra

druga stvarnost supostoje istodobno i međuzavisno. Ne uzrokuje jedna drugu, a opet su međusobno ovisne. One se neuzročno odijelju jedna prema drugoj. Isto kao što se jedna jedina stanica u materiji razvija u moždane stanice, živčane te stanice retine omogućava nam time vidjeti svijet, tako je i jedan jedini nelokalizirani duh' istodobno i promatrač i ono što promatramo, i fizičko osjetilo i fizički svijet prema kojemu je ono usmjereno, i biološki organizam i oko koja ga okružuje te misli i emocije.

Vaš unutarnji i vanjski svijet dijelovi su neprekinutog slijeda je stvenog, cjelovitog polja aktivnosti. Vanjski svijet je ogledalo koje pokazuje tko ste u bilo kojem dijelu prostorvremena.

Mnogi su ovu zamisao predstavili na razne načine. Duhovni učitelji govore nam da ako želimo saznati kakvo je stanje naše svijesti, samo osvrnuti oko sebe i vidjeti što nam se događa. Želimo pak saznati stanje zajedničke svijesti, moramo se osvrnuti na istu stvar i pogledati što se događa u svijetu. U bilo kojem vremenskom trenu naša je osobna stvarnost orkestrirana sviješću o vlastitom ja korištenjem sinkronicizma i podudarnosti.

U slučaju ograničene svijesti o vlastitom ja ono će se na takav način izraziti kao stisnuto i ograničeno tijelo tjeskobnog izgleda u nesigurnoj okolini. S druge strane jaka svijest o vlastitom ja donosi isku opuštenosti u prijateljskoj i otvorenoj okolini u kojoj se sve vaše ; sinkronistički ispunjavaju. Vaše osviješteno ja uvijek osjeća vrednu mirnoću, slobodu i

nesputanost te strahopoštovanje prema mist< koje nosi postojanje. Snaga kojom osjećamo unutarnje ja taki određuje naše ponašanje. Pohlepa, arogancija, agresivnost, nez voljstvo te unutarnja nestabilnost očituju se upravo kad nam je sv o našem unutarnjem ja vrlo slaba. Nesebičnost, samilost, pomirlji1 zahvalnost te unutarnja snaga znak su osviještenog ja.

Isto vrijedi i za određenu masu ljudi, životne zajednice, institi gdje širina svijesti snažno utječe na njihov razvoj. Kada je kult identitet neke zajednice oslabljen ili čak potpuno odsutan, tada je naglasak stavljen na stvaranje profita, bezobzirno natjecanje,

180  
Spontano ispunjenje želja

nomiju imperijalističkog tipa, radikalni nacionalizam, vojne sukobe, nasilje i strah. U suprotnom, kada kritična masa ljudi neke zajednice osvijesti vlastito ja, time se ne ispunjavaju samo njihove osobne težnje, već se istodobno mijenja i kultura samoga društva. U promjenama takve vrste umjesto zavisti i pohlepe premoć preuzima uslužnost i davanje, umjesto natjecateljskog duha razvija se duh suradnje, a otvorena tržišta zamjenjuju otvorena srca. Glavne tekovine takve kulture ogledaju se u nenasilnom rješavanju sukoba, suosjećanju, poniznosti, čuvanju mira te u socijalnoj i ekonomskoj pravednosti.

Pogledamo li današnji svijet i što se događa u njemu, vidjet ćemo niz događaja međusobno povezanih iako se ta poveznica zbog vremenske i prostorne raštrkanosti ne nazire jasno. Znanstvenici tvrde da zbog ponašanja ljudske zajednice okolina u kojoj živimo uskoro neće biti održiva zbog pretjeranog iskorištavanja prirodnih izvora poput šuma, minerala, fosilnih goriva što dovodi do nepoželjnih učinaka. Učinak staklenika, promjena klime, olujni vjetrovi razarajuće snage te rast razine mora samo su neki od njih. Ovaj niz događaja rezultat je smanjene zajedničke svijesti o vlastitom ja, a njihova je pojava, iako na izgled nepovezana, čvrsto utemeljena na sinkronističkim zakonima. Religijski sukobi, oskvrnuća, terorizam, devastacija Zemljinog tla, opasnost nuklearnih elektrana, ovisnost o drogama, istrebljenje vrsta, poplave i glad, opasne kemikalije koje nalazimo u prehrambenom lancu, organizirani kriminal, ratovi zbog droge, industrija oružja, te ratovi zbog moći i prevlasti su neuzročno povezani događaji.

Kada bi stfaki pojedinac težio spoznaji vlastitog ja te kada bismo međusobno dijelili ta iskustva, možda bismo tada svi zajedno mogli postići stvaranje okoline temeljene na poštivanju života te na taj način ponovno uspostavili ravnotežu u oceanima, šumama i svijetu divljine. Istodobno takva će novostvorena okolina zauzvrat potaknuti niz događaja koji će voditi u potpuno novi svijet. Na takvom bi idealnom planetu zasigurno našli smirenje, osjećaj uzvišenosti i svetosti, poslovni uspjeh potpomognut međusobnom podrškom, učinkovite i čiste izvore energije, razumijevanje znanosti za novu stvarnost, cvje

181

Deepak Chopra

tanje umjetnosti i filozofije te istinsku svjesnost o vlastitoj neraz jivosti. U takvome bismo svijetu jasno vidjeli da je ljubav teme pokretačka sila u srcu univerzuma.

Sposobnost da spontano ispunite svoje težnje proporcionaln vašoj svjesnosti o vlastitom nelokaliziranom ja. Unatoč tome što i tradicionalni izvori mudrosti, osobito Vedante, već tisućljećima i dobar uvid u nelokaliziranu stvarnost, moderna je znanost tek 01 davno počela proučavati ovo područje. Osobno sam istaknuo u knjizi novi pristup temeljen na znanstvenim načelima u proučav; sinkroniciteta te načinu spontanog ispunjenja ciljeva. Choprina dacija od samog osnutka surađuje sa znanstvenim krugovima ko bave ovom temom pridonoseći na taj način rasvjetljavanju tajni r kalizirane stvarnosti.

'.

Na sljedećih nekoliko stranica nalazi se popis knjiga čiji je sad vezan uz temu ove knjige. Neke od njih obiluju tehničkim opisim zahtijevaju određeno predznanje, dok su druge pisane laganim ; zumljivim rječnikom koji se može s lakoćom pratiti. Nadam se d vam pomoći kako biste produbili razumijevanje o području u ko smo svi neodvojivo povezani.

i

182

Dodatna literatura

Astin, J. A., Harkness, E., and Ernst, E. (2000). "The efficacy of'distant healing': a systematic review of randomized trials." Ann Intern Med 132(11), 903910.

Bastyr University of Washington and Chopra Center on Neural Energy Transfer Between Individuals Who Have Undergone Chopra Center for WellBeing Programs. A joint collaboration. Private communication.

Braud, W.G. (1990). "Distant mental influence on rate of hemolysis of human red blood cells" J Am Soc Psychical Res 84,124.

Braud W., Shafer D., and Andrews, S. (1993). "Further studies of autonomic detection of remote starring: replications, new control procedures, and personality correlates." J Parapsychol 57, 391409.

Byrd, R.C." (1988). "Positive therapeutic effects of intercessory prayer in a coronary care unit population." Southern Med 81(7), 826829.

Delanoy, D.L., and Sah, S. (1994). Cognitive and physiological psi responses to remote positive and neutral states. " From proceedings of presented papers, 37lh Annual Parapsychological Association Convention, Amsterdam, The Netherlands, 128138.

Dossey, L. (1993). Healing words: The power of prayer and the Practice of Medicine. San Francisco: HarperCollins

183

$\wedge m \wedge H \wedge$   $s S i \wedge \wedge e \wedge \wedge \sim$

Deepak Chopra

GrinbergZylberbaum, J., Delaflor, M., Attie, L., and Goswami. (1994). "The EinsteinPodolskyRosen Paradox in the Brain: 1 Transferred Potential" (physics essays). Rare manuscripts.

Harris, W. S., Gowda, M., Kolb, J. W., Strachacz, C. P., Vacek, Jj Jones, P.G., Forker, A., O'Keefe, J.H., and McCallister , B.D. (1% "A randomized controlled trial of the effects of remote intercess prayer on outcomes in patients admitted to the coronary care unit

Krucoff, M. W. (2000). "Growing the path to the patient: an editorial outlook for alternative therapies." *Altern Ther Health Med* 6( 3637.

Krucoff, M., et al. (2001). "Integrative noetic therapies as adjunct to percutaneous intervention during unstable coronary syndrome monitoring and actualization of noetic training (MANTRA) feasibility pilot." *American Heart Journal* 142(5), 760767.

Kwang, Y., et al. (2000). "Does prayer influence the success of in vitro fertilization embryo transfer?" *J Repro Med* 46(9), 18.

Nash, C. B. (1982). "Psychokinetic control of bacterial growth." *Am Soc Psychical Res* 51, 217221.

Radin, D. I. (1997). *The Conscious Universe: The Scientific Truth of Psychic Phenomena*. New York: HarperEdge.

Schlitz, M. J. (1995). "Intentionality in healing: mapping the integration of body, mind, and spirit." *Alternative Therapies* 1(5), 1120.

(1996). "Intentionality and intuition and their clinical implications: a challenge for science and medicine." *Advances* 12(2), 586\*  
184

Spontano ispunjenje želja

Schlitz, M., and Braud, W. (1991). "Consciousness interactions with remote biological systems: anomalous intentionality effects." *Subtle Energies* 1, 120.

(1997). "Distant Intentionality and healing: assessing the evidence." *Alternative Therapies* 3(6), 6273.

Schlitz, M., and Harman, W. (1999). "The implications of alternative and complementary medicine for science and the scientific process." In *Essentials of Complementary and Alternative Medicine*. Edited by W. B. Jonas and J. S. Levin. Philadelphia: Williams & Wilkins.

Schlitz, M., and La Berge, S. (1994). "Autonomic detection of remote observation: two conceptual replications." From proceedings of presented papers, 37th Annual Parapsychological Association Convention, Amsterdam, The Netherlands, 352364.

Schlitz, M., and Lewis, N. (1996, Summer). "The healing powers of prayer." *Noetic Science Review*, 2933.

Schlitz, M., Taylor, E., and Lewis, N. (1998, Winter). "Toward a noetic model of medicine." *Noetic Science Review*, 4552.

Schwartz, G., and Chopra, D. "Nonlocal anomalous information retrieval: a remote medium multiscored single-blind experiment." Private communication.

Snel, F.W., and van der Sijde, P.C. (1994). "Information processing styles of paranormal healers." *Psychol Rep* 74(2), 363366.

Stapp, H.P. (1994). "Theoretical model of purported empirical violation of the predictions of quantum theory." *Am Physical Soc* 50(1): 1822.  
185

Deepak Chopra

Targ, E. (1997). "Evaluating distant healing: a research review." *Altern Ther Health Med*

3(6), 7478.

(2002). "Research methodology for studies of prayer and its healing." Complement Ther na inicijativu Choprine fondacije, neprofitne udruge, potaknut je u suradnji sa svjetskim vodama osnivanje pokreta za stvaranje nove svjetske društvene klime pod nazivom "Pokret za novu ljudskost" koji se temelji na načelima iznesenim u ovoj knjizi. Pokret također uključuje nobelovce, vodeće ekonomske stručnjake te niz drugih znanstvenika i ima cilj "stvaranje neuronskih mreža planetarnog uma radi postizanja kritične mase svjesnosti o miru". Svjesnost o miru ne podrazumijeva širenje antiratnih misli, već temelj za očitovanje svijeta kakvog u budućnosti želimo za sebe i generacije koje dolaze. Ukoliko se želite uključiti u taj pokret te postati jedna od "ćelija mira", posjetite Internet stranice [www.chopra.com](http://www.chopra.com).

razumijevanje prirode nelokalizirane osobnosti od velike je važnosti za Pet vrlo ju je teško predočiti na čovjeku razumljiv, način. Zbog toga sam u ovu knjigu uključio dva dodatka za one čitatelje koji će imati želju ići korak dalje u istraživanju ovog fascinirajućeg područja. Prvi dodatak opisuje većinu onoga što smo već upoznali u ovoj knjizi s time daje napravljen pomak s povijesnog i filozofskog gledišta prastarog Istoka na gledišta ranih civilizacija Grčke, Rima i Egipta. Kao i uvijek i ovaj put je drukčiji kut promatranja doveo do novih spoznajnih vrijednosti. Drugi dodatak donosi priču iz jednog od najpoznatijih vedskih tekstova kako bi se slikovito prikazalo "ono koje se ne može vidjeti, ali gledanje čini mogućim; ono koje se ne može spoznati, ali spoznaju čini mogućom; ono što se ne može pojmiti, ali misao čini mogućom."

Nadam se da će vam ti dodatni tekstovi biti od pomoći.

189

^Dodatak 54

prethodnim smo stranicama istražili kako se nelokalizirano ja pojavljuje u različitim oblicima u svemiru te smo stekli znanje koje nam omogućuje spontano ispunjenje želja. Za kraj knjige napravljeno je moderno tumačenje tradicionalnog teksta izvađenog iz tradicionalne vedske mudrosti sabrane u zbirci pod imenom Vedanta. Da ne biste mislili daje ovo znanje isključivo povezano s ezoteričnim školama Dalekog istoka, u sljedećih ću nekoliko odlomaka iznijeti znanja iz hermetičke filozofije poznate pod nazivom hermetizam te ih usporediti sa znanjem vedske tradicije. Hermetizam se javlja u vrijeme civilizacija prastare Grčke, Rima i Egipta, a temelji su filozofije sačuvani sve do današnjih dana.

Hermetizam je mistična filozofija koja se bavi magijom, alkemijom te drugim očitovanjima pretvorbe duhovnog u materijalni svijet. Temelje ove filozofije postavio je čovjek pod imenom Hermes Trismagistus o kojem se vrlo malo zna uključujući mjesto i vrijeme rođenja.

Deepak Chopra

Učenjaci smatraju da je živio otprilike dvije tisuće godina prije ere. Mnogi se slažu da je on bio egipatski svećenik te utemelj znanosti i umjetnosti kakvu danas na Zapadu poznajemo. Mis Hermesa Magistusa, trostruko slavljenog, opisan je u prastarim telvima i Grka i Rimljana. Mitologija gaje podigla na razinu bogova, opisima najbliži je

egipatskom bogu mudrosti, inteligencije i pisar pod imenom Thoth. Neke tradicije ga smatraju čovjekom koji je tvorac zamisli o gradnji piramide Gize.

U zadnja dva tisućljeća mudrost hermetizma bila je izvor na- nuća mnogih gnostičkih tekstova i učenja. Nije jasno jesu li ti napi; vorno plod rada jedne osobe ili je to djelo više učenjaka uključu Grke, Rimljane te Egipćane. U svakom slučaju temeljne se postavi; lozoflje hermetizma mogu izraziti kroz načela koja slijede. •

Prvo načelo glasi daje sve očitovanje duha. Duh je stanje postoj, koje omogućuje nastanak prostora, vremena, uzročnosti, materij energije. Beskonačan i ničim ograničen duh sadrži cijeli sve kakvog ga mi vidimo. Ništa ne postoji izvan njega. Duh je poč« lanca postojanja, odnosno postojanje u cijelosti. Svemir izvire iz di sadržan je u njemu te neizbježno ponire u njega. To je prvo načelo ] nam donosi vrlo jasnu sliku onoga što smo nazvali nelokalizira: područjem. :

Drugo načelo kaže da se očitovanje duha odvija na način da sd lina nalazi u svakom dijelu. Moderna znanost naziva ovo tumači holografskim modelom očitovanja. Ono podrazumijeva postojanje line u svakom dijelu nekog tijela. Kao što su atomi odraz svemira, 1 je i ljudsko tijelo odraz kozmičkog tijela, a ljudski um odraz kozmič uma. Što to znači? Ono pretpostavlja da se u svakoj pojedinoj st koju promatramo, pa čak i u svemu što možemo zamisliti, na skriveni potencijal za nastanak apsolutno svega. Cijeli je svemii držan u svakoj točki isto kao što je bilo koja kap mora odraz čiji oceana. U Vedanti je ovo načelo ovako opisano: "Ono što je ovdj svuda, a ono što nije ovdje nije nigdje."

To nam govori da ne morate ići nikamo da biste doznali istinu

192

Spontano ispunjenje želja

tina je uvijek točno pred vama. Pitamo li se da li ljudska bića postoje ovdje kao i bilo gdje u svemiru, odgovor je apsolutno da. Proučavanje molekula je poput proučavanja galaksije. Slično tome, sve je sadržano u temeljima vašeg vlastitog bića. Pjesnik Rumi kaže daje cijeli svemir sadržan u nama i daje to temeljna istina. Prema Bibliji kraljevstvo nebesko je u vama. U Novom zavjetu Isus kaže: "Zamolite i dat će vam se. Kucajte i otvorit će vam se. Tražite i naći ćete." Školski sustav koji imamo temelji se na skupljanju informacija te što ih više imamo, postajemo sve više zbunjeni i sve nam je teže doprijeti do mudrosti koju nam je sama priroda podarila. Stoga naučite kako zamoliti istinu o sebi te kako zakucati na vrata vlastitog bića. To je ono znanje koje se naziva intuicijom, kreativnošću, vizionarstvom, umijećem proročanstva. To je razlog zašto se mudar čovjek usredotočuje na promatrača umjesto na ono što se promatra. Promatrač predstavlja nelokalizirani dio jastva.

Treće načelo tvrdi daje sve vibracija, da se svjesnost sastoji od vibracija različite učestalosti što rezultira svim mogućim oblicima i pojavama u svemiru. Ljudska su bića svjesna energetska polja koja postoje u suglasju sa ostatkom svemira.

Želite li mijenjati svijet oko sebe, sve što morate promijeniti jest kvaliteta vlastitih vibracija. Promijenite li vlastite vibracije, promijenit će se i kvaliteta onoga što vas okružuje. Slučajno je upravo to razlog zašto Sutre uspješno djeluju. One svojim

djelovanjem osiguravaju stvaranje određene posebnosti vibracija ili drugim riječima, dodaju posebnu "arajnu" nelokaliziranom ja.

Situacije, okolnosti, događaji i odnosi s kojima dolazite u dodir tijekom života odrazi su stanja svijesti koje vlada u vama.

četvrto načelo glasi da je jedino promjena stalna. Sve ostalo se mijenja. Vezati se uz nešto materijalno nalik je zadržavanju daha. Zadržite li ga predugo, ugušit ćete se. Jedin način da postignete nešto neizbježno vodi u potpuno odvajanje od materijalnog svijeta puštajući ga da mirno protječe pokraj vas.

Ovo je vrlo važno razumjeti. To znači da se najbolji rezultati postižu

193

Deepak Chopra

kada se usredotočite na sam proces, a ne na njegov ishod. Pozoi usmjerena isključivo na ishod dovodi do tjeskobe i stresa što se kc spontanim tijekom inteligencije u njezinom premještanju iz n tovanog područja (duh) u područje očitovanja (materijalni svijet njenica daje promjenajedina konstanta, znači da neprestano živii neznanju.

Sve što nazivamo poznatim spada u prošlost i jedino što sa s nošću možemo tvrditi je da toga više nema. Poznato je zarobi; prošlosti. Nepoznato je uvijek novo što je odlika polja beskona mogućnosti. Zen majstori, majstori borilačkih vještina i veliki duh učitelji podučavali su da uvijek treba ići niz tok. Tok je polje prom Ono što se ne mijenja truli i umire. Promjena je ples i ritam svei Imati jasan cilj, kretati se zajedno s promjenama te istodobno usi točenje na sam proces umjesto na ishod načini su kako doći do\* njenja želja uz orkestriranje sinkrosudbine.

Peto načelo govori da sve ima svoju suprotnost bilo da se r< iskustvu, stavu ili objektu. Bez obzira kakvi vas osjećaji tren prožimaju, dobri ili loši, ijedni i drugi istodobno postoje u vama. uopće važno u kako ste dubokoj depresiji ako uspijete prepoznat zinu suprotnost radost ili zahvalnost te obratiti pozornost na kako bi se ti osjećaji polako širili u vašoj svijesti potiskujući depn Pupiljci, koji kasnije omogućuju procvat dobrog raspoloženja, kri u samom činu premještanja pozornosti s beznađa na osjećaj sreće, vrijedi i za trenutke kada ste u ekstazi. Budite svjesni da ukorak' višenim osjećajima ide i njihova suprotnost. Razumijevajući ovi čelo (daje svako stvaranje temeljeno na načelu sustvaranja i sup janja suprotnosti), možete izvježbanom pozornošću osvijestiti s one dijelove nekog iskustva koje želite.

Šesto načelo tvrdi da sve što postoji ima svoj ritam. Životni c klasičan je primjer. Nakon začeca slijedi trudnoća, rođenje, o tanje, starost, smrt i opet početak. Sinkronicitet smatra da su ci životnih doba u skladu s ciklusima svemira. Stara kineska izreka 1 Cvati u proljeće, struji ljeti, odbaci lišće u jesen, umiri se zimi. A]

194

Spontano ispunjenje želja

potpuno uskladite s time, svaki će ciklus biti najbolje doba vašega života. Kada se čvrsto nalazite u samom središtu biti života te ste potpuno nazočni u sadašnjem trenutku, tada ste u dodiru s nelokaliziranim ja i njegovom orkestracijom plesanja svemira. Uspijete li



još i uskladiti vaš ritam s ritmom svemira, sinkrosudbina započinje svoju čaroliju. Sedmo načelo kaže da svaki događaj ima beskonačno mnogo uzroka koji opet vode u beskonačno mnogo ishoda. Takozvani "uzrokposljedica" odnos nije pravocrtan. Ovo smo načelo već upoznali u prijašnjim dijelovima knjige pod nazivom "međuzavisno sunastajanje", a učinak tog načela nam omogućuje da uz uporabu sinkrosudbine shvatimo obrasce koji se kriju iza samih događaja.

Osmo nam načelo govori da se energija stvaranja u svemiru između ostalog očituje i u seksualnoj energiji. Sve što postoji rođeno je uz pomoć te iskonske energije. Dijete je rođeno iz nje. Ona je uzrok cvjetanja pupoljaka, a kasnije i nastanka plodova voća. Ništa u stvaranju nije izuzeto od tog načela. Kod ljudi seksualna energija znači strast, uzbuđenje te putenu budnost. Kada smo u dodiru s nelokaliziranim ja, iskustvo entuzijazma i nadahnuća dolazi spontano. Riječ entuzijizam sadrži u sebi dva korijena: "en" i "theos". To znači biti jedno s Bogom, odnosno nelokaliziranim ja. Riječ nadahnuće slično tome znači biti jedno s duhom.

Nadahnuće, entuzijizam, uzbuđenje i strast daju energiju našim namjerama i stoga ubrzavaju proces spontanog ispunjenja želja.

Deveto načelo govori da snagom pozornosti i namjere možemo usmjeravati seksualnu energiju. Već smo i prije vidjeli da kad na nešto obratimo pozornost (i time promatrani predmet stavimo u središte naše seksualne energije), ono procvjeta. Maknemo li pozornost s nečega, ono počinje kopnjeti. Pozornost i namjera ključ su promjene bilo da se radi o nekoj situaciji, okolnostima, osobi ili stvari. Sutre koje smo naveli u ovoj knjizi predstavljaju šifre za okidanje i aktivaciju pozornosti i namjere.

Deseto načelo tvrdi da možemo postići sklad kroz sile i elemente koje nazivamo muškim i ženskim. Hermetička filozofija tj. njezin dio

195

pod nazivom "načelo spola" pretpostavlja da se istinska strast s tek kada u sebi uspijemo uspostaviti ravnotežu muških i ženskih menata i sila. Muška energija izvor je agresivnosti, odlučnosti lovanja te hrabrosti dok se ženska energija očituje u štovanju lje intuiciji, nježnosti, suosjećanju i blagosti. Velika umjetnička<sup>^</sup> uvijek su rezultat skladnog međudjelovanja muškog i ženskog m jing i jang. Zadatak sutre ŠivaŠakti jest aktiviranje skladnog med lovanja muških i ženskih energetskih obrazaca prisutnih u neloi ranom ja. Jedanaesto načelo pretpostavlja daje priroda naše unutarnjosi kakav se naš izgled zao činio, uvijek sačinjena od ljubavi te da<sup>^</sup> bitna građa u svakom pojedincu može uvijek nanovo otkriti tak ćemo je prepoznati u samome sebi. Ljubav stoga nije puki o: poput svih drugih, već temeljno istinsko načelo u srcu samog si nja. Ono je bezuvjetno i bezgranično te snažno zrači iz nas kada s dodiru s vlastitim nelokaliziranim ja.

Ovih jedanaest načela jednaka su načelima alkemije i radu' mesa Trismagistusa kao i načelima Vedante i načelima svih trajnij zofija koje je čovjek postavio. Kad jednom usvojimo i prihvatim! načela, naši će stavovi, snovi, misli i osjećaji u odgovorima na raz situacije biti potpuna novost u najpozitivnijem smislu. Na pri ukoliko se uspijemo uskladiti s ciklusima, ritmom i životnim dol nikada nećemo postati nesretni zbog nekog događaja ili dugot pasti u njegovu sjenu.

<Dodatak <B

Sljedeća priča, koja nam dolazi iz jednog od najčuvenijih vedskih tekstova pod nazivom Chandogya Upanishad, na prekrasan način opisuje prirodu nelokaliziranog jastva. Prije mnogo tisuća godina veliki mudrac Uddalaka Aruni poslao je svog dvanaestogodišnjeg sina Svetaketa na školovanje kod velikog gurua kako bi dječak dobio dubok uvid u stvari koje ga okružuju. Više od jednog desetljeća dječak je učio pod budnom paskom učitelja i već kao mladić znao je sve Vede napamet. Kada se Svetaketu vratio u svoj dom, otac je primijetio da se mladić ponaša kao dajepopio znanje cijeloga svijeta. Stoga je odlučio mladog znalca staviti na test postavljajući mu sljedeće pitanje:

"Moj učeni sine što je to što se ne može čuti, ali slušanje čini mogućim; što se ne može vidjeti, ali gledanje čini mogućim; što se ne može spoznati, ali spoznaju čini mogućom i što se ne može zamisliti, ali misao čini mogućom?"

197

Deepak Chopra

,k

Svetaketu je bio zbunjen i zamišljen.

Otac nastavi: "Kad upoznamo jednu jedinu česticu gline, 1 nam znane sve stvari načinjene od nje. Kad otkrijemo najsićušnij men zlata, upoznat ćemo sve što je napravljeno od zlata. Razli među dva komadića nakita nalazi se u obliku i imenu. U stvarne sav nakit zlato, a posuđe glina. Možeš li mi na osnovi toga sada sine moj, što se može spoznati obrnutim načinom; ako poznajem^ stoje to onda jedno?"

Svetaketu odgovori: "Moj učitelj Alas nije ništa govorio o t Hoćeš li mi ti reći?"

"U redu", rekao je Uddalaka. "Reći ću ti."

"Cijeli je svemir jedna stvarnost i ta je stvarnost čista svjes čista je svjesnost apsolutno postojanje. To je Jedno kome niš prethodi niti ga što slijedi. U početku Jedno reče: od jednog post mnogo. Tako su na taj način nastali svi što promatraju i sve što j< matrano. Jedno se pretvorilo u mnogo i tako je postalo jastvo s Sva bića koja jesu stoga su Jedno i Jedno je temeljni sastojak svej postoji. To si ti, Svetaketu."

"Na isti način pčele proizvode med od raznolikog cvijeća. K med konačno gotov, niti jedan dio nektara ne može reći: 'Ja sa: toga cvijeta ili od onoga'. Isto tako kad se spojite s vlastitim nelol; ranim ja, spajate se s nelokaliziranim ja svih stvari što postoje, istinski Ja koji je u svemu i taj si Ja i ti Svetaketu."

Mladić reče: "Još me prosvijetli, oče moj!"

Prije nego što je nastavio, otac napravi kratku stanku: "R Ganga teče prema istoku.

Rijeka Ind teče prema zapadu. Ipak i je druga u jednoj točki neizbježno postaju more.

Kad postanu moi jedna ni druga rijeka više ne razmišljaju o sebi kao o rijekama pod nom Ganga i Ind. Tako, moj sine, sve što postoji ima svoj izvor u! kaliziranom Ja i to Jaje najdublja srž svega. To je istinsko Ja. Te Svetaketu.

\

Kada tijelo vene i dođe do smrti, Ja ne umire. Vatra ga ne i spaliti, voda ga ne može

smočiti, vjetar ga ne može isušiti niti ga

198

Spontano ispunjenje želja

kakvo oružje raznijeti. Ja nema rođenja, ni početka niti kraja. Neograničeno vremenom i prostorom ispunjava čitav svemir. To si upravo ti, Svetaketu."

"Oče, prosvijetli me još više!" reče ushićeni Svetaketu.

Uddaleka reče: "Donesi mi voće s drveta nvagrodha."

Svetaketu donese voće.

"Raspolovi ga", reče otac.

Svetaketu učini što mu je rečeno.

"Što vidiš, sine moj?"

"Sićušno sjeme."

"Raspolovi sada sjeme."

Svetaketu raspolovi sićušnu sjemenku.

"Što sada vidiš, sine moj?"

"Vidim da nije ništa ostalo, oče."

"To što ne vidiš je sama srž i cijelo nvagrodha drvo dolazi iz toga. Isto tako i svemir niče iz nelokaliziranog ja."

Konačno Uddaleka zatraži od sina da stavi kocku soli u čašu vode te ga sljedećeg dana zamoli da mu je donese natrag. "Ne mogu je donijeti", odgovori mladić. "Rastopila se".

Uddaleka zatraži od sina da okusi površinu vode. "Reci mi kakav okus ima?"

"Slana je, oče."

"Kušaj kakva je u sredini."

"Slana je, oče."

"Kušaj j/sada kakva je na dnu."

"Slana je, oče."

"Isto kao stoje sol lokalizirana u kocki, a raspršena u vodi, tako je i tvoje Ja lokalizirano u tebi, a raspršeno cijelim svemirom."

"Moj dragi sine, ti ne zamjećuješ Ja u svojem tijelu, ali bez Ja zamjećivanje ne bi bilo moguće. Ti ne možeš pojmiti Ja, ali bez Ja poimanje ne bi postojalo. Ne možeš zamisliti Ja u sebi, ali bez Ja ne bi bilo misli. Ipak, kada postaneš Ja i kada budeš živio na razini nelokaliziranog Ja, bit ćeš povezan sa svime što postoji jer Ja jest izvor svega. Is

199

Deepak Chopra

tina, stvarnost, postojanje, svjesnost, apsolutno nazovi to kako hoc je jedina stvarnost, temelj svega. I to si ti Svetaketu.

Živi na toj razini i sve će se tvoje želje ispuniti jer na toj razini neće biti samo tvoje želje, već će se one savršeno poklapati sa želja svega što postoji."

,

Svetaketu je radio sve što mu je tada bilo rečeno te je postao je< od najvećih mudraca u vedskoj tradiciji.