

# OSHO – BÁTORSÁG

## Tartalomjegyzék

<u>1. Mi a bátorság ?</u> .....	2
<u>2. A bátorság taója</u> .....	3
<u>2.1. A szív útja</u> .....	5
<u>2.2. Az intelligencia útja</u> .....	9
<u>2.3. A bizalom útja</u> .....	12
<u>2.4. Az ártatlanság útja</u> .....	17
<u>3. Ha az újdonság az ajtódon kopogtat, engedd bel!</u> .....	28
<u>3.1. A szeretet bátorsága</u> .....	32
<u>3.2. Nem kapcsolat, hanem létállapot</u> .....	39
<u>3.3. Se könnyű, se nehéz, csak természetes</u> .....	43
<u>4. Emeld ki magadat a tömegből!</u> .....	48
<u>4.1. Hallgass a belső érzékedre!</u> .....	51
<u>4.2. Szabadon valamitől, szabadon valamiért</u> .....	54
<u>5. A veszélyes élet öröme</u> .....	59
<u>6. A félelemnélküliséghez vezető úton</u> .....	74
<u>6.1. Meditációs technikák, kérdések és válaszok</u> .....	74
<u>6.2. Meditáció az ürességtől való félelem eloszlatásához</u> .....	83
<u>6.3. Meditáció a régi, berögzült félelmek felszámolásához</u> .....	84
<u>6.4. Meditáció a bizalomért</u> .....	85
<u>6.5. Meditáció a félelem szeretetté alakítására</u> .....	85

*Nem lehetsz őszinte, ha nem vagy bátor.  
Nem tudsz szeretni, ha nem vagy bátor.  
Nem tudsz bízni, ha nem vagy bátor.  
Nem kutathatod a valóságot, ha nem vagy bátor.  
Vagyis a bátorság áll legelől, és minden más azt követi.*

## **1. Mi a bátorság ?**

Kezdetben nincs nagy különbség egy gyáva és egy bátor ember között. Az egyetlen eltérés abban mutatkozik, hogy a gyáva a félelmeire hallgat, és azokat követi, míg a bátor nem törődik az aggodalmaival, hanem egyenesen előrehalad. A bátor ember mindenféleimé ellenére nekivág az ismeretlennek.

A bátorság azt jelenti, hogy minden félelmünk ellenére nekivágunk az ismeretlennek. A bátorság nem azonos a félelemnélküliséggel. Félelem nélkülivé akkor leszel, ha egyre bátrabbá és bátrabbá válsz. Ez a bátorság legvégső élménye: a félelemnélküliség a tökéletes bátorság ajándéka. Kezdetben azonban nincs nagy különbség a gyáva és a bátor ember között. Az egyetlen eltérés abban mutatkozik, hogy a gyáva a félelmeire hallgat, és azokat követi, míg a bátor nem törődik az aggodalmaival, hanem egyenesen előrehalad. A bátor ember minden félelme ellenére nekivág a2 ismeretlennek. Tisztában van a félelmeivel, tudja, hogy ott vannak vele.

Ha kihajózol az ismeretlen tengerre, mint Kolumbusz tette, félelem van benned, mérhetetlen félelem, hiszen nem tudhatod, mi történik majd. Elhagyod a biztonságos partokat. Minden a legnagyobb rendben volt körülötted, csak egyvalami hiányzott: a kaland. Nekivágni az ismeretlennek borzongató élmény.

A szív újra dobogni kezd, és újra élsz, megtelsz élettel. Lényed minden porcikája életre kel, mert elfogadtad az ismeretlen kihívását.

Elfogadni az ismeretlen kihívását minden félelem ellenére - ez a bátorság, Ott van ugyan a félelem, de ha újra és újra vállalod a kihívást, lassan-lassan eloszlanak az aggodalmaid. Az ismeretlen megtapasztalása révén átélt öröm, az eksztázis, amellyel az ismeretlen megtapasztalása eláraszt, erőssé tesz, teljességet ad, csiszolja az intelligenciádat. Először azt tapasztalod meg, hogy az élet nem unalom, hanem kaland. Azután lassacskán eltűnik a félelem; és mindig egyre újabb kalandok után kutatsz majd.

A bátorság alapvetően annyit jelent, hogy kockára teszed az ismert az ismeretlenért, a megszokottat a szokatlanért, a kényelmet a kényelmetlenért, a távoli cél felé tett fáradságos zarándokútért. Senki sem tudja, vajon képes lesz-e mindezt végigcsinálni. Hazardjáték, de csak a hazardjátékosok tudják, mi is az élet.

A szív újra dobogni kezd, és újra élsz, megtelsz élettel. Lényed minden porcikája életre kel, mert elfogadtad az ismeretlen kihívását.

Elfogadni az ismeretlen kihívását minden félelem ellenére - ez a bátorság, Ott van ugyan a félelem, de ha újra és újra vállalod a kihívást, lassan-lassan eloszlanak az aggodalmaid. Az ismeretlen megtapasztalása révén átélt öröm, az eksztázis, amellyel az ismeretlen megtapasztalása eláraszt, erőssé tesz, teljességet ad, csiszolja az intelligenciádat. Először azt tapasztalod meg, hogy az élet nem unalom, hanem kaland. Azután lassacskán eltűnik a

félelem; és mindig egyre újabb kalandok után kutatsz majd.

A bátorság alapvetően annyit jelent, hogy kockára teszed az ismert az ismeretlenért, a megszokottat a szokatlanért, a kényelmet a kényelmetlenért, a távoli cél felé tett fáradságos zárandokútért. Senki sem tudja, vajon képes lesz-e mindezt végigcsinálni. Hazárdjáték, de csak a hazárdjátékosok tudják, mi is az élet.

## 2. A bátorság taója

Az élet nem hallgat a te logikádra; zavartalanul járja a saját útját. Neked kell hallgatnod az életre; az élet nem követi a te logikádat, nem törődik a te logikáddal.

Az életben járva mit veszel észre? Jön egy hatalmas vihar, és kidőlnek a nagy fák. Charles Darwin szerint életben kellene maradniuk, hiszen Ők a leg-masszívabbak, a legerősebbek, a leghatalmasabbak. Nézz meg egy ős öreg, száz méter magas, háromezer éves fát. Már ránézésre is erőt sugároz, az erő és a hatalom érzését. Gyökerek milliói hatolnak a földbe, lenyúlnak a mélybe, és a fa erőteljesen tör az ég felé. Persze harcol - nem akar engedni, nem akarja megadni magát -, de a vihar után kidőlvén fekszik, holtan, nincs benne többé élet, és minden ereje odavan. A vihar túl erős volt - a vihar mindig túl erős, mert a teljesség része, a fa pedig csak egy individuum.

Mellette pedig ott vannak a kisebb növények és a közönséges füvek - amikor vihar jön, a fű meghajlik, és nem esik semmi bántódása. A legtöbb, amit a szél tehet vele, hogy alaposan megtisztítja, ez minden; lemos róla minden felgyülemlett piszkot. A vihar kitűnő fürdővel ajándékozza meg, és amikor véget ér, a kis növények, a füvek újra vidáman táncolnak. A fűnek alig van gyökere, egy kisgyermek is képes kihúzni a földből, de a viharral szemben győzedelmeskedik. Hogyan lehetséges ez?

A fű a tao útját követi, Lao-ce útját, a nagy fa pedig Charles Darwinét. A nagy fa logikusan gondolkodik: megpróbál ellenállni, megpróbálja fitogtatni az erejét. Ha az erőddel próbálsz kérkedni, le fognak győzni. Minden Hitler, minden Napóleon, minden Nagy Sándor nagy és erős fa. Az ilyenek mindig vereséget szenvednek. Lao-ce olyan, mint a kis növények: senki sem győzheti le őket, mert mindig hajlandóak engedni. Hogyan győzedelmeskedhetnél olyasvalaki felett, aki megadja magát, aki azt mondja: „Vesztettem. Élvezze a győzelmét, uram, ne csináljon belőle gondot. Megadom magam.”

Még egy Nagy Sándor is tehetetlennek érezné magát Lao-cével szemben, hiszen nem tehet semmit. Megtörtént; pontosan így történt...

Nagy Sándor korában élt egy szannjászí, egy Dan-damisz nevű misztikus, azokban az időkben, amikor a hódító Indiában járt. Néhány barátja azt tanácsolta Nagy Sándornak, hogy hozzon magával Indiából egy szannjászít, mert ez a ritka virág csupán azon a vidéken nyílik. Azt mondták:

-Látni szeretnénk a szannjászí jelenségét, tudni akarjuk, pontosan mi is az a szannjászí.

A nagy hadvezért annyira lefoglalta a háború, a harc és a küzdelem, hogy kis híján megfeledkezett a dologról, de amikor visszafelé indult, India határán hirtelen eszébe jutott a kérés. Épp az utolsó faluból vonultak ki, így hát megbízta a katonáit, hogy menjenek vissza,

és tudakolják meg, van-e valahol a környéken egy szannjászi. Történetesen Dandamiszippen a faluban tartózkodott, a folyóparton, ezért az emberek így feleltek:

- Épp jókor jöttél. Sok szannjászi van, de az igazi szannjászi ritka, most viszont épp itt van egy. Elmehetsz és meglátogathatod.

Nagy Sándor felnevetett, és azt mondta: -Nem azért vagyok itt. Az embereim majd érte mennek, és idehozzák. Magammal viszem őt az országom fővárosába.

A falu lakói a fejüket csóválták. -Az nem lesz olyan könnyű... Nagy Sándor nem hitt nekik. Milyen nehézség adódhatna? Győzedelmeskedett császárok, nagy királyok felett, miért ne tudna elbánni egy koldussal, egy szannjászival? A katonái elmentek ehhez a Danda-miszhoz, aki éppen meztelenül állt a folyó partján, így szóltak hozzá:

- Nagy Sándor meghív téged, hogy tarts vele az országába. Mindent megkapsz, amire csak szükséged van. Királyi vendég leszel.

A meztelen fakír csak nevetett, és azt felelte:

- Menjetek, és mondjátok meg az uratoknak, hogy az az ember, aki nagynak nevezi magát, nem lehet nagy. És senki sem vihet engem sehová: a szannjászi úgy mozog, mint a felhők, tökéletes szabadságban. Nem vagyok senkinek a rabszolgája.

A katonák figyelmeztették:

-Biztosan hallottad már Nagy Sándorról, hogy rendkívül veszélyes ember. Ha nemet mondasz neki, nem fogadja el, hanem egyszerűen levágja a fejedet!

Nagy Sándornak el kellett mennie Dandamiszhhoz, mert a katonák azt jelentették:

- Ez a szannjászi kivételes ember, csodálatos, valami ismeretlen dolog sugárzik belőle. Meztelen, de ezt a jelenlétében észre sem veszed, csak később jut eszedbe. Olyan hatalmas, hogy mellette egyszerűen megfélemledsz az egész világról. Hipnotikus ereje van, végtelen csend veszi körül, mintha az egész környék el lenne ragadtatva tőle. Érdeemes megnézni, de úgy tűnik, nagy bajnak néz elébe szegény, mert azt mondja, hogy senki sem viheti őt sehová, mert ő senkinek sem a rabszolgája.

Nagy Sándor elment hozzá, kivont karddal a kezében. Dandamiszippetett, és így szólt:

- Rakd el a kardodat, itt nem veszed hasznát. Tedd vissza a hüvelyébe; itt nem veszed hasznát, mert csak a testemet vághatod meg vele, azt pedig már régen elhagytam. A kardod engem nem tud megsebezni, úgyhogy tedd el; ne gyerekeskedj.

És úgy tartják, ez volt az első eset, hogy Nagy Sándor engedelmessé vált valaki más utasításának; mert a szannjászi jelenlétében egyszerűen megfélemlkedett arról, hogy ki is ő. Visszacúsztatta kardját a hüvelyébe, és így felelt:

-Még sosem találkoztam ilyen csodálatos emberrel.

Azután, amikor már megint a saját táborában volt, kijelentette:

-Nehéz megölni egy olyan embert, aki készen áll a halálra, mert ez értelmetlen cselekedet.

Meg lehet ölni azt, aki harcol, akkor van valami értelme a gyilkolásnak; de nem lehet végezni valakivel, aki készen áll rá, és azt mondja: „Itt a fejem, levághatod.” Mert Dandamisz valóban ezt mondta: - Itt a fejem, levághatod. Amikor elváltak a nyaktól, látni fogod, ahogy lehullik a földre, és én is látni fogom a porban heverni, mert én nem a testem vagyok. Szemtanú vagyok.

Nagy Sándor kénytelen volt bevallani a barátainak: -Voltak olyan szannjászik, akiket el tudtam volna hozni, de azok nem voltak szannjászik. Azután találkoztam egy emberrel, aki igazán különleges volt; és jól hallottátok, ez a virág valóban igen ritka, de senki sem kényszerítheti semmire, mert nem fél a haláltól. Hogyan kényszeríthetné bármi azt, aki nem fél a haláltól?

A félelmed tesz rabszolgává - a te félelmed. Ha nincs benned félelem, nem vagy többé rabszolga; valójában éppen a félelmeid kényszerítenek arra, hogy szolgaságra vess másokat, még mielőtt ők próbálnának uralkodni feletted.

Akiben nincsen félelem, az nem tart senkitől, és másokban sem kelt riadalmat. A félelem nyomtalanul eltűnik.

## **2.1. A szív útja**

A bátorság, kurázszi szó nagyon érdekes. A latin cor tőből származik, amelynek a jelentése: 'szív'. Tehát akinek van kurázsija, vagyis bátor ember, az a szívére hallgat. És a gyávák, csupán a gyávák hallgatnak az eszükre; félnek, ezért a logika biztonságával veszik körül magukat. Rettegnek, eltorlaszolni minden ajtót és ablakot - teológiával, fogalmakkal, szavakkal, elméletekkel -, és e bezárt ajtók és ablakok mögé rejtőznek.

A szív útja a bátorság útja. Azt jelenti, hogy bizonytalanságban élünk, azt jelenti, hogy szeretetben és bizalomban élünk; azt jelenti, hogy nekivágunk az ismeretlennek. Magunk mögött hagyjuk a múltat, és engedjük, hogy megérkezzen a jövő. A bátorság azt jelenti, hogy veszélyes ösvényeken indulunk el. Az élet veszélyes, és csak a gyávák kerülhetik el a veszélyt - de akkor meg is halnak. Az, aki él, valóban él, akiben áramlik az élet, nekivág az ismeretlennek. Arrafelé veszélyek várják, de ő vállalja a kockázatot. A szív mindig kész vállalni a kockázatot, a szív hazardjátékos. A fej üzletember. A fej folyton számításokat végez és ravaszkozik. A szív nem mérlegel.

A kurázszi szó csodálatos, és nagyon érdekes. Aki szívből él, az a valóságot kutatja. A költő szívből él, és lassanként figyelni kezd az ismeretlen hangjaira. A fej nem hallhatja ezeket a hangokat; túl távol esik az ismeretlentől. A fejet az ismert dolgok töltik meg.

Mi az elme? Minden, amit valaha tudtál. A múlt, holt dolgok, mindaz, ami elmúlt. Az elme nem más, mint az összegyűjtött múlt, az emlékezet. A szív a jövő; a szív mindig remél, mindig valahol a jövőben jár. A fej a múltra gondol; a szív a jövőről álmodik. A jövő meg csak most fog megérkezni. Még csak ezután jön el. A jövő még csupán lehetőség - el fog jönni, már jön is. A jövő minden egyes pillanatban jelenre alakul, a jelen pedig múlttá. A múltban nincsenek lehetőségeid, már felhasználtad őket. Már továbbléptél a múlton - kiürült, holt dolog, akár egy sír. A jövő olyan, mint egy mag; jön, egyre közeledik, a jelen felé nyúlik, és találkozik vele. Állandó mozgásban vagy. A jelen nem más, mint mozdulat a jövő irányába. Az a lépés, amelyet éppen most tettél meg, és a jövőbe vezet.

A világon mindenki igaz akar lenni, mert csak az igaz lét nyújt végtelen Örömet és határtalan boldogságot - miért akarna bárki hamis lenni? Kell, hogy legyen benned annyi bátorság, hogy egy kicsit mélyebbre tekints: Miért félsz? Mit tehet veled a világ? Megeshet, hogy kinevetnek az emberek, de az csak jót tesz nekik: a nevetés orvosság, egészségesebbé tesz. Esetleg örültek néznek... de attól még, hogy örültek tartanak, te nem leszel valóban az.

És ha őszinte az örömed, a könnyeid, a táncod, előbb-utóbb lesznek, akik megértenek, akik csatlakoznak a karavánodhoz. Én magam is egyedül indultam el az ösvényen, aztán jönni kezdtek az emberek, és végül világméretű karavánt alkottunk! Pedig én nem I hívtam senkit; egyszerűen csak mindig azt tettem, amiről úgy éreztem, hogy a szívemből fakad.

Én egyedül a saját szívemért vagyok felelős, senki másnak a világon nem tartozom számadással. Épp így te is csupán önmagadért vagy felelős. Ne fordulj magad ellen, mert az egyenlő az öngyilkossággá!, önmagad elpusztításával. És mit nyersz vele? Talán az emberek tisztelni fognak, józan, tiszteletre méltó és becsületes embernek tartanak, de ezek a dolgok nem táplálják a lényedet. Nem segítenek abban, hogy jobban megértsd az életet és annak határtalan szépségét.

Hány millió ember élt már előtted a Földön? Még a nevüket sem tudod; nincs semmi jelentősége, hogy vajon éltek-e vagy sem. Voltak szentek és voltak bűnösök, voltak rendkívül tiszteletreméltó emberek és mindenféle különcök, örültek, de mind eltűntek -még egy lábnyom sem maradt utánuk.

Egyetlen célod legyen: gondozd és védelmezd azokat az értékeket, amelyeket magaddal vihatsz, ha majd a halál elpusztítja a testedet, az elmédet, mert

ezek a minőségek lesznek az egyetlen kísérőid. Csak ezek a valódi értékek, és akik szert tesznek rájuk, csupán azok élnek; a többiek színlelik az életet.

Egy sötét éjszakán a KGB kopogtat Yussel Fín-kelstein ajtaján. Yussel kinyitja az ajtót. A KGB embere rárivall:

- Itt él Yussel Finkelstein?

- Nem - feleli Yussel, kopott pizsamájában ácsorogva.

- Nem? Akkor hogy hívják magát? -Yussel Finkelstein.

A KGB embere a földre löki, és rákiált:

- Nem azt mondta az előbb, hogy nem él itt? Mire Yussel:

- Maga ezt életnek nevezi?

Éppen csak az élet nem mindig élet. Nézd meg az életedet. Áldottnak nevezheted? Elmondhatod róla, hogy adomány, a létezés ajándéka? Szeretnéd, ha újra és újra ilyen élet jutna osztályrészedül?

Ne hallgass a szent szövegekre - hallgass a saját szívedre. Ez az egyetlen ige, amit előírok a számodra: hallgasd nagyon figyelmesen, nagyon tudatosan, és sosem fogsz tévedni. És ha a

saját szívedre hallgatsz, nem lesz benned megosztottság. Ha a saját szívedre hallgatsz, jó irányba haladsz majd, anélkül.

Az új emberiség számára minden tudás titka abban rejlik majd, hogy a szívérc hallgat, tudatosan, éberen, figyelmesen. Kövesd a szívedet, bárhová vezet. Igen, olykor veszélybe sodorhat, de ne feledd, éppen ezekre a veszélyekre van szükséged ahhoz, hogy éretté válj. Néha tévútra vezet majd, de ne feledd, azok a tévutak is a fejlődés részei. Sokszor elbuksz majd, de állj talpra, mert úgy gyűjthetsz erőt, ha elbuksz, majd ismét talpra állsz. Ezáltal válhatsz teljessé.

Ne kövess külső szabályokat. Egyetlen, kívülről rád erőltetett szabály sem lehet helyes, mert olyan emberek alkották, akik irányítani akarnak téged! Igen, akadnak nagyszerű, megvilágosodott emberek is a világban - egy Buddha, egy Jézus, egy Krisna, egy Mohamed. Ők nem szabályokat adtak az emberiségnek - szeretetet adtak. De előbb-utóbb a tanítványok összegyűlnek, és megalkotnak egy életvitelt szabályozó törvénykönyvet. Ha a Mester már nincs többé, és eltűnik a fény, mély sötétség borul rájuk, és szabályok után kezdenek tapogatózni, amelyeket követhetnek, mert a fény, amely mellett képesek voltak látni, nincs többé. Attól fogva már a szabályoktól függenek.

Jézus azt tette, amit a saját szíve súgott neki, a keresztények azonban nem azt teszik, amit a szívük súg. Ők csak utánzóok - és abban a percben, hogy majmolsz valakit, megsérted az emberségedet, megsérted az Istenedet.

Ne utánozz senkit, légy mindig eredeti. Ne hagyd, hogy indigómásolattá válj. Pedig ez történik mindenütt a világban: indigómásolatok járkálnak mindenfelé.

Az élet valójában egy tánc, de csak akkor, ha egyedi maradsz - és az a feladatod, hogy egyedi maradj. Nézd csak meg, mennyire különbözik Krisna a Buddhától. Ha Krisna a Buddhát követi, meg lennének fosztva a földkerekség egyik legcsodálatosabb emberétől, Vagy ha a Buddha követte volna Krisnát, csak egy szegény csodabogár lett volna. Képzeld csak el, mint a Buddha fuvolázik: jó néhány ember álmát megzavarta volna, hiszen nem volt nagy zenész. Képzeld csak magad elé a Buddhát tánc közben; olyan nevetséges, olyan abszurd!

És ugyanez a helyzet Krisnával is. Üldögél egy fa alatt fuvola nélkül, pávatoll korona nélkül, gyönyörű ruhák nélkül - csak üldögél, mint egy koldus, egy fa alatt, lehunyta szemmel, senki sem táncol körülötte, semmi tánc, semmi dal -, és olyan szegényen, olyan nyomorultan fest. Buddha az Buddha, Krisna az Krisna, te pedig te vagy. És semmilyen tekintetben nem vagy kevesebb másoknál. Tiszteld önmagadat, tiszteld a saját, belső hangodat, és kövesd a szavát. Ne feledd, én nem ígérem, hogy mindig a helyes irányba vezet téged. Számtalanszor rossz felé hív majd, mert ahhoz, hogy eljuss a megfelelő ajtóhoz, előbb sok rossz ajtón kell bekopognod. Így megy ez. Ha véletlenül találnál rá a jó ajtóra, nem lennél képes felismerni, hogy jó helyen jársz. Ezért sose feledd, a végső számvetésben egyetlen próbálkozás sem minősül haszontalannak; minden erőfeszítésed hozzájárul ahhoz, hogy eljuss fejlődésed csúcsára. Ezért ne tétovázz, ne nyugtalankodj amiatt, hogy rossz irányba is tarthatsz. Ez az egyik probléma: az embereknek azt tanítják, hogy nem szabad hibázniuk, és emiatt annyira tétovává válnak, annyira félnek, annyira rettegnek a tévedéstől, hogy megragadnak ott, ahol tartanak. Nem mernek továbblépni, nehogy valami rossz történjen. Így aztán olyanokká válnak, mint a sziklák, elvesztik a mozgás képességét. I Hibázz annyit, amennyit csak lehet, és közben egyetlen dologra figyelj: ne kövesd el újra ugyanazt a hibát. És fejlődni fogsz. A szabadságodhoz tartozik, hogy tévútra fuss, jogodban áll akár egyenesen Isten ellen fordulni. És olykor kifejezetten szép tett Isten ellen fordulni. Így fejlődik ki a gerincoszlopod;

máskülönben olyan leszel, mint millió más ember: gerinctelen.

Felejtsd el mindazt, amiről valaha azt mondták: ez helyes, az pedig helytelen. Az élet nem ilyen merev. Az, ami ma helyes, holnap talán már helytelen, ami ma rossz, a következő pillanatban talán már jó lesz. Az élet dolgait nem lehet olyan könnyen beskatulyázni, hogy ez helyes, az pedig rossz. Az élet nem gyógyszertár, ahol minden üvegen címke díszeleg, és pontosan tudod, mi micsoda. Az élet rejtély: az egyik pillanatban valami tökéletesen stimmel, tehát helyes; a következő pillanatig azonban sok víz lefolyik a Dunán, és ugyanaz a dolog többé már nem stimmel, tehát helytelen lesz.

Hogyan határozom meg azt, hogy mi a jó? Ami harmóniában van a létezéssel, az jó, és ami nem egyezik vele, az rossz. Minden pillanatban ébernek kell lenned, mert minden pillanatban újra döntened kell. Nem hagyatkozhatasz előre gyártott válaszokra a jó és a rossz tekintetében. Csak ostoba emberek támaszkodnak kész válaszokra, mert ahhoz nem kell intelligensnek lenni, az nem szükséges. Előre tudják, hogy mi jó és mi rossz, megtanulhatják a listát, hiszen nem túl hosszú.

Ott a Tízparancsolat - milyen egyszerű! -, és már tudod is, mi helyes és mi helytelen. Csakhogy az élet szüntelenül változik. Ha Mózes visszatérne, nem hiszem, hogy ugyanazt a tíz parancsolatot adná át megint - nem adhatná ugyan azt. Háromezer év után hogyan adhatná ugyanazokat a parancsolatokat? Valami újat kellene kitalálnia.

Én azonban úgy gondolom: valahányszor parancsolatokat adnak, megnehezítik az emberek helyzetét, mert a szabályok már a kihirdetésükkor elavultak. Az élet gyorsan halad, hiszen lendületes, nem mozdulatlan. Az élet nem állóvíz, hanem Gangesz, szüntelenül áramlik. Sosem ugyanaz, még két egymást követő pillanatban sem. Ezért ami ebben a pillanatban helyes, a következőben talán már nem az.

Akkor hát mit tehetünk? Egyetlen lehetőség kínálkozik: olyan tudatossá kell tenni az embereket, hogy képesek legyenek önállóan eldönteni, miként éljenek ebben a változó világban.

Egy zen történet:

Volt két templom, amelyek versengtek egymással. A két mester - mesternek nevezték őket, de valójában minden bizonnyal papok voltak -olyannyira szemben állt, hogy a követőiknek még azt is meghagyták, soha ne nézzenek a másik templomra.

Mindkét papnak volt egy szolgája, két kisfiú, őket szalasztották az apróbb dolgokért, kisebb megbízatásokat teljesítettek.

Az első templom papja azt mondta a szolgájának:

- Sose beszélj a másik fiúval. Azok az emberek veszélyesek.

De a gyerekek csak gyerekek. Egy napon szembetalálkoztak az úton, és az első templomszolga megkérdezte a másikat:

- Hová mész?

-Ahová a szél visz - felelte a másik.



Bizonyára nagyszerű zen tanításokat hallgathatott a templomban, ezért mondta: „Ahová a szél visz.” Csodálatos kijelentés, szintizta tao.

Az első fiú azonban nem értette a szavait, megsértődött, és nem tudta, mit válaszoljon. Csalódott volt, dühös, és némi büntudatot is érzett... „A mesterem azt mondta, ne beszéljek ezekkel az emberekkel - gondolta. - Ezek az emberek valóban veszélyesek. Miféle válasz ez? Megszégyenített velem.” Visszament a mesteréhez, és elmesélte neki a történetet.

-Nagyon sajnálom, hogy beszéltem azzal a fiúval. Igazad volt, azok az emberek veszélyesek. Miféle válasz ez? Megkérdeztem tőle, hová megy, feltettem egy egyszerű, udvarias kérdést, pedig tudtam, hogy a piacra megy, ahová én is. Ő pedig azt felelte: „Ahová a szél visz.”

A mester azt mondta:

-Figyelmeztettelek, de te nem hallgattál rám. Most jól figyelj. Holnap menj el ugyanarra a helyre. Amikor odaér a fiú, kérdezd meg tőle: „Hová mész?” Erre ő azt feleli majd: „Ahová a szél visz.” Akkor aztán te is légy egy kicsit filozofikusabb. Kérdezd meg tőle: „És ha nem lenne lábad? Akkor mi volna?” Hiszen a lélek testetlen, és a szél nem tudja magával vinni sehová.

A fiú tökéletesen fel akart készülni; egész éjjel a kérdést ismételte magában. Másnap reggel korán elindult, ott álldogált a megfelelő helyen, és pontosan ugyanakkor, mint az előző napon, megjelent a másik szolga. Az első fiú nagyon boldog volt, meg akarta mutatni a másinak, milyen az igazi filozófia.

Meg is kérdezte tőle:

- Hová mész?

És várta a választ... De a másik azt felelte:

- Zöldségért megyek a piacra.

Most mit kezdetett volna az első fiú a filozófiával, amit bebiflázott?

Ilyen az élet. Nem tudsz felkészülni rá, nem tudod előre kiszámítani. Ebben rejlik a szépsége, ezért csodálatos, mert mindig meglep valamivel, mindig váratlan dolgokkal áll elő. Ha használod a szemedet, észreveszed, hogy minden pillanat egy-egy meglepetés, és előre gyártott válaszokkal nem jutsz előre.

## **2.2. Az intelligencia útja**

Az intelligencia elevenség, spontaneitás. Nyitottság és sebezhetőség. Pártatlanság, az elhatározások nélküli élethez szükséges bátorság. Miért nevezem ezt bátorságnak? Azért, mert ha elhatározások alapján cselekszel, akkor azok megvédenek, biztonságot, védelmet nyújtanak. Jól ismered őket, tudod, hogyan működnek, hatékonyan tudsz dolgozni a segítségükkel. Az elhatározások nélküli cselekvés: ártatlan cselekvés. Nincs garancia; tévedhetsz, tévútra futhatsz. Annak, aki készen áll nekivágni az igazságnak nevezett felfedező útnak, arra is fel kell készülnie, hogy számtalan hibát, ballépést követ majd el -

képesnek kell lennie kockáztatni. Talán mellékútra téved majd, de csak így érhet célba. Ha nagyon sokszor jár tévúton, akkor tanulja csak meg, miként maradhat a helyes ösvényen. Csak számtalan ballépés után érhetjük meg, mi a hiba, és hogyan kerülhetjük el. Aki megérti, mi a tévedés, egyre közelebb és közelebb kerül az igazság megérleléséhez. Ez egyéni felfedezőút, nem támaszkodhatsz mások következtetéseire.

Elme nélkülinek születted. Engedd, hogy ez a gondolat átjárja a szívedet, olyan mélyen, amilyen mélyen csak lehetséges, mert egy ajtó nyílik meg általa. Ha elme nélkülinek születted, akkor az elme csak egyfajta társadalmi termék. Nincs benne semmi természetes - mesterségesen fejlesztik ki és erőltetik rád. Mélyen belül még mindig szabad vagy, tehát meg tudsz szabadulni tőle. A saját természetedet sosem vetkőzheted le, de a mesterségesen rád erőltetett dolgokat akkor teszed félre, amikor elhatározod.

A létezés megelőzi a gondolkodást. A létezés tehát nem elmeállapot, hanem olyasmi, ami azon túl van. Lenni, és nem gondolkodni - ez az alapok megismerésének az útja. A tudomány gondolkodás, a filozófia gondolkodás, a teológia gondolkodás. A vallásosság nem gondolkodás. A vallásos megközelítés egyfajta nem-gondolkodó hozzáállás. Sokkal bizalmasabb dolog, közelebb visz a valósághoz. Elsőpör az utadból minden akadályt, megszabadít a gátaktól; elkezded együtt áramlani az élettel. Nem gondolod többé, hogy elszigetelt, külső szemlélő vagy. Nem hiszed többé, hogy csak megfigyelő vagy, távoli idegen. Találkozol a valósággal, elvegyülsz benne, belemerülsz. Létezik a megismerésnek egy másik fajtája is. Nem lehet tudásnak nevezni. Inkább szeretet, mint tudás. Olyan intim dolog, hogy a tudás szó nem fejezi ki eléggé. A szeretet szó sokkal pontosabb, sokkal kifejezőbb.

Az emberi tudatosság történetében az első dolog, ami kifejlődött, a mágia volt. A mágia tudomány és vallás ötvözete volt, rejlett benne valamennyi az elméből és az elmenélküliségből is. Később a mágiából kifejlődött a filozófia. A filozófiából pedig kialakultak a tudományok. A mágiában még egyszerre volt jelen az elme és az elmenélküliség. A filozófiában már csak az elme kapott szerepet, s azután az elme és a kísérletezés kettőse hozta létre a tudományt. A vallásosság az elmenélküliség állapota.

A vallás és a tudomány a valóság kétfajta megközelítési módja. A tudomány másodlagos dolgokon keresztül közelít; a vallás szemléletmódja közvetlen. A tudomány indirekt megközelítés; a vallás direkt. A tudomány körbe-körbe jár; a vallás egyszerűen a valóság szívébe hatol.

És még néhány dolog... A gondolkodás kizárólag ismert dolgokra irányulhat: újra megrágja a már megrágottat. A gondolkodás sosem lehet eredeti. Miként lennél képes az ismeretlenről gondolkodni? Minden, amin gondolkodni tudsz, ismert dolgokon alapul. Csak azért tudsz gondolni rá, mert ismered. A legtöbb, amit a gondolkodás tehet, hogy új kombinációkat állít elő. Magad elé képzelhetsz egy lovat, amely az égen repül, és aranyból van, de ebben nincs semmi új. Ismered az égen repülő madarakat, láttál már aranyat, lovat; ezt a három dolgot kapcsolod ösz-5ze. A legtöbb, amit a gondolkodás tehet, hogy új kombinációkat hoz létre, az ismeretlent azonban nem derítheti fel. Az ismeretlen túl van rajta. Ezért a gondolkodás körbe-körbe jár, az ismert részleteket kavarja össze újra és újra és újra. A már megrágottat rágja tovább. A gondolkodás sosem eredeti.

Pedig a felszabadulást az hozza el, ha alapvetően eredeti szemszögből közelítesz a valósághoz, közvetítőeszközök nélkül - mintha te lennél az első ember a Földön. Ez a tökéletes újszerűség felszabadít.

Az igazság élmény, nem pedig hiedelem. Az igazság soha nem úgy jelenik meg, hogy elmélkednek róla; az igazsággal össze kell találkozni, az igazsággal szembe kell nézni. Az az ember, aki a szeretetről elmélkedik, ugyanolyan, mint az, aki úgy próbálja megismerni a Himaláját, hogy a térképet tanulmányozza. A térkép nem azonos a hegygel! És ha elkezdész hinni a térképben, szem elől téveszted a hegyet! Ha a térkép megszállottjává leszel, ott állhat a hegy közvetlenül előtted, képtelen leszel észrevenni.

Pontosan ez történik. A hegy ott áll előtted, de a szemedben a térképek tükröződnek, a hegy térképei, különböző felfedezőknek ugyanarról a hegyről készített térképei. Van, aki az északi lejtőn kapaszkodott fel, más a keletin. Különböző térképek készültek: Korán, Biblia, Bhagavad-gitta ugyanannak az igazságnak a különféle másai. Annyira tele vagy térképekkel, olyan erősen húzza válladat a súlyuk, hogy egy lépést sem tudsz tenni tőlük. Nem látod a hegyet, amely közvetlenül előtted magasodik, szűz hóval borított csúcsa aranyként ragyog a reggeli nap fényében. Nincs szemed hozzá, hogy meglásd.

Az előítéletekkel teli tekintet vak, az elhatározásokkal teli szív halott. Ha túl sok előzetes feltételezés terheli, az intelligencia veszíteni kezd éberségéből, szépségéből, erősségéből. Eltompul.

A tompa intelligenciát nevezik értelemnek. Az úgynevezett értelmiség valójában nem intelligens, csak intellektuális. Az értelem egy tetem. Feldíszítheted, kicsinosíthatod csodálatos gyöngyökkel, gyémántokkal, smaragdokkal, de a hulla akkor is hulla marad.

Életben lenni tökéletesen más dolog.

A tudomány azt jelenti, hogy határozott, teljességgel meghatározott képünk van a tényekről. És ha nagyon határozottan kezeled a tényeket, akkor nem érezheted át a rejtélyeket - minél határozottabb vagy, annál több rejtély válik semmivé. A rejtélyek némi bizonytalanságot kívánnak; a rejtélyeknek határozatlanságra, körvonalazatlanságra van szükségük. A tudomány tényszerű; a rejtelem nem tényszerű, hanem egzisztenciális.

Egy tény a létezésnek csupán egy része, egy nagyon apró része, a tudomány pedig apró részekkel foglalkozik, mert az mindig könnyebb. Parányiak, elemezheted őket; nem tornyosulnak föléd, birtokolhatod, a markodban tarthatod őket. Felboncolhatod, felcímkézheted, tökéletesen megbizonyosodhatsz a jellemzőik, a mennyiségük, a lehetőségeik felől - de ezzel az eljárással elpusztítod a titkokat. A tudomány a rejtély gyilkosa.

Ha meg akarod tapasztalni a rejtelmeket, másik ajtón kell belépned, egészen más dimenzió felől. Az elme dimenziója a tudomány dimenziója, a meditációé azonban a csodák, a rejtélyek dimenziója.

A meditáció mindent körvonalazatlanná tesz. A meditáció elvisz az ismeretlenbe, egy felfedezetlen világba. A meditáció lassacskán valamiféle feloldódáshoz vezet el, amikor a megfigyelő és a megfigyelt eggyé válik. Nos, ez a tudományban nem lehetséges. A megfigyelő az megfigyelő, a megfigyelt pedig megfigyelt, és ezt a jól látható határvonalat mindig fenn kell tartani. Egyetlen pillanatra sem szabad megfélekedned magadról, egyetlen pillanatra sem érdekelhet a vizsgálódásod tárgya, nem szabad belemerülnöd, feloldódnod benne, nem engedheted, hogy lenyűgözzön, elvarázsoljon, szenvedélyt ébresszen benned. Távolról kell szemlélned, hűvösnek kell maradnod, hidegnek, tökéletesen közönyösnek. És a közöny elpusztítja a rejtélyt.

Ha valóban meg akarod tapasztalni a rejtelmeket, akkor egy új ajtót kell kitárnod önmagadban. Nem azt mondom, hogy mostantól ne légy többé tudós; én csupán azt mondom, hogy a tudomány maradjon számodra felszíni tevékenység. Benn, a laboratóriumban légy tudós, de amikor kilépsz onnan, feledkezz meg a tudományról. Hallgasd inkább a madarakat - de ne tudományos szempontból! Nézegetsd a virágokat - de ne tudományos szempontból, mert ha tudományos szemmel nézel a rózsára, akkor egy egészen más dolog jelenik meg a szemed előtt. Az nem ugyanaz a rózsza, mint amit a költő lát.

A tapasztalat nem függ a tárgytól. A tapasztalat az azt átélő személytől függ, és a tapasztalás minőségétől.

Ha ránézel egy virágra, válj egyé vele, táncolj körülötte, énekelj egy dalt. A szél hűvös és friss, a nap meleg, és a virág a legteljesebb pompájában tündököl. Táncol a szélben, örvendezik, dalol, azt énekl: halleluja. Osztózz az örömeiben! Szabadulj meg a közönyösségedtől, a tárgyilagosságotól, a távolságtartásodtól. Vetkőzd le tudományos szemlélet módodat. Légy egy kicsit képlékenyebb, oldódj fel, merülj alá. Engedd, hogy a virág a szívedhez szóljon, engedd, hogy behatoljon a lényedbe. Hívd meg, legyen a vendéged! És akkor ízelítőt kapsz a rejtélyből.

Ez az első lépés a rejtelem felé, és ha részesévé tudsz válni akár csak egyetlen pillanatra is, megkapod a kulcsot, megismered a legvégső lépés titkát. Azután ugyanígy, egész lényeddel vegyél részt mindenben, amit teszel. Ha jársz, ne gépiesen tedd, ne csak kívülről figyeld - azonosulj vele. Ha táncolsz, ne a technikára ügyelj, a technika lényegtelen. Tökéletesen kivitelezheted a lépéseket, és közben mégis el-szalasztod a valódi élvezetet. Oldódj fel a táncban, válj tánccá, felejtsd el a táncost.

Amikor ez a mély egyesülés az életed egyre több területén megvalósul, amikor körülötted minden olyan hihetetlen élményeket rejt, mint a feloldódás, az egonélküliség, a nemlét... amikor a virág ott van, de te nem, a szivárvány ott van, de te nem... amikor a felhők vándorolnak az égen, de te nem ... amikor tökéletes csend honol benned és körülötted - amikor nincs benned semmi, csupán tiszta csend, szűz csend, zavartalan, logikától, gondolatoktól, érzelmektől, érzésektől mentes csend -, az a meditáció pillanata. Eltűnik az elme, és amikor az elme eltűnik, akkor jelennek meg a rejtelmek.

### **2.3. A bizalom útja**

A bizalom a legmagasabb rendű intelligencia. Miért nincs az emberekben bizalom? Mert nem hisznek az intelligenciájukban. Félnek, attól tartanak, hogy rászedik őket. Félnek; ezért születnek bennük kétségek. A kétségeket a félelem szüli. A kétség a saját intelligenciáddal szembeni bizonytalanság eredménye. Nem vagy egészen biztos abban, hogy tudsz bízni, és szabad bíznod. A bizalom kiváló intelligenciát, bátorságot, teljességet igényel. Hatalmas szív kell hozzá, hogy belevájj. Ha nem vagy elég intelligens, kétségekkel védelmezod magadat.

Ha megvan benned a kellő intelligencia, készen állsz arra, hogy nekivájj az ismeretlennek, mert tudod, hogy még ha az egész ismert világ eltűnne is, és ott maradnál az ismeretlenben, megtalálnád benne a helyedet. Képes leszel otthont építeni az ismeretlenben. Bízol az intelligenciádban. A kétség védekezik; az intelligencia nyitott marad, mert tudja: „Bármi történik, elfogadom a kihívásokat, és megtalálom a megfelelő választ.” A korlátolt elme nem

bízik ennyire magában. A tudás korlátolt.

A nem-tudás állapotában való létezés intelligencia, tudatosság - és ez nem felhalmozható. Minden bekövetkező pillanat el is tűnik; nem hagy nyomot maga után, nem hagy valóban létező nyomot. Az egyén megint tisztán, megint ártatlanul lép ki belőle, akár egy gyermek.

Ne próbáld megérteni az életet. Éld meg! Ne próbáld megérteni a szeretetet. Vesd bele magad a szeretetbe! Így ismered meg, és ez a megismerés a tapasztalásodból ered majd. Ez a tudás sosem fogja elpusztítani a rejtelmeket; minél többet tudsz, annál jobban tudod, hogy mennyi minden vár még megismerésre.

Az élet nem probléma. Ha problémaként tekintesz rá, rossz úton közelítesz felé. Az élet rejtély, amely arra vár, hogy megéld, szeresd és megtapasztald.

A szüntelenül magyarázatokat kereső elme valójában rettegő elme. Az erős félelem miatt akar mindenre magyarázatot találni. Semminek se mer nekivágni addig, amíg nem kap róla magyarázatot. Csak akkor érzi, hogy ismerős területen jár, amikor már ismeri a földrajzát, amikor térképpel, útikönyvvel és menetrenddel felszerelve haladhat út rajta. Sosem hajlandó ismeretlen, még felfedezetlen vidékre indulni térkép, útikönyv nélkül. Pedig az élet éppen ilyen terület, és nem lehet róla térképet készíteni, mert szüntelenül változik. Minden pillanat most történik. Nincs semmi régi a nap alatt, én mondom neked: minden új. Az élet hihetetlen lendület, maga az abszolút mozgás. Csak a változás állandó, csupán a változás nem változik soha.

Minden más szüntelenül változik, ezért nem kaphatsz hozzá térképet; mire elkészülne, már el is avulna. Mire a térkép hozzáférhetővé lesz, már haszontalanná válik, az élet már más nyomon halad. Már új játékba kezdett. Térkép segítségével nem birkózhatsz meg az élettel, mert az nem mérhető, és útikönyvek forgatásával sem birkózhatsz meg vele, mert azok csak mozdulatlan dolgokhoz használhatók. Az élet nem mozdulatlan - hanem dinamizmus, folyamat. Nem birtokolhatsz térképet róla. Nem mérhető, hanem határtalan rejtély. Ne követelj magyarázatokat.

És ezt nevezem én az elme érettségének: amikor valaki eljut arra a pontra, hogy immár kérdések nélkül szemléli az életet, és egyszerűen elmerül benne, bátran, félelem nélkül.

Az egész világ tele van álhívő emberekkel, templomokkal, szentélyekkel, gurudvarákkal, 1 mecsetekkel, tele vallásos em-1 berekkel. Hát nem látod, hogy a világ teljesen hitetlen? Ennyi vallásos ember, de a világ mégis oly hitetlen - hogyan eshet meg efféle csoda? Mindenki hívő, de az emberiség egésze hitetlen. A vallás hamis. Az emberek „gyakorolják” a bizalmat. A bizalom már csak meggyőződés, nem tapasztalat. Megtanították

nekik, hogy higgyenek, de megismerésre nem tanították őket - itt lépeti tévútra az emberiség.

Sose higgy! Ha nem tudsz bízni, inkább kételkedj, mert a kételyből egy napon megszülethet a bizalom lehetősége. Nem élhetsz örökké kételyek között. A kétely kör, betegség. Amíg kétség van benned, sosem érezhetsz elégedettséget; amíg kételkedsz, mindig remegni fogsz; amíg kételkedsz, nem múlik a szorongásod, megosztott és döntésképtelen maradsz. Ha kétségek gyötörnek, rémálomban élsz. Ezért előbb-utóbb keresni kezded a módját, miként juthatsz túl rajtuk. Ezért mondom, hogy jobb ateistának lenni, mint hívőnek, vagyis álhívőnek.

Azt tanították neked, hogy higgy. Már kisgyermekkortól mindenkinek az elméjét arra készítik fel, hogy higgyen: higgyen Istenben, higgyen a lélekben, higgyen ebben, higgyen abban. Mára a hit beépült a csontjaidba, a véredbe, de akkor is csak hiedelem maradt - nem vált tudássá. És tudás nélkül nem válhatsz szabaddá. A tudás felszabadít, és csak a tudás szabadít fel. Minden hiedelem kölcsönzött; másoktól kapott virág, nem magad nevelted. És hogyan vezethetne el egy kölcsönvett dolog a valósághoz, az abszolút valósághoz? Szabadulj meg mindentől, amit másoktól kaptál. Jobb, ha koldus vagy, mint ha gazdag - gazdag, de vagyonedat nem saját magad kerested meg, hanem lopott kincsek révén jutottál hozzá; gazdag, de kölcsönzött dolgok, átruházás, örökség révén. Nem, akkor már jobb, ha koldus vagy, de önmagaddal azonos. Ebben a szegénységben gazdagság rejlik, mert igaz; a hiedelem gazdagsága viszont nagyon szegény. Ezek a hiedelmek sosem juthatnak igazán mélyre; legtöbbször megmaradnak a felszínen. Kapard meg kissé, és előtűnik a hitetlenség.

Hiszel Istenben; de amikor a vállalkozásod elbukik, már elő is tűnik a hitetlenség. Azt mondod, nem hiszel, nem tudsz hinni Istenben. Hiszel Istenben, de amikor meghal valaki, akit szerettél, felszínre bukkan a hitetlenség. Hiszel Istenben, ugyanakkor egy szeretett személy halála lerombolja a hitedet? Akkor az nem sokat ért. A bizalmat sohasem lehet lerombolni: ha egyszer megszületik, semmi sem pusztíthatja el. Semmi, egyáltalán semmi nem pusztíthatja el.

Úgyhogy ne feledd, hatalmas különbség van bizalom és hit között. A bizalom személyes; a hit társadalmi tényező. A bizalomhoz fel kell nőned; a hitben el lehetsz, bármilyen is vagy, s a hitet rád lehet erőltetni. Szabadulj meg a hiedelmektől. Félelmet érzel majd - mert ha megszabadulsz a hittől, feltámad a kétely. Minden hiedelem rejtőzésre kényszeríti a kétséget, elnyomja azt. Ne félj tőle; hagyd, hogy a kétség felbukkanjon. Mindenkinek át kell élnie a sötét éjszakát ahhoz, hogy eljusson a napkeltéig. Mindenkinek túl kell jutnia a kétségen. Hosszú az utazás, sötét az éj-szaka, de amikor a hosszú út és a sötét éjszaka után eljön a reggel, akkor már tudod, hogy megérte. A bizalmat nem lehet „kialakítani”, ne is próbálkozz vele; ezen dolgozott és dolgozik az egész emberiség. A kialakított bizalom válik hiedelemmé. Önmagadban fedezd fel a bizalmat, ne akard kifejleszteni. Merülj alá lényed mélyére, lényed legvégső forrásához, és fedezd fel ott.

A kereséshez bizalomra lesz szükséged, mert az ismeretlenbe indulsz. Mérhetetlen bizalomra és bátorságra lesz szükséged, hiszen eltávolodsz a szokásoktól és a hagyományoktól, eltávolodsz a tömegetől. Kihajózol a nyílt tengerre, és azt sem tudod, vajon létezik-e egyáltalán a másik part.

Nem küldhetlek ilyen felfedezőútra anélkül, hogy felkészítenélek rá, miként tegyél szert bizalomra. Mindez talán ellentmondásnak tűnik, de mit tehetek? Ilyen az élet. Csak hatalmas bizalommal bíró ember képes valódi kétségekre, valódi keresésre.

Akiben kevés a bizalom, csak kevéssé tud kételkedni. Akiben nincs bizalom, csupán színlelheti a kételyt. Mély keresésre azonban nem képes. A mélység a bizalomból fakad - cs kockázatot jelent. Mielőtt kiküldenélek az ismeretlen tengerre, fel kell készítenem téged erre a mérhetetlen utazásra, amit egyedül kell megtenned - de a csónakig elvezethetlek. Először is meg kell ismerned a bizalom szépségét, a szív útjának mámorító boldogságát - így amikor kiérsz a valóság nyílt óceánjára, elég bátorságod lesz továbbhajózni. Bármí történik, elegendő bizalom lesz benned önmagad iránt.

Gondold csak meg: hogyan bízhatnál bárkiben vagy bármiben, ha nem bízol önmagadban? Ez lehetetlen. Ha kételkedsz önmagadban, hogyan bízhatnál? Te vagy, aki bízni készül, de te nem bízol magadban - hogyan bízhatnál a bizalmadban? Teljességgel nélkülözhetetlen, hogy

a szív nyitva álljon, mielőtt az értelmet átalakíthatnád intelligenciává. Ez a különbség az értelem és az intelligencia között.

Az intelligencia a szívvel összhangban álló értelem.

A szív tudja, hogyan kell bízni.

Az értelem tudja, hogyan kell keresni.

Elmesélek egy régi, keleti történetet:

Két koldus lakott az egyik falu mellett. Az egyikük vak volt, a másiknak nem volt lába. Egy napon kigyulladt a falu melletti erdő, amelyben éltek. A koldusok természetesen vetélytársak voltak - ugyanazt a foglalkozást üzték, ugyanazoktól az emberektől kéregettek -, szüntelen haragban álltak egymással. Ellenségek voltak, nem barátok.

Azonos foglalkozást űző emberek nem lehetnek barátok. Rendkívül bonyolulttá teszi a dolgot a versengés, mivel ugyanazok az ügyfelek állnak rendelkezésükre. A koldusok felcímkezik az adakozókat: „Ne feledd, ez az én emberem; ne merd zaklatni.” Te nem tudod, melyikükhöz tartozol, melyikük birtokol, de valamelyik koldus az utcán a saját birtokának tekint. Talán harcolt is érted, megnyerte a küzdelmet, és most az ő tulajdona vagy...

Régebben gyakran láttam egy koldust az egyetem mellett; egy nap viszont a piacon bukkantam rá. Korábban mindig ott volt az egyetemnél, mert a fiatalok nagylelkűbbek; az idősebbek fősvényebbé válnak, több bennük a félelem. Közelít a halál, úgy tűnik, a pénz az egyetlen, ami segíthet. Ha van pénzük, akkor feltehetően mások is segítenek majd; ha nincs pénzük, még a saját fiuk, még a saját lányuk sem törődik velük. A fiatalok könnyebben költekeznek. Még fiatalok, képesek pénzt keresni; előttük az élet, még hosszú élet áll előttük.

Ez egy tehetősebb koldus volt, mert Indiában csak olyan diák járhat egyetemre, aki gazdag családból származik; máskülönben hatalmas küzdelmet kell vívnia. Bejut néhány szegény diák is, de nekik nagyon gyötrelmes, nagyon fárasztó a dolguk. Én is szegény családból származtam. Egész éjjel egy újság szerkesztőjeként dolgoztam, nappal pedig egyetemre jártam. Évekig nem alhattam többet három-négy óránál - azt is csak akkor, ha sikerült időt szakítanom erre napközben vagy éjszaka.

És ez a koldus, persze, nagyon erős is volt. Egyetlen sorstársa sem tehetette be a lábát az egyetem utcájába, még a belépés is tilos volt számukra. Mindenki tudta, kihez tartozik az egyetem környéke: ahhoz a koldushoz! Egy nap aztán egy fiatalembert pillantottam meg a helyén, az öreg nem volt sehol.

Megkérdeztem tőle:

- Mi történt? Hol az öregember?

- Ő az apósom - felelte a férfi. - Ajándékba kaptam tőle az egyetemet.

Nos, az egyetem nem tudott róla, hogy a tulajdonosa megváltozott, hogy már valaki más birtokolja. A fiatalembert megmagyarázta a dolgot:

- Feleségül vettem az öreg lányát.

Indiában hozományt adnak, ha feleségül veszed valakinek a lányát. Nem csak a lányt kapod meg: ha az apósod nagyon gazdag, adnia kell vele egy autót vagy egy házat is. Ha nincs nagy vagyona, legalább egy robogót, vagy ha még azt sem, legalább egy biciklit, de egy-két dolgot kapnod kell tőle - egy rádiót, egy televíziót -, meg valamennyi készpénzt is. Ha valóban gazdag, lehetőséget kínál arra, hogy külföldre utazz, hogy tanulj, hogy képzetesebb ember legyen belőled, orvos vagy mérnök - ő pedig állja a költségeket.

Ennek a koldusnak a lánya férjhez ment, és a fiatalember megkapta hozományul az egész egyetemet. Azt mondta:

-Mától ez az utca és ez az egyetem hozzám tartozik. És az apósom azt is megmutatta, kik az ügyfeleim.

Megláttam az öregembert a piacon, és odamentem hozzá:

-Nagyszerű! Nagyon szép hozományt adtál a vejednek.

- Igen - felelte a koldus -, egyetlen lányom van, és valamit tenni akartam a férjéért. Nekiadtam a legjobb koldulóhelyet. Most itt vagyok, próbálom kialakítani a birodalmamat a piacon. Nagyon kemény munka, mert sok itt a koldus, idősebbek, akik már kisajátították az ügyfeleket. De aggodalomra semmi ok. Meg fogom oldani a feladatot; kidobok néhány koldust innen.

És minden bizonnyal úgy is tett.

Tehát, amikor az erdő kigyulladt, a két koldus elgondolkodott egy pillanatra. Ellenségek voltak, még csak nem is beszéltek egymással, de ez most vészhelyzet volt.

A vak ember azt mondta a másoknak, akinek nem volt lába:

-Egyetlen módon menekülhetünk meg, ha felülsz a vállamra: te használd az én lábamat, én pedig a te szemedet. Ez az egyetlen útja a menekülésnek.

Azonnal felfogták a helyzetet. Nem volt gond. A lábatlan ember nem juthatott ki; képtelen lett volna átjutni az erdőn, lángokban állt az egész. Előrébb juthatott volna egy kicsit, de az nem segített volna. Menekülésre, nagyon gyors menekülésre vőit szükség. A vak férfi is biztos volt abban, hogy nem juthat ki.

Nem tudta, merre van a tűz, merre van az út, hol égnek a fák és hol nem. Egy vak... elveszett volna. De mindketten intelligens emberek voltak, félretették ellenséges érzéseiket, barátokká váltak, és megmenekültek.

Ez egy keleti tanmese az értelemről és a szívről. Semmi köze a koldusokhoz, hozzád van köze. Nem lángoló erdőről mesél, hanem rólad, mert te állsz lángokban. Minden egyes pillanatban égsz, szenvedsz, gyötrődsz, szorongsz. Az elméd Önmagában vak. Van lába, nagyon gyorsan tud futni, nagyon gyorsan tud mozogni, de mivel vak, nem tudja kiválasztani a helyes irányt, amerre induljon. Ezért kénytelen vég nélkül botladozni, újra és újra elesik, megüti magát, és úgy érzi, az élet értelmetlen. Az értelmes emberek az egész világon ezt hajtogatják: „Az élet értelmetlen.”

Azért tűnik számukra értelmetlennek, mert a vak értelem igyekszik meglátni a fényt. Ez



lehetetlen.

Dobog azonban benned egy szív, amely lát, amely érez, de nincsen lába, nem tud szaladni. Ott marad, ahol van, dobog és vár... Egy napon az elme majd megérti ezt, és képes lesz használni végre a szív szemét.

Amikor azt mondom, bizalom, a szív szemét értem alatta.

És amikor azt mondom, kétség, az értelem lábát értem alatta.

Ketten együtt ki tudnak jutni a tűzből; nem jelent számukra semmi gondot. De ne feledd, az értelemnek bele kell egyeznie, hogy a szív a vállára üljön.

Muszáj. A szívnek nincs lába, csak szeme, de az értelemnek hallgatnia kell a szívre, és követnie kell az útmutatásait.

A szív irányításával az értelem intelligenciává fejlődik. Ez egyfajta átalakulás, az energia tökéletes átalakítása. És így az egyén nem intellektuális lesz, hanem bölcs.

A bölcsesség a szív és az értelem találkozásából születik. És ha már egyszer elsajátítod annak a művészetét, hogy miként teremts összhangot a szívverésed és az értelmek munkálkodása között, a titok a markodban lesz, megszerzed a kulcsot, amely kinyitja minden rejtély ajtaját.

## **2.4. Az ártatlanság útja**

A valódi helyzet nem a bátorságról szól, a valódi helyzet az, hogy az ismert holt, az ismeretlen pedig élő. Ha ismert dolgokhoz ragaszkodsz, akkor egy hullához ragaszkodsz. Ahhoz nem kell bátorság, hogy megszabadulj a ragaszkodástól; inkább ahhoz szükséges bátorság, hogy egy hullához kötődj. Csak látnod kell... Az, amit ismerősnek találsz, amit már megélte!, mit adott neked? Hová vezetett? Hát nem vagy még mindig üres? Talán nincs benned mély elégedetlenség, erős szorongás és az értelmetlenség érzése? Valahogy elevickélsz, elrejtve az igazságot, és hazugságokat teremtesz, hogy fenntartsd a kötődést, a kuszaságot.

Az a lényeg, hogy végre tisztán láss: minden, amit ismersz, az múlt, már eltűnt. Egy sírkert része. Egy sírban akarsz vegetálni, vagy élni szeretnél? És ez nem csupán a mai nap kérdése; ugyanez lesz a kérdés holnap és holnapután is. Ugyanez marad a kérdés az utolsó leheletedig.

Minden, amit ismersz, összegyűjtesz - információt, tudást, tapasztalatot -, abban a pillanatban, ahogy felfedezed, múlttá válik. Aztán a magaddal cipelt üres szavak, ez a holt teher tönkreteszi az életedet, súlyként nehezedik rá, megakadályozza, hogy belépj egy életteli, boldog létezésbe, amely pedig minden pillanatban téged vár.

A megértés embere minden pillanatban meghal a múltnak, és újjászületik a jövőnek. Számára a jelen szüntelen átalakulás, újjászületés, feltámadás. Ez egyáltalán nem bátorság kérdése, ez az első dolog, amit meg kell értened. Ez tisztánlátás kérdése, hogy világosan látod-e, mi micsoda.

Amikor valóban bátorságra van szükséged, azt senki sem adhatja oda neked. Ez nem olyasmi, amit át lehet nyújtani, mint egy ajándékot.

A bátorság valamiféle veled született érték, csak nem engedted kifejlődni magadban, nem engedted, hogy megerősödjön.

Az ártatlanság a bátorság és a tisztaság együttese. Nem kell bátorságot gyűjtened, ha ártatlan vagy. Nincs szükséged tisztaságra sem, mert semmi sem lehet tisztább, kristálytisztább, mint az ártatlanság. Tehát a teljes kérdés valójában az, miként őrizhetjük meg az ártatlanságunkat.

Az ártatlanságot nem lehet megszerezni. Nem tanulható. Nem olyan, mint a tehetség, a festészet, a zene, a költészet vagy a szobrászat. Ezek egyikéhez sem hasonlít. Inkább olyan, mint a lélegzés, valami, ami születésünktől fogva adott.

Az ártatlanság mindenkinek a természetében benne rejlik. Mindenki ártatlannak születik.

Miként is születhetnénk másnak, mint ártatlannak? A születés azt jelenti, hogy tiszta lappal lépsz a világba, nincs rád írva semmi. Csak jövőd van, múltad nincs. Ezt jelenti az ártatlanság. Ezért aztán első lépésként próbáld megérteni az ártatlanság összes jelentését.

Először is: nincs múlt, csak jövő. A múlt elront, mert emlékekkel, tapasztalatokkal, elvárásokkal halmoz el. Mindezek együtt okossá tesznek, de tisztává nem. Számítóvá tesznek, de intelligenssé nem. Segíthetnek, hogy sikered legyen a világban, de legbenső lényed vesztes marad. És a világ összes sikere is semmivé törpül, ha összeveted azzal a kudarcral, amellyel végül szembesülnöd kell, hiszen végül csak a legbensőbb lényed marad veled Minden elvész: dicsőséged, hatalmad, rangod, hírneved -mind eltűnik, mint az árnyék. Legvégül csak az marad, amit a kezdet kezdetétől magaddal hoztál. Csupán azt viheted magaddal ebből a világból, amit te hoztál ide.

Indiában közismert bölcsesség, hogy a világ olyan, mint egy vasúti váróterem; 1 nem az otthonod. Nem maradsz örökké a váróteremben. A váróteremben semmi nem tartozik hozzád, sem a bútorok, sem a festmények a falon... Használd őket - megnézed a festményeket, üldögélsz a padon, megpihensz az ágyon -, de semmi sem a tiéd. Csak néhány percig maradsz, vagy legfeljebb néhány óráig, azután továbbmész.

Igen, amit magaddal hoztál a váróterembe, azt magaddal is viszed, az a sajátod. Mit hoztál ebbe a világba? A világ ugyanis kétségtelenül egy váróterem. Talán a várakozás nem másodpercekben, percekben, órákban, napokban mérhető, hanem akár évekig is eltarthat; de mit számít, hogy hét órát vagy hetven évet vársz-e?

Hetven év alatt megfeledekezhetsz arról, hogy csak egy váróteremben időzöl. Talán kezded azt gondolni, hogy te vagy a tulajdonosa, hogy te építetted. Esetleg még a névtábládat is kiakasztod a bejáratra.

Vannak emberek - a saját szememmel láttam, mert nagyon sokat utazom -, tehát vannak emberek, akik felírják a nevüket a váróterem mosdójában. Bevésik a nevüket a padokba. Ez ostobaságnak tűnik, de erősen hasonlít ahhoz, amit az emberek a világban tesznek.

Szerepel egy rendkívül kifejező történet az ősi szent dzsaina iratokban. Indiában a hagyomány szerint, ha valaki az egész világ császára lesz, elnyeri a csakravartin nevet. A csakra szó azt jelenti: 'kerék'. Az ősi Indiában létezett egy módszer a felesleges harc és

erőszak elkerülésére: egy diadalszekér, egy gyönyörű és erős lovak húzta, rendkívül értékes, arany diadalszekér átvonult az egyik királyságból a másikba. Ha a másik királyság nem ellenkezett, hanem engedte bevonulni, az azt jelentette, hogy elfogadja a diadalszekér tulajdonosát uralkodónak. Így nem volt szükség háborúra.

Tehát a diadalszekér haladt előre, és valahányszor az emberek feltartóztatták, háború tört ki. Ha seholy sem állták útját, akkor a király hatalma a legcsekélyebb harc nélkül kiállta a próbát: az uralkodó csakravartinná lett - olyan emberré, akinek a kereke körbejárt, és senki sem volt képes ellenállni neki. Minden király vágya az volt, hogy csakravartinná legyen.

Természetesen mindehhez Nagy Sándorénál nagyobb hatalomra van szükség. Csak útjára bocsátani a diadalszekeret... hihetetlen hatalomnak kell állnia emögött. Az a megkérdőjelezhetetlen bizonyosság kell hozzá, hogy ha a kereket feltartóztatják, rettenetes mézszárlás veszi kezdetét. A diadalszekér azt jelenti, hogy a király már felismerte: ha meg akar hódítani valakit, ebben nem lehet megakadályozni.

De ez egy nagyon jelképes, kulturált út. Nincs szükség támadásra, nem kell öldöklésbe kezdeni; csak el kell küldeni egy szimbolikus üzenetet. Elindul a harci szekér a király zászlajával, és ha a másik uralkodó úgy érzi, hogy értelmetlen az ellenállás - hogy a harc csak vereséget, felesleges erőszakot és pusztítást eredményezne -, köszönti a diadalszekeret, és a fővárosban virágesővel fogadják azt.

Ez sokkal civilizáltabb módszernek tűnik annál, mint amilyen például az egykori Szovjetunió élt, vagy Amerika él még ma is. Csak küldj egy gyönyörű diadalszekeret... Ez ugyanis annyit jelent, hogy tökéletesen biztos vagy az erődben; sőt ez nem csupán a te számodra bizonyosság, hanem mindenki más számára is. Csak ebben az esetben hozhat eredményt egy efféle jelkép. Ezért tehát régen minden király arra vágyott, hogy egy napon csakravartin legyen.

A történet szerint egyszer egy ember csakravartin lett - márpedig évezredek alatt csak egyszer esik meg, hogy valaki csakravartinná válik. Még Nagy Sándor sem volt a világ ura; sok terület maradt meghódítatlanul. És nagyon fiatalon halt meg, mindössze harminchárom éves volt: nem volt elég ideje meghódítani az egész világot. Mi az, hogy meghódítani! Akkoriban még fel sem fedezték az egész világot! A Föld egyik fele még ismeretlen volt, csak a másik felét ismerték, de még afölött sem uralkodott. Szóval ez a férfi, akinek most a történetét elmesélem, csakravartin lett.

Úgy tartják, hogy amikor egy csakravartin meghal - és mert több ezer évente csupán egy akad, Ő ritkaságszámba megy -, tehát amikor meghal, hatalmas ünnepléssel fogadják a mennyben, és különleges helyet biztosítanak számára.

A dzsaina mitológiában a mennyországban megtalálható a Himalája égi párja. A Himalája nem más, mint kő, föld és jég. Mennybéli megfelelőjét Szumerunak nevezik. A Szumeru jelentése 'legvégső hegy': semmi sem lehet magasabb nála, semmi sem lehet tökéletesebb nála. Tömör aranyból van; kő helyett gyémánt, rubin és smaragd alkotja.

Amikor egy csakravartin meghal, elvezetik a Szumeruhoz, hogy belevesse a nevét. Ez ritka esemény, több ezer év alatt egyszer kerül rá sor. Természetesen ez a férfi is rendkívül izgatottan várta, hogy felírja nevét a Szumerura. Ez a legvégső lajstroma mindazon nagyságoknak, akik valaha éltek, és a legvégső lajstroma mindazon nagyságoknak, akik ezután élnek majd. Ez a császár arra készült, hogy belépjen a felsőbbrendű emberek körébe.

A kapuőr odaadta neki a neve bevéséséhez szükséges eszközöket. A csakravartin magával akarta vinni néhány emberét, akik öngyilkosságot követtek el pusztán azért, mert a császáruk haldoklott, s nem tudták elképzelni az életet nélküle. A felesége, a miniszterelnöke, a főparancsnoka, a környezetében élő összes nagy ember megölte magát, tehát vele tartottak.

A császár azt akarta, hogy a kapuőr engedje be őket is, hadd lássák, amint bevési a nevét, hiszen mi abban az öröm, ha egyedül megy, bevési a nevét, de senki sincs ott, aki láthatná? Hiszen valódi élvezetet az okozna, ha az egész világ láthatná.

A kapuőr azt felelte:

-Fogadd meg a tanácsomat, mert ez az én öröklött szakmám. Az apám is kapuőr volt, és az ő apja is kapuőr volt; évszázadok óta mi vagyunk a Szumeru kapuőrei. Fogadd meg a tanácsomat: ne vigyél magaddal senkit, különben megbánod.

A császár nem értette, de figyelmen kívül sem hagyhatta a tanácsot, hiszen mi érdeke fűződhetett ennek az embernek ahhoz, hogy lebeszélje a dolgról?

A kapuőr így folytatta:

-Ha még mindig azt akarod, hogy lássák, menj, véd be a nevedet, azután gyere vissza, és vidd magaddal őket, ha úgy tetszik. Persze az ellen sincs kifogásom, hogy most elkísérjenek, de abban az esetben, ha meggondolnád magadat, már nem lesz alkalmad megváltoztatni a döntésedet., ott lesznek melletted. Menj egyedül.

Ez igazán ésszerű tanácsnak hangzott. A császár így felelt:

-Jól van. Egyedül megyek, bevésem a nevemet, visszajövök, és odaviszlek mindnyájatokat.

A kapuőr bólintott:

- Ezzel tökéletesen egyetérték.

A császár bement, és látta, hogy a Szumeru több ezer nap fényében ragyog - mert a mennyországban nem lehetsz olyan szegény, hogy mindössze egyetlen napod legyen -, több ezer nap fényében, és látta, hogy az aranyhegy sokkal nagyobb, mint a Himalája, pedig a Himalája is majdnem háromezer kilométer hosszan nyújtózik! Egy percre ki sem tudta nyitni a szemét, olyan nagy volt a fényesség. Azután nekilátott egy helyet keresni, a megfelelő helyet, de nagyon meglepődött: nem volt hely; az egész hegy tele volt vésvé nevekkal.

Alig akart hinni a szemének. Először döbbsent rá arra, ki is ő valójában. Mindaddig azt gondolta magáról, hogy felsőbbrendű ember, amilyenből több ezer évente csak egy születik. Az idő azonban az örökkévalóság óta létezik; még az ezredévek sem számítanak, annyi csakravartin élt már eddig is. Nem volt annyi hely a világegyetem eme legnagyobb hegyén, hogy bevéshte volna az ő rövidke nevét.

Visszatért a többiekhez, és most már megértette, hogy a kapuőrnek igaza volt, amikor azt tanácsolta, hogy ne vigye magával a feleségét, a főparancsnokát, a miniszterelnökét és a többi, közeli barátját. Jó, hogy nem látták, milyen helyzetbe került. Ők még mindig azt hitték, hogy a császár különleges ember.

Félrehívta a kapuórt, és azt mondta:

- De hát nincs hely! A kapuőr így felelt:

- Épp erről beszéltem. A következőt kell tenned: törölj le néhány nevet, és írd fölébük a tiédet. Mindig ez volt a szokás; egész életemben ezt láttam, és az apám azt mondta, hogy az ő idejében is így tettek. Az apám apja, de a családom egyetlen tagja sem látta üresen a Szumerut, vagy akár úgy, hogy egyetlen üres hely is lett volna rajta, soha. Valahányszor egy csakravartin érkezik, le kell törölnie néhány nevet, hogy felírhasa a sajátját. Úgyhogy ez nem a csakravartinok teljes története. Számtalanszor letörölték, számtalanszor újraírták már. Te csak tedd a dolgodat, és ha meg akarod mutatni a barátaidnak, vidd be őket is magaddal.

- Nem, nem akarom megmutatni nekik, sőt a nevemet sem akarom bevésni - felelte az uralkodó. - Mi értelme lenne? Egy nap majd jön valaki, és letörli. Az egész életem értelmét vesztette. Ez volt az egyetlen kívánságom, hogy a Szumerun, a mennyország aranyhegyén szerepeljen a nevem. Ezért éltem, erre áldoztam az életemet; ezért a célért hajlandó voltam végezni az egész világgal, de bárki letörölheti a nevemet, és a helyére írhatja a sajátját. Mi értelme lenne felírni? Nem teszem meg.

A kapuőr nevetett.

A császár megkérdezte:

- Miért nevetsz?

A kapuőr így felelt:

- Különös, mert már ezt is hallottam a nagyapáimtól, hogy eljönnek a csakravartinok, és amikor megértik a teljes történetet, egyszerűen visszafordulnak; nem írják fel a nevüket. Nem új, amit mondasz, bárki, aki egy kicsit is intelligens, ugyanezt tenné.

Miféle javakat szerezhetsz ebben a világban? Mit vihetsz magaddal? A nevedet, a rangodat, a tekintélyedet? A pénzedet, a hatalmadat? Mit? A műveltségedet? Nem vihetsz magaddal semmit. Mindent itt kell hagynod. És abban a pillanatban megérted, hogy mindaz, amit birtokoltál, nem is volt a tiéd; hogy a birtoklás egész fogalma tévedés volt. Pedig ezekért a javakért áldoztál fel mindent.

Javaid gyarapítása érdekében - hogy több pénzed, több hatalmad legyen, újabb területeket hódíts meg - olyan dolgokat tettél, amelyeket már te magad sem ítélnél helyesnek. Több száz különböző arcod volt. Nem voltál igaz egyetlen pillanatig sem senkivel, még önmagaddal szemben sem; nem lehettél az. Hamisnak kellett lenned, színlelned, tettetned kellett, mert ez segít érvényesülni a világban. A hitelesség nem válik előnyödre. Az őszinteség nem segít előbbre jutni.

Javak, siker, hírnév nélkül - ki vagy? Nem tudod. A neved vagy, a hírneved vagy, a rangod, a hatalmad. De mindezekén túl ki vagy? Ezért válnak hát birtokolt javaid az identitásoddá. A lét hamis érzetét nyújtják. Ez az ego.

Az egóban nincs semmi rejtélyes, nagyon egyszerű jelenség. Nem tudod, ki vagy, és lehetetlen úgy élni, hogy nem tudod, ki vagy. Ha nem tudom, ki vagyok, akkor mit keresek itt? Akkor minden, amit teszek, értelmetlen. Az első és legfontosabb feladat, hogy

megtudjam, ki vagyok, Azután talán belekezdhetek majd valamibe, ami összhangban áll a természetemmel, ami kielégít, hazavezet.

De ha nem tudom, ki vagyok, és mindenféle tevékenységet végzek, hogyan juthatok el oda, ahová a természetemnek e) kellene jutnia, ahová el kellene vezetnie engem? Ide-oda rohangálok, de nem lesz olyan pont, amikor elmondhatom: „Most megérkeztem, ez az a hely, amit kerestem.”

Nem tudod, ki vagy, ezért pótszerként hamis önazonosságra van szükséged. Megszerzett javaid garantálják ezt a hamis önazonosságot.

Ártatlan szemlélőként jössz a világra. Mindenki ugyanígy érkezik, ugyanilyen tudatossággal. De elkezdesz üzletelni a felnőtt világgal, amely sok mindent adhat neked; te viszont csupán egyetlen dolgot adhatsz cserébe, mégpedig a teljességedet, az önbecsülésedet. Nincs sok vagyonod, mindössze egy egyszerű dolog, nevezheted bárhogyan: ártatlanságnak, intelligenciának, hitelességnek. Csak ez az egy a tied.

A gyermek természetéből adódóan élénken érdeklődik minden iránt, ami körülveszi. Szüntelenül meg akarja kapni ezt vagy azt; ez is hozzátartozik az emberi természethez. Ha megnézel egy kisgyermeket, mondjuk, egy újszülött kisbabát, láthatod, milyen fáradhatatlanul próbál megragadni valamit; a keze egyre kutat valami után. Megkezdte az utazást.

Utazás közben elveszíti majd önmagát, mert semmit sem kaphat ebben a világban anélkül, hogy fizetne érte. És a szegény gyermek nem érti, hogy amit ő ad, az olyan értékes, hogy ha a mérleg egyik serpenyőjében lenne az egész világ, a másikon pedig az ő ártatlansága, akkor is az ártatlansága lenne súlyosabb, értékesebb. A gyermek azonban erről mit sem sejt. Ez itt a probléma, mert amit kapott, egyszerűen kapta. Természetesnek tekinti.

Hadd meséljek el egy történetet, amely világosabbá teszi mindezt.

Egy gazdag, nagyon gazdag ember egyszer csak rendkívül ingerültté és csalódottá vált, ami mindenfajta siker természetes végkifejlete. Semmi sem akkora kudarc, mint a siker. A siker csak akkor meghatározó számodra, ha vesztes vagy. Ha egyszer győzedelmeskedsz, rájössz, hogy rászédett a világ, az emberiség, a társadalom. Ennek az embernek tehát megvolt mindene, csak az elméjében nem volt béke. Nekilátott, hogy megkeresse elméje nyugalalmát.

Pontosan ez történik manapság Amerikában. Amerikában több ember keresi az elméje békéjét, mint bárhol a világon. Indiában sosem találkoztam olyan emberrel, aki az elme nyugalalmát kereste volna. Először a gyomor békéjéről kell gondoskodni - az elme békéje túl távoli cél. A gyomortól az I elme több millió kilométer távolságra van.

Amerikában azonban mindenki az elme békéjét keresi, és ha ezt keresed, természetesen azonnal akad valaki, aki szívesen megadja, amire vágysz. Ez egyszerű gazdasági törvény: ahol kereslet van, ott megjelenik a kínálat is. Nem számít, hogy valóban szükséged van-e arra, amit kérsz. Azzal sem törődik senki, hogy vajon hasznát veszed-e annak, amit kínálnak - lehet az hazug hirdetés, propaganda vagy valami lényegesebb dolog.

Ennek az egyszerű elvnek a tudatában - ahol kereslet van, ott a kínálat is megjelenik - a számító, ügyeskedő emberek mindig egy lépéssel előrébb járnak. Azt mondják: fölösleges megvárni, hogy feltámadjon az igény, a keresletet meg is lehet teremteni. És ebben rejlik a reklám teljes művészete: megteremteni az igényt.

Mielőtt elolvasod a hirdetést, nincs meg benned az igény, fel se merül benned, hogy szükséged lenne arra a termékre. De a hirdetés olvasásakor hirtelen úgy érzed: „Istenem, hogy erről eddig lemaradtam! Milyen ostoba vagyok, még csak nem is tudtam arról, hogy ez a dolog létezik.”

Mielőtt valaki belekezdene egy termék gyártásába, előállításába, már évekkorábban - három négy évvel előbb - reklámozni kezdi. A termék még nincs jelen a piacon, mert először az igényt kell feltámasztani rá az emberek elméjében. És mire megjelenik az igény, addigra a kínálat is készen áll.

George Bemard Shaw azt mesélte, hogy amikor kezdő volt, az első könyve kiadásakor természetesen nem volt rá kereslet - soha senki nem hallott még George Bemard Shaw-ról. Hogy is mondhatták volna: George Bemard Shaw könyvét akarják, az ő drámáit? Ezért nem tehetett mást... Saját maga adta ki a könyvet, ő maga volt a kiadó, ő gyűjtötte össze rá a pénzt. Azután könyvesboltról könyvesboltra járt, és mindenhol megkérdezte, kapható-e George Bemard Shaw könyve.

Azt felelték:

\* George Bemard Shaw? Sosem hallottuk a nevét.

Mire ő azt válaszolta:

-Különös... Pedig micsoda nagyszerű ember, és maga, aki könyvesboltot vezet, sosem hallott róla? Nem követik az új fejleményeket, vagy miként lehetséges ez? Az első dolga legyen, hogy beszerzi Bernard Shaw könyvét.

Csak egy könyvet adott ki, de többet kezdett hirdetni, hiszen, ha már körbejár, miért reklámozna csupán egyet? És egy könyv nem csinál senkiből nagy író.

Különböző ruhákat öltött: egyszer kalapban, máskor szemüvegben érkezett. És az emberek hívogatni kezdték George Bemard Shaw otthonát. De ehhez mindezt meg kellett tennie, a hirdetést, a kínálatot! - így adta el az első könyvét.

Megkérdezte az embereket az utcán:

-Hallotta már...? Én sokat hallok egy bizonyos könyvről, amit valami George Bemard Shaw írt. Azt mondják, csodálatos, fantasztikus. Hallott róla? Az emberek pedig azt felelték:

- Nem, eddig meg nem hallottuk a nevét. Mire ő:

- Ez különös. Mindig azt hittem, London egy művelt város.

És elment a könyvtárakba, a klubokba, mindenhová, ahol keresletet lehetett teremteni, és megteremtette azt. Eladta a könyvet, és végül - ez volt az, amiért szakadatlanul dolgozott -, tehát végül kora egyik legnagyobb írója lett. Keresletet teremtett.

Ha viszont sikeres vagy, nincs szükség senkire, hogy keresletet teremtsen az elme békéje iránt. Ha sikeressé válsz, menet közben elveszíted elméd nyugalalmát. Ez természetes folyamat. A siker maradéktalanul kiöli elmédből a békét. Elragad mindent, ami meghatározó az életben: a békét, a csendet, az örömet, a szeretetet. Azon munkálkodik, hogy elvegyen

tőled mindent. Végül a markod tele lesz szeméttel, s mindaz, ami értékes volt, tovatűnt. És hirtelen rádöbben, hogy az elme békességére vágysz.

Azonnal megjelenik a kínálat, de a beszállítók mit sem tudnak az elméről, mit sem tudnak a békéről. Olvastam egy könyvet Peace of Mind címmel, egy zsidó rabbi írta, Josh. ua Liebman. Végigolvastam az egészet; az író egyáltalán semmit nem tud a békéről, semmit nem tud az elméről. De jó üzletember. Sok pénzt keresett anélkül, hogy bármi fogalma lenne az elme békéjéről. Írása a világ legkeresettebb könyvei közé tartozik, mert mindenki, aki az elme békéjét keresi, előbb-utóbb ráakad Joshua Liebman kötetére, amelyet egyébként csodálatosan írt meg. Liebman jó író, szépen, hatásosan fogalmaz; az írás magával ragadó. Az elme békéje azonban éppolyan távoli marad, mint amilyen azelőtt volt, vagy ha lehet, a könyv elolvasása után talán még távolabb kerül.

Igazság szerint, aki tudja, mi a békesség és mi az elme, nem írhat olyan könyvet, amelynek a Peace of Mind (Az elme békéje) a címe, hiszen éppen az elme minden békétlenség, minden feszültség okozója. Béke csak akkor születhet, ha nincs elme. Úgyhogy az elme békéje - ilyen árucikk nem létezik. Ahol elme van, ott nincs béke. Ahol béke van, ott nincs elme. De ha könyvet írsz Az elmenélküliség békéje címmel, senki sem fogja megvásárolni. Gondoltam rá... de arra jutottam, hogy senki sem fogja megvenni Az elmenélküliség békéjét. Egyszerűen értelmetlennek találnák a dolgot, pedig pontosan ez az igazság.

A gyermek nincs tisztában azzal, mit hozott magával. A korábban említett gazdag ember ugyanebben a cipőben járt. A világ minden vagyona az övé volt, és most az elme békéjét kereste. Egyik bölcstől a másikhoz ment, akik mind kiváló tanácsokkal látták el, de a tanácsok senkin sem segítenek.

Valójában csak bolondok adnak tanácsot, és csupán bolondok fogadják meg Őket. Bölcs ember nem szívesen ad tanácsot, mert a bölcs pontosan tudja, hogy ez az egyetlen dolog a világon, amit ingyen osztogatnak, és ez az, amit soha senki nem fogad meg, akkor pedig minek fáradna vele.

Egy bölcs ember először arra készít fel, miként tudnád megfogadni a tanácsokat. Nem egyszerűen tanácsot ad; előbb fel kell készülnöd. Évekbe telhet, mire felkészít, mire előkészíti a talajt, és csak azután vetheted el a magot. Csak a bolond szórja szét a magokat sziklák és kövek között, mit sem törődve azzal, hogy így elvesztegeti őket.

Tehát ezek a bölcsek tanácsokkal látták el a gazdag embert, de semmi sem segített. Végül egy férfi, akit nem kérdezett, aki egyáltalán nem volt híres - épp ellenkezőleg, a falu bolondjának tartották -, szóval ez az ember egy nap megállította az úton, cs azt mondta neki:

- Főlösképpen vesztegeted az idődet. Ezek nem igazi bölcsek; tökéletesen ismerem őket, de mert bolond vagyok, senki sem hisz nekem. Talán te sem hiszel nekem, de én ismerem egy bölcset. Mivel látom, mennyire kétségbeesetten keresed az elméd békéjét, gondoltam, legjobb lesz, ha megmutatom neked a megfelelő embert. Egyébként csak egy bolond vagyok; senki sem kér tőlem tanácsot, és én sem adok tanácsot soha senkinek. De ez már túl sok volt: láttam, milyen szomorú vagy, milyen nyomorult, és megtörtem a hallgatásomat. Menj el ahhoz az emberhez a következő faluba.

A gazdag ember azonnal elindult gyönyörű lován egy nagy zacskó értékes gyémánttal. Oda is ért, és meglátta a férfit, akit a szúfik Naszrud-din mollának neveztek.

A gazdag ember megkérdezte a moliát: -Tudsz nekem segíteni abban, hogy békét teremtsék



az elmében?

- Segíteni? Megadhatom, amit kérsz - felelte a molla.

„Ez különös - gondolta a gazdag ember. -Először is, egy idióta ajánlotta... de végső kétségbeesésemben, azt gondoltam, ártani nem árthat, hát eljöttem ide. De úgy tűnik, ő még nagyobb bolond, hiszen azt mondja: megadhatja nekem.”

Aztán így szólt:

-Meg tudod adni nekem? Már mindenféle bölcsnél jártam, és mind elláttak tanácsokkal: tedd ezt, tedd azt, képezd magad, jótékonykodj, segítsd a szegényeket, alapíts kórházakat, csináld ezt meg azt. Ezeket mondták, én pedig valóban mindent megtettem, amit tanácsoltak, de semmi sem segített. Tulajdonképpen egyre nagyobb bennem a zűrzavar. És akkor te azt mondod, hogy megadhatod nekem?

A molla így felelt:

- Igazán egyszerű. Szállj le a lovadról.

És akkor a gazdag ember leszállt a lováról. A kezében tartotta a zsákját, és a molla megkérdezte:

- Mi van a zacskódban, hogy olyan közel tartod a szívedhez?

- Ezek értékes gyémántok - felelte a férfi. -Ha békét adsz nekem, megkapod tőlem ezt a zsákocskát.

Mielőtt felfoghatta volna, mi történik, a molla megragadta a zacskót, és elrohant vele!

A gazdag ember egy pillanatig döbbenetben állt; fogalma sem volt, mit tegyen. Aztán követni kezdte a férfit, de a molla városában voltak, s így az ismert minden utcát, minden átjárót, ráadásul futott is. A gazdag ember még soha életében nem futón, és nagyon kövér volt... Sírt, kiabált, dühöngött, hullottak a könnyei.

-Teljesen rászedtek! - panaszkodott - Az a férfi elvitt mindent, amit egész életemben kemény munkával kerestem, a vagyonomat; mindent elvitt.

Lassanként egész tömeg gyűlt össze körülötte, és mindenki rajta nevetett.

- Mind bolondok vagytok? - kérdezte a férfi. - Ebben a városban csak örültek laknak? Engem itt kifosztottak, és ahelyett hogy elfognátok a tolvajt, csak nevettek.

Az emberek azt felelték:

-A molla nem tolvaj, hanem nagyon bölcs ember.

-A saját városom bolondja miatt jutottam ilyen bajba! - mondta a gazdag ember.

Nagy nehezen, futva, izzadva sikerült a molla nyomába érnie, aki ugyanahhoz a fához tért vissza, ahová a lovat kikötötték. Leült a fa alá a zacskóval, a gazdag ember pedig sírva-könnyezve odament hozzá.

A molla így szólt:

- Itt a zacskód.

A gazdag ember elvette a zsákocskát, és a szívéhez szorította.

- Milyen érzés? - kérdezte a molla. - Érzed, hogy béke van az elmédben?

A gazdag ember bólintott.

- Igen, nagy békességet érzek. Te igazán furcsa ember vagy, és furcsák a módszereid.

- Ezek nem furcsa módszerek, ez egyszerű matematika - felelte a molla. - Minden, amid van, természetessé válik számodra. Ha felmerül a lehetőség, hogy elveszíted, azonnal tudatosul benned, mi is az, amit elveszítesz. Nem kaptál semmi újat; ez ugyanaz a zacskó, amelyet nyugtalan elmével cipeltél. Most ugyanazt a zsákocskát a szívedhez szorítod, és mindenki láthatja, micsoda béke van benned, mint egy igazi bölcsben! Most pedig menj haza, és ne zaklasd az embereket.

Itt rontja el a kisgyerek: ártatlanul érkezik, hajlandó megvásárolni bármit, és cserébe az ártatlanságát adja oda. Kész megvenni bármilyen szemetet, és cserébe lemond a bátorságáról. Szívesen megvesz bármilyen játékot - és mi más van ezen a világon, mint játék -, közben pedig elveszíti a tisztaságát. Csak akkor érti meg, mi történt, amikor már a birtokában van minden játék, de ez egy csepp örömet sem szerez neki, nem lát semmi előrelépést, nem érez semmi boldogságot. Akkor döbben rá, mit veszített el - és Önként adta oda.

Egy jobb világban minden család a gyermekektől tanul majd, Most sietve igyekszel tanítani őket. Senki sem tanul tőlük, pedig ők oly sok mindenre megtaníthatnának. Neked azonban semmid sincs ahhoz, hogy taníthasd őket.

Csak azért, mert te vagy az idősebb és az erősebb, megpróbálsz magadhoz hasonlóvá formálni a fiatalokat, anélkül hogy tudnád, ki vagy, mit értél el, milyen szereped van a belső világban. Nincstelen vagy. Azt akarod, hogy a gyermeked is az legyen?

De mindegyre senki sem gondol; máskülönben a felnőttek tanulnának a kisgyermekektől. A gyerekek nagyon sok mindent hoznak magukkal a másik világból, mert újonnan érkeznek. Még magukban hordják az anyaméh csendjét, az erőteljes létezés csendjét.

Sose feledd: bízz az ismeretlenben. Az ismert az elme. Az ismeretlen nem lehet az elme. Valami másnak kell lennie, de az elme nem lehet. Egyeden dolog van, ami bizonyossággal állítható: az elme az összegyűjtött tudás. Ezért, ha például egy útelágazáshoz érkezel, az elme azt mondja: „Menj erre, ez az ismerős út.” Ha a lényedre hallgatsz, az mindig az új, az ismeretlen felé menne. A lényed kalandor. Az elme nagyon maradi, nagyon konzervatív. A csapáson akar haladni, a kitaposott úton, újra és újra - a legkisebb ellenállás ösvényén.

Úgyhogy mindig hallgass az ismeretlenre. És gyűjtsd össze a bátorságod, hogy nekivágj az ismeretlennek.

Ahhoz, hogy felnőj a sorsodhoz, hatalmas bátorságra és félelemnélküliségre van szükség. Azok, akik tele vannak rettegéssel, nem tudnak túljutni az ismert világon. Az ismerős táj

egyfajta kényelmet jelent számukra, nyugalmat, biztonságot, hiszen ismerős. Van, aki tökéletesen tudatában van ennek, van, aki tudja, hogyan boldoguljon. Van, aki alvás közben üzletel a világgal, nincs szüksége arra, hogy felébredjen; ez az ismert dolgok kényelme.

Abban a pillanatban, hogy elérkezel az ismert világ határához, félelem ébred benned, mert ettől kezdve tudatlan leszel, nem fogod tudni, mit tegyél, és mit ne. Nem leszel többé olyan biztos magadban, hibázhatsz, tévútra futhatsz. Ez a félelem pányváz egyeseket az ismert dolgokhoz, és amint valaki az ismert világhoz van kötözve, meghal.

Az életet csak veszélyesen lehet élni - nincs más lehetőség. Csupán veszélyeken át jut el az élet az érettségig, a fejlődésig. Kalandornak kell lenned, mindig készen kell állnod kockára tenni az ismert az ismeretlenért. És ha egyszer megízlelted a szabadság és a félelemnélküliség mámorát, sosem bánod meg, hogy nekivágtál, mert akkor már tudni fogod, mit jelent a legteljesebben élni. Akkor tudni fogod, mit jelent, ha a két végén égeted életed gyertyáját, és hogy ennek a hevességnek egyetlen pillanata is boldogítóbb, mint az örökkévalóságig tartó, közepszerű lét.

### **3. Ha az újdonság az ajtódon kopogtat, engedd be!**

Az új idegen. Lehet barát, lehet ellenség, ki tudja? Nem lehet tudni! Egyetlen módon ismerhetjük meg, ha közel engedjük; ebből ered a nyugtalanság, a félelem.

Az új nem belőled fakad, hanem kívülről érkezik. Nem a saját részed. Az egész múltad veszélyben forog. Az új nem a múltad folytatása, ez teremt félelmet. Mostanáig egy bizonyos módon éltél, egy bizonyos módon gondolkodtál, a hiedelmeidből kényelmes életet építettél magadnak. Most pedig valami új kopogtat az ajtódon. Összezavarja, megváltoztatja a régi mintákat. Ha beengeded az újdonságot, sosem leszel többé ugyanaz; az új meg fog változtatni.

Ez kockázatos. Nem tudhatod, hová vezet az újdonság. A régi dolgok ismerősek, megszokottak; hosszú ideje élsz együtt velük, alaposan kiismerted őket. Az új idegen. Lehet barát, lehet ellenség, ki tudja? Nem lehet tudni! Egyetlen módon ismerhetjük meg, ha közel engedjük; ebből ered a nyugtalanság, a félelem.

Ám visszautasítani sem tudod, mert a régi nem adta meg azt, amit keresel. A régi sokat ígért, de nem váltotta be az ígéreteit. A régi már ismerős, de nyomorúságos. Talán az új is kellemetlenné válik egy szer, de ott rejlik benne a lehetőség: talán elhozza neked a boldogságot. Ezért nem tudod visszautasítani, de elfogadni sem mered; ezért tétovázol, ezért remegsz, ezért támad erős szorongás a bensődben. Ez természetes jelenség, nincs benne semmi rossz. Mindig is így volt, és mindig is így lesz.

Próbáld megérteni az új megjelenését. A világon mindenki szeretne megújulni, mert senki sem elégedett a régi dolgokkal. Soha nem lehetsz elégedett a régivel, mert bármilyen is, már kiismerted. Ha egyszer kiismerted, úgy látod, folyton ismétlődik; ha egyszer kiismerted, unalmassá, egyhangúvá válik. Szeretnél megszabadulni tőle. Felfedezni akarsz, kalandozni. Meg akarsz újulni, mégis, amikor az újdonság az ajtón kopogtat, visszariadsz, hátrálni kezdesz, elrejtőzöl a régi dolgok mögé. Ez a dilemma.

Miként újulhatunk meg? Hiszen mindenki szeretne megújulni. Bátorságra van szükség hozzá, és nem hétköznapi bátorságra - különleges bátorság kell hozzá. De a világ tele van gyávákkal, ezért állt meg az emberiség a fejlődésben. Hogyan fejlődhetnél, ha gyáva vagy? Minden új lehetőségtől visszariadsz, behunyod a szemed. Hogyan fejlődhetnél? Miként létezhetnél? Csak színleled a létezését.

Ha azonban nem tudsz továbbfejlődni, találnod kell valamilyen pótszert, amely növekedhet helyetted. Nem tudsz fejlődni, de a bankszámlád növekedhet - ez egy pótlék. Nem igényel bátorságot, illik a gyávaságodhoz. A bankszámlád gyarapodásnak indul, és lassanként elhiszed, hogy te magad gyarapodsz. Nő a tekintélyed. A neved és a hírneved növekszik, és azt hiszed, hogy te fejlődés? Egyszerűen áztatod magadat. A neved nem te vagy, ahogy a hírneved sem. A bankszámlád sem azonos a lényeddel. Ha azonban a magad létezésére gondolsz, reszketni kezdesz, mert ha fejlődni akarnál, le kellene győznöd a gyávaságot.

Miképpen újulhatunk meg? Az újdonság nem magunkból fakad. Az újdonság a túlvilágból jön, mondjuk úgy, Istentől. Az újdonság a létezésből ered. Az elme mindig régi. Az elme sosem új; nem más, mint a felhalmozott múlt. Az újdonság odaátról érkezik, Isten ajándéka. Odaátról érkezik, és annak a világnak a része.

Az ismeretlen és a megismerhetetlen, a túlvilág áramlik beléd. Beléd áramlik, mert nem vagy pecséttel lezárva vagy elbarikádózva, nem vagy sziget. Ta-I Ián már megfeledkezted a túlvilágról, de az nem feledkezett meg rólad. A gyermek megfeledkezhet az anyjáról, de az anya sosem felejt el a gyermekét. A rész azt gondolhatja: „különálló vagyok”, de az egész tudja, hogy nem vagy az. Az egész beléd áramlik. Mindig kapcsolatban áll veled. Ezért jön el szüntelenül az újdonság, akkor is, ha te nem üdvözlöd. Eljön minden reggel és minden este. Ezeregy úton közelít hozzád. Ha van szemed meglátni, észreveheted, hogy szüntelenül áramlik feléd.

A létezés szüntelenül áramlik feléd, de te be vagy zárva a múltadba. Szinte olyan, mintha egy sírban élnél. Érzéketlenné váltál. A gyávaságod miatt elveszítetted az érzékenységedet. Érzékenynek lenni azt jelenti, hogy megérezed az újdonság közeledtét, az újdonság vibrálását, szenvedélyét, felébred benned a kalandvágy, és elindulsz az ismeretlenbe, bár nem tudod, hová tartasz.

Az elme úgy véli, ez Örültség. Az elme úgy gondolja, nem ésszerű elhagyni a régi dolgokat. Ám Isten mindig maga az újdonság. Ezért sok nyelvben nem is beszélnek róla múlt vagy jövő időben. Nem mondhatjuk azt: „Isten volt.” Nem mondhatjuk azt: „Isten lesz.” Csak a jelen időt használhatjuk: „Isten van.” Mindig friss, érintetlen. És belénk áramlik.

Ne feledd, bármi új lép az életedbe, az Isten üzenete. Ha ezt elfogadod, vallásos vagy. Ha elutasítod, vallástalan vagy. Az embereknek csupán meg kell pihenniük egy kicsit, hogy elfogadják az újat; meg kell nyílniuk kissé, hogy befogadhassák. Engedd be magadba Istent.

Ez a teljes értelme az imádságnak vagy a meditációnak - megnyílsz, igent mondasz, azt mondogod: „Gyere be.” Azt mondogod: „Vártam és vártam, és hálás vagyok, hogy eljöttél.” Mindig nagy örömmel fogadd az újat. Ha olykor kellemetlen helyzetekhez vezet, akkor is megéri. Ha néha árokba vezet, akkor is megéri, mert csak a hibákból lehet tanulni, csak a nehézségek fejlesztenek. Az újdonság bonyodalmakat hoz.

Ezért választod a régit, mivel az nem jár bonyodalmakkal. Vigaszt nyújt, menedéket ad.

Csak a mélyen és maradéktalanul elfogadott újdonság tud megváltoztatni. Te nem tudod elhozni az I életedbe az újat; az újdonság I eljön. Te pedig elfogadhatod, I vagy elutasíthatod. Ha elutasítod, szikla maradsz, zárt és I holt. Ha elfogadod, virággá I válsz, kezdesz kinyílni... És ez I a megnyílás ünnepe.

Csak az újdonság belépése változtathat meg, nincs más módja az átalakulásnak. Ne feledd azonban, hogy ennek semmi köze hozzád vagy az erőfeszítéseidhez. Ugyanakkor mindez nem jelent nem-cselekvést; ez akarat, irány vagy múltból eredő ösztönzés nélküli cselekvés. Az új keresése nem lehet hétköznapi keresés, hiszen az újdonságra irányul - azt pedig hogyan kereshetnéd? Nem ismered, sosem találkoztál vele. Az új keresése pusztán nyitva álló felfedezőút. Nem tudsz semmit. A nem-tudás állapotából indulsz, olyan ártatlanul kell mozognod, mint egy gyermek, aki borzongva csodálja a lehetőségeket - márpedig a lehetőségek végtelenek. Nem tehetsz semmit, amivel újdonságot teremtenél, mert bármit teszel, az a régiből, a múltból táplálkozik. Ez mégsem jelent nem-cselekvést. Ez az akarat, irány vagy múltból eredő ösztönzés nélküli cselekvés. Akarat, irány vagy múltból eredő Ösztönzés nélküli cselekvés - és ez a meditatív cselekvés. Cselekedj spontán. Engedd, hogy a pillanat legyen a meg határozó.

Ne erőltesd a döntésedet, mert a döntések a múltban gyökereznek, és lerombolják az újat. Csak cselekedj a pillanat hevében, mint egy gyermek. Add át magadat maradéktalanul a

pillanatnak - és mindennap új kezdetekre, új fényre, új megértésre lelsz majd. Ezek a megértések pedig fokozatosan megváltoztatnak. Egy nap hirtelen rádöbbsz, hogy minden pillanatban új vagy. Nem kísért tovább a múlt, nem lógnak a levegőben a régi dolgok, mint a felhők. Olyan vagy, mint a harmatcsepp, friss és fiatal.

Ez a feltámadás valódi jelentése. Ha megérted ezt, megszabadulsz az emlékezettől - a lélektani emlékezettől. Az emlékezet halott dolog. Az emlékezet nem az igazság, és soha nem is válhat azzá, mert az igazság mindig élő, az igazság az élet; az emlékezet pedig immár nem létező dolgok őrizgetése, amelyek a szellemvilágban élnek, mégis rabságban tartanak, a börtönükké válnak. Tulajdonképpen ezek mi magunk vagyunk. Az emlékek csomót alkotnak, amelynek az egészét „ennek”, egónak nevezik. És ez a hamis entitás, amelyet „énnek” nevezünk, természetesen szüntelenül retteg a haláltól. Ezért félsz az újdonságoktól.

Valójában nem te félsz, hanem ez az „én”. A lényedben nincs félelem, az ego azonban retteg, mert nagyon-nagyon fél a haláltól. Hiszen mesterséges, önkényes, összerakott. Bármelyik pillanatban darabokra hullhat. És ha megjelenik az új, ott a félelem. Az ego retteg a széthullástól. Valahogy sikerült együtt, egy darabban tartania magát, de most valami új jön, ami szilánkokra zúzza majd. Ezért nem fogadod örömmel az újat. Az ego nem fogadhatja örömmel a halálát -hogy is fogadhatná a saját halálát örömmel?

Ha nem érted meg, hogy nem vagy azonos az egóval, képtelen leszel befogadni az újat. Egyszer belátod, hogy az ego csupán a múltbeli emlékeid összessége, és semmi más, hogy nem vagy azonos az emlékeiddel, hogy az emlékezet csupán egy biokomputer, egy gép, egy mechanizmus, haszonelvű, te viszont fölötte állsz... Tudatosság vagy, nem emlékezet, Az emlékezet csupán tartalom a tudatosságban, te viszont magad vagy a tudatosság.

Képzeld el, hogy látsz valakit sétálni az úton. Emlékszel az arcára, de nem emlékszel a nevére. Ha emlékezet vagy, eszedbe kellene jutnia a névnek is. Te azonban azt mondd: „Felismerem az arcot, de nem emlékszem a névre.” Azután keresgélni kezdesz az emlékezetedben, alaposan a mély érc hatolsz, megnézed ezen az oldalon, azon az oldalon, és hirtelen felbukkan a név, és így szólsz: „Igen, ez a neve.” Az emlékezet a nyilvántartásod. Te az vagy, aki átfutja a nyilvántartást, nem pedig maga az emlékezet.

Számtalanszor megtörténik azonban, hogy minél örösebben próbálsz emlékezni valamire, annál nehezebb felidézni, mert a feszült próbálkozás, a lényedre nehezedő feszültség nem engedi, hogy az emlékezet elérhetővé tegye számodra az információt. Egyre kétségbeesettebben próbálsz felidézni valakinek a nevét, mégsem sikerül, pedig azt állítod, hogy már ott van a nyelved hegyén. Tudod, hogy tudod, a név mégsem kerül elő.

Ez különös. Ha emlékezet vagy, akkor ki akadályoz meg ebben, és miként lehetséges, hogy nem sikerül? És ki az, aki azt mondja: „Tudom, de mégsem jut eszembe”? És azután még erősebben próbálsz, és minél jobban igyekszel, annál nehezebbé válik a feladat. Aztán, amikor feladod az egészet, kimész a kertbe sétálni, és hirtelen, egy rózsabokorra pillantva eszedbe jut a név.

Az emlékezeted nem te vagy. Te tudatosság vagy, az emlékezet pedig tartalom. Az emlékezet azonban az ego teljes életenergiája. Az emlékezet persze régi, és fél az újdonságtól. Az új zavaró lehet, talán megemészthetetlen. Egy halom nehézséggel járhat. Meg kell változtatnod magadat, vissza kell változnod. Alkalmazkodnod kell hozzá. Az pedig nagyon fárasztó.

Ahhoz, hogy megújuljunk, fel kel! ismernünk: nem vagyunk azonosak az egóval. Amint

elkülönítjük magunkat az egótól, nem törődünk többé azzal, hogy él-e, hal-e. Tisztában vagyunk vele, hogy akár él, akár hal, mindenképpen holt. Csupán egy gépezet.

Használd, de ne engedd, hogy használjon téged. Az ego szüntelenül retteg a haláltól, mert önkényes, innen a félelem. Nem a lényedből ered; nem eredhet a lényedből, mert a lényed élet - hogyan félhetne az élet a haláltól? Az élet semmit sem tud a halálról. Az ego önkényesen és mesterségesen születik, egy felhalmozott kupac, hamis, pszeudo. És csupán a tőle való megszabadulással, az ego halálával válik élővé az ember. Az ego halála a létezésbe születés.

Az újdonság Isten hírnöke, az újdonság üzenet Istentől. Evangélium! Hallgass az újra, kövesd! Tudom, hogy félsz. A félelem ellenére kövesd az újdonságot, és az életed egyre gazdagabbá válik, egy napon pedig képessé válsz kiszabadítani bebörtönzött ragyogásodat.

Számtalan dolgot szalasztasz el az életben csak azért, mert nincs benned elegendő bátorság. Tulajdonképpen nincs szükség erőfeszítésre - csupán bátorságra -, és maguk a dolgok indulnak feléd, nem neked kell közeledned hozzájuk... Legalábbis a belső világban így történik.

Én úgy látom, a legnagyobb bátorság ahhoz kell, hogy boldogok legyünk. Boldogtalanul élni nagy gyávaság. Ahhoz, hogy nyomorultak legyünk, valójában semmit sem kell tennünk. Bármelyik gyáva, bármelyik bolond meg tudja csinálni. Mindenki képes arra, hogy boldogtalanul éljen, a boldogsághoz azonban nagy bátorságra van szükség - az már nehéz feladat.

Általában nem így gondolkodunk. Azt mondjuk: „Mi kell a boldogsághoz? Mindenki boldog akar lenni.” Ez teljes tévedés. A legritkább esetben akarnak az emberek boldogok lenni - függetlenül attól, mit hangoztatnak. A legritkább esetben állnak készen a boldogságra -olyan sok energiát fektetnek a boldogtalanságukba. Szeretnek boldogtalanok lenni... Tulajdonképpen boldoggá teszi őket a boldogtalanságuk.

Számtalan dolgot kell megértened - máskülönben rendkívül nehéz kikerülnöd a nyomorúság keréknyomából. Az első dolog: senki sem kényszerít maradásra; te magad döntöttél úgy, hogy rab maradsz a boldogtalanság börtönében. Senki nem tart vissza senkit. Az az ember, aki készen áll a kilépésre, akár ebben a pillanatban megteheti. Ne keress felelősöket. Ha valaki boldogtalan, maga tehet róla, de a szerencsétlen ember sosem vállalja a felelősséget - ez a módja annak, hogy boldogtalan maradjon. Azt mondja: „Valaki más tesz engem boldogtalanná.”

Ha valaki más miatt vagy szerencsétlen, akkor persze mit is tehetnél? De ha te magad teszed magadat nyomorulttá, az ellen tehetsz... az ellen azonnal tehetsz valamit. Akkor a te kezében van a döntés, boldog leszel-e vagy boldogtalan. Ezért az emberek másokra hárítják a felelősséget, néha a feleségükre, néha a férjükre, olykor valamelyik családtagjukra, néha a körülményekre, a gyermekkorukra, az anyjukra vagy az apjukra... esetleg a társadalomra, a történelemre, a sorsra, Istenre, de mindig valaki másra. A nevek különböznek, de a módszer ugyanaz.

Egy ember akkor válik valóban emberré, ha elfogadja a teljes felelősséget - maga felelős önmagáért, bármilyen legyen is. Ez a legelső bátorság, a legnagyobb bátorság. Nagyon nehéz ezt felvállalni, hiszen az elme azt mondogatja: „Ha te vagy a felelős érte, miért teremtetted?” Ennek elkerülésére inkább másra hárítjuk a felelősséget: „Mit tehetnék? Tehetetlen vagyok... Áldozat vagyok! Nálam hatalmasabb erők lökdösnek ide-oda, és én

semmit sem tehetek. A legtöbb, hogy elpanaszolom a nyomorúságomat, és a panaszkodás által még boldogtalanabb leszek." És a helyzet egyre súlyosbodik, minél jobban elmerülsz benne, annál nyomorúságosabb. Egyre mélyebbre és mélyebbre süllyedsz...

Senki és semmiféle külső erő nem kényszerít semmire. Te teszed, egyedül te magad. Ez a karma filozófiájának lényege, hogy te cselekszel; a karma cselekvést jelent. Te tetted ezt, és te is tudod visszaalakítani. És fölösleges várni, késlekedni. Nincs szükség időre - egyszerűen kiugorhatsz belőle!

De már hozzászoktunk. Nagyon magányosnak érezzük magunkat, ha felhagyunk a boldogtalanokdással, elveszítjük legközelebbi társunkat. Már az árnyékunkká vált, követ mindenhová. Ha senki sincs mellettünk, a nyomorúságunk legalább velünk van - házasságot kötöttünk vele. És ez egy hosszú, hosszú házasság; sok-sok életen át kitartó frigy.

Most eljött a válás ideje. Ezt nevezem a legnagyobb bátorságnak: elválni a boldogtalanagságtól, elveszíteni az emberi elme legberögzültebb szokását, legrégebbi társát.

### **3.1. A szeretet bátorsága**

A félelem nem más, mint a szeretet hiánya. Cselekedj szeretettel, felejtsd el a félelmet. Ha jól szeretsz, a félelem eltűnik.

Ha mély szeretet van benned, félelemnek nyoma sincs. A félelem negativitás, hiány. Ezt kell nagyon-nagyon alaposan megértened. Ha elmulasztod, sosem leszel képes felfogni a félelem természetét. Olyan, mint a sötétség. Sötétség nem létezik, csak úgy tűnik, mintha létezne. Valójában nem más, mint a fény hiánya. A fény létezik; távolítsd el a fényt, és ott a sötétség.

Sötétség nem létezik, a sötétséget nem lehet eltávolítani. Tegyé, amit csak akarsz, nem tudod eltávolítani. Nem tudod arrébb tenni, nem tudod elhajítani. Ha valamit kezdeni akarsz a sötétséggel, a fénnel kell tenned valamit, mert csak létező dolgokkal tudsz kapcsolatot teremteni. Kapcsold le a lámpát, ott a sötétség; kapcsold fel a lámpát, a sötétség eltűnik - de te ehhez a fénnel tettél valamit. A sötétséggel semmit sem kezdhetsz.

A félelem sötétség. A szeretet hiánya. Nem tehetsz vele semmit, és minél erősebben próbálkozol, annál jobban fogsz rettegni, mert annál tehetetlenebbnek érzed magadat. A probléma egyre bonyolultabbá válik. Ha harcolsz a sötétség ellen, veszíteni fogsz. Előránthatsz egy kardot, és megpróbálhatod leszúrni, de csak kimerülsz az igyekezetben. És végül az elme azt gondolja: „A sötétség nagyon erős, ezért győzött le.”

Itt fut tévútra a logika. A gondolatmenet helyes: ha harcoltál a sötétség ellen, és nem tudtad legyőzni, nem tudtad megsemmisíteni, teljesen logikus, hogy arra a következtetésre jutsz: „A sötétség nagyon-nagyon erős. Gyenge vagyok hozzá képest.” A valóság azonban ennek éppen az ellentéte. Nem te vagy gyenge, a sötétség gyenge. Valójában a sötétség ott sincs, ezért nem tudod legyőzni. Hogyan győzhetnél le valamit, ami nincs?

Ne harcolj a félelem ellen, máskülönben egyre jobban rettegsz majd, és újfajta félelem hatol a lényedbe: a félelem a félelemtől, ami rendkívül veszélyes. Ha a félelem hiány, akkor a félelem a félelemtől voltaképpen a hiány hiányától való félelem. És ez az örületbe kerget!

A félelem nem más, mint a szeretet hiánya. Cselekedj szeretettel, felejtsd el a félelmet. Ha jól szeretsz, a félelem eltűnik. Ahol mély szeretet van, ott nincs félelem.



Valahányszor szerettél valakit, akár egyetlen pillanatig is, volt benned félelem? Nyoma sincs egyetlen kapcsolatban sem, ahol - ha csak egyetlen pillanatig is - két ember igazán szereti egymást, és létrejön a találkozás, tökéletes összhangba kerülnek egymással, s abban a percben a félelem eltűnik. Mint amikor felkapcsolják a fényt, és eltűnik a sötétség. Ez a titkos kulcs: szeress jobban.

Ha úgy érzed, félelem van benned, szeress jobban. Légy bátor a szeretetben, meríts bátorságot hozzá.

Légy kalandvágó a szeretetben: szeress jobban, szeress feltétel nélkül, mert ahogy nő a szereteted, úgy csökken a félelem.

És amikor azt mondom: szeretet, akkor a szeretet szó mind a négy síkját értem alatta: a szextől a számáthiig.

Szeress mélyen.

Ha egy szexuális kapcsolatban igazán szeretsz, sok félelem eltűnik a testedből. Ha a tested reszket félelmében, akkor a szextől retteg; az a szexuális kapcsolat nem elég mély. A tested remeg, nem tud megpihenni, nem érzi otthon magát.

Szeress mélyen: a szexuális orgazmus minden félelmet kisöpör a testedből. Amikor azt mondom, hogy kisöpör minden félelmet, nem úgy értem, hogy merész leszel, mert a merész ember semmi más, mint a gyáva ellentéte. Ha azt mondom: minden félelem eltűnik, úgy értem: nem lesz benned többé gyávaság, sem merészség. Ez csak a félelem kétféle megközelítése.

Nézd meg a merész embereket: látni fogod, hogy mélyen belül rettegnek, csak páncélt építettek maguk köré. A merészség nem fél elemnélküliség; csupán jól őrzött, ügyesen álcázott, eltakart félelem.

Ha a félelem eltűnik, félelem nélkülivé válsz. A félelem nélküli ember pedig sosem ébreszt félelmet senkiben, és nem hagyja, hogy mások félelmet ébresszenek benne.

A mély szexuális orgazmus otthonosságélményt ad a testnek. Nagyon-nagyon jó egészségi állapotba kerülsz tőle, mert a test teljességet érez.

A második lépés a szeretet. Szeresd az embereket feltétel nélkül. Ha feltételeket őrizgetsz az elmédben, sosem leszel képes szeretni; a feltételek gátakat építenek. Ha a szeretet jótékony hatással van rád, miért törődnél a feltételekkel? Csodálatos élmény, nagyon kellemes érzést okoz - szeress hát feltétel nélkül, ne kérj semmit cserébe. Ha megérted, hogy kizárólag az emberek szeretete révén érheted el a félelemnélküliséget, szeretni fogsz, a pusztá élvezetért!

Az emberek általában csak akkor szeretnek, ha a feltételeik teljesültek. Azt mondják: „Ilyennek kell lenned, csak akkor foglak szeretni.” Az anya így szól a gyermekéhez: „Csak akkor szeretlek, ha rendesen viselkedsz.” A feleség azt mondja a férjének: „Ilyennek kell lenned, csak akkor tudlak szeretni.” Mindenki feltételeket szab; a szeretet pedig továbbúszik.

A szeretet olyan, mint a határtalan ég! Nem kényszerítheted szűk, behatárolt, korlátozott térbe. Ha beengeded a friss levegőt az otthonodba, aztán minden oldalról gondosan bezárod - becsuksz minden ablakot, becsuksz minden ajtót -, hamarosan áporodottá válik. Minden

szeretet-történés a szabadság egy darabja; ha bezárod a friss levegőt az otthonodba, minden áporodottá, piszkossá válik.

Ez nagy gondot jelent az egész emberiségnek -már jó ideje. Ha szerelembe esel, mindent csodálatosnak látsz, mert abban a pillanatban nem szabsz feltételeket. Két ember feltételek nélkül közeledik egymáshoz. De amint megállapodnak, attól kezdve, hogy természetesnek veszik egymás létezését, feltételeket állítanak fel: „Ilyennek kell lenned, úgy kell viselkedned, csak akkor foglak szeretni.” Mintha a szeretet alku tárgya lenne.

Ha nem szeretsz teljes szívedből, csak alkudozol. Rá akarod kényszeríteni a másikat, hogy tegyen valamit érted, csak akkor fogod szeretni; máskülönben cserbenhagyod a szerelmedet. Büntetésként vagy kényszerítő erőként használod a szeretetet, de nem szeretsz. Akár visszatartod, akár megadod a szeretetet, egyik esetben sem a szeretet jelenti a végcélt, hanem valami más.

Ha nős vagy, ajándékokat viszel a feleségednek, ő pedig örül neki, hozzád bújik, megcsókol. Ha azonban semmit sem viszel haza, távolságtartás alakul ki: nem bújik hozzád, nem közelít. Ha így cselekszel, megfélemedezel arról, hogy a szeretet nem csupán másoknak tesz jót, hanem neked magadnak is. A szeretet elsősorban azoknak segít, akik szeretnek. Csak másodsorban segít azoknak, akiket szeretnek.

A hozzám forduló emberek azt mondják: „Az a másik nem szeret engem.” Senki sem érkezik azzal: „Nem szeretem a másikat.” A szeretet követelőzéssé vált: „A másik nem szeret engem.” Ne törődj a másikkal! A szeretet csodálatos jelenség, ha te szeretsz, magadnak szerzel vele örömet.

És minél erősebben szeretsz, annál szeretetre méltóbbá válsz. Minél kevesebb benned a szeretet, és minél több érzelmet követelsz másoktól, annál kevésbé leszel szeretetre méltó, annál zárkózottabbá válsz, az egódra korlátozódasz. És sértődékeny leszel: még ha valaki szeretettel közelít feléd, attól is rettegsz, mert minden szeretetben ott rejlik a visszautasítás, a meghátrálás lehetősége.

Senki sem szeret - ez a gondolat egyre mélyebben beléd ivódik. Hogyan próbálja ez az ember megváltoztatni az elmédet? Téged próbál szeretni? Ez valami hazugság lehet, talán rá akar szedni? Biztosan valami alamuszi, ravasz alak. Védekezel. Senkinek nem hagyod, hogy szeressen, és te sem szeretsz senkit. Akkor aztán felbukkan a félelem. Akkor egyedül állsz a világban, teljesen egyedül, magányosan, kapcsolatok nélkül.

Akkor hát mi a félelem? A félelem az az érzés, hogy nincs kapcsolatod a létezéssel. Legyen ez a félelem meghatározása: a létezéssel való kapcsolat elvesztésének állapota a félelem. Egyedül hagytak, mint egy síró gyermeket az üres lakásban, az apa, az anya és az egész család színházba ment. A gyermek ordít és sír a kiságyban. Egyedül hagyták, mindenféle kapcsolat nélkül, senki sincs, aki megvédje, megvigasztalja, nincs, aki szeresse; magány, végtelen magány veszi körül. Ez a félelem állapota.

Mindez azért alakul ki, mert úgy neveltek, hogy nem engedted megszületni a szeretetet. Az egész emberiséget más dolgokra készítettek fel, nem szeretetre. Gyilkolásra képezték ki minket. A hadseregben több évig tanítanak ölni! Számolni tanítanak; a főiskolákon, az egyetemeken évekig oktatnak számolni, hogy senki se tudjon átverni, de te becsaphass másokat. Sehol sem kínálkozik azonban lehetőség arra, hogy szeress - hogy szabadon szeress.

Sőt, mintha ez még nem lenne elég, a társadalom is igyekszik letörni minden kísérletet a szeretetre. A szülők nem örülnek, ha a gyermekük szerelmes lesz. Sem az anya, sem az apa nem örül; bárhogya is igyekeznek leplezni, sem az apa, sem az anya nem fogadja szívesen, ha a gyermeke szerelembe esik. Jobban kedvelik az elrendezett, előre megbeszélt házasságot.

Miért? Mert ha egy fiatal ember beleszeret egy nőbe vagy egy lányba, eltávolodik a családjától; új családot alapít, saját családot. Természetesen szembefordul a régi családjával, fellázad, azt mondja: „Most pedig elmegyek, és saját otthont teremtek.” És maga választja ki az asszonyát; nem szólhat bele az apja, nem szólhat bele az anyja, úgy tűnik, teljesen ki vannak rekesztve a dologból.

Nem, inkább ők szeretnék ezt megszervezni: „Otthont teremtesz, de hadd rendezzük el úgy a dolgokat, hogy legyen beleszólásunk. És ne ess szerelembe, mert ha szerelmes leszel, a szerelem lesz számodra az egész világ.” Az elrendezett házasság egyszerűen társadalmi esemény; nem vagy szerelmes, a házastársad nem jelenti számodra az egész világot. Vagyis az elrendezett házasságoknál a család fennmarad. A szerelmi házasságok esetében azonban a család megszűnik létezni.

Nyugaton a család fokozatosan eltűnik. Most felismerheted az elrendezett házasságok teljes logikáját: a család létezni akar. Nem számít, hogy tönkretesznek téged és veled együtt a szerelem legapróbb lehetőségét is; ez nem szempont; áldozatot kell hoznod a családért. Elrendezett házasság esetén a család egyesül, és továbbra is fennmarad. Ha a házasság elrendezett, akkor akár száz ember is élhet egy családban. De ha egy fiú vagy egy lány szerelmes lesz, akkor a maguk külön világává válnak. Külön akarnak költözni, magánéletet igényelnek. Nem akarnak száz embert maguk köré, nagybácsikat és nagybácsik nagybátyjait, unokatestvéreket unokatestvéreiket... Nem akarják, hogy ez a zsidóvásár vegye őket körül; a saját, külön világukban kívánnak élni. Az egész felhajtás zavarja őket.

A család a szerelem ellensége. Bizonyára úgy hallottad, hogy a család a szeretet forrása, de én elárulom neked: a család a szerelem ellensége. A család a szerelem meggyilkolása révén létezik, nem engedi megszületni a szerelmet.

A társadalom nem engedélyezi a szerelmet, mert aki valóban mélyen szeret, azt nem lehet befolyásolni. Nem küldheted el a háborúba, hiszen azt fogja mondani: „Boldog vagyok ott, ahol vagyok! Hová küldesz? És miért menjek el idegeneket gyilkolni, amikor talán ők is boldogok az otthonukban? Hiszen nincs köztünk konfliktus, nincs véleménykülönbség...”

Ha a fiatal generáció egyre jobban belemélyed a szeretetbe, megszűnnek a háborúk, mert nem találnak majd elegendő örültet, akit harcolni küldhetnek. Ha szeretsz, akkor megízleltél valamit az életből; nem lelsz örömet a halálban, cs mások lemészárlásában. Ha nem szeretsz, nem ízlelted meg az életet; a halált szereted.

A félelem öl, ölni akar. A félelem romboló, a szeretet alkotó energia. Ha szeretsz, teremteni vágyasz: kedved támad elénekelni egy dalt, vagy festeni, verset írni, de semmiképpen nem ragadsz fegyvert vagy atombombát, és nem rohansz ész nélkül, hogy számodra tökéletesen ismeretlen embereket gyilkolj, akik semmit sem tettek, és akiket éppen úgy nem ismersz, mint ahogy ők sem ismernek téged.

Az emberiség csak akkor fog felhagyni a háborúzással, ha a szeretet újra belép a világba. A politikusok nem akarják, hogy szeress, a társadalom nem akarja, hogy szeress, a család nem engedi, hogy szeress. Mindnyájan uralni szeretnék a szeretetenergiádat, mert ez az egyetlen létező energia. Ezért létezik a félelem.

Ha megértesz engem, szabadulj meg a félelmeidtől, szeress jobban - és szeress feltétel nélkül. Ne hidd, hogy a másikért teszel valamit akkor, ha szereted; önmagadért teszel valamit. Ha szeretsz, azzal magadnak teszel jót. Úgyhogy ne késlekedj, ne mondd, hogy majd akkor szeretsz, ha mások szeretnek téged - ez egyáltalán nem fontos.

Légy önző. A szeretet önző. Szeresd az embereket - teljesebbé válsz általa, egyre áldottabb és áldottabb leszel tőle.

És amikor a szeretet elmélyül, a félelem eltűnik; a szeretet a fény, a félelem a sötétség.

Aztán ott van a szeretet harmadik szintje: az imádság. Az egyházak, a vallások, a szekták mind imádkozni tanítanak. Valójában azonban lehetetlenné teszik, hogy imádkozz, mert az ima önkéntelen jelenség, nem tanítható. Ha gyermekkorodban megtanítottak imádkozni, azzal lehetetlenné tették, hogy megtapasztalj egy csodálatos élményt. Az imádság önkéntelenül formálódik.

El kell mesélnem egy számomra kedves történetet Lev Tolsztojtól.

A régi Oroszország egy bizonyos részén volt egy tó, amely három szent miatt vált híressé az egész országban. Emberek ezrei keltek útra, és látogattak el a tóhoz, hogy lássák a három szentet.

Az ország főpapja megijedt. Mi folyik itt? Még sosem hallott ezekről a „szentekről”, még nem ismerte el őket az egyház; ki avatta őket szentté? A kereszténység ugyanis ezt teszi - és ez az egyik legostobább dolog -, igazolást állít ki; „Ez az ember szent.” Mintha egy igazolással bárkiből is szentet lehetne csinálni!

De az emberek lázba jöttek, és sorra érkeztek a hírek a végbement csodákról, ezért a papnak is el kellett mennie megnézni, mi a helyzet. Csónakkal behajózott a szigetre, ahol az a három szegény ember élt. Egyszerű szegény emberek voltak, de nagyon boldogok - hiszen csak egyfajta szegénység létezik, a szeretetre képtelen szív szegénysége, ők szegények voltak, ugyanakkor gazdagok, a leggazdagabbak a világon.

Boldogan ültek egy fa alatt, nevettek, örültek, boldogok voltak. A papot látva meghajoltak.

- Mit csináltok itt? Azt híresztelik, hogy nagy szentek vagytok. Tudjátok, hogyan kell imádkozni? - szólt a pap, mert ahogy rájuk tekintett, azonnal megérezte, hogy teljesen iskolázatlanok és kissé együgyűek; boldogok ugyan, de bolondok.

A három férfi egymásra nézett, és így feleltek:

- Nagyon sajnáljuk, uram, de nem ismerjük az egyház által hivatalosan jóváhagyott imádságot, mert tudatlanok vagyunk. De megalkottuk a saját imánkat, házi készítésű imádság. Ha nem bántunk meg vele, szívesen előadjuk neked.

A pap bólintott.

-Igen, mutassátok meg, hogyan imádkoztok.

Azok így feleltek:

-Próbálkoztunk, gondolkodtunk és gondolkodtunk, de nem vagyunk lángelmék, ostoba emberek vagyunk, tudatlan falusiak. Végül egy

egyszerű ima mellett döntöttünk. A keresztény Istent Szentháromságként emlegetik: az Atya, a Fiú és a Szentlélek hármasként. És mi is hárman vagyunk. Úgyhogy a következő ima mellett döntöttünk: „Te is három vagy, mi is hárman vagyunk, könyörülj rajtunk.” Ez a mi imádságunk: „Te is három vagy, mi is hárman vagyunk, könyörülj rajtunk.”

A pap rettenetes, éktelen haragra gerjedt. Rájuk ripakodott:

-Micsoda ostobaság! Még sosem hallottunk efféle imádságról. Azonnal hagyjátok abba! Így nem lehettek szentek. Egyszerű idióták vagytok.

A három férfi a lábához borult.

-Tanítsd meg nekünk az igazi, hiteles imát -kérték.

Akkor a pap elmondta nekik az orosz ortodox egyház által hivatalosan jóváhagyott változatot. Hosszú ima volt, bonyolult, tele fellengzős, nagy szavakkal. A három férfi egymásra nézett - lehetetlennek tűnt a feladat, a mennyeország ajtaja zárva volt előttük.

-Mondd el, még egyszer - kérték -, mert ez nagyon hosszú, mi pedig iskolázatlanok vagyunk.

A pap megint elmondta. Akkor a férfiak újra így szóltak:

- Még egyszer, uram, mert el fogjuk felejteni, és valamit elrontunk.

Úgyhogy a pap ismét elmondta. A három férfi hálásan megköszönte, a pap pedig Örült, hogy végrehajtott egy jó cselekedetet, és visszavezette ezt a három bolondot az egyház kebelébe.

Visszaindult a csónakján. A tó közepén járva alig tudott hinni a szemének: az a három férfi, az a három bolond a víz felszínén futott felé, és azt kiáltozták:

-Várj... még egyszer... elfelejtettük!

Nos, ez hihetetlen volt! A pap a lábuk elé borult, és így szólt:

-Bocsássatok meg nekem. Folytassátok az imádságotokat.

A harmadik szeretetenergia az imádság. A vallások, a szekták azonban tönkretették. Előre gyártott Imákkal látnak el bennünket, pedig az imádság belülről fakad. Emlékezz erre a történetre, amikor imádkozol. Hagyd, hogy az imád önkéntelenül formálódjon. Ha még az imádságod sem önkéntelen, akkor mi az? Ha még Istennel szemben sem lehetsz eredeti, vajon mikor leszel hiteles, igaz és természetes?

Mondd azt, amit mondani szeretnél. Úgy beszélj Istenhez, mint egy bölcs baráthoz. Ne keverj bele formásokat A formális kapcsolat nem kapcsolat. Még Istennel is csak hivatalos viszonyban állsz? Akkor elveszíted minden spontaneitásodat.

Vigyél szeretetet az imádságba. Akkor már beszélhetsz! Ez igazán csodálatos dolog:

párbeszéd az univerzummal.

Megfigyelted már? Ha valóban önkéntelenül cselekszel, bolondnak néznek az emberek. Ha odamész egy fához, és beszélni kezdesz hozzá, vagy egy virág-

hoz, egy rózsához, az emberek bolondnak tartanak. Ha bemész a templomba, és a kereszthez szólsz, vagy egy képhez, senki nem néz örültnek, azt gondolják, vallásos vagy. Egy kődarabhoz beszélsz a templomban, és mindenki vallásosnak hisz, mert ez a vallásosság hivatalosan elfogadott formája.

Ha egy rózsához beszélsz, amely előbb bármilyen kőbe vésett képnél, amely sokkal inkább Istentől való, mint bármelyik kőkép... Ha egy fához beszélsz, amely sokkal mélyebben gyökerezik Istenben, mint bármelyik kereszt, mert egyetlen keresztnek sincsenek gyökerei, halott dolog - ezért gyilkol... A fa él, gyökerei mélyen a földbe hatolnak, ágai az ég felé törnek, kapcsolatban áll a teljességgel, a nap sugaraival, a csillagokkal - beszélj hát a fákhoz! Így valóban kapcsolatba kerülhetsz az istenivel.

Ha azonban így cselekszel, bolondnak néznek az emberek. Az önkéntelen megnyilvánulást az örület jelének tekintik. A formások betartása jelzi a józan észet. Pedig a valóság ennek épp a fordítottja. Ha bemész a templomba, és ismételtetni kezdesz néhány betanult imádságot, egyszerűen bolond vagy. Szólj meghittten, bizalmasan! Akkor az imádság csodálatos lesz, kivirágzó általa.

Az ima ugyanaz, mint a szerelem: szerelmes vagy a teljességbe. De néha megharagszol a teljességre, és akkor nem beszélsz; ez csodálatos! Azt mondod: „Nem szólalok meg, ami sok, az sok, mert nem hallgattál meg!” Gyönyörű gesztus, nem halott. És olykor teljesen felhagysz az imádkozással, mert csak mondod, mondod az imát, de Isten nem figyel. Ez rendkívül mély kapcsolat: haragra gerjedsz. Néha viszont nagyszerűen érzed magad, hálás vagy, boldog; máskor mellőzöttnek érzed magad. De hadd legyen csak élő a kapcsolat! Akkor valódi az ima. Ha csak darálsz, mint egy gramofon, és ugyanazt ismételteted mindennap, az nem imádkozás.

Hallottam egy ügyvédéről, aki rendkívül takarékos ember volt. Minden este, amikor ágyba bújt, felnézett az égre, és azt mondta:

- Dettó. Mint máskor.

És elaludt.

Csak egyszer imádkozott - életében először -, aztán csak annyit mondott: „Dettó.” jogos a gondolat: minek ismétlje el újra és újra ugyanazt az imát? Akár azt mondod, dettó, akár elismétled az egész szöveget, ugyanaz.

Az imádságnak élő tapasztalatnak kell lennie, bizalmas beszélgetésnek. És hamarosan, ha valóban a szívedből jön, megérzed majd, hogy nem csak te beszélsz, válasz is érkezik. Akkor az imádság saját életre kel, nagykorúvá válik. Ha megérzed a választ, már nem csak te beszélsz - a monológ még nem imádság -, párbeszéd születik. Nem csak beszélsz, hallgatsz is.

És én mondom neked, a teljes létezés készen áll arra, hogy feleljen. Amint megnyílik a szíved, a teljesség válaszol.

Semmi sem fogható az imádsághoz. Semmiféle szeretet nem lehet olyan gyönyörű, mint az ima. Ugyanúgy, ahogy semmiféle szex nem lehet olyan gyönyörű, mint a szerelem, semmiféle szeretet nem lehet olyan csodálatos, mint az ima.

Aztán van még a negyedik fokozat, amelyet meditációnak nevezek. Ott a párbeszéd is megszűnik. A dialógus csendben történik. Eltűnnek a szavak, mert amikor a szív csordultig tele van, nem tudsz beszélni. Amikor a szív túlsordul, csak a csend közvetíthet. Akkor nincs „másik”. Eggyé válsz az univerzummal. Nem mondasz semmit, és nem hallgatsz semmit. Te magad leszel az Egy, az univerzum, a teljesség. Az egység. Ez a meditáció.

Ez a szeretet négy fokozata, és minden szinten eltűnik a félelmeid egy része. Ha a szex csodálatos élmény, a test félelmei szűnnek meg. A test nem lesz többé ideges. Hétköznapi állapotában - több ezer testet volt alkalmam megfigyelni - ideges, bolond. Nem elégedett, nincs otthona.

Ha megszületik a szeretet, az elméből tűnik el a félelem. Szabaddá, nyugodttá, otthonossá válik az életed. Nem lesznek félelmek, nem lesznek rémálmok.

Ha imádkozol, a félelmek nyomtalanul eltűnnek, mert az imádság révén végre egyetlen egészé válsz -mély kapcsolatot érzel a teljességgel. Eltűnik a lélekből a félelem; akkor tűnik el a halálfélelem, ha imádkozol, egy perccel sem előbb.

Ha pedig meditálsz, még a félelemnélküliség is eltűnik. Eltűnik a félelem, eltűnik a félelemnélküliség. Semmi sem marad. Vagyis csak a semmi marad. A mérhetetlen egyszerűség, a szüziesség, az ártatlanság.

### **3.2. Nem kapcsolat, hanem létállapot**

A szeretet nem kapcsolat. A szeretet létállapot; semmi máshoz nincs köze. Az egyén nem csupán érzi a szeretetet, azonosul vele. És természetesen, ha valaki azonosul a szeretettel, akkor szeretetet is érez - de ez csak következmény, melléktermék, nem a forrás. A forrás az, ha szeretetté válsz.

És ki válhat szeretetté? Természetesen, ha nem vagy tudatában annak, hogy ki vagy, nem lehetsz szeretet. Akkor félelem leszel. A félelem épp az ellentéte a szeretetnek. Ne feledd, nem a gyűlölet a szeretet ellentéte, ahogyan azt az emberek hiszik. A szeretet valódi ellentéte a félelem. A szeretet kitágít, a félelemtől összezsugorodsz. A félelemtől bezárulsz, a szeretet nyitottá tesz. A félelemben kétségek közt őrlődsz, a szeretetben bízol. A félelemben magányos maradsz. A szeretetben feloldódsz; ezért egyáltalán nem létezik a magányosság kérdése. Ha nem vagy, miként lehetnél magányos? Akkor a fák és a madarak és a felhők és a Nap és a csillagok mind benned vannak. Az a szeretet, ha megismerted a belső égboltodat.

A kisgyermekben nincs félelem; a gyerekek félelem nélkül születnek. Ha a társadalom segíti és támogatja őket abban, hogy később se ébredjen bennük félelem, segíthet nekik fákat, hegyeket megmászni, átúszni óceánokat, folyókat. Ha a társadalom minden lehetséges módon segíti őket abban, hogy kalandvágyóvá váljanak, az ismeretlen kalandoraivá, és ha a társadalom hatalmas kíváncsiságot tud ébreszteni bennük, ahelyett hogy halott meggyőződésekkel látná el őket, akkor a gyermekekből igazi szerelmesek lesznek, az élet szerelmesei. És ez a valódi vallás. Nincs fennköltebb vallás a szeretetnél.

Meditálj, táncolj, énekelj és merülj el egyre mélyebben és mélyebben Önmagadban.

Hallgasd figyelmesebben a madarakat. Szemléld kíváncsisággal, csodálattal a virágokat. Ne légy tudálékos, ne címkézd fel a dolgokat. A tudálékosság a dolgok felcímkezésének, kategorizálásának művészete. Találkozz emberekkel, vegyülj el közöttük, találkozz annyi emberrel, amennyivel csak lehet, mert minden egyes ember Isten más-más arcát tükrözi. Tanulj az emberektől. Ne félj, ez a létezés nem az ellenséged. Ez a fajta létezés gondolat viseli, készen áll, hogy minden lehetséges módon támogasson. Bízz, és érezni kezded az energia új áramát a bensődben. Ez az energia a szeretet. Ez az energia áldotta akarja tenni a létezés egészét, mert ebben az energiában áldottnak érzed magadat. És ha áldottnak érzed magadat, mi más tehetnél, mint hogy áldod a teljes létezést?

A szeretet nem más, mint erős vágy, hogy áldjuk a létezés egészét.

Ez a sütemény nagyon finom!

A szeretet rendkívül ritka jelenség. Egy másik ember középpontjának megtapasztalásához gyökeres átalakuláson kell keresztülmenned, mert ahhoz, hogy eljuthass valakinek a középpontjához, előbb lehetővé kell tenned, hogy az a másik is elérjen a te középpontodig. Sebezhetővé kell válnod, tökéletesen sebezhetővé és nyitottá.

Ez kockázatos. Megengedni valakinek, hogy megismerje legbenső középpontodat, kockázatos, veszélyes, mert nem tudhatod, mit tesz majd veled az a másik. Ha feltárod minden titkodat, ha előbukkan mindaz, amit elrejtettél, ha tökéletesen megnyílsz, nem tudhatod, mit tesz majd veled a másik. Ezért van a félelem. És ezért nem nyílunk meg sosem.

Egy felszínes ismeretségről azt gondoljuk, eljött a szerelem. A felszínek találkoznak, és azt hisszük, mi találkoztunk. Te nem vagy azonos a felszíneddel! A felszín valójában az a határvonal, ahol te magad véget érsz; csak a kerítés körülötted. Ez nem te vagy! A felszín az a hely, ahol te véget érsz, és ahol a világ kezdődik.

Sokszor még az évek óta együtt élő házastársak is csupán távoli ismerősök egymás számára. Nem ismerik egymást valójában. És minél tovább élsz együtt valakivel, annál inkább megfélemedezel arról, hogy a középpont feltáratlan maradt.

Ezért elsőként azt kell megértened, hogy az ismeretséget ne azonosítsd a szerelemmel. Megeshet,

hogy szeretkezel valakivel, szexuális kapcsolat köt össze veled, de a szex is csupán felszín. Ha nem találkoznak a középpontok, a szex mindössze két test találkozása. És két test találkozása nem a ti találkozásotok. A szex is csak ismeretség marad - fizikai, testi ismeretség ugyan, de ismeretség. Csak akkor engedheted meg valakinek, hogy belépjen a középpontodba, ha nincs benned félelem, ha nem rettegsz.

Kétfajta élet létezik: félelem-orientált és szeretet-orientált. A félelem-orientált élet sosem vezet mély kapcsolatokhoz. Rettegés él benned, és nem engedted meg a másiknak, nem engedted neki, hogy eljusson hozzád, eljusson a legbenső magodhoz. Közel engedted egy bizonyos mértékig, de aztán ott egy fal, és minden abbamarad.

Szeretet-orientált ember az, aki nem fél a jövőtől, aki nem fél az eredményektől és a következményektől, aki itt és most él. Ne törődj a következményekkel; az a félelem-orientált elme gondja. Ne gondolj arra, mit hoz a holnap. Csak légy jelen, és cselekedj. Ne számítgass, A félelem-orientált ember folyton számít, tervez, mérlegel, óvatoskodik. Az



egész életét így tékozzolja el.

Hallottam egy idős, zen szerzetesről, aki a halálos ágyán feküdt. Eljött az utolsó nap, és ő bejelentette, hogy ez után az este után nem lesz többé. Így hát eljöttek hozzá a követői, a tanítványai, a barátai. Rengetegen szerették, és mind eljöttek hozzá; messzi távolról, mindenholnan érkeztek az emberek.

Az egyik régi tanítványa, amikor meghallotta, hogy a mestere haldoklik, kiszaladt a piacra.

-Amikor a mester a konyhójában haldoklik, te miért mész a piacra? - kérdezték tőle.

A tanítvány így felelt:

-Tudom, hogy a mester nagyon szeret egy különleges süteményt, ezért eljöttem, hogy vegyek belőle.

Nehezen talált rá a süteményre, de estére sikerrel járt. Szaladni kezdett vele a konyhá felé.

Mindenki nyugtalan volt, úgy tűnt, mintha a mester még várna valakire. Kinyitotta a szemét, körülnézett, majd újra lehunyta.

Amikor a tanítvány megérkezett, így szólt:

-Jól van, hát megjöttél. Hol van a sütemény?

A tanítvány elővette az édességet, és nagyon örült a mester kérdésének.

A haldokló a kezébe fogta a süteményt... és a keze nem remegett. Nagyon öreg volt, de nem remegett a keze.

- Öreg vagy, már a halál szélén állsz. Hamarosan kiszáll belőled az utolsó lélegzet, és mégsem remeg a kezed - jegyezte meg valaki.

A mester így felelt:

- Sosem remegek, mert nincs bennem félelem. A testem megöregedett, de én még mindig fiatal vagyok, és fiatal maradok akkor is, ha a testem elhagy.

Azután beleharapott a süteménybe, és enni kezdte.

Valaki megkérdezte:

- Mi az utolsó üzeneted, mester? Hamarosan elhagysz minket. Mit akarsz, mire emlékezzünk?

A mester elmosolyodott, és azt felelte:

- Ó, ez a sütemény nagyon finom!

Íme, egy ember, aki itt és most él: Ez a sütemény nagyon finom. Még a halálnak sincs jelentősége. Nem számít a következő pillanat. Ez a perc, ez a sütemény ízük. Ha meg tudod élni ezt a pillanatot, ezt a jelen pillanatot, a jelenlétet, a teljességet, csak akkor szerethetsz.

A szeretet ritkán virágzik. Csak néha nyílik ki. Emberek milliói és milliói élnek abban a tévhitben, hogy szeretnek. Azt hiszik, hogy szeretnek, de ez csak hiedelem.

A szeretet ritkán virágzik. Csak néha nyílik ki. Igen ritkán, csak akkor, ha megszűnt minden félelem, egy perccel sem előbb. Ez azt jelenti, hogy kizárólag a nagyon mélyen spirituális, vallásos emberrel történhet meg. A szex mindenki számára elérhető. Az ismeretség mindenki számára elérhető. A szeretet nem.

Ha nem félsz, akkor nincs mit rejtegetned; akkor megnyílhatsz, felszámolhatsz minden határvonalat. És akkor szabad utat engedhetsz a másiknak, egészen a legbenső középpontodig.

És ne feledd, ha megengeded valakinek, hogy melyen megismerjen, ő is megengedi majd neked ugyanezt, mert ha közel engedsz magadhoz valakit, azzal bizalmi teremtesz. Ha te nem félsz, a másik is félelem nélkülivé válik.

A te szeretetedben mindig ott a félelem. A férj fél a feleségétől, a feleség fél a férjétől. A szeretők mindig félnek egymástól. Ez viszont nem szeretet. Csupán két rettegő ember egyezsége, akik függenek egymástól, küzdenek egymással, kihasználják, befolyásolják, ellenőrzik, uralják, birtokolják egymást - de ez nem szeretet.

Ha képes vagy valódi szeretetre, akkor nincs szükséged imádságra, nincs szükséged meditációra, nincs szükséged semmiféle egyházra, templomra. Ha szeretni tudsz, egészen megfélemedkezhetsz Istenről, mert a szeretet révén minden elérhetővé válik számodra: a meditáció, az imádság, Isten, minden elérhető lesz. Erről beszél Jézus, amikor azt mondja, hogy Isten szeretet.

De szeretni nehéz. Le kell vetkőzni a félelmeket. És éppen ez benne a különös: végtelenül rettegsz, pedig nincs mit veszítened.

A misztikus Kabir azt mondja valahol: „Nézem az embereket... Annyira félnek, de nem értem, miért, hiszen nincs vesztenivalójuk... Olyanok, mint az az ember, aki meztelen ugyan, mégsem fürdik meg a folyóban, mert fél, hogy nem lesz hol megszárítania a ruháit." Ilyen helyzetben vagy te is: meztelen vagy, nincsenek ruháid, mégis folyton miattuk aggódsz.

Mi vesztenivalód van? Semmi. Ezt a testet elragadja majd a halál; mielőtt a halál elragadná, add át a szeretetnek. A halál mindenedet elveszi majd; mielőtt

**Ez A SÜTEMÉNY NAGYON FINOM!**

elvenné mindenedet, miért nem osztod meg másokkal? Ez az egyetlen mód arra, hogy birtokold, Ha megosztod másokkal, ha odaadod, te rendelkezzel felette. Mindenképpen elveszíted, semmit sem birtokolhatsz örökké. A halál mindent megsemmisít.

Úgyhogy ez azt jelenti, hogy a küzdelem a halál és a szeretet között zajlik. Ha képes vagy adni, akkor nem lesz halál. Mielőtt bármit elragadhatna tőled, te már azt elosztogattad, elajándékoztad. Akkor pedig nem lehet halál.

Aki szeret, annak számára nem létezik a halál. Aki nem szeret, annak minden pillanat halát, mert minden pillanatban elragadnak tőle valamit. A test eltűnik, minden pillanattal kevesebb lesz. És akkor jön a halál, és minden megsemmisül.

Mitől rettegsz? Miért félsz annyira? Ha minden megtudható rólad, és nyitott könyv az életed, miért félsz? Miféle bántódás érhet? Csak tévhit, a társadalom által beléd nevelt meggyőződés, hogy rejtőzködnöd kell, hogy védelmezned kell önmagadat, hogy szüntelenül harckészültségben kell állnod, hogy mindenki ellenség, hogy mindenki ellened tör.

Senki sem tör ellened! Még ha valakiről úgy is érzed, hogy ellened van, ő sincs ellened - mert mindenki csupán önmagával törődik, nem veled. Nincs mitől félned. Ezt kell megértened, s csak azután születhet valódi kapcsolat. Nincs mitől félned.

Meditálj ezen. És aztán engedd, hogy a másik belépjen lényedbe, hívd, hogy lépjen be. Ne állíts fel sehol akadályokat; légy mindig nyitott folyosó, ne legyenek rajtad sem záruk, sem ajtók, ne legyenek benned zárt kapuk. És akkor lehetséges a szeretet.

Ha két középpont találkozik, ott a szeretet. A szeretet alkímiai jelenség - mint amikor a hidrogén és az oxigén találkozásából egy új dolog, víz jön létre. Lehet hidrogéned, lehet oxigéned, de ha szomjas vagy, mit érsz velük? Lehet annyi oxigéned, amennyit csak akarsz, lehet annyi hidrogéned, amennyit csak szeretnél, a szomjúság nem múlik el tőle.

Ha két középpont találkozik, új dolog jön létre. Ez az új dolog a szeretet. És ez olyan, mint a víz, sok-sok élet szomjúságát csillapítja. Hirtelen elégedetté válsz. Ez a szeretet látható jele; elégedetté válsz, mintha mindent elértél volna. Nincs mit elérned; eljutottál a célhoz. Nincsenek további célok, beteljesítetted a sorsodat. A mag virággá vált, és teljes pompájában tündököl.

A mély elégedettség a szeretet látható jele. Ha valakiben szeretet él, mély elégedettséget érez. A szeretet nem látható rajta, csak elégedettség, mély nyugalom veszi körül... minden lélegzetében, minden mozdulatában, a teljes lényében ott van.

Talán meglep, ha azt mondom, hogy a szeretet vágy nélkülivé tesz, de a vágyak az elégedetlenségből születnek. Vágyakozol, mert hiányolsz valamit. Vágyakozol valami után, mert azt hiszed, ha azt megkapnád, elégedetté válnál. A vágyak az elégedetlenségből születnek.

Ha kialakul a szeretet, a két középpont találkozik, feloldódnak, egymásba olvadnak, és egy új alkímiai minőség születik, az elégedettséget eredményez. Olyan, mintha a létezés egésze megállna - nincs mozgás. Akkor a jelen pillanat az egyetlen pillanat. És akkor azt mondhatod: „Ó, ez a sütemény nagyon finom.” Még a halál sem jelent semmit annak az embernek, aki szeret.

### **3.3. Se könnyű, se nehéz, csak természetes**

A szeretet természetes tudatállapot. Se könnyű, se nehéz, ezek a szavak egyáltalán nem alkalmazhatók rá. Nem erőfeszítés; ezért nem is lehet könnyű vagy nehéz. Olyan, mint a lélegzés! Olyan, mint a szívdobogásod, mint a tested vérkeringése.

A szeretet a valódi lényed... de ez a szeretet szinte teljesen ellehetetlenült. A társadalom nem engedélyezi. A társadalom olyanná nevel, hogy a szeretet ellehetetlenül, és a gyűlölet válik az egyetlen lehetőséggé. Akkor a gyűlölet könnyű lesz, a szeretet pedig nem nehéz, hanem lehetetlen. Az emberek eltorzultak. Az embereket nem lehet rabszolgaságba taszítani anélkül, hogy előbb ne torzítsák el őket. A politikusok és a papok komoly összeesküvésben

dolgoznak évszázadok óta. Ők alacsonyították az emberiséget rabszolgahordává. Megsemmisítik az emberben a lázadás minden lehetőségét - márpedig a szeretet lázadás, mert a szeretet csak a szívre hallgat, és szemernyit sem törődik semmi mással.

A szeretet veszélyes, mert önálló egyénné, individuummá magasztosít. És az állam meg az egyház... nem akar önálló egyéneket, egyáltalán nem. Nem akarnak emberi lényeket, birkákra van szükségük. Olyan embereket akarnak, akik úgy festenek, mint az emberi lények, de a lelkük teljesen szét van zúzva, annyira megsérült, hogy szinte gyógyíthatatlannak tűnik.

Az emberek tönkretételének legkiválóbb módja pedig az, ha megsemmisítjük szeretetük Önkéntelenségét. Ha az emberben szeretet él, nincsenek nemzetek; a nemzeteket a gyűlölet élteti. Az indiaiak gyűlölik a pakisztániakat, és a pakisztániak gyűlölik az indiaiakat - csak így maradhat fenn ez a két ország. Ha megjelenik a szeretet, eltűnnek a határok. Ha megjelenik a szeretet, akkor ki lesz keresztény, akkor ki lesz zsidó? Ha megjelenik a szeretet, eltűnnek a vallások.

Ha megjelenik a szeretet, ki fog templomba járni? Minek? Csak azért keresed Istent, mert hiányzik a szeretet. Isten nem más, mint a hiányzó szereteted pótléka. Nem vagy áldott, nincs benned béke, nem vagy elragadtatva, ezért keresed istent - máskülönben minek foglalkoznál vele? Kit érdekelne? Ha az életed tánc lenne, már eljutottál volna Istenhez. A szerető szív el van telve Istennel. Nincs szüksége semmiféle keresésre, nincs szüksége semmilyen milyen imádságra, nincs szüksége semmilyen templomra, semmilyen papra.

Ezért a pap és a politikus, i ez a kettő az emberiség ellensége. Összeesküdtek, mert a politikus a testedet akarja irányítani, a pap pedig a lelkedet A titok pedig ugyanaz: megsemmisíteni a szeretetet. Akkor az ember nem lesz más, mint hitványság, üresség, értelmetlen létezés. Akkor azt tehetnek az emberiséggel, amit akarnak, senki sem fog fellázadni, senkiben sem lesz elegendő bátorság a lázadáshoz.

A szeretet bátorságot ad, a szeretet távol tartja a félelmet, márpedig az elnyomók a félelmedre építenek. Félelmet teremtenek benned, ezer és egy fajta rettegést. Félelem vesz körül, az egész lelkedet betölti a rettegés. Mélyen magadban reszketsz. Csak a felszínen tartod fenn a látszatot; a bensődben a félelem számtalan rétege rakódik egymásra.

A félelemmel teli ember csupán gyűlölni képes a gyűlölet a félelem természetes következménye. A félelemmel teli ember tele van haraggal is, a félelemmel teli ember az élet ellensége. A halál megpihenésnek tűnik számára. A félelemmel teli ember Öngyilkos hajlamú, életellenes. Veszélyesnek tűnik számára az élet, hiszen aki él, szeretni is kénytelen -máskülönben hogyan élhetnének? Ahogy a testnek lélegzetre van szüksége ahhoz, hogy éljen, a léleknek szeretet keli az élethez. A szeretetet azonban teljesen megmérgezték.

Szeretetenergiád megmérgezésével megosztottságot teremtettek a bensődben, létrehoztak benned egy ellenséget, két részre hasítottak. Polgárháborút robbantottak ki benned, folytonos konfliktusban élsz. A torzsalkodásban tékozlod az energiáidat, ezért az életedből hiányzik a lelkesedés, a vidámság. Nem energiától duzzad, inkább unalmas, színtelen, értelmetlen.

A szeretet erősíti az intelligenciát, a félelem tompítja. Ki akarja, hogy intelligens légy? Azok biztosan nem, akik hatalmon vannak. Hogy is akarhatnák, hogy intelligens legyél? Ha az volnál, átlátnád a teljes stratégiát, a piszkos játékaikat. Azt akarják, hogy ostoba légy és középszerű. Azt elvárják, hogy hatékony maradj, legalábbis a munka tekintetében, de

intelligens semmiképpen ne legyen; ezért az emberiség rendkívül alacsony színvonalon él, képességei minimumát nyújtja.

A tudományos kutatások szerint egy átlagos ember egész életében intelligenciája lehetőségeinek mindössze öt százalékát használja fel. Egy átlagos ember csak öt százalékot - na, és a rendkívüli emberek? Mi a helyzet egy Albert Einsteinnel, egy Mozarttal vagy egy Beethovennel? A kutatások azt mutatják, hogy még a rendkívül tehetséges emberek sem hasznosítanak többet képességeikből tíz százaléknál. Azok pedig, akiket lángelmének nevezünk, mindössze tizenöt százalékot foglalkoztatnak.

Képzeld el egy világot, ahol mindenki a képességei száz százalékát hasznosítja... Akkor az istenek féltékenyek lennének a földre, akkor az istenek a földre szeretnének születni. Akkor a föld Paradicsommá változna, szuper-Paradicsommá. Jelenleg pokol.

Ha békén hagynák az embereket, nem mérgeznék őket, akkor a szeretet egyszerű volna, igen egyszerű. Akkor nem lenne semmi probléma. Olyan lenne, mint az, hogy a víz lefelé folyik, a gőz felfelé száll, a fák virágoznak, a madarak dalolnak. Végtelenül természetes és magától értetődő volna!

De az embereket nem hagyják békén. Ahogy megszületik egy gyerek, az elnyomók már készen állnak, hogy rávessek magukat, szétzúzzák az energiáit, annyira eltorzítják, amennyire csak lehetséges, olyan mélyen eltorzítják, hogy sose ébredjen tudatára annak, milyen hamis életet él, hogy nem olyan életet él, mint amelyet ő élet alatt értett, hogy nem azt az életet éli, amire született; hanem valami szintetikus, műanyag létet kapott, és ez nem az ő valódi lelke. Ezért olyan boldogtalanok az emberek milliói, mert valahol legbelül érzik, hogy félrevezették őket, hogy nem azonosak önmagukkal, hogy valami alapvető módon romlott el...

A szeretet egyszerű, ha a gyermeket engedik fejlődni, ha segítik a természetes fejlődésében. Ha segítenek neki összhangban élni a természettel és harmóniában önmagával, ha minden lehetséges módon támogatják, ösztönzik és bátorítják arra, hogy természetes legyen, hogy önmaga legyen, fény saját maga számára, akkor a szeretet egyszerű. Akkor a gyermek egész egyszerűen szeret!

A gyűlölet szinte lehetetlenné válna, mert ahhoz, hogy gyűlölj valakit, előbb létre kell hoznod magadban a mérget. Csak akkor adhatsz valakinek valamit, ha már rendelkezel azzal a bizonyos dologgal. Csak

akkor tudsz gyűlölni, ha tele vagy gyűlölettel. Aki tele van gyűlölettel, az a pokolban szenved. Aki tele van gyűlölettel, az tűzben ég. Ha tele vagy gyűlölettel, először önmagadat sebez meg. Mielőtt sebet ejthetnél valaki másra, előbb önmagad kell megsebezned. A másik talán nem is szenved sebet, az rajta múlik, úgy dolog azonban egészen biztos: ahhoz, hogy gyűlölhess, előbb hosszú szenvedésen és gyötrelmen kell keresztülmenned. A másik talán el sem fogadja a gyűlöletedet, egyszerűen visszautasíthatja. A másik talán egy buddha - egyszerűen kinevet. Megbocsát, és nem vág vissza. Nem vagy képes megsebezni, ha ő nem hajlandó visszavágni. Ha nem tudsz neki kárt okozni, mit tehetsz? Tehetetlennek érzed magad vele szemben.

Tehát nem szükségszerű, hogy megsebez a másikat. Egy dolog azonban egész biztos: ahhoz, hogy gyűlölj valakit, előbb a saját lelkeseden kell számtalan sebet ejtened; csordultig kell telned méreggel ahhoz, hogy a mérget másokra fröcskölhess.

A gyűlölet természetellenes. A szeretet egészséges állapot; a gyűlölet betegség. A betegséghez hasonlóan természetellenes jelenség. Csak akkor következik be, ha elveszíted a természet fonalát, ha nem állsz többé összhangban a létezéssel, ha nem állsz többé összhangban saját lényeddel, legbenső magoddal. Akkor beteg vagy - lelkiileg, spirituálisan beteg. A gyűlölet csak a betegség szimbóluma, ahogy a szeretet az egészség, a teljesség és a szentség szimbóluma.

A szeretetnek kellene lennie az egyik legtermészetesebb dolognak, mégsem az. Épp ellenkezőleg, a legbonyolultabb dologgá vált - szinte teljesen lehetetlenné. A gyűlölet vált könnyűvé; gyűlöltre nevelnek téged, arra készítik fel. Ha hindu vagy, az egyet jelent azzal, hogy gyűlölöd a mohamedánokat, a keresztényeket, a zsidókat; ugyanígy, aki keresztény, gyűlölettel tekint minden más vallásra. Ha nacionalista vagy, gyűlölöd minden más nemzetet.

A szeretet egyetlen módját ismered: gyűlölöd másokat. Csak úgy vagy képes kimutatni szeretetedet a hazád iránt, ha gyűlölöd a többi országot, és csak úgy vagy képes kimutatni a szeretetedet az egyházad iránt, ha gyűlölöd minden más egyházat. Micsoda zagyvaság!

Ezek az úgynevezett vallások a szeretetről beszélnek, mégsem tesznek mást, mint egyre több és több gyűlöletet keltenek a világban. A keresztények a szeretetről beszélnek, és hadjáratokat, keresztes háborúkat indítanak. A mohamedánok a szeretetről beszélnek, és dzsihádot, vallásháborúkat folytatnak.

A hinduk a szeretetről beszélnek, de csak tekintésbe a szent irataikba, tele vannak gyűlölettel, gyűlölettel más vallások iránt. És mi ezt az egész képtelenséget elfogadjuk! Ellenállás nélkül elfogadjuk, mert arra neveltek, hogy bölinsünk minderre, arra tanítottak, hogy ez a világ rendje. Pedig ezáltal megtagadjuk a saját természetünket.

A szeretetet megmérgezték, de nem semmisítették meg, A mérget el lehet távolítani, kivezetheted a szervezetedből, megtisztulhatsz. Kiokádhatod mindazt, amit a társadalom rád erőltetett. Megszabadulhatsz minden tévhitől és hazug meggyőződéstől -szabaddá válhatsz. A társadalom nem tarthat örökké rabszolgáskorban, ha úgy döntesz, hogy szabad leszel.

Eljött az idő, hogy elvesz minden régi mintát, és újfajta életet kezdj, természetes életet, elfojtások nélküli életet, olyan életet, amely nem a lemondásról, hanem az örömről szól. A gyűlölet egyre inkább ellehetetlenül. A gyűlölet a szeretet ellentéte, éppen úgy, ahogy a betegség az egészségé. Neked pedig nem I.... ,, kell a betegséget választanod.

A betegségnek vannak bizonyos előnyei, amelyek az egészségnek nincsenek; ne engedd, hogy fogva tartsanak ezek az előnyök. A gyűlöletnek is megvannak az előnyei, amelyeket a szeretet nem tud megadni. Ezért rendkívül óvatossá kell lenned. Mindenki együttérzéssel fordul a beteg ember felé, senki sem bántja, mindenki ügyel arra, mit mond neki, hiszen olyan beteg- Ő áll a középpontban, a család, a barátok figyelmének a középpontjában, központi figurává válik, fontos emberré. És ha túlságosan ragaszkodni kezd ehhez a fontosságához, az ego eme kiteljesedéséhez, nem akar soha többé felgyógyulni. Ragaszkodik a betegséghez. A pszichológusok azt mondják, hogy számtalan ember az előnyök miatt ragaszkodik a betegségéhez. És olyan régóta élnek a betegségükbe süppedve, hogy tökéletesen elfelejtik, valójában ők ragaszkodnak hozzá. Attól félnek, ha felgyógyulnak, megint senki lesznek.

Te is ezt tanítod. Ha egy kisgyermek megbetegszik, az egész család hirtelen rendkívül figyelmes lesz. Ez teljesen tudománytalan. Ha egy gyermek megbetegszik, viseld gondját a

testének, de ne fordíts rá megkülönböztetett figyelmet. Veszélyessé akkor válik a dolog, ha a betegség és a megkülönböztetett figyelem összekapcsolódik benne... ami pedig elkerülhetetlen, ha újra és újra megismétlődik. Ha egy gyermek megbetegszik, azonnal az egész család középpontjává válik: jön a papa, leül az ágyára, a hogy-létéről érdeklődik, jön a doktor, megjelennek a szomszédok, kérdezősködnek a barátok, az emberek ajándékokat hoznak neki... Könnyen megeshet, hogy túlságosan megszereti ezt az állapotot, oly mértékben táplálhatja az egóját, hogy nem is akar többé felgyógyulni. És ha ez bekövetkezik, sosem lesz többé egészséges. Semmiféle gyógyszer nem segíthet már. Saját döntésével elkötelezi magát a betegség mellett.

És ugyanez történik számtalan emberrel, az emberek többségével.

Ha gyűlölsz, az egód kiteljesedik. Az ego csak akkor létezhet, ha gyűlöl, mert a gyűlölet által felsőbbrendűnek érzed magad, a gyűlöletben elszigetelődsz, a gyűlölet meghatároz. A gyűlöletben egy bizonyos identitásra teszel szert. A szeretetben az egónak el kell tűnnie. Ha szeretsz, nem vagy többé elszigetelt: a szeretet segít feloldódni másokban. A szeretet találkozás, egyesülés.

Ha túlságosan ragaszkodsz az egódhoz, akkor a gyűlölet könnyű, a szeretet pedig a legnehezebb dolog. Légy óvatos, éber: a gyűlölet az ego árnyéka. A szeretethez nagy bátorságra van szükség. Nagy bátorságra van szükség hozzá, mert az ego feláldozásával jár. Csak azok képesek szeretni, akik készen állnak arra, hogy senkivé váljanak. Csupán azok, akik készen állnak rá, hogy semmivé váljanak, hogy tökéletesen kiürítsék önmagukat, azok képesek elfogadni a túlvilágról érkező szeretet ajándékát.

## 4. Emeld ki magadat a tömegből!

A meditáció nem más, mint a csendhez és az egyedülléthez szükséges bátorság. Lassan-lassan egy újfajta minőséget kezdesz érezni magadban, új elevenséget, új szépséget, új intelligenciát, amit nem mástól kölcsönöztél, hanem benned fejlődött ki. A te létezésedben gyökerezik. És ha nem vagy gyáva, virágba borul és gyümölcsöt hoz.

Senki sem az, akinek a létezés szánta. A társadalom, a kultúra, a vallás, az oktatás mind-mind összeesküdött az ártatlan gyermekek ellen. Kezükben van a hatalom - hiszen a gyerek gyámoltalan és alárendelt, olyanná faragják, amilyenné akarják. Egyetlen gyereknek sem engedik meg, hogy felnőjön a természet adta sorsához. Minden erőfeszítésük arra irányul, hogy hasznossá tegyék az emberi lényeket. Ki tudja, ha egy gyermeket hagynának önmagától fejlődni, vajon hajlandó lenne-e arra, hogy anyagi javakat halmozzon fel. A társadalom nem készült fel rá, hogy vállalja a kockázatot. Ráveti magát a gyerekre, és olyanná alakítja, amilyenre szüksége van.

Bizonyos értelemben megöli a gyermek lelkét, és hamis identitást ad neki, hogy sose hiányolja a lelkét, valódi önmagát. A hamis identitás pótlék. Ez a pótlék azonban csak ugyanabban a közegben használható, ahonnan származik. Abban a pillanatban, hogy magadra maradsz, a hazugság darabjaira hasad, és az elfojtott valóság lassan felszínre bukkan. Ezért félsz egyedül maradni.

Senki sem akar egyedül lenni. Mindenki csoporthoz kíván tartozni, nemcsak egyetlen csoporthoz, hanem többhöz. Csatlakoznak valamilyen vallási közösséghez, politikai párthoz, a Rotary Clubhoz... és még sok-sok egyéb kis csoportosulás akad, ahová tartozni lehet. Mindenki arra vágyik, hogy a nap huszonnégy órájában támogassák, mert e nélkül a hamis támogatás nélkül nem tud létezni. Abban a pillanatban, hogy magára marad, egyfajta különös örület érzése lesz úrrá rajta. Sok-sok éven át úgy hitted, hogy vagy valaki, és akkor hirtelen, egy magányos pillanatban rádöbbersz, hogy tévedtél. Félelem ébred benned: akkor hát ki vagy?

És sok-sok évnyi elfojtás után... beletelik némi időbe, amíg kiderül a valóság. A két állapot között húzódó szakadékot nevezik a misztikusok „a lélek sötét éjszakájának”, ami rendkívül találó kifejezés. Nem vagy többé hamis, de nem vagy még valóságos sem. A pokol tornácán állsz, nem tudod, ki vagy.

Ez a probléma Nyugaton még bonyolultabb, mert ott még nem fejlesztettek ki semmiféle módszert a valóság lehető leggyorsabb felfedezésére, hogy a lélek sötét éjszakáját megrövidítsék. A Nyugat semmit sem tud a meditációról. Pedig a meditáció csupán egy másik elnevezése az egyedüllétnek, amikor csendben várakozol arra, hogy a valóság felfedje magát. Nem cselekvés, hanem csendes ellazulás - mert bármit „teszel”, az a hamis személyiségedből fakad... minden cselekedeted sok-sok év óta abból táplálkozik. Régi, berögzült szokás.

A szokások nehezen szűnnek meg. Sok éven át éltél hamis személyiséggel, amit olyan emberek erőltettek rád, akiket szerettél, akiket tiszteltél... és akik nem szándékosan tettek rosszat neked. A szándékaik jók voltak, csak hiányzott a tudatosságuk. Nem voltak tudatos emberek - a szüleid, a tanáraid, a papjaid, a politikusaid -, Öntudatlanok voltak, és egy öntudatlan ember kezében még a legjobb szándék is mérgezővé válik.



Ezért ébred benned mély félelem, valahányszor egyedül maradsz, mert a hamisság hirtelen foszladozni kezd. A valóság felbukkanása pedig időbe telik, olyan sok éve elvesztetted már. Figyelembe kell vened a tényt, hogy sokévnnyi szakadékot kell áthidalnod.

A félelemtől - hogy elveszíted Önmagadat, az érzéseidet, a józan eszedet, az elmédet, mindent... hiszen mindezt a mások által rád erőltetett én tartalmazza - úgy tűnik, meg fogsz bolondulni. Azonnal cselekvésbe lendülsz, hogy lefoglald magadat. Ha nincsenek körülötted emberek, legalább valami tennivalód akadjon, hogy a hamis énkép megőrződjön, ne tűnjön el.

Ezért vannak az emberek a legnehezebb helyzetben a szabadnapjaikon. Öt napig dolgoznak, abban reménykedve, hogy a hétvégén majd pihenhetnek. De a hétvége a lehető legrosszabb időszak a világon - hétvégeken több baleset történik, többen követnek el öngyilkosságot, több a gyilkosság, több a lopás, az erőszak. Különös... Ezek az emberek öt napon át elfoglalták magukat, és nem volt semmi baj. A hétvégén azonban hirtelen választaniuk kell egy újabb elfoglaltság és a pihenés között - a pihenés viszont félelmetes; szétfoszlik a hamis személyiség. Igyekeznek tehát tovább tevékenykedni, legyen az bármilyen ostobaság! Rohannak a tengerpartra, egyik koccanás a másik után következik, több kilométeres dugó alakul ki. És ha megkérdezed tőlük, hová mennek, azt felelik: „Távol a tömegtőr, miközben a tömeg velük tart! Mennek, hogy félreeső, csendes helyet találjanak - mindannyian.

Pedig ha otthon maradnának, sokkal nagyobb magányban és csendben lehetne részük, hiszen minden idióta elsiet, hogy félreeső helyet találjon. És rohannak, mint az örültek, mert a két nap gyorsan véget ér, és oda kell érniük. Csak meg ne kérdezd, hová!

A tengerparton pedig, tudod... olyan tömeg zsúfolódik össze, amilyen még a piacon sem. És elég különös, de az emberek napozás közben nyugalomra lelnek. Tízezer ember egy apró strandon napozik, és megpihen. Ugyanaz az ember ugyanazon a strandon egyedül nem lelne nyugalomra. De tudja, hogy több ezren pihennek körülötte. Ugyanazok az emberek dolgoztak az irodákban, ugyanazok jártak az utcákon, ugyanazok vásároltak a piacon, és most ugyanazok fekszenek a strandon.

A tömeg nélkülözhetetlen a hamis én létezéséhez. Abban a pillanatban, hogy egyedül maradsz, kiborulsz. Ez az a pillanat, amikor segít, ha értesz egy kissé a meditációhoz.

Ne nyugtalankodj, mert ami eltűnhet, az jobb is, ha eltűnik. Nincs értelme ragaszkodni hozzá: nem a tiéd, nem te vagy.

Te akkor tűnsz elő, amikor a hamis én megsemmisül, és friss, ártatlan, tiszta lényed lép a helyére. Senki más nem adhat feleletet a kérdésedre: „Ki vagyok?” Tudod majd a választ.

Minden meditációs technika segítséget nyújt a hamis én lerombolásához. Nem adják oda neked a valóságot - a valóságot nem lehet odaadni.

Amit oda lehet adni, az nem lehet valódi. A valóságot már magadban hordozod; csak a hamis dolgokat el kell távolítani. Másképpen úgy mondhatnánk: egy mester elveszi tőled azokat a dolgokat, amelyek valójában nincsenek a birtokodban, és átadja helyette azt, ami valóban a birtokodban van.

A meditáció nem más, mint a csendhez és az egyedülléthez szükséges bátorság. Lassan-lassan egy újfajta minőséget kezdesz érezni magadban, új eleveniséget, új szépséget, új intelligenciát, amit nem mástól kölcsönöztél, hanem benned fejlődött ki. A te létezésedben

gyökerezik. És ha nem v3gy gyáva, virágba borul és gyümölcsöt hoz.

Csupán a merész, bátor, nagy kurázsival bíró emberek lehetnek vallásosak. Nem a templomba járók -azok gyávák. Nem a hinduk, nem a mohamedánok, nem a keresztények - ők a keresés ellenségei. Ugyanaz a csoport, mindnyájan azon igyekeznek, hogy hamis önazonosságukat még jobban megszilárdítsák.

Megszülettél, étellel, tudatossággal és határtalan érzékenységgel jöttél a világra. Nézz meg egy kisgyermeket, nézd meg a tekintetét, milyen üde. Mindezt elfedi a hamis személyiség.

Nincs mitől félned. Csak azt veszítheted el, amit el kell veszítened. És jobb, ha minél előbb megszabadulsz tőle, mert minél tovább marad, annál erősebbé válik.

Semmit sem tudsz a holnapról.

Ne halj meg, mielőtt felfedezted volna valódi lényedet.

Csak az a néhány ember szerencsés, aki valódi lényként él, és valódi lényként hal meg, mert ő tudja, hogy az élet örök, és a halál csupán kitaláció.

A sokaság politikája

A társadalomban mélyen gyökerező elvárás él az iránt, hogy pontosan úgy viselkedj, mint mások. Abban a pillanatban, hogy egy kicsit is másként cselekszel, idegenné válsz, és az emberek nagyon félnek az idegenektől.

Ez a magyarázata annak, hogy ha két ember egymás mellé kerül a buszon, a vonaton vagy egyszerűen a buszmegállóban, képtelenek csendben maradni - mert a csendben idegenek egymás számára. Azonnal ismerkedni kezdenek: „Ön kicsoda? Hová tart? Mit csinál, mivel foglalkozik?” Néhány apróság... aztán megnyugszanak; a másik is ugyanolyan emberi lény, akárcsak ők maguk.

Az emberek szüntelenül olyan közösségben kívánnak tartózkodni, amelybe beleillenek. Abban a pillanatban, hogy másképpen viselkedsz, a teljes közösség gyanakodni kezd; valami tönkremegy. Ismernek, és észrevehetik rajtad a változást. Ismertek már akkor is, amikor még nem tudtad elfogadni önmagadat, és most hirtelen azt látják, hogy elfogadod Önmagadat... Ebben a társadalomban senki sem fogadja el Önmagát. Senki sem elégedett saját magával. Ez a társadalom életstílusa; szüntelenül elégedetlenkedik magával. Ha pedig te nem becsmérled, hanem elfogadod önmagadat, akkor kívülállóvá válsz. És a társadalom nem tűri el, ha valaki kívül van a karámon, mert a társadalom a sokaságra épül; a sokaság politikája. Ha sokan vannak, az emberek jól érzik magukat. A nagy tömeg közepén az emberek úgy érzik, igazuk van, nem tévedhetnek, hiszen millióan vannak mellettük. De ha egyedül maradnak, kétségeik támadnak: „Senki sincs velem. Mi a biztosíték arra, hogy igazam van?”

Ezért mondom, hogy ebben a világban ahhoz kell a legnagyobb bátorság, hogy önálló személyiségként éljünk.

A minden félelmet nélkülöző alapnak az egyénnek kell lennie: „Nem számít, ha az egész világ ellenem fordult. Csak az számít, hogy a tapasztalataim igazak. Én nem a sokaságot nézem, nem azt, hányan tartanak velem. A tapasztalataim valóságát nézem: vajon csak valaki más szavait ismételve, mint egy papagáj, vagy állításaim forrása a saját

tapasztalataimban rejlik? Ha ez a saját tapasztalatom, ha ez a saját vérem, csontom és velőm része, akkor akár az egész világ ellenem fordulhat; akkor is nekem van igazam, és ők tévednek. Nem számít, nincs szükségem a szavazataikra ahhoz, hogy tudjam, igazam van. Csupán azoknak az embereknek van szükségük mások támogatására, akik mások véleményét szajkózzák."

Mégis, az emberi társadalom mind a mai napig így működik. Így tartanak bent az akolban. Ha szomorúak, neked is szomorkodnod kell; ha boldogtalanok, te is légy boldogtalan. Amilyenek ők, olyannak kell lenned neked is. A különbözés nem megengedett, mert a különbözés végül önálló egyénekhez, egyediséghez vezet, márpedig a társadalom nagyon fél az egyénektől és az egyediségtől. Azt jelenti, hogy valaki kiválik a tömegből, és ügyet sem vet a sokaságra. Mások istenei, templomai, papjai, szent iratai mind értékteleenné válnak számára.

Rátalált önmagára, a saját útjára, a saját stílusára, hogyan éljen, haljon, ünnepeljen, énekeljen, táncoljon. Hazaérkezett.

És senki sem érkezhét haza a tömeggel. Mindenkinek egyedül kell hazatérnie.

#### **4.1. Hallgass a belső érzékedre!**

Egy kisfiú megállás nélkül vakarta a fejét. Egy nap ránézett az apja, és megkérdezte:

-Fiam, miért vakarod folyton a fejedet?

-Hát -felelte a fiú -, azt hiszem, azért, mert én vagyok az egyetlen, aki tudja, hogy viszket.

Ez a belső érzék! Csak te tudsz róla. Senki más nem tudhatja. Kívülről nem látható. Ha fáj a fejed, csak te tudsz róla, nem tudod bebizonyítani. Ha boldog vagy, csak te tudsz róla, nem tudod bebizonyítani. Nem teheted ki az asztalra, hogy bárki megvizsgálhassa, szétszedhesse, kielemezhesse.

A belső érzék valójában annyira belső, hogy még a létezését sem tudod bizonyítani. Ezért tagadja szüntelenül a tudomány, de a tagadás nem emberi. Még a tudósok is tisztában vannak vele, hogy amikor szeretetet éreznek, az egy belső érzés. Valami van ott! Nem egy dolog, nem egy tárgy, nem lehet kitenni mások elé - mégis ott van.

A belső érzéknek megvan a saját érvényessége. Tudományos neveltetésük miatt azonban az emberek elveszítették a bizalmat belső érzékükben. Másoktól függnek. Méghozzá olyan erősen, hogy ha valaki azt mondja: „Nagyon boldognak tűnsz", azonnal boldognak érzed magad. Ha hűszan úgy döntenek, hogy boldogtalaná tesznek, elérik, hogy boldogtalan legyél. Mindössze egész nap azt kell ismételnünk:

„Olyan boldogtalanak, olyan szomorúnak látszol. Mi a baj? Meghalt valaki, vagy mi?" Te pedig gyanakodni kezdesz: oly sokan mondják, hogy boldogtalan vagy, hogy talán tényleg annak kell lenned.

Mások véleményétől függsz. Olyan erősen függsz mások véleményétől, hogy elveszítenél minden kapcsolatot a belső érzékeddel. Ezt a belső érzéket újra fel kell fedezned, mert mindaz, ami csodálatos, ami jó, ami isteni, az a belső érzéken keresztül érezhető.

Ne engedd, hogy befolyásoljon az emberek véleménye. Inkább kezdj el befelé figyelni... engedd, hogy a belső érzéked szóljon hozzád. Bízz benne. Ha bízol benne, növekedésnek indul. Ha bízol benne, azzal táplálsz, azáltal megerősödik.

Vivekánanda elment Rámakrisnához, és azt mondta:

-Nincs Isten! Be tudom bizonyítani, hogy nincs Isten!

Nagyon logikus észjárású, szkeptikus férfi volt, kitűnő képzést kapott a nyugati filozófiákból. Rámakrisna tanulatlan, írástudatlan ember volt.

Rámakrisna így felelt:

-Jól van, bizonyítsd be!

Vivekánanda sokat beszélt, előhozta az összes bizonyítékot, amellyel rendelkezett. Rámakrisna meghallgatta, majd azt mondta:

- Márpedig a belső érzésem azt mondja, hogy Isten létezik, és ez a legfelsőbb tekintély.

Minden, amit mondasz, csak érvelés. Mit mond a belső érzéked?

Vivekánandának ez eszébe sem jutott. Megvonta a vállát. Könyveket olvasott, érveket gyűjtött, bizonyítékokat mellette és ellene, és e bizonyítékok alapján próbálta eldönteni, vajon létezik-e Isten vagy sem. De befelé nem tekintett. Nem kérdezte meg a belső érzékét.

Ostobaság, de a szkeptikus elme ostoba, a logikus elme ostoba.

Rámakrisna azt mondta:

-Az érveid nagyszerűek, nagyon élveztem őket. De mit tehetnék? Én tudom! A belső érzésem azt mondja, Isten létezik. Ahogy a belső érzésem megmondja, ha boldog vagyok, ha beteg vagyok, ha szomorú vagyok, ha fáj a gyomrom, ha ma nem érzem jól magamat, úgy a belső érzésem azt is megmondja, hogy Isten létezik. Nincs mit vitatkozni róla.

És Rámakrisna azt is mondta:

- Nem tudom bebizonyítani, de ha akarod, megmutathatom.

Korábban senki sem mondta Vivekánandának, hogy Istent meg lehet mutatni. De mielőtt egyetlen szót szólhatott volna, Rámakrisna felugrott - igen heves ember volt -, felugrott, és rátette a lábát Vivekánanda mellkasára! És akkor történt valami, megindult valamiféle energia, és Vivekánanda három órára transzba esett. Amikor kinyitotta a szemét, immár egészen más ember volt.

Rámakrisna megkérdezte tőle:

-Na, most mit mondasz? Van Isten, vagy nincs? Most mit mond a belső érzéked?

Vivekánanda olyan nyugalmat, olyan csendességet érzett magában, amelyet azelőtt még soha. Olyan orom volt a bensőjében, olyan kellemes érzés, olyan túlcserélő boldogság... Meg kellett hajolnia, megérintette Rámakrisna lábát, és így felelt:

-Igen, van Isten.

j Isten nem egy személy, hanem a jólét, az otthonosság legteljesebb érzése, annak legteljesebb érzése, hogy: „Ehhez a világhoz tartozom, és ez a világ hozzám tartozik. Itt nem vagyok idegen, nem vagyok kívülálló.” A legvégső, létfontosságú érzése annak, hogy: „Nincs választóvonal köztem és a teljesség között.” Ez a tapasztalat Isten. Ez a tapasztalat-1 lat azonban csak akkor lehetséges, ha engeded működni a belső érzékedet.

Engedd működni! Adj számára annyi lehetőséget, amennyit csak tudsz. Ne tekingess folyton külső tekintélyek felé, és ne keress külső véleményeket. Légy egy kicsit önállóbb. Erezz többet, gondolkodj kevesebbet.

Menj, nézd meg a rózsákat, és ne csak papagájként szajkózd: „Milyen gyönyörűek!” Ez talán csak egy vélemény, mondták neked az emberek, gyermekkorod óta ezt hallod: „A rózsza gyönyörű, csodálatos virág.” Ezért, amikor rózsát látsz, gépiesen elismerted: „Milyen csodálatos!” De valóban úgy is érzed? A belső érzéked mondatja veled? Ha nem, ne hangoztasd!

Nézz fel a Holdra, és ne mondd, hogy szép, hacsak nem a belső érzéked súgja. Meglepetten látod majd, hogy az elmédben hordozott dolgok kilencvenkilenc százaléka kölcsönzött. És a kilencvenkilenc százaléka limlom között elvész, elsüllyed a belső érzék egy százaléka. Ne akarj jól értesült lenni. Fedezd fel a belső érzékedet.

A belső érzék által ismerhető meg Isten.

Hat érzék létezik: öt külső; ezek a világról nyújtanak tájékoztatást. A szem a fényről mond valamit; szem nélkül nem ismernéd a fényt. A fül a hangokról mond valamit; fül nélkül semmit sem tudnál a hangokról. És van egy hatodik, a belső érzék, amely ön-magadról és a dolgok legvégső forrásáról mutat meg és mond el valamit. Ezt az érzéket kell felfedezned.

A meditáció nem más, mint a belső érzék felfedezése.

A világ legerősebb félelmét mások véleménye ébreszti. Abban a pillanatban azonban, hogy nem félsz többé a tömegetől, nem leszel többé birka - oroszlánvá válsz. Hatalmas bömbölés tör fel a szívedből, a szabadság üvöltése.

A Buddha ezt valóban oroszlánüvöltésnek nevezte. Ha egy ember eléri a tökéletes csend állapotát, bömbölni kezd, mint egy oroszlán. Első ízben ismeri meg, mi a szabadság, mert nem lesz benne többé félelem mások véleményétől. Nem számít, mit mondanak az emberek. Nincs jelentősége, hogy szentnek vagy bűnösnek tartanak-e; az egyetlen és kizárólagos ítélőbírád Isten. És Isten nem egy személyt jelent; Isten egyszerűen az egész univerzum.

Nem ember előtt kell számot adnod; hanem a fák, a folyók, a hegyek, a csillagok, az egész univerzum előtt. És ez a mi univerzumunk, a részei vagyunk. Fölösleges félned tőle, semmit sem kell rejtegetned előle. Igazság szerint, ha megpróbálnád, sem tudnál elrejtetni semmit. A teljesség már tud róla, a teljesség többet tud rólad, mint te magad.

A második pont pedig még meghatározóbb: Isten már meghozta az ítéletét. Ez nem olyasvalami, ami majd a jövő-.... ben történik meg, hanem már megtörtént: már ítélték. Vagyis még ez az ítéleztől való félelem is megsemmisül. Nem vár a végén semmiféle utolsó ítélet. Nem kell reszketned. Az ítélet napja már az első napon bekövetkezett; abban a

pillanatban, amikor Isten megteremtett, már meg is ítélte. Ismer téged, az ő teremtménye vagy. Ha valamit elrontasz, nem te vagy a felelős érte, hanem ő. Ha mellékútra tévedsz, a a felelős érte, nem te. Hogyan is lehetnél te a felelős? Nem vagy a saját teremtményed. Ha festesz, és valamit elrontasz, nem mondhatod, hogy a festmény az oka - a festő az oka.

Úgyhogy fölösleges félned a tömegtől vagy valamiféle képzeletbeli Istentől, aki, ha vége a világnak, megkérdezi majd, hogy mit tettél és mit nem. Már meghozta az ítéletét - ez valóban fontos -, mindez már megtörtént, tehát szabad vagy. És abban a pillanatban, hogy megérted, hogy tökéletesen szabadon önmagad lehetsz, az életed új lendületet kap.

A félelem leláncol, a szabadság szárnyakat ad.

## **4.2. Szabadon valamitől, szabadon valamiért**

Sose úgy gondolkodj, hogy megszabadultál valamitől; mindig arra gondolj, hogy szabad vagy valamiért, valamilyen célból. A kettő közötti különbség óriási, mérhetetlenül óriási. Ne arra gondolj, hogy mitől - hanem arra, hogy miért. Légy szabad Istenért, légy szabad az igazságért, de ne úgy tekintsd, hogy meg akarsz szabadulni a tömegtől, az egyháztól, ettől vagy attól. Talán egy napon képes leszel majd messzire menni, de sosem leszel szabad, sosem. Ez csak valamiféle elfojtás lesz.

Miért félsz annyira a sokaságtól? Ha vonzódsz hozzá, a félelmed egyszerűen a vonzalmadat fejezi ki, az érdeklődésedet. Bárhová mész, mindig a tömeg irányít. Én azt mondom, szemléld a pusztá tényeket, fölösleges a tömegről gondolkodnod. Gondolkodj a saját lényedről. Most azonnal magad mögött hagyhatod. Nem lehetsz szabad, ha harcolsz ellene. Magad mögött hagyhatod, mert nincs értelme a küzdelemnek.

Nem a tömeg jelenti a problémát, te vagy a probléma. Nem a tömeg vonz téged, te magad vonzódsz hozzá. Nem másvalaki vonz, hanem a tudattalan, a beléd nevelt meggyőződések vonzanak. Sose feledd: ne hánts a felelősséget másfelé vagy másvalakire, mert akkor sosem szabadulsz meg tőle. Mélyen legbelül ez a saját felelősséged. Miért táplálnál olyan ellenséges érzéseket a sokasággal szemben? Szegény sokaság! Miért ágálnál annyira ellene? Miért hordoznál ilyen sebet?

A tömeg nem tehet semmit, ha nem segédkezel benne. Vagyis a kérdés a te közreműködésed. Felhagyhatsz a közreműködéssel most azonnal, ilyen egyszerűen. Ha a dologba a legkisebb erőfeszítést is fekteted, már bajban vagy. Tehát hagyj fel vele azonnal. Csak egy pillanatba telik, önkéntelenül megértheted: ha harcolsz, elveszíted a küzdelmet. Magával a harccal erősítet a tömeget.

Ez történik az emberek millióival. Van, aki a nők elől akar elmenekülni, Indiában ezt évszázadok óta csinálják, de közben egyre többet és többet foglalkoznak velük. Meg akarnak szabadulni a szextől, és attól kezdve az egész elméjüket a szex tölti be, csak a szexre tudnak gondolni, semmi másra. Böjtölnek és virrasztanak; apránajámát, a jogát gyakorolják, és még ezer más dolgot - mind ostobaság. Minél inkább küzdenek a szex ellen, annál inkább magukra kényszerítik, annál erősebben összpontosítanak rá. Meghatározóvá válik, aránytalanul nagy jelentőségűvé.

Ugyanez történt a keresztény kolostorokkal is. Megteltek elfojtásokkal, félelemmel. Ugyanez történhet veled is, ha túlságosan rettegsz a tömegtől. A sokaság semmit sem tehet veled, ha nem nyújtasz segédkezet hozzá, vagyis minden az éberségeden múlik. Ne működj

együtt!

Ez az én megfigyelésem: bármi történik veled, te vagy érte a felelős. Nem valaki más teszi veled. Te akarsz, hogy megtörténjen, hát meg is történik. Kihaszználják, mert azt akartad, hogy kihaszználjanak. Börtönbe zárnak, mert te akartál börtönbe kerülni. Egészen biztosan ott rejtőzött benned a vágy}'. Te talán biztonságnak nevezed. Az elnevezéseid talán különböznek, a címkéid talán különböznek, de te sóvárogtál a rabság után, mert a börtön biztonságos, nincs jelen a bizonytalanság.

De ne harcolj a börtönfalak ellen. Tekints befelé. Találd meg a biztonság utáni vágyat, és figyeld meg, miként manipulál a tömeg. Bizonyára vársz valamit a tömegetől: elismerést, megbecsülést, tiszteletet, tekintélyt. Ha kérsz tőlük valamit, fizetned is kell érte. Akkor a tömeg azt mondja: Jól van, megadjuk neked a tiszteletet, te pedig add nekünk a szabadságodat." Egyszerű alku. De a tömeg soha semmit nem tesz veled - alapvetően rajtad múlik minden. Lelj rá tehát a saját utadra!

Találd meg eredeti arcodat!

Légy, ami vagy, és füttyölj a világra! Akkor végtelen nyugalmat érzel majd, és mélységes béke költözik a szívedbe. Ezt nevezik a zen emberek „eredeti arcnak”, amely nyugodt, feszültségtől, nagyravágyástól, álszentségtől mentes, hiányzik belőle az úgynevezett fegyelem, amelyet magadra kellene erőltetned.

Ne feledd, az eredeti arc gyönyörű, költői kifejezés, de nem jelenti azt, hogy egy másik arcod lesz. A jelenlegi arcodról tűnik majd el minden feszültség, ugyanez szűnik meg ítélni, ugyanez az arc nyugszik meg, ugyanez nem látja többé megvetendőnek a többi embert. Ugyanez az arc, ezekkel az új értékekkel felvértezve lesz az eredeti arcod.

Létezik egy ősi közmondás: a legtöbb hős olyan ember, akiben nem volt elég bátorság, hogy gyáva legyen.

Ha gyáva is vagy, mi a baj ezzel? Gyáva vagy - ez tökéletesen rendben van. Gyávákra is szükség van, máskülönben kik közül emelkednének ki a hősök? Feltétlenül szükség van rájuk, hogy a hősök születésének hátterét alkossák.

Csak légy önmagad, bármit jelent is ez.

A probléma abban rejlik, hogy még soha senki nem mondta, hogy légy önmagad. Mindenki beleüti az orrát a dolgaidba, azt hajtogatva, hogy ilyennek vagy olyannak kell lenned - még a legegyszerűbb kérdések esetében is.

Az iskolámban... még csak kisfiú voltam, de gyűlöltem, hogy megmondják, hogyan viselkedjek.

A tanárok próbáltak rábeszélni:

- Ha jól viselkedsz, zseni lehet belőled - mondták. Azt feleltem:

- Pokolba a zseniséggel, én egyszerűen önmagam akarok lenni,

A lábamat az asztalra téve ültem, amit minden tanár sértésnek tekintett. Azt mondogatták:

- Miféle viselkedés ez? Azt feleltem:

-Az asztal nem ellenkezik. Ez a dolog csak az asztalra meg rám tartozik, akkor ön miért olyan mérges? Nem az ön fejére teszem a lábamat! Olyan nyugodtnak kellene lennie, mint én vagyok. Akkor jobban érteném azt az ostobaságot, amit tanít.

A terem egyik oldalán volt egy gyönyörű ablak, mögötte fákat, madarakat és kakukkokat lehetett látni. Többnyire kifelé nézegettem az ablakon, ezért a tanár odajött hozzám, és azt kérdezte:

- Minek jársz te egyáltalán iskolába? Azt feleltem:

- Mert otthon nincs ilyen ablak, mint ez, ahonnan az egész eget látni lehet. És az én otthonom körül nincsenek kakukkok, sem madarak. A ház a városban

van, más házakkal körülvéve, olyan zsúfoltan, hogy a madarak nem jönnek oda, a kakukkok nem érzik, hogy az ott élő embereknek örömet szereznének az énekükkel. Ne higgye, hogy azért jövök, hogy önt hallgassam. Megfizetem a tandíjat, ön egyszerűen egy szolga, és ezt ne felejtse el. Ha megbukom, nem jövök panaszkodni; ha megbukom, nem leszek szomorú. De ha egész évben azt kell színlelnem, hogy önre figyelek, miközben a kint daloló kakukkot hallgatom, azzal álszent életbe kezdek. És én nem akarok álszent lenni.

A tanárok és a professzorok minden egyes kérdésben meg akarják szabni, hogyan cselekedj. Azokban az időkben - sőt talán még ma is - az iskolámban sapkát kellett viselni. Semmi bajom a sapkákkal; mióta befejeztem az egyetemem, elkezdtem sapkát hordani, de addig egyet sem tettem a fejemre, amíg be nem fejeztem az iskolát.

Az első tanár, aki megrótt érte, azt mondta:

- Vétesz az iskolai fegyelem ellen. Hol a sapkád? így feleltem:

- Hozza ide az iskola házirendjét. Szerepel benne valahol, hogy minden fiúnak sapkát kell hordania? Ha nem, akkor az iskola házirendjével ellentétes dolgot akar rám erőltetni.

A tanár az igazgatóhoz vitt, akinek azt mondtam:

-Hajlandó vagyok elfogadni, csak mutassa meg, hol írják, hogy kötelező a sapka. Ha kötelező, akkor talán itt hagyom az iskolát, de előbb hadd lássam, hol áll leírva.

Nem volt írott házirend, tehát így szóltam:

- Tud nekem mondani bármilyen ésszerű érvet a sapka viselése mellett? Élesíti az intelligenciámat? Javítja az életemet? Jobb lesz tőle az egészségem, megértőbb leszek? Amennyire én tudom, Bengál az egyetlen tartomány Indiában, ahol nem hordanak sapkát, és ez az ország legintelligensebb tartománya. Pandzsáb éppen az ellentéte. Ott sapka helyett turbánt viselnek, olyan hatalmas turbánokat, mintha az intelligenciájuk meg akarna szökni, és azzal próbálnák a fejükben tartani. Márpedig Pandzsáb az ország legkevésbé intelligens része.

Az igazgató így felelt:

-Úgy tűnik, van némi igazság abban, amit mondasz, de ezt írja elő az iskolai fegyelmi



szabályzat. Ha te nem viselsz sapkát, akkor mások sem fognak.

Bólintottam.

-Akkor hát mitől félnek? Hagyjanak fel az egész szokással.

Senki sem akarja megengedni, hogy önmagad lehess olyan kérdésekben, amelyeknek semmi jelentőségük.

Gyermekkoromban hosszú hajam volt. Ki-be jártam apám boltjában, mert a bolt és az otthonunk egymásba nyílt. Az otthonunk az üzlet mögött volt, ezért kénytelenek voltunk azon keresztüljárni.

Az emberek azt kérdezték:

- Ez meg kinek a lánya?

Az ugyanis fel sem merült bennünk, hogy egy fiúnak is lehet ilyen hosszú haja.

Apám nagyon szégyellte magát, és zavartan felelte:

- Nem lány, hanem fiú.

-De akkor minek ez a hosszú haj? - értetlenkedtek az emberek.

Egy nap - természetétől eltérően - nagy szégyen és harag támadt apámban, bejött a lakásba, és nekilátott, hogy saját kezűleg vágja le a hajamat. Hozta az ollót, amellyel a szöveteket darabolta a boltjában, és levágta a hajamat. Egy szót se szóltam, amin nagyon meglepődött.

Megkérdezte:

- Nem szólsz semmit? Azt válaszoltam:

-Majd felelek a magam módján.

- Ezt meg hogy érted?

- Majd meglátod.

Azzal elmentem az ópiumfüggő borbélyhoz, akinek pont a házunkkal szemben volt az üzlete. Ő volt az egyetlen ember, akit tiszteltem. Sok borbélyüzlet sorakozott egymás mellett, de én azt az öreget kedveltem. Különös ember volt, és szeretett engem; hosszú órákat beszélgettünk át együtt.

Elmentem hozzá, és azt mondtam:

- Borotválja le kopaszra a fejemet.

Indiában csak akkor borotváltatja valaki kopaszra a fejét, ha meghal az apja, Egy pillanatra még az ópiumfüggő is kijózanodott ettől.

- Mi történt? Meghalt az apád? Azt feleltem:

- Ne foglalkozzon ezzel. Tegye, amit mondok; nem a maga dolga! Csak vágja le teljesen a hajamat, borotváljon kopaszra.

A borbély bólintott.

-Jól van. Nem az én dolgom. Ha meghalt, hát meghalt.

Leborotválta a hajamat, és hazamentem. Keresztülvágtam a bolton. Az apám csak bámult, és vele együtt a vevők is.

-Mi történt? - kérdezték. - Kinek a fia ez? Meghalt az apja.

Az apám így szólt:

- Ez az én fiam, és én élek! De tudtam, hogy tenni fog valamit. Jól megfelelt nekem.

Bárkivel találkoztam, mindenki megkérdezte:

- Mi történt apáddal? Hiszen makkegészséges volt-Azt válaszoltam:

-Az emberek akárhány évesen meghalhatnak. Ha apám miatt nyugtalankodsz, nem zaklatsz a hajam miatt.

Ez volt az utolsó eset, hogy apám szembeszállt az akaratommal, mert rájött, hogy a feleletem még veszélyesebb lehet!

Azt mondtam neki:

-Te csináltad az egész zűrzavart. Mi volt az, ami miatt szégyenkezned kellett? Azt kellett volna felelned az embereknek: az én lányom. Ez ellen nem lett volna semmi kifogásom. De nem lett volna szabad így beleavatkoznod a dolgaimba. Erőszakos, barbár tett volt. Ahelyett, hogy bármit szóltál volna, egyszerűen levágtad a hajamat.

Senki sem engedi a másoknak, hogy egyszerűen önmaga legyen. Az: eszmék pedig olyan mélyen beléd ivódtak, hogy a sajátjaidnak érzed őket. Lazíts. Felejtsd el az összes beléd nevelt szabályt, rázd le őket magadról, ahogyan a fa a száraz leveleket. Jobb, ha kopár faként állsz, levelek nélkül, mint ha műanyag levelekkel és virágokkal díszíted fel magadat; az nagyon csúnya.

Az eredeti arc egyszerűen annyit jelent, hogy nem uralkodik rajtad semmiféle erkölcs, vallás, társadalom, szülő, tanár, pap, nem uralkodik rajtad senki. Ha a saját belső érzéked szerint éled az életedet - és ehhez meg is van az érzékenységed », akkor felszínre bukkan az eredeti arcod.

## 5. A veszélyes élet öröme

Azok, akik bátrak, belevetnek magukat a dolgokba. Keresik a veszély minden lehetőségét. Életfilozófiájuk nem azonos a biztosítótársaságokéval. Életfilozófiájuk a hegymászóké, a vitorlázórepülőské, a szörfösöké. Nemcsak a külvilág tengerein szörfösnek; a belső tengerek hullámain lovagolnak. Nemcsak a külvilágban másszák meg az Alpokat és a Himaláját; belső csúcsokra törnek.

Veszélyesen élni annyit jelent, mint élni. Ha nem élsz veszélyesen, akkor nem élsz. Az élet csak a veszély közepette virágzik. Az élet sosem hoz virágot a biztonságban; csak a bizonytalanságban.

Ha kezded biztonságban érezni magadat, olyanná válsz, mint egy posványos tó. Akkor az energiáid nincsenek többé mozgásban. Akkor félsz... mert nem tudod, hogyan vágj neki az ismeretlennek. És miért vállalnád a kockázatot? Az ismert világ biztonságosabb. Úgyhogy ragaszkodni kezdesz az ismerős dolgokhoz. Bár már elegend van belőlük, végtelenül unod őket, boldogtalan vagy, mégis ismerősek és kényelmesek. Vagy legalábbis ismerősek. Az ismeretlentől reszketsz. Az ismeretlenség puszta gondolatától is veszélyben érzed magadat.

Csak kétfajta ember van a világon. Az, aki kényelmesen akar élni - ő a halált keresi, kényelmes sírra vágyik. És az, aki élni akar - ő a veszélyes életet választja, mert az élet csak akkor folyik, ha kockázatos.

Próbáltál már hegyet mászni? Minél magasabbra hágsz, annál frissebbnek, annál fiatalabbnak érzed magadat. Minél nagyobb a zuhanás veszélye, minél mélyebb melletted a szakadék, annál elevenebb vagy... élet és halál között, amikor ott kapaszkodsz élet és halál között. Akkor nincs unalom, akkor nem fojtogat a múlt pora, nem vágyakozol a jövő után. Akkor a jelen pillanat vakít, akár a láng. Ez tökéletesen elég; itt és most élsz.

Vagy szörfözés, síelés, vitorlázórepülés közben: ha veszélyben van az életed, mindig határtalan örömet érzel, mert az életveszély határtalanul elevenné tesz. Ezért vonzódnak olyan sokan az extrém sportokhoz.

Az emberek hegyet másznak...

Valaki megkérdezte Edmund Hillaryt:

- Miért próbálta megmászni a Mount Everestet? Miért?

Hillary azt felelte:

- Mert ott van... állandó kihívás.

Veszélyes próbálkozás volt, előtte már sokan meghaltak. Hatvan-hetven éve indultak az első csoportok -szinte biztos halált jelentett, mégis nekivágtak. Mi vonzotta őket?

Ha feljebb érsz, a megszokott, a hétköznapi élettől távol vaddá válhatsz megint, újra részese lehetsz az állatvilágnak. Megint úgy élhetsz, mint egy tigris vagy egy oroszlán, vagy mint a folyó. Szárnyalhatsz az ég felé, mint a madarak, magasabbra és magasabbra. És pillanatról pillanatra halványul a biztonság, a bankszámla, a feleség, a férj, a család, a társadalom, az

egyház, a felelősség jelentősége, egyre messzebbre és messzebbre távolodik. Magadra maradsz.

Ezért kedvelik annyira az emberek a sportolást. Az sem valódi veszély azonban, mert egyre nagyobb tapasztalatra teszel szert. Megtanulhatsz, edzhatsz rá. Nagyon kiszámított kockázat ez - ha megengeded nekem ezt a kifejezést: kiszámított kockázat. Felkészülhetsz a hegymászásra, és megtehetsz minden óvintézkedést. Ha nagy sebességgel vezetsz, több száz kilométeres sebességgel haladhatsz, ez is veszélyes, borzongató. De ha alaposan kitanulod a vezetést, csak a kívülállók számára lesz veszélyes; neked már nem. Ha marad is benne némi kockázat, elhanyagolható. És akkor ezek a veszélyek már csak fizikai veszélyek lesznek, csupán a testet érintik.

Amikor azt mondom, élj veszélyesen, az alatt nem csak fizikai kockázatvállalást értek, hanem pszichológiai kockázatot, és végül spirituális kockázatot. A vallásosság spirituális kockázat. Olyan magaslatokig vezethet, ahonnan esetleg nincs visszatérés. Ezt jelenti a Buddha kifejezése, az anagamin, az az ember, aki sosem tér vissza. Olyan magasra vezet az út, ahonnan már nincs visszatérés... ahol egyszerűen elveszel. Ahonnan sosem térsz vissza.

Amikor azt mondom, élj veszélyesen, azt úgy értem, hogy ne a hétköznapi polgárok életét éld a lakóhelyed polgármestereként vagy a városi tanács tagjaként. Ez nem élet. Talán miniszter vagy, talán más, jó szakmád van, sokat keresel, a pénzed állandóan gyarapodik a bankban, és minden nagyszerű. Ha minden nagyszerűen megy, az nem sokat jelent - haldokolsz, és nem történik semmi. Az emberek talán tisztelnek, és amikor meghalsz, nagy temetést rendeznek a tiszteletedre. Jó, ez minden, és az újságokban megjelenik a képed, vezércikkek születnek, aztán mindenki megfélemezik rólad. És te egész életedben csupán ezekért a dolgokért munkálkodtál?

Vigyázz: az egész életedet eltékozolhatod hétköznapi, világi dolgokra. A spirituális létezés fel kell ismerni, hogy ezeknek az apró-cseprő dolgoknak nem érdemes túl nagy fontosságot tulajdonítani. Nem azt mondom, hogy jelentéktelenek, azt mondom, hogy van jelentőségük, de nem akkora, mint hiszed.

Pénzre szükség van. Ez valóban szükséglet. De a pénz nem cél, nem lehet a cél. Házra kétségtelenül szükség van. Ez is szükséglet.

Nem vagyok aszkéta, nem várom el tőled, hogy lerombold az otthonodat, és vonulj el a Himalájába. Házra szükség van - de a ház van érted. Félre ne értsd!

Ahogy elnézem az embereket, mintha az egész világ a feje tetejére állt volna. Úgy élnek, mintha a háznak lenne szüksége rájuk. A házért dolgoznak. Mintha a bankszámlának lenne szüksége rájuk - egész életükben gyűjtik a pénzt, aztán meghalnak. És sosem éltek. Egyetlen pillanatra sem volt részük a lüktető, áramló életben. Be voltak börtönözve a biztonságba, a megszokottba, a tekintélybe.

Természetes tehát, ha unatkozol. Eljönnek hozzá az emberek, és arról panaszkodnak, hogy nagyon unatkoznak. Elegük van, mókuserékben érzik magukat, mit tegyenek? Azt hiszik, egy mantra ismételtetésétől majd újra eltelnek étellel. Ez nem ilyen egyszerű. Meg kell változtatniuk az egész életmódjukat.

Szeress, de ne vedd biztosra, hogy a nő holnap is elérhető lesz számodra. Ne várd el. Ne alacsonyítsd le a nőt feleséggé. És akkor veszélyesen élsz. Ne alacsonyítsd le a férfit férjjé, mert a férjszerep visszataszító. Engedd, hogy a férfi az embered legyen, az asszony az 1

asszonyod, és ne tedd kiszámíthatóvá a holnapot. Ne várj semmit, és állj készen bármire. Ezt értem én azalatt, amikor azt mondom, hogy élj veszélyesen.

Általában mit teszünk? Beleszeretünk egy nőbe, és azonnal elsietünk a bíróságra, az anyakönyvvezetőhöz vagy a templomba, hogy megesküdjünk. Nem azt mondom, hogy ne házasodj meg. Ez egy formáság. Rendben, tégy eleget a társadalom elvárásának, de az elméd mélyén sose birtokold a társadat. Soha, egyetlen pillanatra se mondd azt: „hozzám tartozol”. Hiszen hogyan tartozhatna hozzád egy másik ember? Amikor birtokolni kezded őt, ő is birtokolni kezd téged. És akkor már nem vagytok többé szerelmesek. Csak gyötritek, gyilkoljátok, megbénítjátok egymást.

Szeress, de ne hagyd, hogy a szereteted házassággá korcsosuljon. Dolgozz - munkára szükség van -, de ne hagyd, hogy kizárólag munkává váljon az egész életed. Legyen inkább játék, legyen a játék az életed középpontja. A munka is csak egyfajta játék legyen. Dolgozz irodában, dolgozz gyárban vagy üzletben, de csak azért, hogy maradjon időd és lehetőséged játszani. Ne engedd, hogy az életed robottá alacsonyodjon, mert az élet célja a játék!

A játék azt jelenti, hogy csak a tevékenység örömeért teszel valamit. Minél több dolgot élvezel önmaga miatt, annál elevenebbé válsz. Az életed természetesen állandó veszély lesz, szüntelen kockázat. De az életnek ilyennek kell lennie. A veszély is a részét képezi. Tulajdonképpen a jobb része, a legjobb része a kockázat. A legcsodálatosabb része a kockázat. Minden pillanata kockázat. Talán nem is vagy tisztában vele... Belélegzel, kilélegzel, és ott a veszély. Még kilégzéskor is - ki tudja, hogy a levegő visszatér-e még a tüdődbe vagy sem? Nem lehetsz bizonyos benne, nincs rá garancia.

Vannak azonban olyan emberek, akiknek az egész vallásossága a biztonságról szól. Még Istenről is úgy beszélnek, mint a legfőbb biztonságról. Ha Istenre gondolnak, csak azért teszik, mert félnek. Ha imádkoznak és meditálnak, csupán azért teszik, hogy benne maradjanak a „jó könyvében”, Isten listáján: „Ha van Isten, tudja majd rólam, hogy rendszeresen jártam templomba, részt vettem az istentiszteleteken.

Bizonyítani tudom." Az ilyen embereknek még az imájuk is csak eszköz.

Veszélyesen élni azt jelenti, hogy megéled a lét minden pillanatát a maga végességében. Minden pillanatnak megvan a maga valódi értéke, és te nem félsz. Tudod, hogy ott a halál, és elfogadod a tényt, hogy ott a halál, nem rejtőzködsz előle, inkább nekiindulsz, és szembenézel vele. Kielvezed a halállal való találkozás pillanatait - fizikailag, lelkileg, spirituálisán.

Azoknak a pillanatoknak az élvezetét, amikor közvetlen kapcsolatba kerülsz a halállal - amikor a halál szinte valósággá válik -, nevezem én veszélyes életnek.

Azok, akik bátrak, belevetik magukat a dolgokba. Keresik a veszély minden lehetőségét. Életfilozófiájuk nem azonos a biztosítótársaságokéval. Életfilozófiájuk a hegymászóké, a vitorlázórepülőské, a szörfösöké. Nemcsak a külvilág tengerein szörföznek; a belső tengerek hullámain lovagolnak. Nemcsak a külvilágban másszák meg az Alpokat és a Himaláját; belső csúcsokra törnek.

Egy dolgot mindig tarts észben: sose feledkezz meg a kockáztatás művészetéről - soha, soha. Mindig állj készen rá. Ne szalaszd el a kockázatvállalás egyetlen lehetőségét sem, és akkor sosem leszel vesztes. A kockázat az egyetlen garancia arra, hogy valóban élő lényé válj.

Bármit teszel, az élet rejtély

Az elmének kissé nehezebbre esik elfogadnia azt a gondolatot, hogy vannak megmagyarázhatatlan dolgok. Az elme heves készletét érez arra, hogy mindent megmagyarázzon... vagy ha ez nem sikerül, legalább kimagyarázzon! Ha valami bonyolult, Önellentmondásos, az nem hagyja nyugodni az elmédet.

A filozófia, a vallás, a tudomány, a matematika egész története ugyanarról a gyökérről fakad, ugyanabból az elméből ered - ugyanaz a viszketés. Te így vakarózol, a másik esetleg másképpen, de a viszkétést kell megérteni. A viszketés az a hiedelem, hogy a létezés nem rejtély. Az elme csak akkor érzi otthonosan magát, ha a létezést valamilyen módon sikerül megfosztani a titokzatosságától.

A vallás ezt már megtette, amikor megteremtette Istent, a Szentlelket, az egyszülött Fiút; a különböző vallások különböző dolgokat teremtettek. Nekik ez a módszerük arra, hogy befedjék a lyukat, amely befedhetetlen; bármit teszel, a lyuk ott marad. Valójában minél jobban igyekszel elfedni, annál hangsúlyosabb a jelenléte. Az eltakarására tett jelentős erőfeszítésed arról árulkodik: félsz, hogy valaki meglátja a lyukat.

Az elme teljes története annak a patchwork-takaró-nak az elkészítése, amely eltakarhatná ezt a lyukat -különösen a matematika igyekszik ezen, amely tiszta elmeszülemény. Akadnak matematikusok, akik nem tartják annak, ahogy akadnak teológusok is, akik úgy vélik, Isten valóság. Pedig Isten csak egy eszme. És ha a lovaknak lennének eszméik, akkor az ő istenük ló volna. Tökéletesen biztos lehetsz benne, hogy nem ember lenne, mert az emberek mindig is olyan kegyetlenek voltak a lovakhoz, hogy azok az embert csak ördögnek és nem istennek tarthatnák. És azután minden állatfajnak meglenne a saját isteneszméje, ahogy minden emberfajának megvan a maga istenképe.

Az eszmék pótlékok az élet rejtélyeinek esetére, amikor olyan hasadékokra bukkansz, amelyeket a valóság nem tud betölteni. Eszmékkal töltöd hát meg e réseket; és akkor legalább elégedett leszel, hogy az élet érthető.

Gondolkoztál már valaha a megértés szó jelentésén? Tulajdonképpen azt is mondhatjuk, hogy a dolog az értelmünk irányítása alatt áll. Ez különös, hiszen így a szó fokozatosan olyan jelentést nyer, amely egyre távolodik az eredeti eszmétől. Bármi, ami alattad, az irányításod alatt áll, az a kezvedben van, a hatalmadban, annak te vagy az ura.

Az emberek ezen a módon próbálják megérteni az életet, tehát rátaposnak az életre, és kijelentik: „Mi vagyunk az urak. Úgyhogy nincs semmi, amit meg ne érthetnénk.”

Pedig ez lehetetlen. Bármit teszel, az élet rejtély, és mindig is rejtély marad.

A túlvilág mindenütt ott van. Körülvesz bennünket. Hz a túlvilág Isten; ennek kell átjárnia bennünket. Ott van belül, ott van kívül; mindig ott van. És ha megfeledkezel róla... A hétköznapiakban ezt tesszük, mert rendkívül kényelmetlen és kellemetlen a túlvilágba tekinteni. Olyan, mintha feneketlen mélységbe kellene lepillantnod, remegni kezdesz, émelyeg a gyomrod. Elegendő a szakadék létének pusztá tudata, és már remegsz is. Senki sem tekint le a szakadékba; az emberek másfelé néznek, igyekeznek nem venni tudomásul a valóságot. A valóság olyan, mint egy feneketlen szakadék, mert a valóság hatalmas üresség. Roppant égbolt, határok nélkül. A Buddha azt mondja: durangama, vagyis légy elérhető a túlvilág számára. Sose szorulj határok közé, mindig lépd át őket. Állíts fel határokat, ha szükséged van rájuk, de mindig emlékezz rá, hogy át kell hágnod őket. Sose tedd rabbá

magadat.

Számtalanféle rabságot erőltetünk magunkra: a kapcsolatok, a hiedelmek, a vallás - ez mind-mind börtön. Meghittségét érzed, mert odabent nem fúj viharos szel. Védettnek érzed magad, bár a védelem hamis, mert eljön a halál, és magával ránt a túlvilágra. Mielőtt eljönne a halál, és magával rántana a túlvilágra, indulj el magad.

Egy történet:

Egy zen szerzetes haldoklott. Nagyon öreg volt, kilencvenéves. Váratlanul felnyitotta a szemét, és így szólt:

- Hol van a cipóm?

A tanítványa meglepődött.

- Hová indulsz? Megőrültél? Haldokolsz, és az orvos szerint nincs remény; már csak perceid vannak hátra.

A szerzetes azt felelte:

-Éppen ezért kérem a cipómet: szeretnék kimenni a temetőbe, nem akarom, hogy mások cipeljenek. Elmegyek a saját lábamon, és ott várom meg a halált. Nem akarom, hogy mások cipeljenek. Ismersz engem: sosem hagytam másokra. Olyan visszataszító lenne, ha négy ember vonszolna. Nem.

Kisétált a temetőbe. De még ennyivel sem elégedett meg, megásta a saját sírját, belefeküdt, és meghalt.

Micsoda bátorsággal fogadta az ismeretlent, micsoda bátorsággal ment elébe saját maga, és köszöntötte a túlvilágot! És akkor a halál átalakul, akkor a halál már nem halál többé.

Aki ilyen bátor, sosem hal meg; legyőzi a halált. Aki ilyen bátor, túllép a halálon. Annak számára, aki maga lép át a túlvilágra, a túlvilág nem a halált jelenti. Neki a túlvilág örömteli köszöntés. Ha örömmel köszöntöd a túlvilágot, az is így tesz veled; a túlvilág mindig téged visszhangoz.

Az élet mindig a vadonban zajlik

Az ego körbevesz, mint egy fal. Elhiteti veled, hogy ezzel védelmet nyújt. Ez az ego csábítása. Újra és újra elmondja neked: „Ha én nem lennék ott, nem volna, aki megvédjen, túlságosan sebezhetővé válnál, és túlságosan megnőne a kockázat. Tehát engeddd, hogy én őrizzelek, hagyd, hogy körbevegyelek.”

Igen, bizonyos védelmet valóban tud nyújtani az ego, de a fal egyúttal a börtönöddé is válik. Nyújt egyfajta védelmet, máskülönben senki nem szenvedné el az egóval járó boldogtalanságot. Ad egyfajta védelmet, megvéd az ellenségektől, de megvéd a barátokról is.

Ez éppen olyan, mint amikor bezárod az ajtódat, és elrejtőzöl mögötte, mert félsz az ellenségtől. Aztán jön egy barát, de az ajtó zárva van, nem tud belépni. Ha túlságosan rettegsz az ellenségtől, akkor a barátok sem tudnak közel jutni hozzád. Ha viszont kinyitod

az ajtót a barátoknak, akkor fennáll a veszélye, hogy az ellenség is belep.

Alaposan meg kell fontolni; ez az élet egyik legnehezebb kérdése. És csak nagyon kevés bátor ember tudja helyesen megoldani a helyzetet; a többiek gyáván elbújnak, és ezzel elveszítik az egész életüket.

Az élet kockázatos, a halálnak nincs kockázata. Halj meg, és azután nem lesz több problémád, senki sem akar meggyilkolni, hiszen miképpen gyilkolhatna meg bárki, ha már halott vagy? Feküdj be a sírba,

és kész! Akkor nincsenek többé betegségek, nincs idegesség, nincsenek gondok - letudtál minden problémát.

De ha élsz, akkor millió gond tűnik eléd. Minél j több élet van benned, annál több a nehézség is. Ez azonban így van rendjén, hiszen a nehézségekkel való küzdelemben, a kihívások elleni harcban fejlődsz.

Az ego finom falat alkot körülötted. Senkit sem enged belépni a világodba. Védve, biztonságban érzed magad, de ez a biztonság olyan, mint a halál. Ilyen biztonságot élvez a növény a magban. A növény fél kihajtani, mert - ki tudja? - a világ annyi veszélyt rejt, ő pedig olyan lágy, olyan törékeny. A mag fala mögött, a sejt belsejében megbújva tökéletes védelmet élvez.

Vagy gondolj a kisbabára az anyaméhben. Mindene megvan, minden szükséglete azonnal kielégül. Nincs szorongás, nincs küzdelem, nincs jövő. A gyermek egyszerű, áldott létben él. Minden kívánságát teljesíti az anyja.

De vajon szeretnél örökké az anyaméhben maradni? Tökéletes védelmet nyújt. Ha megkaptad volna a választás lehetőségét, vajon úgy döntesz, hogy az anyaméhben maradsz? Rendkívül kényelmes. El tudsz képzelni annál nagyobb kényelmet? A tudósok azt mondják, még nem sikerült az anyaméhnél kényelmesebb helyzetet teremteni. Úgy tűnik, az nyújtja a kényelem legmagasabb fokát. Tökéletes kényelem: nincs szorongás, nincs probléma, nem kell dolgozni. Pusztán létezés. És mindent automatikusan megad - amint feltámad az igény, azonnal ki is elégül. Még a légzéssel sincs gond, az anya lélegzik a gyermek helyett. Nem kell ételről gondoskodni, az anya eszik a gyermek helyett.

De vajon szeretnél-e örökké az anyaméhben maradni? Kényelmes ugyan, de az nem élet. Az élet mindig a vadonban zajlik. Az élet odakint van.

Az eksztázis szó nagyon kifejező. Azt jelenti: Önkívületben lenni. Kiszabadulni, kilépni minden burokból, minden védelemből, minden egóból, minden kényelemből, a halálszerű falak közül. Az eksztázis azt jelenti: kijutni valahonnan, szabaddá válni, mozgásban lenni, folyamattá válni, olyan sebezhetőnek lenni, hogy a szél átfújhasson rajtunk.

Van egy kifejezés, amit gyakran használunk: „kiemelkedő élmény”. Pontosan ezt jelenti az eksztázis: kiemelkedést.

Amikor a mag felhasad, és a benne rejtőző fény megtestesül, amikor a gyermek megszületik, és elhagyja az anyaméhet, hátrahagy minden kényelmet és védelmet, és az ismeretlen világ felé indul - ez az eksztázis. Amikor egy madár feltöri a tojáshéjat, és felrepül az égre, az az eksztázis.



Az ego a tojás, és neked ki kell jutnod belőle. Kerülj önkívületbe! Hagyj magad mögött minden védelmet, burkot és biztonságot. Akkor el fogsz jutni egy vadabb, viharosabb világba, amely végtelen, korlátlan. Csak akkor fogsz élni, tobzódsz majd az életben.

A félelem azonban megbénít. Bizonyára a gyermek is habozik, mielőtt kibújik az anyaméhből: vajon menjen, vagy maradjon. Lenni, vagy nem lenni? Valószínűleg tesz egy lépést előre, majd egyet hátra. Talán ezért szenved el az anya annyi fájdalmat. A gyermek habozik, még nem készült fel teljesen az eksztázisra. A múlt visszahúzza, a jövő vonzza, a gyermek pedig vívódik.

A határozatlanság, a múlthoz, az egóhoz való ragaszkodás falat emel, amelyet mindenhova magaddal cipelsz. Olykor, egy-egy ritka pillanatban, ha rendkívül eleven és éber vagy, láthatod is. Máskor, mivel a fal teljesen áttetsző, nem veszed észre. Nem egy ember van, hanem számtalan, aki az egész életét anélkül éli le, hogy tisztában lenne vele: egy cellában él, minden-tői elzárva, ablakok nélkül, egy olyan helyen, amelyet Leibnitz mondának nevezett. Nincsenek ajtók, nincsenek ablakok, teljes a bezártság egy átlátszó fal, egy üvegfal mögött.

Ezt az egót magad mögött kell hagynod. Gyűjts bátorságot, és törd szilánkokra! Az emberek millió módon táplálják, nem tudva, hogy ezáltal a saját poklunknak adnak életet.

Mrs. Cochrane halott férje koporsója mellett állt. Fia a könyökénél ácsorgott. A gyászolók egyenként haladtak el előttük.

-Már nem érez fájdalmat - mondta Mrs. Croy. - Miben halt meg?

- Szegény pára - felelte Mrs. Cochrane. -Gonorrhoea okozta a halálát!

Egy másik nő lépett a holttesthez.

- Most már túl van rajta - mondta. - Milyen derűs mosoly tükröződik az arcán. Miben halt meg?

- Gonorrhoeában halt meg! - felelte az özvegy.

Ekkor a fiú váratlanul félrevonta az anyját.

-Mama, szörnyű, amit a papáról mondasz. Nem gonorrhoea, hanem diarrhoea okozta a halálát!

- Én is tudom! - felelte Mrs. Cochrane. - De inkább gondolják azt, hogy a kujonkodásba halt bele, és nem abba, hogy olyan szar alak volt!

A legvégsőig játsszák a színjátékot. Az ego nem engedi, hogy igaz légy, hamisságra kényszerít. Az ego hazugság, de ezt fel kell ismerned. Nagy bátorság kell hozzá, mert ezáltal szilánkokra törik minden, amit eddig dédelgettél. Szilánkokra törik az egész múltad. És veled együtt te is szilánkokra törsz. Valaki ott lesz, de te nem leszel azonos azzal a személlyel. Egy folytonosság nélküli entitás emelkedni felszínre benned - friss, nem piszkolta be a múlt. Akkor aztán már nem lesznek falak; akkor bárhol leszel, látod majd a határok nélküli végtelent.

Az öregember belép a kedvenc bárjába, és azt látja, hogy a megszakott pultos hölgy helyén

egy idegen áll. Először meglepődik, de aztán udvariasan azt mondja a nőnek, hogy már régen látott nála csinosabb lányt.

Az új pultos rátarti nő; felveti a fejét, és gúnyosan feleli:

- Sajnálom, de nem tudom viszonzni a bókot -Ó, kedvesem - vág vissza az öreg szelíden -, nem tudta volna ugyanazt tenni, amit én? Nem tudott volna hazudni?

Minden udvariasság csupán a másik egójának erősítése. Hazugság. Mondasz valamit a másoknak, ő pedig viszonzza a bókot. Te sem beszélsz őszintén, és ő sem. Színjátékot játszottok: etikett, udvariasság, civilizált arcok és maszkok.

És akkor szembekerülsz a fallal. És lassanként a fal olyannyira megvastagszik, hogy már egyáltalán nem látsz át rajta. Mindennap vastagabb lesz, úgyhogy ne késlekedj! Ha érezni kezded, hogy fal emelkedik körülötted, szabadulj meg tőle! Ugorj ki mögüle! Csak elhatározásra van szükség ahhoz, hogy kilépj mögüle, semmi másra. Aztán holnaptól már ne tápláld tovább. Valahányszor észreveszed magadon, hogy erősíted, hagyj fel vele! Néhány napon belül azt látod majd, hogy megsemmisült, mert szüntelen támogatásodra van szüksége, belőled táplálkozik.

A legvégső bátorság: nincs kezdet, nincs vég.

Számtalan félelem van, de alapvetően mindegyik ugyanannak a félelemnek az oldalhajtása, ugyanannak a fának az ága. A fa neve: halál. Talán még nem tudatosult benned, hogy ez a félelem a halállal áll kapcsolatban, pedig mindenfajta félelem a halálhoz kötődik.

A félelem csupán egy árnyék. Talán ez nem igazán világos, amikor éppen csódtól rettegsz, pedig olyankor valójában attól félsz, hogy pénz nélkül még sebezhetőbbé válsz a halállal szemben. Az emberek védelem gyanánt gyűjtik a pénzt, miközben pontosan tudják, hogy semmivel sem védhetik meg magukat a haláltól. Valamit mégis tenni kell. Legalább ezzel lefoglalják magukat, a szüntelen tevékenykedés egyfajta öntudatlanság, egyfajta drog.

Ezért van annyi munkamániás. Szüntelenül valamilyen munkával foglalatkoskodnak, képtelenek abbahagyni. A szabadnapok félelmetesek; nem ülhetnek csendesen egy helyben. Újra olvasni kezdik ugyanazt az újságot, amit aznap reggel már háromszor elolvastak. Szüntelen elfoglaltságra vágnak, mert az függőnyt von közéjük és a halál közé. De ha a végső lényegig hatolunk, az egyetlen félelem a halálfélelem.

Rendkívül fontos annak a felismerése, hogy minden más félelem csupán oldalhajtás, mert ha ismered a gyökereket, akkor már tehetsz valamit. Ha a halál az alapvető és eredeti félelem, akkor egyetlen dolog tehet téged félelem nélkülivé: a haláltalan tudatosság élményének megtapasztalása. Semmi más - sem pénz, sem hatalom, sem presztízs -, semmi nem jelenthet biztosítékot a halál ellen, csakis a mély meditáció... Ennek segítségével eljuthatsz a felismerésig, hogy a tested meg fog halni, az elméd, meg fog halni, de te a test-elme szerkezeten túl létezel. Lényegi magod, lényegi életforrásod már előtted is itt volt, és utánad is itt marad. Számtalan formává átalakult már, számtalan formán keresztülment már. Sosem tűnt azonban el, a kezdet kezdete óta - ha volt egyáltalán valamiféle kezdet. És nem is fog eltűnni egészen a legvégsőig - ha van egyáltalán valamiféle vég... Én ugyanis nem hiszek sem bármiféle kezdetben, sem bármiféle végben.

A létezés kezdet és vég nélküli. Mindig itt volt, és te is mindig itt voltál. A formák különböztek; a formák még ebben az életben is változnak.

Az első napon, amikor édesanyád méhében kerültél, nem voltál nagyobb egy kérdőjel pontjánál. Ha egy fényképet mutatnának róla, nem ismernél magadra. És igazság szerint, már azelőtt is...

Két ember egyszer azon vitatkozott, milyen messzire tudnak visszamenni, milyen régi múltra tudnak visszaemlékezni. Az egyikük fel tudott idézni gyermekkori emlékeket hároméves korából.

A másik azt mondta:

-Az semmi. Én emlékszem egy napra, amikor az anyám és az apám kirándulni mentek. Amikor odafelé mentünk, az apámban voltam. Amikor visszafelé jöttünk, már az anyámban!

Ráismernél önmagadra abban a formában, amikor még az apádban voltál? Mutathatnak róla fényképet; felnagyíthatják akkorára, hogy szabad szemmel is ki-vehesd, de nem ismernél magadra. Pedig az ugyanaz az élet-forma, ugyanaz az életforrás, mint amelyik most lüktet benned.

Mindennap változol. Arra sem ismernél rá, amikor megszülettél, amikor egynapos voltál. Azt kérdeznéd: „Szent isten, ez én vagyok?” Minden megváltozik; megöregszel, eltűnik a fiatalságod. A gyermekkor már régen elveszett, és eljön a halál. De csupán a formáért jön el, nem a lényegért. És ami egész életedben változik, az csak a forma.

A formád változik minden pillanatban. A halál pedig nem más, mint változás, eleven változás, egy kicsit nagyobb és gyorsabb a többinél. A gyermekkortól a fiatalkorig... nem veszed észre, mikor hagyott el a gyermekkorod, és váltál fiatalra. A fiatalkortól az öregkorig... olyan fokozatos az átalakulás, hogy nem veszed észre, mikor, melyik napon, melyik évben hagyott el a fiatalságod. A változás rendkívül fokozatos és lassú.

A halál kvantumugrás, egyik testből, egyik formából a másik formába. De ez számodra nem a vég.

Sosem születél meg, és sosem fogsz meghalni.

Mindig itt vagy. A formák jönnek-mennek, és az élet folyója halad tovább. Ha ezt nem tapasztalod meg, a halálfélelem nem tűnik el belőled. Csak a meditáció... csak a meditáció segíthet.

Én elmondhatom, minden szent irat elmondhatja, de az nem segít; még mindig maradhat utána kétség. Ki tudja, azok az emberek talán hazudtak, vagy csak áltatták magukat. Vagy őket is áltatták más olvasmányok, más tanítók. És ha a kétség megmarad, megmarad a félelem is. A meditáció szemtől szembe állít a valósággal. Ha egyszer magad is megtapasztalod, mi az élet, soha többé nem törödsz a halállal.

Túlléphetesz rajta... Hatalmadban áll, és jogod van hozzá. De ehhez meg kell tenned azt a kis erőfeszítést, hogy eljutsz az elmétől az elmenélküliségig.

Azt hiszed, hogy amikor egy gyermek megszületik, abban a pillanatban veszi kezdetét az élete. Ez nem igaz. Azt hiszed, hogy amikor egy Öregember meghal, abban a pillanatban ér véget az élete. Ez nem így van. Az élet sokkal hatalmasabb a születésnél és a halálnál. A születés és a halál nem az élet két végpontja; életünkben számtalan születés és számtalan

halál van. Magának az életnek nincs kezdete és nincs vége; az élet és az örökkévalóság ugyanaz. Nem túl könnyű azonban megérteni, hogyan fordul az élet halálba; hát még azt elismerni, hogy ez lehetetlen.

Van néhány elképzelhetetlen dolog a világon, és ezek közé tartozik az is, hogy nem tudod felfogni, miként fordul át az élet a halálba. Melyik pillanatban nem élet többé, mikor változik halállá? Hol lehet meghúzni a határvonalat? Éppen így a születés határvonalát sem tudod meghúzni: vajon mikor kezdődik az élet, a gyermek születésekor vagy a fogantatásakor? De már a fogantatás előtt is élt az anya petesejtje, élt az apa spermája - nem voltak halottak, hiszen két holt dolog találkozása nem teremthet életet. És melyik pillanatban születik meg a gyermek? Ezt még nem volt képes eldönteni a tudomány. Nincs is mód rá, hogy eldöntsék, hiszen a petesejtet az anya már születésétől a testében hordozza...

Egy dolgot el kell fogadnod: lényed egyik fele már a fogantatásod előtt ott élt az édesanyádban. A másik feledet pedig az apádtól kapod, aminek már szintén élőnek kell lennie. Amikor a spermák elhagyják az apád testet, már élnek, de nincs hosszú életük, csupán kétórányi. Két órán belül találkozniuk kell az anya petesejtjével. Ha két órán belül nem találkoznak, ha elkezdenek bóklászni erre-arra...

Egészen biztos, hogy minden spermium sajátos személyiségjegyekkel rendelkezik. Akadnak lusta semmirekellők: míg a többiek a petesejt felé szaladnak, ők kényelmes reggeli sétát tesznek. Így sosem fognak célba érni, de mit tehetnének? Ezek a személyiségjegyek a születésük óta megvannak bennük. Nem tudnak futni, inkább meghalnak; és még csak tudatában sincsenek annak, hogy mi történik velük.

Akad azonban néhány, akik, mint az olimpiai versenyzők, azonnal eszeveszett rohanásba kezdenek. És nagy a verseny, mert nem csak néhány száz sejt szalad az anya egyetlen petesejtje felé... Az anya petefészke a sejtek tárháza, amely korlátozott kapacitású, mindössze egyetlen petesejtet bocsát ki minden hónapban. Ezért jelentkezik havonta a menstruáció; minden hónapban egyetlen petesejt érkezik meg. Tehát ebből a hatalmas tömegeből, amely több millió élő sejtet tartalmaz, csupán egyetlen fickó juthat célba... ez valóban igen jelentős filozófiai probléma!

Ez semmi más, csak biológia, hiszen a probléma abban áll, hogy oly sok millió emberből csupán egyetlenegy szülehet meg. És ki lehetett az a több millió másik, aki nem jutott be a petesejtbe? Ezzel érvelnek Indiában a hindu tudósok, a panditok, a sankarácásárják a születésszabályozás ellen.

India nagyszerűen ért az érveléshez. A pápa szüntelenül a születésszabályozás ellen beszél, de még nem állt elő egyetlen érveléssel sem. Indiai megfelelője legalább gyártott néhány igen helytállóan tűnő érvelést. Ezek közé tartozik az a kérdés is, hogy mikor álljunk le a gyermeknemzéssel? Kettő, három gyerek után? Azt mondják, Rabindranath Tagore szülei tizenharmadik gyermekeként jött a világra; ha a születésszabályozás gyakorlatban lett volna, Rabindranath nem születik meg.

Az érvelés helytállóan látszik, hiszen a születésszabályozás azt jelenti, hogy két gyermek után meg kell állni, legfeljebb egy harmadik elfogadható: arra az esetre, ha egyikük meghalna, vagy valami történne vele. Két gyermeket nemzhetsz önmagad és a feleséged utánpótlásaként, így nem nő a népesség; de Rabindranath a szülei tizenharmadik gyermeke volt. Ha akár csak egy tucat után álltak volna meg, Rabindranath akkor is lemaradt volna a vonatról. Szóval hány Rabindranath marad le a vonatról?

Beszélgettem egy sankarácsárjával. Azt mondtam neki:

- Nagyon helyes; a vita kedvéért elfogadom, hogy ez igaz: elszalasztottunk volna egy Rabindranath Tagorét. De én hajlandó vagyok elszalasztani őt. Ha az egész ország békében élhet, van elég ennivaló, van elég ruha, és minden alapvető szükséglet kielégülhet, azt hiszem, mindez megéri. Hajlandó vagyok lemondani egy Rabindranath Tagoréről, nem nagy dolog. Látnod kell a mérleg mindkét oldalát: több millió ember haldoklik és éheznek, csak azért, hogy egyetlen Rabindranath Tagore megszülessen? Vagyis azt akarod mondani, hogy minden szülő menjen el tizenhárom gyermekig? És mi van a tizennegyedikkel? Mi van a tizenötödikkel?

De felejtsd el ezeket a kis számokat; egy férfi minden egyes szeretkezés alkalmával több millió spermát bocsát ki - és nem minden szeretkezés alkalmával fogan gyermek. Minden szeretkezéskor több millió ember egyszerűen eltűnik. Sosem tudjuk meg, hány Nobel-díjas volt köztük, hány elnök, miniszterelnök... Mindenféle embernek kellett lennie közöttük.

Úgyhogy az én számításom a következő: egy férfi tizennégy éves korától negyvenkettőig teljesen szokványos szeretkezési szokásokat alapul véve majdnem annyi spermát bocsát ki, mint amekkora a Föld teljes népessége. Egyetlen ember benépesítheti az egész Földet - sőt túlnépesítheti! -, amely már most túlnépesedett. És ezek az emberek mind különböző, önálló egyének, emberi mivoltukon kívül semmi más közös nincs bennük.

Nem, az élet nem is itt kezdődik, az élet messzebbre nyúlik vissza. De míg számodra ez csupán egy hipotézis, számomra tapasztalat. Az élet az előző léted halálakor kezdődik. Amikor meghalsz, az élet egyik fejezete - amelyről azt hiszed, az volt a teljes életed -lezárul. Csupán egy fejezet volt egy olyan könyvben, amely végtelen számú fejezetből áll. Egy fejezet lezárul, de a könyv nem ér véget. Csak lapozz egyet, és új fejezet kezdődik.

A haldokló ember előtt már megjelenik a következő élete. Ez közismert tény, mert még azelőtt bekövetkezik, hogy a fejezet véget érne. Megesik olykor, hogy valaki visszatér az utolsó pillanatban. Például fuldoklik, de valahogy mégis megmenekül. Majdnem kómában van, ki kell préselni belőle a vizet, és mesterséges légzést kell alkalmazni, de valahogy mégis túléli. A fejezet lezárásának egészen a határvonaláig jutott. Ezek az emberek érdekes tényekről számolnak be.

Például arról, hogy az utolsó pillanatban, amikor már érezték, hogy haldokolnak, hogy vége, egész elmúlt életük gyorsítva lepergett előttük, a születéstől egészen az adott pillanatig. Egy másodperc törtrésze alatt mindent láttak, ami csak történt velük, amire emlékeztek, és azt is, amire nem emlékeztek; millió dolgot, amire fel sem figyeltek, aminek nem is voltak tudatában, hogy az emlékezetük megőrizte. Az emlékezet teljes filmszalagja villámgyorsan végigfut - ennek egy pillanat törtrésze alatt kell megtörténnie, mert aki haldoklik, annak nincs ideje, nincs három órája, hogy megnézzé a teljes filmet.

De még ha végig is tudnád nézni az egész filmet, akkor sem tudod elmesélni egy ember egész életének történetét apró, jelentéktelen részletek által. Mégis minden végigpereg előtte - ez biztos, és igen fontos jelenség. A fejezet lezárása előtt a haldokló összegyűjti minden élményét, beteljesületlen vágyait, várakozásait, csalódásait, kudarcait, szenvedéseit, örömeit - mindent,

A Buddhának van erre egy szava: tanhának nevezi. Ez szó szerint 'vágyat' jelent, átvitt értelemben azonban a vágy teljes folyamatát. Ezek a dolgok mind megtörténtek - kudarckok, beteljesülések, csalódások, sikerek, bukások -, de mindez egy küzdőtéren belül zajlott, amit

vágynak nevezhetünk.

A haldoklónak a teljes történetet végig kell néznie, össze kell gyűjtenie, mert továbblep, mert a teste távozik: ez az elme, ez az agy nem tart vele. Az elméből kiszabaduló vágy azonban hozzákapcsolódik a lelkéhez, és ez a vágy határozza meg a következő életét. Minden, ami beteljesületlen maradt, célként jelenik majd meg, amely felé haladnia kell.

Az életed jóval a születésed előtt elkezdődött, már az édesanyád teherbe esése előtt, sokkal korábban, példát mondott, miszerint a számádhí pillanatában lényed kettőssége megszűnik, és elérkezel az egységhez. Ugyanez történik a halálban. Később elmagyarázta, hogy ugyanez történik a halálban is, vagyis a külön mozgó mutatók találkoznak és megállnak, egy-gyé válnak: egyé válsz a létezéssel.

Így aztán Pandzsábban a tizenkét óra a halál szimbóluma lett. Ha megkérdezel egy szardardzsit, mennyi az idő, és éppen tizenkét óra van, egyszerűen ütni kezd téged, mert azt hiszi, hogy ugratod, és a halálát kívánod. Ha valakinek kiül az arcára a bánat, lógatja az orrát és szorong, Pandzsábban azt mondják rá: „Az arca tizenkét órát mutat.” Láttam embereket, akik sietve átállítják az órájukat: ha eljön a tizenkettő, gyorsan öt perccel későbbre tekerik. Nem hagyják a mutatókat a tizenkettesen; nem tűrik, hogy a saját órájuk a bolondját járassa velük. A tizenkettő a nyomorúságot, a bánatot, a halált juttatja eszükbe; már tökéletesen megfeledkeztek a számádhiról, amelyet Nanak valójában megmagyarázni próbált.

Amikor valaki meghal - amikor eljön számára a tizenkét óra -, ragaszkodni kezd az élethez. Egész életében úgy gondolta, hogy az idő halad, most pedig érzi, hogy ő maga halad, ő távozik. Semmiféle ragaszkodás nem segít. Az illető elkeseredik, és a kétségbeesése olyan elviselhetetlenné fokozódik, hogy a legtöbben egyfajta öntudatlan állapotba zuhannak, kómába esnek a haláluk előtt. Ezzel pedig elszakasztják a teljes életük összegyűjtését.

Ha a halál mentes minden ragaszkodástól, ha egészen halovány vágy sem ébred benned az iránt, hogy legalább még egyetlen pillanattal tovább maradhass életben, akkor tudatosan fogsz meghalni, mert nincs szüksége a természetnek arra, hogy öntudatlanná tegyen, vagy kómába kényszerítsen. Éberén fogsz meghalni, és összegyűjtöd a teljes múltat. Képes le- i szel belátni, hogy minden, amit tettél, egyszerű ostobaság volt.

A vágyaid teljesültek - de mit nyertél vele? Nem teljesültek a vágyaid és szenvedtél, de mit nyertél, amikor teljesültek? Ez egy furcsa játék, amelyben mindig veszítesz: hiszen egyre megy, hogy nyersz-e vagy sem.

Örömeid nem voltak mások, mint vízre írt szavak, fájdalmaid viszont gránitba vésődtek. És ezt a rengeteg fájdalmat azokért a vízre írt szavakért szenvedted el. Végigszenvedted az egész életedet apró örömekért, amelyek semmiségnek tűnnek erről a színpadról, ebből a magasságból, ebből a nézőpontból, ahonnan végigtekinthetsz életed teljes ösvényén. A sikerek is kudarcok voltak. A kudarcok természetesen kudarcok voltak, az örömek pedig kizárólag a fájdalom elviselésére buzdítottak.

Minden eufóriád csupán az álmodozásra való képességed terméke volt. Üres kézzel távozol. Ez az

egész élet nem volt más ördögi körforgásnál: ugyanazt a kört róttad, körbe és körbe és körbe. Nem érkeztél meg sehová, mert körben haladva miként is juthatnál el bárhová? A középpont mindig ugyanolyan távolságban marad a kör minden pontjától.

Jött siker, jött kudarc; jött öröm, jött fájdalom; volt nyomorúság, és volt vidámság. Történt mindenféle a körvonalon, de lényed középpontja ugyanolyan távol maradt tőle minden pillanatban. Ezt nehéz volt észrevenni, míg körbejártál - túlságosan lefoglalt az igyekezet, túlságosan a részévé váltál. De most hirtelen minden kihullott a kezedből, üresen állsz.

Kahlil Gibran mesterművében, A prófétában van egy mondás:

Al-Musztafa, a próféta odaszalad a gazdaságban dolgozó emberekhez, és azt mondja nekik:

-Megérkezett a hajóm, eljött a távozásom ideje. Csak azért jöttem, hogy gyorsan visszapillantásak mindarra, ami történt, és mindarra, ami nem történt. Mielőtt felszállok a hajóra, nagyon szeretném látni, milyen volt itt az életem.

És a mondás, amelyre emlékeztetni szeretnék... Al-Musztafa azt mondja:

- Olyan vagyok, mint a folyó, amely hamarosan beleömlik az óceánba. Vár még egy pillanatig, hogy visszatekintszen az egész vidékre, ahol végighaladt: a dzsungelre, a hegyekre, az emberekre. Több ezer mérföldön át tartó, gazdag élet volt, és most egyetlen pillanat alatt minden megsemmisül. Vagyis, ahogy a folyó az óceánba ömlés előtti pillanatban visszanéz, én is vissza akarok tekinteni.

Efféle visszatekintés azonban csak akkor lehetséges, ha nem ragaszkodsz a múlthoz; máskülönben annyira félsz elveszíteni, hogy nem marad időd megfigyelni, látni. Pedig az idő csupán a pillanat törtrésze. Ha valaki tökéletesen éber, látja az egész vidéket, ahol végighaladt, és látja annak minden ostobaságát, akkor éles értelemmel és nagy bátorsággal születik újra - automatikusan. Ez nem olyasmi, amit szándékosan el lehet érni.

Az emberek azt mondják nekem:

-Te éles eszű, bátor és értelmes voltál már gyermekkorodban is; én viszont még most sem vagyok olyan bátor...

Ennek az az oka, hogy az előző életemben másképp haltam meg, mint te. Ez hatalmas különbséget jelent, mert ahogyan meghalsz, ugyanúgy fogsz megszületni. A halálad az érem egyik oldala, a születésed pedig ugyanannak az éremnek a másik oldala.

Ha az egyik oldalon zavarodottság, boldogtalanság, szorongás, ragaszkodás, vágy halmozódott fel, akkor a túloldalon sem várhatsz éles eszet, intelligenciát, bátorságot, tisztaságot, tudatosságot. Ez teljesen indokolatlan lenne; nem várhatsz ilyesmit.

Ezért nagyon egyszerű, mégis nehéz ezt elmagyarázni, mert én nem tettem semmit ebben az életben azért, hogy már a kezdetektől bátor, éles eszű és intelligens legyek. És én nem is tekintettem ezt soha bátorságnak, éles észnek vagy intelligenciának.

Csak később, lassanként ébredtem a tudatára annak, hogy milyen ostobák az emberek. Csak késleltetett felismerés volt; korábban nem voltam tisztában azzal, hogy bátor vagyok. Azt gondoltam, biztosan mindenki ugyanilyen. Csupán később vált világossá számomra, hogy nem mindenki egyforma.

Ahogy növekedtem, lassanként tudatára ébredtem az előző életemnek, halálomnak, és visszaemlékeztem, milyen könnyen haltam meg - nem csak könnyen, de lelkesen. Jobban érdekelt az előttem álló ismeretlen, mint az ismert világ, amit már láttam. Nem néztem

vissza. És ez jellemezte az egész életutamat: sosem néztem vissza. Fölösleges. Nem tudsz visszatérni, akkor hát miért vesztegetnéd az időt? Mindig előre tekintettem. Még a halál pillanatában is előre tekintettem, és ez tette világossá számomra, miért hiányzott belőlem a fék, ami másokat megakadályoz abban, hogy bizonyos dolgokat véghezvigyenek.

Azokat a fékeket az ismeretlentől való félelmed teremti. Ragaszkodsz a múlthoz, és félsz nekivágni az ismeretlennek. Az ismerethez ragaszkodsz, az ismerőshöz. Talán fájdalmas, talán ronda, de legalább ismered. Már valamiféle baráti viszonyt alakítottál ki vele. Megfogsz lepődni, de emberek ezereinél tapasztaltam, hogy egyszerűen azért ragaszkodnak a boldogtalanságukhoz, mert időközben bizonyos mértékig megbarátkoztak vele. Olyan hosszú ideje élnek együtt vele, hogy ha most elhagynák, az felérne egy válással.

Ugyanez a helyzet a házassággal és a válással. A férfi napjában legalább tizenkétszer gondol a válásra; a nő hasonlóképpen, valahogy mégis továbbcsinálják, együtt maradnak, egyszerűen azért, mert mindketten félnek az ismeretlentől. Hát igen, ő rossz ember, de ki tudja, milyen lenne egy másik. Talán még rosszabb. És az ő rosszaságához, szeretetlenségéhez legalább már hozzászoktál, el tudod viselni. Elviselted eddig is, megvastagodott a bőröd. Ki tudja, mi történne egy új emberrel; talán megint kezdődnének a sérülések. Ezért ragaszkodnak az emberek az ismerthez.

Figyeld csak meg az embereket a haláluk pillanatában. A szenvedésük nem a halál. A halál nem jár fájdalommal, teljesen fájdalommentes. Rendkívül kellemes; olyan, mint egy mély álmom. Szerinted a mély álmom fájdalmas? Az emberek azonban nem a halállal foglalkoznak, nem a mély álommal és a kellemes érzéssel; ők az ismert miatt nyugtalankodnak, ami kicsúszik a kezük közül. A félelem egyetlen dolgot jelent: az ismert elvesztését, és a belépést az ismeretlenbe.

A bátorság csupán a félelem ellentéte. Mindig állj készen az ismert elhagyására - sőt keresd lelkesen, mikor szabadulhatsz meg tőle -, azt se várd ki, amíg beérik. Csak ugorj bele valami újba... az újdonság, a frissesség olyan csábító. Ez a bátorság.

A halálfélelem kétségkívül a legerősebb félelem, és ez rombolja legerősebben a bátorságodat.

Úgyhogy mindössze egyetlen dolgot tanácsolhatok. Most már nem mehetsz vissza az előző halálodhoz, egyvalaminek azonban nekikezdhetsz: mindig állj készen arra, hogy továbbindulj az ismerttől az ismeretlen felé, bármiben, bármilyen tapasztalat esetében.

Ez a jobb, még akkor is, ha az ismeretlen rosszabbnak bizonyul az ismertnél - ennek nincs jelentősége. Csak egyetlen dolog számít: az ismert lecserélése az ismeretlenre, a hajlandóságod a továbbindulásra az ismerttől az ismeretlen felé. Ez rendkívüli értékkel bír. És mindenfajta tapasztalat esetében ezt kövesd. Ez felkészít majd a halálra, mert amikor eljön a halál, nem tudsz hirtelen úgy dönteni: „A halált választom, és elhagyom az életet.” Efféle döntéseket nem lehet hirtelen meghozni.

Lépésről lépésre kell haladnod, felkészülni, megélni egyik pillanatot a másik után. És ahogy egyre jobban megismered az ismeretlen szépségét, lassanként létrehozol egy új minőséget önmagadban. Már ott volt, csak sosem használtad. Mielőtt eljön a halál, indulj el az ismerttől az ismeretlen felé. Sose feledd, hogy az új jobb, mint a régi.

Azt mondják, járt utat járatlanért el ne hagyj. Én azt mondom, bármennyire kitaposott a járt út, felejtse el. Válaszd az újat, járt vagy járatlan, nem számít. Csak a választásod számít: a



tanulást választod, a tapasztalást választod, azt, hogy továbbmész a sötétségbe. Lassan-lassan életre kel benned a bátorság. Az intelligencia élessége és a bátorság egy töről fakad, szinte szerves egységet alkotnak.

A félelem együtt jár a gyávasággal, az elme lassulásával, az álszentséggel. Ezek együtt egymást erősítik. A bátorsággal megérkezik az éles ész, az intelligencia, a nyitottság, az elfogulatlan elme, nő a tanulás képessége - ezek is mind együtt járnak.

Kezdd egy egyszerű gyakorlattal: ha döntened kell, válaszd az ismeretlent, a kockázatosat, a veszélyeset, a bizonytalant, és nem fogsz veszíteni. És csak akkor... akkor válik a halál végtelenül felszabadító élménnyé, betekintést enged az új születésedbe; nem csupán betekintést, hanem határozott választást engedélyez. Tudatosan választhatod meg az édesanyádat és az édesapádat. Ez általában öntudatlanul történik, véletlenszerűen, de a tudatossága birtokában haldokló ember tudatossággal is születik.

Megkérdezheted az édesanyámtól, mert történetesen éppen itt van... A születésem után három napig nem fogadtam el semmiféle tejet, és mindenki nagyon nyugtalan volt, nagyon aggódott. Aggódtak az orvosok, hogy miként fog ez a gyermek életben maradni, ha egyszerűen visszautasítja a tejet. Fogalmuk sem volt róla, mi a bajom, hogy mennyi bajt okoznak nekem. Minden lehetséges módon kényszeríteni próbáltak. Én azonban sehogy sem tudtam magyarázatot adni nekik, és ők sem tudtak maguktól rájönni az okokra.

Előző életemben, mielőtt meghaltam, böjtöltem. Huszonegy napos böjtöt akartam tartani, de meggyilkoltak, mielőtt befejezhettem volna, három nap még hiányzott. Az a három nap megmaradt a tudatosságomban a mostani születéskor is, be kellett hát fejeznem a böjtöt. Én igazán makacs vagyok! Máskülönb az emberek nem hurcolnak át semmit egyik életből a másikba; ha egy fejezet lezárult, akkor lezárult.

Három napig azonban semmit sem tudtak a számba erőltetni; egyszerűen visszautasítottam. Három nap után azonban teljesen normálisan viselkedtem, és mindenki meglepődött: „Miért ellenkezett három napig? Nem volt beteg, nem volt semmi rendellenesség - három nap után pedig teljesen normálisan viselkedik.” Rejtély maradt számukra. De ezekről a dolgokról nem akarok beszélni, mert számodra csak feltevéseknek tűnhetnek, én pedig nem tudok tudományos bizonyítékkal szolgálni. Nem akarok hiedelmeket adni neked, ezért hát felejts el mindent, ami hiedelemrendszereket teremtene az elmédben.

Szeretsz engem, bízol bennem, ezért megbízatsz mindenben, amit mondok neked. Újra és újra megismétlem azonban, hogy mindent, ami nem a saját tapasztalatodon alapul, tekints csupán feltételezésnek.

Ne váljon benned hiedelemmé. Ha olykor példával szolgállok, azt azért teszem, mert a szükség úgy kívánja, mert az emberek megkérdezik: „Hogyan tudtál ilyen bátor és éles eszű lenni gyermekkorodban?”

Én nem tettem semmit, egyszerűen folytattam, amit az előző életemben tettem.

El fog jönni hozzád a bátorság. Csak kezd egy egyszerű recepttel: Sose szalaszd el az ismeretlent. Mindig válaszd az ismeretlent, és ugorj bele fejest. Még ha szenvedéssel jár, akkor is megéri, mindig kifizetődik. Mindenképpen érettebb, fejlettebb, értelmesebb leszel utána.

## 6. A félelemnélküliséghez vezető úton

### 6.1. Meditációs technikák, kérdések és válaszok

Mindenki fél - félnie kell. Az élet olyan, hogy félni kell. Akik viszont félelem nélkülivé lesznek, azokban nem azért szűnik meg a félelem, mert merésszé válnak - a merész ember csupán elnyomja magában a félelmét; nem lesz valóban félelem nélkülivé. A félelem nélküli ember elfogadja a félelmeit. Ez nem merészség kérdése. Egyszerűen megvizsgálja az élet tényeit, és felismeri, hogy ezek a félelmek természetesek. Elfogadja őket!

#### *A félelem és a büntudat ugyanaz?*

A félelem és a büntudat nem ugyanaz. Az elfogadott félelemből lesz a szabadság; az elfojtott, megtagadott, szégyellt félelemből lesz a büntudat. Ha el tudod fogadni a félelmet a helyzet részeként...

A félelem a helyzet része. Az ember egy rész, egy nagyon apró, icipici rész, az egész pedig hatalmas: az ember egy csepp, egy egészen pirinyó csepp, az egész pedig hatalmas óceán. Reszketni kezdesz: „Elveszhetek a teljességben; elveszhet az önazonosságom.” Ez a halálfélelem. Minden félelem halálfélelem. A halálfélelem pedig a megsemmisüléstől való félelem.

Természetes, hogy az ember fél, reszket. Ha elfogadod, ha azt mondod, hogy ilyen az élet, ha maradéktalanul elfogadod, a reszketés azonnal megszűnik, és a félelem - ugyanaz az energia, amely félelemmé alakult - kisimul, és szabadsággá válik, és akkor tudod, hogy még ha a csepp el is tűnik az óceánban, ott lesz benne. Valójában eggyé válik a teljes óceánnal. Akkor a halálból nirvána lesz, akkor nem félsz többé, hogy elveszíted önmagadat. Akkor megérted Jézus szavait: ha megmented az életedet, elveszíted azt, és ha elveszíted, megmented azt.

Az egyetlen módja, hogy túljussunk a halálon, a halál elfogadása. Akkor eltűnik. Az egyetlen módja, hogy félelem nélkülivé váljunk, a félelem elfogadása. Akkor az energia felszabadul, és szabadsággá válik. De ha szégyelled, ha elfojtod, ha eltitkolod a ténytet, hogy félsz - ha felvértezed, oltalmazod magadat, ha védekezel -, büntudatod támad.

Minden elfojtás büntudatot teremt; minden, amit nem engedsz szabadjárá, büntudatot teremt; minden, ami a természet ellen való, büntudatot teremt. Büntudatot érzel, mert hazudtál

másoknak és hazudtál önmagadnak. Ez az Őszintétlenség a büntudat.

Azt kérdezed: „A félelem és a büntudat ugyanaz?” Nem. A félelem lehet büntudat, de ez nem törvényszerű. Attól függ, mihez kezdesz a félelemmel. Ha valami rosszat teszel vele, büntudattá válik. Ha egyszerűen elfogadod, és nem teszel vele semmit - nincs mit tenni vele! -, akkor szabadsággá válik, félelem nélküliséggé.

Ne mondd azt magadnak, hogy csúnya vagy, rossz és bűnös. Ne légy elégedetlen. Amilyen vagy, olyan vagy. Ne légy büntudatos, ne érezz büntudatot. Még ha lenne is valami, ami

rossz, te nem vagy rossz. Talán rosszul cselekedtél, de ettől a lényed nem lett rossz. Egy cselekedet lehet rossz, de a lényed mindig jó.

Észrevettem, hogy mindig arról próbálok meggyőzni másokat, milyen fontos és nagy hatalmú ember vagyok. Meditáltam rajta, hogy mi ennek az oka, és azt hiszem, a félelem az.

Az ego mindig a félelemből ered. Az igazán félelem nélküli embernek nincs egója. Az ego védekezés, páncél. Félsz, ezért azt a benyomást kelted, mintha nagyon ilyen meg olyan lennél, ugye? Így senki nem mer ártani neked; de ez lényegében a félelmen alapul. Kitűnő! Alaposan és helyesen a mélyére tekintettél. És amint meglátod az alapvető okot, a dolgok rendkívül leegyszerűsödnek. Máskülönben harcolhatnál az egóddal, pedig az ego nem jelent valódi problémát. Akkor csak egy tünettel harcolsz, nem a valódi betegséggel. A valódi betegség a félelem. Fáradhatatlanul harcolhatsz az egód ellen, és közben célt tévesztesz, mert nem az ego a valódi ellenség, az csak a látszat. Még ha győzedelmeskedsz is, nem nyersz vele semmit. És nem győzhetsz - csupán a valódi ellenséget lehet legyőzni, a hamis ellenség, ami egyáltalán nem is létezik, legyőzhetetlen. Csupán látszat. Olyan, mintha lenne egy nagyon csúnya sebed, és eltakarnád egy ékszerrel.

Egyszer egy filmsztár otthonában vendégeskedtem, aki több embert is meghívott, hogy találkozzanak velem. Eljött egy színésznő is, akinek csodálatosan szép órája volt, gyönyörű szíjjal. A mellette ülő férfi kérdezősködni kezdett az óráról, és a színésznő egy kicsit nyugtalan lett. Én csak figyeltem őket. A férfi szerette volna megnézni az órát, de a nő nem akarta levenni. A férfi azonban ragaszkodott hozzá, ezért végül kénytelen volt odaadni. Akkor észrevettem, mi volt a baj. A színésznő karján egy nagy, fehér folt éktelenkedett. A gyönyörű óra szíja alá rejtette. Ezzel leleplezték - verítékcseppek jelentek meg a homlokán, és nagyon ideges lett.

Ilyen az ego. Ott a félelem, de senki sem akarja kimutatni a félelmét, mert ha bevallod, hogy félsz, sokan lesznek, akik még nagyobb félelmet ébresztenek benned. Amint megtudják, mennyire félsz, mindenki keményen ütni kezd. Ha kiderül, hogy gyengébb vagy náluk, élvezni fogják, ha megalázzhatnak. Az emberek élvezik, ha kiszipolyozhatják a gyengéket, ha beléjük rúghatnak.

Ezért mindenki, aki fél, mélyen belül egy nagy egót teremt a félelem köré, azután egyre több és több levegőt pumpál az ego léggömbjébe, amitől az túlságosan nagyra puffad. Adolf Hitler vagy az ugandai Idi Amin - az ilyen típusú ember hatalmasra puffad. És akkor elkezdi megfélemlíteni másokat. Mindenki, aki félelmet próbál ébresztetni másokban, pontosan tudja, hogy mélyen belül nagyon fél. Máskülönben miért tenné? Mi értelme lenne? Minek fáradna azzal, hogy megfélemlítsen, ha ő maga nem fél?

A rettegő emberek félelmet ébresztenek másokban, hogy végre megkönnyebbülhessenek. Pontosán tudják, hogy így már nem fogod megérinteni őket. Nem léped át a határaikat.

Jól látod - pontosan erről van szó. Úgyhogy ne harcolj az egóval. Inkább figyeld meg a félelmet, és próbáld elfogadni.

Hiszen ez természetes, az élet része. Fölösleges rejtegetni; fölösleges színlelni. A félelem jelen van - minden emberi lény tele van félelemmel. Ez emberi mivoltunk része. Fogadd el, és abban a pillanatban, hogy elfogadod, az ego eltűnik, mert többé nem lesz értelme, hogy jelen legyen. Az ego elleni küzdelem nem segít, de a félelem elfogadása azonnali segítség. Akkor rájössz, hogy igen, rendkívül kicsik vagyunk ebben a hatalmas univerzumban, hogy is ne félnénk? Az életet pedig halál övezi, hogy is ne félnénk? Bármelyik pillanatban

eltűnhetünk, valami apróság elromlik, és mi eltűnünk, hogy is ne félnénk? Ha elfogadod, fokozatosan eloszlik a félelem, mert fölöslegessé válik. Elfogadod, természetesnek tekinted, hiszen az is!

Ne teremts tehát semmit, amivel elrejteted. És ha nem teremtesz ellene semmit, egyszerűen alábbhagy. Nem azt mondom, hogy nem lesz benned semmi félelem, azt mondom, hogy nem fogsz félni. A félelem ott lesz, de nem fogsz félni. Tudsz követni? Félni annyit jelent, mint szembeszállni a félelemmel -nem akarod, hogy ott legyen, mégis ott van.

Amikor elfogadod... A fák zöldek, az emberiség tele van félelemmel. Mit tehetünk? A fák nem rejtőzködnek. Mindenki halandó. A félelem a halál árnyéka. Fogadd el!

***Ha egyedül vagyok, úgy érzem, el tudom engedni magamat, és szeretni tudom az embereket, de a jelenlétükben azonnal bezárulnak a spaletták.***

Nehéz szeretni a valóságos embereket, mert egy valóságos ember nem felel meg az elvárásaidnak. Nem célja, hogy megfeleljen. Nem azért van itt, hogy eleget tegyen mások elvárásainak; a saját életét kell élnie. És valahányszor olyan területre téved, ahol szembekerül veled, vagy ha nincs harmóniában az érzéseiddel, érzelmeiddel, a lényeddel, nehéz szeretni.

A szeretetről elmélkedni nagyon könnyű. Szeretni nagyon nehéz. Nagyon könnyű szeretni az egész világot. Az igazán nehéz egyetlen emberi lényt szeretni. Nagyon könnyű szeretni Istent vagy az emberiséget. Valódi probléma akkor jelentkezik, ha egy valóságos emberrel akadsz Össze. Találkozásotok azzal jár, hogy nagy változáson mész keresztül, és nagy kihívásnak kell megfelelned.

Ő nem lesz a rabszolgád, és te sem leszel az ő rabszolgája. Itt kezdődik az igazi probléma. Ha rabszolgává alacsonyodsz, vagy belőle lesz rabszolga, akkor nincs semmiféle nehézség. Probléma azért keletkezik, mert senki sem azért van itt, hogy rabszolgát játsszon, és senkiből nem is lehet rabszolga. Mindenki szabad ember... teljes lényünk szabadságból épül fel. Az ember szabad.

Tehát ne feledd: a probléma valóságos, nem személy szerint rólad szól. A probléma a szeretet jelenségének egészéről szól. Ne csinálj belőle személyes gondot, máskülönben nagy bajban leszel. Többé-kevésbé mindenkinek ugyanazzal a problémával kell szembenéznie. Még soha nem találkoztam senkivel, akinek ne okozott volna nehézséget a szeretet. A probléma magával a szeretettel áll kapcsolatban, a szeretet világával.

A kapcsolatok miatt kerülsz problémás helyzetekbe, és jobb, ha keresztülevickélsz rajtuk. A keleti emberek elmenekülnek, amint megpillantják a nehézségeket. Elutasítják, megtagadják a szeretetüket. Szeretet nélkülivé válnak, és ezt úgy nevezik: nincs bennük ragaszkodás. Egyre jobban eltompulnak. Keleten szinte teljesen eltűnt a szeretet, csak a meditáció maradt.

A meditáció azt jelenti, hogy jól érzed magadat egyedül. A meditáció azt jelenti, hogy kizárólag önmagadhoz tartozol. A kör veled zárul be; nem akarsz kilépni belőle. A problémáid kilencvenkilenc százaléka megoldódott - ez nagyon magas szám. Már sokkal kevesebb gond nyomaszt. A keleti ember kevésbé ideges, kevésbé feszült, szinte a saját belső barlangjában él, védve van, szemét behunyja. Nem engedi mozgásba lendülni az energiáit. Rövidre zárja az áramkört, mindössze egy kevés energia mozog a bensőjében, ő pedig boldog. Boldogsága azonban halott. Boldogsága nem ünnep, nem mámor.

A legtöbb, amit elmondhatsz róla, hogy ez nem boldogtalanság. A legtöbb, amit mondhatsz, az a negatív oldalával kapcsolatos, mintha valakiről azt állítanád, hogy egészséges, mert nem szenved semmilyen betegségben. De ez nem valami nagy egészség. Az egészségnek pozitívnak kell lennie, ami már önmagában ragyog - nem csupán a betegség hiányának. Ebben az értelemben a halott test is egészséges, hiszen nincsenek betegségei.

Mi, keletiek tehát megpróbáltunk szeretet nélkül élni, lemondani a világról - ami azt jelenti, hogy lemondani a szeretetről -, lemondani a nőről, a férfiről és minden lehetőségéről annak, hogy a szeretet kivirágozzon. A dzsaina szerzetesek, a hindu szerzetesek, a buddhista szerzetesek nem beszélhetnek nővel, ha egyedül vannak, nem érinthetnek nőt, tulajdonképpen még szemtől szemben se nagyon állhatnak vele. Ha egy nő kérdezni akar tőlük valamit, le kell sütniük a szemüket. Az orruk hegyét kell nézniük, hogy még véletlenül se tekintsenek rá. Mert ki tudja, valami bekattanhat... és a szerelem markában az ember jóformán tehetetlen.

Ők nem időznek mások otthonában, nem maradnak sokáig egy helyen, mert azzal esélyt adnának a ragaszkodásnak, a szeretetnek. Ezért aztán állandó mozgásban vannak, vándorolnak, és elkerülnek mindent - elkerülnek minden kapcsolatot. Sikerült elérniük a nyugalom bizonyos fokát. Nyugodt emberek, nem kavarja fel őket a világ, de nem boldogok, nem ünnepelnek.

Nyugaton ennek épp az ellenkezője történt. Az emberek a szereteten keresztül próbálták elérni a boldogságot, és ezzel nagyon sok gondot okoztak. Elveszítették a kapcsolatot önmagukkal. Olyan távol kerültek önmaguktól, hogy már azt sem tudják, miként térhetnének vissza. Nem tudják, hol vezet az út, hol az otthonuk. Célталannak, otthontalannak érzik magukat emiatt, és még több erőfeszítéssel vetik magukat a szerelembe ezzel a nővel, azzal a férfival, heteroszexuális, homoszexuális, autoerotikus kapcsolatokba. Mindenfélét kipróbálnak, és aztán ugyanolyan üresnek érzik magukat, mert önmagában a szeretet boldogságot adhat ugyan, de nem adhatja meg az elcsendesedést. És ha csak boldogság van, csend nélkül, akkor valami még mindig hiányzik.

Ha csend nélkül vagy boldog, a boldogságod olyan, mint valami láz, izgalom... sok hűhó semmiért. Ez a lázas állapot erős feszültséget teremt benned, és semmi jó nem süli ki belőle, csak a rohanás, a kergetés. Egy nap azonban rájössz, hogy ez a sok-sok erőfeszítés hiábavaló volt, mert valaki másra próbáltál rátalálni, miközben még önmagadat sem találtad meg.

Mindkét út kudarcot vallott. Keleten kudarcot vallott, mert az emberek szeretet nélkül próbáltak meditálni. Nyugaton kudarcot vallott, mert az emberek meditáció nélkül próbáltak szeretni. Én arra törekszem, hogy összegzést adjak neked, teljességet, ami azt jelenti, hogy meditációt és szeretetet együtt. Képesnek kell lenned arra, hogy egyedül is elérd a boldogságot, és képesnek kell lenned arra is, hogy emberek között légy boldog. Boldognak kell lenned a bensődben, és boldognak kell lenned a kapcsolataidban is. Gyönyörű otthont kell teremtened, belül és kívül egyaránt. Övezze gyönyörű kert a házat, de legyen benne csodálatos hálószoba is. A kert léte nem zárja ki a hálószobáét; a hálószobáé nem zárja ki a kertét.

A meditáció tehát belső menedék legyen, egy belső oltár. Valahányszor úgy érzed, megelégtelted a világot, beléphetsz belső szentélyedbe. Megfürödhetsz önmagadban. Felfrissítheted magadat. És új étellel eltelve térhetsz vissza; újra éljen, frissen, fiatalon, megújulva... hogy élj, hogy létezz. De képesnek kell lenned arra is, hogy szeresd az embereket, és szembenézz a problémákkal, mert a tehetetlen és problémakerülő csend nem az igazi, nem sokat ér. Csupán az a csend hön áhított és értékes, amely szembe tud nézni a

problémákkal, és mégis csend marad.

Ezt a két dolgot szeretném tehát elmondani neked: először meditálni kezdj, mert a legjobb, ha mindig a lényedhez legközelebbi középpontból indulsz ki, és ezt jelenti a meditáció. De ne ragadj meg ebben. A meditáció legyen állandó mozgásban, bontson virágot, nyíljon ki, és váljon szeretetté.

És ne nyugtalankodj, ne csinálj belőle problémát, mert nem az. Egyszerűen emberi és természetes dolog. Mindenki fél - félnie kell. Az élet olyan, hogy fél-" ni kell. Akik viszont félelem nélkülivé lesznek, azokban nem azért szűnik meg a félelem, mert merésszé válnak - a merész ember csupán elnyomja magában a félelmét; nem lesz valóban félelem nélkülivé. A félelem nélküli ember elfogadja a félelmeit. Ez nem merészség kérdése. Egyszerűen megvizsgálja az élet tényeit, és felismeri, hogy ezek a félelmek természetesek. Elfogadja Őket!

Problémák azért keletkeznek, mert meg akarsz szabadulni tőlük. Rendkívül egoista elvekre tanítottak: „Légy merész!” Mekkora képtelenség! Micsoda ostobaság! Hogyan kerülheti el egy értelmes ember a félelmeket? Ha ostoba vagy, nem félsz semmitől. Akkor dudálhat eszelősen a buszsofőr, te ott állsz az út közepén, a legcsekélyebb félelem nélkül. Vagy rohanhat feléd a bika, te azonban rettegés nélkül állsz egy helyben. De ostoba vagy! Egy értelmes embernek el kell ugrania az útból.

Ha függővé válsz, és minden bokorban kígyót keresel, az jelenti a problémát. Ha senki sincs az úton, te mégis félsz és szaladni kezdesz, az már probléma; máskülönben a félelem természetes.

Tehát, amikor azt mondom, hogy meg fogsz szabadulni a félelmeidtől, azzal nem arra utalok, hogy nem lesz félelem a világban. Felismered majd, hogy a félelmeid kilencven százaléka csupán képzelgés. Tíz százalék valóságos, úgyhogy azokat el kell fogadnod. Én nem teszem merésszé az embereket. Fogékonyabbá, érzékenyebbé, éberebbé teszem őket, és az éberségük elegendő. Tudatára ébrednek, hogy a félelmeiket ugródeszkeként is használhatják. Szóval ne nyugtalankodj, jó?

### ***Miért félek még mindig annyira attól, hogy felfedjem önmagam?***

Ki nem fél? Önmagunk felfedése hatalmas félelmet kelt. Ez természetes, hiszen ha felfedjük magunkat, látni engedjük az összes mocskot, amit az elménkben hordozunk, az évszázadok alatt, a sok-sok élet alatt felgyülemlett szemetet. Önmagunk felfedése azt jelenti, hogy minden gyengeségünk, korlátunk, hibánk napvilágra kerül. Önmagunk felfedése végül is sebezhetőségünk beismerését jelenti. Halál... Önmagunk felfedése annyi, mint ürességünk felfedése.

Az elme összes szemete és lármája mögött a végső üresség dimenziója áll. Az ember Isten nélkül értéktelen, az ember Isten nélkül csak üresség és semmi. Leplezni akarjuk meztelenségünket, ürességünket, csúfságunkat. Gyönyörű virágokkal fedjük el, szépen kidíszítjük. Igyekszünk, hogy valakinek, valaminek tetsessük magunkat. És ez nem egyéni probléma; egyetemes jelenség, mindenki ezt teszi.

Senki sem tárhatja ki Önmagát, mint egy könyvet. A félelem torkon ragad: „Mit fognak gondolni rólam az emberek?” Kisgyermekkorodtól arra tanítottak, hogy álarcokat, gyönyörű maszkokat viselj. Nincs szükség szép arcra, egy csinos maszk is megteszi; ráadásul a maszk olcsóbb. Az arcod átalakítása fáradságos feladat. Megfesteni sokkal egyszerűbb.

Most a valódi arcod hirtelen felfedése lényed legmélyéig elborzaszt. Reszketni kezdesz: vajon tetszik-e majd az embereknek? Elfogadják-e? Szeretnek, tisztelnek-e továbbra is? Ki tudja? Hiszen a maszkjaidat szerették, a jellemedet tisztelték, az öltözékedet dicsőítették. Most feltámad benned a félelem: „Ha hirtelen meztelenre vetkőzöm, akkor is szeretnek, tisztelnek, becsülnek-e majd, vagy elmenekülnek tőlem? Talán hátat fordítanak, és akkor egyedül maradok.”

Ezért folytatják az emberek a színlelést. A tettetés a félelem következménye, a hamisság a félelemből ered. Félelem nélkülivé kell válnod ahhoz, hogy őszinte lehess.

Az élet egyik legalapvetőbb törvénye, hogy minden, amit elrejtesz, növekedésnek indul, minden rossz, amit feltársz, eltűnik, szétfoszlik a napon, és minden jó, amit feltársz, tápanyaghoz jut. Épp az ellenkezője történik azonban, ha rejtegetni kezded. A jó haldokolni kezd, mert nem jut tápanyaghoz; szélre, esőre és napra van szüksége. A természet egészét igényli. Csak az igazsággal tud fejlődni, az igazság táplálja. Ha nem adsz több tápanyagot neki, egyre soványabb és soványabb lesz. Az emberek pedig éheztenek a valóságukat, és táplálják a hamisságukat.

Hamis arcaid a hazugságtól erősödnek, ezért mind több és több hazugságot kell beléd fektetned. Egy hazugság fenntartásához további százat kell hazudnod, mert a hazugságokat csak még nagyobb hazugságokkal lehet életben tartani. Ezért amikor maszkok mögé bújsz, a valóság haldoklásnak indul, a hamisság pedig erősödik, egyre kövérebbre hízik. Ha felfeded magadat, a hamisság elpusztul, elkerülhetetlenül elpusztul, mert a hamisság nem marad életben a napvilágon. Csak titokban élhet, csak sötétségben élhet, a tudattalanod alagútjaiban. Ha tudatosá teszed, semmivé foszlik.

Ebben rejlik a pszichoanalízis sikerének minden titka. Egyszerű titok, de ez a pszichoanalízis minden titka. A pszichoanalitikusok segítenek a tudatosság szintjére emelni mindent, ami a tudattalanodban, lényed sötétebb tartományaiban rejtőzik. A felszínre hozzák, ahol te is láthatod, mások is láthatják, és csoda történik: már a te pillantásodtól is haldoklásnak indul. És ha valaki másnak is tudsz róla mesélni - ezt teszed a pszichoanalízisben, felfeded magadat az analitikusod előtt -, ha akad legalább egyetlen ember, aki előtt feltárod, az elég ahhoz, hogy hatalmas változás menjen végbe a lényedben. De a pszichoanalitikus előtti kitérülködés korlátozott: egyetlen ember előtt feded fel magadat, szigorúan négy szemközt, azzal a feltétellel, hogy senkinek sem fogja elmondani. Ez alapvető része az orvosok, a pszichoanalitikusok, a terapeuták szakmájának; szerepel az esküjünkben, hogy nem mondják el senkinek, titokban tartják. Ezért a kitérülködés nagyon korlátozott, de így is segít. Hivatásos kitérülködés; de így is segít. Évekbe telik; ami napok alatt elvégezhető, a pszichoanalízisben évekig tart: négy évig, öt évig, és a feltárás talán sosem lesz teljes. Még nem volt a világon egyetlen példája sem a teljes pszichoanalízisnek, a befejezett, lezárt, végpontra jutott kezelésnek -nem, még sosem. Még a pszichoanalitikusaid sincsenek teljesen analizálva, mert a kitérülködés maga rendkívül korlátozott és feltételekhez kötött. A pszichoanalitikus úgy hallgat téged, mintha nem figyelne, mert nem beszélhet róla senkinek. De még így is segít, hatalmas segítséget nyújt ahhoz, hogy megszabadulj a terhektől.

Ha jámborul, lelkiismeretesen tárod fel magadat nem négy szemközt, nem szakember előtt, hanem egyszerűen minden kapcsolatodban -, az a szannjász. Ön-pszichoanalízis. Huszonnégy órás, éjjel-nappali kezelés. Pszichoanalízis minden lehetséges helyzetben: a feleségeddel, a barátoddal, a rokonoddal, az ellenségeddel, az idegenekkel, a főnököddel, a cselédekkel. Huszonnégy órán át.

A kitárulkozás eleinte nagyon-nagyon ijesztő lesz, de gyorsan megerősödsz, mert amint az igazság napvilágra kerül, megerősödik, és a hamisság meghal. És azzal, hogy az igazság megerősödik, gyökereket versz, és a középpontodra helyeződik a hangsúly. Egyénivé válsz; a személyiség eltűnik, és megjelenik az egyéniség.

A személyiség látszat, az egyéniség lényegi természetű. A személyiség csak egy maszk, az egyéniség a magad igazsága. A személyiséget kívülről kényszerítik rád; egy perszóna, egy álarc. Az egyéniség a saját valóságod - amilyennek Isten teremtett. A személyiség társadalmi mesterkéeltség, fényezés. Az egyéniség nyers, I vad, erős és hihetetlen hatalommal bír.

A félelem azonban természetes, mert már kisgyermekkorodtól hamisságra tanítanak, olyannyira azonosultál a hamissággal, hogy levetkőzése szinte az öngyilkossággal tűnik egyenértékűnek. És feltámad a félelem, mert mély önazonossági krízisbe zuhansz.

Ötven évig, hatvan évig volt egy bizonyos személyiséged. Aki a kérdést feltette, lassan eléri a hatvanat, tehát hatvan évig volt egy bizonyos személyiséged. Félelmetes feladat, hogy most, életed ezen utolsó szakaszában levedd ezt az identitást, és az ábécétől kezdve újratanuld önmagadat. A halál minden nappal közelebb és közelebb kerül - vajon ez a megfelelő időpont egy új lecke megkezdéséhez? Ki tudja, vajon sikerül-e a végére érned vagy sem? Ki tudja? Megeshet, hogy elveszíted régi identitásodat, és nem lesz elég idő, elég energiád, elég bátorságod, hogy új önazonosságot szerezz. Akkor identitás nélkül fogsz meghalni? Identitás nélkül fogsz élni életed utolsó szakaszában? Ez egyfajta örület; a szív elmerül, a szív összezsugorodik. Azt gondolod: „Inkább folytatom még néhány napig. Jobb együtt élni a régivel, az ismerőssel, a biztossal, a kényelmessel.” Abban már kiismered magadat. És oly sok energiát fektettél már bele, hatvan évet áldoztál rá az életedből. Valahogy megoldottad, valahogy sikerült elképzelést alkotnod arról, ki vagy, és erre most én azt mondom, hogy vedd el azt az elképzelést, mert hamis!

Semmiféle elképzelésre nincs szükség önmagad megismeréséhez. Valójában minden elképzeléstől meg kell szabadulnod, csak azután tudhatod meg, ki vagy.

A félelem természetes. Ne szégyelld, ne érezd rossznak. Egyszerűen része ennek az egész társadalmi nevelésnek. El kell fogadnunk, és túl kell lépünk rajta; szégyenkezés nélkül kell túllépünk rajta.

Tárulkozz ki - lassan, lassan. Fölösleges akkora ugrást tenned, amekkorára még nem vagy felkészülve; haladj lépésenként, fokozatosan. Hamarosan megérzed az igazság ízét, és megdöbbsz, hogy azt a hatvan évet teljes egészében elvesztegetted. Régi önazonosságodat elveszítetted, és egy teljesen új elgondolás bontakozik ki előtted. Valójában nem is önazonosság lesz, hanem egy új látomás, egy új szemléletmód, egy új perspektíva. Nem tudod többé úgy kimondani az „én”-t, hogy áll mögötte valami. Használni fogod a szót, mert hasznos, de mindvégig tudatában leszel annak, hogy nem hordoz jelentést, nincs mögötte lényeg, semmiféle egzisztenciális szubsztancia; e mögött az „én” mögött végtelen, hatalmas, isteni óceán rejtőzik.

Soha többé nem lesz másík identitásod; a régi eltűnik, és életedben először érezni kezded, hogy egy hullám vagy Isten óceánjában. Ez nem identitás, hiszen te nem vagy benne. Te eltűntél, Isten beléd áramlott.

Ha kockára teszed a hamisságot, tiéd lehet az igazság. És megéri, ha megteszed, hiszen csupán a hamisságot kockáztatod, de az igazságot nyered el. Nem kockáztatasz semmit, és



mindent megnyersz.

***Arra jöttem rá, hogy unom magam, és nincs bennem valódi életöröm. Azt mondtad, fogadjuk el önmagunkat olyannak, amilyenek vagyunk. Képtelen vagyok elfogadni az életet így, hogy tudom, hiányzik belőlem az öröm. Mit tegyek?***

Hallottam egy újfajta nyugtatóról, amely nem lazít el, csak megkedvelteti veled a feszültséget.

Próbáld ki! Próbáld ki, próbáld ki, és próbáld újra - légy amerikai! -, de ne többször, csupán háromszor. Próbáld ki, próbáld ki, és próbáld újra, de aztán hagyd abba, mert fölösleges ostobának lenni.

Azt mondd: „Arra jöttem rá, hogy unom magam...” Ez egy hatalmas felfedezés. Igen, komolyan mondom! Nagyon kevesen vannak tudatában annak, hogy unatkoznak - márpedig unatkoznak, végtelenül unatkoznak. Mindenki más tudja, csak Ők nem. Az unalom felismerése nagyszerű kezdet; most pedig 1 meg kell érteni néhány dolgot, ami ebből következik. Az ember az egyetlen állat, amely képes az unalom érzésére; ez nagy kiváltság, az emberi lény egyik csodálatos tulajdonsága. Láttál már unatkozó bikát vagy unatkozó szamarat? Azok nem unatkoznak. Az unalom egyszerűen azt jelenti, hogy helytelen az életmódod; ezért nagy jelentőségű esemény felismerni, hogy: „Unatkozom, valamit tennem kell, valamin változtatnom kell.” Ne gondold tehát, hogy rossz, ha unalmat érzel - ez jó jel, jó kezdet, igen szerencsés kezdet. De ne állj meg itt.

Miért unatkoznak az emberek? Azért, mert mások által rájuk erőltetett, holt sémák szerint élnek. Tagadd meg azokat a sémákat, lépj ki belőlük! Kezdj saját életet.

Ez nem pénz, hatalom vagy presztízs kérdése; csak azon múlik, mit akarsz tenni valójában. Tedd meg, ne törődj a következményekkel, és az unalmad eltűnik. Bizonyára mások elképzeléseit követed, „megfelelő” módon cselekszel, úgy viselkedsz, ahogyan illik. Ezek az unalom alapkövei.

Az egész emberiség unatkozik, mert az, aki misztikus lehetett volna, matematikus, aki matematikus lehetett volna, politikus, aki költő lehetett volna, üzletember. Mindenki valahol másutt van; senki sincs ott, ahol lennie kellene. Vállalnod kell a kockázatot. Az unalom abban a pillanatban eltűnik, amikor készen állsz a kockázatvállalásra.

Azt mondd: „Arra jöttem rá, hogy unom magam...” Unod önmagad, mert nem vagy őszinte magadhoz, nem vagy becsületes magaddal szemben, nem tiszteled a saját lényedet.

És azt mondd: „nincs bennem valódi életöröm”. Miért lenne? Életöröm csak akkor van benned, ha azt teszed, amit tenni akarsz, bármi legyen is az.

Vincent van Gogh végtelenül boldog volt, hogy festhetett. Egyetlen képet sem tudott eladni, senki sem értékelte a munkáját, éhes volt, haldoklott. A testvére csupán annyi pénzt adott neki, hogy éppen csak életben tudjon maradni: hetente négy napot koplalt, három napon evett. Négy napot koplalnia kellett, máskülönben miből vett volna vásznat, festéket és ecsetet? De végtelenül boldog volt, tele életörömmel.

Mindössze harminchárom éves volt, amikor meghalt; öngyilkosságot követett el. De az ő öngyilkossága sokkal jobb, mint a te úgynevezett életed, mert csak akkor lett Öngyilkos, amikor sikerült végre megfestenie azt, amit meg akart festeni. Aznap, amikor elkészült a

naplementét ábrázoló képével, ami leghőbb vágya volt, írt egy levelet: „Elvégeztem a munkámat, beteljesítettem a sorsomat. Tökéletesen elégedetten hagyom el ezt a világot,” Öngyilkosságot követett el, de én nem nevezem ezt öngyilkosságnak. Teljes életet élt, hatalmas intenzitással, mindkét végén égette a gyertyát.

Élhetsz száz évig, de életed csupán száraz csont lesz, teher, holt teher. Azzal fordulsz hozzám: „Azt mondtad, fogadjuk el önmagunkat olyannak, amilyenek vagyunk. Képtelen vagyok elfogadni az életet így, hogy tudom, hiányzik belőlem az öröm.”

Amikor azt mondom, fogadd el önmagadat, nem arra kérlek, hogy fogadd el azokat a sémákat, amelyekben élsz - félre ne érts. Amikor azt mondom, fogadd el önmagadat, azt mondom, hogy utasíts el minden mást - fogadd el magadat. Te azonban a magad módján értelmezted a szavaimat. Így mennek a dolgok...

A marslakó földet ér az űrhajójával Manhattanben, és alighogy kiszáll, azonnal odamegy hozzá egy koldus.

-Uram - mondja neki -, adna egy negyeddollárost?

A marslakó visszakérdez:

- Mi az a negyeddolláros?

A koldus egy pillanatig gondolkodik, majd bólint:

- Igaza van. Kaphatnék egy féldollárost?

Én nem azt mondtam, amit te a szavaim alatt értettél. Utasíts el mindent, amit rád erőltettek - én nem mondom, hogy fogadd el. A legbenső magodat fogadd el, amit odaátról hoztál, és akkor nem gyötör többé hiányérzet. Abban a pillanatban, hogy feltételek nélkül elfogadod önmagadat, hirtelen feltör benned az öröm. Buzogni kezd benned az életöröm, és az élet igazi eksztázissá válik.

Egy fiatalemberről azt hitték a barátai, hogy meghalt, pedig csak kómába esett. Amikor épp el akarták temetni, életjeleket adott. Megkérdezték tőle, milyen érzés volt halottnak lenni.

- Halottnak?! - ellenkezett. - Én nem voltam halott. Egész idő alatt tudtam, mi folyik körülöttem. És azt is tudtam, hogy nem vagyok halott, mert fázott a lábfejem, és éhes voltam.

- De miért következtettél ezekből a tényekből arra, hogy még élsz? - kérdezte az egyik kíváncsiskodó.

-Nos, tudtam, hogy ha a mennyországban lennék, nem lennék éhes, és a lábam sem fázna.

Biztos lehetsz benne, hogy még nem haltál meg: éhes vagy, és fázik a lábad. Kelj fel gyorsan, és mozgasd meg a tagjaidat!

Egy szegény, műveletlen és a társasági illemben járatlan ember beleszeretett egy milliomos lányába. A lány meghívta az otthonába, az elegáns villájukba, hogy találkozzon a szüleivel. A férfi elbátortalanodott a drága bútorok, a cselédek és a gazdagság számtalan jele láttán, de valahogyan sikerült nyugalmat színlelnie, amíg el nem jött a vacsora ideje. Leültek a

hatalmas asztalhoz, ahol a bor hatásától kissé feloldódva, hatalmasat fíngott.

A lány apja felkapta a fejét, majd a kutyára meredt, amelyik a szegény férfi lábánál feküdt.

- Rover! - szólt rá vészjósló hangon.

A szegény férfi megkönnyebbült, hogy a kutyára terelődött a gyanú, de néhány perccel később újra fíngott egyet.

A házigazda a kutyára nézett, és valamivel emeltebb hangon újra ráripakodott:

- Rover!

Néhány perccel később a férfi harmadszor is fíngott egyet. A gazdag ember arca eltorzult a haragtól, rákiáltott a kutyára:

- Rover, takarodj ki innen, mielőtt ez a fejedre szarik!

Van még idő - törj ki a rabságból, amelyben mindeddig éltél! Csak egy kis bátorság kell hozzá, egy kevés a hazardjátékos bátorságából. És ne feledd, nincs mit veszítened! Csak a láncaidat veszítheted, csak az unalmat veszítheted el, csak ezt a nem szűnő hiányérzetet veszítheted el a bensődből. Mi mást veszíthetnél? Térj le a kitaposott útról, és fogadd el önmagadat - szemben Mózesrel, Jézussal, a Buddhával, Mahávirával, Krisnával, fogadd el magadat. Nem a Buddha vagy Za-ratusztra vagy Kabír vagy Nának előtt kell vállalnod a felelősséget; csak önmagad előtt.

Légy felelős - és amikor a felelős szót használom, kérek, ne értsd félre a szavaimat. Nem külső kötelezettségekre, felelősségre gondolok, a szó irodalmi jelentését hangsúlyozom: felelj a valóságra, légy felelős.

Eddig felelőtlen életet éltél, ezerféle kötelezettségnek igyekeztél megfelelni mások elvárásai alapján. Mít veszíthetsz? Unatkozol - ez egy jó helyzet. Nincs benned életöröm... Mi másra van még szükséged ahhoz, hogy kitörj a börtönből? Szökj meg, ne nézz vissza.

Azt mondják, fontold meg kétszer, mielőtt ugrasz. Én azt mondom: először ugorj, aztán pedig gondolkozz annyit, amennyit csak akarsz!

## **6.2. Meditáció az ürességtől való félelem eloszlatásához**

Tedd meg minden este elalvás előtt, hogy behunyod a szemedet, és húsz percre hatolj be az ürességedbe. Fogadd el, engedd, hogy ott legyen. Félelmet érzel -engedd, hogy az is ott legyen. Reszkess a félelemtől, de ne utasítsd vissza az úrt, amely ott megszületik. Két-három héten belül képes leszel átérezni a szépségét, képes leszel érezni az áldásait. Ha egyszer megtapasztalod az áldásait, a félelem magától eltűnik. Nem kell küzdened ellene.

Térdepelj a padlóra a sarkodon ülve, vagy más, számodra kényelmes testhelyzetben. Ha a fejed lassanként előrebillen - előre fog billenni -, engedd. Szinte embriópózba görnyedsz, ahogyan a gyermek fekszik az anyaméhben. A fejed a térded vagy a padló felé közelít - engedd. Lépj be a saját méhedbe, és egyszerűen légy ott. Semmi technika, semmi mantra, semmi erőfeszítés - egyszerűen légy ott. Ismerd meg, milyen érzés. Még sosem találkoztál hasonlóval. Az elméd nyugtalankodik, mert ez az érzés egy nagyon másfajta, ismeretlen

dimenzióból érkeznek. Az elme nem tudja, mit kezdjen vele. Még nem találkozott semmi hasonlóval, ezért tanácstalan; szeretné kategorizálni és felcímkézni.

De az ismert az elme, és az ismeretlen Isten. Az ismeretlen sosem lesz az ismert része. Ha egyszer az ismert részévé válik, már nem lesz ismeretlen Isten többé. Az ismeretlen megismerhetetlen marad. Ha megismerted, akkor is ismeretlen marad. A rejtély sosem oldódik meg. A rejtély természetéből adódóan megoldhatatlan.

Minden éjjel hatolj be tehát abba az űrbe. Ott lesz a félelem, ott lesz a reszketés; semmi baj. Lassanként egyre kevesebb és kevesebb lesz a félelem, és egyre több és több az öröm. Három héten belül egy nap hirtelen olyan hatalmas boldogság születik benned, akkora erővel tör fel az energia, olyan mámor tölti el lényedet, mint amikor véget ér az éjszaka, és a láthatáron felkel a Nap.

### **6.3. Meditáció a régi, berögzült félelmek felszámolásához**

*Észrevettem, hogy még mindig ismételvek egy régi, gyermekkori berögződést Valahányszor a szüleim megszídtak, vagy olyasmit mondtak rólam, amit bírálóknak éreztem, azonnal bezárultam, elfutottam, és azzal vigasztaltam magamat, hogy jobban meglennék emberek nélkül, többre vinném egyedül. Kezdem belátni, hogy ugyanígy viselkedem a barátaimmal is.*

Ez csak egy régi szokás, ami rögzült. Próbáld az ellenkezőjét tenni. Valahányszor érzed, hogy bezárulsz, tárulj ki. Ha menni akarsz, ne menj; ha nem akarsz beszélni, beszélj. Ha le akarod zárni a vitát, ne zárd le, inkább hatalmas lendülettel vedd bele magad.

Minden félelemkeltő helyzetben két lehetőség között választhatsz: harcolsz, vagy meghátrálsz. Egy kisgyermek általában nem harcolhat, különösen a hagyománytisztelő országokban nem. Amerikában a gyerek olyan hevesen harcol, hogy sokszor a szülőnek kell meghátrálnia! De a régi, hagyomány béklyózta országokban - vagy azokban a családokban, ahol a hagyományos értékek még mindig nagyon erősek - a gyermek nem harcolhat. Az egyetlen lehetősége, ha bezárul, ha védekezésésként magába zárkózik. Tehát te is a meghátrálást tanultad meg.

Most egyetlen megoldás kínálkozik: valahányszor úgy érzed, hogy menekülni szeretnél, maradj, ahol vagy, makacsold meg magad, és harcolj keményen. Egy hónapig próbálgasd az ellenkezőjét annak a viselkedésnek, mint amire tanítottak, aztán majd meglátjuk. Amint képes vagy az ellenkezőjét cselekedni, megérted majd, miként szabadulhatsz meg mindkettőtől. Mindkettőtől meg kell szabadulnod, mert csak akkor szűnhetnek meg benned a félelmek - és mert mindkettő rossz. Mivel az egyik fajta rossz túlságosan mélyen beléd ivódott, a másikkal kell kiegyensúlyozni.

Tehát egy hónapon át légy igazi harcos - minden helyzetben. És nagyszerűen fogod érezni magadat, igazán kitűnően, ugye? Hiszen valahányszor meghátrálsz, rossznak, gyengének érzed magad. Ez gyáva módszer - bezárulni. Légy merész, jó? És azután szabadulj meg mindkettőtől, mert a merészség a mélyben szintén gyávaság. Ha a merészség és a gyávaság egyaránt eltűnik, akkor válhatsz félelem nélkülivé. Próbáld ki!

## 6.4. Meditáció a bizalomért

Ha nehézséget jelent számodra a bizalom, vissza kell menned. Mélyen le kell ásnod az emlékeidbe. Vissza kell menned a múltadba. Meg kell tisztítanod az elmédet a múlt benyomásaitól. Bizonyára egy nagy halom szemetet hurcolsz magaddal a múltadból; szabadulj meg tőle.

Ennek eléréséhez fontos, hogy ne csak az emlékekhez térj vissza, hanem éld újra a múltat. Tedd meditációvá. Mindennap estéjén egy órán át azzal foglalkozz, hogy visszatérsz. Próbáld megfejteni, mi minden történt a gyermekkorodban. Minél mélyebbre jutsz, annál jobb - hiszen számtalan történést elrejtünk, nem engedjük, hogy a tudatunk felszínére emelkedjenek. Engedd, hogy felszínre bukkanjanak. Ha minden nap megteszed, egyre mélyebben és mélyebben átérzed majd. Eleinte négy-öt éves korod tájékára tudsz visszamenni, és képtelen leszel továbblépni. Hirtelen a Kínai Nagy Fallal kerülsz szembe. De haladj tovább, és lassanként látni fogod, hogy mélyebbre is juthatsz: hároméves, kétéves korodba. Vannak, akik eljutnak addig a pontig, amikor kibújtak az anyaméhből. Voltak, akik felidéztek az anyaméhben szerzett emlékeiket, és akadtak, akik azon is túljutottak, a korábbi életükbe, az előző haláluk pillanatáig.

Ha azonban sikerül eljutnod a születésedig, és újra tudod élni azt a percet, heves gyötrelemben és fájdalomban lesz részed. Majdnem olyan érzés, mintha újra megszületnél. Megeshet, hogy felsírsz, ahogy a gyermek sír fel először életében. Fuldokolsz, ahogy a gyermek fuldoklik, amikor először kerül az anyaméhén kívülre, hiszen az első néhány másodpercben még nem tud lélegezni. Szörnyen fuldoklik: aztán felsír, és megindul a légzés, kinyílnak a járatok, működni kezd a tüdeje. Talán sikerül egészen addig eljutnod. Aztán visszatérsz onnan. Menj el újra, és gyere vissza minden éjszaka. Legalább három-kilenc hónapig tart majd, de minden nappal kevesebbnek érzed a terhet, egyre jobban felszabadulsz, és ezzel egy időben ugyanolyan mértékben kel életre a bizalom. Ha megtisztul a múltad, és ha már láttál mindent, ami történt, megszabadulsz a tehertől. Ebben rejlik a titok: amint tudatosul benned az emlék, azonnal meg is szabadulsz tőle. És akkor lehetségessé válik a bizalom. A tudatosság felszabadít, az öntudatlanság béklyókat kovácsol.

## 6.5. Meditáció a félelem szeretetté alakítására

Ülj le egy székre, vagy vegyél fel olyan testhelyzetet, amit kényelmesnek találsz. Aztán kulcsold össze a kezedet az öledben, a jobb kezed simuljon a bal alá -fontos az elhelyezkedésük, mert a jobb kéz a bal agyféltekéhez kapcsolódik, és a félelem mindig a bal agyféltekéből érkezik. A bal kéz pedig a jobb agyféltekéhez kapcsolódik, és a bátorság a jobb oldalról érkezik.

Az agy bal fele az érvek központja, és az érvelés gyáva. Ezért nem találsz olyan embert, aki egyszerre merész és intellektuális. Ha merész emberre bukansz, észre fogod venni, hogy nem intellektuális. Irracionálisán gondolkodik, ez elkerülhetetlen. A jobb agyfélteke intuitív, a megérzések központja... vagyis ez csupán jelkép, de mégsem csak jelkép: egy bizonyos helyzetbe, egy bizonyos kapcsolatba tereli az energiát.

Tehát a jobb kéz a bal alá simul, és a két hüvelykujj Összeér. Lazulj el, hunyd le a szemedet, és hagyd, hogy az alsó állkapcsod kissé elernyedjen - de ne erőltess -, egyszerűen lazulj el annyira, hogy a szádon keresztül lélegezz. Ne az orron vidd a levegőt, lélegezz szájon át; az még jobban kikapcsol. És ha nem az orron át lélegzel, az elme régi, berögzült sémái

sem működnek többé. Ez egyfajta újdonság, az új légzésmód segítségével könnyebben alakíthatsz ki új szokásokat.

Másodsorban, ha nem az orrodon át érkezik a levegő, nem ingerli az agyadat sem. Egyszerűen nem jut el az agyig: közvetlenül a mellkasba fut. Máskülönben állandóan az agyad ingerli és masszírozza. Ezért váltakozik folyton, hogy éppen melyik orrlyukunkon át lélegzünk erőteljesebben. Az egyik orrlyukon keresztüli légzés masszírozza az agy egyik felét, a másik orrlyukon keresztül pedig az agy másik féltékéje ingerlődik. Negyvenpercenként cserélnek.

Tehát egyszerűen ülj ebben a pózban, és lélegezz szájon át. Az orr kettős szerv, a száj nem az. Ha szájon át veszed a levegőt, nincs váltás: ha egy órán át ülsz ott, akkor is végig ugyanúgy fogsz lélegezni. Nem lesz változás; ugyanabban az állapotban maradsz. Ha az orrodon keresztül lélegzel, nem tudsz ugyanabban az állapotban maradni. Az állapotok automatikusan változnak, anélkül hogy mindez tudatosulna benned.

Ezért ez egy nagyon-nagyon csendes, nem kettős, új, ellazult állapotot eredményez, az energiáid újfajta áramlásba kezdenek. Egyszerűen ülj csendesen, és ne csinálj semmit legalább negyven percen át. Ha egy órán keresztül fenn tudod tartani az állapotot, az nagy segítség. Ezért, ha lehetséges, kezd negyven perccel, azután fokozatosan menj fel hatvan percig. Végezd el a gyakorlatot mindennap.

És közben ne szalassz el egyetlen lehetőséget sem; amint felbukkan egy lehetőség, vedd bele magad. Mindig válaszd az életet, és mindig válaszd a cselekvést; soha ne hátrálj meg, soha ne menekülj. Élvezz ki minden cselekvési lehetőséget, ami az utadba kerül, légy kreatív.

Es az utolsó kérdés: az istenfélelem

Semmiképpen sem lehet hasznos egy oltalmazó, személyes Isten képze, még ha ez csupán feltevés is? Tudniillik elviselhetetlen félelem tör rám már a gondolatától is annak, hogy elvessem Isten képzetét.

Miért félsz attól, hogy megszabadulj Isten képzetétől? Bizonyára ez az istenképzet oltalmaz meg a félelemtől. Vagyis abban a pillanatban, hogy elveted, félni kezdesz. Ez egyfajta pszichológiai védelem, semmi más.

A gyermek szükségszerűen fél. Az anyaméhben nem fél. Nem hallottam róla, hogy az anyaméhben bármelyik gyermeknek eszébe jutott volna, hogy zsinagógába vagy templomba menjen, a Bibliát, a Korán vagy a Bhagavad-gítát olvassa, vagy arról gondolkodjon, hogy vajon van-e Isten vagy nincs. Kétlem, hogy a gyermek az anyaméhben egy fikarcnyit is érdeklődne Isten, az ördög, a mennyország vagy a pokol iránt. Miért tenné? Már a Paradicsomban van. A dolgok nem is mehetnének jobban körülötte.

Tökéletesen védett, egy meleg, kényelmes otthonban, tápláló anyagban lebeg. És meg fogsz lepődni: az arányokat tekintve abban a kilenc hónapban a gyermek többet fejlődik, mint a következő kilencven évben. Kilenc hónap alatt nagyon hosszú utat tesz meg; szinte a semmiből válik lényé. Kilenc hónap alatt megjárja az evolúció több millió éves útját, a legelső lénytől a jelenig. Minden fázison végigmegy.

És az élet tökéletesen biztonságos: nem kell dolgoznia, nem fél az éhezéstől; mindent elvégez számára az anya teste. A méh teljes biztonságában eltöltött kilenc hónap szüli azt a problémát, amely az úgynevezett vallásokat kitermelte.

Ahogy a gyermek kijut az anyaméhéből, az első dolog, amit érez, a félelem.

Ez nyilvánvaló. Elvesztette az otthonát, elvesztette a biztonságát. A melegség, a környezet, minden, amit a világaként ismert, eltűnt, és egy idegen világba került, amelyről semmit sem tud. El kell kezdenie önállóan lélegezni.

Beletelik néhány másodpercbe, mire felismeri a tényt, hogy önállóan kell lélegeznie - az édesanyja légzése már nem segít. Hogy eljusson eddig a felismerésig, az orvos fejfelé lógatja, és erősen rácsap a hátára. Micsoda kezdet! És milyen szívélyes fogadtatás!

Az ütés hatására azonban elkezd lélegezni. Megfigyelted már, hogy amikor félelem tör rád, megváltozik a légzésed? Ha még nem figyelted meg, megteheted most is. Ha félsz, a légzésed azonnal megváltozik. Ha viszont nyugodt vagy, otthonosan érzed magad, nem félsz semmitől, a légzésed egyre kiegyensúlyozottabbá válik, mély harmóniát tükröz, egyre jobban elcsendesül. Mély meditációban megesik olykor, hogy úgy érzed, mintha megállt volna a légzésed. Pedig nem áll meg, csak majdnem.

A gyermek számára a kezdet azt jelenti, hogy mindentől fél. Kilenc hónapig sötétségben élt, de a modern kórházban, ahol megszületik, mindenfelé ragyogó fénycsövek vannak. Az ő szemének, a retinájának, amely még sosem látott fényt azelőtt, még gyertyafényt sem, ez túl sok. Ez a fényesség sokkot jelent a szemének.

Az orvos azonban még pár másodpercet sem vár, elvágja a kapcsolatot, amely még mindig az anyához köti, a biztonság utolsó reményét... pedig milyen parányi lény. És pontosan tudod, hogy senki sem tehetetlenebb az embergyermeknél, egyetlen kölyök sem, sehol, az egész létezésben.

Ezért nem találták ki maguknak a lovak Isten képzetét. Az elefántok nem gondolkodnak Istenről; nincs rá szükségük. Az elefánt kölyök azonnal járni kezd, körbetekinget, és felfedezi a világot. Nem olyan tehetetlen, mint az embergyerek. Igen, meg fogsz lepődni, milyen sok minden épül az embergyerek tehetetlenségére: a család, a társadalom, a kultúra, a vallás, a filozófia - minden a kisgyermek tehetetlenségére épül.

Az állatvilágban nincsenek családok, azon egyszerű oknál fogva, hogy a kölyöknek nincs szüksége a szüleinek. Az embereknek ki kellett alakítaniuk egy bizonyos rendszert. Az apának és az anyának együtt kell maradnia, hogy gondoskodhassanak a gyermekükről, aki szerelmi viszonyuk következménye; tehát a felnevelése is az ő feladatuk. Ha azonban az állat-kölyökhöz hasonlóan a kisgyereket is magára hagyják, elképzelhetetlen, hogy életben maradjon: lehetetlen! Hol találna magának ételmet? Kitől kérne? Mit kérne?

Talán túl korán érkeznek? Néhány biológus úgy gondolja, hogy az embergyerek koraszülött - kilenc hónap nem elegendő -, hiszen olyan tehetetlenül jön világra. De az emberi test olyan, hogy az anya nem tudja kilenc hónapnál tovább hordani a gyermekét, abba belehalna, és halála egyúttal a gyermek halálát is jelentené.

Kiszámolták, hogy ha a gyerek legalább három évig élhetne az anyja méhében, akkor talán nem lenne szüksége apára, anyára, családra, társadalomra, kultúrára, Istenre és papokra. De a gyerek nem élhet három évig az anyja méhében. Ez a különös biológiai helyzet erősen meghatározza az egész emberiség viselkedését, gondolkodását, a család és a társadalom szerkezetét; és ez okozza a félelmet.

A gyermek első élménye a félelem; és az ember utolsó élménye is a félelem.

Ne feledd, a születés is egyfajta halál; csak nézd a gyermek szemszögéből. Élt egy biztos világban, amely tökéletesen kielégítette. Nem volt szüksége semmi egyébire, nem vágyott semmi többre. Egyszerűen élvezte a létezést, élvezte a fejlődést - és akkor hirtelen kutasztították belőle.

A gyermek számára ez a tapasztalat a halál megtapasztalása: elpusztul az egész világa, a biztonsága, a kellemes otthona. A tudósok azt mondják, még nem sikerült olyan kellemes otthont teremtenünk, mint amilyen az anyaméh. Szüntelenül próbálkozunk: minden otthon annak a kényelmes otthonnak a megteremtése érdekében tett igyekezet.

Még vízagyak gyártásával is próbálkoztunk, hátha sikerül elérni ugyanazt az érzést. Fürdőkádunk is van; benne fekvé egy kicsit újra gyermeknek érezhetjük magunkat. Azok, akik tudják, milyen egy igazi forró fürdő, sőt is tesznek a vízbe, mert a magzatvíz nagyon sós - pontosan ugyanannyi sót tartalmaz, mint a tengervíz. De meddig fekhatsz egy fürdőkádban? Izolációs tartályokat építünk, ami nem más, mint az elvesztett anyaméh újbóli megtalálására tett kísérlet.

Sigmund Freud nem volt megvilágosodott ember - sőt tulajdonképpen egy kicsit bolond volt, de olykor a bolondok is énekelnek gyönyörű dalokat. Néha neki is voltak jelentőségteljes gondolatai. Például úgy vélte, hogy amikor egy férfi szeretkezik egy nővel, az igyekezete mélyén valójában a méhbe való visszajutás vágya él. Ebben lehet némi igazság. Ez az ember örült, az L\_ elképzelés egy kissé túlzó, de még az olyan bolondokra is, mint amilyen Sigmund Freud, nagyon oda kell figyelni.

Úgy érzem, van ebben némi igazság: a vágy a méh után, a csatorna után, amelyen át a világra jöttünk...

A férfi nem érheti el a méhet, ez igaz. Ezért aztán mindenféle dolgokat alkot: barlangokat, házakat, repülőgépeket. Nézd meg a repülőgép belsejét - nem lenne csoda, ha egy nap a repülőgépen az emberek forró, sós vízzel töltött kádakban lebegnének. A repülő pontosan ugyanazt a helyzetet biztosítja, mint az anyaméh, mégsem lehet ugyanolyan megnyugtató.

A gyermek nem ismert semmi mást. Megpróbáljuk a gépet ugyanolyan kellemessé tenni: csak nyomd meg a gombot, és ott terem a légiutas-kísérő. A lehető legkényelmesebbé varázsoljuk, mégsem lehet olyan kényelmes, mint amilyen a méh volt. Ott még a gombot sem kellett megnyomni. Még mielőtt éhes lettél volna, táplálékhoz jutottál. Még mielőtt levegőre lett volna szükséged, megkaptad. Nem nehezedett rád semmiféle felelősség.

Tehát amikor a gyermek előbújik az anyaméhből, ha érzi egyáltalán, halálnak kell éreznie. Nem érezheti születésnek, ez lehetetlen. Ez a mi elméletünk - azoknak az elmélete, akik kívül állnak -, mi nevezzük ezt születésnek.

És aztán másodszor, egy nap ismét, egy egész élet erőfeszítése után... Képes elérni valamit - egy kis házat, egy családot, egy kis baráti kört, egy kis melegséget, egy kis sarkot valahol a világban, ahol megpihenhet, és önmaga lehet, ahol elfogadják. Nehéz - egy egész élet küzdelme, és egy nap hirtelen megint azon kapja magát, hogy kihajították.

Megint eljön az orvos, ugyanaz a férfi, aki valaha megütötte! De akkor a légzés elindítása volt a cél; most pedig, amennyire tudjuk... Most ezen az oldalon vagyunk, nem ismerjük a túloldalt. A túloldal a képzeletre van bízva; ezért van mennyország és pokol... a képzelet



könnyen szárnyra kap.

Ezen az oldalon vagyunk, és ez a férfi haldoklik. Számunkra haldoklik; pedig talán éppen újjászületik. De ezt csak ő tudja, és nem tud visszafordulni, hogy elmondja: „Ne aggódjatok. Nem vagyok halott, élek.” Ahogy nem tud megfordulni az anyaméhben, hogy még egyszer visszapillantson, és elbúcsúzzon mindenkitől, most sem tud visszafordulni, nem tudja kinyitni a szemét, hogy mindenkitől búcsút vegyen, és azt mondja: „Ne nyugtalankodjatok. Nem haldoklóm, éppen újjászületek.”

Az újjászületés hindu elmélete nem más, mint a közönséges születés kivetítése. A méh számára - ha a méh gondolkodik - a gyermek halott. A gyermek számára - ha gondolkodik - ez haldoklás. Pedig éppen megszületik; ez nem halál, hanem születés. A hinduk ugyanezt az elvet vetítették ki a halálra is. Erről az oldalról haldoklásnak tűnik, de a túloldalról... A másik oldal azonban a képzeletünk terméke; olyanná alakítjuk, amilyenné akarjuk.

Minden vallás másképpen képzelettel a másik oldalt, mert minden társadalomnak és minden kultúrának különbözőek a földrajzi adottságai, különböző a történelme. Például a tibetiek nem képzelhetik a másik oldalt hűvösnek, hiszen a hideg félelmetes, a hideg szörnyű. A tibetiek úgy gondolják, hogy a halott ember meleg, és az új világban mindig meleg marad.

Az indiaiak nem hiszik, hogy mindig meleg ma rad. Indiában még a négyhavi forróság is túl sok, hát még az örökkévalóságig tartó meleg - abban megfőnének! Nem ismerik a légkondicionálást, a hinduk Paradicsom-képe mégis szinte légkondicionált: ott mindig hűvös a levegő, nem meleg, nem hideg, hanem hűvös. Mindig tavasz van, indiai tavasz: minden virág teljes pompájában tündököl, a szél illatokkal terhes, a madarak énekelnek, minden élettől duzzad; de nem meleg, hanem hűvös a levegő. Erre újra és újra figyelmeztetnek: hűvös levegő áramlik.

Az elméd az, amely kivetíti az elképzelését; máskülönben nem különbözne a tibetieké, az indiaiaké és a mohamedánoké. A mohamedánok nem képzelhetik a másvilágot sivatagnak - olyan sokat szenvedtek már az arabiai sivatagban. A másvilág egy oázis, végtelen oázis. Nem afféle kicsi oázis, ahol több száz kilométer után végre egy kis vízre és néhány fára bukkanasz, nem; mindenütt oázis van, sivatag pedig nincs sehol.

Mi kivetítünk, de az előtt, aki haldoklik, ugyanaz a folyamat játszódik le, amelyet egyszer már megtapasztalt. Közismert tény, hogy a halál pillanatában, ha az illető nem veszté el az eszméletét, ha nem esik kómába, visszaemlékszik az egész életére. Visszamegy élete első percéig, amikor megszületett. Úgy tűnik, nagyon meghatározó, hogy amikor elhagyja ezt a világot, visszatekintsen mindarra, ami történt. Néhány másodperc alatt az egész naptár végigpereg, mint a film a moziban.

Pereg a naptár, hiszen egy kétórás filmben sok évet kell végigvenni... Ha a naptár a szokványos sebességgel haladna, két évig kellene ülnöd a moziban azt pedig ki engedheti meg magának? Nem, a naptár pereg, pereg, a dátumok villámgyorsan változnak. A halál pillanatában pedig mindez még gyorsabban halad. Egyetlen másodperc alatt az egész élet felvillan, és megáll az első pillanatnál. Ugyanaz a folyamat zajlik le újra - az élet egy teljes kört írt le.

Miért akarlak emlékeztetni minderre? Mert a te Istened nem más, mint az első napod félelme, amely elkísér az utolsó pillanatig, és közben egyre nagyobb és nagyobb lesz. Ezért lehet az ember fiatalkorában ateista, megengedheti magának, de ahogy öregszik, az ateizmus egy kissé problémássá válik. Ha közelebb jut a sírhoz, ha fél lábbal már a sírban áll, és

megkérdezed tőle: „Még mindig ateista vagy?“, azt feleli: „Már más a véleményem.“ Mert retteg attól, ami történni fog. Egész világa eltűnőben van.

Azt mondd: abban a pillanatban, hogy Isten képzetének elvetésére gondolsz, feltámad benned a félelem. Ez egyszerűen azt jelzi, hogy Isten képzetének sziklájával nyomod el magadban a félelmet; vagyis abban a pillanatban, amikor felemeled a sziklát, a félelem feltör.

Ha megjelenik a félelem, az azt jelenti, hogy szembe kell nézned vele; semmit nem segít, ha Isten képzetével próbálsz elfedni. Nem lehet újra hited, azt leromboltad. Nem hihetsz Istenben, mert a kétség valóság, a hit pedig fikció. És semmiféle fikció nem állhat meg a tények előtt. Most már Isten csupán hipotézis marad számodra; imád haszontalanná válik Tudni fogod, hogy feltételezés, nem felejtethed el, hogy feltételezés.

Ha egyszer eljut a füledig az igazság, nem felejtethed el többé. Az igazság természetéhez tartozik, hogy nem kell emlékeztetned magadat rá. A hazugságra szüntelenül emlékeztetned kell magadat; azt elfelejtethed. A hazugsághoz szokott embernek jobb memóriára van szüksége, mint annak, aki az igazsághoz szokott, mert az igaz embernek nincs szüksége memóriára. Ha csak igazat mondasz, nem kell emlékezned. Ha viszont hazudsz, akkor szüntelenül emlékezned kell, mert az egyik embernek ezt hazudtad, a másiknak azt, másoknak megint mást. El kell raktároznod és meg kell őrizned az elmédben, kinek mit mondtál. És valahányszor rákérdeznek egy hazugságra, megint hazudnod kell, tehát ez egy végtelen láncolat. A hazugság nem hisz a születésszabályozásban.

Az igazság örök szűz, nincsenek gyermekei; nem köt házasságot.

Egyszer meg kell értened, hogy Isten nem más, mint feltételezés, a papok, a politikusok, a hatalmon lévő elit, a pedagógusok teremtménye - azok hozták létre, akik lelki rabságban akarnak tartani, akiknek érdeke fűződik ahhoz, hogy rabszolga légy... Azt akarják, hogy félj, hogy szüntelenül rettegj, hogy reszkess mélyen belül, mert ha nem félsz, veszélyes vagy.

Lehetsz olyan ember, aki gyáva, retteg, kész engedelmeskedni, meghajolni, olyan ember, akiben nincs méltóság, nem tiszteli a saját lényét - vagy lehetsz félelem nélküli ember. De akkor lázadó leszel, ezt nem kerülheted el. Vagy a hit embere leszel, vagy lázadó szellem. Ezért azok, akik nem akarják, hogy lázadó légy - mert a lázadásod ellentétes az érdekeikkel - , erőnek erejével kereszténységgel, judaizmussal, mohamedán tanokkal töltik meg az elmédet, hogy mélyen belül állandóan rettegj. Erre épül a hatalmuk, ezért mindenki, aki hatalomra tör, akinek az életében nincs más, mint hatalomvágy, kitűnő hasznát veszi Isten hipotézisének.

Ha félsz Istentől - és ha hiszel benne, akkor félned is kell tőle -, követned keli utasításait és parancsolatait, szent könyvét, messiását, megtestesülését. Követned kell őt és a képviselőit. Ő valójában nem is létezik; csupán a képviselői léteznek. Ez egy nagyon különös üzlet. A vallás a legkülönösebb üzlet. Nincs főnök, közvetítők azonban vannak: a pap, a püspök, a bíboros, a pápa, a Messiás, egy egész hierarchia - legfelül azonban nincs senki.

Jézus azonban Istentől eredezteti a tekintélyét és a hatalmát - ő az egyszülött fia. A pápa Jézustól eredezteti a tekintélyét - ő az egyetlen igazi, tévedhetetlen képviselője. És így tovább, a legutolsó papig... de Isten nincsen; ő csupán a félelmed. Te kérted, hogy találják ki Istent, mert nem tudtál egyedül élni. Nem voltál képes szembenézni az étellel, annak szépségeivel, örömeivel, szenvedéseivel, gyötrelmeivel. Nem voltál kész, hogy mindezeket magad tapasztald meg, valaki más oltalma nélkül, anélkül hogy valaki tartaná föléd az

ernyőt. Te kérted Isteni, mert féltél.

Szélhámosok pedig mindenütt vannak. Te kérsz valamit, és ők előteremtik neked.

Meg kell szabadulnod ettől az istenképzettől, amely segít neked távol tartani a félelmeket. Keresztül kell menned a félelmen, és el kell fogadnod az emberi valóság részeként. Fölösleges menekülnöd előle. Épp arra van szükség, hogy belehatolj, és minél mélyebbre hatolsz a féleleidben, annál kevésbé rettesz majd.

Amikor végre megérinted a félelem sziklájának alját, már csak nevetni fogsz, nem félsz többé semmitől.

És amikor a félelem eltűnik, ott lesz az ártatlanság, az az ártatlanság pedig a summum bonum, a legfőbb jó, a vallásos ember legvégső lényege. Az az ártatlanság hatalom. Az az ártatlanság az egyetlen létező csoda. Abból az ártatlanságból bármi megszülehet, de nem leszel keresztény tőle, és mohamedán sem leszel tőle: Az ártatlanságtól egyszerűen hétköznapi, emberi lény leszel, aki maradéktalanul elfogadja a hétköznapiságát, és örömmel éli meg, hálás a létezés egészének - nem Istennek, mert azt a képzetet mások erőltették rá. A létezés azonban nem képzet. Ott van körülötted mindenütt, belül és kívül egyaránt. Ha tökéletesen ártatlan vagy, mély hála - nem nevezem imának, mert az imában kérsz valamit, inkább mély hálának nevezem -, tehát mély hála születik benned. Nem azért, mert kérsz valamit, inkább mert köszönetet mondasz valamiért, amit már megkaptál.

Annyi mindent kaptál! Megérdemelted? Megdolgoztál érte? A létezés olyan sok mindennel halmozott el, hogy ennél többért esedezni rút dolog. Amit kaptál, azért kellene hálásnak lenned. És az benne a legcsodálatosabb, hogy ha hálás vagy, még több és több létezés árad feléd. Körforgássá válik: minél többet kapsz, annál hálásabb leszel; minél hálásabb leszel, annál többet kapsz... És sosincs vége, ez egy végtelen folyamat.

De ne feledd: Isten hipotézise nincs többé; abban a pillanatban, hogy Isten képzetét feltételezésnek nevezed, már meg is szabadultál tőle. Akár félsz, akár nem, már nem tudod meg nem történtté tenni; bevégeztetted.

Most már egyetlen út maradt: behatolni a féleleidbe.

Csendesen lépj be, akkor megtalálhatod a legmélyét.

És olykor megesik, hogy nem is olyan mély.

Egy történet:

Egy férfi éjszakai sétája közben megcsúszott egy sziklán. Tudta, hogy alatta egy nagyon-nagyon mély szakadék húzódik, és attól tartva, hogy több száz métert zuhanhat lefelé, meg kapaszkodott egy ágban, amely a szikla fölé nyúlt. Éjszaka volt, nem látott mást, csak a feneketlen szakadékot. Kiabálni kezdett; a kiáltása visszhangzott, de senki sem hallotta meg.

Elképzelheted, micsoda szenvedést állt ki egész éjszaka. Minden pillanatban ott várta a halál, a keze elgémberedett, alig tudta tartani az ágat... Aztán feljött a Nap, a férfi letekintett, és elnevette magát: nem is volt alatta szakadék. Tíz centivel alatta állt egy sziklapárkány. Pihenhett volna egész éjszaka, kialhatta volna magát - a párkány elég nagy volt hozzá -, de az egész éjszaka rémálom volt.

A saját tapasztalatom alapján elmondhatom neked: a félelem nem mélyebb tíz centiméternél. Már csak rajtad múlik, hogy az ágon akarsz-e csimpaszkodni, és az egész életedet rémálommá változtatod, vagy szeretnéd inkább elengedni az ágat, hogy a saját lábadra állj.

Nincs mitől félned.