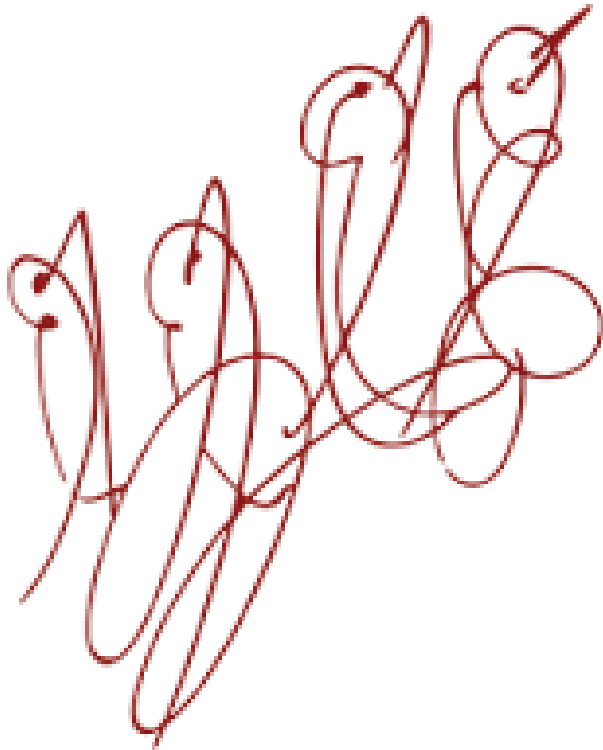




AZ ÖRÖM SZÁRNYAI

Sri Chinmoy



Hogyan teremtünk kapcsolatot a belső élet és a külső élet között? Ha ismerjük a meditáció művészetét, ezt a két világot könnyen és tudatosan egyesíthetjük. Ha gyakoroljuk a meditációt, minden pillanat arany lehetőséggé válik, hogy elutasítsuk a csüggedést, a csalódottságot, a haragot, a félelmet és a többi negatív tulajdonságot, és felszínre hozzuk a belső világ isteni tulajdonságait: a szeretetet, a békét, az örömet és a fényt.

A meditáció olyan, mintha leszállnánk a tenger mélyére, ahol minden békés és nyugodt. Meglehet, hogy a felszínt hullámok sokasága borzolja, de a tenger alatt érintetlen marad. A tenger, legmélyebb mélységében, csupa csend. Amikor meditálni kezdünk, először saját belső létünkhöz próbálunk eljutni, valódilétezésünkhöz - azaz, mondhatni, a tenger mélyére. A külső világból jövő hullámok itt

nincsenek hatással ránk. A félelem, a kétség, az aggodalom és mindennemű világi nyugtalanság szertefoszlik, mivel bennünk szilárd béke van. Mivel elménk csupa béke, csupa csend és csupa egység, a gondolatok nem érinthetnek meg. Mint a halak a tengerben, fickándoznak és tovaúsznak, de nem hagynak nyomot. Tehát legmagasabb meditációnkban úgy érezzük, hogy mi vagyunk a tenger, és a tenger állatai nem befolyásolhatnak minket. Úgy érezzük, mi vagyunk az ég, és a szárnyaló madarak nincsenek hatással ránk. Elménk az égbolt, és szívünk a határtalan óceán. Ez a meditáció.

A körülöttünk lévő világ gyakran ijesztget és fenyeget bennünket. Szükségtelen félelmet kelt értelmünkben vagy létünkben. Miért? Pontosan azért, mert még nem hoztuk vele létre egység-valóságunkat. Ha előtt minket az elkülönültségérzés, félelmünknek sem tudunk gátat szabni. A félelem pont azért létezik, mert tudatosan vagy tudat alatt el akarunk különülni attól a mindent átható Valóságtól, ami örökkévalóan vagyunk.

Ha egygé akarunk válni a lelkünkkel, meg kell próbálnunk állandóan tudatában lenni a Forrásunknak, ami maga az örök Béke, Fény és Üdvösség. Ha a forrásunk isteni, örök és végtelen, hogy érezhetünk bizonytalanságot? Akkor bizonytalan valaki, ha úgy érzi, hogy sötétség veszi körül. Éjjel megijedsz, mert nincs fény. Mindig a tudatában kell lennünk annak a ténynek, hogy a bennünk és körülöttünk lévő Lény csupa Fény, és ez a Fény halhatatlan. Minden, ami valódi, istenien valódi, az halhatatlan. A bennünk lévő Valóság isteni és örök. Ha van bennünk valami örök, ami gondolkodásunk és törődik velünk, akkor hogyan érezhetünk bizonytalanságot?

Ha valóban van valamid, amit a világnak adhatsz, akkor tudsz igazán alázatossá válni. A fa, ha nincs gyümölcs, amit adhatna, egyenes marad. De ha roskad a gyümölcsöktől, akkor lehajol. Ha csupa büszkeség és egó vagy, akkor senki sem kaphat tőled semmi érdemlegeset. Ha alázatod őszinte, az annak a jele, hogy tudsz adni valamit az emberiségnek.

Ha a szeretet valakinek vagy valaminek a birtoklását jelenti, az nem valódi szeretet, nem tiszta szeretet. Ha a szeretet azt jelenti, hogy adunk, és egygé válunk mindennel - az emberiséggel és az Isteniséggel egyaránt -, akkor az valódi szeretet.

Tudatosan tiszta szeretetet adhatsz másoknak, ha mikor beszélsz velük vagy rájuk gondolsz, azt érzed, életleheleted egy darabkáját adod nekik. Ezt az életleheletet csak azért kínálsz fel, mert érzed, hogy te és a világ többi része teljesen és elválaszthatatlanul egyek vagytok. Ahol egység van, minden tiszta szeretet.

Amíg mélyen bennünk nincsen béke, nem remélhetjük, hogy a külső világban béke lesz. Te és én alkotjuk a világot, azzal a rezgéssel, amit a világnak adunk. Ha meg tudjuk idézni a békét, és át tudjuk adni valaki másnak, meglátjuk, hogyan terjed a béke egyik emberről a másikra, majd fokozatosan az egész világra. A világ békéje az egyes emberek tökéletességéből fog létrejönni. Ha én békés vagyok és te békés vagy, és ő meg ő is békések, automatikusan rájuk virrad az egyetemes béke.

A tökéletesség nem jöhet létre egyik napról a másikra. Idő kell hozzá. Lélekteljes türelmet kell gyakorolnunk. Türelmesnek lenni nem azt jelenti, hogy kénytelenek vagyunk alávetni magunkat az élet rideg valóságának. Nem, a türelem belső bölcsesség. Belső bölcsességünk azt mondja, hogy időbe telik, amíg az isteniség a külső síkon is kinyilvánul. Az egész világnak lélekteljes türelemre van szüksége. Akkor az igazság a maga módján növekedhet.

Minden nap mint új remény, új ígéret, új törekvés kell, hogy elérkezzen hozzád. Ha azt gondold, hogy a holnap csak egy másik nap - ugyanolyan, mint az összes többi, amit eddig láttál - attól nem fejlődsz. Mindennap újból fel kell töltened magad energiával, mert csak az újdonsággal lehetsz sikeres és szárnyalhatod túl önmagad.

Minden nap azt kell éreznünk, hogy valami újat kell elérnünk. Minden nap haladunk. Csak úgy szárnyalhatod túl magad, ha felfedezed és megőrzöd örömedet. Ha felfedezed és megtartod örömedet, akkor mindig lesz rá energiád, hogy még egy lépést tégy.

Amíg belső életünkben nem hoztunk létre békét, addig nem lehet béke a külső életben sem. Minden a belső világban kezdődik. Ha korán reggel, mielőtt elmész otthonról néhány isteni gondolatot ápolsz magadban, ezek a gondolatok energiát adó, beteljesítő valóságokként fognak belépni külső életedbe.

Mélyen bennünk örök csend, béke és nyugalom honol. Ha teljesen nyugodtak és csendesek vagyunk, látjuk, hogy a belső élet a saját energiáját adja nekünk. Emberi elménk talán nem érti ezt az energiát, mivel az nem az elméből ered. Szívünk viszont megkapja ezt lelkünkötől.

Ha azt látod, hogy valakinek a hibái és rossz tulajdonságai nyilvánvalóak, próbáld érezni, hogy azok nem tükrözik őt teljesen. Valódi énje végtelenül jobb, mint amit most látsz. Korlátozottságaik ellenére is próbáld meg az Istenit látni másokban. Ahhoz, hogy az Istenit lássuk a másokban, szeretnünk kell. Való igaz, ahol a szeretet erős, ott kevés a hiba.