

SLUŽENJE JEDINSTVU



Dobar način da upoznate nku osobu jeste kada dozvolite nakon prvog, kratkog susreta svojoj intuiciji da zabeleži svoje utiske i da upravo ta zabeleška ostane kao trajni zalog susreta. Slično se desilo sa Devi Mohan i našim upoznavanjem. Trebalo je da se sastanemo, natenane upoznamo i ispričamo. I ona i ja smo odvojile i vreme i prostor za to, ali kako obično biva, mi planiramo, ali ostavljamo i prostor za iznenađenja. Od poduzetog upoznavanja usled okolnosti, upoznale smo se ubrzano i u tih pola sata je stalo nekoliko života. Valjda je to tako sa bićima kao što je Devi, otvorenim, protočnim i radosnim. Uvek bude lako, uvek ostavi tragi i otvori prostor za nešto više i dalje. Upravo zbog toga sam želela da u ovom broju upoznate Devi Mohan. Ova žena hrabro gradi novi svet sa svojim suprugom Mohandijem, a ovo je prilika da u taj svet zavirimo zajedno.



Život Devi Mohan bi lako mogao da bude i predložak za film. Životna krivulja se u tvom slučaju zaista naradila: od turbulentnih i ratnih ranih 90-ih, preko visokih pozicija u ogromnim korporacijama, sve do ašrama, joge, spiritualne diplomatije i širenja svesnosti. Šta bi ti izdvojila kao svoje najbolje lekcije tokom ovog puta?

Hvala na divnom pitanju koje u sebi već nosi suštinu odgovora: više nego sama iskustva, važna je spoznaja dubljeg smisla tih iskustava, kao i perspektiva iz koje sve posmatramo. Lekcija je moćna reč. Ona podrazumeva da smo iz datog iskustva nešto naučili (ili imali priliku naučiti), te da to novo saznanje koje nas je obogatilo možemo svesno primeniti u svom svakodnevnom životu.

Ja sam imala nekoliko ključnih, u datom momentu izrazito bolnih životnih iskustava, iz kojih sam narasla u spoznaji višeg smisla svog postojanja. Duboko sam zahvalna na tim lekcijama. Upravo pišem autobiografiju, gde će sva ta iskustva i spoznaje biti izloženi u detalje. Ovde bih ukratko istakla dva iskustva.

Tokom izbeglištva u Srbiji iz Zapadne Slavonije tokom devedesetih godina sa svojih 14 godina naučila sam koliko je važno prihvatiti datu situaciju, koliko god teška ona bila, te zadržati pozitivnost, veru i fokus na sadašnji trenutak. Samo tada nam se pruža prilika da – ovde i sada – damo sve od sebe, bez obzira na svu neizvesnost, nesigurnost, osećaj nepravde, potrebu da nekog okrivimo za teškoće koje doživljavamo, itd. Na taj način preuzimamo odgovornost za svoj život i energetski izlazimo iz uloge žrtve. Možda ne možemo promeniti spoljašnje okolnosti, no možemo promeniti svoj stav. Pitala sam se šta ja to mogu učiniti u datoj situaciji. Moja namera je bila da završim školu i da kroz obrazovanje otvorim vrata finansijske stabilnosti za sebe i porodicu. Ova iskrena i duboka namera je imala tako snažnu energiju da mi je u život privukla dve stipendije za studije u Rimu i Americi, za koje sam se prijavila standardnim putem kao i drugi, preko interneta. Pred sam

kraj postiplomskih studija u Americi na „Krok institutu za mirovne studije”, u okviru čuvenog Univerziteta Notr Dam, u meni se nenadano desila izuzetna promena kolosalnih razmera. Nekoliko godina ranije, tokom studija u Rimu, imala sam iskustvo svesnog astralnog putovanja. Moje astralno telo se našlo u ogromnoj pustinji i tu sam imala susret sa prelepim mladim jogijem, neopisivog sjaja i duhovne snage, koji je sedeo na posebnoj stolici u položaju lotusa usred te nepregledne pustinje. Doživela sam ogromno širenje u ljubavi i svesti, naročito nakon što je otvorio oči i pogledao me duboko, sa puno ljubavi. U jednom momentu sam se osetila poput balona koji je na samoj ivici pucanja. Nisam mogla da izdržim toliku energiju. On se nasmešio i rekao da još uvek nisam spremna. I dan danas se neopisivo jasno sećam svakog delića tog uzvišenog susreta u pustinji. I tako dolazim do tog trenutka pred kraj postdiplomskih studija kada se desio veliki zaokret u mom životu. Spremajući se za ispit prolazila sam pored police u knjižari sa mnoštvom knjiga kada sam osetila jasnu vibraciju na ruci koja me naprosto golicala. Usmerila sam dlan prema tom zraku energije koji sam jasno osećala, sagnula se lagano i na donjem redu te police stigla do knjige „Autobiografija jednog jogija”, Paramahansa Joganande. Bez ikakvog razmišljanja, otvorila sam knjigu i tu je usledilo ježenje po celom telu – knjiga se otvorila tačno na stranici na kojoj je bila slika prelepog

mladog jogija koga sam odmah prepoznala! Bio je to on! U položaju lotusa, uskog struka, sjajne duge kose i dubokih očiju u kojima sam tokom astralnog putovanja, na umu neopisiv način, čak videla ili doživela galaksije. Od šoka i uzbuđenja mi je prosto bio stao dah. Ispod te slike pisalo je „Mahavatar Babađi”. Srce mi je snažno lupalo i nisam mogla dočekati da pročitam tu knjigu. Upijala sam svaku reč, a kad sam stigla do dela o Mahavataru Babađiju, od silne milosti suze su same lile. Ne mogu opisati koliko je sve to bilo duboko i intimno za mene. U toj divnoj energiji su mi u jednom momentu prišla dva bela labuda i to upravo kada je Jogananda je objašnjavao značenje reči „Paramahansa” – uzvišeni labud, koji se rađa u vazduhu i pre no što dotakne tlo, savladava veštinu letenja. Simbolika je višeznačna i svakako bi čitaocima preporučila ovu knjigu koja je istinski živa, prepuna blagoslova i uvida. Čitajući o velikom avataru Babađiju, moj um se borio sa sumnjama – kako je moguće da je baš meni bilo dato da sretnem ovako uzvišeno biće, jogija najvišeg ranga koji je dostigao besmrtnost? Čime sam ja to mogla zaslužiti? Mnogo sam kontemplirala i tih nedelju dana se u meni desila tako ogromna promena da me karijera i finasijski aspekti poslovnih ponuda u Americi jednostavno uopšte više nisu zanimali. Jedino mi je bilo važno da nekako stignem do Indije, da pronađem nekog ko će mi efektivno preneti drevna znanja joge, meditacije, krije o kojoj govori Babađi, te da se otvorim za višu svest i spoznajem koje mi kao ljudska bića možemo dostići van okvira logičkog uma i zatvora ega.

Nisam znala kako i kada ću imati priliku da stignem do efektivnih metodologija za otvaranje u višu svest, ali sam verovala da će mi se put pokazati. Samo sam znala da moram nekako da dođem do Indije. Prva prilika za posao se javila 2005. god i to baš u Dubaiju, koji je udaljen svega sat i po avionom od Indije. Tako je krenuo moj put ka duhovnoj diplomatiji, jogi i iskustvenoj duhovnosti, koji me na kraju doveo do Mohandija, kao najvećeg blagoslova u mom životu.

Kako si u jednom intervjuu navela, joga je za tebe otvorila mnoga vrata i pomogla ti u transformaciji koja verovatno i dalje traje. Šta su za tebe najvrednije istine koje ti je joga omogućila da vidiš?

Najvrednije i najdublje istine su obično jako jednostavne. Primitila sam da su istinski jogiji, tj. ljudi koji su masterirali um, u principu jednostavni i jezgroviti. Tako su i čuvene „Patandali joga sutre” sastavljene od niza kratkih krilatica. One su toliko duboke i slojevite, napisane sa tako visokog nivoa svesti, da se od svake te krilatice može napisati disertacija. No, poenta nije u razglabanju i beskonačnoj analizi, nego u življenju tih učenja. Za mene je joga potpuno jednostavna. Kao prvo, joga nas uči da budemo prirodni. Onaj ko ne živi svoju istinu ili je op-

terećen time šta će drugi ljudi misliti o njemu, ne može biti prirodan. Onaj ko je u energiji nasilja, bilo da se radi o nasilju na nivou misli, reči i namere, a dela da ni ne pominjemo, ne može biti prirodan, jer je bezuslovna ljubav naša istinska priroda. Čista ljubav isključuje svaki oblik nasilja, zlonamernosti, osvete, ljubomore, itd.

U Himalajskoj školi tradicionalne joge, koja je nekako prirodno evoluirala o okviru Mohandijeve duhovne platforme, govorimo upravo o toj prirodnosti, jednostavnosti, povratku prirodi i povratku sebi. U današnje vreme je to od ključne važnosti. Joga me je naučila da nam za rad na sebi nije potrebno ništa sem svedočenja sopstvenog daha, svesnog pokreta, odlučnosti i volje da sve odgovore pronađemo u sebi. Počevši od svedočenja, usmeravanja pažnje ka unutra tokom joga položaja, usmeravanja suptilne životne energije putem tehnika disanja, smene izazovnih položaja i relaksacije van svih šablona koje um očekuje, otvaranja srca u zahvalnost, prihvatanja sebe i svog tela onakvim kakvo jeste, prepuštanja, itd. – sve to su čari koje su vešto utkane u drevnu praksu koju jednim imenom nazivamo joga.

Jedinstvo individualne svesti sa univerzalnom svešću je samo koncept uma dok se čoveku ne dese duboka unutrašnja iskustva beskrajne tišine i širenja u ljubavi i svesti, iskustva koja su toliko ogromna da ih se ne može pretočiti u reči niti uporediti sa bilo čime. Mohandi obično kaže: „Neka moje samo prisustvo govori više od reči.” To je to. Onaj ko se rastočio u toj svesti i više ne funkcioniše sa nivoa ega, zrači upravo tim jedinstvom o kome govori drevna nauka joge. U prisustvu takve osobe se budi ljubav u srcima ljudi, dešavaju se sinhroniciteti koji datoj osobi u tom momentu znače sve, spušta se ogromna milost i dešava velika transformacija, naročito kad čovek svesno bira da bude od pomoći drugima, da nesebično služi i iskazuje ljubav. Bez tog svesnog izbora ljubavi nad sopstvenom pohlepom, prividnim ograničenjima u okviru zone komfora nema istinskog otvaranja u višu svest.

Susret sa Mohandijem je, prema tvojim rečima, zaista bio sudbonosan i za tebe i za njega. Ali daleko važnije je to što se čini da je vaše partnerstvo i vaša misija služenja drugima upravo poligon na kome praktikujete sva učenja koja zajedno promovirate – tišinu, nevezanost, ispunjenje životne svrhe. Kako zapravo dolazimo do te vrste duhovnog partnerstva i da li postoje izvesni izazovi?

Mohandi je stigao u moj život nakon što sam iskreno, od srca poželeva da se predano bavim dobrotvornim radom. Nisam želela da to radim u okviru neke velike organizacije gde bi sve to bilo samo na papiru ili se svodilo na doniranje novca. Želela sam da doniram svoje vreme, svoje talente, da se licem u lice susrećem sa ljudima kojim je potrebna pomoć, te da u njihovim očima prepoznajem neki mali deo sebe... Tokom izbeglištva sam doživela ne samo glad i uniženje nego i svest o tome koliko nam u nekim ključ-

nim momentima nečija iskrena topla reč, pažnja, savet ili pomoć, koliko god mala bila, može značiti sve. Verujem da sam upravo zbog te iskrene želje da pomazem drugima i da u sebi otkrijem više nivoje ljubavi negde zaslužila da mi se u životu pojavi Mohandi. Sve je to bilo magično, kao u nekom filmu. Neopisivi sinhroniciteti, unutrašnje potvrde, uvidi. No, sem tih predivnih iskustava dešavali su se i ogromni testovi. Tu se vraćamo na tematiku životnih lekcija sa početka ovog intervjuja. Shvatila sam da je jako važno da prelazak na viši nivo svesti negde bude praćen i određenim testovima, kako bismo sami pred sobom još jednom utvrdili gradivo. Veliki majstor Sai Baba je jednom rekao: „Bez ispita nema ni diplomiranja” (No graduation without examination).

Darma (dharma) je suštinski deo našeg ispunjenja. Šta bi rekla da je tvoja darma?

Tokom iskustva bliske smrti 1999. godine, u ključnom momentu pred rastakanje u živoj svetlosti božanske ljubavi, obznanjeno mi je da nije došlo moje vreme, da nisam ispunila svoju misiju, a to je služenje jedinstvu. Od tada aktivno radim na tome da spoznam šta to tačno znači u praktičom životu. Ta moja viša svrha, sveti zadatak ili darma je da dotaknem srca ljudi putem zlatne niti koja ujedinjuje sve religije, duhovne pravce i učenja. To je ono čemu težim tokom govora koje držim u ulozi Globalnog ambasadora Mohandi fondacije, tokom časova joge, procesa i meditacija tokom Mohandijevih programa, Mai-Tri i MTM tretmana, itd. U svakoj toj ulozi dajem svoj maksimum i ulažem celu sebe. To je ono što je meni najvažnije. Jako mi je važno da jednostavno živim svoju istinu, da budem prirodna i da dam svoj maksimum. To je sve. Sve u svemu, smatram da kad neko celim svojim bićem korača putem iskustvene duhovnosti sazdane na čistoti, ljubavi, veri i oslobađanju od svih vezanosti u koje nas uvlače niže frekvencije, onda se prilike za služenje jedinstvu, tj. življenju svoje darme, javljaju u raznim situacijama.

Ja samo znam da, ako iko vidi moj najviši potencijal i šta sve još u sebi treba da prevazidem da bih to i ostvarila, to je upravo Mohandi. On me prvenstveno inspiriše sopstvenim primerom, podrškom, a ponekad i kritikom, koja je uvek efektivna. Svi mi lako i uglavnom nesvesno zapadamo u svoje ustaljene šablone, a to je onda življenje karme, a ne dharme. Upravo u tome je neprocenjiva vrednost prisustva živog duhovnog učitelja (Gurua), o kojoj je Jogananda govorio u svojoj autobiografiji. Toj istini i sama svedočim, jer su zamke ega (naročito duhovnog ega) brojne i vešto se prikradu.

Zašto misliš da je važno da tvoje i Mohandijeve poruke dotaknu što više srca?

Duhovni put kome Mohandi i ja pripadamo je kao reka koja teče. Prirodno privlači one duše koje su u datom mo-

mentu spremne da ga prepoznaju. Mi se ne bavimo brojevima, kako na programima i meditacijama, tako i uopšteno. Nikad nisam videla da se Mohandi razočarao ako je broj ljudi koji je došao na program manji od očekivanog. On nije imao očekivanje i tome uči i nas. Tek kad to osvestimo, vidimo koliko naš um voli da neguje očekivanja, razočaranja, ogovaranja i krivljenje drugih za ta razočaranja, itd. Ko je trebalo da dođe, taj je došao. Tako je bilo od početka. Ovo je put bez puta, bez velikih pravila i rutina, uniformi i titula. Ovo je put vatre koja sagoreva naša ograničavajuća verovanja, strahove i ego tripove, tako da nije udoban i nije svakome dat.

Ali divno je svedočiti onome što čovek postane nakon što krene da korača ovim putem. Lično sam videla brojne transformacije u ljudima i uvek nove načine na koje Mohandi (koji za mene nije samo moj suprug ili osoba, već čista svest) dovodi ljude u situacije da iskustveno prevaziđu sopstvene barijere i prodišu u jednoj sasvim novoj energiji i potencijalu. Mohandi platforma svima pruža mogućnost da se kroz volontiranje približe vatri koja ih transformiše i uzdiže u tu višu frekvenciju na kojoj sve što je nepotrebno otpada. Zato često kažemo: „Ne radi se o tome šta je neko na ovim programima dobio, nego šta je sve izgubio,” tj. čega se sve oslobodio, jer je ovo put duhovnog oslobađanja.

Jednom si rekla da ne postoji ništa kompetitivno u jogi, da ne treba da bude poređenja, jer svako je jedinstven i ima svoja ograničenja ili mogućnosti. Da li je ovo možda i sjajan recept za posmatranje bilo kakvog odnosa u našem životu?

Da, naravno. Svako od nas je jedinstven i ne postoji niko ko može doživeti jogu (kao iskustvo ili stanje jedinstva, a istovremeno i praksu ili put ka postizanju tog jedinstva), na potpuno isti način. Besmisleno je upoređivati se sa drugima. Taj takmičarski program koji nam se usaduje putem obrazovnog sistema se na duhovnom putu mora prevazići. Tek tada čovek postaje svoj, autentičan, neustrašiv i celovit. Mohandi kaže da prvo moramo postati celovita jedinica svesti da bismo se mogli rastočiti u univerzalnoj svesti. Dok smo god fragmentirani, puni strahova, ograničenja, predrasuda, itd. moramo nastaviti sa radom na sebi. No, kad se sve kockice poslože, prestaje sav rad i kreće potpuno prepuštanje. Tada čovek postaje čisti instrument više svesti i radi mnogo više, jer nas tada ta viša energija nosi poput večnih talasa, donoseći ispunjenje koje se nastavlja i kad duša otpusti omotač fizičkog tela. To je ta Ljubav koja nam dariva večnost. Kao duša sam sve to negde okusila, nosim to sećanje duboko u sebi, i sada eto utvrđujem gradivo. Sada živim ta učenja kako najbolje znam i umem, sa verom da će mi veliki Babađi dati još jednu priliku, te da ću tada biti spremna da se prepustim momentu kada će se moj balon ega skroz rastočiti, jednom za svagda...

Hvala svim čitaocima Sense na pažnji i želim vam duboko ispunjenje na vašem životnom i duhovnom putu. **S**

Nebeski ples DUŠE

Mohandī je čovek čije reči visoko vibriraju, melodično pozvaju na buđenje ljubavi, zajedništva, solidarnosti, saosećanja i nesebičnosti. Duša je ta koja nas sve povezuje, a kada jednom zaigrate sa njom u ritmu univerzuma, zavolećete sebe i sva bića oko sebe. Uz ljubav i podršku svoje supruge i ćerke, Mohandī nas podseća na to šta je život



Osnovno učenje mog sagovornika Mohandija je da treba da budete svoji, bilo kroz samoprihvatanje, kroz samopoštovanje, kroz ljubav prema sebi. Prema njegovom učenju – ako ste pronašli sebe, pronašli ste univerzum. Kako kaže, „Ovo je cela priča”. Napominje da sve tehnike koje koristi predstavljaju sredstva za pronalaženje sebe i da „jednom kada neko pronade sebe, pronašao je majstora u sebi, koji je oslobođen svih obavezujućih emocija i čula uma. Svi smo mi potencijalni majstori. Razlog zašto se tako ne osećamo je taj što smo zavisni od svoje ličnosti. Kada postanemo zavisni od ličnosti, postajemo ograničeni. Zbog toga ne osećamo da smo majstori. Jednom kada se odvojite od tela, ili oblika i ličnosti, tada počinjete da shvatate šta je tačno suština ili šta je istina u nama. Jednom kada spoznamo istinu u sebi, doživljavamo da smo izvor, a ne pojava. Jednom kada se povežete sa izvorom, koji možemo nazvati dušom, shvatite da smo mi sve što nas okružuje.” Možda najlepše od svega, napominje da je čitav svet naš izraz, kroz najrazličitije forme. Jer, kako kaže, duša je ista u svakom biću, bilo da su to muškarac ili žena, bilo da je to životinja, bilo da su to bića koja žive u vodi, na nebu, na zemlji. Svima nama, smatra, upravlja jedna duša, ali u različitim telima, pa osećamo da su različita. Dodaje da je „ova dualnost ono što pokušavamo da prevaziđemo do jedinstva i svesti da smo jedno. Kada to jednom postignemo, tada znamo da smo univerzum i tada



Dok živimo svoj život, moramo se setiti da **mir, saosećanje, ljubaznost, prihvatanje** i mnogi rafiniraniji aspekti našeg postojanja postoje u nama i moramo ih negovati. Kada negujemo više aspekte svog postojanja, niži aspekti opadaju. **Kada dobrota raste, podele se završavaju**

možemo da doživimo univerzum. Tada nema podela, poređenja, nadmetanja, kao što ne postoji ni mogućnost ljutnje, mržnje, ljubomore, predrasuda ili ratova. Postoje samo šanse za ujedinjenje i jedinstvo.”

Koliko je proces duhovnog razvoja komplikovan i da li zavisi od pojedinca? Da li nam je potrebna samo volja ili nešto više od toga?

Ono što nam je potrebno je svest. Drugim rečima, prisustvo uma ili pažnja tokom naših budnih sati. Duhovno buđenje ili traganje za duhovnim putem nije komplikovano. Postaje komplikovano, jer smo navikli da zavisimo od spoljnih okolnosti, poput pozicija u društvu, imanja i životnih odnosa. Teško nam je da razblažimo i umanjimo te zavisnosti, jer smo navikli na njih. Zbog ovih zavisnosti ostajemo zalepljeni za ove aspekte svog života, gde nam nedostaje naša osnovna sloboda. Živimo život smatrajući da je posedovanje svega ovog sloboda. Živimo u zabludi da je sloboda Čula i Uma stvarna sloboda, ne znajući činjenicu da je sloboda zapravo sloboda OD Čula i Uma prava sloboda. Svi veliki majstori su pronašli ovu istinu. Kada shvatimo ovu istinu, i sami postajemo majstori. Pravi majstor je savladao svoj um. Ako počnemo



POVRATAK NA PUT LJUBAVI I SAOSEĆAJNOSTI

Kada ljudi postanu svesni da je njihovo saosećanje inkarnirano, njihov izraz prema svetu postaje prožet stalozenošću i potpunim prihvatanjem. Na svako biće koje se kreće i ne kreće gledaju kao na sebe, a kultura poštovanja počinje da pušta korene. Kada počnete da volite svako biće oko sebe, kada počnete da poštuju svaki aspekt postojanja, tada se život menja nabolje. Unutrašnje bogatstvo se utvrđuje iznutra. Sve što nam treba je ljubav, i prihvatanje, i ovo je neprestani podsetnik koji moramo nositi sa sobom u svakoj situaciji.



da razmišljamo, čak i nakratko, o svom životu i postojanju, počinjemo da shvatamo da postoje tri preovlađujuća stanja u kojima postojimo. To su:

1. Budno stanje, kada smo sa spoljnim svetom, u interakciji i iskustvu života.
2. Stanje sna, kada spavamo i doživljavamo svet iznutra. Ovde su naša iskustva zansovana na uskladištenim informacijama koje smo prikupili tokom budnosti.
3. Stanje dubokog sna potpunog poništenja, gde nemamo identitet, za koje možemo reći da je ekvivalent smrti.

Ono šta jesmo i što doživljavamo tokom svakog od ovih stanja je različito. Svako stanje ima svoj ukus. Ovo je tip svesti koji je važno gajiti za „duhovni razvoj“, jer biti duhovan jednostavno znači „Biti Ti“, razumeti sebe i prihvatiti ono što istinski jesi. Kada naša svest raste, shvatamo da u nama postoji elektricitet koji animira celo naše biće. To možemo nazvati dušom, energijom ili bilo kojim drugim imenom, ali počinjemo da shvatamo da ovo pokreće celu „predstavu“, celo naše biće. Baš kao što veš-mašina, frižider ili televizor nemaju vrednost ukoliko nema struje, tako je i za naše telo bez duše. Oni su samo komadi materijala u našoj kući, bez struje, samo zauzimaju prostore. Čim se u njima pokrene struja, oni ožive i mi ih možemo koristiti u svoju korist. Baš tako, sva čula, um, intelekt i ego su apsolutno beskorisni bez unutrašnjeg aspekta energije ili duše. Ako duša ili energija nisu prisutni, čula, um i intelekt nemaju vrednost. Ova svest je dovoljna da se povežemo sa sobom, razumemo sebe i približimo se aspektu duše iznutra. Kada je ova veza dosledna, imaćemo spoznaju unutrašnje energije, sopstva i duše u nama. To je ono što nazivamo prosvetljenjem.

Nezdrave emocije besa, ljubomore, mržnje i pohlepe truju naše biće i izbacuju nas iz životnog balansa. Na koji način vodite ljude ka buđenju zdravih emocija do osećaja bezuslovne ljubavi?

Ljudska bića su prefinjena vrsta i imamo svako pravo da to izrazimo, ali često to ne radimo. Postajemo plenom uobičajenih prizemnih, nižih izraza, kao što su bes, mržnja, ljubomora, osveta, predrasude i sve vrste emocija i radnji koje

nas odvođe od naših vitalnih energija. Prirodne instinktivne stvari ljudskog postojanja, kao što su hrana, seks ili novac nazivamo gresima, dok u sebi nosimo mnoge poroke poput pohlepe, nasilja, besa, osvete, sebičnosti, takmičenja, što se smatra normalnim ili je često prihvaćeno. Dok živimo svoj život, moramo se setiti da mir, saosećanje, ljubavnost, prihvatanje i mnogi rafiniraniji aspekti našeg postojanja postoje u nama i moramo ih negovati. Kada negujemo više aspekte svog postojanja, niži aspekti opadaju. Kada dobrotu raste, podele se završavaju. Kada saosećanje raste, naši izrazi postaju mnogo viši, u skladu sa našom rafinisanom vrstom. Pravi način da izađete iz osnovnih korena osećanja je da težite ka višem, kao što su saosećanje, nesebičnost, ljubav, mir i drugi prikazi više ljudske prefinjenosti. To je unutrašnja promena i ovaj potencijal leži u nama sve vreme. Za to nam nije potreban učitelj. Ali, samo treba da osetimo šta nas iznutra čini bogatima i da to prihvatimo. Samo treba da osetimo šta nam odgovara, a šta ne, treba da osetimo šta je dobro za nas i šta nije dobro za nas. Šta je dobro za nas? Ono što nas širi, ono što nas čini bogatijima i upravo je to naš vodeći faktor. Kada se osećamo bogati? Kada konstantno dajemo, delimo i izražavamo više aspekte svog postojanja, ne žaleći se, ne upoređujući se, ne kritikujući ili kriveći jedni druge. Ali kada negujemo svest o siromaštvu, kada izražavamo pohlepu, mržnju ili bes, osećamo manje i zapravo umanjujemo sebe. To je upravo ono što moramo da zapamtimo.



Da li je svet danas postao sebičniji i okrenut isključivo ka svojoj dobrobiti? Da li takvo ponašanje vodi ka sve većem otuđivanju i samoći?

Ljudska bića su takođe delimično iz životinjskog carstva i osnovni pokretač svakog čoveka je, baš kao kod životinje, instinkt za preživljavanjem. Aspekti sebičnosti, pohlepe, posesivnosti, posedovanja dobara i svih sličnih ljudskih osobina, povezani su sa instinktom preživljavanja. Ali, kada se čovek usavrši, on shvati da nije zavisn ni od čega na Zemlji. On razume da smo ovde sa „turističkom vizom“ i da ćemo biti ovde samo određeno vreme. Došli smo ovde, uzeli smo telo i postojaćemo ovde onoliko koliko je potrebno, a onda ćemo umreti, otići. Sa ovom svešću znamo da svaki dan koračamo ka svojoj smrti. Znamo šta treba da radimo na Zemlji – da iskusimo velika osećanja, velike emocije, velika iskustva. Kada sledite ta sjajna iskustva, odvojićete se od sebe i početi da se distancirate od besa, mržnje, ljubomore, podela, takmičenja i poređenja. Postaćete skloni prihvatanju, opraštanju i lako ćete zaboraviti dugo zadržana negativna sećanja na prošlost. Jer, SADA je jedino vreme koje možemo da doživimo. Nemate na raspolaganju vreme iz prošlosti, niti vam je budućnost trenutno na raspolaganju. Vi imate samo sadašnjost, upravo ovaj trenutak. Kada počnete da prihvatate sadašnjost i kada znate da imate samo ovo vreme da iskusite sve što ste želeli da iskusite, nećete se osećati sebično i ego-centrično. Ukoliko pogledate životinje i npr. ptice, one jedu sve što žele da jedu dok im se stomak ne napuni, a zatim ostave hranu i odu. Posle više ne brinu o tome. Na primer, možemo videti kako ptice odgajaju svoju decu i podižu ih – daju im dovoljno hrane da ojačaju, a kada su dovoljno jaka da love sopstvenu hranu, bacaju ih iz gnezda i ona moraju da pronađu svoj put. Ovo je nivo nezavisnosti i nedostatka zavisnosti koji vidimo u prirodi. Ali kod ljudi postoji mnogo

zavisnosti i, naposljetku, mi patimo. Zavisnosti i očekivanja uzrokuju patnje. Imamo na raspolaganju svaki izbor, svaki razlog i pravo da ne patimo. Sebičnost i sve slično tome povezani su sa nesigurnošću, i povezani su sa instinktom preživljavanja. Samo višom svešću možemo ovo prevazići i stvoriti bolji svet oko sebe.

Kako bismo mogli da volimo i zauzvrat budemo voljeni, potrebno je da prvo probudimo ljubav prema sebi i oslobodimo se blokada. Na koji način nas tehnika svesnog plesanja, koju poučavate, uči da prihvatimo sebe i druge takve kakvi jesmo?

Kada pogledamo svet očima „duhovnog romantičara“, vidimo večni ples svesti kroz više tela, kroz više aktivnosti, kroz vidljive i nevidljive živote. Kada upijemo tu suštinu večnog plesa iz sveta oko nas, shvatimo da i naša unutrašnjost pleše. Svako biće ili svaki naš aspekt je u tandemu. To je tok, to je nastavak, to je večni ples. Kada to shvatimo i kada se s tim plesom svesno stopimo, to postaje svesni ples. Kada svesno plešemo, pomirićemo se sa sobom i prihvatimo sebe u potpunosti. Osetićemo se tako duboko povezanim sa sobom i počecemo da volimo sebe, da prihvatamo i poštuju sebe. To se odražava na svet izvan nas. Kada počnemo nesebično da prihvatamo, poštujuemo i volimo sebe, počecemo da volimo svako drugo biće spontano i bez napora. Ovo čini veliku razliku u nama, kao i u svetu oko nas. Telo i duša su međusobno povezani, potrebni su jedno drugom za izražavanje i za iskustva. Pored toga, vrlo su odvojeni i znaju da su odvojeni. Kada dođemo u tu svest, znamo ko smo i počinjemo da živimo taj život. Bilo koji aspekt života je nebeski ples. Kada počnemo da osećamo taj nebeski ples, oko sebe vidimo samo onaj nebeski ples koji se naziva život. Život pleše kroz različite forme, a te forme su sjedinjene u univerzumu. **S**