

ESEJ O LAHKEM PREBUJENJU

Spontano samospoznavanje je osnova duhovnega samokultiviranja. Obstajajo različni sistemi samospoznavanja, toda najučinkovitejši je gotovo tisti, ki ga človek med motrenjem lastnih psihičnih vsebin in dogodkov vsakdanjega življenja odkrije v samem sebi. To je odkritje unikatnega, originalnega vzorca spontane meditacije, ki je lastna samo določenemu človeku. Gre za spoznanje posameznikove psihološke formule, šifre, s pomočjo katere se bo nekega dne prebil do najvišjega duhovnega uvida, torej doživel končno Prebujenje – Samorazsvetljenje, Samoosvobojenje.

Da bi spoznali sebe in se iz meglene sive vsakdanje zavesti premaknili v budnost ter jasno čiste zavesti, se nam pravzaprav sploh ni treba posebej truditi. Treba se je bistvu samo nehat truditi. Ko se odvežemo od vseh ciljev in ambicij, duhovnih in posvetnih, se šele lahko zares odpremo življenju v Resnici, ki pa je, kot pravi večina mističnih izročil, v tem, da živimo preprosto in enostavno, čisto in jasno, povsod usklajeni s tokom Univerzuma. Samo tak način namreč omogoča, da smo stalno budni, da torej bivamo iz razsvetljene zavesti. Pot duhovne naravnosti k preprostosti in enostavnosti bivanja ter delovanja imenujem »pot lahkega prebujanja« ali »življenje na način lahke prebujenosti«.

V bistvu nam ni treba izvajati nobene posebne psihotehnike, obreda, magije, niti nam ni treba imeti guruja, biti vajenec kakega duhovnega mojstra ali pripadati nekemu redu, ezoterični ali verski organizaciji ter zagovarjati določeno duhovno doktrino oz. svetovni nazor. Za to, da se prebudimo iz sna nevednosti, se odmaknemo od motnih in zaslepljujočih načinov življenja, ki nas iz dneva v dan pehajo iz skrajnosti v skrajnost – iz veselja v žalost, iz bolečine v ugodje, iz ene omejene in navidezne, lažne resnice v drugo – bo morda že dovolj, da se vsak dan za nekaj trenutkov notranje zberemo, umirimo telo in duha ter se prepustimo spontani obliki meditiranja.

Meditiramo lahko na različne načine. Če vam ni do sedenja, lahko plešete, pojete, tečete, plavate, izvajate asane, se sprehajate ... Vsekakor je nujno, da odkrijete meditacijski način, ki je najbolj lasten vaši naravi, ker samo tako boste lahko uzrli sebe, svoje življenje v kar najbolj jasni in nepristranski luči. Odkriti morate najbolj **pristen in naraven način sporazumevanja s seboj**. Paziti morate, da vas meditiranje na subtilen način ne zaslepljuje z lepimi občutki in plementimi mislimi, torej vklepa v svet novih iluzij, posvetnih ali duhovnih, medem ko se ne morete znajti v vsakdanjem življenju oz. vam to vedno bolj polzi izpod rok. Meditacija vas mora osvobajati sleherne vezanosti in omejenosti. Prinašati mora čistost in lahkost bivanja, dajati življenjski pogum in voljo ter izpolnjevati z ljubeznijo, sočutjem in radostjo, skratka utrjevati mora vašo Prebujenost, širiti stanje razsvetljene zavesti.



LAO CE, utemeljitelj taoizma (6. stol. pr. n. št.)

Morda lahko uporabite katero od že znanih psihotehnik in duhovnih metod, ki jih poučujejo učitelji in mojstri različnih duhovnih šol in usmeritev, vendar jih morate čutiti za svoje. Ne privzemite ničesar, kar ni zares vaše, drugače boste postali zunanje utelešenje neke ezoterične metode ali ideologije, ne pa uresničenje samih sebe. Če vas v samospoznavanje vpeljujejo duhovni učitelji, mojstri in terapevti, morate biti pozorni, da ti v vas ne bodo posadili samo svojih duhovnih modelov, vašo lastno izvirnost in ustvarjalnost pa zatrli. Sicer pa vedite, resnični duhovni učitelji v vas nikoli ne bodo želeli videti kopije samih sebe, nikoli ne bodo hoteli, da jim postanete podobni, privzamete njihovo vero, prepričanja in metode, temveč bodo vedno vztrajali, da v celoti razvijete svojo lastno (individualno) naravo, ker samo na ta način lahko dosežete resnično samorazsvetljenje oz. trajno Prebujenje.

Živimo v svetu intenzivnih energij, ki nas iz dneva v dan lovijo v iluzije lepih ali grdih videzov resničnosti oz. prijetnih in neprijetnih, trpečih doživetij, s katerimi nam zakrivajo pravo naravo resnice Biti, ki je onstran sveta dvojnosti, v bistrini naše zavesti, v notranjem miru in praznini. Šele žarek prebujene zavesti lahko osmisli in razsvetli energetske (iluzionistične) vrtince posvetnega in duhovnega življenja. Da bi ta žarek začel sijati, je pogosto dovolj že kratka in preprosta vsakodnevna meditacija – sproščen pogovor s samim seboj, tih in nepristranski odmik od sebe, od sveta vsakdanjega vrveža – torej prepoznanje toka življenja kot duhovnih podob v ogledalu ter sebe kot gledalca tega ogledala. S pomočjo meditativno usmerjene zavesti se bo nekega dne iz pljuskajočega oceana življenjskih oblik dvignil notranji otok večnega miru in sreče. Sreče, ki ni odvisna od izpolnitve človekovih posvetnih, pa tudi ne duhovnih želja. Če torej še niste odkrili svojega meditacijskega ključa, vam priporočam, da to storite čimprej, morda kar zdajle, v tem trenutku ...

Če boste odlašali, začetek prelagali na jutri, najbrž ne boste nikoli začeli. Za samospoznavanje ni boljših in slabših priložnosti. Vse so enako dobre oz. enako slabe. Kajti prav vseeno je, kdaj in kje si začnete slediti, vedno ste namreč sami pri sebi, tj. zavest v zavesti.

Za predah vam predlagam kratko vajo. Preberite navodilo, nato odložite knjigo. Udobno se namestite, lahko sedite ali ležite, sprostite telo in um ter se zazrite vase. Vprašajte se, kaj so misli, ki vam jih sporoča ta knjiga? Zakaj ste jo sploh vzeli v roke? Kaj iščete v njej? Morda prav ta trenutek? Morda se vas bo dotaknila moja inicialna energija in preusmerila vaše zavedanje na vas same, na naravo vašega doživljanja, na ozadje vašega mišljenja. Morda boste spoznali in občutili, kako vi niste misel, ki jo mislite, temveč tisti, ki to misel misli, tisti, ki resničnost doživlja, vidi, prepoznava?

Morate se prebuditi in prepoznati, kaj v resnici počnete, kaj je skriti ekran, na katerem se prikazujejo doživljanja vašega življenja in kjer vznikujejo misli ter čustva? Spoznajte svoj um! Kdo ste vi kot um? Kaj je narava vaše zavesti, kaj je tisto, kar vam omogoča, da mislite, čutite, zaznavate, se zavedate, da ste? Odložite torej knjigo, ki jo berete in se zavejte dejanja, ki ste ga pravkar storili. To je v bistvu osnovno sporočilo te knjige, knjige, ki govori o poteh samospoznavanja.

Ljudi je duhovno samoodkrivanje vedno veselilo, toda le redko so se želeli spoznati na neposreden, preprost in enostaven način. O razsvetljenju so vedno radi prebirali ali pisali, diskutirali s prijatelji, poslušali resnice učiteljev, se navduševali nad življenjskimi modrostmi, se prerekali o tem, kdo ima prav, eksperimentirali z energijami, razvijali magijske moči, sidije ...

Eno samo veliko sporočilo ima knjiga, ki je pred vami – nagovarja vas k temu, da spoznate naravo svoje zavesti in da to storite takoj, kajti življenje je preveč dragoceno, prekratko, da bi s prebujenem lahko odlašali. Hkrati pa vam želi tudi povedati, da resnice ne iščite zunaj sebe, temveč v sebi – vaše razsvetljenje in osvobojenje je namreč lahko samo Prebujenje vas samih!

Z minutami meditacijske tišine in praznine bodo začele v vašem življenju nastajati »zारेze večnosti«. Jezik Boga, izvorna resnica Biti bo vedno bolj preplavljala vaš vsakdanjik, skozi vaš zemeljski jaz se bo začela udeleževati milost Enosti (celovitosti, polnosti in popolnosti življenja). Božja prisotnost nikakor ni rezervirana za zgolj izolirana območja duhovnosti: za templje, cerkve, samostane, ašrame, sanghe, delavnice duhovnega razvoja, skratka za prostore, kjer se ljudje gredo »svetost življenja«. Božja prisotnost se razodeva v vseh situacijah življenja, skozi vsako človekovo misel, čustvo, dejanje ... Ločevanje materialnega in duhovnega, svetega in posvetnega je možno samo v teoriji. V praksi pa sta duh in materija vedno Eno. Bog prebiva tako v duhu kot materiji, tako v svetlem kot temnem.

Samospoznavanje Sebe traja do točke, ko se »iskalec in iskano združita v Enem«, torej do trenutka, ko postanemo »zavest svoje zavesti«, ko smo eno s samim seboj. Na tej točki najdemo svoje notranje osredinenje, točko resnice, miru, radosti, harmonije, blaženosti. Šele iz te najbolj notranje točke samozavedanja vam bo zares postalo jasno, da ste nesmrtni in brezmejni in da kot drugačni sploh ne moremo obstajati. V tem stanju zavedanja boste občutili, da lahko obstajate kot kdor koli in kar koli, da oblike in načine življenja, mišljenja, ustvarjanja, minevanja in nastajanja, izbirate in določate sami. Ko boste zares preniknili v »zavest zavesti«, v samobitnost Sebe, spoznate, da ste eno z Bogom, stvarnikom in izničevalcem Univerzuma. Da je stvarnost, kakršno živimo, naše delo, in da smo zanj v celoti odgovorni.

Svobode brez odgovornosti ni! Da bi to spoznali, tej resnici verjeli, morate imeti pogum. Najbrž kar precej poguma. Kajti poslej ni več nobene možnosti zgovarjati se na druge, obtoževati nesrečne okoliščine, kriviti usodo ali Boga za neuspehe in nesreče svojega življenja. Vse, kar se vam dogaja, ste vi sami. Vse je plod vašega Uma, predvsem nezavednega, delno pa tudi zavednega. Vi ste Bog, Usoda: iz vas izvirajo okoliščine vašega življenja, ki jih ustvarjate z odnosom do sebe in drugih ljudi, bitij, idej, zgodovine, predmetov, naravnega okolja ... Zavest je zibelka naše karme. Vesolje se nahaja v človeškem umu.

Prebuditi v sebi čisto polje (samo)zavedanja, živeti iz jasnine in praznine Najvišje zavesti pomeni obstajati in delovati na zelo preprost in enostaven način. Torej iskreno, z ljubeznijo in pogumom! Ljudem, ki so sredi težav, pogosto priporočim, da za začetek urejanja življenja sprejmejo **splošno načelo o preprostosti in enostavnosti bivanja**. Začnite iskati čimbolj preproste in enostavne oblike delovanja, mišljenja in medosebnega komuniciranja. Zberite pogum in v svoje življenje vnesite iskrenost in poštenost, zgradite jasne in neposredne odnose z ljudmi, z notranjim in zunanjim okoljem. Ničesar ne prikrivajte, ne bodite preračunljivi. Zaupajte!

Da bi lahko delovali na tak način, se morate seveda nehati bati za svoj zemeljski ego. Začeti morate torej opuščati sebičnost in samoljubje. Ne bojte se, da boste zavrženi, oškodovani, osramočeni ... Kajti, kadar delujete iz največje preprostosti in enostavnosti, je ni stvari, ki je ne bi mogli doseči. Vaše misli in čustva bodo namreč čista, zmožnost koncentracije velika, občutki jasni, intuicija točna. Seveda morate najprej poenostaviti svet svojih želja in ambicij, nehati streči pričakovanjem svojega okolja, se otresti idealov ega, predsodkov, bojzani, upravičenih in neupravičenih strahov. Iskreno se izprašajte, kaj boste z uresničitvijo neke želje ali cilja dosegli, in če si to v resnici želite? Ne nalagajte si bremen, ki bi vam lahko zameglila jasen pogled na življenje in onemogočila, da bi lahko živeli v preprostosti in enostavnosti.

Nagovarjati ljudi k takemu načinu življenja je danes najbrž precej naivno. Svet namreč vedno bolj živi v kompliciranih formah, v virtualnih imidžih; civilizacija je skoraj povsem umetna, tehnična, daleč stran od organskega življenja narave, odnosi med ljudmi so vedno bolj obremenjeni, zmožnosti resničnega medčloveškega sporazumevanja navkljub vrhunskim komunikacijskim tehnologijam pa vedno manjše. Preprostost in enostavnost, nesebičnost in nesamovšečnost so veliki tujki tega sveta. Toda, zakaj bi morale biti vrednote družbenega okolja tudi naše osebne vrednote? Zakaj se ne bi odločili za uporniški, revolucionarni način življenja? Živeti v skladu z resnico čistosti srca in jasnino misli, v neposrednih in odprtih medčloveških odnosih, mar ni to največji revolucionarni projekt, najmočnejši protest zoper absurdnost in cinizem današnjega (potrošniškega) sveta?

Pri samospoznavanju na način »lahkega prebujanja« je človeku največji in v bistvu edini duhovni učitelj njegovo lastno življenje. Življenje vsakega posameznika je ustvarjeno tako, da lahko s pomočjo motrenja njegove narave, preniknemo do zadnjih resnic univerzalne Biti. V vsakem od nas tli klica Najvišje razsvetljenosti. V naših karmičnih dispozicijah so skriti geni, ki lahko razsvetljenje aktivirajo. Življenje je torej treba živeti, v njem delovati, mu pustiti, da nastaja in mineva, hkrati pa procese dogajanja nenehno meditacijsko motriti, jih neposredno intuitivno doumevati. Šele v prebujenosti duha dobi življenje Najvišji smisel.

Končni cilj tovrstne duhovne usmerjenosti je v tem, da si hkrati znotraj in zunaj – še vedno deluješ v svetu, vendar pa mu več ne pripadaš; si od tega sveta, vendar nisi ta svet! Ko dosežemo to stopnjo bivanja, postane naše življenje in ustvarjanje eno samo darovanje Bogu. Vsak gib, dejanje, misel, čustvo, je storjeno za Bit samo po sebi. Samo meditacijski notranji mir, čistina zavesti omogoča, da nismo odvisni od sadov svojega dela, torej od posledic zakonov karme, ki smo jim sicer vedno podvrženi. (S takim načinom bivanja lahko tudi največ prispevamo k razsvetljenju vseh živih bitij, k splošni duhovni rasti vsega človeštva.)

Ko stopite na pot duhovnega samospoznavanja, postane vse vaše življenje ena sama **velika iniciacija**, s pomočjo katere vas želi Veliki duh življenja pripeljati v stik s poslednjo resnico Biti. Torej zaupajte življenju, zaupajte življenjskim preizkušnjam, pa naj bodo te še tako neprijetne in čudne; zaupajte ljudem, tudi tistim, ki jih ne marate, kajti tu so zato, da bi ob njih odraščali, se samospoznavali. Še posebej bodite hvaležni za vse negativne, trpeče preizkušnje, kajti z njimi vam Bog dokazuje, da vas ljubi, sicer vam ne bi postavil na pot toliko preprek, pasti in zank, s pomočjo katerih bi se lahko zares prebudili in spregledali.

Skušajte odkriti smisel svojega življenja. Prepoznajte, zakaj so se vam določene stvari zgodile, zakaj na prav tak način? Zakaj nekatere napake ponavljate? Kaj se skriva za njimi? Zakaj pritegujete določen tip ljudi in podobne življenjske situacije? Postanite pozorni na življenjska naključja, ki se vam dogajajo. Začnite prepoznavati njihova sporočila. Čim bližje svojemu notranjemu Jazu boste, čim bolj boste preprosti in enostavni, tem bolj bo vaše življenje potekalo po logiki naključij. Intuicija bo čedalje ostrejša. V vaše življenje bodo naključno začeli prihajati ljudje in situacije, ki vam bodo duhovni učitelji. Nenadoma bo vse postalo med seboj povezano in smiselno zaokroženo. Vaše življenje se bo spremenilo v »spontano mistično iniciacijo«.

Ustvarite si življenje, ki ga boste radi živeli. Če ste trenutno sredi težkih, brezizhodnih življenjskih situacij, se vam zdi to najbrž povsem utopično. Vendar ni! To vam govori samo vaše sedanje stanje uma. Iz zagate skušajte priti tako, da poiščete najbolj enostavno in preprostost rešitev. Nehajte komplicirati, si težiti; problemi so toliko večji, težji, kolikor več pomena in teže jim dajemo. Torej, sprostite se! Nič ni tako tragično, bedno in žalostno, kot se vam zdi. Če bi vam uspelo menjati zornik kot gledanja, bi se stvarem, ki vas trenutno spravljajo v obup, najbrž smejali. Zato globoko vdihnite; poiščite točko miru in tišine v sebi; meditirajte na nič in praznino. Počakajte, da neurje mine.

Naj veter vaše čiste zavesti razžene oblake nevednosti in pesimizma. Vse je minljivo. Tudi vaša kriza. V bistvu je vsako človeško življenje, ne glede na posameznikove karmične dispozicije, sestavljeno tako, da ga lahko živimo tudi na način lahкости in radosti bivanja. Le odločiti se moramo, izbrati! Seveda pa sta resnična radost in lahkost pogojeni s preprostostjo srca in enostavnostjo misli, želja, dejanj.

Ena najpomembnejših lastnosti za uspeh v življenju je, da jasno veste, kaj hočete. Cilji, za katere se odločite, da jih boste začeli uresničevati, vam morajo biti povsem jasni, morajo pa se vam zdeti tudi privlačni in vredni truda. Spomnite se načela o preprostosti in enostavnosti ter pogledajte ambicije in načrte s tega zornega kota. Če so hotenja zares jasna, potem so najbrž tudi preprosta in enostavna za uresničenje. Poleg tega preverite, ali imate z ljudmi, ki so z uresničanjem vaših ciljev povezani, čiste, neposredne odnose. Brez dvoma je zelo pomembno, s kakšnimi ljudmi ste obdani. Kako vplivajo na vaše počutje, na vašo motiviranost in storilnost? Z vsemi gotovo ne morete enako dobro sodelovati, sobivati. Če je le mogoče, ljudi, ki vas tiščijo nazaj in bremenijo vašo ustvarjalnost ter duhovno rast, pustite ob strani. Izogibajte pa se tudi ljudem, ki imajo z vami nekompatibilno energijo. To ne pomeni, da bi bili ti ljudje slabi, le z vami, z vašo karmo niso združljivi, zato je z njimi nesmiselno vztrajati pri skupnih projektih. Poiščite raje ljudi, s katerimi se karmično ujemate. Z njimi boste z lahkoto izpolnjevali tudi najzahtevnejše življenjske naloge.

Sicer pa, razmislite, kako bi napravili svoje življenje koristno za širše okolje. Ne živite sami. Za svoj obstoj se imamo zahvaliti okolici – drugim ljudem, naravi. Iznajdite način, kako bi lahko koristili drugim, družbi, naravi. Udejanite svoje ustvarjalne talente in sposobnosti za dobrobit vseh ljudi. Skušajte se odpovedati svoji sebičnosti in samoljubju. Postopoma, naenkrat najbrž ne bo šlo. Za začetek bo dovolj, če ne hata misliti samo na svoje koristi. Kajti sami boste pridobili največ, če boste koristili drugim. Pri tem morate biti seveda iskreni. Če svojo dobrosrčnost in človekoljubnost samo hlinite, je bolje, da res skrbite samo zase. Morda se vam čez čas duhovno srce spontano odpre in takrat boste zreli, da razumete naravo nesebičnega delovanja in brezpogojne ljubezni ter svoje življenje posvetite v dobro vseh živih bitij.

V vsakem človeku se nahaja potencial resnične sreče in zadovoljstva. Povezan je s srčno čakro. Sreča, ki jo prinaša uresničenje sebičnih želja, običajno izvirajočih iz spodnjih treh čakr, je le začasna, omejena; četudi se vam izpolnijo vse zemeljske želje in postane vaše življenje eno samo uživanje ugodij, vam to še vedno ne bo prineslo končne umiritve in izpolnitve. Resnična radost in življenjsko ugodje izvirata šele iz prebujenosti srčne čakre, iz modrega lotosovega cveta, ki ima korenine na nebu, raste pa navzdol, na zemljo. Torej bivanje na način brezpogojne, nesebične ljubezni.

Če se odločite, da boste svoje življenje uravnavali po načelu preprostosti in enostavnosti, morate usvojiti še eno ključno lastnost: **ljubezen do samega sebe in življenja kot takega**. Razviti morate zmožnost polnega samosprejemanja in samospoštovanja. Sposobni morate biti sprejeti vse dele svoje osebnosti, tudi tiste, ki jih ne marate oz. zanje sploh nočete slišati, in jih za to budno skrivate pred seboj, še bolj pa pred drugimi. Morda celo živite v prepričanju, da nimate Sence, da v vas ni nič mračnega in nizkotnega, ničesar problematičnega? Zagotovo je ena najtežjih nalog duhovnega odraščanja soočenje in sprijaznjene s svojo Senco. Celostno samosprejemanje, popolna ljubezen do sebe namreč vključuje tudi ljubezen do svoje Sence.

Postanite pozorni na sanje. V sanjah živi vaš podzavestni jaz, ki najpogosteje izraža resnico Sence. Zato je pomembno, da si sanje zapomnite, o njih razmišljate in si jih skušate smiselno raztolmačiti glede na dogajanja v vašem vsakdanjem življenju. Če jih boste zavestno spremljali daljše časovno obdobje, boste najlažje in najhitreje odkrili strukturo svoje podzavestne psihe, predvsem naravo nezavedne Sence, ki jo pušča za seboj svetloba vaše zavestne (dnevne, budne) osebnosti. Sicer pa lahko svojo Senca najhitreje prepoznate v vsakdanjem življenju, kjer se kaže v obliki »spodrsrljajev in motenj«, ki se vam naključno dogodijo.

Iracionalne napake in zablode, slabosti in norosti, ki se nas proti naši volji in razumu polastijo, se kot mračna usoda dvignejo iz globin podzavesti, so potrebne, da bi se uravnal naš racionalni, zavestni del jaza, zavedanje življenja pa postalo celostno. Skoraj vsi pristransko razvijamo le določene lastnosti osebnosti, druge pa, tudi namerno, zanemarjamo. Iracionalna narava življenjskih spodrsrljajev nas na ta neskladja opozarja. Nihče ni samo razumski, logično predvidljiv, vsakdo nosi v sebi tudi velik del iracionalnega, neznanega, pogosto povsem nagonskega, slepega psihičnega potenciala. Prav

iracionalna plat dela našo osebnost in življenjsko pot tako paradoksalno, kompleksno, kontradiktorno, a hkrati ustvarjalno bogato. Če bi bila resnica stvarnosti zgolj enodimenzionalna (racionalna), če bi bil človek samo razumsko bitje, potem bi bile vse stvari z logiko in razumom obvladljive in razložljive. Uspešni bi bili najbrž tudi vsi vzgojni in šolski sistemi. Ker pa je resnica oz. resničnost vedno večdimenzionalna, človek pa hkrati razumski in izvenrazumski, brez upoštevanja in dopuščanja iracionalnega potenciala, ne moremo razviti prave ustvarjalne in svobodne osebnosti.



Na poti v Krišnovo zlato mesto (slika iz Punjab Hillsa, Indija, 1785)

Že od otroštva dalje nas učijo, kako se moramo ravnati po razumskih načelih, hkrati pa zatirati izvenrazumske. Nihče nam ne pove, da se imajo pravico izraziti tudi naši podzavestni impulzi, slepi nagoni, iracionalna hotenja ..., ki jih današnja (zahodna) vzgoja šteje za manjvredna in škodljiva. Verjetno je to tudi eden glavnih razlogov, zakaj ima toliko ljudi probleme s samosprejemanjem, samospoštovanjem, z ljubeznijo do sebe. Vrednotni sistem družbe nam namreč dopoveduje, da cenimo samo pozitivne, plemenite lastnosti, negativnih, slabih pa se sramujemo, jih skrivamo in potlačujemo. Sprejemanje samo »svetlih plati« običajno vodi v osebnostni narcisizem; če se ne zavedamo svojih šibkosti, lahko kaj hitro postanemo domišljavi, samoljubni in nestrpni do napak in slabosti drugih.

Resnično samosprejemanje ne pomeni sprejemanja zgolj tistih delov sebe, ki so nam všeč, temveč sebe celega, torej tudi vse tisto, kar negiramo, potlačujemo, izrinjamo iz zavesti. Kdor je zmožen sprejeti svoj ničvredni, senčni del, izgubi domišljavost in samovšečnost; kajti odkrito soočenje z resnično (celotno) naravo sebe, ga naredi zelo skromnega in ponižnega. Samo človek, ki je prerasel meje narcisoidnega ega, je zmožen živeti celotno, torej hkrati razumsko in izvenrazumsko, doumevati resnično naravo stvarstva, gojiti do življenja in sveta iskreno, sočutno ljubezen. Tak človek se nič več ne jezi nad »zmotami in blodnjami«, kajti ve, da sta svetloba in tema vedno skupaj, da je vse, tudi najgrše, najbolj bedno, za nekaj dobro. V bistvu »ni napake«! Vse je na nek način potrebno, čeprav se danem trenutku zdi še tako absurdno in škodljivo.

Če nimate radi sebe, tudi drugih ne morete imeti! Ljubezen do sebe je osnova ljubezni do drugih. Kdor v celoti ne sprejema sebe, prav takšnega, kakršen je, kdor si ne odpušča in se ne more celega objeti s sočutno ljubeznijo, ne more sprejemati drugih, jih imeti zares rad, niti se ne more v povsem predati spontanemu toku življenju. Človek, ki ni popolnoma čist v ljubezni do sebe, lahko ljubezen do drugih samo hlini, igra, čeprav se v očeh drugih pogosto kaže, kako prekipeva od ljubečih, sočutnih čustev. Igrana ljubezen – enako velja za patološke, posesivne oblike ljubezni, je očiten izraz bega pred samim seboj. Človek, ki ne mara sebe, išče in ljubi v drugem tisto, kar njemu samemu manjka.

S sočutno ljubeznijo torej velja objeti vse telesne pomankljivosti, značajske šibkosti, neprijetne dogodke iz preteklosti, sedanje zmešnjave, dvome o prihodnosti ..., sicer ne bomo mogli **sprejeti blagoslova Velikega duha življenja**, ki nam bo, ko bo preniknil v nas, omogočil, da zaživimo po načelu najvišje Enosti, ki v konkretnem, vsakdanjem svetu pomeni enostavnost in preprost.

Če v sebi še vedno gojite žalost glede svojega (do sedaj) zavoženega življenja ali sovraštvo in odpor do t. i. nepopravljivih, tragičnih napak in zmot, ki ste jih v preteklih letih zagrešili, ali se celo zaradi njih še vedno vznemirjate ter se iz občutka krivde kesate oz. (samo)kaznujete, potem v vas gotovo še ni vzcvetela prava božanska ljubezen, ki vse razume, vse sprejema, vse odpušča ... Ko si boste zares znali odpuščati, kar v bistvu pomeni samosprejemati, ko boste torej polni ljubezni do vsega, kar je, polni sočutja do vseh oblik svojega življenja, ko boste z enakim razumevanjem in dobrohotnostjo sprejemali vse svoje svetle in temne življenjske izkušnje, se bo v vas spontano prebudila božanska ljubezen in začela sijati na vse ljudi, ki vas konkretno obdajajo, pa tudi na vse tiste, ki se jih lahko dodaknete samo z mislijo. Veliki duh Življenja bo zaplesal z vami.Ž

Učiti se imeti rad druge, ljubiti življenje in Boga, je kaj klavno početje, če se hkrati tudi ne učimo imeti rad sebe; kajti ljubezen do sebe je osnova, ljubezen do drugih pa posledica.

Med najučinkovitejše in najbolj realistične poglede na svet najbrž sodi razumevanje življenja in človekovih želja v odnosu do **smrti**. V končnem smislu je vse minljivo, umrljivo, omejeno, nepopolno. Kadar razmišljamo o svojih željah, hotenjih, dosežkih, bi jih bilo najbrž pametno pogledati tudi z vidika univerzalne minljivosti. Stvari bi nam postale veliko bolj jasne. Predvsem pa bi do življenja verjetno začutili večjo odgovornost in hvaležnost. Kajti z vidika smrti postane življenje samo po sebi najdragocenejši zaklad. Smrt prenese pozornost od posvetnih rezultatov našega delovanja, od pehanja za imetjem, užitki in ugodji, na naravo samega obstajanja, na kakovost vsakdanjega življenja, na naše doživljanje, sprejemanje sebe in stvarnosti.

Smrt je osnova in cilj življenja. V bistvu vse življenje nenehno odmiramo, se poslavljamo v odnosih do ljudi, živali, rastlin, stvari, idej ..., v telesnih in duševnih počutjih in stanjih. Smrt je prehod – vrata, skozi katera nenehno prehajamo, ko stopamo iz situacije v situacijo. Fizična smrt ob koncu življenja je naš največji prehod – zapustimo telo, svojo psihično naravo. Vendar pa s tem še vedno ni vsega konec. Še vedno namreč obstajamo, se zavedamo, kaj se z nami dogaja, čeprav brez telesa, brez osebnosti. Obstajamo kot čista zavest, brezmadežna (božanska, kozmična) zavest, ki opazuje sebe – razkroj nekdanj povezanih telesnih in duševnih prvin. Gre za kratek hip, trenutek potopitve v največjo, najglobljo »zarezo večnosti«, za stanje dokončne samoosvoboditve, najvišjega razsvetljenja, za najčistejšo Prebujenost. Mistiki pravijo, da je izkustvo smrti podobno vrhunskemu stanju (samo)zavedanja, ki ga doživimo v najboljših trenutkih meditacije. V tem smislu je meditacija, ki v naše vsakdanje življenje vrisuje »zareze večnosti«, najboljša priprava na smrt.

Kadar smo torej pred pomembnimi odločitvami, ko izbiramo med različnimi življenjskimi možnostmi, pogledjmo na zadevo z očišča zadnje resnice, tj. Smrti. Z očišča smrti je vse tako preprosto in enostavno. Smrt je osnovna realnost sveta. V tej izjavi ni nič tragičnega, žalostnega. Brez smrti tudi življenje ne bi bilo. Torej? Nenehno bi se morali zavedati, da je vse, kar počenjamo ali doživljamo, minljivo, omejeno, nepopolno. Popolno je le življenje samo po sebi, torej večna reka Biti, ki nenehno spreminja svoj tok; pravzaprav je več en zakon njenih preobrazb in sprememb. Gledati na svet z očišča smrti se bo marsikomu zdelo pesimistično. Toda ne! To je verjetno najbolj zdrav in realističen, najmanj naiven pogled na svet. Ljudje ne marajo smrti, ker se bojijo, da bi to, kar so, oz. imajo, zgubili; sebično so vezani nase, na telo, izgled, osebnost, imetje, položaj, sposobnosti, užitke. Ta samoljubni strah pred izgubo, propadom ... je pesimizem! Pesimizem kot znamenje posameznikove oz. družbene naivnosti, duhovne neodrastlosti. Vemo, da smrt zbriše vse, v končni fazi tudi kulturni spomin, civilizacijske dobrine, vrednote. Gre le za vprašanje časa in moči preobrazbenih dejavnikov. Zakaj bi

se torej sprenevedali, zakaj bi se istovetili z umrljivimi stvarmi in stanji bivanja? Česa naj bi se sploh bali? Neustrašnost rojeva optimizem. Optimizem pa je osnova življenjskega realizma, realizma v vsakdanjem življenju in ljubezni (starševski, partnerski ...).

Naučiti bi se morali umetnosti umiranja, poslavljanja. Znati oditi, dokončati, se ukiniti, miniti. Tega nas nihče ne uči. Povsod nas učijo le o nastajanju, rasti, trajanju. Civilizacija, v kateri živimo, noče videti minevanja (bolezni, staranja, smrti). Toda vsako bitje, stvar, odnos doseže v določenem trenutku svoj vrhunec, izraz celovitosti in popolnosti, nato pa začne kopneti, hirati, se preobražati. To, kar se je morda še včeraj zdelo popolno in večno, je lahko danes povsem razkrojeno, jalovo; kar je včeraj raslo in se razcvetalo, danes blede in odmira. Vse teče in se spreminja: življenjske oblike, odnosi, vrednote ..., vse nenehno menjuje podobe. Pogosto iz gole sebičnosti ali samoljubja nočemo videti, priznati, da je neka stvar potrošila svojo življenjsko energijo, da je izgubila smisel in je končana. Tako na silo vztrajamo in ohranjamo nekaj, kar je v svojem bistvu že zdavnaj odmrlo. Zares ljubiti življenje torej tudi pomeni dovoliti mu, da odide, ko se mu čas izteče; dati življenju svobodo, pomeni, ne ovirati ga, medtem ko se preobraža, nastaja in mineva.

Če se bomo naučili umirati že v času dejavnega življenja, se bomo v trenutku končne, se pravi telesne smrti, z lahkoto poslovili od sveta. Brez vznemirjenja bomo spoznali, da je naš čas potekel: poslanstvo je bilo opravljeno, življenjska krožnica je zaključena. In morda bo tudi nam dano, da bomo umrli – kot umirajo veliki ljudje – s s smehljajem na ustnicah in z radostjo v srcu.

Ko iskalec začetnik vstopi na pot duhovnega samospoznavanja, ga običajno spremlja t. i. začetniška sreča. Poln občutka vsemogočnosti in neizmerne radosti misli, da se je končno vrnil domov, da ima v rokah magični ključ, s katerim bo lahko poslej poljubno preoblikoval svojo karmo, pa tudi karmo drugih. Gre za začetniško, z naivnostjo prežeto srečo, za otroško in otročje stanje duha, ki ga v tarotu označuje **arkana 0 ali Norec**.

Norec, torej inicianat začetnik, pleše po robu prepada, ker pa ima zavezane oči, ne ve, da nanj preži smrtna nevarnost. Naivna nevednost, ki je pravzaprav božanska zaščita, ga obvaruje, da se mu nič ne zgodi, in da lahko nadaljuje iniciacijsko pot. Problemi se pojavijo, ko se Norec začne zavedati, kje je in kaj počne. Spoznanje o resnici prepada, ob katerem hodi, o smrtni ogroženosti, je gotovo ena najzahtevnejših iniciacijskih preizkušenj. Še večje pa je presenečenje, ki sledi, da je bil namreč strah, občutek ogroženosti, povsem odveč, kajti nad inicianatom je ves čas neopazno bdela Božja previdnost in milost.

Čim globlje oz. višje v naravo Drevesa življenja prodiramo, tem bolj se pred nami razodevajo plodovi Dobrega in Zla, ki jih s svojimi mislimi, čustvi in dejanji sami ustvarjamo, čeprav se nam po drugi strani zdi, da so bili ti ustvarjeni še pred nami in jih sedaj samo spoznavamo. **Iniciacijsko potovanje**, tj. soočanje s problematičnimi življenjskimi preizkušnjami in blodečimi duhovnimi stanji traja, dokler ne uspemo odkriti ključa, ki odpira vrata v svet onstran Dobrega in Zla. Vsakdo mora sam prehoditi poti Drevesa življenja, izkusiti vse ključne življenjske lekcije, spoznati naravo vseh dvaindvajsetih arkan ali stopenj duha, da bi se lahko razsvetlil in osvobodil. Iniciacijske poti se razlikujejo samo po tem, koliko časa in truda kot posamezniki porabimo, da »pridemo skozi«. Trajanje celotne iniciacije je seveda odvisno od naše siceršnje karme in predhodne duhovne razvitosti. To, kar doživljamo na poteh iniciacijskih preizkušenj, so učne metode spoznavanja kozmične narave (Boga), ki nas bodo v končni fazi pripeljale do najvišjega samospoznavanja, ko se nam bo v hipu razodel celotni zodijak karme in nam s tem omogočil, da se ga osvobodimo.

Začetniška sreča ali optimizem naivnega Norca iz arkane 0 je tisto, kar nam omogoči, da se podamo na pot spoznavanja plodov Drevesa življenja, torej resnice Dobrega in Zla. S tem, ko v iniciacijskem smislu hodimo po stezah Drevesa življenja, spoznavamo realno polje svoje karme. Ko prehodimo celotni mistični krog karme, spoznamo, da je ne moremo spremeniti, da je največ, kar lahko storimo, da se sprejmemo, taki kot smo, pa tudi življenje, tako, kot je. Naša karma, prav takšna kot je, nam namreč najbolj pomaga, da lahko duhovno rastemo. Zavreči svojo karmo, nehati delovati v vsakdanjem svetu, bi pomenilo spodsekati si temelj duhovnega napredovanja. Seveda pa vedenja o tem, da je naša karma, čeprav še tako slaba, za nas najboljša možna, na začetku iniciacijske poti ne moremo imeti. Takrat namreč živimo v prepričanju, kako je treba spremeniti sebe in življenje, se preobraziti, in da je to nujno potrebno storiti čimprej, čimbolj celovito. In s tem, ko ste se trudili, da bi se spremenili, se predruščili – in v marsičem ste se res – ste se samospoznavali, odkrivali ste to, kar vas sestavlja, predvsem pa, kako vse skupaj deluje. Toda, ko mehanizme svojega duha, univerzalne

zakone življenja spoznamo, ni več potrebe, da bi jih zavračali in spreminjali, samo sprejmemo jih še lahko.

Zdaj, ko torej karmo poznamo, saj smo okusili dovolj plodov Drevesa Dobrega in Zla, vemo, da ji ni treba ničesar odvzeti ali dodati. Samo sprejeti jo moramo in se z njo nehati istovetiti. Čeprav smo samo to, kar je naša karma, pa hkrati tudi nismo! Z razsvetljenjem karmičnega zodijaka smo namreč spoznali, da znotraj sveta, v katerem delujemo, obstaja še nekaj, kar našo karmo, pa tudi karmo vseh ostalih, presega. To je praznina čiste (kozmične) zavesti, otok meditacijskega miru, tišine in blaženosti, ki se nahaja v globinah vsakega od nas. Zdaj vemo, da lahko iz kroga karme v vsakem trenutku izstopimo, čeprav v realnem svetu še vedno obstajamo in delujemo. To pa je tisto drugo razsvetljenje, ki je značilno za Norca, ki je prišel do konca poti, torej spoznal vse steze Drevesa življenja, izkusil vsa ključna stanja bivanja. Nevedni norec z začetka poti je postal razsvetljeni Norec s konca poti. To je prebujenost, ki ne mine; trajno razsvetljenje, ki sije skozi svet vsakdanjosti, ki odseva iz konkretnih dejanj, skozi zemeljsko bivanje človeka, ki je spoznal Pot in se vrnil domov.

Prebujenost je pravzaprav nekaj tako lahkega, preprostega, enostavnega ... A kaj, ko je včasih to tako težko doumeti, začutiti, sprejeti!

Maribor, v maju 1999