

Śri Matadźi Nirmala Dewi

Tyrania Myśli

*Jak odróżnić martwy proces umysłu od żywej
inspiracji Ducha i osiągnąć świadomość bez myśli*

Londyn, Anglia
10 grudnia 1982

Nota redakcyjna

Niniejszy tekst powstał na podstawie przetłumaczonej transkrypcji wykładu Śri Matadźi. Dla potrzeb wydania książkowego został on delikatnie opracowany – usunięto powtórzenia i zwroty typowe dla mowy potocznej, a niektóre zdania dostosowano, aby nadać tekstowi większą płynność i przejrzystość.

Zachowano jednak pełną wierność treści, znaczeniu i duchowi oryginalnego przekazu Śri Matadźi.

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Żadna część tej książki nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych – bez pisemnej zgody autorów i wydawcy.

Tłumaczenie: Praca Zbiorowa Stowarzyszenia Kulturalnego Sahaja Yoga

Wydawca: Stowarzyszenie Kulturalne Sahaja Yoga | www.sahajayoga.pl

ISBN: 978-83-956781-7-2

Wydanie: I

© Nirmal Intellectual Property Corporation (NIPC), All Rights Reserved.

Prawa autorskie do wizerunku, imienia oraz nauczania Śri Matadźi Nirmala Dewi są własnością Nirmal Intellectual Property Corporation (NIPC) i podlegają ochronie na mocy międzynarodowych przepisów o prawach autorskich i własności intelektualnej.

Przedmowa Redakcyjna

W 1970 roku Śri Matadźi Nirmala Dewi zapoczątkowała Sahadźa Jogę – prostą i praktyczną metodę medytacji, dzięki której każdy człowiek może osiągnąć Samorealizację. Przez następne czterdzieści lat podróżowała po całym globie, prowadząc niezliczone programy, seminaria i konferencje, podczas których przekazywała uczestnikom ten bezcenny dar. Uczyła, że każdy z nas posiada wrodzony potencjał duchowy – wewnętrzną, matczyną energię Kundalini, która może zostać obudzona.

Fizyczną manifestacją tego przebudzenia jest odczuwalny chłodny powiew na dłoniach i nad czubkiem głowy. Wrażeniu temu towarzyszy wejście w stan głębokiej, medytacyjnej ciszy, wolnej od natłoku myśli, a wypełnionej wewnętrznym spokojem i radością płynącą z Ducha.

Zgodnie z naukami Śri Matadźi, Sahadźa Joga jest uniwersalna i dostępna dla każdego, bez względu na wiek, pochodzenie czy wcześniejsze doświadczenia. Zawsze też podkreślała fundamentalną zasadę: prawdziwego duchowego doświadczenia nie można kupić, dlatego nauki Sahadźa Jogi są bezpłatne.

„Kiedy Kundalini się wznosi, twój Duch zaczyna emitować vibracje w twoim centralnym układzie nerwowym. Zaczynasz odczuwać chłodną bryzę na dłoniach i w okolicy ciemniczek. A następnie te palce, które reprezentują centra w tobie, zaczynają «mówić», informując cię o tym, co jest nie w porządku i co jest dobre.”

— Śri Matadźi Nirmala Dewi

Doświadczenie Samorealizacji

wersja wideo: coolbreeze.org

1



Położ prawą dłoń na sercu i głęboko w swoim wnętrzu trzy razy zadaj następujące pytanie:
„Matko, czy jestem czystym Duchem?”

2



Położ prawą dłoń pod żebrami po lewej stronie i trzy razy z całego serca zapytaj
„Matko, czy jestem swoim własnym mistrzem?”

3



Położ prawą dłoń w pachwinie po lewej stronie i sześć razy poproś
„Matko, proszę, obudź we mnie czystą wiedzę.”

4



Położ prawą dłoń znów pod żebrami po lewej stronie i dziesięć razy z całego serca powtórz afirmację
„Matko, jestem swoim własnym mistrzem.”

5



Położ prawą dłoń znów na sercu i z całym przekonaniem w głębi swojej istoty powiedz dwanaście razy:
„Matko, jestem czystym Duchem.”

6



Położ prawą dłoń w zagięciu między barkiem, a szyją po lewej stronie ciała. Żeby zrównoważyć to centrum, trzeba się pozbyć całego poczucia winy. Dlatego teraz z pełnym przekonaniem powiedz szesnaście razy
„Matko, nie jestem niczemu winna/winien.”

7



Położ prawą dłoń na czole. Aby przebudzić i zrównoważyć to centrum, należy przebaczyć. W głębi swojej istoty i z jak największą szczerością powtórz kilka razy:
„Matko, przebaczam wszystkim oraz samej/samemu sobie.”

8



Położ prawą dłoń z tyłu głowy na wysokości kości potylicznej i poproś o przebaczenie za wszystkie błędy popełnione świadomie lub nieświadomie. Nie miej poczucia winy. W głębi swojej istoty powtórz kilka razy:
„Matko, proszę przebac mi wszystkie błędy, popełnione świadomie lub nieświadomie.”

9



Zamknij oczy i połóż środek prawej dłoni na szczycie głowy. Rozstaw i wypnij do góry palce, dociskając mocno płaską dłoń do ciemniątka. Siedem razy pomasuj głowę, tak żeby poruszyć skórę, zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Za każdym razem pokornie poproś
„Matko, proszę obdarz mnie Samorealizacją.”

10



Położ obie ręce na kolanach z dłońmi wyprostowanymi i skierowanymi ku górze. Oczy miej zamknięte. Pozostań w takim stanie przez kilka minut, tak aby pozwolić przebudzonej energii Kundalini ustabilizować połączenie.



Czym jest czakra Adźña?

Dziś porozmawiamy o szóstej czakrze, zwanej *Adźnią*¹. W słowie *Adźña* kryje się rdzeń *dźña*, który oznacza „wiedzieć”. Z kolei litera „a” na początku nadaje mu znaczenie „całości”. Czakra *Adźña* ma jednak także inne znaczenie. *Adźña* to zarówno „posłuszeństwo”, jak i „nakazywać”. Może oznaczać obie te rzeczy. Gdy coś komuś nakazujecie, jest to właśnie *adźña*, a ten, kto nakazu wysłuchuje, to *adźña kari* – wykonawca *adźni*. To szóste centrum ukształtowało się w istotach ludzkich wówczas, gdy zaczęły one myśleć.

Myślenie jest przejawem języka mówionego. Gdybyśmy go nie posiadali, nie potrafilibyśmy myśleć. Nie oznacza to jednak, że jeśli nie umiemy wyrazić myśli, to one do nas nie docierają. Nie znaczy też, że nie zachodzi w nas proces myślowy. Jednakże na tym subtelnym etapie, gdy myśli do nas przychodzą, nie są one ujęte w ramy języka, a zatem nie są nam komunikowane. Właśnie dlatego bez mowy nie potrafimy zrozumieć, co właściwie myślimy. Nieraz widzieliście dzieci, które nie są w stanie zakomunikować, czego pragną, ponieważ nie potrafią tego wyrazić słowami. Czują ssanie w żołądku i chciałyby poprosić o wodę, ale nie umieją nam tego przekazać. W konsekwencji nie potrafią nawet pomyśleć, co miałyby powiedzieć.

Później, gdy zaczynacie myśleć i przekładać to na język, myśl zostaje zmagazynowana w mózgu – jak pokazano na rysunku, po lewej i prawej stronie tego żółtego i czarnego obszaru – po czym powraca do nas w postaci fal myśli. Zupełnie jak gdyby ktoś do nas mówił. Zanim jednak powstanie język mówiony, już na bardzo wczesnym etapie dociera do nas w różnych formach coś, co możemy nazwać inspiracją lub procesem myślowym. Formy te przybierają postać *światła i cienia*, nie zaś języka, lecz właśnie światła i cienia.

Po przyjściu do *Sahadża Jogi*², jeśli wejdziecie w głąb swoich myśli, odkryjecie, że są one niczym innym jak światłami i cieniami przesłaniającymi czakrę *Adźńa*. Światło i cień, jedno po drugim – niczym snop światła z kręcącej się w kółko lampy latarni morskiej – wytwarzają w mózgu określony wzór. Następnie, na bardzo wczesnym etapie, wzory te zostają przez nas przetworzone na język mówiony i jakby wlane w naczynia, które są przechowywane w mózgu jako rezerwa. I dopiero wtedy myśli do nas przychodzą. Gdy myślimy, rozumiemy je, ponieważ docierają do nas w formie języka.

Myślenie, spontaniczność i uwarunkowanie

A jak to jest ze zwierzętami? Czy one myślą? Pojawia się w nich myśl, inspiracja, ale one o tym po prostu nie rozmyślają. Inspiracje te docierają do nich jako słowa dopiero wtedy, gdy zaczynają mieszkać z ludźmi. Wówczas owe inspiracje znów przenikają do myśli, tak samo jak u nas. Na przykład nadajecie psu imię, nazywacie go, powiedzmy, Tom. Wtedy on wie: „to słowo oznacza, że mnie wołają”. Wiąże siebie ze słowem. Jeśli jednak tego słowa brakuje, pozostaje wyłącznie zwierzęciem – *po prostu istnieje*, nie myśli. Dlatego zwierzęta są tak bardzo spontaniczne, a my nie. Są niezwykle spontaniczne, ponieważ nie myślą w taki sposób, w jaki myślimy my.

I tak oto narodził się największy problem istot ludzkich: jak wykroczyć poza myśl. To zagadnienie jest nieco zawile, być może dlatego, że Ja postrzegam ten proces jaśniej. Wy nie jesteście w stanie dostrzec owego światła, które następnie przekształca się w język mówiony. A ten język, jak już mówiłam, staje się myślami. Jednakże myśli te tak naprawdę nas warunkują i nie są in-

spirujące. Nie pochodzą z naszego wnętrza i dlatego brakuje nam spontaniczności.

Weźmy prosty przykład: gdy siedzę tutaj, jako istota ludzka nie potrafię trwać w ciszy. Mój umysł nieustannie coś rozważa. Zastanawiam się, co powinnam powiedzieć. A potem: czy mam to powiedzieć, czy nie? A co, jeśli to powiem? Czy to będzie właściwe? Czy trafi to do ich głów? Do głowy będą mi przychodzić najróżniejsze myśli. Z jednej strony będę stawiać sobie pytania. Z drugiej zaś będą napływać odpowiedzi: w porządku, powiedz to, a jak to powiesz, to może cię docenią. Idź tędy, tamtędy, zrozumieją. W naszym mózgu nieustannie toczy się ten wewnętrzny dialog, oparty na doświadczeniach zgromadzonych przez całe życie.

Dwa źródła myśli: ego i superego

Niezależnie od doświadczeń z ludźmi, wszystko to zostaje uwarunkowane w mózgu i przekształca się w proces myślenia, który przebiega dzięki wzajemnemu oddziaływaniu myśli i działania, działania i myśli. Jakie działanie podjąć, jaką myśl dopuścić, jak to rozwiązać – wydaje nam się, że analizujemy siebie. Jest to jednak bardzo powierzchowne. W rzeczywistości *niczego nie analizujecie*. Nic. Tak jak wam kiedyś mówiłam, wy niczego nie robicie. Zatem wasze myślenie to nic innego jak nieustanne bulgotanie. Przypomina to morze, które w głębinach jest tak spokojne, lecz gdy dotyka brzegu, pojawia się akcja i reakcja.

Podobnie jest, gdy na coś patrzycie – ponieważ wasza uwaga jest skierowana na zewnątrz, natychmiast powstaje fala myśli, która powraca i dostarcza wam pełnego wyobrażenia o danej rzeczy, wszystkiego, co o niej wiecie, i wraca do was jako proces myślowy.

To zachodzi bez przerwy. Może być tak doprowadzające do szalu, że nie potrafimy zatrzymać naszych myśli. Po prostu pędzą jak szalone. Nie możecie spać, ponieważ myśli nieustannie napływają. Czasem bywają przerażające, czasem przyjemne, czasem romantyczne, czasami całkowicie negatywne, a innym razem bardzo pozytywne. Niekiedy czujecie, że „muszę coś zrobić”, a kiedy indziej, że „nie powinienem tego robić”. Gdy jednak *naprawdę* coś robicie, to nie myślicie. Przypuśćmy, że zamierzam coś powiedzieć. Jakies dziesięć minut wcześniej pomyślałam o tym, co chcę powiedzieć, ale gdy teraz mówię, to nie myślę o tym, co chcę powiedzieć. Już wcześniej wbudowałam ten proces myślowy w swój mózg i odłożyłam gdzieś na bok, a gdy zaczęłam mówić, on płynie bezpośrednio.

Ludzie rozwinęli więc proces, który może naprawdę budzić odrazę – bardzo obrzydliwy. A bierze się on z tych dwóch ośrodków, które możecie tu zobaczyć: tego po lewej stronie głowy – który, wskutek skrzyżowania nerwów, przechodzi z prawej strony – nazywamy *ego*, oraz tego po prawej stronie – który przechodzi z lewej – nazywamy *superego*³. Wszystkie uwarunkowania *superego* rodzą w nas lęki, poczucie zagrożenia i odtwarzają sytuacje, jakich doświadczyliśmy wcześniej. Jak to mówią, kto się sparzył gorącym mlekiem, ten na zimne dmucha. Ponieważ wcześniej się oparzyliście, wiecie, że płyn może was poparzyć, więc sądzicie, że i ten napój może was sparzyć. Będziecie próbowali tak postępować. Jest to wtedy tak automatyczne, że myślicie: „Och, to bardzo spontaniczne”, ale tak nie jest. Zostało to zmagazynowane wcześniej, wskutek waszych doświadczeń, i jest tam coś, co sprawia, że odczuwacie lęk i dlatego tak się zachowujecie.

Jeśli sobie to uświadomicie, zrozumiecie, że ten proces myślowy jest nam *zupełnie niepotrzebny do istnienia*. Żeby istnieć jako istota ludzka, nie ma absolutnie żadnej konieczności, by myśleć o przyszłości albo o przeszłości. Zwierzęta się nie przejmują. Na

przykład wiedzą, że idą przez dżunglę. Nagle widzą, że nadchodzi jakieś inne zwierzę. Jaki jest sens myśleć o zwierzęciu, które *może* nadejść? Przypuśćmy, że nie nadejdzie – co za marnotrawstwo. Zwierzęta nie przejmują się problemami tak jak my. Jednakże je także można uwarunkować. Poprzez dotychczasowe doświadczenia ze zwierzętami i innymi zjawiskami zostają uwarunkowane. I zgodnie z tym działają.

Istnieje więc ogromna różnica między nami a nimi, polegająca na tym, że my o wszystkim myślimy. Uważamy za wielką rzecz, że siedzimy i rozmyślamy. Sądzimy, że to bardzo mądre. Pojawia się jakiś problem, więc najlepiej usiąść i pomyśleć o nim. Ale co robimy, gdy problem się pojawia? Myślimy o nim w odniesieniu do tego, co robiliśmy i czego doświadczyliśmy przedtem.

W ten sam sposób ludzie chcą myśleć o *Sahadźa Jodze*. Tyle że *nie da się* myśleć o *Sahadźa Jodze*. Przede wszystkim w *Sahadźa Jodze* na początku stajecie się *świadomi bez myśli*⁴. Nie myślicie. Jest to wydarzenie, o którym nie możecie myśleć. To żywe wydarzenie, a myślenie jest ruchem martwym, nie żywym. Wszystko, co jest w nas martwe, powraca do nas jako myśl. Inspiracja jest czymś żywym, a myślenie nie. Inspiracja jest czymś całkowicie odmiennym od myśli. Na przykład książki znajdują się w bibliotece; wszystko, co pomyśleliśmy, osiągnęliśmy lub czego doświadczyliśmy, jest w książkach. Wszystko, co przychodzi do nas nowego, jest inspiracją.

Zastanówcie się, o ilu nowych rzeczach myślicie. Prawdopodobnie ani o jednej. Zazwyczaj myślicie tylko o tym, że ktoś coś powiedział, a ktoś inny – coś innego. Gdybyście mieli myśleć o tym, co właśnie do was przychodzi, to nie musicie – *to po prostu przychodzi*. Jest w was, po prostu wyłania się i przejawia. Jest to więc spontaniczna, żywa rzecz. To właśnie nazywamy inspira-

cją. Jest to nagle mignięcie wiedzy, którą otrzymujemy. Zaś to wszystko, co pomyśleliśmy, jest grą tego, co martwe.

Chrystus – esencja stworzenia

Adźña jest ośrodkiem Chrystusa⁵. On rezyduje w centrum *Adźni*. Jeśli czytaliście, występuje On też w *Dewipuranie*⁶, urodził się dawno, dawno temu. Został stworzony znacznie wcześniej i możecie sobie również o tym przeczytać, jak rozwinął się w *Mahawisznu*⁷, ponieważ jest to obszerny rozdział. I życzę wam, żebyście wszyscy się tego dowiedzieli, przeczytali o tym i odkryli, jak On rozwinął się w *Mahawisznu*. To niezwykle interesujące. Wszystko to napisano w sanskrycie, więc nie możemy mówić, że *Mahawisznu* nie występuje w Biblii. Ta część stworzenia Chrystusa poprzedza Jego przybycie na Ziemię jako Chrystusa. Chrzęścianie tak naprawdę nie wiedzą nic o Jego powstaniu. Jak stał się On Chrystusem ani dlaczego Chrystus, czyli syn, musiał zstąpić. Dlaczego sam Bóg nie mógł wykonać tego zadania. Dlatego właśnie prosiłabym was, żebyście przeczytali o inkarnacji *Mahawisznu* – wtedy uświadomicie sobie, dlaczego Chrystus się narodził.

Jest to najważniejsza inkarnacja, ponieważ On stanowi podstawę stworzenia. On jest *Tattwa*⁸, jak nazywają to w sanskrycie. *Ganeśa*⁹, który rezyduje w *Muladharze*¹⁰, stopniowo ewoluuje, żeby na tym poziomie stać się Chrystusem. Od tej czerwonej czakry [Muladhara] do tej czakry [Adźña] staje się Chrystusem. On jest podstawą. A czym jest podstawa? Co jest podstawą w nas? Czy można powiedzieć, że jest nią *Kundalini*¹¹? Tutaj podstawą jest elektryczność. Tak samo On jest podstawą i wsparciem dla całego stworzenia, wszystkiego, co zostało stworzone. On reprezentuje esencję, istotę stworzenia.

Powiedzmy, że mamy rodzinę: męża, żonę i dziecko. Dziecko jest wówczas sednem, esencją rodziny. Wszystko jest utrzymywane i stworzone dla niego. Dopóki nie mają dziecka, taki dom nie ma jeszcze znaczenia, ich życie nie ma pełni. Ale gdy pojawia się dziecko, wtedy wszystko nabiera sensu. Tak samo Chrystus jest esencją, jest *tattwą* samą w sobie. Jest *omkarą*¹². Jest pierwszym dźwiękiem, *AUM*, który został stworzony, gdy Praojciec i Pramatka się rozdzielili. Wytworzyli oni ten dźwięk. I on jest właśnie tym dźwiękiem, który wypełnił Wszechprzenikającą Siłę i troszczy się oraz wspiera całe stworzenie. A ponieważ jest jego esencją, esencja *nigdy* nie umiera. Powiedzmy, moją esencją jest Mój Duch¹³ – on nigdy nie umrze. Ciało umiera lub całe stworzenie umrze, ale esencja musi istnieć. Gdyby zginęła esencja, nic nie mogłoby istnieć. Dlatego On jest najważniejszą inkarnacją. Ponieważ On jest wsparciem.

Ham i Kszam – dwa bieguny umysłu

Inkarnacja ta jest umieszczona w naszej czakrze *Adźña*, w centrum, gdzie krzyżują się nerwy wzrokowe. W tym centrum znajduje się bardzo subtelny punkt, który przemieszcza się w dwie strony i wytwarza dwa dźwięki: *Ham, Kszam, Ham, Kszam*. *Ham* jest po prawej stronie głowy, gdzie widzicie *superego*, a *Kszam* po lewej, gdzie jest *ego*. Każdy z tych dźwięków wytwarza inne wibracje. Dźwięk *Ham* tworzy wibracje, przez które myślimy: „ja jestem, ja jestem, *Ham*, ja jestem”. To pochodzi z naszej mocy istnienia, z tego, że wiemy, iż mamy żyć na tym świecie, że nie umrzemy. Każda istota ludzka, która próbuje się zabić, jest nie-normalna. W normalnych warunkach każdy człowiek, a nawet każde zwierzę i każdy żywy organizm, stara się podtrzymać swoje życie. Dzieje się tak za sprawą tej mocy *Ham* – ja jestem.

Teraz opowiem wam o prawej stronie głowy, gdzie znajduje się *superego*. Gdy w tym *superego* gromadzą się rozmaite uwarunko-

wania, stajecie się załęcznieni i pełni obaw, ponieważ wasze doświadczenia tworzą w waszym umyśle lęk. A lęk ten w całości odkłada się w *superego*. Proces ten rozpoczął się jeszcze na etapie ameby i trwa do dziś — wszystko to jest tam wciąż magazynowane. Boicie się policji, boicie się tego czy tamtego. Wszystkie wasze uwarunkowania, wszelkie doświadczenia są tu składowane. Gdy ktoś czyta książkę o Drakuli, to potem boi się słowa „Drakula”, ale dzieci, które tego nie czytały, nie wiedzą, co to jest. Gdy im powiecie, że przyjdzie Drakula, to odpowiedzą: „Świetnie, przyjrzyjmy mu się”. Ale te dzieci, które czytały o Drakuli, dośłownie się boją. Zobaczcie więc, wszystko, co czytacie, wszystko, przez co przeszliście, wszystko to mieści się w *superego*. Zatem to *superego* w tym centrum wysyła wiadomość: „Ja jestem, ty jesteś, *Ham, Ham*, nie bój się, ty jesteś”.

Ludzie, którzy do Mnie przychodzą, często są ofiarami uwarunkowania *superego*. Jedni są bardzo agresywni, a drudzy podporządkowani, przestraszeni. Gdy przychodzą, płaczą i szlochają: „Matko, to się stało, tamto się stało”. Jest ich tak wielu, że jako sahadża jogini powinniście naprawdę zwrócić na nich uwagę i nauczyć się, jak sobie z nimi radzić i jak im pomagać. Jeśli sahadża jogin im powie: „Teraz powtarzaj *Ham, Ham, Ham*”, to vibracje wypędzą ten lęk. Nawet jeśli sam się czegoś boisz, po prostu powiedz *Ham, Ham, Ham*. A wówczas vibracje bardzo pięknie oczyszczą tę stronę. Mantrą na prawą stronę głowy jest *Ham*, a na lewą – *Kszam*.

Pułapka rozdętego ego

Prawa strona ciała to *ego*, które stanowi *prawdziwy, kolosalny problem*. Mówię coś drobnego, a stwierdzam, że wszystko to uderza mi do głowy. Jaka jest rada na to kolosalne *ego*? Można je pokonać tylko przebacząc innym. Ci, którzy mają *ego*, muszą się nauczyć, że gdy czują się zranieni, muszą powiedzieć: „Przebaczam”. I nie tylko przebaczać, ale prosić o przebaczenie. To bardzo ważne. Jeśli bowiem masz za duże *ego*, co to oznacza? To, że za bardzo mu dogadzałeś, za bardzo go używałeś. Zdominowałeś ludzi i dlatego masz takie wielkie *ego*. Jeśli masz aż takie *ego*, musisz cały czas starać się spokojnieć w swoim sercu. W sercu zaś rezyduje Duch. Za duże *ego* zawsze odciąga was od Ducha. Dlatego powiedziano: „Spokorniej w swoim sercu”. Powód jest taki, że w sercu rezyduje ta część was, która zostaje całkowicie zatarła, gdy tylko zaczniecie pompować swoje *ego*.

Ego ma jednak swoje granice – jego kres wyznacza głupota i bałwanstwo. Weźcie kogokolwiek, kto jest egoistyczny i się przechwala. Natychmiast go rozpoznać, bo będzie głupcem. Bez zrozumienia, co tak naprawdę robi, będzie czynił tak głupie rzeczy, że zaczniecie się zastanawiać: „Co jest z tym człowiekiem, jest strasznie śmieszny?”. A potem ta głupota staje przed tą osobą, która widzi wówczas siebie: „O Boże! Jak stałem się taki głupi?”. Stajecie się głupi, ponieważ zapominacie o istnieniu Boga i swojej relacji z całością. Myślicie: „Sam decyduję o sobie. Dlaczego mam tego nie zrobić? Co w tym złego?”.

Pewnego razu mój zięć czytał artykuł o tym, że ludzie domagają się, aby zięć miał prawo poślubić swoją teściową. I nie mógł pojąć, jak to możliwe, że ci ludzie zebrali się i prosili o taki absurd. *Ona jest twoją matką*. Jak możesz powiedzieć coś takiego? To niemożliwe dla normalnych ludzi. W tym kraju robimy różne głupie rzeczy, które naprawdę budzą gromki śmiech. To przez towarzystwo waszego pana *Ego*. Niełatwo zrozumieć, jak on nas

ogłupia. Ogłupia nas cały czas, a my myślimy: „Co w tym złego?”. Osiemdziesięcioletni mężczyzna uganiający się za dwudziestoletnią dziewczyną, a ta dwudziestoletnia dziewczyna ogłupiająca tego osiemdziesięcioletniego mężczyznę. Jak to możliwe?

Tylko *ego* skłania was do robienia takich bzdurnych i głupich rzeczy. Będąc w *Sahadza Jodze*, czasem nie wiecie, jak się powstrzymać od śmiechu, widząc, jak głupi są ludzie. Skrajnie głupi. Tak właśnie jest; *ego* kończy się na głupocie, kompletnej głupocie. Nawet gdybyście chcieli napisać powieść, nie znaleźlibyście tak znakomitych postaci, jak te wokół was. Słuchacie ich i przeżywacie szok: „O Boże, co tu się dzieje?”.

Nie ma mądrości w osobie, której *ego* jest zbyt rozbudowane. Widać, że nie ma pojęcia, czym jest mądrość. Zachowuje się tak niedojrzale. Może być starszym człowiekiem, pradiadkiem, ale gdy otworzy usta, przeżywamy szok. Zastanawiacie się, skąd wziął się ten błazen? Pewnego dnia ktoś mnie zapytał: „Matko, jak to jest, że nasi rodzice są tak głupi, a my poszukujemy Boga?”. Odpowiedziałam: „Być może wasi rodzice są tacy z powodu wojny”. Ale oni na to: „Większość taka jest. Młodszy ludzie poszukują Boga i są znacznie mądrzejsi. Nie wiemy, jak z nimi postępować, bo oni nie poszukują. Dlaczego my poszukujemy, a oni nie?”. To jest to, co już powiedziałam: rozwój *ego* u istot ludzkich.

Ego to coś, co sprawia, że myślicie o wszystkim. Powiedzmy, że mamy dojechać stąd do Birmingham. Zastanawiamy się, jak to zrobić. Prosty sposób jest taki, że wsiałam do pociągu albo do samochodu i jadę. Ale nie, przecież trzeba to zaplanować. „Zaprogramowałem się i muszę jechać”. Idziecie na stację, ale tam się okazuje, że pociągu nie ma, bo był wypadek. Strasznie się denerwujecie. W tym zdenerwowaniu nawet nie pamiętacie, że macie samochód i możecie nim pojechać. Wszystko to was zło-

ści, bo mieliście plan, a teraz nie możecie tam dotrzeć. I w końcu siedzicie i się martwicie.

Jako osoba spontaniczna, co moglibyście zrobić? Pojadę pociągiem, jeśli przyjedzie. Jeśli będzie miejsce, wsiadę. Jeśli nie, wrócę do domu i wezmę samochód. Ale przez to całe zdenerwowanie zepsuliśmy cały plan wyjazdu do Birmingham. A mieliśmy przecież spotkać nowych ludzi, cieszyć się sobą. Wszystko to przepadło, bo zaplanowaliśmy coś, a to nie zadziałało.

Wskutek tego wszystkiego stajemy się ponurzy i nieszczęśliwi. Jesteśmy tak zgorzkniali i nudni, że ludzie obok was mają tego dość i mówią: „Zamknij się. Jeśli nie jedziesz do Birmingham, to nie jedź. Ale nie zawracaj mi tym głowy”. Ten pan *Ego* nie chce, żebyście byli szczęśliwi. Nie chce, żebyście byli zrelaksowani. Cały czas podsuwa wam idee. Wchodzi w takie szczegóły, że gdy cokolwiek się nie uda, jesteście skończeni, bo wasze nerwy już są zszargane. Wszyscy powtarzają jak pacierz: „Żyjemy w napięciu. Mamy problemy”. Dlaczego? Jaka jest korzyść z robienia takich rzeczy? Żadna. No to dlaczego to robicie? Bo macie wielkie *ego*. Ono nie pozwala wam odpocząć. Jakie jest wyjście? Od rana do wieczora proście Boga o przebaczenie. Pociągnijcie się za uszy i powiedzcie: „O Boże, przebacz mi”, a wtedy ten balon *ego* trochę zmaleje.

Pamiętajcie, że Chrystus bardzo zmniejsza wasze *ego*. On zrobił wszystko, co było możliwe, żebyście nie rozwijali tego *ego*. Urodził się jako syn zwykłego cieśli. Żył w najskromniejszych warunkach. Mógł urodzić się jako rzymski cesarz. Mógł być kimkolwiek. Ale urodził się tam, gdzie nie rodzą się nawet zwykli ludzie. Lecz tam również było światło. Utraciliście radość, ponieważ zapomnieliście o Bogu Wszechmogącym. Gdy zapominamy o Nim, zapomniana zostaje również radość. Wtedy ludzie w ogóle nie są szczęśliwi. Żyją w dostatku, mają wszystko, ale nadal nie są szczęśliwi. To są chorzy ludzie. *Chorzy od własnego ego*. To

bardzo proste, poprosić o przebaczenie. Ile razy to robimy? Nawet nie raz dziennie. Nawet jeśli tylko w dzień Bożego Narodzenia powiedzielibyśmy: „Przebacz nam, Panie, za to, co dotychczas uczyniliśmy”, to zadziała. Ale tego dnia musimy pić szampana, żeby *bardziej* Mu przebaczyć.

To właśnie *ego*, to żółte po tej stronie, uciska nadmiernie wasze *superego*. Dana osoba zapomina, że inni cierpią z powodu tego, co im mówi. Wręcz przeciwnie, obmyśla metody mówienia rzeczy tak, żeby raniły, żeby bolały. Cała dyskusja, nawet w parlamencie – zaskakuje mnie sposób, w jaki ze sobą rozmawiają. Żaden byk nie traktowałby tak innego byka. Żadne zwierzę na świecie nie warczy na okrągło na swojego pobratymca. Tylko istoty ludzkie – jeśli jest dwóch ludzi, to cały czas tylko „hau, hau, hau”. Jego *ego* i jej *ego* rzucają się na siebie. Istnieje takie dziwaczne poczucie, że „och, jestem mistrzem tego, rozumiem to jak nikt”. Ale w tym wszystkim zatraciłem wszystko, co było takie piękne i dawało mi tyle wewnętrznej radości.

Kłótnia jest oznaką głupoty. Nie widziałam żadnej kłótni, która by doprowadziła do rozstrzygnięcia. *Nigdy*. Powiedzmy, że Mnie o coś pytacie, a Ja wam odpowiadam. Jeśli nie podoba się wam odpowiedź, dajcie sobie spokój. Jeśli jednak nadal się ze Mną sprzeczacie, a Ja z wami, to gdzie skończycie? Kłótnia nie doprowadzi was do żadnej wiedzy, ale rozwinie w was okropne *ego*. Cała nowoczesna koncepcja jest oparta na *ego*. Wszystkie zachodnie kraje oparte są na *ego*. Chcą rozwijać swoje *ego* i je rozpieszczają. Musimy więc zrozumieć siebie, gdzie jesteśmy, jeśli chodzi o rozumienie spraw.

Oddziałuje się na nasze *ego* cały czas, żeby mogły istnieć wszystkie te tak zwane przedsiębiorstwa. Na przykład kobietom powiedzą: „Och, musisz mieć dokładnie taką talię”, a mężczyźnie: „Musisz być Mister Uniwersum”. I on natychmiast zaczyna nad tym pracować. Widziałam ludzi biegających po drogach w tym

zimnie, nie pojmuję. Jak wariaci. Pytam: „Co robicie?”. „Musisz to robić, żeby zachować zdrowie”. Żeby utrzymać dobre zdrowie, nie pracuj jak szalony, bądź rozsądny i mądry. Jedną metodą jest więc pobudzanie *ego* poprzez fizyczność.

Następnie jest to *ego*, zgodnie z którym musicie mieć wielki samochód. Widzicie, jak ludzie starają się popisywać tym, co posiadają. Dla mnie tacy ludzie są jak błazny. Rozumiem, samochód jest udogodnieniem, ale czy przez posiadanie samochodu stajecie się kimś wspaniałym? Możecie nie mieć w domu jedzenia, ale musicie mieć bardzo dobry samochód, żeby się pokazać. Wszystkie te reklamy to nic innego, tylko sposoby na rozpieszczanie waszego *ego*. Nawet ci tak zwani koneserzy sztuki to nic innego jak rozpieszczacze *ego*. Wasza kolekcja znaczków, to, tamto, wszystko to jest niczym jak rozpieszczaniem *ego*. A jakie marnotrawstwo czasu, pomyślcie o tym.

Gdy mówię, że musicie poddać się Bogu, oni myślą: „Matko, dla czego mamy siebie poddawać?”. To „siebie” oznacza to *ego*, z którym się utożsamiacie. Nie mówię, żebyście poddali swoją mądrość. Właściwie, powiedziałabym, żebyście poddali *ego* swojej mądrości. Ale bardzo trudno jest z tego zrezygnować, ponieważ nauczyliśmy się z tym żyć, utożsamiać się z tym. Doszło już do tego, że nawet nie uświadamiamy sobie, jak daleko zaszliśmy. „Podoba mi się to, podoba mi się tamto”. Wchodzicie do czyjeś domu i mówicie coś takiego. To wulgarne, mówić: „Lubię, podoba mi się”. Kim jesteś? Jesteś Bogiem? Po prostu zadaj sobie pytanie: „Kim jestem? Jestem Duchem. Jestem wieczną istotą. Czy tym się stałem?”. Zamiast tego, poprzez swoje *ego* ranimy Ducha wszystkich innych.

Faktem jest, że ludzie utracili wiarę w Boga, ponieważ ci, którzy są „odpowiedzialni” za Boga, są tak aroganccy i tak pełni *ego*, że dla wszystkich innych niemożliwością jest myślenie o Bogu. Nie uwierzylibyście, ale *ego* jest absolutnie powierzchowne, jak bań-

ka mydlana. Jest jak balon, który ot tak może pęknąć. I powinno odejść. Powinno zniknąć, żeby wasza uwaga wzniosła się do waszego Ducha. I żebyście ujrzeli cały świat jako część Ducha, którym jesteście.

To jest granica, którą musicie przekroczyć, i w tym celu powinniśmy skorzystać z pomocy Chrystusa.

Chrystus siebie ukrzyżował. Dlaczego? On tylko sprowokował *ego* tych Rzymian i Żydów. Dlatego został ukrzyżowany. A my teraz powinniśmy ukrzyżować swoje *ego* poprzez Jego krzyż. W przeciwnym razie znów zrobimy sobie to samo – w swojej własnej istocie ukrzyżujemy Chrystusa przez swoje *ego*.

On rodzi się we wzgórzu wzrokowym, miejscu w mózgu, gdzie zbiegają się wszystkie problemy – On tu żyje i powinniście tylko Go obudzić, żeby wasze *ego* raz na zawsze zostało ukrzyżowane. Ale nie uważam, abyście walczyli ze swoim *ego*. Walczycie z własnym cieniem. Macie cień, który nazywa się *ego*, z którym nie należy walczyć. Nie ma po co, wystarczy stanąć pośrodku światła, a nie będziecie widzieć żadnego cienia. To takie proste. Gdy staniecie w centrum światła, którym jest Chrystus, nie widziecie nigdzie żadnego cienia. Gdy to mówię, być może brzmi to jak mowa innych, głoszących kazania. Co to naprawdę znaczy? Gdzie jest to miejsce, w którym macie stanąć? To miejsce znajduje się tutaj – w centrum wzgórza wzrokowego, gdzie nie ma myśli. Powinniście stanąć w *świadomości bez myśli*. Wielu ludzi, którzy mieli problem z *Adźnią*, zauważy, że gdy to osiągną, myśli ustaną i będą ponad nimi. To jest bardzo ważna czakra dla saha-dża joginów, ponieważ gdy *Kundalini* uniesie się ponad czakrę *Adźnią*, natychmiast nie ma myśli. Nie otrzymujecie żadnych myśli z *ego* ani z *superego*.

Oczy – okna do czakry Adźña

Wielu zadawało Mi pytanie: „Jak ustabilizować *Adźnię*?”. *Adźña* jest zlokalizowana na skrzyżowaniu nerwów wzrokowych. Dlatego powiedziano, że jeśli macie chwiejne oczy, to będziecie mieć chwiejną *Adźnię*. Musicie ustabilizować oczy. Musicie je uspokoić. To jest bardzo staroświeckie, ale musicie ustabilizować oczy, i to w sposób bardzo kojący. Najbardziej kojąca dla oczu jest zielona trawa. Jeśli macie możliwość patrzenia na trawę, chodźcie z oczami opuszczonymi ku ziemi. Oczy zostaną ukojone, *Adźña* będzie w porządku. Dlatego Chrystus powiedział: „Mówię wam o pożądlivych oczach”¹⁴. Mówił o oczach, którymi popełniacie cudzołóstwo.

W dzisiejszych czasach to bardzo powszechne. Kobieta musi spojrzeć na każdego mężczyznę. Mężczyzna musi spojrzeć na każdą kobietę. Jakby to było najważniejsze zadanie. A w swoich czasach Chrystus powiedział: „Nie powinniście mieć pożałdliwych oczu”. A ci, którzy je mają, to nie kto inny jak nasi zachodni chrześcijanie. Cały czas, nawet w kościele, ich oczy błądzą pożałdliwie. Oczy powinny być *bardzo, bardzo czyste*, bardzo głębokie i bardzo kochające, jeśli chcecie mieć *Adźnię* w porządku.

Przypuśćmy, że zamkniecie oczy, to wtedy nie zwracacie na nic uwagi. Nie dokładacie sobie myśli. Gdy jednak są otwarte, dokładacie sobie myśli, gdyż wszędzie tam, gdzie patrzą oczy, tam idzie uwaga. Widzicie różne rzeczy i tworzycie myśli. Zatem uwaga, która powinna zwrócić się ku Duchowi, jest rujnowana przez sposób, w jaki używamy oczu i nie szanujemy jej. Nie ma nic równie pięknego jak ziemia, która nosi nasze stopy, która nas podtrzymuje. Powinniśmy zwrócić oczy ku Matce Ziemi, zamiast patrzeć na wszystkich dookoła.

Wielu z was już wie, z punktu widzenia *Sahadźa Jogi*, co się dzieje z oczami, gdy na kogoś patrzycie. Może wnikać w nie jakaś

subtelna energia. I tak się dzieje. Będziecie zaskoczeni, ale tak zwane flirtowanie to jest właśnie gra takiej subtelnej energii. Widziałam takie subtelne energie przechodzące z oczu do oczu. Widziałam bardzo prostych ludzi przybywających na jakieś przyjęcie. Na przyjęciu ludzie po prostu wymieniają się tymi subtelnymi energiami z oczu do oczu. Cały czas nasza uwaga jest odwracana.

Przyjęte jest, żebyście wyglądali tak, że każdy mężczyzna na was spojrzy. Dlaczego? Po co? Co mam z patrzenia na inną osobę? Marnujemy tak mnóstwo energii. Po co? Chodząc ulicami, widzimy różne rzeczy. Jeśli macie coś kupić, w porządku, oglądajcie. Jednak robicie to cały czas, tylko dlatego, że macie takie oczy, i nie znacie przyczyny. Cały czas wasze oczy błądzą. To zaś jest pewna oznaka, że taka osoba oszaleje. *Absolutnie*. Jak stwierdzić, że człowiek jest wariatem? Jeśli spojrzycie na jego oczy, tęczołki, cały czas są rozbiegane. Nie może utrzymać oczu nieruchomo. Przynajmniej 80% całej uwagi przechodzi przez oczy. Ważne więc, żeby chronić oczy przed wszelką bezużyteczną aktywnością.

Chrystus – życie Chrystusa ukazuje tak wiele aspektów związanych z szanowaniem innych. Jeden z nich został bardzo źle wykorzystany – chodzi o prostytutkę¹⁵. On uratował prostytutkę, bez wątpienia. Jednak wy psujecie te prostytutki. Z dobrej kobiety robicie prostytutkę. Przyzwoita pani domu zmienia się w prostytutkę przez egoistycznego mężczyznę. Małe dziewczynki niszczyacie swoimi brudnymi spojrzeniami. Czy uświadamiacie sobie, że robicie coś *całkiem odwrotnego* do tego, co zrobił Chrystus? Mówicie, że On uratował, zatem nawet jeśli jesteśmy prostytutkami, On nas ratuje. Ale dlaczego mamy być prostytutkami? To taki głupi sposób myślenia.

Trzeba myśleć o tych wszystkich rzeczach we właściwym świetle *Sahadża Jogi*. Gdy tylko staniecie się zrealizowani, będziecie

wiedzieć, że gdy spojrzycie na kogoś, możecie poczuć nagły ból z tyłu głowy. Doświadczyćcie najróżniejszych rzeczy, dzięki którym przekonacie się, jak ważne są oczy. Przez oczy gromadzicie wszystko, co złe, i to gromadzi się w *Adźni*. Musicie wyczyścić *Adźnię*, żeby oczy stały się czyste. To błędne koło. Możecie jednak zacząć od tego, o czym mówiłam: musimy prosić o przebaczenie. Po drugie, powinniśmy Chrystusa wprowadzić do *Adźni*. Po trzecie, powinniśmy porzucić wszelkie prochy, upijanie się oraz palenie.

Gdy jesteś sahadża joginem, to dzieje się automatycznie. Jednak oczy wyrażają całą waszą istotę. A gdy *Adźña* jest w porządku, oczy są w doskonałym stanie. Emitują wyłącznie miłość w każdym spojrzeniu. Samym spojrzeniem możecie podnosić *Kundalini*. Samym spojrzeniem możecie leczyć ludzi. Oczy są oknami waszej istoty. Gdy przez oczy wyraża się Duch, pewnie sami spostrzeżliście, że gdy *Kundalini* się podnosi, źrenice się rozszerzają. Zrealizowana Dusza ma czarne oczy, bo źrenice są rozszerzone. Oprócz tego, Zrealizowaną Duszę można poznać po oczach, które błyszczą. *Iskrzą się jak diamenty*. Wyobraźcie sobie, jak wasz Duch widzi przez wasze oczy. Ale jeśli oczy nie są czyste, taki stan rzeczy nie utrzyma się długo. Jeśli więc mamy fizycznie zrozumieć Chrystusa, powinniśmy szanować oczy. Mentalnie musimy porzucić wszystko, co jest nieczyste w naszym umyśle.

Niewolnictwo umysłu a prawdziwa wolność

Przeszliśmy zatem do nieczystości umysłu. A jeśli chodzi o nieczystości w umyśle, to jest tyle trucizn. Psycholodzy mają wszystkie te trucizny usunąć. Nie wiem, czy w ogóle potrafią. Poza tym mają najgorszą *Adźnię*. Nie sądzę, aby byli zdolni przynieść jakąkolwiek ulgę ludziom cierpiącym psychicznie.

Jeden z rodzajów psychicznych problemów polega na tym, że ludzie bardzo was gnębią. Wciąż musicie nieść krzyż¹⁶. To bardzo zła koncepcja. Niesienie krzyża nie oznacza, że jak tylko ktoś próbuje was ciemnić, bierzecie na siebie to niewolnictwo. *Nie macie być niczymi niewolnikami, nigdy*. Każdemu, kto próbuje zrobić z was niewolnika, powinniście absolutnie odmówić. Powinniście powiedzieć *Ham*, „ja jestem”. Kim ty jesteś, żeby mnie dominować? Nikt nie ma prawa dominować nikogo na tym świecie. Niewolnicy nie zostaną królami. Zatem niewolnictwo, myłone z niesieniem krzyża, jest kolejnym nieporozumieniem. Musimy zwiększyć szacunek do samych siebie. Powinniśmy też wiedzieć, że nikt na tym świecie nie ma prawa nas dominować.

A zatem, co to znaczy nosić krzyż? Przede wszystkim ludzie Jego poziomu nigdy nie cierpią. To dla nich jak żart. To *lila*¹⁷, tocząca się dla nich gra. Nigdy nie cierpią i nawet jeśli zachowują się tak, jakby cierpieli, to robią to tylko dlatego, że chcą. Nie są bezsilni. A ci, którzy sądzą, że przez cierpienie mamy stać się chrześcijanami, powinni wiedzieć, że są psychiczni. Jeśli płaczą i szlochają, i cały czas mówią: „Co robić, jestem zakochana i mój kochanek mnie torturuje”. Nie jesteś zakochana. On jest dominującym mężczyzną, a tobie podoba się jego dominacja, dlatego jesteście razem. To prosty fakt. Każda istota ludzka ma szacunek do własnej osoby. Musi też szanować swoje „ja”, które jest Duchem w niej.

Pod rządami Boga nikt nie ma prawa dominować niczyjego Ducha.

Gdy jednak dostajecie wolność, przechodzicie na drugą stronę, którą jest pan *Ego*. Nie wiecie, jak wykorzystywać swoją wolność. Próbujecie więc dominować innych. Jesteście nad wszystkimi i torturujecie duszę każdego. Psychiczenie należąc do tej czy tamtej kategorii, jesteście przeciwko samemu sobie. Po prostu bądźcie w centrum. Czy emitujecie miłość wobec innej osoby? Jeśli jesteś niewolnikiem, jak możesz kochać? Nie potrafisz. Mi-

łość ma własne ograniczenia, niezwykle urocze i piękne. Powin-
niście z nimi żyć. Cieszcie się nimi.

Na przykład, gdy małe dziecko przyjdzie do waszego domu, to
popsuje wam ten dom, na pewno. A wy powinniście się cieszyć
tym zniszczeniem. Jeśli płacz małego dziecka jest wyzwaniem
dla waszej wolności, to nie jesteście mądrzy. Dziecko nie ma
wolności, żeby płakać w domu? Co za wolność proponujecie? To
całkowite pomieszanie rzeczy.

Ten rodzaj wolności jest czymś odwrotnym – skrajnym zniewo-
leniem. Ale w centrum jest miłość, tam jesteście związani ze
wszystkimi. Jestem związana ze swoimi dziećmi. Tak, jestem. Je-
stem z nich dumna. Łączy je ze Mną więź, a Mnie z nimi także.
Jest to wzajemna więź, którą cieszymy się między sobą. Tam,
gdzie jest ta więź miłości, istnieje także wzajemne branie i dawa-
nie. Ale czy rozumiemy wagę tej więzi miłości? Pod najdrobniej-
szym pretekstem ją zrywamy. Gdyby żona tylko pomyślała, że
jak zrobi mężowi tę drobną przyjemność, to będzie taki szczęśli-
wy. A on powinien tylko czekać, żeby dowiedzieć się, czego ona
chce. I cieszyć się własnym towarzystwem, bo jak nie, to marnu-
jecie wszystko, co macie jako istoty ludzkie. Nie wiecie, ile mar-
nujecie z siebie nawzajem. Każdą chwilę wypełniają takie pięk-
ne więzi. Co zyskaliście, walcząc ze sobą? Gdy umieracie, musi-
cie dawać ogłoszenie w gazecie, że XYZ nie żyje, i stwierdzacie,
że nikogo nie ma. Taka oschłość, taka pustka. Co przez to osią-
gnęliście?

Powinniśmy więc mieć tę więź. Musimy poświęcać się dla rodzi-
ny. Co poświęcacie? Gdy płacicie na swoją rodzinę, macie z tego
radość. Jeśli żona wam powie: „Nie idź do pubu”, a wy tam nie
pójdziecie, to nie powinniście mówić, że ona jest staroświecka.
Zamiast tego, powinniście dziękować gwiazdom, że w tych no-
woczesnych czasach jest ktoś, kto mówi wam prawdę. To

wszystko, w czym żyjecie, jest fałszem. Jeśli macie być szczęśliwi, wróćcie do rzeczywistości.

To samo z przyjaciółmi. Starajcie się mieć z nimi więź. Nie bójcie się innych. I z zaskoczeniem stwierdzicie, ile będą wam dawać. Jestem tego żywym przykładem. Jestem związana z wami wszystkimi. Jeśli ktoś powie: „Matko, kiedy zamierzasz nas zostawić?”. Nie, nie mogę. Nie potrafię. Jestem z wami związana. Nie chcę was zostawiać, bo bardzo was kocham. Co zyskuję z takiego życia? Wszystko, co jest na tym świecie. Niezmierzoność, ocean. Sama staję się oceanem.

Zerwijcie ze swoimi koncepcjami własnej, osobistej wolności. To wyzwoli waszą inteligencję, waszą mądrość, a także słodycz i piękno, które nigdy nie przemijają. Ale wyrzucie te trucizny, które zaczynają się gromadzić na zewnątrz i wewnątrz was. To są mentalne trucizny. Poprzez *Adżnię* możecie je usunąć. Patrzcie z miłością na drzewo, a przekonacie się, że drzewo samo w sobie daje wam radość swojego stworzenia, ponieważ stajecie się bez myśli. A Stwórca, który stworzył to piękne drzewo, wleje w was całą tę nagromadzoną w nim radość. Każda istota ludzka jest skarbnicą radości. Bezgranicznej, zapewniam was. Nie marnujcie jej tylko dlatego, że ktoś nie jest odpowiednio ubrany albo nie zachowuje się tak, jak byście chcieli. Wszędzie leży piękno, nie przegapcie go.

Moc czystej Adźni – przesłanie na Boże Narodzenie

Dla *Adźni* to dobrze, że nadchodzi Boże Narodzenie. I w czasie, kiedy powinienam życzyć wam Wesołych Świąt, przy tej okazji mówię o czakrze *Adźni*, w której każdy musi wiedzieć, co rozkazywać i jak być posłusznym. *Posłusznym Bogu. Posłusznym swoim starszym. Posłusznym sobie, a nie swojemu ego.* Wtedy możecie też rozkazywać innym. Nie tylko ludziom, lecz nawet słońcu i księżycowi. Wszystkim możecie rządzić przez tę *Adźnię*. Spróbujcie jednej z tych rzeczy. Jeśli znacie kogoś, kto chce zrobić coś złego, po prostu wypowiedzcie jego imię i umieśćcie w *Adźni*. Zrezygnuje z tego czynu. To jest trik do zastosowania wobec Zrealizowanych Dusz. Jeśli ktoś robi coś złego, możecie wypróbować swoją *Adźnię*. Wszystko, co rozkażecie przez *Adźnię*, będzie uszanowane, ale w waszej *Adźni* musi być Chrystus.

Macie bowiem obudzone w sobie wielkie wsparcie, które nie istnieje tylko tutaj, ale przenika we wszystkie atomy i cząsteczki, jest wszędzie. Postarajcie się więc rozwinąć swoją *Adźnię*, co oznacza opanowanie siebie. Ci, którzy mają dobrą *Adźnię*, są w stanie rządzić wszystkim. I rozumieją, że najlepsze jest mistrzostwo własnej *Adźni*. A wtedy naprawdę staniecie się mistrzem siebie, dzięki czemu opanujecie wiele rzeczy. Dziś, w tym wielkim dniu, gdy życzę wam Wesołych Świąt, życzę wam także jak najmocniejszej *Adźni*, żeby ludzie, widząc wasze czoła, wiedzieli, że Chrystus narodził się w was ponownie.

Niech Bóg was błogosławi.

Przypisy

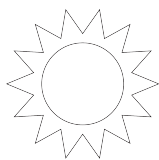
1. **Czakra Adźña (szósta):** Na poziomie fizycznym manifestuje się poprzez kluczowe struktury w centralnej części mózgu, takie jak skrzyżowanie wzrokowe, podwzgórze i szyszynka. Stanowi nadrzędny ośrodek kontrolny dla zmysłu wzroku, autonomicznego układu nerwowego oraz systemu

hormonalnego, regulując m.in. rytm dobowy.

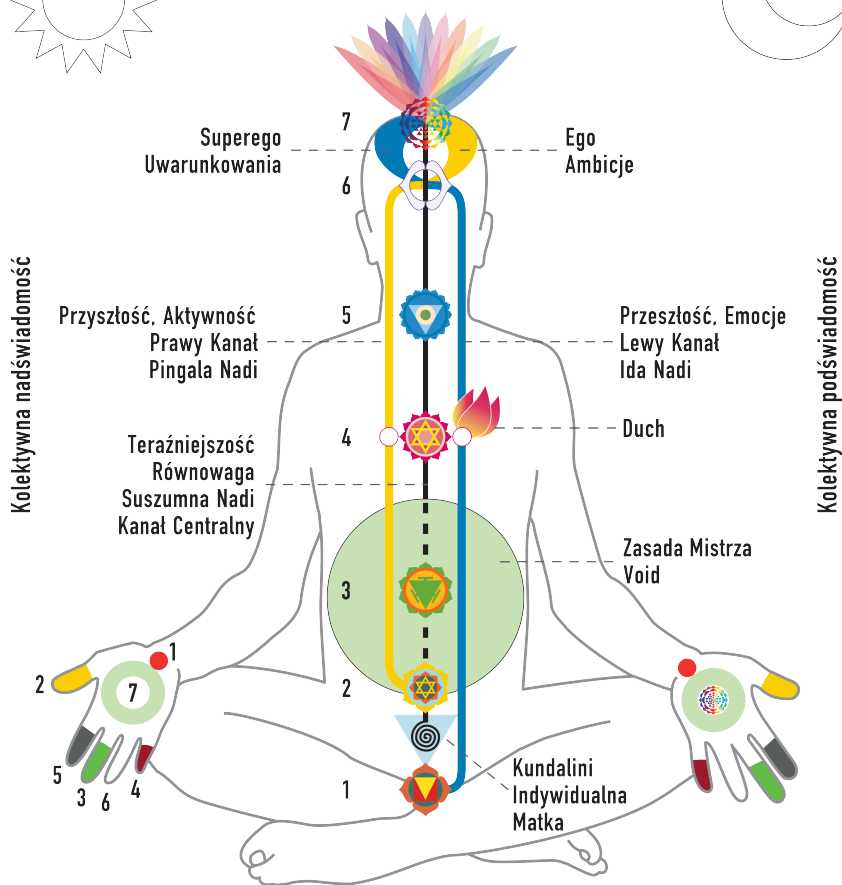
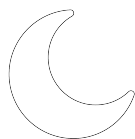
2. **Sahadża Joga:** (dosł. „Spontaniczna Joga” lub „Spontaniczne Połączenie”). Metoda medytacji i duchowego rozwoju założona przez Śri Matadźi Nirmalę Dewi w 1970 roku. Jej celem jest spontaniczne przebudzenie energii Kundalini, co prowadzi do stanu Samorealizacji.
3. **Ego i superego:** *Ego* (sansk. ahamkara) oznacza poczucie indywidualnego „ja” i sprawstwa, wynikające z aktywności prawego kanału energetycznego. *Superego* (sansk. manas) stanowi zespół uwarunkowań, wspomnień i nawyków pochodzących z przeszłości, związany z lewym kanałem. W mózgu ego odpowiada lewej półkuli, a superego – prawej, co wynika z krzyżowania się włókien nerwowych (dekusacji).
4. **Świadomość bez myśli (Nirvichara Samadhi):** Stan medytacyjny, w którym umysł jest w pełni świadomy i czujny, ale wolny od natłoku myśli. W Sahadża Jodze jest to kluczowy etap duchowego wzrostu, osiągnięty, gdy energia Kundalini przekracza czakrę Adźńa.
5. **Jezus Chrystus:** Postać Chrystusa jest rozumiana jako boska inkarnacja zasady Ganeśy. Symbolizuje On czystą niewinność, przebaczenie i zmartwychwstanie, a w systemie subtelny człowieka włada czakrą Adźńa (szóstą), która znajduje się na skrzyżowaniu nerwów wzrokowych. Zarówno Chrystus, jak i Ganeśa wywodzą się z tego samego kosmicznego jaja (Brahmanda), będącego prąródłem stworzenia. Jego zmartwychwstanie symbolizuje zwycięstwo Ducha nad materią i otwarcie drogi do stanu świadomości bez myśli poprzez czakrę Adźńa.
6. **Devi Purana:** Jedna z osiemnastu wielkich Puran, klasyfikowana jako *Upapurana* (mniejsza Purana) i koncentruje się na Bogini (Dewi) jako ostatecznej rzeczywistości.
7. **Mahawisnu:** dosłownie „Wielki Wisnu”. Forma, z której emanują wszechświaty. Według Devi Mahatmyam narodził się jako Pierwotne Dziecko w formie kosmicznego jaja; jego połowa pozostała jako Śri Ganeśa, a druga stała się Mahawisnu.
8. **Tattwa:** Sanskryckie słowo oznaczające „zasadę”, „esencję”, „rzeczywistość” lub „prawdę”.
9. **Ganeśa:** Aspekt Boga, który odpowiada za niewinność i mądrość. Syn Śiwy i Parwati. Charakteryzuje go głowa słonia.
10. **Cakra Muladhara (pierwsza):** Na poziomie fizycznym reprezentowana przez splot miedniczny (pelvic plexus), zlokalizowany u podstawy kręgosłupa. Odpowiada za unerwienie organów miednicy, takich jak narządy wydalinicze i rozrodcze.
11. **Kundalini:** Matczyzna, duchowa energia rezydująca w kości krzyżowej (os sacrum).
12. **Om lub AUM:** Pierwotny dźwięk wszechświata, z którego wszystko powstało.
13. **Duch:** jest odzwierciedleniem Boga Wszechmogącego w sercu — Boskim Świadkiem w człowieku. Po Realizacji człowiek staje się świadomy Ducha, który przejawia się w postaci wibracji prowadzących go i objawiających

obecność Boskości.

14. **„pożądliwe oczy”**: Nawiązanie do Kazania na Górze, Ewangelia wg św. Mateusza 5:28: „A Ja wam powiadam: Każdy, kto pożądliwie patrzy na kobietę, już się w swoim sercu dopuścił z nią cudzołóstwa”. Werset ten podkreśla znaczenie czystości intencji i myśli, a nie tylko czynów.
15. **Ocalenie jawno grzesznicy**: Nawiązanie do Ewangelii wg św. Jana (J 8,1–11), gdzie Jezus ratuje kobietę przyłapaną na cudzołóstwie przed ukamienowaniem, mówiąc do oskarżycieli: „Kto z was jest bez grzechu, niech pierwszy rzuci w nią kamieniem”.
16. **Niesienie krzyża**: Metafora chrześcijańska wywodząca się z Ewangelii (np. Mt 16,24).
17. **Lila**: Dosłownie „gra”, „zabawa”. Wszechświat jest rezultatem twórczej, radosnej i spontanicznej zabawy Boskości.



Kolektywna superświadomość



<u>1 Muladhara</u>	<u>2 Swadhishtana</u>	<u>3 Nabhi</u>	<u>4 Anahata</u>	<u>5 Wisuddhi</u>	<u>6 Adžna</u>	<u>7 Sahasrara</u>
niewinność	kreatywność	spokój	miłość	kolektywność	przebaczenie	integracja
pomyślność	czysta wiedza	satisfakcja	odporność	dyplomacja	współczucie	oświecenie
czystość	czysta uwaga	godność	radość	dyskrecja	moralność	joga

Więcej informacji o Śri Matadži znajdziesz na ShriMataji.org.

Aby znaleźć lokalny ośrodek, odwiedź SahajaYoga.pl.

Ten i inne wykłady Śri Matadži są na stronie LearnSahajaYoga.org.

Aplikację do medytacji możesz pobrać z WeMeditate.com.