

Śri Matadźi Nirmala Dewi

Chłodny Powiew Ducha

*Jak przebudzić energię Kundalini i doświadczyć
prawdziwej Samorealizacji*

Brighton, Anglia
15 maja 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: 978-83-978480-3-0

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 wibracje w twoim centralnym układzie nerwowym. Zaczynasz odczuwać chłodną bryzę na dłoniach i w okolicy ciemiączka. 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



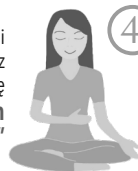
Położ prawą dłoń pod żebrami po lewej stronie i trzy razy z całego serca zapytaj
„Matko, czy jestem swoim własnym mistrzem?”

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 skórą, 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.



Mechanizm ewolucji i subtelny system człowieka

Jestem pewna, że Phil wytłumaczył wam mechanizm naszej ewolucji. Jak widzicie, na różnych poziomach ciała istnieją ośrodki energetyczne, z których każdy odpowiada kolejnym etapom naszej ewolucji. Ośrodki te, zwane centrami subtelnymi¹, nie są widoczne gołym okiem, gdyż umiejscowione są w rdzeniu przedłużonym, rdzeniu kręgowym oraz w mózgu². Jak już wczoraj wspomniałam, Bóg stworzył nas w określonym celu, a cały ten proces został przeprowadzony z niezwykłą finezją, wielkim współczuciem i troską. Każde z tych centrów symbolizuje w nas pewien etap wzrostu, który przejawiał się stopniowo. Jednak na etapie ludzkim wciąż znajdujemy się w fazie przejściowej, gdyż nie znamy jeszcze prawdziwego sensu naszego istnienia. Poznamy go dopiero wtedy, gdy połączymy się z siłą, która nas stworzyła; siłą, która nas ukształtowała; siłą, która pragnęła naszego istnienia, uruchomiła proces tworzenia i prowadziła nas przez ewolucję.

Symbolizują je trzy kanały energetyczne. Kanał lewy jest siłą pragnienia³, która zarządza naszą przeszłością, podświadomością oraz zbiorową podświadomością⁴. Druga siła, umiejscowiona po prawej stronie⁵, odpowiada za działanie, aktywację i tworzenie – aż do etapu, na którym zaczęło się kształtować życie. Wtedy właśnie pojawia się atom węgla. Jest on niezwykle ważnym, kluczowym pierwiastkiem, jaki kiedykolwiek powstał. Posiadał bowiem cztery wartościowości, co pozwalało mu zarówno oddawać, jak i przyjmować elektrony. Zadziałał on niczym szczególny katalizator, dając początek życiu. Tak oto powstało życie. Jednak po stworzeniu organizmów jednokomórkowych droga ewolucji musiała nas jeszcze doprowadzić do stadium ludzkiego. Krzesła nie rosną, ta

sala również nie urośnie – nic, co martwe, nie wzrasta. Wzrasta i ewoluuje jedynie to, co żyje.

Rozwój ego i ustanowienie równowagi

Staliśmy się istotami ludzkimi na etapie, gdy rozwinęło się centrum umiejscowione w okolicy szyi. Nastąpiło to, gdy zwierzęta uniosły głowy, a my wyprostowaliśmy szyje. Wtedy zaczął się rozwijać nowy mechanizm, dzięki któremu doszło do skrzyżowania kanałów energetycznych, co z kolei utworzyło dwie struktury balonowe, nazywane *ego* i *superego*⁶. Nie było tam bowiem innego ujścia. U zwierząt, poruszających się na czterech łapach, energia ziemi przepływa swobodnie od tylnych kończyn do przednich. Jednak w człowieku, gdy tylko uniosł głowę, rozwinął się nowy mechanizm, poprzez który stworzył ego. Gdy pracował, podejmując działania umysłowe i fizyczne, rozwinął w sobie mechanizm nazywany ego. W rzeczywistości ego jest całkowitym mitem, ponieważ tak naprawdę niczego nie robimy. Jak już wspomniałam, wykonujemy jedynie martwą pracę; nie potrafimy dokonać ani jednego aktu *żywego* tworzenia. Zatem ego jest w nas jedynie mitem, iluzją naszego sprawstwa. Mit ten rozrasta się, spychając superego do tyłu, a gdy obie te struktury połączą się na szczycie głowy, mniej więcej w wieku dwunastu lat, następuje zwapnienie i stajecie się w pełni sobą – istotą całkowicie niezależną. Rozwija się wasze „ja”. Oznacza to, że stajecie się niczym jajko. Jesteście teraz odrębną jednostką, wolną istotą, która może balansować między lewą i prawą stroną – niczym między pedałem hamulca i gazu w samochodzie – i nauczyć się, jak ich używać, aby osiągnąć wewnętrzną równowagę.

Popołniając błędy i eksperymentując, rozwijacie swoją mądrość w kanale centralnym. Niekiedy ludzie popadają w skrajności. Jak mówiłam wczoraj, nadmierne skłanianie się ku prawej

stronie rodzi określone choroby i problemy. Dzień wcześniej wspomniałam, że gdy zmierzacie ku lewej stronie, doświadczacie problemów natury emocjonalnej, a choroby takie jak rak również wynikają ze skrajności lewej strony. W kanale centralnym natomiast przebiega proces ewolucyjny – to jest siła ewolucji, siła waszego istnienia⁷. Na przykład węgiel ma cztery wartościowości, co oznacza, że ma cztery wartości. Istoty ludzkie posiadają dziesięć wartości, które w Biblii zostały przedstawione jako Dziesięć Przykazań⁸. Istnieją one po to, by wspierać ludzkość. W czasach, gdy na ziemi żył Mojżesz⁹, było jeszcze za wcześnie, by mówić o Samorealizacji¹⁰ czy o Duchu¹¹. W miarę jak rosło drzewo życia, on mówił o drzewie życia, o drzewie ognia, mówił o Kundalini¹². Skupiał się raczej na podtrzymywaniu równowagi i zachowaniu istnienia. Kładł na to nacisk, ponieważ był to czas, w którym ludzkość musiała nauczyć się, jak zachować wewnętrzną równowagę.

Rola Chrystusa w procesie duchowego wzrostu

Nie mówił na przykład o chrzcie, którego Żydzi nie uznają. Zapowiedział jednak, że przybędzie Mesjasz, który obdarzy was Duchem i da wam Realizację. Jednakże Żydzi, jak wiecie, odrzucili Chrystusa. Nie uwierzyli w Niego, co doprowadziło do Jego ukrzyżowania. Przyjście Chrystusa na tę ziemię było wydarzeniem o fundamentalnym znaczeniu. Zanim opowiem o innych inkarnacjach, skupmy się najpierw na Chrystusie – na tym, jak jest ważny i jaką kluczową rolę odgrywa w naszym wnętrzu. Ludzie bezustannie powtarzają imię Chrystusa. Wszędzie widzimy napisy głoszące, że Jezus Chrystus¹³ jest w nas, że nadchodzi, że jest tutaj. Ale gdzie? Gdzie On jest tak naprawdę? Rezyduje On w szóstym centrum energetycznym, zwanym Adźną¹⁴. Centrum to znajduje się między przysadką mózgową a szyszynką. Jest to niezwykle subtelny ośrodek posiadający dwa podspłoty. On inkarnuje się tam jako ucieleśnienie niewinności. Dlatego właśnie jest tak potężnym bóstwem, które zstępuje i osiada w tym właśnie obszarze.

Jego przyjście na ziemię było tak ważne, ponieważ w miejscu, gdzie krzyżowały się ego i superego, nie było przejścia dla energii Kundalini. To właśnie jest *krzyż*, na którym Go ukrzyżowano. A gdy przybył, potwierdził to, czego już cztery tysiące lat wcześniej nauczał Śri Kriszna¹⁵: że boskiej siły nie można zniszczyć. Ducha nie da się zniszczyć, nie można go spalić ani unicestwić. Chrystus musiał więc przyjść na ziemię, aby dowieść tej prawdy swoim życiem. Był On ucieleśnieniem „AUM”¹⁶, Pierwotnego Dźwięku, i dlatego potrafił chodzić po wodzie. Jedynie dźwięk może przemieszczać się po powierzchni wody, gdyż nie podlega grawitacji, która mogłaby go ściągnąć w dół. Stworzenie Jezusa Chrystusa w niebiosach było wydarzeniem szczególnym. Opisuje to wiele pism, w tym

hinduskie święte księgi, gdzie jest On przedstawiany jako Mahawisnu¹⁷. Oczywiście ludzie nazywający siebie chrześcijanami czerpali wiedzę z rozmaitych źródeł i interpretowali ją na swój własny sposób. Na przykład biblijny święty Paweł¹⁸ nie był Duszą Zrealizowaną i nie miał nic wspólnego z Chrystusem. Absolutnie nic. Nigdy Go nie spotkał, nie miał z Nim żadnego związku. Po prostu się pojawił i zaczął prześladować chrześcijan. Był pół-Żydem, pół-Grekiem i przekupywał ludzi, by uzyskać rzymskie obywatelstwo czy coś w tym rodzaju. Służył jako rzymski żołnierz i zabijał chrześcijan. I nagle ten samozwaniec oświadcza, że ujrzał światło. Nie wiem, dlaczego jego postać w ogóle znalazła się w Biblii, nie powinno go tam być. To on wprowadził wielkie zamieszanie, które do dziś działa na szkodę Chrystusa. Mam bowiem przeczucie, że zawsze, gdy tak wielka postać przybywa na ziemię i rozpoczyna swoje dzieło, pewne negatywne siły przybierają subtelna postać i pojawiają się pod pozorem niesienia pomocy, podczas gdy w rzeczywistości działają przeciwko Bogu. Później udowodnię, dlaczego tak twierdzę.

Jezus Chrystus przybył na ziemię we własnej osobie, ponieważ mieliśmy problem – tym problemem było ego. Polegał on na tym, że przez nasze działania, przez wszystkie złe uczynki, stworzyliśmy instytucję grzechu i staliśmy się grzesznikami, istotami o grzesznej naturze. On zaś przybył na ziemię, aby wchłonąć wszystkie nasze grzechy. Starożytne pisma zapowiadały, że nadejdzie taka postać, a gdy zostanie przebudzona przez Kundalini, wchłonie nasze grzechy. Dzięki temu zniknie karma¹⁹ i zniknie sam grzech. On przybył na ziemię, aby wchłonąć nasze grzechy, aby je z nas zdjąć. Umarł za nasze grzechy – wszyscy to powtarzamy. Dlaczego więc wciąż tkwi w was idea grzechu? Dlaczego wciąż chodzicie do spowiedzi? Przecież jeśli Chrystus jest w nas i jeśli zostanie przebudzony, z pewnością wchłonie nasze grzechy.

Inną błędną koncepcją jest przekonanie, że musimy cierpieć. Ten pogląd, że wszyscy musimy cierpieć, wywodził się od Żydów i musiał powstać w czasach Mojżesza. Minęły jednak tysiące lat, lecz zostało obiecane, że przybędzie ktoś, kto raz na zawsze odcierpi za was wszystkich i zabierze całe wasze cierpienie. Tak wspaniałą postacią był Chrystus. Przybył na ziemię i przeszedł przez wszystkie męki, a mimo to nawet chrześcijanie wciąż powtarzają, że musimy cierpieć. Dlaczego? Czyż On nie wycierpiał za was wystarczająco? Czy zamierzacie cierpieć bardziej niż On? Dlaczego mielibyście cierpieć? Jedyne, co musi się wydarzyć, to przebudzenie w was Chrystusa. Jeśli Chrystus w waszym wnętrzu zostanie przebudzony, ze zdumieniem odkryjecie, że wszystkie tak zwane cierpienia znikną, ot tak. Nie będzie już więcej cierpienia. Widzieliśmy pacjentów chorych na raka, w wielkim cierpieniu, którym lekarze dawali najwyżej dwa tygodnie życia. To fakt. Gdy jednak ich Kundalini zostaje przebudzona, rak znika, ustępuje cały ból i męka. Czują się niezwykle lekko, świadomi na poziomie kolektywnym²⁰, wiedzą, że zostali ocaleni. Wszyscy czują, że są uratowani. Gdy to nastąpi, natychmiast odczuwacie lekkość umysłu, ciała i całego jestestwa; czujecie się tak lekko, jakbyście unosili się w oceanie Bożej radości.

Krytyka zinstytucjonalizowanej duchowości

I to właśnie zostało obiecane i tego powinniśmy oczekiwać. A my wróciliśmy do punktu wyjścia, do tego, co było tysiące lat temu, nie rozumiejąc, że jeśli mamy do czynienia z rozwojem, z żywym procesem, to żywy proces zawsze przebiega etapami, niosąc ze sobą transformację. Weźmy za przykład ziarno: najpierw wypuszcza korzeń, potem pędy, a z pędów wyrastają kolejne części, jedna po drugiej, aż stanie się kwitnącym drzewem, które następnie rodzi owoce, a te owoce z czasem opadają. Podobnie, jeśli życie ma się rozwijać poprzez ewolucję, muszą istnieć etapy, przez które przechodzimy. Nie może być tak, że za każdym razem, gdy przychodzi wielka inkarnacja, zakłada ona nową religię. Jak to możliwe? Chrystus powiedział: „Ci, którzy nie są przeciwko Mnie, są ze Mną”. Kim zatem są ci, którzy są z Nim? Wyraził się bardzo jasno. Nawet Mahomet²¹ uznawał Chrystusa za wielką duszę i mówił, że należy czekać na Dzień Zmartwychwstania²². Lecz kto dziś mówi o Dniu Zmartwychwstania? Muzułmanie o nim nie wspominają; mówią jedynie o Dniu Sądu Ostatecznego. Nie rozumiem, dlaczego ludzie tak uparcie zmierzają ku Dniowi Sądu, zamiast ku zmartwychwstaniu. Jesteśmy tutaj po to, aby zmartwychwstać i zostać odkupionymi – i tym właśnie jest Sahadża Joga²³.

Sahadża Joga nie jest jedynie zbiorem rad. Daje wam ona realne odkupienie i ulgę od grzechów i trosk życia. Tym właśnie jest Sahadża Joga. W innych centrach rezydują inne bóstwa, o których możecie przeczytać w książce – jest to tam jasno wyjaśnione. Ludzie bywają jednak wstrząśnięci, gdy mówię im, że te bóstwa znajdują się tu, tam i jeszcze gdzie indziej. Kiedy na przykład mówię do Indusów, myślą, że głoszę chwałę Chrystusa, że Go popieram i że wszystkich próbuję nawrócić na chrześcijaństwo – tak zaczęli na mnie patrzeć. A kiedy mówię

wam o Śri Krisznie, powiecie mi to samo, ponieważ ludzie mają tendencję do tworzenia zamkniętych grup. Jeśli więc podążacie za Chrystusem, nie potraficie dostrzec niczego innego, zamykacie się w ten sposób. A nie dostrzegacie nawet, co ten Kościół Chrześcijański dla was zrobił. Sama urodziłam się w rodzinie chrześcijańskiej i wiem, że nie zrobił on absolutnie nic. To samo dotyczy Indusów – co świątynie zrobiły dla Indusów? Co meczety uczyniły dla muzułmanów? Nic. Poza budowaniem ogromnych meczetów, kościołów i świątyń; słyszałam, że połowa Anglii należy do Kościoła.

Jak zamierzacie rozpoznać Chrystusa, gdy powróci? W jaki sposób to uczynicie? Jaką metodą? Wielu ludzi modli się: „Boże, daj mi pracę”, wykorzystując Boga do załatwiania przyziemnych spraw. Bóg nie jest na wasze zawołanie. Musicie być z Nim połączeni. Musicie stanowić z Nim jedność. Inaczej zostaniecie odrzuceni. Skoro bez odpowiednich koneksji nie możecie zbliżyć się do nikogo, kto posiada władzę, jak śmiecie zbliżać się do Tego, który jest Władzą ponad wszelką władzą, nie mając z Nim żadnej więzi ani nie znając zasad? A zatem wszyscy ci, którzy rzekomo reprezentują Chrystusa, Śri Krisznę czy Śri Ramę²⁴ – muszę to powiedzieć wprost: wszyscy oni po prostu kłamią i niczego nie czynią. Nie mają z Nimi nic wspólnego. Żaden z nich nie robi tego, co należy. Wręcz przeciwnie, jeśli do nich pójdziecie i powiecie, że nadszedł czas sądu i czas przyjęcia zbawienia – bo to jest najważniejsze, że macie zostać zbawieni, a jeśli nie, to wszystkie te rzeczy są dla ludzkości bezużyteczne. Musi nastąpić wyzwolenie istot ludzkich – a jeśli tego nie potrafią, odrzucicie te wszystkie bezsensowne koncepcje, dogmaty i spory. Powstańcie i sami zobaczcie, jaka jest rzeczywistość. Oni jednak tego nie robią, ponieważ ich istnienie opiera się na naszej niewiedzy. Egzystują, bo my pozostajemy nieświadomi.

Ta siła istnieje w was, ten Duch jest w was. Nie musicie uczęszczać do miejsc, w których w ogóle nie wspomina się o Duchu ani o Samorealizacji. Każda religia mówi, że musicie otrzymać Samorealizację, że macie narodzić się na nowo²⁵. W Ameryce spotkałam wielu ludzi, którzy mówili mi: „Matko, narodziliśmy się na nowo”. Zapytałam, w jaki sposób. „Należymy do organizacji ludzi ponownie narodzonych”. Zapytałam: „Jak to, cała organizacja?”. I oni wierzą w takie mity, że są ponownie narodzeni. Zapytałam: „Co jest dowodem ponownych narodzin? Jak można rozpoznać kogoś, kto narodził się na nowo? Każdy może wstać i powiedzieć: «Narodziłem się na nowo»”. Czy uwierzycie takiej osobie? Niektórzy ludzie są tak prostoduszni, że wierzą we wszystko, co się im powie, ale to nie tak działa. Osoba ponownie narodzona musi być świadoma kolektywnie. Osoba ponownie narodzona powinna obdarzyć was siłą waszego Ducha, a gdy wy narodzicie się na nowo, powinniście być w stanie uczynić to samo dla innych. Jak ujął to Blake²⁶: „Ludzie Boga staną się Prorokami, a ci Prorocy posiadą moc czynienia Prorokami innych”. Powiedział to tak jasno wam, Anglikom, ale chyba nie darzycie go zbyt dużą sympatią. Spotkałam bardzo niewielu ludzi, którzy naprawdę doceniają Blake’a, a niektórzy twierdzili wręcz, że był szaleńcem. Niewątpliwie pośród szaleńców człowiek przy zdrowych zmysłach również może wydawać się obłąkany. Lecz on wyraził to tak klarownie, i to właśnie w tym kraju ten wspaniały człowiek miał się narodzić i mówić o Jerozolimie – to niezwykle. Trudno bowiem dopuścić myśl, że w Anglii – kraju, który akceptował dominację nad innymi narodami i wykorzystywał swoją potęgę, by nimi władać – mogłaby powstać nowa Jerozolima²⁷. Ale to, co mówił, dotyczyło czasów, kiedy te fałszywe idee odpadną, kiedy ludzie przestaną myśleć o dominacji i materializmie, gdy będą mieli tego wszystkiego dość. To właśnie ci ludzie dzisiaj poszukują. A kim są ci poszukiwacze? To ludzie Boga.

Doświadczenie Samorealizacji: przebudzenie Kundalini

Rozpoznajcie więc siebie. Przede wszystkim musicie rozpoznać samych siebie – zanim zaczniecie oceniać innych – musicie uznać, że jesteście poszukiwaczami, ludźmi Boga. Musicie odnaleźć Boga, ponieważ nie uszczęśliwią was te bezsensowne alternatywy, które podsuwają wam ludzie. Wspominałam kiedyś o ludziach, którzy po prostu skaczą i tańczą. Czy to jest sposób na powtórne narodziny? To absurd. Jak możecie wierzyć w coś tak niedorzecznego, co przecież i tak możecie robić? Jeśli chcecie podskoczyć, co w tym trudnego? Unosicie nogę i skaczecie. Cóż w tym wielkiego? Czy to skakanie, krzyki i wygadywanie nonsensów jest tym, co zamierzacie osiągnąć? Wręcz przeciwnie, macie osiągnąć stan, w którym wasza świadomość stanie się o wiele czujniejsza, w którym wasza świadomość stanie się świadoma kolektywnie. W swojej świadomości powinniście być zdolni odczuwać innych. Powinniście móc odczuwać siebie, swoje własne istnienie. I to jest najważniejsze. A tamte inne metody robią na ludziach wrażenie. Nie wiem, dlaczego ten cyrk tak im imponuje. Jeśli, dajmy na to, dziesięć osób tańczy na Oxford Street, ubranych w dhoti²⁸ i śpiewających „Hare Rama Hare Kriszna”²⁹, niektórzy powiedzą: „Och, jacy to pobożni i święci ludzie”. Nie powinni obnosić się z tym na Oxford Street czy jakiegokolwiek innej ulicy, nosząc dziwaczne stroje i tańcząc w osobliwy sposób. Czy to jest droga do Boga? Użyjcie rozumu. Należycie do najbardziej rozumnych ludzi na świecie. Użyjcie intelektu i zastanówcie się, czy w ten sposób osiągniecie cel?

Coś musi się wydarzyć w waszym wnętrzu i dzieje się to właśnie teraz. Dziś jest czas, abyście to otrzymali. Jestem szczęśliwa, widząc, jak wiele osób dziś przybyło, tak bardzo pragnących otrzymać Samorealizację. Po Samorealizacji, gdy następuje ten

wzrost – gdy Kundalini wznosi się i zaczynacie odczuwać chłodny powiew³⁰ wydobywający się z czubka głowy – możecie zapytać: „Czym jest ten chłodny powiew?”. To jest chłodny powiew Ducha Świętego. Jest on wszechobecny, wszechprzenikający. Można go poczuć wszędzie. Niektórzy zaczynają wtedy rozglądać się w stronę okna, zastanawiając się, czy nie jest otwarte i czy stamtąd nie wieje. A to jest właśnie to. Dla niektórych jest to absolutnie oczywiste. Kiedy więc zaczniecie to odczuwać, musicie z tego korzystać. Musicie to w sobie ustabilizować. Dopiero gdy zaczniecie z tego korzystać, zrozumiecie prawdziwą wartość tego daru. Jeśli nie będziecie tego używać, jak poznacie, czym to jest? Jest to manifestacja Ducha, a o jej prawdziwości możecie przekonać się jedynie poprzez praktykę. Jeżeli dam wam sto rupii³¹, czyli indyjskie pieniądze, nie będziecie wiedzieli, jaką mają wartość. Musicie pójść z nimi na targ i spróbować coś kupić – dopiero wtedy ją poznacie.

Podobnie, kiedy mówię, że Realizacja następuje wyłącznie dzięki jednej metodzie, którą jest przebudzenie w was Kundalini – tak jak zarodek w ziarnie kiełkuje tylko w jeden sposób, nie ma dziesięciu sposobów, by nasiono wykiełkowało. Ziarno ma w sobie zarodek, który musi wykiełkować, aby mogło powstać drzewo, które widzicie. Niezależnie od rodzaju drzewa, jedyną drogą jest wykiełkowanie z zarodka. Tak samo, gdy ma nastąpić wasze urzeczywistnienie, Kundalini, która rezyduje w kości krzyżowej³², musi się unieść. A kiedy wzniesie się i przebije obszar ciemiaczka³³, wtedy naprawdę otrzymujecie swój chrzest. Nie ten sztuczny. Nie można udzielić sztucznego chrztu. Blake napisał: „Ksiądz złożył klątwę na mojej głowie”. To prawda, ponieważ nie miał on prawa dotykać jego głowy. Nie jest on Duszą Zrealizowaną. Kapłani nie są Duszami Zrealizowanymi; to samozwańcy. Nie można stać się duchownym po ukończeniu seminarium czy jakiegokolwiek innej

ludzkiej instytucji. To wszystko jest sztuczne. Wszystko, co jest dziełem człowieka, jest sztuczne, czyż nie? To, co jest dziełem Boga, jest prawdziwe – a Bóg stworzył to, co znajduje się w waszym wnętrzu.

Po Realizacji, kiedy jesteście już ugruntowani, sami posiadacie najwyższe moce. Możecie dokonać tak wielu rzeczy, że będziecie zdumieni własnymi zdolnościami. Sami siebie zaskoczycie, odkrywając, jak wspaniali, piękni i cudowni jesteście, jak przepełnia was błogość – stajecie się magnesem dla innych. Ludzie są wami zdumieni, wszystkie wasze priorytety ulegają zmianie, wszystkie nawyki odpadają, a bezsensowne rzeczy, które tak was pochłaniały, po prostu znikają. Dzięki temu wszystkie wasze centra zostają oświecone, a każde z nich przynosi ze sobą określone błogosławieństwo. Na przykład centrum Nabhi³⁴, zlokalizowane w okolicy pępka, niesie ze sobą błogosławieństwo, o którym Kriszna powiedział: „Yogakshemam Vahaamyaham”³⁵ – że kiedy osiągacie jogę³⁶, czyli zjednoczenie – On nie powiedział „Kshema Joga” – otrzymujecie dobrobyt. Dobrobyt staje się waszym udziałem. Nie chodzi o to, by stać się bogatym jak Ford – to skrajność, która nie ma sensu i przyprawia jedynie o ból głowy. Stajecie się natomiast osobą w pełni usatysfakcjonowaną. Jesteście pod opieką; Bóg się wami opiekuje. Nie wierzymy w takiego Boga, jakim On jest naprawdę. On jest Bogiem Wszechmogącym. Jest Bogiem posiadającym wszelkie moce, a Jego moc powołuje do istnienia wszystkie te cudowne, żywe rzeczy, które widzimy. W każdej sekundzie rozkwitają miliardy kwiatów i nawet nie wyobrażacie sobie, jak potężne jest to zjawisko. A kiedy czujecie tę moc w zasięgu ręki, możecie nią kierować i posługiwać się nią, zyskując przez to chwałę.

Zintegrowana duchowość i osobista moc

Sahadża Joga istnieje po to, by spleść wszystkie religie świata w jedną nić, aby je wszystkie zintegrować, a wraz z nimi wszystkie wielkie inkarnacje – w jedną całość. One wszystkie są bowiem wewnątrz nas, nie są odseparowane, tworzą jedną rodzinę. Pojawiały się one po prostu na różnych etapach naszej ewolucji. My zaś źle je oceniliśmy, błędnie zrozumieliśmy i teraz o nie walczymy. Jak już wielokrotnie powtarzałam, przypomina to zrywanie z drzewa pięknych kwiatów, które zostały ukształtowane i odżywione przez jego soki, a następnie walkę o te martwe już kwiaty, z okrzykiem: „Ten jest mój, a tamten mój!”. To niezwykle ważne, aby zrozumieć, że Bóg stworzył ten świat nie po to, byście się nawzajem nienawidzili, lecz abyście mogli poznać, jak bezgraniczna jest Jego miłość, jak wieczne jest Jego miłosierdzie, jak wielki jest On sam i z jaką troską was ukształtował.

Będziecie zdumieni, gdy po otrzymaniu Realizacji ujrzycie swoje wnętrze: jak działa, jak się przejawia, jak wysyła sygnały. Możecie to zweryfikować. Kiedy odkryjecie, że czyjś palec jest gorący, a jesteście Duszą Zrealizowaną, zapytajcie tę osobę: „Co słysząc u twojego ojca?”. Odpowie: „Nie mam teraz z nim nic wspólnego, jestem na niego bardzo zły o to i o tamto”. Ten palec płonie – to jest palec ojca. Powinniście wtedy powiedzieć: „Musisz wybaczyć swojemu ojcu. Dopóki mu nie wybaczysz, Kundalini się nie uniesie”. Ona zarejestrowała wszystko na wasz temat. Złość na ojca nic wam nie daje, po prostu wybaczcie. Wtedy Kundalini się wzniesie. Odmawiamy modlitwę „Ojcze nasz”. Dlaczego? W jakim celu? Czymże jest „Ojcze nasz”? Jest to mantra³⁷, recytowana dla tego właśnie centrum [Adźña]. Jeśli nie odmówicie „Ojcze nasz”, gdy wasza czakra jest zablokowana, nie zdołacie unieść Kundalini. Najbardziej zdumiewające jest to,

jak wszyscy jesteśmy ze sobą połączeni i stanowimy nierozdzielalną część całości. To zaskakujące, jak to na nas działa i jak przekonuje nas, że to, co robimy, jest właściwym sposobem istnienia.

To nie działa tak, jak w innych tak zwanych boskich instytucjach, gdzie płacicie za członkostwo i na tym koniec. Albo wielbicie swojego guru³⁸. Gdzie słyszycie, że wasz guru jest wielki i temu podobne – to bzdura. To nie tak. To *wy* macie się stać guru. To *wy* macie osiąść wiedzę. To jest *wasza* własna moc. I to właśnie trzeba zrozumieć. Oczywiście nie możecie płacić za te wszystkie nonsensy. Po prostu nie rozumiem, jak można płacić tym bezużytecznym ludziom. Skoro za Boga nie można zapłacić, dlaczego mielibyście płacić tym okropnym ludziom za cokolwiek? Nie ma takiej potrzeby, a jednak to robicie, płacicie im. Myślicie, że kupujecie swojego guru. Każdy guru, który pozwala się kupować, nie jest prawdziwym guru, lecz pasożytem. Zwykłym pasożytem i niczym więcej. Dziś pojawiło się wielu takich pasożytów, ponieważ jesteście bardzo prostoduszni. Wasza naiwność polega na tym, że nie rozumiecie, iż osoba należąca do Boga wyłącznie daje. Nie potrafi brać. Nie umie niczego przyjąć. A nawet jeśli ofiarujecie jej jedną rzecz, ona w zamian obdaruje was dziesięcioma. Ona nie potrafi brać. I to jest tak proste do zrozumienia. Wszystko jest niezwykle proste, ale ludzie stali się niezwykle skomplikowani, a te komplikacje niewątpliwie stanowią przeszkodę w przebudzeniu Kundalini. Ale to nic nie szkodzi. Niezależnie od komplikacji, znamy już wszystkie sztuczki, wszystkie permutacje i kombinacje. Jestem pewna, że zdołamy sobie z tym poradzić. Dziękuję wam bardzo. Zanim przejdziemy dalej, chciałabym, abyście zadali mi kilka pytań. Niech Bóg was wszystkich błogosławi.

Wstęp i zaproszenie do pytań

Nie powinniście odczuwać lęku ani skrępowania. Oczywiście, nie należy być przy tym nieuprzejmym ani z niczego szydzić. Nie ma tu miejsca na drwiny czy grubiaństwo, gdyż nie sprzyja to waszej Realizacji. Jeśli macie jakieś pytania, proszę, zadajcie je teraz. W przeciwnym razie rozpoczniemy program Realizacji.

Sesja Pytań i Odpowiedzi

Pytanie: [NIEZROZUMIAŁE]

Śri Matadźi: Sądzisz, że trzeba na to ciężko pracować. W porządku. To naturalna myśl, wszyscy tak uważamy, nie ma w tym nic nowego. Każdy zastanawia się, jak można to otrzymać tak łatwo. A jednak otrzymujecie to, bez wątpienia. Jak to możliwe? Może znam jakąś sztuczkę? Musi być we Mnie coś wyjątkowego – *moim zadaniem jest to sprawić*. Wiem o tym, rozumiecie? Oni bez końca rozprawiają. Był w Kalifornii pewien człowiek... Wyobrażacie sobie? Posunął się nawet do tego, że obciął swoim uczniom języki, by mogli wsunąć je w głąb gardła – nazywa się to Kheczari Awasztha. Pomyślcie tylko, obcinanie języka. A teraz ci starzy ludzie machają językami niczym psy w Indiach. I wciąż tam są. Tamten człowiek już nie żyje, odszedł. Mówił o Krija Jodze i tym podobnych rzeczach. Już go nie ma, ale ci ludzie wciąż tam są ze zwisającymi językami, bez żadnej Samorealizacji, bez niczego. Inni stawali na głowie – i też bez żadnej Samorealizacji, bez niczego.

Powiem wam teraz coś bardzo prostego. Musicie wiedzieć, że nie zrobiliśmy nic, by stać się istotami ludzkimi, prawda? A zatem, aby stać się istotą superludzką, również nie musicie nic robić, ponieważ jest to żywy proces. Co czynimy dla żywego procesu? To niezwykle proste. Jeśli chcecie, by ziarno

wykiełkowało, umieszczacie je w Matce Ziemi. Ona zna się na tej pracy i wykonuje ją za was. Czy wy coś robicie? Czy stajecie na głowie lub biegacie wkoło? Czy wykonujecie jakieś ćwiczenia fizyczne, aby ziarno wykiełkowało? Nic. To jest żywy proces. Dla żywego procesu nie musicie robić niczego sami.

Jednak po Realizacji wszystko wygląda inaczej. Kiedy istota ludzka otrzymuje swoją Realizację, odczuwa moc – nie jest już zwierzęciem, nie jest już rzeczą nieożywioną. Tak jak ta maszyna nie wie, że do niej mówię. Nie jest świadoma, że przewodzi prąd, i z pewnością nie potrafi niczego uczynić sama z siebie. Lecz wy wiecie, że moc przez was przepływa. Nauczycie się też nią kierować i będziecie za nią w pełni odpowiedzialni. I to jest właśnie to, o czym mówię – czyż to nie fantastyczne?

Nawet przebudzenie Kundalini... Mój Boże, czytałam kiedyś książkę tak grubą – nie mogłam przebrnąć przez te wszystkie bzdury – w której napisano, że Kundalini znajduje się w żołądku. Wyobrażacie sobie? Widzicie, o Bogu może pisać Hitler. Może pisać Napoleon, pisać może każdy. Ale to ja muszę tego dokonać. Założmy, że jestem bankierem i mam przy sobie klucz, który muszę wam przekazać, to wszystko.

Podam inny prosty przykład: ta świeca jest zapalona, a tamta, powiedzmy, nie. Wystarczy zbliżyć do niej światło, ponieważ jest gotowa na przyjęcie płomienia. Ale jeśli ja nic o tym nie wiem, mogę wziąć to zapalone światło lub nie, robiąc przy tym najróżniejsze, absurdalne rzeczy. I dlatego tak postępujecie. Niczym mieszkańcy indyjskiej wioski, którzy nigdy nie widzieli elektryczności. Przychodzą, a ty im mówisz: „Zgaście światło”. Oni podchodzą i zaczynają na nie dmuchać. I będą tak dmuchać całą noc, by na koniec stwierdzić, że bardzo trudno jest zgasić to światło. Ponieważ nie znają tej sztuczki.

Na tym właśnie polega tajemnica, tajemnica kościołów chrześcijańskich, które tak chętnie o niej mówią. Lecz cóż to za tajemnica? Nazywacie to tajemnicą tylko dlatego, że nic o tym nie wiecie. To bardzo wygodne. Nie ma w tym nic tajemniczego. Zobaczycie wszystko wyraźnie. Zobaczycie, jak wszystko dzieje się na waszych oczach. Będziecie mogli dostrzec wznoszenie się Kundalini i poczuć jej przepływ. Oni jednak nie chcą tego przyjąć, są na to zbyt próżni. To samo dotyczy wyznawców każdej religii, nie tylko jednej – oni również są próżni i nie chcą tego zaakceptować. I tracą swoją szansę. A szansa jest teraz, czas jest teraz. Ponieważ wolą trwać w tym stanie.

Musicie wiedzieć, że w indyjskich wioskach są tysiące sahadża joginów. Tysiące. Im bardziej jesteście zachodni, im bardziej rozwinięci, tym mniej podatni na rzeczywistość. Zdaje się, że przedkładacie sztuczność nad prawdę. I dlatego jest tu mniej ludzi. Mamy jednak na Zachodzie sahadża joginów bardzo wysokiej jakości. Są inteligentni, logiczni, a gdy już odnajdą prawdę, trzymają się jej. I pracują nad tym. To niezwykle inteligentni ludzie. Potrzeba naprawdę czystej inteligencji, aby to zrozumieć. Ale jeśli macie umysł pełen uprzedzeń, staje się to dość trudne. A jednak, kiedy to zadziała, jak długo można zaprzeczać?

Najważniejsze jest to, że jesteś poszukiwaczem i musisz tego szukać. Załóżmy, że ugotowałam obiad. Zapomnijcie, jak to robiłam – po prostu go zjedzcie. Jeśli jesteście głodni, zjecie go, prawda? To wy macie go skosztować, nie Ja.

Pytanie: [NIEZROZUMIAŁE]

Śri Matadźi: To jest niezwykle proste. Chociaż nawet słowo „proste” bywa mylące. W sanskrycie określa się to jako *Tatkshana*, co oznacza: w tej samej chwili. Czasem jednak jesteście tak skomplikowani, że biedna Kundalini nie może się

wznieść. Wówczas musimy to po prostu oczyścić. Niektórzy z tych, którzy przyszli wczoraj po Realizację, dziś siedzą tutaj w pełni uprawnieni do dawania jej innym. Będą teraz dawać Realizację. To jest naprawdę proste. W ogóle się tym nie martwcie.

Musicie jednak zrozumieć, że otrzymujecie swoją Realizację, ponieważ tak postanowiło współczucie Boga. Musicie również zrozumieć swoją własną wartość. Gdy już otrzymacie Samorealizację, nie powinniście po prostu zniknąć, lecz starać się w niej wzrastać i opanować tę sztukę Kundalini.

W Brighton daliśmy, jak sądzę, Realizację sporej grupie ludzi. Ale oni nie garną się do Sahadża Jogi, ponieważ nie chcą dawać Samorealizacji innym. Pragną ją zachować wyłącznie dla siebie, lecz po roku wszystko przepada. Wtedy znów przychodzą do Mnie: „Matko, straciliśmy wibracje”. Ale wibracje zostały wam dane po to, byście przekazywali je innym, musicie pomagać innym. To nie jest sprawa indywidualna. Musicie się dzielić. To tak, jakbym uczyniła was kapitalistą, który dzieli się swoim kapitałem z innymi – inaczej nie sposób się nim cieszyć. Dopóki nie dacie innym, nigdy nie będziecie się cieszyć.

Chrystus powiedział, że nie zapala się światła po to, by je ukryć, ale by postawić je na świeczniku. Dokładnie tak samo jest w tym przypadku. Oczywiście, mamy tu w Brighton kilku wspaniałych sahadża joginów, którzy wykonują cudowną pracę, i jestem pewna, że wszyscy z was otrzymają Realizację i wypełnią cel, dla którego ją otrzymaliście, a nie po prostu się zagubią. Uważam to za coś bardzo złego, za niewdzięczność wobec Boga. Skoro On daje wam Realizację, musicie starać się dawać ją innym, w przeciwnym razie ten ruch się nie rozprzestrzeni, zatrzyma się na was. Musicie nauczyć się tej metody; jest bardzo prosta. Nawet dzieci potrafią dawać Realizację. To nie jest trudne, ale musicie wyjść naprzód, poświęcić na to trochę

czasu. Byłoby to bardzo samolubne, otrzymać Realizację tylko dla siebie lub po to, by się wyleczyć z choroby. To bardzo egoistyczne.

Pamiętacie tę panią, która przyszła tu pewnego dnia ze zwichniętym ramieniem? Została uzdrowiona. I nigdy więcej jej nie zobaczyliśmy. Przyszła tylko po to, by wyleczyć swoje ramię. Jutro spotka ją coś innego i znów wróci. To nie jest sposób, w jaki należy korzystać ze współczucia Boga. Istoty ludzkie cierpią na głęboki niedostatek duchowego bogactwa, a skoro Bóg dał nam środki i metody, musimy starać się dać innym to, co sami otrzymaliśmy.

Program Realizacji

Dobrze, przejdźmy do tego teraz. Jak już mówiłam, jest to bardzo proste. To najlepsza metoda. Podajcie im dłoń. Widzicie? Oto rodzaj ludzi, jakich się spotyka. Tylko pomyślcie. Oni nie chcą Realizacji. Nie chcą jej. Ci są w porządku. Spójrzcie na tych czworo ludzi, którzy weszli. Po prostu na nich spójrzcie. Oni tego nie chcą. Muszą być związani z jakimiś innymi guru, dopóki nie zostaną całkowicie zniszczeni, nie przyjdą do Sahadża Jogi. Muszą upaść tak nisko, by nie mieć już żadnego wyjścia. Dopiero w takim stanie przychodzą do Sahadża Jogi, co jest ogromnym obciążeniem także dla Mnie, czyż nie? Kiedy jesteście zdrowi, kiedy wszystko z wami w porządku, wtedy jest najlepszy czas, by się za to zabrać.

W porządku, zdejmijcie buty. Najważniejsze jest to, że nie możemy dać Realizacji ludziom, którzy jej nie chcą. Mówiąc szczerze, nie możemy. Wasza wolność jest w pełni szanowana. Jeśli jej nie chcecie, lepiej będzie, jeśli odejdziecie. Wczoraj był tu pewien dżentelmen. Powiedziałam mu tylko, żeby ułożył ręce w ten sposób, a on nic nie robił, tylko siedział. Zapytałam:

„Dlaczego tu jesteś?”. Odparł: „Przyszedłem popatrzeć”. Zapytałam: „Na co?”. Nie potrzeba tu żadnych obserwatorów. Musicie tu przyjść, aby otrzymać swoją Realizację. Ludzie nie rozumieją, że jeśli coś jest darmowe, nie oznacza to, że można sobie pozwalać na zbyt wiele. To nie jest w porządku, to nie jest sprawiedliwe wobec nas. Przychodzenie tu i sprawianie nam kłopotów nie jest dobre. Jeśli nie chcecie swojej Realizacji, lepiej odejdźcie. Ale jeśli jej chcecie, musicie usiąść i ją przyjąć. Tacy ludzie, którzy przeszkadzają i blokują przepływ Kundalini, stanowią dla nas wielkie obciążenie. Oni po prostu wszystko blokują. Nie mogą otrzymać Realizacji, nie mogą pójść naprzód, więc lepiej, żeby odeszli i nie przeszkadzali innym. To o wiele lepszy pomysł, niż mieć ich tutaj. Ponieważ, widzicie, również bóstwa nie darzą sympatią tych, którzy przychodzą tu tylko po to, by sobie posiedzieć. Bardzo trudno jest kontynuować pracę, jeśli są tu ludzie, którzy nie pragną rzeczywistości.

Proszę, ułóżcie dłonie w ten sposób, dokładnie tak. Proszę, zdejmijcie buty. A dlaczego należy zdjąć buty? To bardzo proste: by wasze stopy mogły dotykać Matki Ziemi. Po prostu postawcie je tak na ziemi. Ułóżcie obie ręce prosto. I zamknijcie oczy, to wszystko. Po prostu zamknijcie oczy. Niech pozostaną zamknięte. Gdy Kundalini wznosi się ponad subtelnyymi ośrodkami, źrenice ulegają rozszerzeniu. Dlatego musicie mieć oczy zamknięte – w przeciwnym razie Kundalini się nie wzniesie. A więc jedno jest pewne: nie ma tu żadnej hipnozy.

Proszę, nie otwierajcie oczu. Lewą dłoń skierujcie w moją stronę, a prawą połóżcie na sercu, ponieważ w sercu mieszka Duch. I zadajcie pytanie: „Matko, czy jestem Duchem?”. Nie musicie pytać na głos, możecie zapytać w swoim sercu. „Matko, czy jestem Duchem?”.

Teraz przenieście prawą dłoń wyżej, na lewą stronę szyi, i powiedzcie: „Matko, nie jestem winny/winna”. To proste. Po

prostu powtarzajcie: „Matko, nie jestem winny/winna”. To bardzo ważne. „Matko, nie jestem grzesznikiem, nie jestem winny/winna”. Musicie to powiedzieć.

Teraz, bez poczucia winy, połóżcie tę samą dłoń z powrotem na sercu. Bez poczucia winy, powtarzam, bez poczucia winy, powinniście powiedzieć: „Jeśli popełniłem/popełniłam jakiś błąd, proszę, wybac mi”. Proście Boga, aby wam wybaczył, jeśli zrobiliście coś złego, coś wbrew Jego planowi czy zamysłowi.

Teraz, jak powiedziałam, musicie dać mi pozwolenie, abym dała wam Realizację. Musicie więc poprosić: „Matko, proszę, daj mi moją Samorealizację”. I mówiąc to, połóżcie prawą rękę na czubku głowy. Na samym szczycie. Po prostu na czubku, odrobinę wyżej.

Teraz połóżcie lewą dłoń na głowie, a prawą skierujcie w moją stronę. Możecie zdjąć czapkę, ponieważ możecie nie poczuć chłodnego powiewu, jeśli macie ją na głowie. Lepiej ją zdjąć, aby to poczuć.

Teraz obie dłonie skierujcie w moją stronę. I zobaczcie, czy w waszych dłoniach czuć chłodny powiew. Musicie wybaczyć, wybaczyć wszystkim. Proszę, powiedzcie: „Matko, wybaczam”.

Teraz sahadża jogini, którzy są już zrealizowanymi duszami siedzącymi pośród was, sprawdzą, czy odczuwacie chłodny powiew nad szczytem głowy. Nie będą wam w ogóle przeszkadzać. Moc przepływa z ich rąk, dzięki czemu potrafią to wyczuć. I wskażą wam, gdzie może być problem. Więc niech nikt nie rozmawia. Miejcie oczy zamknięte. Trzymajcie dłonie w ten sposób. A ci ludzie zobaczą, czy otrzymaliście Realizację, czy nie. A potem powiedzą wam, dlaczego i na czym polega problem, pozwólcie im sprawdzić. A wy również staniecie się dzisiaj tacy sami jak oni.

Przypisy

1. **Subtelne ośrodki:** Odniesienie do czakr (sanskryt: *cakra* – „koło”, „wir”), czyli ośrodków energetycznych w systemie subtelny człowieka. System ten składa się z trzech głównych kanałów energetycznych (Nadi) oraz siedmiu głównych czakr, które zarządzają różnymi aspektami fizjologii i psychiki.
2. **Centralny układ nerwowy:** Składa się z mózgu i rdzenia kręgowego. W Sahadża Jodze jest postrzegany jako fizyczna płaszczyzna, na której manifestują się doświadczenia duchowe. Samorealizacja sprawia, że subtelne odczucia (wibracje) stają się postrzegalne na poziomie świadomości zmysłowej.
3. **Lewy kanał (Ida Nadi):** Odpowiada lewemu współczulnemu układowi nerwowemu, kontroluje emocje, lewą stronę ciała i prawą półkulę mózgu. Jego nadaktywność może prowadzić do melancholii, poczucia winy i depresji.
4. **Kolektywna podświadomość:** Termin spopularyzowany przez psychiatrę Carla Gustava Junga, opisujący uniwersalną, dziedziczną warstwę nieświadomości, wspólną dla całej ludzkości.
5. **Prawy kanał (Pingala Nadi):** Odpowiada prawemu współczulnemu układowi nerwowemu, kontroluje aktywność, prawą stronę ciała i lewą półkulę mózgu. Jego nadaktywność prowadzi do nadmiernego planowania, napięcia, agresji i dominacji.
6. **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).
7. **Środkowy kanał (Susumna Nadi):** Odpowiada przywspółczulnemu układowi nerwowemu, zapewnia równowagę fizyczną, emocjonalną i duchową. Kieruje spontanicznymi funkcjami ciała i umożliwia duchowy wzrost poprzez wznoszenie się energii Kundalini wzdłuż kręgosłupa.
8. **Dziesięć Przykazań:** Zbiór praw nadanych Mojżeszowi na górze Synaj, stanowiący moralny i duchowy fundament dla ludzkości. W tekście są one przedstawione jako zewnętrzna manifestacja dziesięciu fundamentalnych wartości człowieka. Por. Księga Wyjścia 20:1–17; Księga Powtórzonego Prawa 5:6–21.
9. **Mojżesz:** (hebr. Mosze) Centralna postać judaizmu, chrześcijaństwa i islamu. Według Biblii przywódca Izraelitów, który wyprowadził ich z niewoli egipskiej i otrzymał od Boga na górze Synaj tablice z Dziesięcioma Przykazaniami.
10. **Samorealizacja / Realizacja:** to prawdziwy chrzest – chwila, gdy Duch, będący odzwierciedleniem Boga w sercu, wchodzi w świadomość i układ nerwowy człowieka. Dzięki temu przebudzeniu człowiek zaczyna odczuwać energię Wszechprzenikającej Boskiej Mocy jako chłodny powiew i staje się świadomy swojego subtelного systemu. Nie jest to przekonanie umysłowe, lecz rzeczywista wewnętrzna przemiana, w której człowiek staje się

Duchem.

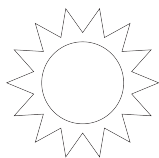
11. **Duch:** jest odzwierciedleniem Boga Wszechmogącego w sercu — Boskim Świadkiem w człowieku. Po Realizacji człowiek staje się świadomy Ducha, który przejawia się w postaci wibracji prowadzących go i objawiających obecność Boskości.
12. **Kundalini:** Matczyzna, duchowa energia rezydująca w kości krzyżowej (os sacrum).
13. **Jezus Chrystus:** Postać Chrystusa, znana też jako Mahawisnu, jest rozumiana jako boska inkarnacja zasady Ganeśy. Symbolizuje On czystą niewinność, przebaczenie i zmartwychwstanie, a w systemie subtelny człowieka włada czakrą Adźña (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 Adźña.
14. **Czakra Adźña (szóstą):** 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.
15. **Kriszna:** Jedna z najważniejszych inkarnacji (awatarów) Wisnu. Centralna postać eposu *Mahabharata* i nauczyciel w *Bhagawadgicie*, gdzie objawia Ardzunie wiedzę o naturze Boga, duszy i właściwym działaniu.
16. **Om lub AUM:** Pierwotny dźwięk wszechświata, z którego wszystko powstało.
17. **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.
18. **Święty Paweł z Tarsu (ok. 5–ok. 67 r. n.e.):** Apostoł Narodów, pierwotnie prześladowca chrześcijan, który nawrócił się w drodze do Damaszku. Autor większości listów w Nowym Testamencie, kluczowa postać w formowaniu teologii wczesnego chrześcijaństwa.
19. **Karmy:** (sanskryt: *karma* – „czyn”, „działanie”). Nagromadzone konsekwencje działań podejmowanych z poczuciem „ja działałem” (ego). Zostają one wchłonięte i zneutralizowane w momencie przebudzenia Kundalini i otwarcia czakry Adźña.
20. **Kolektywna świadomość:** Kiedy Kundalini wznosi się i przebija czakrę Sahasrara, stajesz się kolektywnie świadomy — zaczynasz czuć innych w sobie i siebie w innych.
21. **Mahomet:** (ok. 570–632 n.e.) Centralna postać islamu, uważany przez muzułmanów za ostatniego proroka Boga. Odbiorca objawień, które zostały spisane w Koranie.
22. **Dzień Zmartwychwstania w Koranie:** Odniesienie do Koranu, gdzie Dzień Zmartwychwstania jest przedstawiony jako czas objawienia prawdy i

wiedzy. Werset 30:56 (Sura Ar-Rūm) stwierdza: „A tym, którym dano wiedzę i wiarę, powiedzą: (...) Oto jest Dzień Zmartwychwstania, lecz wy nie wiedzieście”.

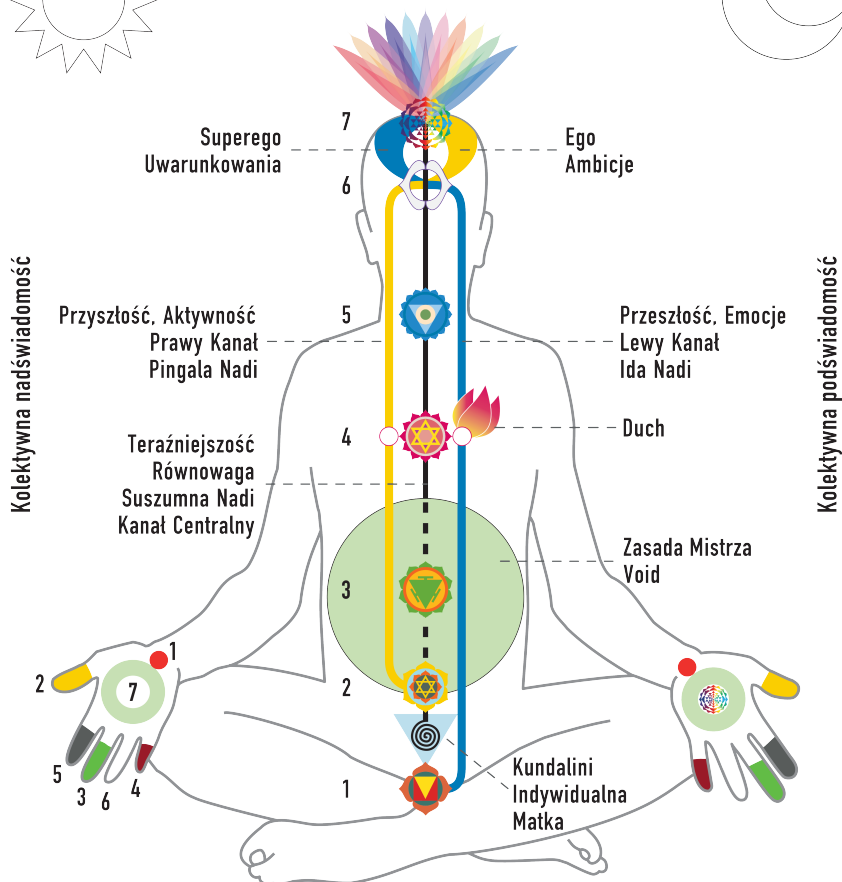
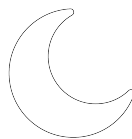
23. **Sahadża Joga:** (dosł. „Spontaniczna Joga” lub „Spontaniczne Połączenie”). Metoda medytacji i duchowego rozwoju założona przez Śri Matadźi Nirmalę Dewi w 1970 roku. Jej celem jest spontaniczne przebudzenie energii Kundalini, co prowadzi do stanu Samorealizacji.
24. **Rama:** Siódma inkarnacja (awatar) Wisznu, bohater starożytnego eposu *Ramajana*. Uważany za wzór prawości (*dharma*), sprawiedliwego króla i idealnego człowieka.
25. **Ponowne narodziny:** Odniesienie do koncepcji obecnej w wielu tradycjach religijnych, w szczególności w chrześcijaństwie (J 3:3), gdzie Jezus mówi o konieczności „narodzenia się na nowo” lub „narodzenia się z Ducha”, aby wejść do Królestwa Bożego. W tym kontekście jest to synonim Samorealizacji.
26. **William Blake (1757–1827):** Angielski poeta, malarz i mistyk okresu romantyzmu. Jego twórczość charakteryzowała się głęboką duchowością i krytyką materializmu oraz zinstytucjonalizowanej religii.
27. **„Stanie się ona Jerozolimą”:** Aluzja do poematu Williama Blake'a „And did those feet in ancient time”, znanego jako hymn „Jerusalem”. Wiersz ten, zawarty w przedmowie do dzieła „Milton”, wyraża mistyczną wizję zbudowania Nowej Jerozolimy – duchowego królestwa – w Anglii.
28. **Dhoti:** Tradycyjny strój męski noszony w Azji Południowej, składający się z upiętego w pasie i między nogami pasa materiału. Często kojarzony z religijnością i ascetyzmem.
29. **Hare Rama Hare Kriszna:** Początek tzw. Maha Mantry („Wielkiej Mantry”) w tradycji gaudija wajsznawizmu, spopularyzowanej na Zachodzie przez ruch Hare Krysna (ISKCON).
30. **Chłodny powiew:** Odczuwalny na dłoniach i nad czołem głowy (obszar ciemączka) przejaw Wszechprzenikającej Mocy Ducha Świętego (Wibracji). Jest to namacalny dowód otrzymania Samorealizacji oraz narzędzie diagnostyczne pozwalające odczuwać stan systemu subtelny (czakr) u siebie i innych.
31. **Rupia:** Jednostka monetarna Indii (INR) oraz kilku innych krajów Azji Południowej.
32. **Kość trójkątna:** Potoczne określenie kości krzyżowej (łac. *os sacrum*), która składa się ze zrośniętych kręgów i ma kształt trójkąta. Łacińska nazwa *os sacrum* oznacza dosłownie „świętą kość”, co starożytni tłumaczyli jej szczególną rolę. Jest to miejsce, w którym rezyduje uśpiona energia Kundalini.
33. **Obszar ciemączka:** Obszar na szczycie głowy, który u niemowląt pozostaje miękki (łac. *fonticulus anterior*).
34. **Czakra Nabhi/Manipura (trzecia):** Fizycznie manifestowana przez splot słoneczny (trzewny), zlokalizowany w górnej części jamy brzusznej. Zarządza kluczowymi organami układu trawiennego, w tym wątrobą,

trzustką, śledzioną i żołądkiem.

35. **yogakshemam vahaamyaham:** Fragment z Bhagawadgity (9.22), gdzie Kriszna obiecuje: „Tym, którzy zawsze są Mi oddani i czczą Mnie z wyłączną uwagą, przynoszę to, czego im brakuje, i zachowuję to, co mają”. W szerszym sensie oznacza, że po osiągnięciu jedności (jogi) z Boskością, wszystkie potrzeby (materialne i duchowe) są spontanicznie zaspokajane.
36. **Joga:** Sanskryckie słowo pochodzące od rdzenia *yuj*, co oznacza „łączyć”, „jednoczyć”, „zaprzągać”. W kontekście duchowym joga to nie tylko system ćwiczeń fizycznych, ale przede wszystkim stan zjednoczenia indywidualnej świadomości ze świadomością uniwersalną (Bogiem). Jest to cel, a nie tylko środek.
37. **Mantra:** (sanskryt: od *man* – „myśleć”, *tra* – „chronić”, „narzędzie”). Święta sylaba, słowo lub werset.
38. **Guru:** Mistrz duchowy. Zasada Guru (Guru Tattwa) jest wewnętrzną mocą prowadzenia, która budzi się w człowieku po Samorealizacji.



Kolektywna superświadomość



<u>1 Muladhara</u>	<u>2 Swadhishtana</u>	<u>3 Nabhi</u>	<u>4 Anahata</u>	<u>5 Wiśuddhi</u>	<u>6 Adźña</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 Matadźi znajdziesz na ShriMataji.org.

Aby znaleźć lokalny ośrodek, odwiedź SahajaYoga.pl.

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

Aplikację do medytacji możesz pobrać z WeMeditate.com.