

Śri Matadźi Nirmala Dewi

Postępowanie wbrew woli Bożej

Londyn, Anglia

31 Maja 1983

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: 978-83-978480-9-2

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



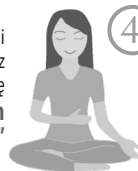
Położ prawą dłoń pod żebrami po lewej stronie i trzy razy z całego serca zapytaj
„Matko, czy jestem swoim własnym mistrzem?”

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.



Wstęp i istota Bożej woli

Na samym wstępie pragnę przeprosić za tak znaczne opóźnienie, jednak zdałam sobie sprawę, że kiedy dzieje się coś niezwykle ważnego z punktu widzenia Boga, wszelkie negatywne siły knują, jak opóźnić to wydarzenie, jak piętrzyć przeszkody, stwarzać utrudnienia i zmieniać bieg spraw. To doprawdy zaskakujące. Sądzę zatem, że dzisiaj najlepiej będzie, jeśli opowiem wam o Bożej woli oraz o tym, jak my, ludzie, nieustannie staramy się jej sprzeciwiać.

Wola Boża jest niezwykle prosta. On jest Boską Miłością. On jest Współczuciem. Jest oceanem miłosierdzia. W swym miłosierdziu i współczuciu stworzył ten świat, a następnie powołał do istnienia ludzi, by ofiarować im to, co w życiu najwyższe: radość. Radość, która jest zjawiskiem absolutnym; nie ma w niej dwoistości, takiej jak smutek i szczęście, czy dzień i noc. Jak to się jednak dzieje, że występujemy przeciwko radości, stajemy w opozycji do Boga i dlaczego ma to miejsce? Musimy się temu przyjrzeć.

Ludzka świadomość i pułapka fałszywej wolności

Nasza świadomość, jak wiecie, rozwija się w mózgu ku dołowi; a jeśli coś wzrasta w dół, w pewien sposób oddala nas to od Boga¹. Ostatecznie naszym celem jest osiągnięcie Boga, lecz najpierw nieco oddalamy się od owej świadomości jedności ze Stwórcą, tylko po to, by zrozumieć, że wolności należy używać we właściwy sposób. Bez tego przygotowania, bez tej edukacji, obdarzanie istot ludzkich wolnością nie miałoby sensu.

Spójrzcie na te tak zwane „wolne” kraje – cóż one osiągnęły? Co osiągnęliśmy dzięki ich wolności? Bomby atomowe, by się

wzajemnie uśmiercać. Przecież to głupota, szaleństwo, absurd. A jednak dokonaliśmy tego i jesteśmy z tego dumni, wciąż dokładając starań, by było jeszcze gorzej. Czym to tak naprawdę jest? Tak właśnie się poruszamy. Owa ludzka świadomość została nam dana, byśmy zyskali wolność, byśmy ją przetestowali, eksperymentowali z nią, a następnie – byśmy uzyskali wolność ostateczną, dzięki której stajecie się Duchem². Waszym ostatecznym przeznaczeniem jest stać się Duchem.

Jednakże, gdy zaczynamy wzrastać w naszej rzekomej świadomości, nasze zainteresowanie nie kieruje się ku Duchowi. Powiedziałabym, że przypominamy drzewo zakorzenione w górze – korzenie mamy w mózgu, a potem zaczynamy rosnąć w dół, aż pojawią się liście, owoce, kwiaty. Zanim jednak dojdziemy do etapu owocowania, co się z nami dzieje? Zaczynamy tworzyć sztuczne liście i czerpać z nich radość. Zajmujemy się sztucznością. Gdy rozpoczyna się owa identyfikacja z tym, co nienaturalne, odchodzimy od rzeczywistości ku myślom negatywnym lub nadmiernie pozytywnym, dzięki którym wytwarzamy bomby atomowe i tym podobne – tak zwane „pozytywne myśli”, które w istocie są wymierzone przeciwko Bogu.

Dwie ścieżki oddalenia od Boga

W życiu wybieramy zazwyczaj jedną z dwóch gałęzi. Niektórzy ciągną ku negatywnej postawie lewej strony³, przez którą ranią samych siebie i utrudniają sobie życie, czyniąc rzeczy, które mogą doprowadzić ich do śmierci w najbardziej przykry sposób; mogą nabawić się rozmaitych chorób, torturują swoje ciało i wszystko, co posiadają.

Drugim rozgałęzieniem jest strona prawa⁴, ku której ludzie podążają, by dręczyć innych, niszczyć ich i dominować. W obu przypadkach oddalamy się od Boga, od Jego miłosierdzia i łaski.

Prawdziwa miłość do siebie a sztuczność

Zainteresowanie powinno być skierowane na Ducha – wtedy podążamy we właściwym kierunku. Jednakże owo zainteresowanie u ludzi bardzo łatwo ulega rozproszaniu, ponieważ dysponują pełną wolnością. W swoim ego po prostu zrywają to połączenie. Do tego stopnia, że gdy rozwijacie sztuczne sposoby cieszenia się życiem, zanika nawet świadomość Boga – tego, że On istnieje, że nas stworzył, że to On sprawuje nad wszystkim kontrolę. Stajemy się tak skupieni na sobie, że nie dostrzegamy w tym niczego niewłaściwego. Robimy to, robimy tamto, pogrążamy się w różnego rodzaju problemach i nie rozumiemy, że nasze czyny są wymierzone przeciwko naszej własnej Jaźni. A Jaźń oznacza Boga, ponieważ Bóg nas stworzył i nas kocha. To my nie Kochamy samych siebie. Gdybyśmy darzyli siebie miłością, nie niszczylibyśmy własnego ciała, naszych systemów subtelnych⁵, wszystkiego co mamy, powtarzając: „Co w tym złego? Dlaczego by tego nie zrobić?”.

Musicie kochać swoje ciało, swój umysł, swoje społeczeństwo – wszystko to musicie kochać, ponieważ Bóg stworzył was w swojej miłości. Niestety, sama miłość stała się obecnie słowem wypaczonym. „Co jest złego w rozwiązłości? To jest miłość”. Jeśli powiem: „Nie, nie jest, ponieważ jest to sprzeczne z naturą. To sprządza kłopoty, pustoszy wasze wnętrza. Posłuchajcie Mnie, to nie jest właściwe”, wówczas ludzie pomyślą: „Ta kobieta to jakaś matrona, jest bardzo staromodna, wiktoriańska”. Ale to

fakt. Po co robić rzeczy, które was zniszczą? Nie możecie stworzyć samych siebie; nie potraficie wykreować choćby własnego nosa, a co dopiero całego ciała. Dlaczego więc mielibyśmy występować przeciwko sobie samym?

Upadek społeczny i wewnętrzne zniszczenie

Dlaczego występujemy przeciw społeczeństwu, które stworzyliśmy, a następnie przeciw całemu narodowi i innym nacjom? Co czynią dzisiaj politycy? O co walczą? Patrzę na nich i nie pojmuję, co się z nimi dzieje. Walczą o stworzenie bardziej niszczycielskich sił, straszniejszych narzędzi zagłady, by uśmiercać niewinne istoty ludzkie? Niewinni po prostu się martwią. Nie wiedzą, co robić. Nie rozumieją, dlaczego mieliby jutro umrzeć tylko dlatego, że niektórzy postradali zmysły. A ci szaleńcy dzierżą stery władzy – i to my ich wybieramy, wciąż wybieramy takich właśnie ludzi, by rządili. W ten sposób rośnie w nas negatywność; sami stajemy się negatywni. Obie te postawy są negatywne, gdyż negują Boga. Negacja Boga jest pierwszym występkiem, jaki popełniliśmy. Nie lękamy się Boga, brak nam bojaźni. On jest Współczuciem. On jest Miłosierdziem. On jest wszystkim. Ale w swoim miłosierdziu, to właśnie On zniszczy ten świat. Nie pozwoli wam popełniać więcej grzechów przeciwko Niemu.

Zniszczenie przychodzi również od wewnątrz. Czym jest rak⁶? Czym są te wszystkie choroby trawiące nasze ciała? Są niczym innym jak naszymi własnymi siłami zniszczenia, które sami w sobie zbudowaliśmy i które teraz przebijają się na zewnątrz. Nie ma strachu przed inwazją z zewnątrz, przed jakąkolwiek gwiazdą czy atakiem pozaziemskim. Nie. Zagrożenie tkwi w nas. Atak budowany jest wewnątrz i powinniśmy być tego świadomi.

W imię wolności nagromadziliśmy w sobie zarodki własnej zagłady. Jest to proces tak głęboko w nas wbudowany, że nawet nie zdajemy sobie sprawy z ich wzrostu i obecności. Jesteśmy całkiem zadowoleni z siebie, z naszego sztucznego życia, z naszej tak zwanej etykiety i powierzchownej ogłady.

Wartość ludzkiego życia i światło Ducha

Z natury wewnątrz nas mieszka Duch, który pragnie was oświecić, dać wam spokój, błogość i radość istnienia. Ta wasza piękna latarnia została stworzona w wyższym celu – by zapłonąć światłem. Szanujcie siebie. W dzisiejszych czasach słowo „szacunek” zniknęło ze słownika. Szanujcie siebie. Musimy szanować tę latarnię, która nosi w sobie światło Ducha, aby mogła zostać rozpalona; bądźmy tym światłem, które wskazuje drogę ku chwale waszej istoty. W tym blasku możemy również ujrzeć Chwałę Bożą. To tak piękny świat, który dla nas stworzył.

Dał nam wszystko, lecz my w naszej ignorancji i tak zwanej wolności zrujnowaliśmy tak wiele. Czasem szokujące jest widzieć, jak ludzie wkraczają na ścieżkę wiodącą wprost do piekła. Dla Matki jest to wielkim zmartwieniem: jak powstrzymać ten wpływ? Jak ich z tego wyciągnąć? Jak sprawić, by zrozumieli swoją wartość, to, jak bardzo są cenni? Nie wolno lekceważyć ludzkiego życia. To niezwykle cenne życie jest owocem wielu procesów. Zostało stworzone z wielkim trudem. Nie zapominajcie, że musicie stać się Duchem. Bez tego wasze życie jest po prostu zmarnowane, a całe stworzenie idzie na marne. Znajdujecie się bowiem najwyżej w hierarchii całego stworzenia. Jesteście koroną stworzenia – a co z tym robicie?

Fanatyzm religijny kontra duchowość

Musimy ukształtować istoty, które będą otwarcie mówić o Duchu, o Bogu. Byłam zdumiona słysząc, że w tym kraju ludzie stronią od rozmów o Bogu. Nie wypada tu mówić o Stwórcy. Gdy tylko powiesz „Bóg”, słyszysz: „O nie! Bóg? To religia. To nie ma ze mną nic wspólnego”. Czy potraficie wyobrazić sobie stan rzeczy, w którym nie wolno mówić o własnym Stwórcy? Albo tworzyacie jakieś zamknięte, tajne organizacje, do których nie każdy ma wstęp, głosząc: „Teraz należymy do wybranego kultu Boga”.

Jak Bóg może tworzyć sekty? Pomyślcie o tym. Jak może mieć oddzielne kościoły, świątynie i meczety? Jak to możliwe? Jak możemy stawać się fanatykami w imię Boga? Czy jesteście w stanie to sobie wyobrazić? To właśnie uczyniliśmy Bogu. Staliśmy się fanatykami. Istnieje legenda o kamieniu, który zamienia wszystko, czego dotknie, w złoto⁷. Musi jednak istnieć też kamień, który dotykając ludzi, czyni ich więźniami. Dlatego panuje tyle fanatyzmu. To problem dzisiejszych czasów. Jak przekazać tę wiadomość: że jesteście Duchem i musicie stać się Duchem?

Opowieść o poecie Namdewie i uwadze na Duchu

Wspomnę o poecie Namdewie⁸, który pisał w marathi. Moim językiem ojczystym jest właśnie marathi i dzięki Bogu urodziłam się w Maharasztrze⁹ – gdyż jest to kraina świętych, tysiące świętych pochodzi z tego regionu. Zawdzięczamy to silnej tradycji duchowej. Duchowość jest tradycją miejsca, w którym przyszedłam na świat. Maharasztra – „maha” oznacza wielki, a „rashtra” naród. Nie wiem, dlaczego tak to nazwali, ale czuję, że tradycja ta ma charakter duchowy, a nie opiera się na alkoholizmie, narkotykach czy innych „izmach”, które moglibyśmy przywołać. Namdew był prostym człowiekiem, na co dzień pracował jako krawiec i to jemu przypisuje się pewien bardzo słodki wiersz, którego treść wam przybliżę.

Pisze on o małym chłopcu puszczającym latawiec na niebie. Chłopiec patrzy w górę, rozmawia z przyjaciółmi, biega tam i z powrotem, dyskutuje – ale jego uwaga spoczywa na latawcu. Następnie poeta opisuje kobietę niosącą niemowlę, wykonującą prace domowe; podaje wodę mężowi, gotuje, zmywa, a dziecko ma ułożone na biodrze – lecz jej uwaga cały czas jest przy dziecku. Jest też pewna kobieta niosąca dzban wody na głowie. Idzie wraz z innymi, wszystkie się uśmiechają, śmieją, młode damy rozmawiają i dyskutują – ale ich uwaga spoczywa na dzbanie z wodą (metafora uwagi na Duchu).

W ten sam sposób my, choć musimy wieść życie wypełnione różnymi sprawami, postępujemy absurdalnie, nie zwracając uwagi na naszego Ducha, który jest dawcą radości – tego, o co ostatecznie w życiu chodzi. Lecz gdy tylko zaczynasz mówić o czymś takim, ludzie uznają to za coś bezwartościowego, niewartego słuchania. To naprawdę dziwne. Pragną wciąż słuchać o tych samych przyziemnych sprawach. Jeśli nadawana

jest audycja Partii Konserwatywnej, Partii Pracy czy kogokolwiek innego, słuchają jej godzinami. To takie prozaiczne kwestie, co roku słyszycie to samo. Ale jeśli ktoś powie: „Nie, to wszystko jest sztuczne. Macie w sobie coś o wiele wznioślejszego, wzniescie się do tego poziomu”, wtedy myślą: „Nie przyszliśmy tutaj słuchać takich rzeczy, co ta Matka nam opowiada?”. Obudźcie się wreszcie i powstańcie.

Przebudzenie ponad przyziemność i fałszywe kultury

Musimy dojść do zrozumienia, że to, co ludzkość robiła do tej pory – a co my akceptowaliśmy jako pewnik przez te wszystkie lata – nie przyniosło nam nic dobrego. Musimy wzniesć się ponad to, by dostrzec, że jest tam, za horyzontem gwiazda, która świeci także w nas: to nasz Duch.

Ludzie mówili o tym, tworząc kolejne kultury. Mówią o Bogu i zakładają kolejną sektę. Widziałam w angielskiej telewizji program o grupie, która twierdzi: „Czynimy dzieło Boże”¹⁰. Wykonujecie dzieło Boże? A kobiety przewiązują uda pasami z kolcami, ranią się, kaleczą swoje ciała. Wyobraźcie sobie – robić tak okropne rzeczy w imię Boga. Wyjaśnieniem ma być konieczność umartwiania się. Dlaczego? Czemu mielibyście to robić? „Ponieważ uczynił to Chrystus”. Czy jesteście Chrystusem? I czy to oznacza, że cokolwiek zrobił Chrystus, było niewystarczające, że musicie dodać coś od siebie? Cokolwiek On dokonał, jest więcej niż wystarczające, gdyż był Dziedzicem Tronu¹¹. Jeśli księżę przechodzi przez taką mękę, jest to sprawa ogromnej wagi. Co wielkiego jest w tym, że zwykły nędzarz przejdzie przez katusze? On już tego dokonał. Zrobił to dla nas. Teraz ma po prostu zostać w nas oświecony – tak właśnie musimy osiągnąć nasze urzeczywistnienie.

Wysiłek wznoszenia Kundalini i walka z beznadzieją

Bardzo łatwo jest siedzieć i kwestionować. Najłatwiej usiąść i zadawać pytania. Najlepiej jednak zabrać się do działania, by uzyskać Realizację. To jest dzisiaj najważniejsze. Oczywiście w obecnych okolicznościach, biorąc pod uwagę stan ludzkości, nie można spodziewać się szybkich postępów. Jestem o tym przekonana. Zrobiłam, co tylko mogłam. Podniesienie Kundalini¹² to wysiłek porównywalny z dźwiganiem głazów czy całych łańcuchów górskich; czujesz się potem wycieńczony. A ludzie nie potrafią tego docenić. Nie czujcie się jednak rozczarowani ani zranieni. Stopniowo, jestem pewna, ludzie dostrzegą w waszych oczach to światło. Zobaczą, jak wasze życie przeobraża się w radość, błogość i zrozumienie. Dostrzegą waszą miłość i dostojeństwo, a wtedy uwierzą, że lepsze życie jest możliwe.

Niektórzy są w tak złym stanie, że widzą wszystko w czarnych barwach. Są tak rozczarowani, że się poddali. Mówią: „Kończymy z tym. Zrobiliśmy już wszystko. Nie chcemy nic więcej”. Widziałam we Francji wielu ludzi dyskutujących: „Kiedy w końcu te dziesięć gwiazd ułoży się w jednej linii, by raz na zawsze zniszczyć ten świat?”. Mówią: „Niech to się wreszcie skończy. Mamy dość. Niech nastąpi ostateczna zagłada, czy to bomba atomowa, czy cokolwiek innego, chcemy przestać istnieć”.

To przepełnione rozpaczą. Rozumiem desperację tych, którzy tak myślą i martwią się. Bez wątplenia można poczuć beznadzieję. Nawet sahadża jogini¹³ czasem się martwią i mówią: „Matko, odpuść. Po prostu z tym skończ. Teraz, bez zwłoki”. Ale Ja nie potrafię odciągnąć Mojej uwagi od Ducha. Jeśli wy potraficie, to spróbujcie – nawet gdybyście starali się z

całych sił, nie uda wam się to. Teraz, gdy już to posiadacie, będziecie walczyć do ostatniego tchu, by uratować tylu ludzi, ilu zdołacie.

Misja Sahadża Jogi w czasach ostatecznych

Wszystkim sfrustrowanym sahadża joginom muszę powiedzieć – nie irytujcie się. Musicie zachować odwagę i zrozumienie. Jeśli zależy wam na innych i okażecie im szczerą troskę, oni was zrozumieją. Będziecie w stanie uratować i wyswobodzić coraz więcej dusz, wprowadzając je do Królestwa Bożego. Tak jak wy się radujecie, tak i oni będą się radować. Jedynym cieniem na tej radości jest świadomość, że tak wielu wciąż jest zagubionych. Mniejsza z tym. Trzeba to nadrobić. Musimy ciężko pracować i zrozumieć, że istnieją negatywne siły ciągnące ich w dół. Są nieświadomi; nie wiedzą, że poza tym życiem istnieje życie wieczne, pełne piękna i chwały. Jestem jednak pewna, że powoli się to ułoży. Przed tym spotkaniem mieliśmy wiele wzlotów i upadków, wszystko wyglądało zniechęcająco. Mimo to trzeba pamiętać, że dzieło Boże jest przez Boga błogosławione. On zapewni wam swą pomoc i łaski, byście mogli wypełnić wasze boskie obowiązki.

Czas ucieka. Pozostało go niewiele, stąd narastająca desperacja w ludziach. Ta desperacja doprowadziła do pojawienia się Sahadża Jogi¹⁴ na ziemi. Powinniście czuć się silniejsi, by walczyć z przeszkodami i zrealizować ostateczny cel tego stworzenia. Niech Bóg wam błogosławi.

Przygotowanie do Samorealizacji i zasady wolności

Prosiłabym, abyście teraz usiedli, ponieważ spróbujemy uzyskać naszą Samorealizację¹⁵. Powinniśmy poświęcić chwilę dla samych siebie. W Sahadźa Jodze nie ma terminów. Gdy nadchodzi czas, by Kundalini się wzniosła, Ona się wznosi. Może to być dzisiaj, jutro, pojutrze. Kiedy przychodzi właściwy moment na waszą Realizację, po prostu się to dzieje. Można jednak przyspieszyć ten proces, przykładając się do oczyszczenia ścieżki. Musimy zacząć już teraz. Gdy to zadziała, łatwo będzie pójść dalej. Jestem pewna, że John opowiedział wam o Kundalini. Dostępne są też materiały i małe książeczki dla początkujących. Wygląda to na skomplikowane, ale takie nie jest. Podobnie jak przełącznik na ścianie, który zapala wszystkie światła, tak i w was jest przełącznik zwany Kundalini. Nie trzeba martwić się całą tą maszyną. Gdy osiągniecie Realizację, wszystko stanie się proste.

Oczywiście wiecie, że nie można za to zapłacić. Płacenie za to jest całkowitym nieporozumieniem. Ludzie nie rozumieją, jak można nie płacić, bo za wszystko co mają – nawet za powietrze – muszą płacić. Nie możecie też „zapracować” na to wysiłkiem, cierpieniem czy zamartwianiem się. Co więcej, macie pełną swobodę. Nie możemy was do niczego zobowiązać, wpisując wasze nazwisko do księgi i wręczając kartę członkowską. Nic takiego w Sahadźa Jodze nie jest możliwe.

Jesteście całkowicie wolni, by uzyskać Realizację i by z nią podążać dalej. Nawet w takim momencie, jeśli zechcecie odejść, macie do tego pełne prawo. Nikt nie będzie was namawiał do powrotu. To wasze pragnienie, wasze życzenie i wasza wolna wola, która zostanie uszanowana. Nikt nie powinien myśleć, że prowadzimy zapisy jak jakaś sekta¹⁶, ani obawiać się, że po

odejściu ktoś będzie go ścigał. To otwarte i gościnne miejsce, które ma także drzwi wyjściowe. Niektórzy wchodzi jednymi drzwiami i wychodzą drugimi, niczym w transporcie wahadłowym. Dla nas to nie problem. Wręcz odczuwamy ulgę, bo jeśli ktoś nie potrafi zapuścić korzeni, nie utrzyma się w Sahadża Jodze. Przypuśćmy, że wkopujesz drzewo do ziemi, a ono zaczyna się przesuwac – co z nim zrobisz? Nie przeżyje, nie urośnie. Musicie rozwinąć własną mądrość. Nie możemy nikomu narzucić Sahadża Jogi, ona nie będzie się nikomu kłaniać ani karmić was fałszem. Każdy wyrabia sobie własne zrozumienie, otrzymuje błogosławieństwa Ducha, rozwija się i raduje.

Unikalność doświadczenia i trud pracy Matki

Taki stan uniesienia nigdy wcześniej nie był dostępny dla człowieka. Mówię o całkowicie nowym świecie. Gdziekolwiek pójdziecie, wszędzie żądają pieniędzy, a Bóg jeden wie, czy wam się tam spodoba. Tutaj wszystko jest w was. Jedynym warunkiem jest poznanie samego siebie. W umyśle zorientowanym na ego może pojawić się pytanie: dlaczego Matka to robi? Mówię wam, to praca niewdzięczna. Gdybyście mogli zrobić to za Mnie, byłabym wdzięczna. To bolesne, gdy pracujesz nad kimś ciężko, dajesz mu Realizację, podnosisz Kundalini, a ta osoba okazuje się zwykłym złoczyńcą. To jak matka, która wychowuje dziecko, a ono kończy jako przestępca. To bardzo smutne, ale mniejsza z tym.

Początki w Londynie i znaczenie Anglii

Zacząłam Sahadża Jogę z sześcioma osobami. Przez cztery lata pracowałam ciężko z tą garstką w Londynie. Potem doszła siódma, ósma osoba. Dwóch odeszło, znów zostało sześciu. Przypominało to zadanie matematyczne: „Jeden przyszedł do pracy, drugi uciekł; potem przyszedł kolejny i też uciekł”. Zastanawiałam się, jak wykonać tę pracę z uciekinierami? W Sahadża Jodze też mamy takie problemy, ale są też ludzie, którzy poczuli swój własny blask i urosli w siłę.

Wiążę z Anglią wielkie nadzieje. Anglia jest sercem wszechświata. Szczególnie Hampstead¹⁷ jest tym, co nazywamy *jiggery* – rozrusznikiem serca, który je napędza. Dlatego oczekuję, że w Hampstead pojawią się ludzie o wielkiej wrażliwości i świętości; że nadejdzie dzień, w którym ujrzymy chwałę Bożej Miłości narodzoną właśnie tutaj. Dla wielu Anglia to po prostu kolejny kraj w Europie. Dla Mnie jest ona niezwykle ważna. Dlatego pracuję tu już od dziesięciu lat i mam nadzieję zrobić jeszcze więcej. W Indiach pracowałam w sumie niecałe dwa lata i są tam tysiące sahadża joginów, podczas gdy w Londynie mamy ich około tysiąca. To dobry początek.

Sesja pytań i problem komunikacji

Jeśli macie pytania, możecie je zadać, a potem przejdziemy do Samorealizacji. Mam jedną pokorną prośbę: podczas medytacji nie wychodźcie i nie zachowujcie się niestosownie. Należy okazać szacunek innym, którzy próbują osiągnąć Realizację. Jeśli musicie wyjść, zróbcie to teraz. Może wam się to dzisiaj udać, to całkiem możliwe. W Brighton wszyscy otrzymali Realizację za pierwszym razem. Dlaczego nie miałoby się to udać w Hampstead, wyjątkowym miejscu w sercu wszechświata? Niech Bóg wam błogosławi. Zadawajcie pytania bez lęku, byle nie były niemądre lub niestosowne, by nie marnować czasu poszukujących prawdy.

Nie ma pytań? Niesamowici ludzie. Proszę bardzo. Trudno mi usłyszeć, co pan mówi. Czy można wyregulować mikrofon? Możesz podejść i Mi powtórzyć?

Pan mówi, że nie słyszy z tyłu, ale mikrofon jest ustawiony na maksimum. Wydaje się zniekształcać? Nie zrozumiał pan słów? Ja również pana nie słyszę. To działa w obie strony, ale nie szkodzi. Nawet jeśli Mnie nie słyszeliście, nie robi to różnicy. Miłość nie zna języka i Boska Moc też nie zna języka. Zrozumiał pan?

Mówię, że miłość nie wymaga słów. To wszechprzenikająca siła. To cichy język, który zadziała. Byłam zaskoczona, gdy niektórzy sahadża jogini w Indiach medytowali w ciszy, kiedy mówiłam w marathi lub hindi. Powiedzieli potem: „Dzięki Bogu, Matko, nie rozumieliśmy słów, więc nie angażowaliśmy umysłu i po prostu radowaliśmy się wibracjami”.

Coś jest nie tak z akustyką? Nie możemy dostać się do konsoli, jak w Caxton Hall¹⁸. Przepraszam za problemy techniczne. Ale mechanizm w was działa znakomicie. Nie znam się na waszej

elektronice, ale jeśli chodzi o Kundalini, rozwiązę wszystkie problemy.

— Myślę, Śri Matadźi, że jedną z przyczyn jest to, że masz cichy głos i na końcu zdania on zanika.

— Mój głos cichnie?

— Nawet kiedy dajesz wskazówki, głos staje się bardzo cichy i nie słyszymy ostatnich słów.

— A sahadża jogini, słyszeliście Mnie?

— Tak.

— Jest mała różnica.

Muszę wam wyznać, że kiedy mówi do Mnie nie-jogin, trudno Mi go zrozumieć, ale sahadża jogina słyszę bez trudu. To taki mój mały defekt. Może moje uszy trochę niedomagają, a może z wami będzie tak samo, że po otrzymaniu Samorealizacji będziecie słyszeć każde słowo, jak ci jogini z tyłu. Być może częstotliwości się nie zgrywają. To się ułoży.

— Jedynym problemem jest to, że trudno zrozumieć, jeśli nie słyszymy.

— Twierdzi Pani, że zrozumienie nie jest ważne? Nie, intelektualne zrozumienie nie jest istotne — nie myślcie o tym. Zapomnijcie. Myślenie jest najgorsze. Mówienie bywa barierą, słuchanie kolejną, a myślenie największą. Zobaczmy, jak to zadziała wewnątrz. Stopniowo zrozumiecie cel mojej mowy. Teraz musicie zrozumieć cel swojego życia — czyli własnego Ducha — i zająć się nim. Czy teraz to jasne? Dziękuję.

Proces Samorealizacji – prowadzona medytacja

Teraz skierujcie swoje dłonie ku Mnie, a Ja skieruję Moje do was. Widzicie, ten mikrofon opada – bardzo słabo znam się na technice, mam trudności nawet z włączeniem radia, więc wybaczone mi błędy.

Zrelaksujcie się. Nie napinajcie szyi ani ciała, siedźcie prosto. Ustawcie szyję w pozycji neutralnej, bez odchylania. Wyciągnijcie ręce do Mnie i zamknijcie oczy. Zdejmijcie okulary i, jeśli to możliwe, buty. Poluzujcie wszystko, co was uciska. Macie czuć się komfortowo.

Po pierwsze: żadnych obaw i poczucia winy. To kluczowe. Cokolwiek powiedziałam, nie było skierowane personalnie do was, by wywołać poczucie winy. Z zamkniętymi oczami powiedzcie z pełnym przekonaniem trzy razy: **„Matko, nie jestem winny”**. Proszę, powiedzcie to. Okazujecie tym szacunek samym sobie. Nie macie prawa się potępiać, jesteście świątynią Boga. Powiedzcie to w sercu z wiarą, nie wątpiąc w siebie: **„Matko, nie jestem winny”**. Zapomnijcie o przeszłości. Mówię o teraźniejszości.

Trzymajcie oczy zamknięte. Gdy Kundalini zacznie się unosić, uwaga zostanie przyciągnięta do wewnątrz, a po dotarciu do czakry Adźña wejdziecie w stan świadomości bez myśli¹⁹. Będziecie w pełni świadomi, ale bez myśli. Nie otwierajcie oczu, dopóki wam nie powiem.

Lewa ręka niech będzie cały czas zwrócona do Mnie. Symbolizuje ona wasze pragnienie²⁰. Prawa ręka to wasze działanie²¹. Użyjemy prawej ręki. Proszę, powtórzcie jeszcze raz, bo wciąż czuję na waszych czakrach poczucie winy.

Powiedzcie trzy razy (inaczej będziecie musieli powtarzać sto razy): „**Matko, nie jestem winny**”.

Teraz połóżcie prawą rękę na sercu. Tutaj mieszka Duch²². Z lewą ręką otwartą w Moim kierunku, zapytajcie w sercu: „**Matko, czy jestem Duchem?**”. Zadajcie to pytanie trzy razy. Gdy jesteście Duchem, nie potrzebujecie przewodnika, bo Duch was oświeci i poprowadzi poprzez wibracje.

Teraz połóżcie rękę po lewej stronie brzucha (na górną część). Tutaj pytamy: „**Matko, czy jestem swoim własnym mistrzem? Czy jestem swoim własnym przewodnikiem? Czy jestem swoim własnym guru?**”. Zadajcie to pytanie dziesięć razy²³. Uwierzycie, że jesteście Duchem, źródłem radości. Tutaj znajduje się ośrodek waszego mistrzostwa. Jesteście panami swojego ciała i umysłu. Nie potrzebujecie zewnętrznego guru.

Teraz ponownie podnieście rękę do serca. Z pełną wiarą zadeklarujcie dwanaście razy: „**Matko, ja jestem Duchem**”. Z całkowitym przekonaniem, bo tym właśnie jesteście. Bezgrzesznym, lśniącem diamentem.

Teraz podnieście prawą rękę na lewą stronę, u podstawy szyi. To centrum blokuje się, gdy czujemy się winni. Duch nie może być winny. Powiedzcie osiem razy (lub szesnaście, jeśli wina jest silna): „**Matko, nie jestem winny**”.

Teraz połóżcie dłoń na czubku głowy, na obszarze ciemiaczka²⁴. Dłoń musi przylegać. Poruszajcie skórą głowy zgodnie z ruchem wskazówek zegara, lekko naciskając. Tutaj wasza wolność musi być uszanowana – nie mogą jej naruszyć. Musicie sami poprosić o Realizację. Powiedzcie siedem razy, masując głowę: „**Matko, proszę o moją Samorealizację. Matko, chcę mojego Urzeczywistnienia**”. Zobaczycie, jak uchodzi ciepło.

Weryfikacja doświadczenia – chłodny powiew

Teraz podnieście rękę nieco nad głowę i sprawdźcie, czy czujecie chłodny powiew²⁵. To powiew Ducha Świętego. Zapytajcie: „**Matko, czy to jest chłodny powiew Ducha Świętego?**”. Zmieńcie rękę. Skierujcie prawą do Mnie, a lewą sprawdźcie nad głową. Powinna to być chłodna bryza. Na początku może wyjść ciepło – to znak, że napięcie nas opuszcza. Sprawdzajcie naprzemiennie.

Teraz, nie otwierając oczu, wyciągnijcie obie dłonie przed siebie i sprawdźcie, czy czujecie chłodny powiew na koniuszkach palców lub w środku dłoni. Zapytajcie trzy razy: „**Czy to jest chłodny powiew Ducha Świętego?**”. To Kundalini.

Tamta pani – nic jej nie będzie, nie martwcie się. Opiekuję się nią.

Jeśli czujecie chłodny powiew, otwórzcie powoli oczy i podnieście rękę. Wyciągnijcie je wysoko. Czujecie to? Ci, którzy czują, powiedzcie: „Tak”. Dobrze. Teraz opuśćcie rękę, zamknijcie oczy i radujcie się swoją Istotą.

Sahadża jogini pomogą wam teraz ustabilizować to doświadczenie. Proszę, zróbcie to w ciszy, podnosząc Kundalini. Ci, którzy przyszli pierwszy raz i poczuli powiew – podnieście rękę. Dobrze. A teraz ci, którzy nie poczuli – podnieście rękę. Sprawdźmy ich. Ten pan, ta pani...

Przypisy

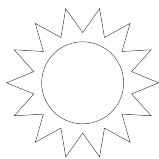
1. **Drzewo Aśwatta (odwrócone drzewo):** Metafora pochodząca z *Bhagawadgity* (Rozdział 15), opisująca świat materialny jako drzewo, którego korzenie znajdują się w górze (w sferze Boskości lub w kontekście ciała ludzkiego – w mózgu), a gałęzie rosną w dół. Symbolizuje to, że źródło istnienia człowieka znajduje się w sferze ducha, a rozwój w dół oznacza wejście w świat materii i iluzji.
2. **Duch lub Atma:** 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.
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. **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.
5. **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.
6. **Rak:** Z perspektywy systemu subtelny, przyczynami mogą być chroniczne problemy emocjonalne, poczucie braku bezpieczeństwa lub wpływ negatywnych sił zewnętrznych, które prowadzą do zerwania połączenia z centralnym układem i niekontrolowanego wzrostu komórek.
7. **Parasmani (Kamień filozoficzny):** Mityczny kamień z indyjskich legend, który potrafi zamieniać zwykłe metale w złoto. W kontekście duchowym jest symbolem transformacji ludzkiej świadomości w boską naturę pod wpływem dotyku Satguru (prawdziwego mistrza).
8. **Namdew (ok. 1270–1350):** Wielki poeta-święty z regionu Maharasztry, jeden z najważniejszych przedstawicieli tradycji Warkari. Pisał w języku marathi (tzw. *abhangas*), a jego utwory są również zawarte w świętej księdze Sikhów, *Guru Granth Sahib*.
9. **Maharasztra:** Stan w zachodnich Indiach ze stolicą w Bombaju (Mumbaju). Historycznie znany jako „kraj świętych” ze względu na silną tradycję *bhakti* (oddania Bogu) oraz liczne postaci mistyków, takich jak Dźńaneśwara, Tukaram czy wspomniany Namdew.
10. **Opus Dei (Dzieło Boże):** Prałatura personalna Kościoła Katolickiego, znana z rygorystycznych praktyk duchowych, w tym (historycznie) z form umartwiania ciała (np. noszenie włosienicy czy pasa z kolcami zwanego *cilice*).
11. **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 Adźńa (szósta), która znajduje się na skrzyżowaniu nerwów wzrokowych.

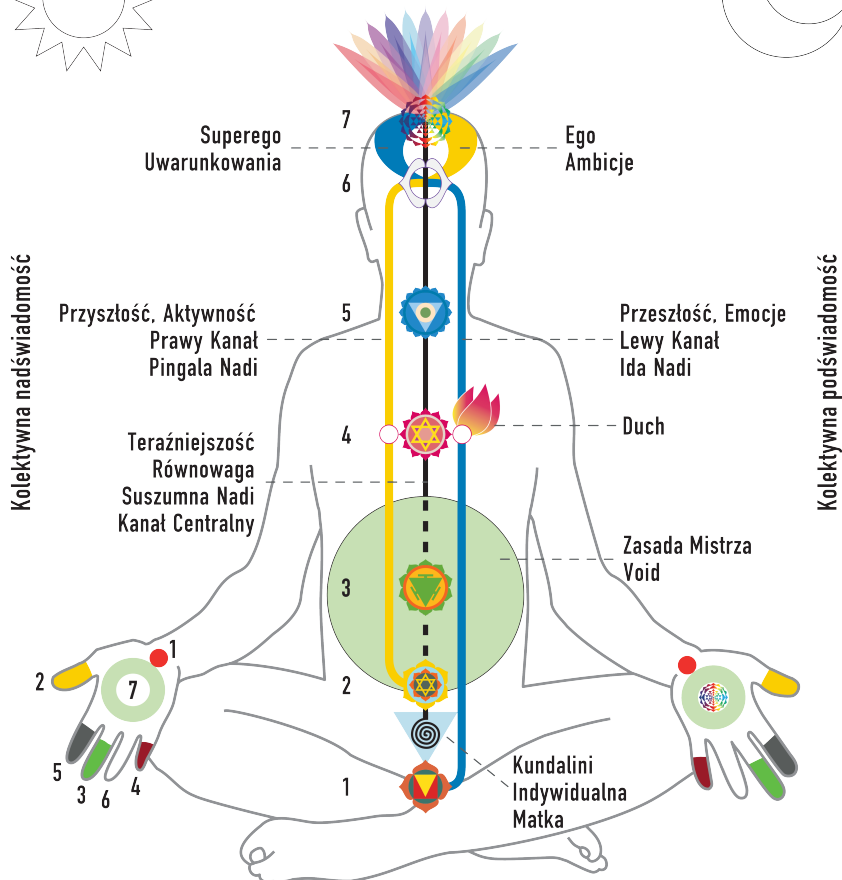
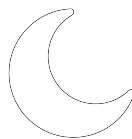
12. **Kundalini:** Matczyzna, duchowa energia rezydująca w kości krzyżowej (os sacrum). Jej przebudzenie prowadzi do Samorealizacji.
13. **Sahadża jogin:** Osoba regularnie praktykująca medytację Sahadża Jogi i stosująca jej zasady w życiu codziennym.
14. **Sahadża Joga:** (dosł. „Spontaniczna Joga” lub „Spontaniczne Połączenie”). Metoda medytacji i duchowego rozwoju założona przez Śri Matadźi Nirmala Dewi w 1970 roku. Jej celem jest spontaniczne przebudzenie energii Kundalini, co prowadzi do stanu Samorealizacji.
15. **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.
16. **Sekta:** Termin określający grupę religijną, która oddzieliła się od większego wyznania, charakteryzującą się silnym poczuciem odrębności, ekskluzywizmem i manipulacją. Sahadża Joga jest tutaj przeciwstawiona sekcje, podkreślając brak przymusu, wolną wolę i brak formalnego członkostwa.
17. **Hampstead:** Prestiżowa dzielnica w północno-zachodnim Londynie, znana z bogatej historii artystycznej, literackiej i intelektualnej. W Sahadża Jodze, Anglia uważana jest za Czakrę Serca wszechświata, a Hampstead pełni w niej kluczową rolę jako punkt pulsujący duchowością.
18. **Caxton Hall:** Zabytkowy budynek w Londynie (Westminster), który był miejscem wielu ważnych wydarzeń politycznych i społecznych, a w latach 70. i 80. XX wieku regularnie odbywały się tam publiczne programy Sahadża Jogi.
19. **Nirwicza Samadhi (Świadomość bez myśli):** Stan medytacyjny osiągany, gdy Kundalini przekracza czakrę Adźńa (szósty ośrodek). Umysł wycisza się, nie tworząc myśli o przeszłości ani przyszłości, a uwaga spoczywa całkowicie w teraźniejszości (tu i teraz).
20. **Manasakti:** Złożenie słów *manas* (umysł, serce, emocje) i *śakti* (moc, energia). Oznacza moc umysłu, siłę emocji i pragnień. W systemie subtelny jest związana z lewym kanałem (Ida Nadi).
21. **Pranaśakti:** Złożenie słów *prana* (energia życiowa, oddech, siła witalna) i *śakti* (moc, energia). Oznacza dynamiczną energię działania, siłę fizyczną i mentalną, która napędza wszelkie procesy życiowe. W systemie subtelny jest związana z prawym kanałem (Pingala Nadi).
22. **Cakra Anahata (czwarta):** Reprezentowana na poziomie fizycznym przez splot sercowy (cardiac plexus). W lewym aspekcie tej czakry rezyduje Duch (Atma), czyli nasza prawdziwa, wieczna tożsamość.
23. **Zasada Guru (Void/Bhawasagara):** Obszar w systemie subtelny (otaczający czakrę Nabhi), którego fizycznym odpowiednikiem jest m.in. splot słoneczny. Jest to siedziba naszego wewnętrznego mistrzostwa.

Ustanowienie tej zasady pozwala człowiekowi stać się swoim własnym przewodnikiem duchowym i odróżniać prawdę od fałszu.

24. **Obszar ciemiączka:** Obszar na szczycie głowy, który u niemowląt pozostaje miękki (łac. *fonticulus anterior*). Jest to fizyczna lokalizacja czakry Sahasrara i miejsce wyjścia energii Kundalini (Brahmarandhra).
25. **Chłodny powiew:** Odczuwalny na dłoniach i nad czubkiem głowy (obszar ciemiączka) przejaw Wszechprzenikającej Mocy Ducha Świętego (Wibracji). Jest to namacalny dowód otrzymania 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 Adźňa</u>	<u>7 Sahasrara</u>
niewinność	kreatywność	spokój	miłość	kolektywność	przebaczenie	integracja
pomyślność	czysta wiedza	satisfakcja	odporność	dypłomacja	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.