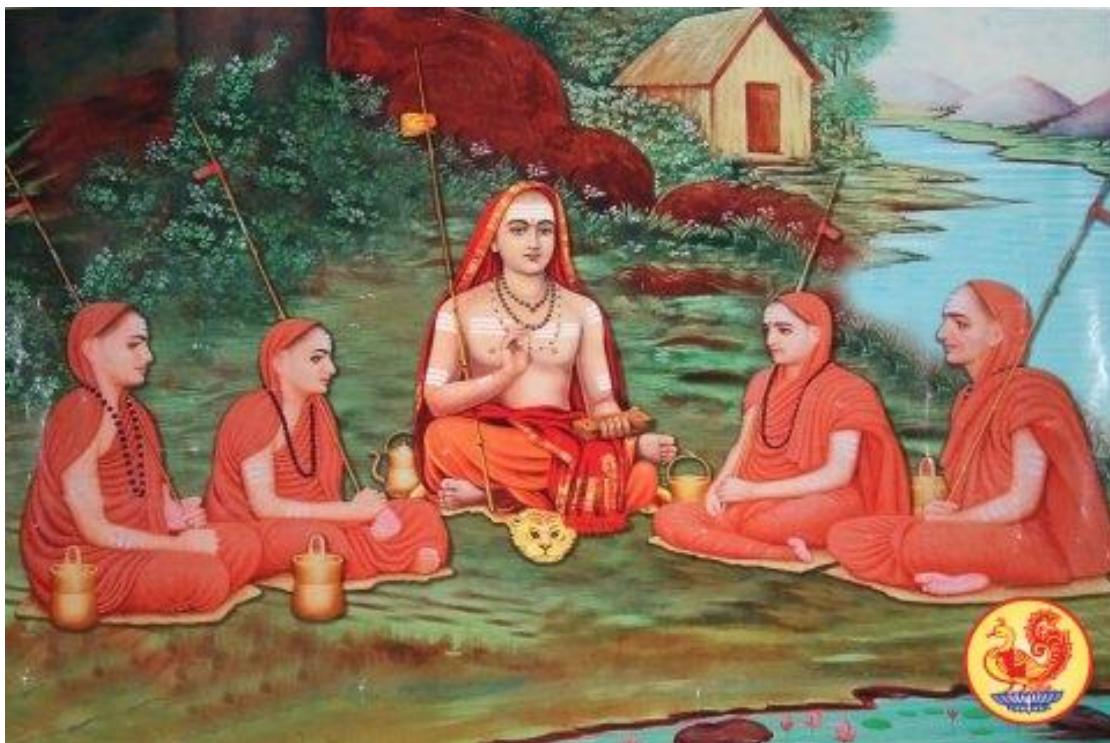


# Joga bilten

Broj 10, juli 2016.

Autorsko pravo pripada „Yoga Magazine“, prevedeno i objavljeno uz dozvolu Biharske škole joge, Mungir, Indija



Izdaje: Bihar joga klub, R. Domanovića 4, Beograd

Tel.: 064 046 7216, 064 491 2868

Mail: [biharjogaklub@gmail.com](mailto:biharjogaklub@gmail.com)

Web: [www.jogabeograd.com](http://www.jogabeograd.com)

Facebook: [BIHAR JOGA KLUB](#)

**JOGA BILTEN je delo članova „Bihar joga kluba“ i drugih sledbenika Biharske škole joge. Prevodi, priprema i distribucija su u potpunosti plod zajedničke karma joge.**

Više informacija o Biharskoj školi joge možete naći na: [www.biharyoga.net](http://www.biharyoga.net) i [www.syaе.org](http://www.syaе.org)

# Zov slobode

***Svami Satyananda Sarasvati***

(*Yoga Magazine, januar 2000.*)

**Autorsko pravo pripada „Yoga Magazine“, prevedeno i objavljeno uz dozvolu Biharske škole joge, Mungir, Indija**

**L**ična postignuća i prosperitet nisu dovoljni da se postane uspešan ni u jogi ni u životu. Nama su potrebne tri stvari: privrženost, posvećenost i ljubav prema nečemu što je veće od nas. Sve dokle god ne razvijemo ova tri kavaliteta u jogi i u životu, nikada nećemo naći zadovoljstvo i ispunjenost. Pravi uspeh se ne meri statusom, novcem koji je stečen niti bilo kakvim ličnim dostignućem, nego onim koliko možemo da pomognemo drugima kada im je potrebno, da se uzdignu i da otklone svoju bedu i nevolju.

Čovek nije ostrvo ni zasebna jedinka. Mi smo svi sastavni deo ovoga sveta, ovog ogromnog univerzuma. Mi smo u univerzumu, i univerzum je u nama. Niko nije drugaljčiji od bio kog drugoga ni na koji način. Svi su sačinjeni od iste svesti i energije, od istih pet elemenata. Svi dišemo isti vazduh, pijemo istu vodu, jedemo istu hranu, hodamo po istoj zemlji. Svi imamo ista osećanja i iste misli. Pa šta nas onda čini različitim? Naša iluzija os sebi, osećaj individualnosti, samo važnosti, egocentrizma, koji blokiraju potpunu širinu vidika, vidike jednote sa čovečanstvom i sa čitavom kreacijom.

Kada ćemo postati slobodni? Jer sloboda nije samo espap (roba) koji se može pribaviti političkim, društvenim ili profesionalnim putem. Sloboda jeste razumeti sebe u odnosu na druge;

delića u odnosu na celinu. Nikada nećemo biti slobodni sve dok ne naučimo da delimo sa drugima. Ima uvek nekoga ko ima manje od nas samih, bez obzira koliko malo mi imali. Postoje hiljade načina da podelimo svoje znanje, sposobnosti, iskustvo, veru, verovanje, novac, imovina, hrana, odeća, alat, knjige, ideje.

Nećemo doći do slobode nagomilavanjem i sticanjem bogatstva za sebe. Mi postajemo slobodni tako što dajemo ono što imamo drugima. Razni načini i oblici davanja su mera naše slobode, naše sposobnosti da spoznamo Boga. Kada kažem Bog, ne mislim na Svetog Oca koji živi negde na nebesima, nego na božansko u svima nama i u svim bićima, živim i neživim u podjednakoj meri.

Nema nikakve svrhe graditi samo za sebe. Sva ta nagomilavanja postaju prepreka i ropstvo. Oni nas dele od više stvarnosti, od vizije celokupnosti. Što više dajemo, postajemo veći, jer tako naučimo da vidimo sebe u drugima. Njihova patnja postaje naša patnja a njihova radost naša.

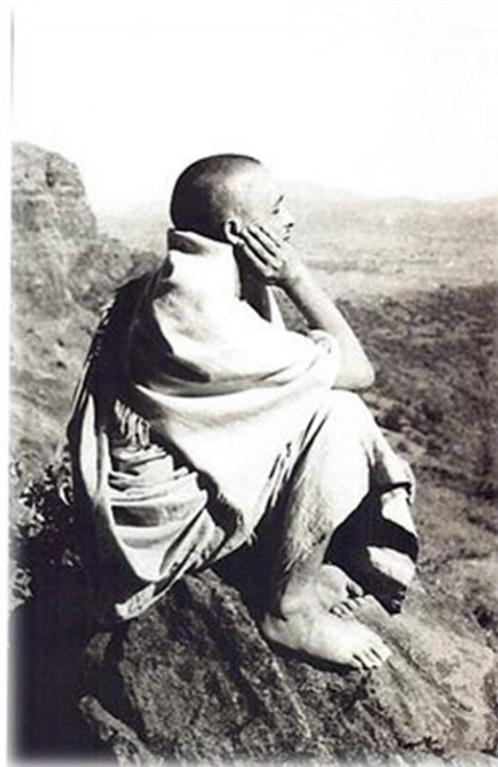
Živeti život sebičnog bogaćenja i materijalnih zadovoljstava nije vredan življenja pa ni umiranja za njim. Na kraju takvog života šta će nam ostati što je stvarno naše? Ništa – ni novac, ni imovina, ni posedi, ni kuća, kola, porodica, rodbina,

prijatelji, sve će to otici zajedno sa nama. Jedina stvar koja će poći sa nama tog poslednjeg dana biće naša karma, naša dela, bilo da su pozitivna ili negativna, sebična ili nesebična, i ništa više.

Zbog toga je u ovom životu veoma važno uvek pronalaziti prilike da dajemo, da služimo i na neki način doprinesemo dobrobiti i poboljšanju nekog drugog. To je način da se postigne sreća, ispunjenje i oslobođenje od ograničenosti materije, ne samo u ovom životu nego i životu koji nam tek predstoji. Svakim pozitivnim delom uklanjamo okove desetogodišnjih negativnih dela. Postajemo vedriji, mlađi, zdraviji i vitalniji.

Šta nas to čini otupelim, starim, bolesnim i potištenim? Razlog za to nije spoljašnji. Naša unutrašnja ograničenja su to što nas ograničava tim uskogrudim i sebičnim pogledom na život. To je uzrok sve naše patnje. Da bismo uklonili patnju, moramo da uklonimo svoja ograničenja. Moramo da živimo da bismo pomagali i služili drugima a ne samima sebi. Moramo da prevaziđemo okvire naše najuže porodice, naših ličnih potreba i razvijemo otvoreniju i širu individualnost koja obuhvata čitav ljudski rod, celokupnu tvorevinu, čitav kosmos. To je sloboda – ne politička, socijalna ili religiozna ideologija.

Ja poučavam samo jednu jogu, onu koja dovodi do slobode. Sve ostalo su putevi vezanosti.



Molim vas da ne mislite da govorim protiv bilo kog joga učitelja ili institucije, ali osećam da postojeći principi i usmerenja joge moraju da se izmene. Joga mora da postane ujedinjena, oslobođena zasebnih idealâ, borbi za moć i ograničenih poimanja duhovnog postignuća.

Stavovi moraju da se promene, prepreke moraju da se sruše, da bi nova joga mogla da izbije na površinu. To će biti joga ujedinjenja, davanja, deljenja i uzdizanja, kao u jednom timu. Kao organi i delovi jednog tela, moramo da radimo zajedno u jednom povezanom i koncentrisanom naporu da služimo čovečanstvu, da podelimo svoje znanje, svoje darove, svoje sposobnosti, svoj trud, radi sveopštег dobra, radi boljeg sveta.

Kada budemo u stanju da tuđu bolest, nesklad i nevolju vidimo kao svoje, i počnemo da ih ublažavamo i otklanjamo našim ujedinjenim naporom, tada će našoj jogi biti potreban samo jedan barjak. Možete ga nazvati sloboda, možete ga nazvati mukti, možete ga nazvati blaženstvo. Ako smo u bilo koju jogu uključeni radi sopstvenog razvoja, znanja i evolucije, ta joga nam neće pomoći. Na kraju ćemo morati da je napustimo i potražimo neki drugi put.

Na svetu postoji mnogo puteva, ali samo je jedan put do Boga, do duha, do božanstvenosti. Posvetiti se uzdizanju drugih, videti druge u samima sebi i sebe u drugima; to je vrhovna joga.

Nema drugog načina da svoje skučeno, egocentrično viđenje preobrazimo u kosmičko viđenje. To je put i to je joga za novi milenijum – možete je nazvati „joga slobode“.

Nema potrebe da gubite vreme na praktikovanje ostalih joga. Život nema dovoljno dana, sati i minuta da učinite sva dobra dela koja je neophodno učiniti da bi se sravnila loša dela koja ste prethodno počinili. U ovom životu imamo priliku da služimo siromašnima i podjarmljениma davanjem hrane, odeće, novca, lekova, knjiga, igračaka, alata, građevinskog materijala, bicikala, krava, bikova i svega ostalog što može da pomogne da se ukloni nevolja iz života pojedinaca, porodica i zajednica.

To je moj put i to je joga koju želim da širim u novom milenijumu na korist svim ljudima i radi najvišeg postignuća joge. Nema druge nirvane, ni drugog prosvetljenja. To je put ka slobodi.

Nije mi namera da uvredim ili vređam bilo čije gledište, koncepciju ili praksu joge. Ipak, moramo da imamo na umu da su joge koje su se širile u dvadesetom veku bile prilagođene potrebama i

evoluciji čovečanstva u tom periodu. Zbog toga je takav oblik joge bio sveden na samodisciplinu, samoposmatranje i lični razvoj.

Sada je joga otišla korak dalje. Ona se širi izvan ličnih, sebičnih i skučenih granica individualne prakse, učenja i idealja, da bi obuhvatila širok spektar devocije, posvećenosti i potpunog učestvovanja u oslobođanju ljudskog roda.

To nije moj zapovest. To su odlučile sile van mene. Neće biti drugog načina da se napreduje kroz jogu. Svi će vremenom morati da spuste svoje zasebne ograde i oznake i počnu da rade zajedno, ujedinjenim, doslednim naporom da bi uzdigli i oslobodili čovečanstvo od svih oblika uskraćenosti i poniženja.

Tuđa beda je i naša beda. Oslobiti drugoga njegove bede je naša sloboda, naša sreća i naše ispunjenje. Šta tek reći o oslobođanju čitavih porodica, zajednica, država, naroda i svetova! Sloboda je beskrajna za one koji hodaju obasjani svetlošću ove joge, koji prihvate put uzajamnog davanja i deljenja, koji sebe, svoje vreme i svoj novac predaju i posvete uzdizanju drugih. ☸

### PITAGORIN SAVET

**MOJ PRVI SAVET JE DA NIKADA NE IDITE NA POČINAK A DA NISTE MENTALNO PROŠLI KROZ SVE DOGAĐAJE DANA, DA BISTE IMALI PRILIKU DA ZAŽALITE I OKAJETE SVE LOŠE ŠTO STE POČINILI TOKOM DANA I DA UŽIVATE I BUDETE ZADOVOLJNI ZBOG SVIH DOBRIH STVARI KOJE STE POČINILI. OVA PRAKSA VAS PРИБЛИЖАВА BOGU, VAMA SAMIMA.**

# Imaj vere i nastavi da vežbaš

**Svami Šivananda Sarasvati**

(Yoga Magazine, juli mesec 2004)

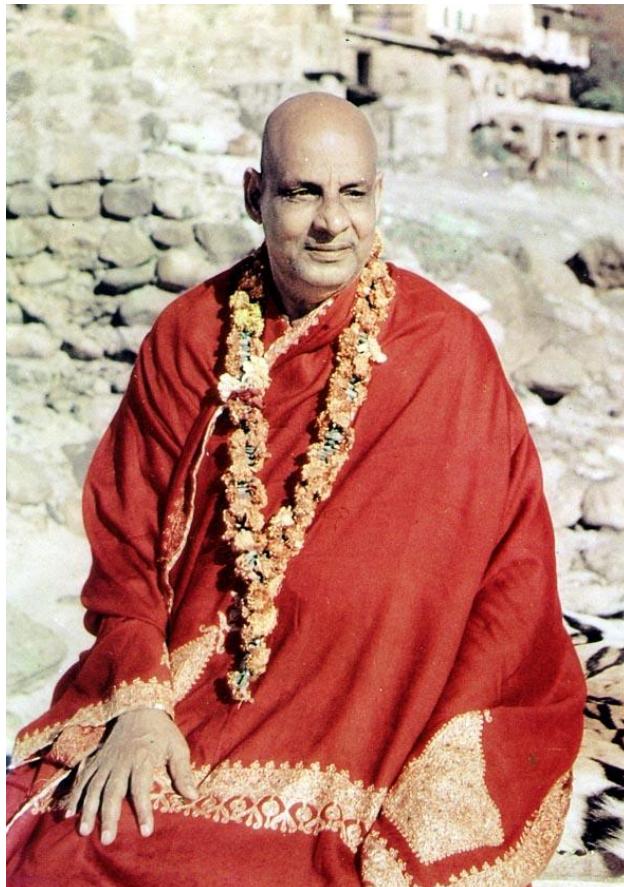
**Autorsko pravo pripada „Yoga Magazine“, prevedeno i objavljeno uz dozvolu Biharske škole joge, Mungir, Indija**

Duhovni napredak zavisi od vere – vere u Boga, vere u stare spise, vere u gurua. Vera leži u osnovi svakog napretka. Čak i materijalni napredak, razna otkrića i pronalasci zasnovani su na veri – veri u samoga sebe. Čovek je putovao svemirom. Da su se naučnici koji su bili odgovorni za slanje astronauta u svemir nastavili da se pitaju da li je to moguće ikada da se desi i da su sumnjali u svoje sposobnosti da to urade, putovanje u svemir bi i dalje bilo samo san.

Imajte veru u sebe. Imajte veru u Boga. Imajte veru u gurua. Možda je lako verovati u matematiku, astrofiziku, u poznate naučne

zakone, i krčiti put ka ostvarenju svoga cilja. Ali u sferi duhovnosti sa njenim nevidljivim zakonima i nevidljivim dejstvima, mnogo je teže imati veru. Ali u početku je vera neophodna. Mada ako iskreno radite čitavu godinu sadhanu, steći ćete nešto malo iskustva, malo opipljivih dokaza da se uverite u postojanje nevidljivih moći, u postojanje zakona koje nauka ne može da objasni, pred kojima je razum sa svojom analizom nemoćan.

Što je više sadhane, to su dublja i veća iskustva. Sa svakim novim iskustvom vaša vera u Gurua, u Boga, u svete spise, u duhovne zakone, raste. A što vera više ojačava, vi radite više sadhane. Taj krug će se nastavljati pod uslovom da budete oprezni i da ne podlegnete izazovima koji se postave pred aspiranta, i jednoga dana ćete svakako dosegnuti to krajnje iskustvo,



direktno iskustvo, *pratjakša pramanu* – krajnji dokaz.

Sadhake mi često dođu i žale se na nedostatak vere, i ja im kažem: „Ne brini. Radi sadhanu. Sadhana se upravo prepisuje da bi se vera pojavila.“ U duhovnosti nema mesta sumnjičavim. Ljudi puni sumnje ne mogu da napreduju. Vera je teška, bez svake sumnje. Setite se Svetog Tome. On je sumnjao u Hrista.

Čak i pošto je veliki učitelj pokazao čudesa da bi stvorio veru u učeniku, učenik nije verovao. On je želeo da učitelj pokaže još čuda. To je sumnjičava priroda. To je trik uma. Ubijte tu sumnjičavu prirodu ako želite da napredujete. Lako je pevati: „Ja nisam ni telo ni um, ja sam besmrtno Sopstvo,“ ali ako se od vas traži da se odreknete jednog obroka uveče na *ekadaši* (*Jedanaesti dan od mladog meseca. Dan kada se posti, moli, meditira i povlači od sveta*, prim. prev.) vi nećete. Pa ipak se žalite kako niste duhovno napredovali!

Danas je postala moda da se guru krivi za izostanak napredovanja u ličnoj sadhani. Vi možete konja samo da dovedete do vode, ali ga ne možete naterati da pije. Guru može samo da uči. Na učeniku je da radi sadhanu. Guru ne može da radi umesto učenika sadhanu. Guru samo može da zamoli učenika da mu u početku veruje i da radi sadhanu. Izvan toga on ne može ništa da uradi. Ostavimo pitanje o ličnom Guruu.

Svet je blagosloven sa redom Božjih ljudi koji su kročili ovom lepom zemljom svojim svetim koracima. Mi svi znamo njihova učenja. Svaki školarac zna da ne treba krasti, da treba govoriti istinu. Advokat zna da ne treba da podmeće lažne

svedoke. Doktor zna da ne treba da opelješi siromašnog dajući mu šećernu vodicu. muž zna da treba da bude veran svojoj ženi. Pa ipak koliko vas u praksi primenjuje ono što već dobro zna? Koliko vas primenjuje sve one dobre stvari za koje znate da su dobre a odustanete da se upustite u one stvari za koje već znate da su loše? Vrlo malo vas. Kada bi samo čovek počeo da da primenjuje sve što zna da je dobro a odustane od svega što zna da je loše, kao kada bi praktikovao vrline a odrekao se poroka, Bog bi mu dao dalje vođstvo. A ako je guru u fizičkom obličju neophodan, Bog bi mu poslao i tog gurua takođe.

Odbacite licemerje. Budite iskreni. Ako želite da u životu okrenete novi list i napredujete duhovno, niko vas ne može zaustaviti, ni ceo svet da se udruži. Ali ako niste iskreni, ako ste samo znatiželjni, ako ne mislite ono što govorite a ne primenjujete ono što govorite, onda vam ni sam Bog ne može pomoći. Rešenje leži isključivo u vama.

Guru je samo kao svetiljka. On baca svetlo na vaš put, ali vi ste ti koji morate da kročite putem. Guru ne može da hoda za vas. Ponavljam i ističem ovu činjenicu tako da može da uđe duboko u vaše srce. Zagledajte se unutra. Pogledajte u sebe. Sedite malo sami i porazmislite. Pronađite svoje greške i otklonite ih. Potražite nove načine da praktikujete vrline i vežbate. Nema nikakve koristi od teorije ako se ne stavi u praksu. Ne okrivljujte teoriju pre nego što je testirate i proverite.

„Služi. Voli. Daj. Pročisti se. Meditiraj. Ostvari se.“ To je duhovna formula. Da li služite bolesne, one koji pate, nepismene? Da li volite dete svog

suseda kao svoje rođeno? Da li dajete desetinu svojih prihoda u dobrovorne svrhe, ma koliki taj prihod bio? Da li ste pokušali da uklonite pohotu, bes, pohlepu, gordost i ljubomoru iz svog srca uz pomoć đape, kirtana, svadhaje, uz pomoć pridržavanja ekadaši običaja (*pokore na dan ekadaši, dva puta u mesecu, gladovanje, meditacija, pevanje mantra i drugo, kojima se pročisti duh*, prim. prev.). Ako ovo ne praktikujete, vi nećete moći čak ni minut da meditirate. A bez meditacije ne možete da imate realizaciju Boga, čak ni da živite hiljadu života.

Ne krivite učitelje. Isus, Buda, Šankara i Ramanuđa, Gurui Sikha i Đainista – svi su oni

živeli i umrli za vas. Učitelji vam uvek daju više nego što zaslužujete. Dajte im naklon. Bacite se

na zemlju pred njima. Okitite vencem cveća njihove slike. Čitajte njihove reči. Sledite njihova učenja. Sveti dan Guru purnime je dan kada se sećamo i osećamo zahvalnost. To je dan da se vera u svoga Gurua osnaži i da se započne novi život u skladu sa Guruovim učenjima, u skladu sa njegovim *upadešom* (instrukcijama). Donesite odluku na taj dan da počnete da živite novim životom. I živite ga.

Neka vas Bog blagoslovi! Neka blagoslovi Brahma Vidja Gurua budu sa vama! ☸

### **GURU PURNIMA 19. juli 2016.**

☞ **Guru purnima pada svake godine u mesecu julu na dan punog meseca. To je poseban dan. Guru purnimu slave svi učenici u Indiji i svetu, svi oni koji imaju duhovnog učitelja, koji su na duhovnom putu i žele da spoznaju.**

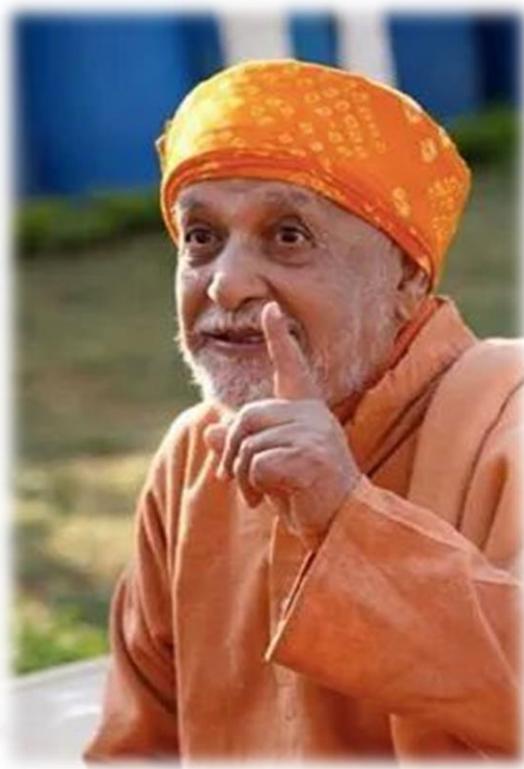
**To je prilika da se podsetimo da smo oduvek želeli da otkrijemo svoju bolju stranu i da takvi postanemo. Toga dana, znao to čovek ili ne, u svim bićima duh nabuja i želi da se ispolji. Tada transedantalna svest nije više puka filosofija, mrtvo slovo na papiru, već opipljiva stvarnost. Nematerijalni deo života, sveta, nas samih postaje snažan i dosežan.**

**Toga dana treba da se podsetimo svoga cilja, svoje namere, svoje prvo bitne inspiracije i učvrstimo sankalpu da ostanemo po svaku cenu na duhovnom putu. Treba da osvežimo motivaciju da radimo prilježno duhovne prakse. To je prilika da se povežemo sa svojim Učiteljem na pravi, unutrašnji način. ☸**

# Promeni se u srcu

***Svami Satyananda Sarasvati***

(*Yoga Magazine, juli mesec 2005, deo članka pod nazivom "Serving the Guru"*)



Pre mnogo godina, tokom Kumbha mele u ašram je donet u džaku čovek oboleo od lepre (*Kumbha mela je veliko okupljanje u Indiji sa duhovnim ciljem na kome milioni ljudi: duhovnika, sanijasina, sadhua, gurua kao i običnog naroda dođe na svetu reku da uroni u nju radi duhovnog pročišćenja*, prim. prev.). Svami Šivananda me je pozvao i rekao mi: "Stavi ga u sobu i očisti mu telu potrebnim sredstvima za dezinfekciju". Svamiđi je bio doktor i znao je šta se radi u ovakvim situacijama. I ja sam ponešto znao o ovim stvarima. Tako da sam izvršio zadatu

mi dužnost. Taj čovek je bio grozan. Njegov smrad, njegovo držanje, njegovo ponašanje, celokupna njegova pojava mi je bila odbojna.

Sledećeg jutra kada sam Svamiđiju podnosio izveštaj on me je upitao kako je taj čovek. A ja mu rekoh: "Svamiđi, taj čovek je tako mučan, njegova bolest, njegove rane su tako mučne". Svamiđi mi je odgovorio: "Ti želiš da otkriješ Boga bez ikakvog napora. Ti želiš da spoznaš Boga a da ne promeniš ni svoje srce, ni um, ni svoja shvatanja, ni svoja mišljenja i da ne razoriš

sigurnost svoga gnezda. Ti imaš svoju ličnost, karakter, poglede, navike, stvari koje voliš i koje ne voliš. Prvo sve to uništi i promeni svoje srce”. Da je u pitanju bila neka lepa mlada žena služio bih je bez pogovora. Čak i da je u pitanju bio mladi čovek, lep ili bogat, ja bih ga služio. Takav sam čovek ja bio. Mislite li da sam takav bio spreman da spoznam Boga? Ne, nisam bio spreman.

Pre nego što budemo mogli da se predamo cela naša ličnost se mora preuređiti. Predati se nije samo misao o tome kako želite da se predate. To

je urođeni kvalitet. Da bi se predali, potrebna vam je nevinost, ali su svi već izgubili nevinost. Srce, um, budhi, (*inteligencija*, prim. prev.) su postali okoreli i kruti. Da omeštate svoje srce, um i intelekt, satsang će biti neophodan tokom dužeg vremena. Satsang je veoma moćno oruđe. Trebalo mi je toliko mnogo godina da usvojam i praktikujem principe svog gurua. On je govorio: “Služi, voli, daj. Sve što imaš podaj drugima. To u stvari ne pripada tebi.” Tada ga uopšte nisam razumeo ali sada shvatam. Ništa mi ne pripada, ništa nije moje. Ja sam samo posrednik. ☸

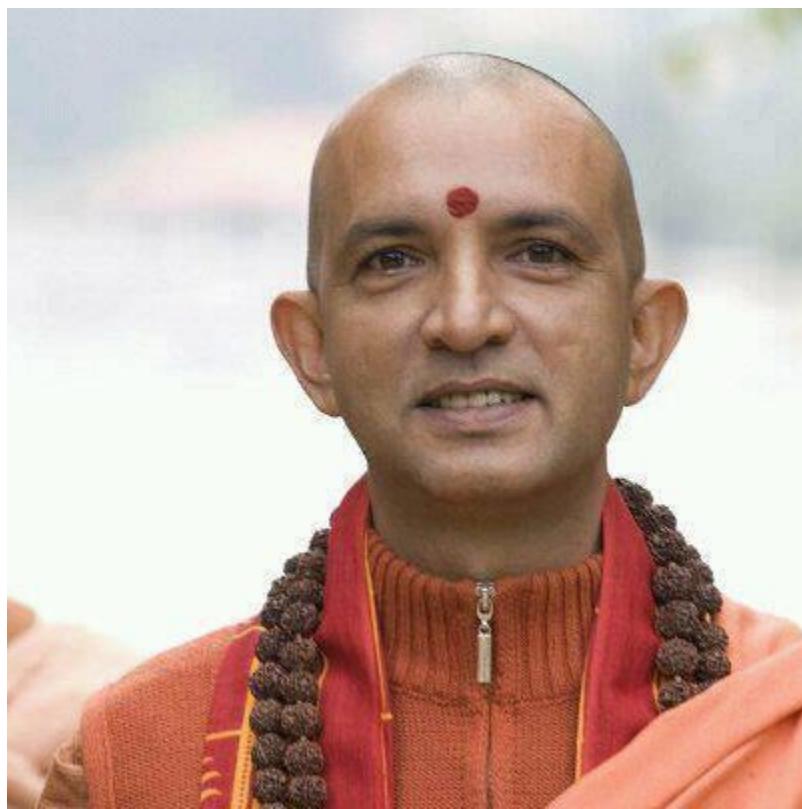
## Unutrašnji guru

***Svami Nirandanananda Sarasvati***

Unutrašnji guru je buđenje guruove moći u životu, telu i ličnosti učenika. To je rasplamsavanje guruove energije koja se manifestuje unutar učenika. Reč „guru” znači onaj koji odagnava tamu. To može biti osoba, ali isto može biti neki koncept ili misao. Unutrašnji guru je nešto što vam pomaže da prevaziđete one crte vaše prirode koje vas ograničavaju, i da steknete širu sliku samog sebe i kosmosa.

Za mnoge ljude guru je knjiga, a za mnoge druge je guru prisustvo koje živo osećaju u sebi, ili je to ideja o veri i posvećenosti, Za mnoge aspirante guru je živa osoba, dok su za druge guru ideja ili koncept o božanskom prema kome gaje duboko poštovanje i veru. Bez obzira na to koju formu guru ima, to je jednostavno sredstvo ili posrednik preko koga čovek može da prevaziđe svoja ograničenja, otkloni veo neznanja i iskusi svetlost.

Da bi učenik ili aspirant iskusio unutrašnjeg gurua on će morati da se potrudi da skloni svoje ograde i da dozvoli da snaga gurua preobrazi čitavo njegovo unutarnje biće. Ako želite da doživite unutrašnjeg gurua, moraćete da se prepustite. ☸



## Guru ili duhovni učitelj – za ili protiv?

*Svami Omgjanam Sarasvati*

**U** zapadnom svetu sama reč Guru neretko izaziva izvesnu nelagodu, pa čak i izvestan strah u ljudima. Reč Guru na sanskritu, staroindijskom jeziku, znači "onaj koji rasteruje tamu". To je svako ko prenosi znanje, tradicionalno, duhovno, ili profesionalno, ali istinsko i njime rasteruje neznanje. Tako, na primer, guruom zovu u Indiji i učitelja muzike ili streličarstva. Time se istovremeno ukazuje na činjenicu da je odnos učitelja i učenika specifičan i drugačiji od odnosa između studenta i nastavnika ili profesora. Takav odnos se bazira na kompletном poverenju i

bliskosti u kome guru kao učitelj učeniku predaje sve znanje koje ima a učenik to znanje upija i potpuno poštuje, sledi svoga učitelja i veruje mu. Taj odnos je potpun i kroz njega učitelj postepeno remodelira i ličnost učenika i vodi ga kroz život sve dok učenik ne dostigne vrhunac u svome razvoju. Tako nešto možemo sresti u odnosu trenera i vrhunskog sportiste, profesora klavira i pijaniste ili iskusne balerine koja pedagoškim radom stvara novu prima balerinu.

Ipak, u užem smislu reč Guru se odnosi prevashodno na duhovnog učitelja koji nam

pomaže da se proguramo kroz gustu nepreglednu tminu Neznanja. U našoj tradiciji, u Srbiji, oduvek postoje gurui, samo se oni zovu duhovnici ili starci. To su monasi koji su odmakli na duhovnom putu i poznaju ljudsku dušu. Oni su već prešli dobar deo toga puta na koji mi tek stupamo i mogu da nam skrate lutanje i smanje pogreške.

Ti svi mudri učitelji po pravilu imaju jednu retku, najvažniju, najvredniju i neprocenjivu ljudsku osobinu: razumevanje. Tako na primer iako sami možda nisu iskusili ovozemaljsku ljubav i bračne odnose, probleme u odgoju dece ili recimo negativne posledice pohlepe koja se ponekad ispolji u vidu dugova i kredita - oni mogu da nam daju ispravan savet u vezi sa ovakvim problemima. Oni poznaju suštinsku prirodu čoveka, i za razliku od psihologa i psihijatara puni su istinske ljubavi i istinskog razumevanja. Guru nije svaki joga instruktor ili osoba koja poseduje određena znanja iz raznih oblasti duhovnog puta. Pravih Gurua ima veoma malo, možda ni koliko prstiju na šaci i budući učenik mora da uloži iskren napor i želju da pronađe svog Gurua.

### Kome je potreban guru?

U prvi mah biste mogli da zaljkučite: Šta će meni Guru? Ja nisam religiozna, ja nisam vernik? U starim spisima Indije naći ćete vrlo jasan opis ljudi koji tragaju za Guruom:

1. U prvu grupu spadaju ljudi koji pate. Njihov život je borba, možda krpe kraj s krajem, imaju lose uslove života, probleme, brige, loše zdravlje. Njima je život težak i Guru je tu da ih uteši, ulije im nadu i samopouzdanje, pokaže im put

iz problema i postavi na noge. Njih je najveći broj.

2. U drugu grupu spadaju oni koji već stoje na svojim nogama u društvu, nemaju posebnih egzistencijalnih problema pa ipak, treba im vođstvo. Njihova pitanja su sledećeg tipa: da li da pokrenem novi posao, da li je ovaj mladić dobar za moju crku, da li da kupim ovo imanje...
3. Aspiranti su treća grupa ljudi, oni nisu općinjeni čarima ovozemaljskog života; oni proziru igru sticanja, stvaranja imena, slave... Oni su evolucijski zreli da se okrenu procesu involucije, procesu upoznavanja prave svrhe življenja i samoga sebe. Oni traže retke istomišljenike. Oni traže nekoga ko će im pokazati Put. Njih ima malo.
4. Poslednju grupu čine pravi duhovni učenici. Oni su potpuno posvećeni duhovnom putu i spremni su da se u potpunosti predaju u ruke Učitelja da ih usmeri kroz lavirint duhovnog puta. Oni su najređi biseri ovoga sveta. Ima ih vrlo malo. Tek pokoji...

### Kako naći pravog Gurua?

Na ovo pitanje postoji drevni i jednostavan odgovor: postanite učenik i Guru će se pojaviti na vašem životnom putu, doći će vam u ruke neka knjiga, srećete nekoga ko će vas uputiti u određenom pravcu... mogućnosti su bezbrojne. Ako ste iskreni, radite na sebi, pazite na ponašanje, čistite svoj govor od prekosti, vredni

ste, spremni na promene, želite da se menjate, želite da napredujete, osećate potrebu da se pročistite – budite bez brige, odgovarajući Učitelj će uči u vaš život, na ovaj ili onaj način. Od tog trenutka počinjete da razvijate odnos sa njim i taj odnos i je drugačiji od bilo kog drugog odnosa koji imate sa bilo kim, bilo sa prijateljima, decom, roditeljima, mužem, ženom...

### **Strah od Gurua**

Ljudi se plaše da će ih odnekuda ščepati istočnjački učitelj, isprati im mozak a onda im isprazniti račun u banci. Kakve su to zablude? Kao prvo, račun u banci vam je mnogo puta ispraznila država, oduzela u više navrata počev od II Svetskog rata na ovamo poštenim ljudima sve što su stekli, u jednom danu, pa opet većina voli i sledi vođe. Ispira vam mozak potrošačka poštast koja vas agresivno i sugestibilno, sa velikom kreativnošću mami da kupujete sve i svašta, čak i veštačka gazirana pića i piva, ništa zdravija od sredstava za čišćenje kupatila. Veruje se reklamama banaka, upada se u kredite višemanje samo da bi banke cvetale a njihovi direktori podelili bonuse. Često smo lakoverni i lak plen marketinških znalaca i medijske manipulacije, ali budi se otpor, sumnja i strah tek kada se pomene verovanje duhovnom, svetom čoveku.

Nepoverljivi smo prema ljudima koji znaju više od nas. Ima mnogo ljudi koji znaju više od nas ili u duhovnom smislu ili profesionalnom, ali je pitanje da li možemo da se predamo i dopustimo da nešto učimo od njih. Da li možemo da postanemo pravi učenik? Da li možemo da se prepustimo vođstvu? Ovo je zapravo ključno pitanje. Svi veliki duhovnici uvek kažu za sebe da

su oni večiti učenici a ne gurui. Treba pre svega postati pravi učenik: poslušan, pun poštovanja, ukroćenog jezika, otvorenog uma, stesanog ega. Tek kada postanete pravi učenik pojaviće se pravi učitelj. U tom smislu nema bojazni da će vas obrlatiti neki hohšapler. Sve zavisi od vas. Ukoliko postanete savršeni učenik dobićete i savršenog učitelja. Ako ne verujete pitajte Novaka Đokovića, sigurno će potvrditi.

Nema veće vrline na svetu od učeništva. Mudri ljudi uče celoga života. Svima je potrebno i znanje i vođstvo. Mi ne možemo sami da rešimo mnoge stvari u životu i zašto bi samo religiozni ljudi išli kod duhovnika u manastir po savet ili blagoslov? Zar ne biste uradili sve na svetu da saznate kako da rešite neki goruci problem? Ko će vam pomoći kada ne možete da doneSETE važnu odluku? Vaš um je tada zamućen i nejasno vidi stvari, treba vam neko mudar da vam pokaže rešenje. Zar ne treba svakom blagoslov, duhovna podrška na mnogim raskršćima na koje nas život nanese? Odabratи zanimanje, promeniti posao, naći partnera, izaći iz duhovne krize ili depresije, izlečiti se od teške bolesti, dobiti zdravo dete, odlučiti se na razvod ili promenu sredine – svako od nas doživi trenutke kada bi mu dobro došao neko ko intuicijom vidi daleko dalje od nas i kome možemo u potpunosti da verujemo. Nema ničeg lepšeg nego imati snažnu veru i verovati nekome u potpunosti, bez ostatka. Ta vera se prenosi na veru u sebe, a tek tada čovek ima pravo da se tako zove, kada ima potpunu veru u sebe.

### **Kulturni vodič**

Čak i ako mislite da je sve ovo potpuna glupost, niste prihvatali ove argumente, nemate veru, ne

zanima vas duhovni razvoj, ne volite religiju – tada budite kulturni i prihvati da može da postoji i nešto što je drugačije. Neka ljudi veruju, neka idu u crkvu, neka imaju Gurue, briju glave, igraju u narandžastom. Neka budu srećni na SVOJ način. Prihvati da ljudi mogu da budu

drugačiji od vas. Jedan pesnik i intelektualac Srbije je nedavno rekao: "Beograd će biti metropola tek kada Hare Krišna pokret bude ulepšavao naše trgove svojom pesmom." Zato budite otvoreni, postanite otvoreni i ostanite otvoreni. ☸



*„Sreća nije kvalitet spoljašnjeg sveta, to je kvalitet vašeg uma.“*

*Svami Satyananda*

# Vodstvo guru

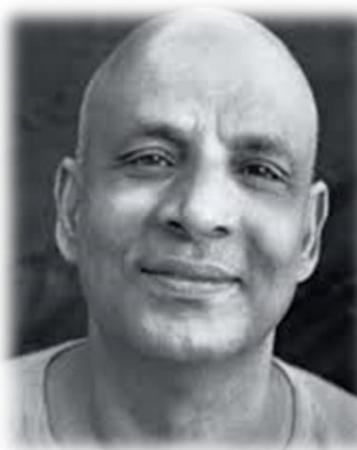
**Svami Šivananda Sarasvati**

(Yoga Magazine, juli mesec 2005, odlomak iz teksta „On Guru and Disciple“)

Duhovni put je prepun prepreka. Aspiranta će voditi sigurno i uklonite svakojake prepreke i poteškoće sa njegovog puta guru koji je već prošao tim putem. Stoga je neophodan lični guru. Nema moćnijeg načina da se prevaziđe ograničena priroda aspiranta i njegove samskare od služenja guruu. Aspirant koji služi gurua sa velikom posvećenošću, koji lično služi gurua, vrlo brzo pročisti svoje srce. To je najsigurniji i najlakši put do pročišćenja. Kada živate uz svog gurua morate da se spremno i rado prihvate svakog posla koji vam on ponudi. Ako budete tako radili sigurno ćete razviti snažnu moć volje. To znači da učenik ne treba da sedi besposlen.

Treba da se napusti lični ego, unapred stvorena mišljenja, omiljene ideje i predrasude kao i sebični interesi. Sve ovo stoji na putu sprovođenju guruovog učenja i njegovih uputstava. Sve dok se ovaj niži egoizam i tvrdokorna sebična priroda ne iskorene, vrlo je teško iskoristiti korist od prisustva gurua i njegovih saveta.

Milost gurua počinje da dela tek kada naučite da se disciplinujete, kada podredite sve svoje sebičnosti i predate se njemu u potpunosti. Posmatrajte pažljivo svoj um. Redovno radite introspekciju i samoanalizu. Guru može da raščisti sumnje aspiranta, pokaže mu put koji je za njega najpodesniji i inspiriše ga. Ali ostatak posla će morati da obavi sam aspirant.



Pomoći učitelja je neophodna u svakom momentu. Mladi aspirant mogu lako da postanu samodovoljni, arogantni i puni samopouzdanja. Neće da slede guruova uputstva. Hoće da budu nezavisni od samog početka. Oni misle da su na visokom duhovnom nivou dok zapravo ne znaju ni azbuku duhovnosti ili istine. Greše u tome što traže svoj način slobode. To je vrlo ozbiljna greška. To je razlog što ne napreduju. Gube veru u delotvornost sadhane i u postojanje Boga. Oni lutaju bez cilja po principu „lako ćemo“.

Najvažnije kvalifikacije za istinskog, pravog učenika su: prvo, duboka posvećenost učitelju i drugo, verno slediti njegova učenja. Ono što dovodi do brzog napretka i ispunjenje sadhane jeste ta vera i guru bhakti. Vera je moć koja drži aspiranta na putu ka savršenstvu. Ona ga održava u vremenima testova i teškoća, u vremenima iskušenja i padova i ona pomaže da se prevaziđu naizgled nepremostive prepreke. Guru bhakti će da privuče milost učitelja i podari vam blaženstvo i posvećenje. Zato održavajte svoju veru kao i posvećenost svome guruu. Vaš napor da dosegnete istinski cilj života će biti krunisan uspehom.

Čak i ako se jedan jedini učenik izdigne glavu iz kaljuge samsare ja sam opravdao svoje postojanje. Najveće služenje koje mogu da pružim čovečanstvu je da treniram i oblikujem aspiranta. ☸

# Uloga čele

**\*(čela = učenik)**

***Svami Satyananda Saraswati***

(Satsang Svami Satyananda Sarasvatija na seminaru u Miljanu aprila 1981. Preuzeto iz Yoga Magazina, juli mesec 1981. godine)

**U** duhovnom životu postoji jedan vrlo važan odnos, a to je odnos između gurua i učenika. Kao što postoji izvestan odnos između roditelja i deteta, muža i žene, isto tako postoji vrlo važan odnos između gurua i učenika.

Guru nije samo učitelj.

U jogi je guru znalac, onaj koji može da vam pruži znanje kao i da odagna unutarnju tamu. Stoga gurua ne treba shvatiti kao profesora ili učitelja. Postoje dva kanala preko kojih može da se stekne znanje – jedan je putem intelekta a drugi je kroz prosvetljenje. Profesor ili učitelj može da da intelektualna uputstva i znanja učeniku, ali ne može da da prosvetljenje.

Guru može da da učeniku i intelektualno i intuitivno znanje. Sama reč učenik označava osobu koja sledi izvesnu disciplinu (*odnosi se na englesku reč za učenika „disciple“, prim. prev.*). U jogi se učenik zove *čela* ili *šišja*, što znači „onaj koji žudi za znanjem“. Ako dođete kod gurua da nešto naučite, onda ste vi *čela* ili *šišja*. Ali ako

sledite izvesnu disciplinu, onda ste učenik (*odnosi se na reč „disciple“ na engleskom, prim. prev.*).

Kao što guru može da pruži intelektualno znanje i prosvetljenje, isto tako, čela bi trebalo da bude sposoban i da intelektualno uči kao i da primi prosvetljenje. Najvažnije je da zapamtite da ne može svako da bude čela.

Zato što većina ljudi hoće samo intelektualno znanje, i ne razumeju prosvetljenje. Možda njihova svest i njihov duh nisu spremni za prosvetljenje.

Odnos između gurua i čele je kao odnos između električnog kabla i svetlosti. Guru je energija ili duhovna šakti, a čela otkriva tu šakti. Zato svaki čela mora da razvija svoj duh i svoju svest. Kada duh i svest postanu duboki, učenik otkriva sebe. Duh mu se razotkrije, on ga pronađe, i tada nastupi prosvetljenje.

**G**uru i učenik su u suštini jedno, a ne dvoje. Svest učenika je uvek priključena za gurua. To se naziva devocija ili bhakti.



Na toj ravni oni su jedno i potpuno su ujedinjeni. Stalnom duhovnom praksom dostiže se čistota, um se oslobođa nečistoća a tada učenik može da razotkrije svoga gurua u samom sebi.

Za učenika guru postoji na spoljašnjoj ravni kao i na unutrašnjoj. Spoljašnji guru je jedan aspekt njegove devocije a unutrašnji guru je drugi aspekt njegove realizacije. Kada meditira na svog gurua on pokušava da komunicira sa svojim unutrašnjim guruom. Stoga u jogi se kaže da je guru najvažniji aspekt duhovnog života. Ali ne treba da se zaboravi da učenik treba da bude višeg ranga. Što je viši učenikov duh, brže će doći do prosvetljenja.

Kao što se u čistoj vodi jezera ogleda mesec na nebu, tako se u čistoti srca učenika ogleda velelepnost njegovoga gurua. Postoje tri važna koraka u dubljim odnosima. Najviši odnos je između čoveka i Boga. Empirijski odnos je između deteta i roditelja, brata i sestre, muškarca i žene. Ali odnos sa guruom uključuje sve njih zajedno. To je istovremeno empirijski, iskustveni, i transcedentalni odnos. Na jednom nivou oni se ponašaju kao dve zasebne osobe, jedan zna a drugi ne zna, a na više nivou oni su jedno.

Veličanstvenost gurua i veličina učenika su prva važna stavka u praksi joge kao i tanre. Ponašanje i držanje učenika i gurua su sasvim osobeni. To je stav potpunog prihvatanja i

pokušaj da se jedno drugom približe. Arogancija učenika i sebičnost gurua ih neće zbližiti. Učenik je najvažniji za gurua, a guru je jednakovo važan učeniku.

**K**ada počnete da radite jogu vi počinjete da postajete čela. Tačno je da u početku vi učite jogu iz knjiga i slušajući od drugih. Ali u određenom momentu treba da se desi neka interakcija između vas i vašeg gurua.

Kada započnete svoje duhovno putovanje vi ste uvek puni inspiracije i entuzijazma, jer putovanje započinjete sa spoljašnjeg nivoa na kome živate. Ali kada se otisnete dalje, vi se nađete na terenu na kome nikada pre niste bili. Tu postoji osećaj potpune usamljenosti, a iskustva počinju da vas ometaju, zbumuju. Vizije i znanja su zapanjujuća i vi ne možete sa razumete šta vidite.

U tom momentu, kada dolazi do velikog preobražaja na nivou uma i iskustva, koga ćete da upitate: „Šta mi se ovo dešava?“ Pitate razne ljude i dobijate različite odgovore i to donese još više zabune vašoj psihi. Ljudi koje pitate vas zapravo ne poznaju, ni vi ne znate njih. Zbog toga oni ne mogu da ispravno tumače vaša iskustva. Tada vam treba guru sa kojim ćete biti bliski i koji će biti sa vama blizak. Vi njemu pripadate i on pripada vama. Pod „vi“ se misli na telo, um, emocije i duh. Vi u celosti pripadate guruu.



sto je vrlo važno da guru bude živ. Ponekad zbog arogancije koju imamo, osećamo odbojnost da nađemo živoga gurua. Mnogi ljudi imaju specifičan psihološki obrazac koji mi nazivamo egom ili individualnošću. Zbog ovoga mi ne želimo da se predamo. Ipak mi živimo u svetu paradoksa. Predajemo se čulima, svetovnim užicima ali kada dođe momenat da se predamo guruu, naša individualnost se ispreči.

Sećam se jednog čoveka koji se bio veoma vezao za jednu ženu. Trošio je mnogo novca na nju. Zapostavio je svoju decu i bacio u očajanje svoju ženu. Jednom smo se sreli u kupeu voza i ja sam počeo da mu pričam o guruu. On je rekao: „Ali ja ne mogu da se odrekнем svoje individualnosti. Ja sam ja.“ Ja sam ga dobro razumeo i rekao sam mu: „Kada je guru u pitanju vi imate individualnost, ali gde vam je ona u odnosu sa onom ženom?“

To je paradoks kod svih nas. Kada pričamo o guruu, svi se plašimo da ćemo izgubiti svoju individualnost. Ali ne plašimo se da je gubimo u ovoj ogromnoj divljini od života. Drugo je prepustiti se guruu. Rezultat prvoga prepuštanja je bol, agonija i frustracija a ishod drugoga je ananda, blaženstvo. Tada počinjete da osećate da vi niste sami. Postoji neko ko vas voli, ne tek

privremeno i prolazno, nego stalno, zauvek. Vi počinjete da osećate da ste on i vi jedno.

Ta spoznaja jedinstva je posledica predaje učenika guruu. Zato, kako bi čela trebalo da se ponaša? Po mom mišljenju postoji samo jedan način na koji čela treba da se ponaša. On treba da živi, da se kreće i da misli u duhu svoga gurua. Znate li kako se kola kreću? Kad god okrenete volan desno, kola idu desno. Ako ga okrenete ulevo, kola će ići levo. Zamislite šta bi bilo kada biste okrenuli volan u desno, a kola krenula da se kreću u levo. Poslali biste odmah kola kod mehaničara jer neto sa njima nije u redu. Tako da kada se učenik kreće u duhu gurua, on se kreće u dobrom pravcu. Ali ako se učenik kreće suprotno od duha gurua, onda mu je potrebno



štelovanje. Zato je neophodno imati gurua i slediti ga. ☸

**Najveći izazov za aspiranta je da stalno drži pod kontrolom svoj ego tako što će uvek biti nevin, jednostavan i istinit.**

*Svami Nirandjan*

# Važnost vere

***Svami Nirandānanda Sarasvati***

*(Yoga Magazine, mesec april, 2005.)*

**K**oje je najveća dobit od ljudskog života? Neki spisi kažu da je dobiti ljudsko obliče najveći dobitak, drugi spisi kažu da je inteligencija ta koja nas čini jedinstvenima u odnosu na druge životne vrste. Postoje razna mišljenja o tome koji je najveće postignuće ljudskog života, a može biti da su sva tačna gledajući iz svog određenog ugla. Međutim, sa druge strane posmatrano najveće postignuće koje neko može imati u životu je vera, jer vera drži um i emocije u ravnoteži. Vera ne dozvoljava čoveku da se oda bilo emotivnom ili intelektualnom bezverju. Ovo je jedna od najvažnijih stavki u vezi sa verom.

Vera je iskonski izraz čovekovog srca. Po rođenju mi funkcionišemo kroz srce, a ne kroz um. Kada započnemo formalno obrazovanje, tada um prevagne i komponenta srca se potisne u drugi plan, tako da tokom života mi funkcionišemo kroz intelekt, kroz logiku. Postavljamo pitanja: "zašto?", "kako?", a sva ta pitanja se tiču intelekta i razumevanja. Međutim, neke stvari ne možemo razumeti, pa čak ni analizirati sposobnošću inteligencije, a to je snaga srca. Srce je uvek u potrazi za podrškom, sigurnošću, saosećanjem, ljubavlju i naklonošću – za svim dobrotama i lepotama u životu. Um može da misli o dobrom stvarima i teži za njima, ali se uvek odvrati od njih. Želja ostaje samo želja, misao

ostaje misao i težnje se nikada ne mogu realizovati.

Pogledajte samo kolika je važnost vere u vašem životu. Postoje različiti mentaliteti, različite samskare, ili utisci, koje određuje svaka civilizacija, svaka grupacija u društvu. Mentalitet svakog društva zavisi od društvene klime. Ako društveno okruženje nema ravnotežu između materijalnog poriva i duhovnih težnji, onda se naša veza sa silama i energijama srca prekida. Kada je veza sa silama srca prekinuta, um se preobrazi i postaje sve grublji, prizemniji, sve više materijalan i senzualan, sve više pun žudnji i želja. Sve te žudnje, želje i ambicije nas navode da ispunjenje tražimo spolja, a kada nismo u stanju da pronađemo zadovoljstvo, sreću i ispunjenost u svetu oko nas, ulazimo u period depresije, period nesigurnosti, period agresivnosti, ili period strahovanja, koji onda ovladaju našim ponašanjem. Naše psihološke i emocionalne neravnoteže prvo naruše porodicu, a potom se i društvo poremeti. Ono što obično sledi je da bismo izbegli to rastrojstvo, postajemo zavisni o nečemu, jer nam to odvrati um od depresije.

Ovde nastupa vera. Vera je svojstvo koje dovodi u ravnotežu psihološke i emocionalne poremećaje ili zbrke. Na primer, postoji velika psihološka razlika između prosjaka i lopova koji

ima nož ili pištolj i hoće da opljačka vaše dragocenosti, koji će vam verovatno nauditi ako budete pružali otpor. Ako prosjak u Indiji ne dobije pet rupija (*indijски ситан новац*, prim. prev.) i ode kući gladan, uveče pred spavanje on će reći, "Bog nije želeo da jedem danas. Prihvatom Božju volju. Možda će sutra biti bolji dan." On će se zadovoljiti sa tim osećanjem u sebi. Vera će mu dati neki mir, utehu, ohrabrenje i sigurnost i svesnost o tome da ga vodi njegov tvorac. Ali za lopova je njegovo lično zadovoljenje važnije od tuđeg života.

Vera je kvalitet koji je ukorenjen u kulturnom mentalitetu, i oduvek je bio tu. Ali kada se logika umeša vera se potiskuje u drugi plan, a čovek postaje sve materijalniji i gubi unutrašnji balans i sklad.

### **Vera i religija**

Mnogi ljudi poistovećuju veru sa religijom, ali veru treba posmatrati na drugi način, jer vera prethodi religiji. Vera je rodila filozofiju AdvaitaVedante, koje se i danas pridržavaju sanjasini u Indiji. Kada smo se prvi put pojavili na planeti, došli smo obdareni verom, a ne razumom. Kada smo bili ogladneli, kako smo znali koje voće da jedemo ili koju životinju da ubijemo da zadovoljmo glad? To se nije desilo usled logičke analize ili intelektualne odluke, već je vera bila ta koja nas je navela da pojedemo nešto o čemu nismo imali nikakva saznanja. Vera je bila ta koja nas je pokrenula da preuzmemos rizik između života i smrti.

Kada su ljudi počeli da se pitaju: "Ko sam ja? Šta je ovo telo? Da li sam sâm u ovom univerzumu?", vera je bila ta koja nas je povezala sa kosmosom, sa univerzumom. Vera

je bila ta koja je omogućila ljudskom biću da vidi iskru božanstva u kamenu, drvetu, reci, planini, u suncu, mesecu i zvezdama.

Religije kao što su japanski šintoizam ili drevna indijska tradicija duboko poštuju prirodu, kreaciju i gaje poštovanje prema božanskom u njoj. Kada opažamo božansku suštinu u svemu - u materijalnim predmetima, u kamenju, drveću, životinjama i ljudima, tada se rađa advaita Vedanta, filozofija koja kaže da je Bog u svemu, da sve postoji u Bogu.

Advaita Vedanta je bila prva filozofija čovečanstva, i nije u pitanju religija. Filozofija advaita Vedante je nastala iz vere u višu realnost, više postojanje i to prethodi svakoj vrsti religioznih verovanja. Pre 2000 godina nije bilo hrišćanstva. Pre 1500 godina nije bilo islama. Koja je bila uloga vere pre nastanka ovih religija? Koja je bila njena uloga pre 10 000 ili 20 000 godina? Vera je bila je neukaljana i čista. Nije imala nikakve veze sa individualnim težnjama da se dosegne transcendentalna stvarnost.

Ova vera, ova veza sa srcem, zamagljena je sa osvitom civilizacije i identifikovanjem sa izvorima komfora i luksusa. Pojavom trendova da prirodu prilagodimo našim potrebama, vera je zasenjena pohlepolom proisteklom iz materijalističkih shvatanja. Pohlepa je rodila ono što možemo nazvati emotivnim neverstvom i intelektualnim neverstvom. To je bio momenat kada smo prekinuli vezu sa srcem. Danas sva iskustva srca koja očekujemo, priželjkujemo i izražavamo nisu čista iskustva srca, ona su uprljana, obojena i uslovljena. Čak

su i saosećanje, vera, verovanje i ljubav uslovljeni. Sve o čemu ljudi brinu su partnerstva i veze, žudnje i želje. U današnjem životu nema mesta za veru; izgubili smo veru u prirodu i u sebe zbog naših gluposti i nedostataka.

Danas povezujemo veru sa religijom, jer kada se mnogo kasnije u istoriji čovečanstva religija pojavila i ustrojila se kroz sekte, tradicije, grupe sledbenika i vernika, tada je duhovna svest izašla iz religije a ostali su samo slepi rituali kojih vernici i sledbenici te religije treba da se pridržavaju. Organizovane religije stvorile su niz disciplina kako bi održale i zadržale kontrolu. Vera je prestala da bude realnost u našim životima.

### Negovanje vere

Negovanje vere je važna komponenta jogičkog i duhovnog života. Patanđali je na početku „Joga Sutri“ uveo koncept verovanja u višu stvarnost, što je pokazatelj da joga može da se dosegne samo kada se vera ponovo uspostavi u životu. Vera čini čoveka kompletnim i ima moć da isčeljuje jer je ona sama suština života. Kao što je danas u našem društvu logika postala suština života, nekada je glavno obeležje ljudskog roda bila vera.

Vera može da se neguje, ne tako što ćemo razmišljati o njoj, čitati razne knjige i menjati svoje stavove i ideje, već tako što ćemo se pridržavati određenih disciplina koje mogu da nam pomognu da uredimo uznemirujuće energije i damo im usmerenje. Iste energije koje trošimo u svakodnevnom životu mogu da se preusmere, bilo da je u pitanju mentalna,

emocionalna ili fizička energija. Ovo je osnovno pravilo u tantru. Tantra kaže da se ništa ne potiskuje, jer što više nešto suzbijamo, ono postaje moćnije. Ovo je takođe trend današnje moderne psihologije.

Ranije su ljudi skrivali svoje negativnosti, a ako bi izbile na površinu pokušali bi da ih potisnu i prikažu svoju dobru stranu. Takva su bila društvena pravila ponašanja. Ako bi dečak zaplakao, roditelji bi rekli: "Zašto plačeš? Dečaci ne plaču." Potiskivanje je postalo društvena etiketa. Tek nedavno su psiholozi, psihanalitičari i psihiyatри rekli da ne treba da suzbijamo negativnosti, već da ih oslobođimo kako bismo uklonili emocionalne blokade. Tantra je uvek govorila da sve treba da oslobođimo, ali to oslobođanje treba da bude kroz proces uzdržavanja. Ako konj galopira punom snagom u jednom pravcu, moraćete da ga preokrenete u drugi pravac postepeno, a ne naglo. Ovo postepeno okretanje vozila u brzini poznato je kao svesnost i uzdržavanje. Dok okrećete pravac trebalo bi da imate punu kontrolu, da budete svesni svega. Ukoliko slepo zaokrenete, ne uzimajući u obzir brzinu, kočnicu, gas, kvačilo i brzine, automobil će se prevrnuti. Dakle, opreznost u delanju je poznato kao uzdržavanje.

### Vera i odnos guru-učenik

Da bi se vera razvila, mora da postoji usmerenje, fokus . Ono treba da bude vođeno od strane nekog sa kim imate vrlo uravnotežen odnos. Pre su ljudi imali veoma uravnotežene i skladne odnose sa guruom, bez očekivanja. Međutim, danas je guru postao deponija za

lične probleme učenika. Većina ljudi projektuje ono što želi na gurua. Imaju stav je da sve dobre stvari proizilaze iz njihovih sopstvenih naporu, a sve što ne valja čini guru kako bi testirao učenika. Niko ne kaže da su se dobre stvari desile zahvaljujući milosti gurua, a loše stvari zbog sopstvenih grešaka. Osnova odnosa guru-učenik treba da bude poverenje, a ne zavisnost, jer guru želi da svaka osoba bude u stanju da sa dostojanstvom i jasnoćom upravlja svojim životom.

Zapitajte se kakav je vaš odnos sa mnom, nakon dugogodišnje povezanosti. Kakav odnos ste stvorili u svom umu? Prijatelj ili vodič, ili guru, ili poznanik, ili ljubavnik ili šta? Razmislite o tome, a onda razmislite da li živite taj odnos. Videćete da to niste učinili do sada zato što vam nije bilo jasno kako da negujete svoj duhovni život, kako da uklopite svoje duhovne stavove.

Razmišljanje o tome kako da gajite saosećanje, ljubav i samlost je sekundarno; prvo mora zemlja da se pripremi pre nego što se poseje seme. Dakle, uprkos dugogodišnjem kontaktu odnos nije jasno identifikovan, jer prvo vam treba jasnoća, viveka, što dovodi do *vairagje*, koja dovodi do uzdržavanja, *sanjam*, kontrolisanog kretanja čula, uma, emocija i osećanja.

### Anušasana

Potrebno je načiniti neophodna prilagođavanja. Ako odlučite da ne jedete čokoladu četiri

meseca, a svake noći idete da spavate u fabrici čokolade, koliko ćete biti u stanju da održite uzdržanost? Morate da promenite lokaciju, u suprotnom će vas miris, izgled i ukus mamiti, a vi ćete se boriti sa sobom. Mora da dođe i do spoljašnjeg prilagođavanja, a to je uvođenje discipline, *anušasane*. Anušasana ne podrazumeva nametnuti sistem ili disciplinu, već je u pitanju fino podešavanje suptilne prirode i ličnosti. Na taj način um se postepeno oslobođi od veze sa „ja“-identifikacijom. Što ste slobodniji od „ja“-identifikacije, sve više vere imate.

Vera će se pojaviti tek kada „ja“ ne bude postojalo. Vera će nestati kada se „ja“ pojavi, zato što „ja“ uvek predstavlja intelekt, logičku dimenziju, a vera predstavlja univerzalnu dimenziju koja povezuje čoveka sa transcendentalnim Sopstvom, bez nametanja bilo kakve religijske ideologije, dogme i rituala. Vera je kada se spontano povežete sa nekim, kada se spontano stalno sećate nekoga.

Majka je uvek svesna kretanja svog deteta. Ona ne sedi po ceo dan zureći u dete da izrazi svoju ljubav i naklonost. Ona je samo uvek spontano svesna svog deteta. To je ta vrsta sećanja koja se uzgaja kao vera u filozofiji advaitaVedante, bazirana na povezanosti individualne duše i transcendentalnog Sopstva. Vera su kapija koja stoji između prostora individualnosti i prostora univerzalnosti. To su vrata koja treba da se otvore. ☸