

## Duchowość – wewnętrzna ścieżka

### Część 1

Na całym świecie istnieje wiele tradycji duchowych obejmujących wiele krajów i należących do różnych wyznań, takich jak hinduizm, chrześcijaństwo, buddyzm, islam, judaizm, sikhizm, dżinizm, zoroastryzm, taoizm i innych.

Widzimy w nich zewnętrzny aspekt rytualny, nauki i doktryny oraz wewnętrzną praktykę duchową. Praktyki duchowe są rozbudowane z uwagi na różne podejście i etapy duchowego rozwoju, na jakich może być aspirant. Czas występowania i miejsce pochodzenia wielu religii wyjaśnia różnorodność, jaką w nich znajdujemy.

Jednak wszystkie religie mówią o tych samych uniwersalnych wartościach. Bhagawan przepięknie oznajmił to w dyskursie wygłoszonym 10 lipca 1996 roku w Prasanthi Nilajam.

**Jakie jest prawdziwe znaczenie religii? Uświadomić sobie to religia. Idźcie za religią miłości. To święta zasada, jakiej uczą wszystkie religie świata.**

**Upaniszady odnoszą się do Boga jako do „Tego, który jaśnieje wielkim blaskiem i jest ponad ciemnością ignorancji”. Oświeceni mędrcy z czasów wedyjskich głosili:**

**„Miałem wizję Najwyższej Istoty, która promienieje blaskiem miliarda słońc i jest ponad ciemnością ignorancji”.**

**Mędrcy ci oświadczyli, że widzieli Boga. Gdzie Go widzieli? Zobaczyli Go ponad ciemnością. Co oznacza ciemność? Ciemność oznacza ignorancję. Mędrcy zobaczyli Go nie w tym materialnym i zewnętrznym świecie, lecz w świecie wewnętrznym, na nieboskłonie własnej wewnętrznej istoty.**

**W każdym człowieku Bóg jaśnieje pełnym blaskiem ponad ciemnością ignorancji. Gdy człowiek prowadzi życie jak istota ludzka i zachowuje się jak istota ludzka, sam może stać się Bogiem. Wówczas stanie się wieczny jak złoto, które nie zmienia się z upływem czasu.**

Każda tradycja mówi o głębokim związku między człowiekiem i Bogiem. Gita głosi: ‘Człowiek jest iskrą boskości’. Biblia powtarza: ‘Człowiek został stworzony na obraz Boga’.

Celem każdego wysiłku duchowego jest uświadomienie sobie, że Bóg jest w nas i że oddzielenie to największa iluzja. Gdy pokonamy ignorancję, urzeczywistnimy wewnętrzny boski blask, który jest istotą podróży duchowej.

W tej serii artykułów postaramy się wydobyć te perły z nauk Bhagawana, które mówią o podstawowej jedności, jakiej wielbiciel doświadcza na spotkaniach ze Swamim lub jaką dostrzegli w podróży duchowej z Sai.

Zamiast zwiększać iluzję oddzielenia, która wiąże nas z tym światem, rozpocznijmy wewnętrzną podróż, która zaprowadzi nas z powrotem do Niego.

## **Dojrzałość duchowa – dostrojenie się do głosu wewnętrznego**

Pani Lyn Kriegler

*Lyn Kriegler urodziła się w Niagara Falls w stanie Nowy Jork. W 1971 roku uzyskała z wyróżnieniem licencjat ze sztuk pięknych i z języka angielskiego na uniwersytecie Virginia Commonwealth University. Po studiach pracowała jako ilustratorka i scenografka. W 1974 roku zamieszkała w Nowej Zelandii, gdzie rozpoczęła pracę w dziedzinie ilustrowania książek, sztuk pięknych i projektowania, specjalizuje się w książkach dla dzieci; wydała ponad 150 tytułów z literatury dziecięcej i zdobyła wiele nagród.*

*W 1990 roku została zaproszona do uczestnictwa w nowozelandzkiej Radzie Pisarzy ds. programu szkolnego (Book Council Writers in Schools Programme); artystka i autorka opowiadań jest często zapraszany gościem w szkołach w całym kraju.*

*Wkrótce po przybyciu do Nowej Zelandii Lyn otrzymała od przedstawiciela wydawnictwa Collins Books kopię Gity Wahini, a wydarzenie to poskutkowało ponad trzydziestoma podrózkami do Prasanthi Nilajam, trzema cennymi interview i licznymi rozmowami ze Swamim w rządach darszanowych.*

*Od 1990 roku Lyn pomaga wielu wielbicielom Sai pisać i publikować książki z osobistymi doświadczeniami, spostrzeżeniami i przemyśleniami. W 1995 roku w prywatnej rozmowie Bhagawan polecił jej założyć Centrum Książki (Book Centre) w Nowej Zelandii, które przekształcono w Bibliotekę Narodową i Centrum Książki Sathya Sai Baby w Auckland, Balmoral Road, Mount Eden. Lyn mieszka i pracuje w swoim domu w miasteczku Karekare Beach, z widokiem na dzikie zachodnie wybrzeża Auckland.*

*W niniejszym artykule, w charakterystycznym dla siebie stylu, Lyn opowiada, jak otrzymała od Bhagawana jedną z najważniejszych nauk, która stanowi podstawę jej podróży duchowej. Przeczytajcie, aby poznać odpowiedź Bhagawana na pytanie nurtujące większość ludzi: „Gdzie jest Bóg?”.*

### **„Bóg nie jest od ciebie ani oddalony ani oddzielony” – Sathya Sai Baba**

24 kwietnia 2011 roku. Jest 5.00 po południu, Niedziela Wielkanocna. O godzinie 6.00 mam wygłosić wykład na temat zmartwychwstania Jezusa dla około 250 wielbicieli zgromadzonych w szkole średniej Mount Roskill Grammar School Hall w Auckland.

Nagle wszyscy patrzą na swoje telefony komórkowe i szepczą, kręcą głowami, zaczynają szlochać. Swami opuścił ciało. Wiadomość rozchodzi się po sali, widzę jak osoby funkcyjne i starsi naradzają się, gdy przychodzi coraz więcej osób.

Ludzie siedzą na swoich miejscach, a przewodniczący podaje oficjalny komunikat. Moje przemówienie zaplanowano po jego wprowadzeniu do programu. Zebrani są w całkowitym szoku – ły, ły, coraz więcej ły.

Kątem oka dostrzegłam, jak idzie do mnie wujek Muru. – Lyn – wyszeptał mi spokojnie do ucha – to czas dojrzałości duchowej.

Mój umysł wrócił do odkrywczego interview z Bhagawanem, które odbyło się w lutym 1997 roku.

### Gdzie jest Bóg?

Gdzie jest Bóg? – rozległ się mocny głos Swamiego. W pokoju interview w Prasanthi Nilajam nastąpiła chwila ciszy. Przyglądałam się jego stopom, spoczywającym na starannej ręcznie wykonanej poduszce, które przypominały otwarte płatki różowego kwiatu lotosu.

Pokój ten właściwie nie miał ozdób i był dość skromny. Jednak w tych ścianach Bhagawan regularnie, czasami bezwzględnie, prostował największe nieporozumienia, jakimi dzieliliśmy się my, wielbicieli. Tym razem jego celem był mój mąż. Swami nie czekał na jego odpowiedź. Zaczął wskazywać na każdego z nas mówiąc: – „Bóg, Bóg, Bóg, Bóg, Bóg, Bóg, Bóg”.

Byłam pogrążona w myślach, bo wcześniej Swami korygował mnie. Była dokładnie 8.00 rano. W całym mandirze rozbrzmiewał śpiew hymnów wedyjskich.

Baba zaczął rozmowę, zadając naszej grupie pytanie: „Czy macie jakieś duchowe pytania?”. Szybko podniosłam rękę.

– Swami, gdy ludzkie ciało jest pokaleczone lub ma rany, ma zdolność samouzdrawienia w większości przypadków, takich jak zadrapania czy rozcięcia. Lecz gdy serce jest złamane, nigdy się nie zagoi. Czy nie nazywamy tego zawodem miłosnym, bólem serca?

Swami powiedział: – Nie rozumiesz, że masz dwa serca. Serce po lewej stronie to pompa. Jego obowiązkiem jest pompowanie krwi. Serce po lewej stronie jest pełne pragnień; pragnienia umiejscowiły się w tkance mięśniowej serca i wywołują u ciebie ból. Zbyt duży ból powoduje problemy z sercem i trudności z krążeniem.

– Na prawo od serca fizycznego znajduje się serce duchowe. Swami wskazał na środek swojej klatki piersiowej około siedem cali wprost pod jabłkiem Adama.

– Serce duchowe jest wielkości atomu. To jedyny punkt pozytywnej energii w ciele. Krew, mózg, skóra, mięśnie, narządy, kości itd. są negatywne, negatywne, negatywne. To wszystko negatywna energia; one nie przetrwają.

Swami pochylił się do przodu, ponownie dotknął środka swojej klatki piersiowej i powiedział: – Świadomość jest Bogiem. Szukaj mnie tutaj. Mieszkam w twoim sercu duchowym. Jestem przed tobą, za tobą, obok ciebie; jestem zawsze dokoła ciebie. Jestem zawsze z tobą.

A więc skąd mam wiedzieć, kiedy jestem blisko Boga? Skąd mam wiedzieć, że Bóg jest blisko mnie? Swami odpowiedział na moje dwa pytania i na jedno dodatkowo – Gdzie jest Bóg?, a jego odpowiedź rozbrzmiała wskazaniem na każdego z nas – Bóg, Bóg, Bóg, Bóg, Bóg, Bóg, Bóg. Przekazał nam boską mądrość.

### Postępowanie zgodnie z zasadami nauki i świętych pism

„Bóg mieszka w twoim sercu. Twoim najwyższym celem jest kraina serca” – pani Mata Betty, wieloletnia wielbicielka Bhagawana, wciąż do tego wracała; był to jej ulubiony temat; nieustannie powoływała się na wiele uznanych źródeł duchowych.

**„W oczyszczonym przez Waju i Agni (oddech i ogień miłości) ciele znajduje się serce duchowe wielkości atomu”.**

– Śrīmad Bhagawatham

**„Nawet ten, którego uważasz za swojego najgorszego wroga, ma takie samo światło w swoim wewnętrznym sercu. Wiedz, że to samo dżjoti (boski płomień), czyli światło, jest wewnątrz nas wszystkich”.**

**– Bhagawan Śri Sathya Sai Baba**

Mata Betty powiedziała: „Wierzę, że w tym atomie światła, w naszym duchowym sercu, jest prawdziwa esencja nas wszystkich i Swamiego – mikrokosmos w makrokosmosie. Być może w duchowym sercu znajduje się też odbicie boskiej istoty, która jest piękna ponad wszelkie wyobrażenia. Pewnego dnia może objawi się w pełni dzięki połączeniu nauki i duchowości”.

Mata kontynuowała:

„Swami powiedział mi: ‘Serce fizyczne jest po lewej stronie. Serce duchowe jest po prawej stronie. Tak więc serce człowieka ma dwie strony – prawą i lewą. Idź tylko prawą stroną, a nie lewą. Oto właściwa ścieżka prowadząca prosto do celu’.

Wypowiedź dr. Daniela Fry’a, opublikowana w marcu 1972 roku w amerykańskim czasopiśmie „Understanding”, jest godna uwagi.

Odnotowano, że niejaki dr Hamish odkrył, że w tylnej części czwartej komory, czyli w przedsiönku serca, istnieje piąta komora, w której znajduje się boski atom.

Dr Hamish stwierdził, że piąta komora to komórka, w której nie ma powietrza i w której utrzymuje się idealna próżnia. Gdy pokazał ją pod mikroskopem, a potem powiększył milion razy, atom ten stał się widoczny. Wyglądał jak dojrzała, bezpłciowa, zupełnie młoda istota ludzka. Pozostawała wolna od wszelkich cech ludzkich. Stała prosto i w ogóle nie dotykała ścian komórki.

Badania Rosjan również potwierdziły jej istnienie. Mata Betty wzięła sobie do serca ten obraz. Wiem, że stale medytowała o swoim sercu duchowym i miała wyraźną wizję tego, jak właściwie ono wygląda i funkcjonuje. Duchowe serce jest znane pod różnymi nazwami w całej historii i wymieniane w wielu świętych pismach jako: święte serce, wiązka życia, złota misa, dżjoti, wiecznie płonący płomień, potrójne światło, światło jaźni, złoty dysk, domek w kształcie kwiatu lotosu i szata Tathagaty. To właśnie tam Mata Betty odnalazła swojego Sai.

*Zespół Radia Sai*

## Część 2

### Jak dojdziemy do Boga?

Gdy 24 kwietnia 2011 roku Swami osiągnął Mahasamadhi, wiele osób poczuło się nagle osamotnionych.

Dokąd poszedł Swami? Dlaczego w ogóle odszedł? Gdzie teraz jest? Kiedy wróci? Czy teraz przyjdzie Prema Sai? Jak mógł pójść gdzie indziej, jeśli mówi, że musimy go szukać w naszym duchowym sercu? Być może kontaktuje się przez kogoś innego! Och, nie, nie, nie... Przyjrzyjmy się temu, co Swami powiedział w tej kwestii.

*„Są też tacy, którzy twierdzą, iż mówię przez nich i odpowiadam na przedstawione przez nich pytania. Ci ludzie muszą być szaleni lub dotknięci histerią, albo opętani przez ducha lub chciwość, skoro w taki sposób chcą zarabiać pieniądze. Mogę wam tylko powiedzieć, że ja przez nich nie przemawiam.*

*Nie potrzebuję mediów; nie potrzebuję zastępców, pomocników ani przedstawicieli. To że rzekomo zawładnąłem tymi ludźmi, że przez nich mówię lub że przez nich obdarzam łaską to przekonanie, którego należy się wstydić. Zastanawiam się, jak ktoś może w to wierzyć? Traktujcie wszystkich tych ludzi i ich przedstawicieli, działających jak pośrednicy tak, jakbyście potraktowali oszustów. Jeśli nie postąpicie z nimi w ten sposób, będziecie współwinni oszustwa”.*

*– Boski dyskurs z 22.11.1970 r.*

Brygadier S. K. Bose, który przez wiele lat kierował budową aszramu, w Traji Brindawan podzielił się ze studentami trzema wielkimi lekcjami, jakich się nauczył przez lata służby dla Bhagawana.

- Gdy będziemy wykonywać naszą pracę z oddaniem, bez odrobiny ego, Bhagawan obdarzy nas pełnym powodzeniem, usuwając wszystkie przeszkody na naszej drodze.
- Swami jest z nami przez cały czas. Nie musimy czekać na określony czas lub miejsce, aby o nim medytować.
- Ponieważ nasze serce jest jego siedzibą, powinniśmy starać się utrzymać je czyste i niewinne, nie pozwalając na to, by dostał się tam brud złych uczuć, takich jak gniew, zazdrość i nienawiść.

Nasze serce jest jego siedzibą. Lecz jak to poczuć? Jak to wygląda? Jak działamy z poziomu serca, słuchając jego doskonałych wskazówek, boskiego głosu Sai – bez zamieszania, bez ciągłego wtrącania się toczącego spory i niestałego umysłu i bez wykształconego i logicznego rozumu próbującego rządzić?

Profesor G. Venkataraman lubił to ilustrować rysując z profilu głowę i tułów człowieka. Później dodawał umysł i serce i łączył je linią. Tłumaczył, że istnieje niewidzialny kanał, który łączy umysł i duchowe serce. Jeśli kanał ten jest czysty i nieskażony, umysł i serce działają w doskonałej harmonii i zgodności.

Profesor ostrzegał, że wzdłuż tego kanału zbierają się także molekuły sadzy lub flegmy, pogarszając proces idealnego podejmowania decyzji. Zbyt wiele pragnień, ego, wasany (skłonności), nadmierna świadomość ciała, niezrozumiałe słowa i idee, fałszywe lub błędne informacje, brak harmonii myśli, słów i czynów, uprzedzenia, szukanie wad u innych, cynizm, nienawiść, obsesja i krótkowzroczność – to wszystko przyczynia się do zbierania się tych mętnych i gęstych osadów.

Moje serce jest jego siedzibą. Jak mogę sprawić, aby stać się częścią tej niezachwianej rzeczywistości? Wszyscy słyszeliśmy, jak mówi się, że Bóg jest miłością.

Większość ludzi pragnie „znaleźć” Boga w ludzkiej postaci, którą mogliby kochać lub wielbić – mistrza, guru, nauczyciela, ukochanego przyjaciela, partnera życiowego, współmałżonka, adoratora czy wielbiciela.

Energia zwana miłością jest tak silna, że dosłownie zapewnia tempo, które powoduje, że ziemia kręci się wokół własnej osi. Miłość to deszcz, słońce, wiatr i chmury. Miłość to siła, która śpiewa i tańczy, wprawia w ruch długopis lub pędzel, zamiata podłogę, sadzi drzewo, tuli dziecko i karmi głodnych.

Dźwięk i słowo płynie z serca duchowego, zasilanego oddechem. Stan serca determinuje szczerłość lub fałszywość uczuć okazywanych drugiej osobie.

Dokładanie wszelkich starań, aby coś zaistniało w naszym życiu. ostatecznie nie zadziała, ponieważ skutki zasila energia, która ma własne cechy i przestrzega konkretnych zasad kosmicznych.

Wiedza o obecności Swamiego w naszym sercu duchowym i o jego naturze zwiększy naszą zdolność do podejmowania właściwych decyzji i wyciągania wniosków w tym życiu, gdyż zawsze, w każdym czasie, w każdej sytuacji, w każdym miejscu i w każdych okolicznościach otrzymujemy wskazówki od Sai.

Jeśli słuchamy jego wewnętrznego głosu, dobiegającego z serca duchowego, to słysząc go zarówno w najgłębszej ciszy jak i na najgłośniejszej ulicy. On zawsze, zawsze, zawsze doradza, mówiąc łagodnie i słodko. Odpowiedź może być natychmiastowa lub może upłynie trochę czasu, zanim usłyszymy ten wewnętrzny głos.

### **Stać się doskonałym narzędziem przez duchowe serce**

Japońskie przysłowie duchowe mówi, że lotos jest jak serce mężczyzny, a jesienne niebo jak serce kobiety (Onma-no kokoro, aki-no sora). Mężczyźni zwykle są bardziej praktyczni i logiczni, a kobiety na ogół są bardziej zmienne. Zastanów się, jak zmienia się światło słoneczne, później chmury, potem znowu słońce, następnie chmury, deszcz, mgła. To takie prawdziwe.

Jednak w głębi serca kobiety są tak naprawdę emocjonalne; jak księżyc, z wieloma codziennymi wzlotami i upadkami, z etapami jasnymi i mrocznymi, przebiegającymi gwałtownie lub spokojnie – chociaż współczesna edukacja i stosunki w pracy narzucają im obowiązek rozwijania i okazywania surowości, aby mogły konkurować z pracującymi mężczyznami.

Niemniej Swami wskazuje, że serca kobiet są delikatniejsze niż serca mężczyzn i że lepiej potrafią odczuwać i okazywać współczucie. Najlepsza jest maksyma Bhagawana, w której mówi on: „Twoje serce musi być miękkie jak masło i twarde jak diament”. Powinno topnieć ze współczucia, ale być dość twarde, aby wytrzymać takie ciosy jak podstęp, oszustwo, ostre słowa i szyderstwa innych, trudności, choroby, zdradę i pokusę czynienia zła.

Stawanie się doskonałym narzędziem zaczyna się od wcześniejszego aktywnego rozpoznawania i pozbywania się swojej jednej złej cechy. Bhagawan zawsze podkreślał, że to jest wszystko, o co nas prosi – „Pozbądźcie się jednej złej cechy”.

W pewnym momencie wielu wielbicieli staje się przytłoczonych jego naukami, czują, że prawdopodobnie nie potrafią żyć zgodnie z jego ideałami. To nie tak. Musimy skoncentrować się na ograniczaniu i eliminowaniu tylko jednej złej cechy. Jeśli nie potrafimy jej rozpoznać, powinniśmy zebrać się na odwagę i zapytać kogoś zaufanego. To takie proste.

Gdy zwalczysz jedną złą cechę, inne powoli opuszczą twoje serce, w którym mieszkały.

Wszystkie skarby, łącznie z obecnością Boga, którego szukamy, naszego ukochanego Sai, którego postać nie jest już widzialna, mieszczą się w naszych sercach, czekając na nas, abyśmy je odkryli, gdy zwrócimy się do wnętrza i przestaniemy biegać za zewnętrznymi mirażami.

*Zespół Radia Sai*

Tłum. Dawid Kozioł (is)  
marzec 2018

Źródło: „Heart to Heart”, vol. 16, issue 1, January 2018

[http://media.radiosai.org/journals/vol\\_16/01JAN18/Spirituality-The-Inward-Path-01.htm](http://media.radiosai.org/journals/vol_16/01JAN18/Spirituality-The-Inward-Path-01.htm)

[http://media.radiosai.org/journals/vol\\_16/01JAN18/Spirituality-The-Inward-Path-02.htm](http://media.radiosai.org/journals/vol_16/01JAN18/Spirituality-The-Inward-Path-02.htm)