



Twoje myśli są odpowiedzialne za twoje szczęście i twój smutek

Dyskurs Bhagawana Śri Sathya Sai Baby wygłoszony 6 lipca 1996 roku
w Sai Kulwant Hall

*Ten, kto żywi złe myśli, będzie smutny.
Ten, kto ma szlachetne myśli, będzie szlachetny.
Tylko ten, kto osiągnie stan bez-myśli, może zdobyć spokój.
Nie zapominaj o tej dobrej radzie.*

Człowiek powinien mieć ludzkie cechy

Twarz jest zwierciadłem umysłu. Wszystkie twoje myśli i uczucia, czy to pozytywne czy negatywne - takie jak szczęście, smutek, niepokój, złość, nienawiść itd. odbijają się na twojej twarzy.

Złe myśli wywołują smutek

Człowiek nie powinien żywić złych myśli, ponieważ prowadzą do smutku. Złe myśli o tym, by krzywdzić czy ranić innych przynoszą więcej szkody temu, kto je żywi niż innym. Jeśli wrzucisz do studni mały kamień, drobne fale jakie on wywoła, rozejdą się po całej powierzchni wody. Podobnie, każda myśl powstająca w twoim umyśle, wytwarza w nim małe fale, które rozchodzą się po całym ciele. Przykładowo, jeśli w twojej głowie powstanie zła myśl, twoje oczy będą widzieć zło, twoje uszy będą słyszeć zło i twój język będzie mówić zło. W konsekwencji, twoje narządy działania, ręce i nogi, będą także czynić zło.

Co jest główną przyczyną smutku człowieka? Otóż nic innego, jak tylko złe myśli. Wszelkie rodzaje nieszczęść dręczą go z powodu złych myśli. Dlatego też, gdy tylko w waszych głowach powstaje jakaś myśl, powinniście sprawdzić czy jest ona dobra czy zła. Jeśli jest zła, trzymajcie ją tak daleko od siebie, jak to tylko jest możliwe. Dobre myśli sprawiają, że człowiek staje się sadhu (szlachetny). Wszystkie dobre myśli, ukierunkowane na dobro innych oraz na pomyślność społeczeństwa, prowadzą ku szlachetności. Słowo sadhu nie mówi o tym, że ktoś nosi pomarańczową szatę. To szlachetne cechy czynią człowieka szlachetnym i świętobliwym. Jak powiedział w Bhagawadgicie Pan Kriszna, Bóg wciela się na ziemi, aby ochraniać prawych i pokonać podłych. Każdy człowiek jest obdarzony cnotami. Aby je zachować, powinniście pielęgnować jedynie dobre myśli.

Gdzie można zdobyć spokój? Nie ma go w świecie zewnętrznym. Nie ma go też w ziemskich przedmiotach ani w doczesnym wykształceniu i dążeniach. Musi przejawiać się z wnętrza. Kiedy można zdobyć pokój? Wyłącznie wtedy, gdy wyciszysz umysł, a wszystkie myśli skupisz na Bogu.

Wszystkie twoje dobre myśli wypływają z serca, które jest ołtarzem Boga. Dobro i zło, jakich doświadczasz w życiu, nie jest tworzone przez innych. To twoje myśli - nic innego - są odpowiedzialne za dobro i zło, którego doświadczasz. Jedynie ktoś, kto jest wolny od wszelkich myśli, może osiągnąć spokój. Dlatego pielęgnujcie wyłącznie dobre myśli i dzięki temu osiągniecie stan bez-myśli. *Jad bhawam tad bhawati* - jakie uczucia, taki skutek. Wszystko jest odbiciem wnętrza.

Rozwijaj dobre myśli

Kiedyś Kriszna postanowił sprawdzić charakter Judhisztiry i Durjodhany. Najpierw przywołał Judhisztirę i powiedział: „Mam zadanie do wykonania. Potrzebuję do tego małego osobę, chodzącą drogami nieprawdy i zła. Czy możesz przyprowadzić kogoś takiego?”. Potem Kriszna wezwał Durjodhanę i powiedział mu: „Durjodhano, trzeba wykonać wielkie zadanie! Potrzeba do niego szlachetnego człowieka, który jest czysty, życzliwy i prawy”. Obaj zgodzili się wykonać zadania przydzielone im przez Krisznę. Judhisztira udał się w jedną stronę, Durjodhana zaś w inną, w poszukiwaniu osób, o jakie poprosił Kriszna. Po pewnym czasie Judhisztira powrócił i najpokorniej powiedział Krisznie: „O Panie, w naszym królestwie nie ma żadnej nikczemnej osoby. Jestem jedynym, który ma podłość w sobie. Proszę wykorzystaj mnie”. Jakiś czas później powrócił również Durjodhana i powiedział Krisznie: „Kriszno, nigdzie w tym królestwie nie uświadczą się całkowicie szlachetnej osoby! Myślę, że jedyną taką osobą jestem ja. Jeśli powiesz mi, jakie to zadanie, na pewno je wykonam”.

W samolubnym spojrzeniu na świat, jakie miał Durjodhana, wszyscy wydawali się nikczemni. Pokornemu Judhisztirze wszyscy wydawali się dobrzy. Wszystko ma dla ciebie taką barwę, jak szkła okularów, które nosisz na nosie. Jeśli twoje poglądy są złe, wszystko wydaje ci się złe. Durjodhana był niestęchaniem podły i małego. Judhisztira natomiast był wzorem cnót - ucieleśnieniem satji i dharmy. Stąd też każdy wydawał mu się szlachetny i dobry. Możemy więc stwierdzić, że zarówno za podłość Durjodhany, jak i za szlachetność Judhisztiry były odpowiedzialne ich myśli. Człowiek uważa pewnych ludzi za podłych, a innych za szlachetnych, na podstawie swoich uczuć. Tak naprawdę, nie ma w zewnętrznym świecie dobrych ani złych ludzi. Cokolwiek widzisz dobrego czy złego na świecie jest jedynie reakcją, odbiciem i oddźwiękiem twoich własnych myśli. Dlatego też to ty - i nikt inny - jesteś odpowiedzialny za wszystko, co dobre i złe. Nawet za swoje dobre czy złe myśli jesteś odpowiedzialny tylko ty i nikt inny.

Twój umysł to kłębek myśli. Wszystkie twoje czyny są kierowane przez twój umysł. To one odpowiadają za twoje szczęście czy smutek i jeśli twoje myśli są dobre, twój umysł również staje się dobry, a kiedy twój umysł jest dobry, twoje postępowanie też jest dobre. Jednak dzisiaj człowiek schodzi na złe drogi. Starożytni mędrcy powiedzieli: *Manah ewa manuszjanam karanam bandhamokszajo* - umysł jest przyczyną zniewolenia i wyzwolenia człowieka. Umysł jest odpowiedzialny za wszystko. Dlatego też, powinieneś przede wszystkim rozwijać dobre myśli. Z powodu niewłaściwego pożywienia, złych nawyków i skłonności, twoje myśli ulegają wypaczeniu. Twoje myśli odpowiadają zarówno za zasługi, jak i za winy. Dlatego, gdy tylko pojawi się w umyśle jakaś myśl, zbadaj, nie spiesząc się: „Czy jest dobra czy zła? Czy jest właściwa czy błędna?”. Pośpiech nie jest dobry. Pośpiech przynosi stratę, strata powoduje zmartwienia, więc nie spiesz się. Powinieneś zawsze być spokojny i opanowany i nigdy nie czynić niczego w pośpiechu. Oto co oznacza cierpliwość. Kiedy pozostajesz spokojny i opanowany, możesz doznawać wszelkich rodzajów szczęścia.

Człowiek jest panem swego przeznaczenia

Twoje przeznaczenie jest związane z tym, na co zasługujesz. Wyjaśniłem już znaczenie adriszty (przeznaczenia). Adriszta jest tym, czego nie da się zobaczyć przy pomocy driszti (fizycznych oczu).

*Zasiejesz myśl, zbierzesz żniwo w postaci skłonności,
zasiejesz skłonności, zbierzesz nawyki,
zasiejesz nawyki, zbierzesz żniwo charakteru,
zasiejesz charakter, zbierzesz przeznaczenie.*

Przeznaczenie zależy od cech charakteru. Twoje cechy zależą od twojego sposobu myślenia. O twoich czynach rozstrzygają twoje myśli, więc odpowiadają też za twe szczęście i smutek. Jakie myśli, taka natura człowieka. Stąd też, nade wszystko powinieneś skierować strumień swoich myśli we właściwą stronę. Ludzie za swoje cierpienie obwiniają innych. Myślicie, że inni są odpowiedzialni za waszą niedolę i nieszczęście. Jest to wielkim błędem. Inni nie są powodem waszego dobrego losu i nieszczęścia. Odpowiedzialne są wasze myśli. Twoje czyny zależą od natury twoich uczuć. Egzamin zdaje się wówczas, gdy podejmie się odpowiedni wysiłek. Brak należytego wysiłku przynosi porażkę. Jeśli wysiłisz się szczerze i z całego serca, z pewnością zdasz. Gdy jednak oblewasz egzamin, winny jest twój niedostaeczny wysiłek. To samo odnosi się do wszystkich dziedzin ludzkich dążeń. Jeśli chcesz odnosić powodzenie we wszystkich swych staraniach, powinieneś rozwijać dobre myśli, pozbawione samolubstwa i interesowności.

Twoje myśli i uczucia powinny odzwierciedlać twoją prawdziwą naturę. Natura ludzka jest określana jako swabhawa. Swa znaczy atma. Stąd na twoją prawdziwą naturę wskazują te uczucia, które są zakorzenione w atmie. Tak samo, swadharna odnosi się do atmy, a paradharma do ciała i zmysłów. Swabhawa oznacza wrodzoną naturę, prabhawa zaś naturę ziemską. Swadharna i swabhawa przejawiają się z hridaji (duchowego serca). Nie da się ich zdobyć z zewnątrz. Serce przepełnione duchowymi uczuciami doświadcza nieskończonej błogości i boskiej ekstazy. To prowadzi do boskiego odurzenia i sprawia, że człowiek zapomina sam o sobie. Dlatego mędrzec Narada powiedział: *Jallabdhwa puman, iccharamo bhawati, trupto bhawati, matto bhawati, atmaramo bhawati* - „Po dotarciu do Tego, człowiek dostępuje całkowitego zadowolenia, spełnienia, ekstazy i błogości”.

Myśli człowieka są odpowiedzialne za wszystko. Powiniście uświadomić sobie: „Ja jestem odpowiedzialny za wszystko, moje myśli są odpowiedzialne - nikt inny nie jest powodem mego szczęścia czy smutku”. Ktoś taki staje się szlachetny i stanowczy. Tylko wtedy może przejawić swą wrodzoną naturę i uzmysłowić sobie, że źródłem wszystkiego jest atma. To siła atmy sprawia, że język mówi, uszy słyszą, a oczy widzą. Kiedy ktoś uświadamia sobie, że źródłem wszystkiego jest atma, osoba ta osiąga stan bez-myśli oraz najwyższego spokoju. Czym jest spokój? Nawet ci ludzie, którzy idą naprzód w życiu, stawiając czoła wszelkiego rodzaju trudnościom i cierpieniom, niekoniecznie doświadczają spokoju. *Sukhadukhe samekruthwa labhalabhau dzajadzajau* - należy zachować równowagę w szczęściu i smutku, zysku i stracie, w zwycięstwie i klęsce. Jedynie ci, co jednakowo podchodzą do szczęścia i do smutku, mogą doznawać spokoju. Zarówno szczęście jak i smutek są tymczasowe i przemijające, jak dzień i noc. I jedno i drugie jest jak chmury przesuwające się po niebie. Żadne z nich nie jest trwałe. Jeśli dziś czujesz szczęście purnimy (dnia pełni księżyca), jutro staniesz twarzą w twarz ze smutkiem amawasji (ciemnej nocy). Obie są przejściowe i nietrwałe.

Dlatego też Pan Kriszna powiedział: *Anitjam asukham lokam imam prapja bhadžaswa mam* - ponieważ ten świat jest tymczasowy i pełen nieszczęść, ciągle rozmyślaj o mnie. Kto na tym świecie zaznaje wiecznej szczęśliwości i trwałej błogości? Nikt. W jednej chwili doznajesz szczęścia, a już w następnej jesteś pogrążony w smutku. Pokój i szczęście muszą być przejawione z wnętrza. Nie można ich zdobyć z zewnątrz.

Każdy pragnie pokoju. Mówi: „Chcę pokoju, chcę pokoju, chcę pokoju”. Kiedy pytam przybywających tu zagranicznych wielbicieli: Czego chcecie?, zwykle odpowiadają: „Ja chcę pokoju”. Ile słów jest w tym zdaniu? Trzy. Jeśli usunie się dwa z nich „Ja” i „chcę”, które oznaczają ego i pragnienie, otrzymuje się czysty pokój. Pokój jest zawsze w tobie, z tobą i wokół ciebie. Nie można dostać pokoju od świata. Tam masz tylko kawałki, kawałki i kawałki! (gra słów w jęz. ang.: peace - pokój, pieces - kawałki). Pokój jest w tobie. Jesteś ucieleśnieniem pokoju. Jesteś ucieleśnieniem prawdy. Jesteś ucieleśnieniem miłości. Jesteś ucieleśnieniem boskości. Możesz doświadczać pokoju jedynie wówczas, gdy uzmysłowisz sobie tę prawdę.

Świat jest przejawieniem kosmicznej świadomości

Człowiek to połączenie ciała, umysłu i atmy. Na tej podstawie mówi się, że nie jest jedną osobą, a trzema: tym, kim myślisz, że jesteś; tym za kogo uważają cię inni i tym, kim jesteś naprawdę. Ten, o kim myślisz jako o sobie, jest związany z twoim ciałem fizycznym. Ten, o którym inni myślą jako o tobie, jest związany z twoim umysłem. Ten, którym naprawdę jesteś, związany jest z atmą. Nie jesteś ciałem ani umysłem. Jesteś ucieleśnieniem atmy. Poprzez samopoświęcenie możesz zdobyć wiedzę o atmie i doświadczać boskiej błogości, która jest twoją prawdziwą swabhawą (wrodzoną istotą). Swa symbolizuje łabędzia (hansę), o którym mówi się, że posiada zdolność oddzielania mleka od wody. Hansa Gajatri, czyli mantra So’ham, daje człowiekowi umiejętność rozróżniania, dzięki której rozróżnia pomiędzy ja a nie-ja. Ty sam jesteś hansą. Kiedy jednak uświadomisz sobie własną, prawdziwą jaźń i rozwiniesz wiedzę, potrzebną do rozróżniania pomiędzy ja, a nie-ja, staniesz się paramahansą (duszą, która uzmysłowiła sobie, kim jest, czyli boskością). Wielu mędrcom nadaje się tytuł paramahansy, ponieważ mają wiedzę potrzebną do rozróżniania pomiędzy ja i nie-ja. Są utwierdzeni w ja i nie mają przywiązania do ciała. Oznaką paramahansy jest rozróżnianie pomiędzy atmą (ja), a anatmą (nie-ja), pomiędzy kszetrą (polem), a kszetradźnią (znawcą tego pola).

Człowiek nie może oddzielić się od świata i przyrody. Powinien jednak próbować stopniowo porzucić fizyczny i ziemski sposób patrzenia na sprawy. Dźagat (świat) jest połączeniem przyrody i Boga. Bóg to przyczyna, świat natomiast jest skutkiem. Samo słowo dźagat oznacza to, co przychodzi i odchodzi. Dźagat jest połączeniem dwóch sylab: dża + gat. „Dża” oznacza przychodzić, a „gat” - iść. Dlatego przychodzi on i odchodzi. Jest jedynie tymczasowy, nie zaś trwały. Nic nie przychodzi trwale, nic nie odchodzi na zawsze. To, co przychodzi, odchodzi i znów powraca. Dlatego jest nazywany mitja (nieprawdziwy). Jakże wiele jest słów takich jak mitja, opisujących nierealną naturę świata. Rzeczą niemożliwą dla człowieka jest wyrzeczenie się świata. Powinien uzmysłowić sobie w nim Boga. Ten świat jest niczym innym, jak przejawem kosmicznej świadomości. Doprawdy, świadomość jest Bogiem. Sumienie człowieka jest przejawem świadomości. To właśnie obecność sumienia sprawia, że człowiek jest świadomy czy przytomny na poziomie fizycznym i doczesnym. Sumienie jest świadkiem a świadomość jest przytomnością. Sumienie, świadomość i przytomność są powiązane ze sobą. Należą do tej samej rodziny.

Odrzuć złe cechy, a przyswajaj dobre

Idziesz na targowisko i kupujesz pomarańczę, płacąc pieniądze. Odrzucasz z niej zewnętrzną skórkę i pestki, a pijesz jedynie sok. Czy dlatego, że zapłaciłeś pieniądze za cały ten owoc, jesz też skórkę oraz pestki? Nie. Jeśli zjesz skórkę i nasiona, twój język zakosztuje cierpkiego smaku. Chociaż zapłaciłeś za cały owoc, wyrzucasz skórkę i pestki, a pijesz jedynie sok. Podobnie w życiu musisz odrzucać te rzeczy, które są szkodliwe, a przyjmować te, które są korzystne. Musisz porzucić złe myśli, złe cechy, złe uczucia i złe czyny, które są jak pestki owocu, które należy wyrzucić. Zatem, co musisz przyjmować i czego doświadczać? Musisz przyjmować wszystko, co słodkie (madhuram). Bóg jest ucieleśnieniem słodczy. Jego mowa jest słodka, Jego spojrzenie jest słodkie; wszystko co się doń odnosi, jest słodkie. Tę słodycz powinieneś wchłaniać. Powinieneś przyjmować wszystko, co dobre i słodkie, odrzucać zaś wszystko, co złe i cierpkie. Co prowadzi człowieka na złą drogę? Jego złe cechy i złe myśli prowadzą go na drogę zła. Gdy jakaś zła myśl powstanie w twoim umyśle, powinieneś przepędzić ją, myśląc: „Złe myśli nie są odpowiednie dla istoty ludzkiej”. Powinieneś przypomnieć sobie: „Jestem człowiekiem, jestem człowiekiem, nie jestem zwierzęciem, nie jestem zwierzęciem”. Istota ludzka powinna mieć ludzkie cechy. Nienawiść, złość, żądza itp. są cechami zwierzęcymi. Powinieneś zbadać: „Jakie są moje naturalne cechy?”. Twoimi naturalnymi cechami są prawda, prawość, miłość, wolność od przemocy, wyrozumiałość i szlachetne postępowanie. Złe myśli nie są naturalne dla człowieka.

Prawdziwą cechą człowieka jest współczucie - powinien żyć, mając współczucie. Pan Rama był uosobieniem współczucia. To właśnie współczucie powiększało jego boską chwałę. Każdy człowiek powinien przyswajać tę cechę współczucia. Kiedy przyswoi sobie takie dobre cechy, nie będzie w nim miejsca dla smutku, ponieważ smutek jest skutkiem jego wad. Nade wszystko napełniaj serce miłością. Jeśli wypełnisz je miłością, z twoich ust będą płynąć jedynie słowa miłości i na każdego będziesz patrzył z miłością. Jaką wodę przechowujesz w zbiorniku wodnym, taka będzie płynąć z kranów. Dlatego

*Rozpoczynaj dzień z miłością,
wypełniaj dzień miłością,
spędzaj dzień z miłością,
zakończ dzień z miłością.
Oto droga do Boga.*

Pielęgnuj miłość w swoim sercu. Człowiek bez miłości jest niczym żywy trup. Powinieneś stać się ucieleśnieniem miłości. Jeśli tylko napełnisz serce miłością, ona zadba o wszystko. Jeśli zasiejesz w ziemi nasiono, wyrośnie ono na drzewo z gałęziami, liśćmi, kwiatami i owocami. Zasiałem tylko jedno, jedyne nasionko. Skąd pojawiły się te gałęzie, liście, kwiaty i owoce? Wszystkie one powstały jedynie z tego nasiona. Podobnie, zasiej nasiono miłości - wyrośnie ono na drzewo miłości. Wówczas wszystkie twoje myśli i całe twe życie będzie wypełnione miłością. Jak powiedział Adi Śankara: „Jest wiele smutków, które dręczą człowieka” –

*Džanma dukham džara dukham,
Džaja dukham punah punah,
Antja kale maha dukham,
Thasmat džagrata džagrata.*

Narodziny są nieszczęściem, wiek starczy jest nieszczęściem,
rodzina jest nieszczęściem, a śmierć jest strasznym nieszczęściem.
Dlatego bądź uważny, bądź uważny!

Ziemskie smutki nie będą was trapić, jeśli schronicie się pod drzewem miłości. Jednak ptaki złych cech mogą czasem przybywać i siedzieć na tym drzewie. Co powinniście robić, żeby odpędzić te ptaki? Jeśli będziecie klaskać w dłonie i śpiewać bhadżany, takie jak Rama, Kriszna, Gowinda, Narajana, ptaki złych cech odlecą.

Bhagawan zakończył swój dyskurs bhadżanem *Hari bhadżana bina sukha śanti nahi*.

Tłum. Grzegorz Leończuk
red. Bogusław Posmyk

Źródło: *Sanathana Sarathi*, kwiecień 2011
(isdk)

Notka redakcyjna:

Niniejszy dyskurs nie występuje w serii *Sathya Sai Speaks*; został opublikowany w *Sanathana Sarathi*, April 2011.