

Doskonała iluzja.

Krótko mówiąc doskonała iluzja polega na tym, że nie można jej odróżnić od rzeczywistości – przysłania rzeczywistość, staje się sama niby „rzeczywistością”. Mamy takie poczucie realności, że trudno nam uwierzyć, że to mogłoby być jedynie naszą fantazją. Jest tak dotykalne, że nawet w myślach nie mamy odwagi poddać tego w wątpliwość.

Może użyjmy jakiejś analogii, czegoś nam znajomego – dla wyjaśnienia o czym mowa. Przyjrzyjmy się przez chwilę manipulacji. Jest doskonała właśnie wtedy, gdy nawet nie zauważasz, że ma miejsce. Wydaje ci się, że podejmujesz wolny i świadomy wybór, i nawet twoje emocje nie dają ci sygnału, że ktoś tobą „zakręcił” i wymusił twoje działania dla własnych korzyści. Konstrukcja jest tak zakamuflowana, precyzyjna, sprytna i doskonała, że nawet jej nie wychwycisz – żyjesz w dobrym nastroju przynajmniej do momentu, gdy „wyjdiesz z transu” i dobry nastój ci przejdzie. Wtedy mówisz: „Ale dałem się naciągnąć. Czy ja nie miałem oczu? Mózg mi się zlasował, czy zawiesił? Jak mogłem nie zauważyć?” i temu podobne słowa. I rzeczywiście nie mogłeś zauważyć, ponieważ niektóre rzeczy widać jedynie „z daleka”, z dystansu. Gdybyś mógł widzieć siebie w tamtej sytuacji z zewnątrz – czyli był w dysocjacji – to natychmiast byś zauważył „przekręt”. Ale manipulacja wciąga cię do samego centrum działań, jesteś zaangażowany emocjonalnie i nie masz potrzebnego dystansu – jesteś w asocjacji – dlatego nie możesz dostrzec. Gdy się budzisz po czasie, a twój umysł zaczyna pracować racjonalnie, zadajesz sobie pytania i stajesz się krytyczny – dopiero wtedy.

Nie chodzi mi teraz tylko o takie drobiazgi jak kupno nowego samochodu, żelazka, „inteligentnego” proszku do prania i tym podobnych drobnostek. Plan jest o wiele szerszy.

Wyobraź to sobie. Jesteś spokojnym człowiekiem, chodzisz sobie na spacer, przybywa ci pieniędzy, jeździsz po świecie, czasem nawet czytasz książki – twoje wymagania wobec pracodawcy lub rządu wzrastają. To nie jest wygodne. Stajesz się silniejszy i trzeba się z twoim zdaniem liczyć – to może komplikować komuś życie. Więc, raptem okazuje się, że kilku bandytów uciekło z więzień i robią złe rzeczy niewinnym ludziom. W ogóle w więzieniach jest cztery razy więcej ludzi, niż miejsc. Telewizja i radio natychmiast to nagłośnią. Policja jest bezradna, bo ma za mały budżet. Jednocześnie dowiadujesz się (przy okazji) o lukach w prawie. Sejm musi pracować więcej, a i tak „pracuje” 24 godziny na dobę. Zastanawiasz się przez chwilę, co oni tam robią, skoro wciąż mamy więcej luk niż całości – ale to tylko chwila, bo myślisz, że i tak nie masz na to wpływu. W międzyczasie nawet nie zauważasz, że coraz rzadziej wychodzisz z domu na ulubione spacer. Wracasz do domu i widzisz po drodze coraz więcej nieletnich, upitych cwaniaczków, których nikt nie śmie zaczepić, a którzy zaczepiają każdego, kogo chcą. Nawet gdy zadzwonisz po policję, to przyjadą zbyt późno – jeśli w ogóle przyjadą. Więc zaczynasz siedzieć w domu coraz częściej. Staje się twoją twierdzą, w której czujesz się w miarę bezpiecznie – a może więzieniem? – mniejsza o to. Pod drzwiami natychmiast znajdujesz ulotki, że możesz przez telefon zamówić pizzę, chińskie zarcie, film z wypożyczalni, a taxi dowiezie ci resztę w każdej chwili. Masz wszystko na przysłowiowe „naciśnięcie guzika”. Dodatkowo pojawił się pan z telewizji kablowej, aby cię poinformować, że możesz sobie wykupić następne 100 kanałów i dostaniesz internet „za darmo”. W internecie już czekają na ciebie sklepy, w których możesz kupić właściwie wszystko i to z dostawą do domu. Jest tego wiele więcej, ale zmierzajmy do podsumowania. Teraz z własnej woli zgodzisz się na dofinansowanie policji i większe pensje dla polityków, bo wierzysz, że to pomoże. Głosujesz za większym własnym bezpieczeństwem. Siedzisz więcej przed ekranem telewizora i robią ci jeszcze większe pranie mózgu, zamiast wyjść przed dom i napawać się słońcem. Kupiłeś dwa nowe zamki do drzwi i jesteś dumny, że najlepsze z reklamowanych. Zaczynasz się bać i żyć coraz bardziej wirtualnie. Nawet nie zauważasz, że ubywa ci pieniędzy na zabezpieczenie się. Nawet nie zauważasz, że twoje życie toczy się pod czyjeś dyktando. Nawet nie zauważasz, jak stajesz się przewidywalny. Oddajesz w sposób bezsensowny coraz więcej z tego, co zarobiłeś i co ciekawe, wydaje ci się, że wszystko jest w porządku. Wydaje ci się, że jesteś wolnym człowiekiem, ponieważ podejmujesz nadal wiele „własnych” decyzji, lecz niestety nie dostrzegasz, że jesteś uwięziony w nierealnym kontekście. To tylko wielkie, „bezgraniczne

więzienie”. Masz poczucie, że taki jest właśnie cały świat. Oto doskonała manipulacja. Przy nowych wyborach prezydenckich masz jedynie nową, wątpliwą coraz bardziej nadzieję, że coś się zmieni. Ale kiedy dowiadujesz się o tym, jakie „numery” (poniżej pasa) robią sobie ci, którzy mają nas „reprezentować” i o nas „dbać” po to, by wygrać, to nie masz wątpliwości, że chodzi im o władzę, a nie Uczciwość lub Dobro. I już wiesz, że oni tego nie zmieniają. Są jeszcze bardziej zaślepieni, niż ty sam – jak mogliby tego dokonać i zmienić, skoro są na to ślepi. To pierwsza możliwość. Drugą jest taka, że celowo i świadomie tworzą i utrzymują tę fikcję, z sobie tylko znanych powodów. Kilku uczciwych, „tam na górze” ma bardzo ciężkie życie. Robią, co mogą, by ludzie się przebudzili i odzyskali świadomość, by zobaczyli, co się naprawdę dzieje – i tylko tyle mogą zrobić – reszta do nas należy.

To tylko przykład. Powiązań jest zdecydowanie więcej, a niektórych nie odkrywamy przez najbliższe 10 lat – ktoś o to zadba. Nie mniej mam nadzieję, że teraz jesteś bliżej zrozumienia tego, co miałem na myśli mówiąc doskonała iluzja.

Oczywiście nie będziemy zajmować się wprost ogólnokrajową lub ogólnoświatową polityką. Nie lubię polityki. Już dawno ktoś powiedział, że „uczciwość jest najlepszą polityką” i w pełni się z nim zgadzam. Problemem jest rozumienie słowa uczciwość. Wielu zna jedynie „uczciwość Kalego”. Prawdziwa uczciwość zaczyna się we wnętrzu i dopiero później może się przejawiać w zewnętrznych działaniach. Najpierw trzeba poznać siebie i swój świat i tam być uczciwym – wobec siebie. To jest najtrudniejsze. Jeżeli nie poznasz siebie, jak chcesz cokolwiek poznać, skoro wszystko poznasz przez pryzmat siebie. Pooglądasz może świat i życie „w lustrze”, ale prawdziwy świat i prawdziwe życie jest w tobie, a nie „w lustrze”. Więc, jak zwykle zajmujemy się własnym życiem – od tego należy zacząć, by mieć wpływ na ogólnoludzkie zjawiska. Świadomość i samoświadomość to jedyna słuszna droga.

Wstęp mamy za sobą, teraz przejdźmy do sedna spraw.

W jaki sposób stwarzamy własną iluzję?

To bardzo ważne pytanie. Jesteśmy tak wytresowani, że nawet nie zauważamy, że to sami robimy. W pierwszym odruchu nie podoba nam się założenie, że to my sami to robimy – nic dziwnego, to jest niepokojące. Niepokojące tym bardziej, że nie mamy świadomości, że tak jest. Przerzucamy odpowiedzialność na innych, to wygodne, ale jest to pierwszy element, który trzyma nas w pułapce. To najgorsze, co możemy uczynić. To najbardziej utrzymuje iluzję, ponieważ nie biorąc odpowiedzialności za swoje sprawy, nie możemy dokonać żadnej zmiany i nadal jest tak, jak jest.

Przyzwyczailiśmy się do takiego stanu rzeczy. Wygodnie nam. Nauczyliśmy się już żyć odruchowo i radzić sobie z sytuacją. Zmiana oznacza nowe wyzwania i nową niepewność. A przecież mamy już tyle spraw, że trudno ogarnąć. I będzie ich coraz więcej. O to chodzi, żeby nam się przestało chcieć. Jakiś zrozpaczony człowiek wymyślił pewne powiedzenie: „Żeby mi się tak chciało, jak mi się nie chce”. Wyraził (chyba zupełnie nieświadomie) wielką mądrość o naszym wewnętrznym stanie. Tak właśnie sami stwarzamy swoją iluzję.

Żyjemy w świecie własnych mentalnych wytworów, żyjemy w świecie wyobrażeń, sen miesza nam się z rzeczywistością. Mniej lub bardziej, ale chorujemy na śpiączkę – niestety tak jest. Wciąż przeżywamy traumy przeszłości lub gonimy za pragnieniami, więc wybiegamy w przyszłość – obu rzeczywistości nie ma – ale tym samym nie jesteśmy świadomi teraźniejszości – czyli jedynego istniejącego czasu. Teraźniejszość znika nam sprzed oczu – przemija. Żyjemy w niej, ale jej nie przeżywamy w sposób świadomy. Jesteśmy uwięzieni w swoich umysłach, które są gdzieś, na bezsensownych, nierzeczywistych „wycieczkach mentalnych” w czasie, którego nie ma. Są w przeszłości lub

przyszłości, a istnieje jedynie terażniejszość. Tu i Teraz jest istnienie, lecz my z niego rezygnujemy na rzecz fikcji. A fikcja tworzy następną fikcję. I tak w kółko.

Kładąc się spać idziemy do pracy następnego dnia. Jedząc myślimy, co mogliśmy powiedzieć inaczej na ważnej rozmowie lub, w jaki sposób poprowadzimy następne spotkanie. Spacerując planujemy biznes lub urlop – to bez znaczenia – nie widzimy drzew wokół siebie, słońca, księżycy, nie mamy świadomości jak nasza stopa dotyka podłoża, jesteśmy wyłączeni i nieczuli. Myślimy, albo raczej myślimy, że myślimy. Tak naprawdę właśnie tworzymy iluzję. Teoretycznie tylko załatwiamy właśnie ważne sprawy – w rzeczywistości marnujemy energię i czas. To oznacza „przeoczyć własne życie”.

Bądź Tu i Teraz – łatwo powiedzieć. Czuj smak potrawy, czuj swoje kroki, zapachy, dotykaj drzew, oglądaj, przeżywaj tę chwilę w pełni – daj sobie odpocząć, zrelaksuj się. Bądź – łatwo powiedzieć, kiedy myśli galopują, jak oszalałe. Jedna następuje po drugiej tak szybko, tak błyskawicznie, tak nachalnie. To kwestia skupienia. Zaprzeżaj działania. Nawet trudno to sobie wyobrazić, jak można nic nie robić, kiedy jest się w pułapce ciągłego załatwiania spraw od wielu lat. To tak, jakby nałogowiec miał sobie wyobrazić, że można inaczej. To na początku jest trudne. Tylko na początku.

Kiedy jesz – jedz tylko, stań się samym procesem jedzenia. Proces jedzenia jest wszystkim, co istnieje w tej chwili. Nie ma przeszłości ani przyszłości – jest Teraz – jedzenie. Nie robisz nic – stałeś się tym działaniem. Totalnie i całkowicie – jakbyś się zapomniał. Miałeś takie doświadczenie wiele razy. Kiedy byłeś w szkole i pisałeś ważny sprawdzian nie czuleś, że coś robisz – byłeś tym, czas zniknął z twojej świadomości. Byłeś pisaniem. Kiedy usłyszałeś „kończymy”, byłeś zaskoczony, że ta chwila już minęła. Z niedowierzaniem spojrzawszy na zegarek. Oczywiście wiem, że dzieciom jest łatwiej. Kiedy patrzysz na zabawę dziecka w piaskownicy, dziwi cię, że może tak nasypywać ten piasek bez końca i wysypywać. „Jak ono się nie znudzi” – myślisz. Ono jest tym nasypywaniem piasku, właśnie w pełni przeżywa swoje życie – jak może mu się znudzić. My dorośli tak niewiele rozumiemy. Między innymi dlatego Jezus powiedział: „Stańcie się jako dzieci”. Dziecko potrafi w sposób naturalny być totalne. Kocha mamę i tatę totalnie, kocha swojego psa totalnie, kocha swoją zabawkę totalnie, kocha swoją zabawę totalnie – nie ma różnicy – jest totalną Miłością. Dziecko oddycha totalnie. Zauważyłeś, jak całe się rozszerza, gdy przeżywa wdech? Ono naprawdę go przeżywa. Dziecko nie oddycha, ono całe jest totalnym oddechem. To my dorośli płytko „łapiemy powietrze”. To my nie potrafimy oddychać. Dziecko płacze totalnie, śmieje się totalnie, gniewa się totalnie, ufa totalnie – dopóki dorośli nie pokażą mu, „jak należy”. Niestety dziecko nie rozumie wielu rzeczy, gdy jest małe i jego totalność powoduje, że wierzy rodzicom również totalnie, dlatego ulega wpływom i totalnie zmienia się w „coś”, czego od niego oczekujemy. Nie jest w stanie pomyśleć, że ktoś robi mu totalną krzywdę. To potrafimy robić totalnie. Oto koszt naszej nieświadomości. W tym kontekście dorosłość można nazwać chorobą. Wyjaśnijmy, dziecko nie staje się „jakiś”, ono jest tą „jakością” totalnie. Dopiero później zaczyna oddzielać „coś” (pozę) od siebie, bo mu jakoś nie wygodnie. Nieświadomie odczuwa, że coś jest nie tak, jednak nie pamięta, że jest to stan wytworzony sztucznie, że naturalne jest co innego. Długo nie wie, o co chodzi. Czasem, jako dorosły człowiek odkrywa to na nowo – czasem. Wróćmy do tematu.

Kiedy spacerujesz i stało się to totalnym doświadczeniem, nie masz celu, nie idziesz gdzieś – po prostu idziesz. Jest tylko proces chodzenia i ty nim jesteś. Samo chodzenie jest celem. To bardzo ciekawe doznanie pełnego wyzwolenia i rozluźnienia. Zpełni brak napięcia. Jeżeli cały czas coś robisz i rozładowujesz swoje napięcia, to kiedy chcesz zacząć po prostu żyć. Wciąż robisz coś, bo należy coś robić, a nie dlatego, by to przeżyć, być tym, zachwycić się, doświadczyć i mieć z tego radość. Kiedy robisz coś „po coś”, to oznacza, że nie czujesz tego, jesteś na wycieczce i nie ma cię w Teraz – nie jesteś tym totalnie – nie przeżywasz życia. Tkwisz w mentalnej iluzji.

Kiedy kochasz się, twoje ciało splata się z ciałem Partnera, twoja dusza z Jego duszą, wasze serca biją jednym rytmem, oddychacie w tym samym tempie – „jakby całym sobą”. Jesteś Obecnością, Przeżyciem, Doznaniem, totalną Bliskością, przepływem Miłości. Jesteś

procesem, nic nie robisz – jesteś tym totalnie. Znów czas przestał istnieć, przeszłość i przyszłość znikły – Jest Teraz i ty nim Jesteś. To jest właśnie totalność istnienia. Czujesz siebie od wewnątrz i o to właśnie chodzi. Nie poznasz siebie od zewnątrz. Masz być w środku – tam Jesteś TY prawdziwy – i ty masz nim być. Nikim innym być nie możesz – więc przestań się starać. Bądź sobą. Jeśli ty nie będziesz sobą, to kto?

Tak właśnie, krok po kroku stwarzamy własną iluzję. Najpierw pomagali nam nasi rodzice, a później musieliśmy sami o siebie zadbać. Ponieważ nie mieliśmy dostępu do innego wzorca, działaliśmy w zgodzie z tym, który uznaliśmy za jedyny możliwy, istniejący lub prawdziwy. Nie miej pretensji do swoich rodziców, są niewinni – ich też tak wychowano. Nawet nie mieli świadomości, że można inaczej. Zresztą spójrz na siebie i pomyśl, czy nie zrobiłeś tego samego ze swoimi dziećmi – być może też jesteś już rodzicem. Zastanów się raczej, co zrobić, by dokonać sensownych zmian i jak tego dokonać, by błąd nie był powielany dalej. Jeśli nie jesteś rodzicem, to ciesz się, że masz inne możliwości i przygotuj się zanim będziesz matką lub ojcem. Ciesz się, że masz świadomość istnienia wyboru. Pomyśl, jak powstrzymać tę zarazę – tak, doszliśmy do największej istniejącej zarazy. Żadna choroba nie jest tak groźna, jak odczłowieczenie człowieka i nieświadoma wegetacja zamiast Świadomego Życia. Zwłaszcza, że nie istnieją nieuleczalne choroby, istnieją jedynie nieuleczalni ludzie.

Co jest sednem iluzji?

Sednem jest zaprzeczanie, jak w każdym nałogu i wierzenie, że samo się zmieni. Jest to jednocześnie przyzwolenie, by było tak, jak jest.

Sednem jest oszukiwanie siebie, że jest dobrze, gdy czujemy, że dobrze nie jest. Nawet nie chce nam się spojrzeć, by sprawdzić – to samo w sobie jest dowodem, że coś nie jest w porządku.

Sednem jest nawykowa i wyuczona powierzchowność. Mamy gotowe odpowiedzi na gotowe pytania od lat. Widzimy, że zmienia się na gorsze, ale dalej stawiamy te same pytania i nawykowo udzielamy tych samych odpowiedzi.

Znane jest wrogiem Nieznanego. Stare jest wrogiem Nowego. Dobre jest wrogiem Lepszego. Nawyk jest wrogiem Świeżości. Przyzwyczajenie jest wrogiem Piękna. Stałość jest wrogiem Życia. Stałość jest następną ułudą, wszystko się zmienia – niezależnie od tego, czy chcemy tego czy nie. Jeśli coś jest naprawdę stałe, to jedynie to, że wszystko się zmienia.

Sednem jest brak decyzji. Decyzja – to początek we wszystkich naszych sprawach. Mówiąc decyzja nie mówimy o zwiewnej myśli, jednej z 90 000 dziennie, które mamy i których nie jesteśmy w stanie spamiętać. Mówiąc o decyzji mówimy o czymś więcej niż o procesie myślowym. To tylko część całości. Decyzja oznacza pełną spójność wewnętrzną. Muszą się spotkać wartości, wierzenia, motywacje, myśli, słowa, działania i emocje. Decyzję trzeba poczuć całym sobą, a nie pomyśleć o niej. Decyzja jest doświadczeniem totalności. Albo cały jesteś decyzją, albo nie ma decyzji w ogóle. Jest mrzonka, następna iluzja, ale nie Decyzja przez duże „D”. Decyzja przez duże „D” jest żywa, jest osobowa – Decyzja = Ja, decyzja = mój proces myślowy. To dwie różne rzeczy. Każdy, kto pali papierosy, a „rzucił je” już kilka razy, podjął decyzję, ale nie podjął Decyzji.

Właśnie sobie uświadomiłem, że sam palę (nawet w tej chwili, gdy piszę) i kilka razy chciałem „przestać” palić. Nie podjąłem Decyzji. Stwarzałem sobie jedynie iluzję decyzji. No właśnie, tak to się dzieje. Przeoczyłem nawet fakt, że przez moment przestałem być obecny, przestałem być procesem pisania. Robiłem dwie rzeczy na raz i nie byłem żadną z nich w pełni. Straciłem chwilę z tego, czym jest Teraz i moje Życie. Czuję się lepiej, że to już wiem. To stwarza mi szansę uczenia się świadomości. To przybliżyło mnie do pełnej obecności. Smutne odkrycie, że to mi wciąż umyka, ale radosne, ponieważ wychwytyując to wracam do Teraz. Im częściej to wychwycę, tym lepiej dla mnie. To jedynie trening. Nie da się tego

nauczyć w głowie. Tego można się nauczyć jedynie w prawdziwym Życiu. To trening świadomości siebie od wewnątrz. To trening obserwowania siebie i poznawanie siebie prawdziwego. Ćwiczę. Siedzę i obserwuję „jakby z zewnątrz” to, co „myśli” mój mózg. O teraz „myśli” to i to. Chce mnie doprowadzić do takich działań, ale skoro to wiem, nie muszę tak postąpić – mogę dokonać wyboru. Mogę zrobić to lub coś zupełnie innego. Najciekawsze, że mimo tego, iż wydaje mi się, że obserwuje „myślenie” mojego mózgu z zewnątrz, właśnie w tej chwili bardzo głęboko doświadczam swego wnętrza, tego kim naprawdę jestem. Właściwie, to doświadczam JESTEM, bez żadnego „kim naprawdę”. Znika utożsamienie się z moimi myślami.

Obserwowanie myśli jest bardzo ważne. Polega na pełnej uważności. Wszystkie wytwory naszego umysłu są równoważne. Wszystkie procesy myślowe mają takie same znaczenie. Nie ma lepszych i gorszych, istotnych i nieistotnych. Dlaczego jest to tak ważne? Ponieważ, gdy obserwujesz swój umysł „jakby z zewnątrz”, przestajesz się z nim utożsamiać. Przestajesz „myśleć”, że nim jesteś. Doświadczasz świadomości, a nie umysłu. Umysł jest czymś spoza ciała. Świadomość jest czymś spoza ciała i spoza umysłu. Umysł to narzędzie, tak samo jak ręka, noga lub cokolwiek. Nie jesteśmy naszymi umysłami, używamy ich tylko. Umysł nie znaczy „Ja”, chociaż tak nam się właśnie wydaje – niestety. Ludzie „bezmyślni” nadal istnieją. Jeżeli komuś zrobili trepanację czaszki i stracił kawałek mózgu, jego umysł nie działa prawidłowo lub w ogóle przestaje działać, ale ten ktoś nadal Kimś Jest. Jest mimo to i ponad to, ponieważ Jest kimś więcej niż jego umysł. Po prostu stracił jedno z narzędzi, którymi dysponował i tyle. W pewnym sensie funkcjonuje tak sam, jak ktoś inny bez nogi lub płuca. Dlatego celem jest poznać paplaninę swojego umysłu – nie oceniać, nie wybierać, nie osądzać – tylko być świadomym jego działań. Wtedy stajesz się świadomością i nie jesteś już utożsamiony ze swoim umysłem.

Właśnie przed chwilą poszedłem do kuchni, by nalać sobie soku z większego naczynia do mniejszego. Chciałem poczuć jak idę i okazało się, że znów zaczynam się zastanawiać, jak to zrobić. Więc pomyślałem: „kiedy będę nalewał, skupię się jedynie na tej czynności”. Obserwowałem sam siebie i raptem w którymś momencie zauważam nadchodzącą myśl, co poświnieniem napisać w następnym akapicie. Patrzyłem spokojnie jak ta myśl mija, swobodnie i bez nacisku. „Nalewam sok” – to wszystko. Czuję zapach i smak, słyszę ten dźwięk – napawam się tym. Jestem tylko tym. Myśl odeszła, a ja wróciłem do komputera i piszę – nie muszę myśleć – jestem pisaniem. Słowa same zadbają o siebie i dobrą kolejność, gdy będę obecny.

Teraz będę palił papierosa i tylko to – trenuję. Słyszę skwierczenie zapalanego tytoniu i widzę płomień przed sobą. Obserwuję dym, który się unosi. Wdycham i wydycham – jestem tym procesem. Papieros ma smak – niesamowite. Ależ ta chwila długa, jaka piękna i beztroska sama w sobie. Jest wszystkim, co jest Teraz i czuję jak upływa. Myśli znikły. Jestem. Słyszę małą „pyk”, gdy spada popiół do popielniczki. Niesamowite. Zachwycające. Pełna Obecność. Świadomość chwili. Czuję ciepło tuż przy ustach. Skończone. Czuję w palcach, jak naciskam by ugasić żar. Widzę przez moment napis na papierosie. Teraz dopiero pierwsza myśl: „Ciekawe, jaka myśl przyjdzie mi do głowy, jako pierwsza”. Jestem oczekiwaniem – to piękne.

Sednem jest brak zgody na to, co jest. Nasze oczekiwania są przyczyną naszej gonitwy i niezadowolenia. Wydaje się nam, że gdy osiągniemy to lub tamto, to się skończy. Ale jakoś nic na to nie wskazuje. Im więcej osiągam, tym więcej oczekuję. To pokarm mojej iluzji. A dodatkowo wiele naszych pragnień rozbudza się zupełnie celowo. Wzorce telewizyjne, radiowe. Wmawia się nam, że musimy to mieć – każdy szanujący się obywatel to ma. Jakże mielibyśmy pozwolić, by uważano nas za tych, co to się nie szanują. Więc znów przestajemy się cieszyć tym, co mamy, ponieważ wciąż czegoś chcemy i nie mamy. Każde nasze pragnienie rozbudowuje naszą istniejącą już iluzję lub stwarza zupełnie nowe wątki. Podlegamy modom i chcemy je doścignąć. Komputer z nowym typem ekranu, telefon z aparatem cyfrowym, maść na cellulitis, krem na zmarszczki, limitowane serie czegoś tam,

aby się wyróżnić, aby się upiększyć. Jedno wielkie uzależnienie – jedna wielka iluzja. Pragniemy być mądrzejsi, szczuplejsi, weselsi, jacyś tam – inni niż teraz jesteśmy. Nawet jeżeli chcemy zaprzestać pragnień, tworzymy iluzję – może nawet największą ze wszystkich. A wyjście jest jedno. Zaakceptować siebie takim, jakim się jest – tak po prostu – z pragnieniami tej chwili i ich świadomością, lub z brakiem pragnień w tej chwili i świadomością ich braku.

Druga kwestia dotyczy tego, że nie zgadzamy się z tym, że jest tak, jak jest. Chcemy na siłę udowodnić sobie, że funkcjonujemy poza iluzją. Poszukujemy dowodów swej wolności. Problem polega na tym, że dowodów potrzebują niepewni. Mnożą je dla samych siebie, choć wydaje się im, że robią to dla innych. Ale, co komu do moich powodów – on ma swoje, jeśli nawet ich potrzebuje. Człowiek pewny, spokojny, wolny czuje to i nie musi nikomu nic udowadniać. Jest poza taką kwestią. Rozumie, że gdy zacznie, to jego pewność, spokój i wolność się skończą – ma świadomość. Jest tym i to wszystko. Człowiek świadomy zna swoje iluzje i to go jedynie odróżnia od człowieka nieświadomego, który będąc w iluzji, zupełnie tego nie dostrzega.

Sednem jest zgoda. Wiem, po poprzednim akapicie to trochę dziwnie brzmi, ale tak jest i ma to swoje specyficzne znaczenie. Zgadzamy się, aby „ktoś” zarządzał naszymi sprawami. Czasem wydaje się, że tak jest wygodniej, ponieważ można zawsze na kogoś cedować odpowiedzialność za takie swoje życie. Z drugiej strony to nic nie zmienia. Co z tego, że ktoś za to odpowiada, skoro je żyję nadal tak, jak żyję, a nie chcę tak żyć. Zostaje jedynie narzekać, bez końca czekając na cud – chcesz cudu, zrób coś. Bądźmy szczerzy – nasze życie to nasza odpowiedzialność nasze iluzje o życiu, to również nasza odpowiedzialność. Oczywiście najpierw trzeba być świadomym, by przejąć odpowiedzialność. Jak w ogóle można wymagać od człowieka nieświadomego, aby za cokolwiek odpowiadał. Ale teraz już masz tego świadomość, więc problemu nie ma. Jest potrzeba przejęcia odpowiedzialności – i teraz jest to możliwe. Pamiętaj o Decyzji prze duże „D”.

Do świadomości zaraz dojdziemy, ale najpierw jeszcze kilka zdań o zgodzie. Zgadzamy się na wiele rzeczy, na o wiele więcej, niż nam się w pierwszej chwili może wydawać. Zgadzamy się na takich polityków - sami ich wybieramy, zgadzamy się na okradanie nas, zgadzamy się na manipulowanie nami, zgadzamy się na podatki, zgadzamy się na wymysły szefa w pracy, zgadzamy się na durnowate i bezsensowne seriale tasiemce w telewizji, zgadzamy się na przemoc w bajkach dla dzieci, zgadzamy się na niską jakość produktów. W jaki sposób? To bardzo proste. Włączając telewizor, kupując dziecku grę komputerową pełną przemocy, kupując pod wpływem reklamy, a nie z prawdziwej potrzeby, milcząc na spotkaniu pracowniczym.

Twój brak odpowiedniej reakcji jest twoją zgodą. Ktoś powie: „Jak to, przecież nic nie zrobiłem”. No właśnie zrobiłeś to, że nic nie zrobiłeś – to jest wyraz twojej zgody. To dziwnie brzmi, ale niejednokrotnie słyszałem słowa ludzi, którzy mówili: „Skoro się nie odezwałeś, to myślałem, że się zgadzasz. Czemu tak postąpiłeś? Czemu to zrobiłeś.?” Więc z jego strony jednak coś zrobiłeś. Ach ta względność świata. Więc podsumowując najprościej: Jeżeli się nie sprzeciwiasz, to znaczy, że się zgadzasz.

Na życie w iluzji również się zgadzasz. Teraz. W każdej chwili. Oczywiście twoja decyzja o zmianie i przejęciu odpowiedzialności za swoje życie nie zmieni całego świata, ale zmieni Cały Twój Świat – bowiem Żyjesz w Swoim Prywatnym Wszechświecie. I im więcej ludzi zmieni Swoją Prywatny Świat, tym szybciej zmieni się Świat – to jedyna droga. Żyj w ramach swojego wpływu, ale Żyj Prawdziwie. W Prawdziwym Życiu cała nadzieja Świata.

Sednem jest nieświadomość. Co nazywamy nieświadomym? Wszystko, o czym nie wiemy, czyli to, czego nie jesteśmy świadomi. Lecz, czy to oznacza, że jest to nieświadome? Może tylko, że dla nas jest to nieświadome w tej chwili. Dla innych to może być zupełnie świadome. Więc czy w ogóle istnieje nieświadomość? Może jest tylko węższa lub szersza świadomość? Może jedni są świadomi tego, a inni czegoś innego? Gdybyśmy siedli w jednym miejscu i czasie i się podzielili ze sobą tym wszystkim, czego jesteśmy jednostkowo świadomi, to by się okazało, że jest tego całkiem sporo. Może nie wiedzielibyśmy wielu

rzeczy, ale to nie znaczy, że to jest nieświadome, to oznaczałoby jedynie, że jest to jeszcze poza naszą świadomością. Oczywiście, czym innym jest nieświadomość indywidualna i nieświadomość zbiorowa. Bóg nam narzędzi, by je poznać. Znane jest świadome – proste. Coś było nieświadome dopóty, dopóki o tym nie wiedzieliśmy, ale gdy wiemy, jest już świadome. Iluzji też nie jesteśmy świadomi, dopóki nie zdamy sobie z niej sprawy. Później jest już świadomym doświadczeniem. Świat nie zniknie nagle, nie ma obawy. Nasza świadomość spowoduje jedynie, że będziemy doświadczać życia w nowy sposób – że w ogóle doświadczymy Życia. Dla nas iluzja przestanie istnieć – to jest ważne. Kiedy załapiesz, możesz zachęcać innych, zapraszać ich, wyjaśniać, ale i tak nie możesz tego dokonać za kogoś. Nie możesz go uświadomić – każdy sam musi tego dokonać. Świadomości nie można przekazać, trzeba jej doświadczyć. Wiedzę można przekazać, ale nie poznanie. Poznanie jest procesem wewnętrznym i indywidualnym – zawsze.

Sednem jest lęk. Lęk ma wiele „twarzy”. Napięcie, wstyd, zazdrość, opór, nacisk, złość, gniew, nienawiść – to wszystko lęk.

Lękamy się wielu rzeczy. Chcemy je ukryć lub zepchnąć, a to powoduje coraz więcej naszych problemów. Dla wyjaśnienia lęk i obawa są tym samym. Ich domem i powodem jest wyobraźnia. Czym innym jest strach. Gdy mówisz boję się mamy do czynienia z reakcją organizmu na realne zagrożenie. Nie wolno mieszać pojęć. Strach jest dobrą i pożądaną reakcją. Ma cię chronić. Przeżywasz strach, włącza się mechanizm fizjologiczny – ucieczka lub walka – inaczej mówiąc działanie. Gdy przeżywasz lęk, obawę, wręcz przeciwnie – zaprzestajesz działania w oparciu o wyobrażenia. To dwie różne kwestie.

Więc teraz o lękach, a nie o strachu.

Lękamy się, że nas wyśmieją, ocenią, skrytykują, zaszufadkują, itp. Generalnie największe, a właściwie jedyne lęki przeżywamy w swoim wnętrzu. Tam odbywają się rzeczy najistotniejsze. Oduczyliśmy się mówić o tym, dzielić się tym lub choćby mieć z tym kontakt. Nie wiemy, co z tym zrobić. Wytresowano nas do udawania, że jest OK. To następna niezdrowa moda – uśmiechnięta twarz na zewnątrz, a mętlik wewnątrz. Bądź zawsze zadowolony, udawaj nawet wtedy, gdy czujesz, że coś nie gra. W domu się tym zajmiesz. Tu jesteś w pracy. Tak, jakbyś mógł przestać w pracy być człowiekiem. Zmieniają nas w maszyny, bo maszynę można naoliwić, włączyć lub wyłączyć, kiedy się chce. Smutne. To dopiero iluzja – masowa iluzja. Lękasz się pokazać, że czujesz, lękasz się lży w oku, ponieważ wyobrażasz sobie, że cię zaraz zwolnią za niedojrzałość emocjonalną.

Nedojrzałość emocjonalna polega na tym, że żyjesz w wewnętrznym kłamstwie, że udajesz, że brak ci odwagi, że zabijasz swoje człowieczeństwo, że niszczysz siebie i innych przez znowę milczenia, że marnujesz swoje życie dla kilku groszy – to jest niedojrzałość emocjonalna. Podobnie niedojrzałością emocjonalną jest znęcanie się nad innymi, nieludzkie wymogi, wyżywanie się na innych z jakiegokolwiek powodu. Nie ma znaczenia czy jesteś szefem, pracownikiem, czy klientem. Jeżeli idziesz do pracy po coś innego, niż aby wykonać swoje zadania szczerze i indywidualnym zaangażowaniem pełnym szacunku, to jesteś niedojrzały emocjonalnie. Jeżeli załatwiasz swoje pokrętne wewnętrzne interesy, dostarczasz sobie poczucia władzy używając innych ludzi, to jesteś niedojrzały emocjonalnie, jeżeli udajesz zmęczonego, chorego lub bezradnego, by wzbudzić czyjąś litość, to manipulujesz w ten sposób i to oznacza, że jesteś niedojrzały emocjonalnie. Jeżeli idziesz do sklepu po to, by wydzierać się na sprzedawczynię, wyładować swoje napięcia, obrażać innych, pomiatać kimś, i dzięki temu „lepiej się poczuć”, a nie po to, by po prostu kupić przysłowiowe „masło”, to jesteś niedojrzały emocjonalnie. Owszem, dojrzałość emocjonalna wyraża się na zewnątrz, poznajemy ją w działaniach, lecz ma miejsce jedynie wtedy, gdy mamy jednocześnie głębokie poczucie szacunku, miłości, dobra, równowagi, spokoju, wolności i odpowiedzialności. Musi istnieć przepływ i wzajemne zrozumienie. Jeżeli ich nie ma, to nie ma dojrzałości emocjonalnej, jest tylko mowa o dojrzałości. Słowa nie są tym samym, czym jest doświadczenie tego, co te słowa wyrażają. Słowa to iluzja.

Lękamy się zajrzeć pod spód, pod gładkie słowa. Lękamy się popatrzeć krytycznie na siebie samego, na swoje życie, na swoje relacje. Boimy się tego, co możemy zobaczyć. Lecz nie ma

innej drogi. Chyba, że komuś odpowiada iluzja – to jest ta inna droga. Można zanurzyć się w bezimiennej masie i tak trwać w udawaniu. Tak, jest to udawanie, dopóki nie sprawdzisz. Chyba, że już sprawdziłeś i odczuwasz, przeżywasz pełny spokój. Zauważ, że napisałem „odczuwasz, przeżywasz”. Oznacza to, że go przeżywasz w pełni i jesteś tego świadomy, że jesteś spokojem. Nie oznacza, że myślisz, że masz spokój – czujesz spokój. Każda część ciebie jest szczęśliwa. Widzisz się od wewnątrz i to ci się podoba. Czujesz się od wewnątrz i jest to całkowicie spójne. Nie pojawia się nawet myśl, że coś wymaga zmiany. Masz taki stan? Jeśli tak, to bardzo dobrze. Ja jeszcze nie mam takiego stanu. Wciąż jeszcze doświadczam lęku i dyskomfortu w niektórych sytuacjach i okolicznościach. Wyłapuję te momenty i nawet czasem sam się dziwię, ale wiem, że tak właśnie jest. Uczę się akceptacji zamiast zaprzeczania – to początek, by dokonać zmiany w tych sprawach. Czasem jest to rzeczywiście trudne.

Lękamy się nawet samego lęku, który mógłby się pojawić, gdy zajrzemy w głąb, choć nie wiemy, czy się rzeczywiście pojawi. Lękamy się to sprawdzić. Lękamy się lez. Lękamy się ciszy. Lękamy się samych siebie. Lękamy się samotności. Nie mówię, że ktoś nas może zostawić – to jest lęk przed osamotnieniem. Samotność jest byciem samemu ze sobą – tego właśnie boimy się najbardziej. Najciekawsze jest to, że tej ścieżki nie można uniknąć, nie można jej nie przejść, nie można jej scedować na kogokolwiek. Każdy sam na niej jest – chce czy nie chce. najpóźniej w chwili śmierci ciała tego doświadczy. To mówi nam coś o naszej świadomości i o iluzji, w której tkwimy.

Lękamy się śmierci. Nie będę teraz zbyt wiele o tym pisał, ale nadmienię, że jest to jeden z podstawowych sygnałów życia w iluzji. Jeżeli lękasz się śmierci, to znaczy, że nie doświadczasz życia w pełni, że nie jesteś wolny, że nie dotarłeś do sedna. Życie jest wiecznym i nieskończonym procesem, w którym bierzesz udział – teraz w ciele, później w inny wymiarze. Jeżeli tego nie jesteś w stanie pojąć, to nikt nie szanse na wyrwanie się z iluzji. Właściwie tylko to ci pozostaje, by wierzyć, że to jest prawdziwa rzeczywistość – i musisz jakoś sobie poradzić z oczywistym bezsens. Bezsens polega na tym, że musisz zaakceptować fakt, że urodziłeś się po to, by się narobić, naciерpieć, nachapać, nacokolwiek, a potem umrzeć – ot tak. Koniec! Zupełny bezsens. Jakiś tragiczny żart nieznanym mocy – wierzysz, że tak jest? Jeśli w to wierzysz, to oznacza, że tkwisz w jednej, wielkiej, kosmicznej iluzji. Jeżeli jednak nie wierzysz, to może zaczynasz się budzić lub się już przebudziłeś. To dobrze – szkoda byłoby przespać Piękno, jakim jest Życie. Tak, jest piękne – nie „jakieś”, jakim jest lub być powinno – jest piękne ponad to, Piękne jako sam proces, samo Życie. Jesteś częścią Życia. Manifestuje się przez Ciebie i przeze mnie, przez każdego człowieka i każde stworzenie, kamień, kwiat, gwiazdy, słońca, księżycy, wiatr, ruch, bezruch, zapach, dźwięk, ciszę. Jesteśmy Życiem. Jesteśmy Jednością. Piękne. To jest Rzeczywiste.

Sednem jest poczucie realności. To duży próg. Przecież możesz wszystkiego dotknąć. Pytanie: czy wszystkiego? Możesz wszystko widzieć. Pytanie: czy wszystko? Możesz wszystko poczuć. Pytanie: czy wszystko? Okazuje się, że więcej nie czujemy, niż czujemy, więcej nie widzimy, niż widzimy, więcej nas omija, niż nam się wydaje.

Nasze oczy, uszy, choć same w sobie są doskonałymi narzędziami, to jednak są bardzo niedoskonałe. Nie widzimy w sposób naturalny tego, co widzimy dzięki mikroskopom, teleskopom. Nie widzimy ogromnego przedziału promieni nazwanych lub jeszcze nie. Nasze uszy podobnie, słyszą jedynie mały wycinek zakresu możliwych fal dźwiękowych. Nasz mózg pracuje na „pół gwizdka”, a nam się wydaje, że postrzegamy rzeczywistość. Postrzegamy jedynie mały wycinek rzeczywistości, ten najbardziej fizyczny, gęsty. Ale to nie oznacza, że nic więcej nie ma. Kiedy boli cię głowa, a ktoś przyłoży ci dłoń lub choćby pomyśli o niej i przestaje, mówisz, że to nierzeczywiste. A ja ci mówię, że to nierzeczywiste dla ciebie. Nie widzisz promieni światła, nie czujesz energii, która płynie wielkim strumieniem do ciebie, ale to tylko znaczy, że nie widzisz. Czasem poczujesz ciepło lub mrowienie i natychmiast potrzebujesz zracjonalizować, żeby twój świat się nie rozsypał. Problem zaczyna się, gdy dotkniesz tej dłoni i okazuje się, że jest chłodna. Jak chcesz to

wyjaśnić? Mniejsza z tym. Nie musisz wyjaśniać – na pewno nie mnie. Mój świat jest pełen dziwnych zjawisk. Być może co innego jest dla nas realne.

Nasze zmysły są doskonale nie dlatego, że wszystko możemy widzieć, słyszeć lub czuć. Są doskonale z innego powodu. Chodzi bowiem o to, że możemy zobaczyć to, co jest najważniejsze i usłyszeć i poczuć. Żaden super sprzęt tego akurat nie potrafi. Cuda techniki, które stwarzamy mają nam jedynie pomóc, ale nie mogą zastąpić tego, co w nas niepowtarzalne i doskonale. Żadna maszyna nie wyświetli twoich emocji, nie nazwie ich, nie określi ich znaczenia. Jedynie ty sam masz taką możliwość wglądu. To niesamowity dar. Masz to w mgnieniu oka – wystarczy, że się na tym skupisz i już wiesz. Masz w swoim wnętrzu skarby, najcenniejsze cuda, nieomyłne drogowskazy. To jest Rzeczywiste.

Aż dziwne, jak wielu ludzi nie uświadamia sobie tego i wybiera zewnętrzną „realną” iluzję. Dziwne? A może raczej smutne i tragiczne. Tak, niepojęte, smutne i tragiczne.

Sednem jest niepoliczalna ilość powiązań i pasowanie. Gdziekolwiek spojrzysz, odnosisz wrażenie, że wszystko do siebie pasuje. Miliony powiązań i wszystkie idealnie pasują do siebie. I masz rację – pasują – to części składowe tej samej bajki. Muszą pasować. Gdyby nie pasowały, to komu by się udało utrzymać cię w tym niby „realnym świecie – więzieniu”. Nie zgodziłbyś się na życie w więzieniu, a tak sam na własną prośbę w nim tkwisz. Nie tylko nie trzeba cię pilnować, ale nawet trudno cię z tamtą „wyrwać”, gdy to możliwe. Sam oponujesz, sam dbasz by nie przekroczyć „granicy bezpieczeństwa”, sam jesteś strażnikiem samego siebie w więzieniu w którym tkwisz. Nie dowierzasz niczym słowom – masz rację – po prostu sam się przekonaj. To jest siła poznania.

Powiesz, że wydziwiam, że to iluzja. Tak! Masz rację, tym właśnie to jest. To jest doskonała iluzja. Doskonała iluzja wolności. Kiedyś użyłem takiego przykładu. Zyszesz w stupiętrowym budynku. Masz wszystko, czego ci trzeba. Jest dostępne. Możesz podróżować po każdym piętrze. Żyć jak chcesz i gdzie chcesz. Możesz się przeprowadzić i zmienić pracę. Ważne jest tylko jedno. Ważne, abyś nie wyszedł z tego budynku i wierzył, że jest wszystkim, co jest. Za oknem wiszą „plachty z krajobrazem” (jak w filmie „Seksmisja”), a tobie się wydaje, że to prawdziwy świat. Stań się Albercikiem, może zobaczysz „bociana”. A jak nie, to zwiedzaj „martwe piętra” i wierz w co tylko chcesz – to i tak nie będzie miało większego znaczenia. Znaczenie mają jedynie kluczowe wybory, a nie drobnostki. Kluczowy wybór dotyczy tego czy być w „wieżowcu”, czy poza nim, a nie tego, co pomyślisz żyjąc na którymkolwiek piętrze. To iluzoryczny wybór – w iluzji wszystko jest iluzoryczne.

Wróćmy jeszcze na chwilę do poprzedniego akapitu, do powiązań i pasowania. Oczywiście pasuje dopóty, dopóki nie jesteś wnikliwy. Jeżeli zaczniesz poszukiwać, pytać, szukać i spojrzysz na to wszystko krytycznie, to się okaże, że sporo nie pasuje. Okaże się, że kawał wiedzy się przed tobą ukrywa, a rozpowszechnia się tylko tę, która trzyma cię w iluzji. Nie będę wymieniał, jest tego zbyt wiele. Jeśli jesteś ciekaw wejdź do księgarni i poszukaj. „Wali po oczach” – wielka mnogość nowej wiedzy – odkrycia geologów, znawców starożytnych kultur, historyków, biologów, religioznawców, mnichów, fizyków kwantowych, lingwistów i wielu, wielu innych świadomych ludzi (oni już dawno wyprowadzili się z „wieżowca”). Zaczynaj czytać. Nie oczekuj, że powiedzą o tym w telewizji. Telewizja nie pracuje na twoją świadomość, ale na to, byś się głupio śmiał lub bardziej bał i siedział grzecznie w „wieżowcu”. Nawet jeżeli powiedzą, to i tak niewiele lub nie o tej godzinie, o które należy i nie w taki sposób, żebyś mógł uwierzyć. Najpewniej pokażą kogoś jako trochę szurniętego lub nawiedzzonego, którego „pogięło” i zrobią troszkę sensacji. Zrobią to tak, by pogłaskać „racjonalnych” lub użyją innych, temu podobnych chwytów.

„Wieżowiec” potrzebuje ciebie, twojej energii i kasy, twojej pracy i obecności, by na najwyższych piętrach, paru „wielkich” siedziało w apartamentach i cieszyło się życiem, gdy już tobą pozarządzają. Oni też są w pułapce, ale im wyższe piętro, tym trudniej załapać. Człowiekowi się wydaje, że ma więcej do stracenia, gdy jest wyżej, ale to kolejna iluzja. Tam są tylko większe „koryta”, ale to nadal cudze koryta. Sam fakt, że jesteś w tym „wieżowcu” jest pułapką. Nie ważne, niżej czy wyżej – jesteś w nim. Niektórzy mieszkają poza „wieżowcem”, to ci, którzy kręcą wszystkim – do nich należy dach, a na dachu mają

lądowiska dla swoich samolotów, helikopterów – wszystko jedno, to tylko przenośnia. Wielu z nich ma własne więzienia, jeszcze bardziej ekskluzywne – na własnej posiadłości. Wyjdźmy z tej przenośni. Kto miał załapać, to już załapał, a kto nie, to nie.

W jaki sposób wyjść poza iluzję?

Podjmij Decyzję!

Bądź Tu i Teraz.

Ćwicz samoświadomość i bądź świadomy nade wszystko. Zauważ, że sam stworzyłeś własną iluzję i poznaj, jak tego dokonałeś. Zauważ, jak nadal to robisz. To cenna wiedza. Może cię wyzwolić, a na pewno bardzo pomóc.

Uwierz, że jest coś więcej, niż to czego teraz jesteś świadomy – to ci pomoże zachować rzeźkość, świeżość i ciekawość.

Zdobywaj wiedzę, ale nie poprzestawaj na tym. Przede wszystkim skup się na poznaniu. Nic go nie zastąpi. Wiedzę możesz otrzymać od innych, ale poznanie może być jedynie twoje własne.

Zaufaj iskrze Prawdy w Tobie. Nie zastanawiałbyś się nawet, czy coś zrobić, gdyby jej nie było. Nawet jeżeli nie teraz, to kiedyś tego możesz dokonać. Wiem, że wyobrażenia są różne na początku. Jest w nas wiele lęków. Lękamy się „coś” stracić – nie wiemy nawet czasem co. Lęk przed ruszeniem z miejsca może być wielki, ale unieruchamia nas tylko do czasu, ponieważ przychodzi taki moment, w którym wyobrażenia, lęki przeciwne (czyli przed tym, co się wydarzy jeśli nie ruszymy) są jeszcze większe. Wtedy się najczęściej zaczyna. Prawdziwy dyskomfort jest często początkiem zmiany. Wszystko ma swój czas. Bądź cierpliwy i otwarty. Obserwuj i wyciągaj wnioski.

Módl się, medytuj, czytaj, „leniuchuj” w wannie, zaprzestań pośpiechu. Nie musisz zrobić wszystkiego dziś – nawet nie możesz tego dokonać. Uwierzyleś, że masz coś ciągle robić, ale to jedynie twoje wierzenie i cudze oczekiwania. Daj sobie odpocząć, wyskocz z tej „karuzeli”. Bądź i przez chwilę „nie działaj” – Bądź. Stwórz sobie twórczy bezruch.

Stwórz sobie ciszę, totalną ciszę. Niech cię ogarnie. Jedyne, co musisz odkryć, to to, że niczego nie musisz odkrywać. Pozwól niech się samo odkrywa, niech się dzieje. Bądź tym procesem. Bądź totalną ciszą. Bez żadnej myśli – ćwicz, nie ustawaj. Oddychaj łagodnie, głęboko – nie łap powietrza w pośpiechu – obserwuj małe dzieci i naucz się oddychać.

Bądź czynnością, którą wykonujesz. Bądź zamiataniem, spacerowaniem, jedzeniem, pisaniem, czytaniem, leżeniem, cokolwiek robisz, bądź w tym cały. Rób jedną rzecz w jednym czasie. Nie możesz być wdechem i wydechem jednocześnie. Nie śpiesz się. Pośpiech oddziela cię od Życia.

Żyj w rytmie. Każdy ma swój rytm. Poznaj go. Niech cię prowadzi. Wszystko rób w zgodzie z nim.

Znajdź, co gra w tobie. Każdy ma swój dźwięk, każdy jest jakimś dźwiękiem. Usłysz go i nich cię poniesie przez życie. Niech dołączy się do wielkiej kosmicznej harmonii. Nie jesteś sam.

Znajdź swoją barwę. Każdy jest jakimś kolorem. Niech będzie świetlisty, jasny, czysty, zawsze świeży. Niech błyszczy na twoich drogach, a zawsze omija nie twoje. Niech cię poprowadzi, jak świetlik przez ciemności. Niech będzie znakiem dla świata, że Jesteś.

*Zacznij Żyć. Tak, **ŻYJ!***

Nie przeżywaj doznań, lecz Bądź Żywym Procesem Doznawania.

I..., jak to ujęła pięknie Katarzyna Grochola:

**„Pracuj dla tego życia tak, jakbyś miała żyć wiecznie
i pracuj na tamto życie tak, jakbyś miała jutro umrzeć.”**

Jeżeli jesteś mężczyzną – potraktuj to tym bardziej serio. My mężczyźni zatraciliśmy wiele ze swej czułości, miękkości. Staliśmy się bardzo zadaniowi, nazbyt pewni i racjonalni. Nasza domniemana siła stała się naszą słabością. Poszukujmy równowagi. Naszą największą dziś potrzebą jest rozwijanie w sobie przede wszystkim aspektów i energii żeńskich. Uczmy się od kobiet. Świat „zwarłował” w dużej mierze dzięki nam.

Dodatek.

Nawet rozwój duchowy może być iluzją. Wszystko może być iluzją. To jest naprawdę bardzo ciekawe.

Rozwój związany jest ze wzrostem, a wzrost z poznaniem, o którym troszkę już było. Chcemy poznawać siebie bardziej i bardziej. Przeczujemy, że do końca chyba nigdy nie zdołamy siebie poznać – nie wiem na pewno, czy tak jest. Czasem jedynie tak mi się wydaje. Mam wrażenie, że ilekolwiek bym żył, to nie zdołam i umrę w niewiedzy – jakiejś niewiedzy o sobie. Kiedy odkrywam coś nowego, natychmiast pojawia się myśl: „ile ja jeszcze nie wiem o sobie”. To deprymuje tak samo, jak zaciekawia. Wiem, że cokolwiek bym poznał, nie zastąpi to wiedzy o sobie – to podstawowa wiedza.

Pułapka tkwi w tym, że mogę poszukiwać wiedzy, ale nie poznać. Mogę zatopić się w książkach i wyizolować się z życia w którym dokonuje się poznanie. W zaciszu czterech ścian może mi się wydawać, że jestem niesamowicie rozwinięty, ale w kontaktach z ludźmi mogłoby się okazać, że jest zupełnie odwrotnie. Wielu ludzi wpada w pułapkę izolacji. Odgradzają się od wszystkiego, co im zawadza, przeszkadza i nazywają to rozwojem. To nie jest rozwój, to jest ucieczka. Motywuje ich lęk, nie wybór. Nie mogą sobie z czymś w środku poradzić, więc wywalają to ze swojego życia, by mieć poczucie, że jest wszystko w porządku. W ten sposób tkwią w iluzji rozwoju, którą sami zresztą stwarzają. A gdy pojawia się „listonosz” z listem, to mogliby go „zabić”. Taki to jest rozwój.

Więc następnego dnia chcą doskonale „wyczyścić” swój świat, by wszystko pasowało. Życie to życie, nie da się przechytryć. Zawsze kogoś podeśle, a na pewno dopóty, dopóki sprawa nie zostanie załatwiona w jedyny możliwy sposób – czyli wewnątrz. Można się złościć na „listonoszy”, można obarczać kogokolwiek, ale to nie pomoże. Można udoskonalać swoje „więzienie”, ale to również nic nie da. Wreszcie stanie się zbyt ciasne, by w nim żyć. Albo trzeba będzie wyjść po chleb i wtedy wszystko się zacznie od początku – lawina spadnie. Nie ma ucieczki. Nie ma cedowania. Każdy ma swoją lekcję – to tyle. Każdy ma też swoją iluzję.

Po prostu jesteśmy tym, czym jesteśmy. Można zamknąć na to oczy, ale to nie zmieni faktu, jedynie przestaniemy coś widzieć przez chwilę. Czymkolwiek jesteśmy, to Jesteśmy. To oznacza, że istniejemy – to jedna z dwóch pewnych rzeczy. Druga jest bardziej kłopotliwa i dlatego stwarzamy sobie poczucie rozwoju, zamiast rzeczywistego rozwoju. To jest powód stwarzania tej iluzji. Chcemy ukryć coś, co wylazi i nie jest wygodne najgłębiej jak to możliwe, pod pięknymi ideami, pod szeroką wiedzą, w iluzorycznym, doskonałym wyizolowanym życiu. Usuwamy przypomnienie i zapadamy się w „mentalnym duchowym rozwoju”. Poszerzamy swoją „mentalną świadomość”, aby się czymś zająć, ale nie dopuszczamy prawdziwej świadomości, ponieważ boli. To jest drugi pewnik. Pierwszym było istnienia, drugim jest świadomość. O tak, jesteśmy świadomi wielu rzeczy. Niektóre nie są nam wygodne, ale jesteśmy ich świadomi – znamy je. Wielu nie wiemy, ale nic nie zmienia. Wiemy, że jesteśmy istnieniem, wiemy, że jesteśmy świadomością. Brak nam jedynie poczucia pełni, szczęścia, błogości, ekstazy samego istnienia. To można znaleźć i poznać jedynie w sobie.

Iluzja rozwoju duchowego może się przydarzyć tym, którzy się boją siebie i tego, co odkryją w sobie i na swój temat. Będą wybierać wygodne książki i tematy, by nie dotknąć sedna sprawy w sobie. Przeczuwają co tak, a co nie. Każdy to czuje. Rozwiną jakiś aspekt siebie, ale kosztem harmonii i równowagi. I wtedy łatwo jest iść drogą na skróty. Tyle, że drogi na skróty nie istnieją. Wcześniej lub później, ale przyjdzie wrócić do punktu wyjścia, albo raczej do pomijanego punktu – nie ma innej możliwości. Jeżeli przywiążesz zwierzę na łańcuchu, a łańcuch przymocujesz do pala i wbijesz w ziemię, to może sobie do woli biegać w kółko, ale się nigdy nie oddali. Ostatnio widziałem zdjęcie z Indii i na tym zdjęciu dziecko na sznurku – żeby się nie zgubiło w tym wielkim bałaganie. Wreszcie kiedyś się zmęczy i podejdzie, aby sprawdzić co go tak trzyma – podejdzie, ponieważ zapomniało lub wyparło tę część siebie. A ta część istnieje i czeka na swoją szansę – i ta szansa na pewno nadejdzie. Istnieje i jest dobrze umocowana, jak ten pal w ziemi.

Tak więc iluzję rozwoju tworzą ci, którzy chcą od siebie uciec, a nie siebie poznać. Zajmą się chętnie rozwijaniem innych, pomaganiem – wszystkim i wszystkimi – aby tylko nie sobą. Inni ludzie są im właśnie po to potrzebni, by się nie zajmować sobą. Inni ludzie są im potrzebni „chorzy”, bo ze zdrowym nie ma nic do roboty. A wiadomo, że w każdym można znaleźć jeszcze coś, co mógłby zmienić, ulepszyć. No i słowa z Biblii: „Drzazgę w oku brata zobaczysz, a belki we własnym nie widzisz.” Lubimy wytykać innym, to łatwiejsze niż zajmowanie się sobą. Lepiej się czujemy, gdy widzimy, że ktoś jest „gorszy” – ale czy rzeczywiście jest gorszy. To iluzja. Tak samo jak każdy z nas, ma coś do załatwienia ze sobą. Może to samo, co my, a może coś innego – ale nie jest to ani lepsze, ani gorsze – jest inne, jest jego zadaniem. Jeżeli ktoś uważa, że może zajmować się innymi, bo sam już wszystko w sobie załatwił, to jest ignorantem i brak mu pokory. Najpewniej jeszcze to mu zostało do załatwienia. Czas spojrzeć w siebie od wewnątrz, a nie na kogoś od zewnątrz.

Następny aspekt iluzji rozwoju duchowego polega na tym, że chcemy się w jakiś sposób spozycjonować. Jesteśmy ciekawi gdzie jesteśmy. Porównujemy się do innych i mierzymy (oczywiście po swojemu) kto jest przed kim, a kto za kim lub nad i pod, obok, na innym poziomie. Wiele próżnych, nic nie znaczących słów. Tyle to właśnie oznacza. Nie da się tego porównać. To czysta iluzja.

Każdy ma swoje zadanie do wykonania i wszyscy jesteśmy Jednością. Uzupełniamy się, a nie rywalizujemy. Jeżeli ktoś myśli inaczej – a każdy ma prawo myśleć, co mu się podoba, ponieważ żyjemy w świecie wolnej woli – to moim zdaniem jest w błędzie. To jest moje zdanie i mogę się mylić, ale wolna wola dotyczy również mnie, więc mam prawo to po prostu wyrazić. I nie będę się oszukiwał, iż jestem aż tak rozwinięty, że chcę z tego prawa zrezygnować. Wiem, że zmierzamy do totalnego poznania i wiem, że totalność jest nicością. Wiem, lecz jeszcze nie poznałem.

OSHO tak napisał: „Poznanie totalności oznacza stanie się niczym. Tylko nicość może poznać całość. Całość jest nicością, a nicość jest jedyną całością.”

Jezus tak powiedział: „Ktokolwiek zatracił siebie, odnajdzie siebie.”

Zgadzam się z tym. Wiem, co oznaczają te słowa, ale jeszcze nie doświadczyłem, czyli też nie poznałem. Rozumiem, że terażniejsza egzystencja (wiem, że nie jedyna) jest tylko fazą całości procesu i musi przeminąć, ale jeszcze tego nie poznałem. I wiem, że chcę to poznać. Do tego zmierzam. Wiem, że Jestem i wiem, że Jestem w drodze. Najpierw muszę stać się samym procesem poznawania i najprawdopodobniej – czego jeszcze nie wiem – kilka innych rzeczy czeka mnie zanim ... doświadczę owej Nicości. Nawet nie wiem, ile lekcji mam jeszcze odrobić, nie wiem ile jest możliwe do odrobienia Tu i Teraz, a ile w zupełnie innej rzeczywistości, w innych wymiarach – nie wiem tego. Nie wiem nawet ile jest tych wymiarów, poziomów, wszechświatów lub czegokolwiek innego – dla mnie niewyobrażalnego – w tej Pustce, w Nicości. Nie wiem ile ich jest, ale wiem, że są. Wiem, że chcę je poznać i dodatkowo być tego w pełni Świadomym.

Kocham Życie!

To niesamowity proces.

Czasem płyną łzy, ale Życie jest Cudowne, Piękne.

KefAnn