

**Don Miguel Ruiz**

# **MAJSTORSTVO U LJUBAVI**

Toltečka knjiga mudrosti



**Praktični vodič za umijeće odnosâ**





## Don Miguel Ruiz

# MAJSTORSTVO U LJUBAVI

U djelu MAJSTORSTVO U LJUBAVI don Miguel Ruiz osvjetljava uvjerenja utemeljena na strahu i pretpostavke koje razaraju ljubav te u našim odnosima izazivaju patnju i tragediju. Koristeći se pripovijestima prepunima uvida da bi nam prenio poruku života, Ruiz nam pokazuje kako iscijeliti emocionalne ozljede, ponovno pronaći slobodu i radost na koje smo pravo dobili svojim rođenjem i obnoviti duh zaigranosti koji je za ljubavne odnose najbitniji. *Majstorstvo u ljubavi* uključuje:

- Zašto »pripitomljavanje« i »slika savršenstva« dovode do samoodbacivanja
- Rat za prevlast postupno uništava najveći dio odnosa
- Zašto za ljubavlju tragamo u drugima i kako osvojiti ljubav koja se krije u našoj nutrini
- Kako konačno prihvatiti sebe i druge te oprostiti i sebi i drugima

*»Sreća može izrasti samo iz vas sâmh i posljedica je vaše ljubavi. Kad postanete svjesni toga da vas ne može usrećiti nitko drugi i da je sreća posljedica vaše ljubavi, to postaje najuzvišenije majstorstvo Tolteka: Majstorstvo Ljubavi.«*

iz knjige



U toltečkoj tradiciji postoje tri temeljna umijeća koja nas vode do naše istinske naravi, a ta istinska narav obuhvaća sreću, slobodu i ljubav.

Prvo umijeće jest *majstorstvo svjesnosti*. To umijeće uči nas da budemo svjesni onoga što uistinu jesmo. To je prvi korak prema slobodi, jer ne možemo biti slobodni ako ne znamo što jesmo i za kakvom vrstom slobode tragamo. Tolteci su govorili: »Promatrajmo sebe u istini«, pa su stvorili majstorstvo svjesnosti.

Drugo umijeće jest *majstorstvo preobrazbe*. Ono nas uči kako da postanemo duhovni ratnici i razmatramo svoja djela i reakcije, kako bismo se mogli osloboditi od znanja koje nas drži zarobljenima. To majstorstvo pokazuje nam kako mijenjanjem svojih sporazuma i uvjerenja možemo promijeniti san svoga života.

*Majstorstvo u ljubavi* posljedica je prvih dvaju umijeća. S toltečkoga stajališta sve je načinjeno od ljubavi. Ljubav je sâm život. Kad ovladamo ljubavlju, združiti ćemo se s duhom života koji protječe kroz nas. Više nećemo biti tijelo, um ili duša; postajemo ljubav. Tada svako naše djelo postaje izraz ljubavi, a ljubav na djelu može dovesti samo do sreće.

Kad ovladamo svjesnošću, preobrazbom i ljubavlju, ponovo ćemo moći zahtijevati svoju božanstvenost i postati jedno s Bogom. To je cilj Toltekâ.

Don Miguel Ruiz rodio se u iscjeliteljskoj obitelji, a u seoskome dijelu Meksika odgojili su ga majka koja je bila *curandera* (iscjeliteljica) i djed *nagual* (šaman). Obitelj je predviđala da će Miguel prihvatiti njihovo nasljedstvo iscjeljivanja i poučavanja staro stoljećima te nastaviti ezoterijsko toltečko znanje. Umjesto toga, privučen suvremenim životom, Miguel je odabrao medicinski fakultet i postao kirurg.

Iskustvo tik-do-smrti promijenilo je njegov život. Jedne noći sedamdesetih godina dvadesetoga stoljeća iznenada se probudio pošto je zaspao za automobilskim upravljačem. U tome trenutku automobil je udario u betonski zid. Don Miguel sjeća se toga da se, dok je svoja dva prijatelja izvlačio na sigurno, nije nalazio u svojem fizičkom tijelu.

Zapanjen tim iskustvom, posvetio se ozbiljnoj praksi samoispitivanja. Posvetio se ovladavanju starodrevnom predačkom mudrosti, gorljivo je radio s majkom, a svoje naukovanje dovršio je kod moćnoga šamana u meksičkoj pustinji. Njegov djed, koji je već bio preminuo, nastavio ga je poučavati u snovima.

Don Miguel Ruiz, nagual iz roda Orlovih Vitezova, posvetio se širenju svoga znanja o učenjima starodrevnih Tolteka. Živi u San Diegu, u Kaliforniji.



## *Zahvale*

SVOJU ZAHVALNOST ŽELIO BIH IZRAZITI JANET MILLS KOJA JE, KAO majka u odnosu prema svome vlastitom djetetu, s puno ljubavi i odanosti dala oblik ovoj knjizi.

Isto tako želio bih zahvaliti onim ljudima koji su nam darovali svoje vrijeme i ljubav te nam pomogli pri stvaranju ove knjige.

Konačno svoju zahvalnost želio bih izraziti našem Stvoritelju za nadahnuće i ljepotu koji su ovoj knjizi podarili život.

Mojim roditeljima, djeci i rođacima  
i ostatku moje obitelji  
s kojima sam povezan ne samo ljubavlju  
nego i krvnim vezama i predačkim korijenima.

Mojoj duhovnoj obitelji,  
s kojom sam povezan svojom odlukom  
da osnujem obitelj utemeljenu na bezuvjetnoj ljubavi,  
uzajamnom poštovanju i provedbi  
Majstorstva Ljubavi.

I mojoj ljudskoj obitelji,  
čiji je um plodno tlo za sjeme  
ljubavi sadržano u ovoj knjizi.  
Neka to sjeme ljubavi  
cvjeta u vašemu životu.

## *Tolteci*

PRIJE MNOGO TISUĆA GODINA TOLTECI SU diljem cijeloga južnog Meksika bili poznati kao »žene i muškarci koji posjeduju znanje«. Antropolozi o Toltecima govore kao o narodu ili o rasi, ali Tolteci su zapravo bili znanstvenici i umjetnici koji su stvorili društvo da bi istraživali i čuvali duhovna znanja i tehnike starodrevnih predaka. Kao majstori (naguali) i kao učenici zajedno su dolazili u Teotihuakan, starodrevni grad piramida nedaleko od današnjega Mexico Cityja, poznat kao mjesto na kojemu »čovjek postaje Bogom«.

Tijekom tisućljeća naguali su bili prisiljeni skrivati starodrevnu mudrost i čuvati je u tajnosti. Zbog europskih osvajanja i zbog toga što se nekoliko učenika nerazumno služilo osobnom moći, bilo je prijeko potrebno očuvati znanje od onih koji nisu bili pripremljeni za to da se njime koriste mudro te od onih koji bi ga namjerno zlorabili za osobnu dobrobit.

Na sreću, ezoterijsko toltečko znanje utjelovljivali su i s naraštaja na naraštaj prenosili različiti rodovi naguala. Iako su stotinama godina ostala skrivena u tajnosti, starodrevna proročanstva nagovješćivala su dolazak doba kada će biti prijeko potrebno mudrost vratiti ljudima.

Sada je don Miguel Ruiz, nagual iz roda Orlovih vitezova, vođen kako bi s nama podijelio moćna učenja Tolteka.

Toltečke spoznaje izranjaju iz istoga suštinskog jedinstva istine kao i sve svete ezoterijske tradicije diljem svijeta. Premda nisu religija, ipak poštuju sve duhovne učitelje koji su poučavali na Zemlji. Dok te spoznaje s jedne strane uključuju duh, s druge strane najtočnije mogu biti opisane kao način života koji odlikuje dostupnost sreći i ljubavi.

Toltek je umjetnik ljubavi,  
umjetnik duha,  
čovjek koji od svakoga trenutka,  
od svake sekunde stvara ponajljepše umijeće  
umijeće sanjanja.

Život nije ništa drugo nego san,  
a ako smo mi umjetnici,  
tada svoj život možemo stvarati ljubavlju,  
pa će naš san postati  
umjetničko remek-djelo.

## UVOD

### *Majstor*

NEKADA DAVNO, NEKI SE MAJSTOR OBRAĆAO skupini ljudi, a njegova poruka bijaše prekrasna toliko da su svi osjećali kako ih diraju riječi ljubavi. U gomili je stajao i neki muškarac koji je pomnjivo slušao svaku riječ što ju je majstor izgovorio. Taj čovjek bijaše vrlo ponizan, a imao je i veliko srce. Majstorove riječi toliko su ga dotaknute da je osjetio potrebu pozvati ga u svoj dom.

Kad je majstor prestao govoriti, čovjek se probije kroz gomilu, zagleda se majstoru u oči i reče: »Znam da si zaposlen i da svi zahtijevaju tvoju pažnju. Znam da jedva imaš vremena poslušati moje riječi. Ali moje je srce otvoreno jako i ja osjećam toliko ljubavi prema tebi da imam potrebu pozvati te u svoj dom. Za tebe želim prirediti najbolji obrok. Ne očekujem da ćeš prihvatiti, no to sam ti jednostavno morao reći«.

Majstor se zagleda u čovjekove oči, pa mu s prekrasnim osmijehom reče: »Pripremi sve što želiš. Doći ću«. A tada se okrene i ode.

Kad je čovjek čuo te riječi, nabuja radost u njegovu srcu. Jedva je mogao dočekati da posluži majstora i da mu pokaže svoju ljubav. To će biti najvažniji dan u njegovu životu: majstor će boraviti u njegovu domu. Kupio je najbolju hranu i vino i pronašao najljepšu odjeću da je kao dar prinudi majstoru. Tada je otrčao kući da bi pripremio sve što je potrebno da primi majstora. Očistio je cijelu kuću, pripremio najraskošniji objed i prekrasno ukrasio stol. Srce mu bijaše prepuno radosti, jer je znao da će majstor doći uskoro.

Čovjek je nestrpljivo čekao, kadli netko zakuca na vrata. On ih radosno otvori, ali umjesto majstora ugleda neku staricu. Zagledala mu se u oči i rekla: »Gladna sam. Možeš li mi dati komad kruha?«

Čovjek je bio malo razočaran zato što to nije došao majstor. Pogledao je ženu i rekao joj: »Molim te, uđi u kuću«. Posjeo ju je na mjesto koje je namijenio majstoru i ponudio je hranom koju je pripremio za majstora. Ali bio je nestrpljiv i jedva je dočekao da žena pojede. Starica je bila dirnuta njegovom velikodušnošću. Zahvalila mu je i otišla.

Čovjek je jedva uspio ponovo pripremiti stol za majstora, kadli netko opet pokuca na vrata. Taj put bio je to neki stranac koji je proputovao cijelu pustinju. Stranac pogleda čovjeku u oči i reče: »Žedan sam. Možeš li mi dati nešto da popijem?«

Čovjek je ponovno bio malko razočaran jer ni to nije bio majstor. Pozvao je stranca u kuću i posjeo ga na mjesto koje je pripremio za majstora. Ponudio mu je vina što ga je namijenio majstoru. Kad je stranac otišao, čovjek je ponovno sve pripremio za majstora.

Opet se začulo kucanje na vratima. Kad je čovjek otvorio vrata, ugledao je dijete. Dijete je pogledalo čovjeka i reklo: »Hladno mi je. Možeš li mi dati pokrivač da se ogrnem?«

Čovjek je bio malko razočaran jer ni to nije bio major, ali se zagledao u djetetove oči i u svome srcu osjetio ljubav. Hitro je prikupio odjeću koju je namjeravao dati majstoru i ogrnuo dijete tom odjećom. Dijete mu |i • /ahvalilo i otišlo.

Čovjek je ponovno sve pripremio za majstora, a tada je čekao dugo u noć. Kad je shvatio da majstor neće doći, bio je razočaran, ali je majstoru odmah i oprostio. Rekao je u sebi: »Znao sam da ne mogu očekivati da majstor dođe u moj skroman dom. Doduše je rekao da će doći, no mora da mu je iskrsnulo nešto mnogo važnije. Majstor nije došao, ali mi je barem rekao da će doći, a to je dosta da moje srcu bude sretno«.

Polagano je sklonio hranu, odnio vino i otišao u kevet. Te noći sanjao je da je majstor došao u njegovu kuću. Čovjek je bio sretan što ga vidi, ali nije znao da je to samo san. »Majstore, došao si! Održao si riječ«.

Majstor je odgovorio: »Da, došao sam, ali i prije već sam bio ovdje. Bijah gladan, a ti si me nahranio. Bijah žedan, a ti si mi dao vina. Bilo mi je hladno, a ti si me odjenuo. Što god učiniš za druge, učinio si za mene«.

Čovjek se probudio, a srce mu bijaše prepuno sreće jer je razumio ono čemu ga je majstor želio naučiti. Majstor ga je volio toliko da mu je poslao troje ljudi koji su ga poučili najuzvišenijoj istini: da majstor živi u svakome živom biću. Kad date hranu nekome tko je gladan, kad date vode onomu tko je žedan, kad ogrnete onoga komu je hladno, tada svoju ljubav pružate majstoru.

## *Ranjeni um*

O TOME MOŽDA NIKADA NISTE RAZMIŠLJALI, ALI SVI MI, NA OVOJ ILI onoj razini, jesmo majstori. Majstori smo zato što posjedujemo moć da stvaramo svoj vlastiti život i upravljamo njime.

Kao što društva i religije diljem svijeta stvaraju nevjerojatne mitologije, upravo tako i mi stvaramo svoje vlastite. Naša osobna mitologija prepuna je junaka i zlotvora, anđela i demona, kraljeva i običnih ljudi. U svojoj glavi mi stvaramo cjelokupno stanovništvo, uključujući vlastite mnogostruke osobnosti. Tada ovladavamo slikama kojima ćemo se koristiti u određenim okolnostima. Postajemo umjetnici pretvaranja i projiciranja svojih slika te možemo postati sve ono za što vjerujemo da jesmo. Kad susrećemo druge ljude, odmah ih razvrstavamo i dodjeljujemo im uloge u svome životu. U skladu svojim mišljenjem o drugim ljudima, stvaramo slike njih. A to činimo za svakoga i za sve oko sebe.

Vi imate moć stvaranja. Vaša moć snažna je toliko a se ostvaruje sve ono u što vjerujete. Vi stvarate sebe onakvima kakvi vjerujete da jeste. Vi ste takvi kakvi jeste zbog onoga što vjerujete o sebi. Sveukupna vaša stvarnost, sve u što vjerujete, sve je to vaša tvorevina. Vi posjedujete istu moć kao i bilo koje drugo ljudsko biće na ovome svijetu. Najveća razlika između vas i neke druge osobe jest u načinu primjenjivanja te moći, u onome što stvarate njome. Na mnogo načina možete biti slični drugima, ali nitko na cijelome ovome svijetu svoj život ne živi onako kako ga živite vi.

Cijeli svoj život vježbali ste da budete ono što jeste, i to radite tako dobro da ste potpuno ovladali ulogom za koju vjerujete da vam pripada. Vi vladate svojom vlastitom osobnošću, svojim vlastitim uvjerenjima; vladate svakim svojim činom, svakom reakcijom. Vježbate dugi niz godina i na kraju dosežete razinu majstorstva u onome što vjerujete da jeste. Kad jednom uvidimo da smo svi mi majstori, tada možemo vidjeti i to kakvu vrstu majstorstva posjedujemo.

Kad smo djeca i s nekim dođemo u sukob, obuzima nas ljutnja. Koji god tomu bio razlog, ta ljutnja otklanja naš problem; dobijemo ono što smo željeli. Kad se to dogodi drugi put - reagiramo s ljutnjom - i tada znamo da ćemo otkloniti problem ako se naljutimo. Tada vježbamo i vježbamo dotle dok ne postanemo majstorima ljutnje.

Na isti način postajemo majstorima ljubomore, majstorima tuge, majstorima samoodbacivanja. Sve drame i patnje događaju nam se samo vježbanjem. Sa sobom smo napravili sporazum i u tome sporazumu vježbamo se dotle dok ne postane pravo majstorstvo. Način na koji razmišljamo, način na koji osjećamo, način na koji djelujemo postaju tako dobro izvježbani da više niti ne moramo



obraćati pozornost na ono što činimo. Na neki način ponašamo se samo automatski.

Da bismo postali majstorima ljubavi, moramo vježbati ljubav. Umijeće odnosa isto je tako pravo majstorstvo, a jedini način na koji možemo dosegnuti majstorstvo jest vježbanje. Dakle, da bismo ovladali odnosima, moramo djelovati. Tu nije riječ ni o načelima ni o skupljanju znanja. Tu je riječ o djelovanju. Naravno, da bismo mogli djelovati, moramo imati neka znanja ili barem malo više svjesnosti o tome na koji način ljudi djeluju.

Želio bih da zamislite kako živite na planetu na komu su svi oboljeli od kožne bolesti. Dvije ili tri tisuće godina ljudi na vašemu planetu boluju od te iste bolesti. Cijela tijela prekrivena su im ranama koje su upaljene, a te rane uistinu bole kad ih dodirnete. Naravno, ti ljudi vjeruju da je to normalno stanje kože. Čak i medicinske knjige tu bolest opisuju kao normalno stanje. Kad se dijete rodi, njegova je koža zdrava, ali u dobi od otprilike tri ili četiri godine počinju se pojavljivati prve rane. Kad postane tinejdžer, cijelo mu je tijelo već prekriveno ranama.

Možete li zamisliti kako se ti ljudi odnose jedni prema drugima? Da bi uopće mogli komunicirati, moraju zaštititi rane. Jedva da ikada dodiruju kožu drugih ljudi, jer to je previše bolno. Ako slučajno dodirnete nekoga drugoga, tu osobu to zaboli toliko da se razbjesni i uzvratu vam dodir, tek toliko da bi vam se osvetila. Ipak, nagon ljubavi snažan je toliko da ste spremni platiti visoku cijenu samo da biste bili u odnosima s drugim ljudima.

Zamislite da se jednoga dana dogodi čudo. Probudite se, a vaša koža potpuno je zdrava. Više nema ni jedne rane i ne boli vas na dodir. Zdrava koža koju možete dodirnuti nešto je prekrasno, jer je koža stvorena za osjete. Možete li zamisliti sebe sa zdravom kožom u svijetu u kojemu je koža svakoga čovjeka bolesna? Druge ljude ne možete dodirnuti jer ih dodir boli, a isto tako nitko ne može dodirnuti ni vas, jer svi pretpostavljaju da će vas povrijediti.

Ako to možete zamisliti, tada možda možete razumjeti to da bi netko s drugog planeta, tko bi nas došao posjetiti, imao slična iskustva s ljudskim bićima. Ali nije riječ o ranama na koži. Posjetitelj bi otkrio da je ljudski um zaražen bolešću koja se zove strah. Kao što smo opisali zaraženu kožu, upravo tako je i emocionalno tijelo prepuno rana, a te rane zaražene su emocionalnim otrovom. Očitovanja bolesti straha jesu bijes, mržnja, tuga, zavist i licemjerstvo. Posljedica bolesti jesu svi oni osjećaji zbog kojih ljudska bića pate.

Svi ljudi mentalno su bolesni od iste bolesti. Čak možemo reći da je ovaj svijet mentalna bolnica. Ali ta mentalna bolest u ovome svijetu vlada već tisućama godina, a medicinske, psihijatrijske i psihologijske knjige opisuju je kao nešto sasvim normalno. Smatraju je normalnom, ali ja vam kažem da ta bolest nije normalna.

Kad strah postane prevelik, tada razum počinje slabjeti i više ne može podnijeti sve one rane i njihov otrov. U psihologijskim knjigama to se naziva mentalnom bolešću - shizofrenijom, paranojom, psihozom - ali te bolesti nastaju onda kada je razum uplašen toliko a rane tako bolne da je jednostavnije prekinuti dodir s vanjskim svijetom.

Ljudska bića žive u neprestanom strahu da će biti povrijeđena, a to je velik teret kamo god mi pošli. Način na koji se ljudska bića odnose jedno prema drugome bolan je toliko da bez ikakva očiglednog razloga postajemo bijesni, ljubomorni, zavidni ili tužni. Čak i kad kažemo: »Volim te«, to može biti zastrašujuće. Ali iako je bolno i zastrašujuće biti u emocionalnim odnosima, mi se ipak ne odričemo, počinjemo ih, vjenčavamo se i radamo djecu.

Da bi zaštitili svoje emocionalne povrede i zbog straha da će ih netko povrijediti, ljudi u svojim glavama stvaraju nešto vrlo tanano: veliki sustav nijekanja. U tome sustavu nijekanja postajemo savršeni lašci. Lažemo tko savršeno da lažemo i samima sebi, pa čak i vjerujemo u vlastite laži. Niti ne primjećujemo da lažemo, a katkada kada smo čak i svjesni toga da lažemo, tada te laži opravdavamo i ispričavamo ih da bismo se zaštitili d svojih bolnih povreda.

Sustav nijekanja nalik je zidu od magle koji je postavljen ispred naših očiju i ne dopušta nam da vidimo istinu. Mi nosimo društvenu masku jer nam je previše bolno vidjeti sebe ili dopustiti drugima da nas vide onakvima kakvi uistinu jesmo. A sustav nijekanja omogućuje nam da se pretvaramo kako svi oko nas vjeruju u ono što mi želimo da vjeruju o nama. Oko sebe podižemo zapreke da bismo se zaštitili, da bismo druge ljude držali na sigurnoj udaljenosti, ali te nas zapreke ujedno ograničavaju smanjujući našu slobodu. Ljudi se prikrivaju i zaštićuju, pa kada tko kaže: »Pronašao si mi slabu točku«, to nije cijela istina. Istina je da ste nabasali na povredu u glavi drugoga čovjeka, a on reagira jer ga to boli.

Kada ste svjesni toga da su svi oko vas ranjeni i zatrovani emocionalnim otrovom, tada lakše možete razumjeti odnos između ljudi u onome što Tolteci nazivaju snom pakla. S toltečkoga stajališta, sve što vjerujemo o sebi i sve što znamo o svijetu tek je san. Ako promotrite bilo koji religijski opis pakla, on je isti kao i opis ljudskoga društva kakvo mi sanjamo. Pakao je mjesto patnje, straha, rata i nasilja, mjesto suda, a ne pravde, mjesto kažnjavanja koje ne prestaje nikada. U džungli grabežljivaca ljudi se bore jedni protiv drugih; to su ljudi koji prosuđuju, koji osjećaju krivnju, grižnju savjesti, a prepuni su emocionalnoga otrova - zavisti, bijesa, mržnje, tuge i patnje. Mi u svojoj glavi stvaramo sve te male demone jer smo u svome vlastitom životu naučili sanjati pakao.



Svatko od nas za sebe stvara svoj vlastiti san, ali su ljudi prije nas stvorili velik, vanjski san - san ljudskoga društva. Vanjski san, san planeta, kolektivni je san milijardi sanjača. Veliki san obuhvaća sva društvena pravila, društvene zakone, religije, različite kulture i načine života. Sve te informacije pohranjene u našem umu nalikuju tisućama glasova koji nam se obraćaju istodobno. Tolteci to nazivaju mitote.

Istinski ljudi čista su ljubav; sam život. Istinski ljudi nemaju nikakve veze sa Snom, ali im mitote ne dopušta da spoznaju to što uistinu jesu. Kad San pogledate s toga stajališta i ako ste ujedno svjesni onoga što jeste, tada ćete uočiti ludosti ljudskoga ponašanja, koje postaju zanimljive. Ono što je za sve druge velika tragedija, za vas postaje komedija. Vidite da ljudi pate zbog nečega što nije važno, što čak nije ni stvarno. Ali mi nemamo izbora. Mi smo rođeni u ovome društvu, odrastamo u ovome društvu i učimo biti što sličniji svima ostalima, pa cijelo vrijeme postupamo budalasto nadmećući se zbog pukih gluposti.

Zamislite da ste u mogućnosti posjetiti planet na kojemu svaki čovjek posjeduje različitu vrstu emocionalnoga uma. Ti se ljudi jedni prema drugima odnose uvijek na radostan način, uvijek s ljubavlju i spokojno. Zatim zamislite da se jednoga dana probudite na ovome planetu, a da u svome emocionalnom tijelu više nemate nikakvih povreda. Više se ne plašite biti ono što jeste. Sto god tko rekao o vama, što god učinio, vi to ne primete osobno, pa vas zato više i ne boli. Više vam nije potrebno da zaštićujete sebe. Ne plašite se voljeti, dijeliti, otvoriti srce. Ali, nitko drugi nije poput vas. Kako se možete odnositi prema ljudima koji su emocionalno ranjeni i bolesni od straha?

Kada se ljudsko biće rodi, njegov emocionalni um i emocionalno tijelo jesu potpuno zdravi. Negdje oko treće ili četvrte godine pojavljuju se prve povrede u emocionalnom tijelu i pune se emocionalnim otrovom. Ali ako promatrate djecu od dvije ili tri godine, ako obratite pozornost na to kako se ponašaju, shvatit ćete da se neprestano igraju. Cijelo se vrijeme smiju. Njihova je mašta toliko snažna, a sanjaju o pustolovinama istraživanja. Kad nešto krene po zlu, oni reagiraju i brane se, ali tada jednostavno to otpuste i svoju pozornost ponovno okreću tomu trenutku, da bi se opet igrali, istraživali i zabavljali. Djeca žive u sadašnjem trenutku. Ne stide se prošlosti, ne zabrinjava ih budućnost. Mala djeca izražavaju ono što osjećaju i ne plaše se voljeti.

Najsretniji trenuci našega života jesu trenuci kada se igramo kao djeca, kada pjevamo i plešemo, kada istražujemo i stvaramo samo zbog zabave. Prekrasno je kad se ponašamo kao djeca, jer tada je na djelu zdrav ljudski um, zdrava ljudska sklonost. Kad smo bili djeca, bili smo nevini i prirodno nam je bilo izražavati ljubav. Ali što nam se dogodilo? Što se dogodilo cijelomu svijetu?

Dogodilo se to da čak i dok smo mi djeca, odrasli već imaju tu mentalnu bolest, a ona je jako zarazna. Kako nam je prenose? Prigrabe našu pozornost i uče nas da budemo slični njima. Na taj način svoju bolest prenosimo svojoj djeci, a tako su nas naši roditelji, učitelji, đaci i cijelo društvo koje se sastoji od bolesnih ljudi zarazili tom bolešću. Prigrabili su našu pozornost i, koristeći se ponavljanjem, usadili informacije u naš um. Na taj smo način učili. Na taj se način programira ljudski um.

Teškoća je u programu, u informacijama pohranjenima u našem umu. Privlačeći njihovu pozornost, mi djecu poučavamo jeziku, čitanju, pristojnomu ponašanju, sanjanju. Pripitomljujemo ljude na isti način na koji pripitomljujemo psa ili bilo koju drugu životinju: kažnjavanjem i nagrađivanjem. To je savršeno normalno. Ono što nazivamo izobrazbom nije ništa drugo nego pripitomljavanje ljudskoga bića.

Plašimo se da ćemo biti kažnjeni, ali poslije se isto tako plašimo da nećemo dobiti nagradu, da nećemo biti dosta dobri za mamu ili tatu, rođaka ili učitelja. Rađa se potreba da budemo prihvaćeni. Prije toga nam nije bilo stalo hoćemo li biti prihvaćeni ili nećemo. Ljudsko mišljenje nije nam bilo važno. Nije bilo važno zato što smo se samo željeli igrati i živjeti u sadašnjosti.

Strah od toga da nećemo dobiti nagradu pretvara se u strah od odbacivanja. Strah od toga da nećemo biti dovoljno dobri za nekoga drugoga upravo je ono što nas navodi na to da se pokušamo promijeniti i zbog čega stvaramo slike. Tada tu sliku pokušavamo zaštititi u skladu s onim što drugi ljudi žele od nas, samo da bismo bili prihvaćeni, samo da bismo dobili nagradu. Učimo se pretvarati da smo ono što nismo i neprestano vježbamo biti netko drugi, samo da bismo bili dosta dobri za mamu, tatu, učitelja, religiju - za svakoga. Vježbamo i vježbamo i uskoro ovladamo umijećem pretvaranja da smo ono što nismo.

Uskoro zaboravimo tko uistinu jesmo i počinjemo živjeti prema svojim slikama. Mi ne stvaramo samo jednu sliku, nego mnogo različitih slika u skladu s različitim skupinama ljudi s kojima se družimo. U svome domu stvaramo jednu sliku, drugu stvaramo u školi, a kad odrastemo stvaramo ih još više.

To isto vrijedi za jednostavan odnos između muškarca i žene. Žena posjeduje vanjsku sliku koju pokušava projicirati na druge, ali kad je sama, tada posjeduje drugačiju sliku o samoj sebi. Muškarac isto tako posjeduje i vanjsku i unutarnju sliku. Kad postanu zreli ljudi, utarnja i vanjska slika različite su toliko da jedva da se imalo podudaraju. U odnosu između muškarca i žene postoje barem četiri slike. Kako se to dvoje uopće i može upoznati? Nikako. Mogu samo pokušati shvatiti slike. Ali slika koje bi trebalo shvatiti ima još više.

Kad muškarac susretne žene, on sa svoga stajališta o njoj stvara sliku, a žena sa svoga stajališta stvara sliku o muškarcu. Tada će on pokušati uklopiti nju u sliku koju je zamislio o njoj, a ona će pokušati uklopiti njega u sliku koju je



zamislila o njemu. Sada između njih postoji već šest slika. Naravno, oni jedno drugomu lažu, čak i ako ne znaju da lažu. Njihov se odnos temelji na strahu, na lažima. Ne temelji se na istini jer nju ne mogu nazrijeti kroz svu tu maglu.

U doba ranoga djetinjstva ne postoje nikakvi sukobi sa slikama. Naša slika o samome sebi zapravo nije dovedena u pitanje dotle dok ne počnemo komunicirati s vanjskim svijetom i dok ne izgubimo roditeljsku zaštitu. Zbog toga je toliko teško biti tinejdžer. Čak i ako smo spremni podupirati i braniti svoje slike, čim ih pokušamo projicirati na vanjski svijet, svijet uzvraća udarac. Vanjski svijet počinje nas iskušavati, i to ne samo u osobnom krugu nego i javno, pokušavajući pokazati da nismo ono što se pretvaramo da jesmo.

Uzmimo kao primjer tinejdžera koji se pretvara da je vrlo inteligentan. On odlazi na raspravu u školi, ali na toj raspravi pobjeđuje učenik koji je inteligentniji i bolje pripremljen od njega, pa on pred svima ispada smiješan. Pred svojim vršnjacima pokušat će objasniti i opravdati svoju sliku. Bit će vrlo ljubazan prema svima i pokušat će spasiti svoju sliku pred njima, ali će biti svjestan da laže. Naravno, dat će sve od sebe da se ne slomi pred svojim vršnjacima, ali čim ostane sam i pogleda svoj odraz u zrcalu, razbit će zrcalo. On mrzi sebe; osjeća da je glup, da je najgori od svih. Između unutarnje slike i slike koju je pokušao projicirati u vanjski svijet postoji veliko protuslovlje. Što je to protuslovlje veće, to mu je teže prilagoditi se snu društva, i to će manje imati ljubavi prema sebi.

Između slike koju je izmislio i unutarnje slike koja ga predstavlja kad ostane sam postoje samo laži. Obje te slike potpuno su izvan dodira sa stvarnošću; obje su lažne, ali on to ne uviđa. To može uvidjeti samo netko drugi, ali on je potpuno slijep. Njegov sustav nijekanja pokušava ga zaštititi od povreda, ali su povrede stvarne i on pati jer se silno trudi opravdati svoju izmišljenu sliku.

Dok smo djeca, mi učimo da su mišljenja sviju ljudi važna i svojim životom upravljamo u skladu s tim mišljenjima. Jedno jedino mišljenje nekoga drugog čovjeka može nas gurnuti još dublje u pakao, a to može biti mišljenje koje čak nije niti istinito: »Ružan si. Nisi u pravu. Glup si«. Mišljenja imaju veliku moć nad nerazumnim ljudima koji žive u paklu. Zbog toga nam je potrebno da čujemo da smo dobri, da dobro napredujemo, da smo prekrasni. »Kako izgledam? Kako ti se činilo to što sam rekla? Kako napredujem?«

Potrebno nam je da čujemo mišljenja drugih ljudi zato što smo pripitomljeni i tim mišljenjima drugi mogu nama manipulirati. Zbog toga tražimo priznanje drugih ljudi; potrebno nam je da nas vanjski san prihvati preko drugih ljudi. Zbog toga tinejdžeri piju, drogiraju se ili počinju pušiti. To je samo zato da bi ih prihvatili drugi ljudi koji imaju takva stajališta; samo da bi izgledali »cool«.

Jako velik broj ljudi pati zbog svih tih lažnih slika koje pokušavamo projicirati. Ljudi se pretvaraju da su iznimno važni, ali istodobno vjeruju da ništa ne vrijede, ako se naporno trudimo da u tome društvenom snu ostanemo netko i nešto, da nas drugi priznaju i prihvate. Jako se trudimo biti važni, biti pobjednici, moćni, bogati, slavni; jako se trudimo izražavati svoj osobni san i nametati ga drugima oko sebe. Zbog čega? Zato što ljudska bića vjeruju da je taj san stvaran. Zato ga i shvaćamo tako ozbiljno.



## *Gubitak nevinosti*

LJUDI SU PO SVOJOJ NARAVI VRLO OSJETLJIVA BIĆA. EMOCIONALNI SMO zato što sve oko sebe zamjećujemo emocionalnim tijelom. Emocionalno je tijelo nalik radioprijamniku koji se može ugoditi tako da zamjećuje ili da reagira na određene frekvencije. Normalna frekvencija ljudskoga bića prije pripitomljavanja jest istraživanje i uživanje u životu; usklađeni smo s frekvencijom ljubavi. Kao djeca ne posjedujemo nikakvu definiciju ljubavi kao apstraktnoga načela; ljubav jednostavno živimo. Takvi smo.

Emocionalno tijelo u sebi posjeduje dio koji je nalik na sustav za uzbunjivanje kojim nas upozorava onda kada nešto nije u redu. Isto to vrijedi i za fizičko tijelo. Ono posjeduje sustav za uzbunjivanje kojim nas obavještuje onda kada nešto nije u redu s našim tijelom. To nazivamo bolom. Kada osjetimo bol, to je zato što s tijelom nešto nije u redu, i za to se trebamo pobrinuti i ispraviti. Sustav za uzbunjivanje u emocionalnom tijelu jest strah. Kada osjetimo strah, to je zato što nešto nije u redu. Možda smo u opasnosti da izgubimo život.

Emocionalno tijelo zamjećuje emocije, ali ne kroz oči. Emocije zamjećujemo pomoću svoga emocionalnoga tijela. Djeca jednostavno osjećaju emocije - njihov razum ih ne tumači i ne dovodi ih u pitanje. Zbog toga djeca prihvaćaju neke ljude, a druge odbacuju. Kad se u nečijoj blizini ne osjećaju sigurni, tu osobu odbacuju jer mogu osjetiti emocije koje ta osoba projicira. Djeca lako mogu osjetiti kad je netko bijesan - tada njihov sustav za uzbunjivanje proizvodi slabi strah koji govori: »Kloni se toga«.

Učimo se biti emocionalni prema emocionalnoj energiji svojega doma i prema svojim osobnim reakcijama na tu energiju. Zbog toga će brat i sestra reagirati različito, prema tome kako su naučili obraniti se i prilagoditi različitim okolnostima. Kad se naši roditelji neprestano svađaju, kad u kući vladaju nesklad, nepoštovanje i laži, mi se na emocionalnoj razini učimo biti nalik njima. Čak i ako nam kažu da ne budemo kao oni i da ne lažemo, emocionalna energija naših roditelja i cijele naše obitelji navest će nas da svijet promatramo na sličan način.

Emocionalna energija koja vlada u našem domu uskladit će naše emocionalno tijelo na tu frekvenciju. Emocionalno tijelo počinje mijenjati svoju vibraciju i više nije na frekvenciji normalnoj za ljudsko biće. Mi igramo igre odraslih ljudi, igramo igru vanjskoga sna i, naravno, gubimo u toj igri. Gubimo svoju nevinost, svoju slobodu, sreću, a i svoju sklonost prema ljubavi. Prisiljeni smo se mijenjati - počinjemo zamjećivati drugi svijet i drugu stvarnost: stvarnost nepravde, stvarnost emocionalnoga bola, stvarnost emocionalnoga otrova. Dobrodošli u pakao - pakao koji stvaraju ljudi, a taj je pakao San planeta. Taj pakao dočeka

nas je dobrodošlicom, ali nismo ga izmislili mi osobno. Bio je ondje i prije nego što smo se rodili.

Promatrajući djecu, možete uočiti kako se uništavaju prava ljubav i sloboda. Zamislite dijete od dvije ili tri godine koje trči parkom i zabavlja se. Majka ga promatra, uplašena da bi moglo pasti i ozlijediti se. U nekome trenutku poželjet će da ga zaustavi, a dijete misli da se mamica igra s njim, pa pokušava trčati brže od nje. Obliznjom ulicom jure automobili, zbog čega je majka još uplašenija. Konačno uhvati dijete. Dijete očekuje da će se igrati s njim, ali ona ga istuče. Tres! Kakav šok! Djetetova sreća bila je izraz ljubavi koja se prelijevala iz njega - zato dijete ne shvaća zašto se majka ponaša na takav način. To je šok koji s vremenom malo po malo Zaustavlja ljubav. Dijete ne razumije riječi, ali čak i tako uspijeva postaviti pitanje: »Zašto?«

Trčanje i igra jesu izrazi ljubavi, ali to više nije sigurno, jer vas roditelji kažnjavaju kad izražavate svoju ljubav. Šalju vas u vašu sobu i ne smijete raditi ono što želite. Kažu vam da ste zločest dječak ili zločesta djevojčica, a to vas boli jer znači da ste kažnjeni.

U tome sustavu nagrađivanja i kažnjavanja postoji osjećaj i pravde i nepravde, onoga što je pošteno i onoga što nije pošteno. Osjećaj nepravde nalik je nožu koji U glavi otvara emocionalnu ranu. Tada, prema našoj reakciji na nepravdu, rana će se možda prelitati emocionalnim otrovom. Zašto se neke rane inficiraju? Pogledajmo još jedan primjer.

Zamislite da imate dvije ili tri godine. Sretni ste, igrate se, istražujete. Niste svjesni onoga što je dobro, a što je loše, što je pravilno, a što je potrebno; što biste smjeli raditi, a što ne biste smjeli, jer još niste pripitomljeni. Igrate se u dnevnoj sobi sa svime što vam dođe od ruku. Nemate nikakvih zlih namjera, ništa ne pokušavate razbiti, ali igrate se očevom gitarom. Za vas je to samo igračka; vi uopće ne pokušavate povrijediti tatu. Ali za vašega oca to je jedan od onih dana kad se ne osjeća dobro. Ima teškoća na poslu. Kada uđe u dnevnu sobu i vidi da se igrate njegovim stvarima, razbjesni se istoga trenutka, zgrabi vas i istuče.

S vašega stajališta to je nepravedno. Vaš otac samo je ušao u sobu i ljutito vas je povrijedio. To je osoba u koju ste imali potpuno povjerenje jer to je vaš tata, netko tko vas obično štiti i dopušta vam da se igrate i da budete to što jeste. A sada se pojavilo nešto što se ne uklapa. Taj osjećaj nepravde izaziva bol u vašemu srcu. Osjetljivi ste; boli vas i vi plačete. Ali ne plačete samo zato što vas je istukao. Ne boli vas tjelesno, nego emocionalno nasilje za koje osjećate da nije pravedno. Ništa loše niste učinili.

Osjećaj nepravde u vašemu umu rastvara ranu. Vaše emocionalno tijelo ranjeno je i u tom trenutku gubite djelić svoje nevinosti. Naučili ste da ne

možete uvijek vjerovati svojemu ocu. Čak i ako vaš um to još ne zna, jer još ne analizira, ipak razumije: »Ne mogu imati povjerenja«. Vaše emocionalno tijelo kaže vam da postoji nešto čemu ne možete vjerovati, a takav događaj može se i ponoviti.

Vaša reakcija mogla bi biti strah; mogla bi biti ljutnja ili, jednostavno, plač. Ali ta reakcija već je emocionalni otrov, jer normalna je reakcija prije pripitomljavanja da tati pokušate uzvratiti udarac kada vas istuče. Vi udarate njega ili samo podižete ruku, a zbog toga otac postaje još ljući. Kad podignete ruku na njega, vaš otac kažnjava vas još jače. Sada znate da će vas uništiti. Sada ga se plašite i više se ne branite jer znate da ćete time samo pogoršati stvari.

Još uvijek ne shvaćate zašto, ali znate da vas otac može čak i ubiti. To u vašemu umu stvara tešku ranu. Prije toga je vaš um bio potpuno zdrav; vi ste bili potpuno nevini. Nakon toga događaja razum pokušava nešto učiniti s tim iskustvom. Vi učite reagirati na određeni način, na svoj osobni način. U sebi čuvate tu emociju i ona mijenja vaš način života. To će se iskustvo sada ponavljati češće. Nepravde će stizati sa svih straha - od mame i tate, od braće i sestara, od ujni i ujaka, od škole i društva - od svih. Kad god osjetite strah, vi ćete se pokušati zaštititi, ali ne na onaj isti način na koji ste to činili prije pripitomljavanja, kada biste se obranili i jednostavno se nastavili igrati.

U toj povredi sada postoji nešto što u početku nije velik problem, a to je emocionalni otrov. Emocionalni se otrov nagomilava i um se počinje igrati tim otrovom. Sada se pomalo počinjemo brinuti o budućnosti jer posjedujemo sjećanje na taj otrov i ne želimo da se tako nešto dogodi ponovno. Isto tako posjedujemo sjećanja na prihvaćanje; sjećamo se razdoblja kad su mama i tata bili dobri prema nama i kad smo živjeli u skladu. Želimo taj sklad, ali ne znamo kako ga ostvariti. A budući da se nalazimo unutar mjehurića svojega vlastitog doživljavanja, čini nam se da se sve što se događa oko nas događa upravo zbog nas. Vjerujemo da se mama i tata svađaju zbog nas, čak i onda ako svađa nema nikakve veze s nama.

Malo po malo gubimo nevinost; pojavljuju se osjećaji odbojnosti kada više ne možemo opraštati. Tijekom vremena na temelju tih događaja i međudnosa shvaćamo da nije sigurno biti onaj tko uistinu jesmo. Naravno da će ta spoznaja po svojoj snazi biti drukčija kod svakoga djeteta, zbog različitih stupnjeva inteligencije i naobrazbe. To ovisi o mnogim stvarima. Ako ste sretni, pripitomljavanje neće biti tako strogo. Ali ako nemate sreće, pripitomljavanje može biti tako strogo a povrede tako duboke da ćete se plašiti i da progovorite.

Posljedica toga je: »O, ja sam tako stidljiv«. Stidljivost je strah od izražavanja samoga sebe. Možda ćete vjerovati da ne znate plesati ili pjevati, ali to je samo potiskivanje normalnoga ljudskog nagona za izražavanjem ljubavi.



Ljudi se koriste strahom da bi pripitomili druge ljude, a naš strah povećava se sa svakim iskustvom nepravde. Osjećaj nepravde nož je koji ranjava naše emocionalno tijelo. Emocionalni otrov stvara naša reakcija na ono što smatramo nepravdom. Neke će rane zacijeliti, a neke će se zaraziti sve većim količinama otrova. Kada se u nama nakupi previše emocionalnoga otrova, osjetit ćemo potrebu da ga se oslobodimo, a oslobađamo ga se usmjeravajući ga prema nekome drugomu. Kako to radimo? Privlačenjem pozornosti neke druge osobe.

Uzmimo za primjer neki običan bračni par. Zbog nekih razloga supruga je bijesna. Prepuna je emocionalnoga otrova zbog nepravdi koje joj čini njezin suprug. Suprug nije kod kuće, ali ona se prisjeća nepravdi i u njoj se gomila otrov. Kad se suprug vrati kući, supruga prije svega želi privući njegovu pozornost, jer kad privuče njegovu pozornost tada sav otrov može prenijeti na svoga supruga i osjetiti olakšanje. Čim mu kaže da je loš, glup ili nepravedan, otrov koji vrije u njoj prenijet će se na njega.

Ona neprestano govori i govori, sve dok ne privuče njegovu pozornost. Suprug konačno reagira i pobjesni, a ona se odmah osjeća bolje. Ali sada otrov teče kroz njega i on joj mora uzvratiti. Mora privući njezinu pozornost i osloboditi se otrova, ali to više nije samo njezin otrov - nego i njezin i njegov ujedno. Ako dobro promotrite taj međuodnos, uvidjet ćete da si uzajamno povređuju rane i igraju ping-pong emocionalnim otrovom.

Otrov se gomila i gomila, dotle dok jednoga dana jedno od njih ne eksplodira. Na taj način ljudi se ponašaju vrlo često.

Privlačenjem pozornosti energija prelazi s jedne osobe na drugu. Pozornost je u ljudskome umu nešto jako snažno. U cijelome svijetu svaki čovjek neprestano pokušava privući pozornost drugih ljudi. Kada privučemo pozornost, time stvaramo kanale kojima protječe komunikacija. Prenosi se San, prenosi se moć, ali se prenosi i emocionalni otrov.

Otrov najčešće prenosimo osobi za koju vjerujemo da je odgovorna za nepravdu. No ako je ta osoba snažna toliko da joj ne možemo prenijeti otrov, onda nam je svejedno komu ćemo ga prenijeti. Šaljemo ga djeci koja se ne mogu obraniti, i tako dolazi do zlostavljanja. Snažni ljudi zlostavljaju slabije zato što se moraju osloboditi svojega emocionalnog otrova. Mi imamo potrebu osloboditi se otrova i katkad nas ne zanima pravednost - jednostavno želimo oslobođenje, a ne mir. Zato ljudi neprestance pokušavaju postići što veću moć, jer što više moći imamo, to nam je lakše prenijeti otrov na one koji se ne mogu braniti.

Naravno, ovdje govorimo o odnosima u paklu. Govorimo o mentalnoj bolesti koja postoji na ovome planetu. Nikoga ne možemo okriviti zbog te bolesti; ona nije ni dobra ni loša, ni pravilna ni pogrešna; riječ je jednostavno o normalnoj patologiji te bolesti. Nitko nije kriv zato što je sklon zlostavljanju. Kao što ljudi

na onome izmišljenom planetu nisu krivi zato što imaju kožnu bolest, tako ni vi niste krivi što su vaše rane prepune otrova. Kada ste tjelesno bolesni ili ozlijeđeni, vi ne okrivljujete sebe zbog toga i ne osjećate grižnju savjesti. Zašto biste se onda osjećali loše ili krivi onda kada vam je emocionalno tijelo bolesno?

Važno je da smo svjesni toga da imamo takvih teškoća. Ako smo svjesni toga, tada imamo prigodu da iscijelimo svoje emocionalno tijelo i emocionalni um i da prestanemo patiti. Ako toga nismo svjesni, tada ne možemo učiniti ništa. Možemo samo i dalje patiti u odnosima s drugim ljudima, ali ne samo s drugim ljudima nego i u odnosima sa svojim vlastitim ja, jer mi ozljeđujemo svoje vlastite rane samo da bismo se kaznili.

U svome umu stvorili smo dio koji prosuđuje uvijek. Taj Sudac sudi o svemu što činimo, o svemu što ne činimo, o svemu što osjećamo i što ne osjećamo. Mi sami sebi sudimo neprestance, a ujedno i svakomu drugom čovjeku, i to na temelju onoga što vjerujemo i na temelju osjećaja pravde i nepravde. Naravno, uvijek prosudimo tako da smo krivi i da nas treba kazniti. Drugi dio našega uma koji prima osude i koji ima potrebu da bude kažnjen jest Žrtva. To je onaj dio koji kaže: »Jadna ja. Nisam dosta dobra, nisam dosta snažna, nisam dosta pametna. Zašto bih se uopće trudila?«

Kad ste bili dijete, niste mogli odabrati što ćete vjerovati, a što nećete vjerovati. Sudac i Žrtva temelje se na svim onim lažnim uvjerenjima koja niste odabrali vi. Kad su te informacije stigle do vašega uma, vi ste bili nevini. Svemu ste vjerovali. Vanjski San u vas je ugradio program sustava vjerovanja. Taj program Tolteci nazivaju Nametnikom. Ljudski je um bolestan zbog toga što postoji Nametnik koji od njega krade njegovu životnu energiju i životnu radost. Nametnik okuplja sva ona uvjerenja zbog kojih patite. Ta uvjerenja snažna su toliko da i godinama poslije, kad naučite nova načela i pokušavate donijeti svoje vlastite odluke, shvatite da ta uvjerenja i dalje upravljaju vašim životom.

Katkada maleno dijete koje se krije u vama - ono pravo ja koje je ostalo u dobi od dvije ili tri godine - iziđe na površinu. Tada živite u sadašnjemu trenutku i zabavljate se, ali postoji nešto što vas odvlači od te zabave; jedan dio vas ne osjeća se dosta vrijednim za uživanje. Unutarnji glas govori vam da je vaša sreća nešto previše dobro da bi moglo biti istinito; da nije u redu bili previše sretan. Sva krivnja, grižnja savjesti i sav emocionalni otrov vašega emocionalnoga tijela odvlače vas natrag u svijet tragedije.

Nametnik se s naših djedova kao bolest širio na naše roditelje i na nas - a mi ga onda predajemo svojoj vlastitoj djeci. Sve te programe na svoju djecu prenosimo na isti način na koji dresiramo psa. Ljudska bića jesu pripitomljene životinje, a to nas pripitomljavanje vodi u san pakla u kojemu živimo u strahu. Nametnikova hrana jesu emocije koje izviru iz straha. Prije nego se Nametnik uselio u nas, mi smo uživali u životu, igrali smo se, bili smo sretni poput malene djece. Ali pošto

sve to smeće zavlada našim mozgom, više nismo sretni. Pokušavamo imati pravo, tako da svi drugi imaju krivo. Potreba da »imamo pravo« posljedica je našega pokušaja da zaštitimo sliku koju želimo projicirati na vanjski svijet. Svoj način razmišljanja moramo nametnuti ne samo drugim ljudima nego i samima sebi.

Kada smo svjesni, tada lako možemo shvatiti što nedostaje našim odnosima - odnosima s roditeljima, djecom, prijateljima, partnerom, pa čak i sa samima sobom. Zašto naš odnos sa sobom nije dobar? Zato što smo ranjeni i u sebi nosimo sav taj emocionalni otrov s kojim jedva izlazimo na kraj. Prepuni smo otrova jer odrastamo sa slikom savršenstva koja nije istinita, koja ne postoji - a naš um smatra da to nije pošteno.

Vidjeli smo da tu sliku savršenstva stvaramo da bismo ugodili drugim ljudima, iako oni stvaraju svoje vlastite snove koji ni na koji način nisu povezani s nama. Pokušavamo ugoditi mami i tati, pokušavamo ugoditi učitelju, svećeniku, svojoj religiji i Bogu. Ali istina je ta da s njihova stajališta mi nikada nećemo biti savršeni. Ta slika savršenstva govori nam kakvi bismo trebali biti da bismo bili dobri, da bismo se prihvatili. Ali, znate što? To je, kada je riječ o nama samima, najveća laž u koju vjerujemo, jer mi nikada nećemo biti savršeni. A ni na koji način ne možemo sebi oprostiti zbog toga što nismo savršeni.

Ta slika savršenstva mijenja način na koji sanjamo. Učimo se nijekati i odbacivati sebe. Prema svim onim uvjerenjima koje imamo, mi nikada nismo dosta dobri, niti dosta imamo pravo, niti smo dosta čisti ni dosta zdravi. Uvijek postoji nešto što Sudac može odbaciti i zamjeriti. Zbog toga odbacujemo svoju vlastitu ljudskost; zbog toga nikada ne zaslužujemo biti sretni; zbog toga tragamo za nekim tko će nas zlostavljati, tko će nas kažnjavati. Zbog te slike savršenstva posjedujemo vrlo visoku razinu sklonosti prema zlostavljanju samih sebe.

Kada sebe odbacujemo, prosuđujemo, osuđujemo i kažnjavamo, čini se da nigdje nema nikakve ljubavi. Čini se da na ovome svijetu postoji samo kažnjavanje, samo patnja i osuđivanje. Pakao ima mnogo različitih razina. Neki se ljudi nalaze jako duboko u paklu, a neki su na samoj površini, ali ipak jesu u paklu. U paklu postoje odnosi u kojima ima jako mnogo zlostavljanja, ali i odnosi u kojima zlostavljanja ima jako malo.

Vi više niste dijete, pa ako u vašim odnosima postoji zlostavljanje, to je zato što vi to prihvaćate, što vjerujete da to zaslužujete. U vama postoji ograničenje količine zlostavljanja koju ćete prihvatiti, ali na cijelome svijetu ne postoji nitko tko vas zlostavlja više od vas samih. Granica na kojoj prestaje vaše zlostavljanje samoga sebe jest granica koju ćete podnositi i od drugih ljudi. Ako vas netko zlostavlja više nego što vi zlostavljate sami sebe, otići ćete, pobjeći. Ali ako vas



netko zlostavlja samo malo manje nego što vi zlostavljate sebe, možda ćete ostati dulje. I dalje zaslužujete to zlostavljanje.

U normalnim odnosima u paklu najčešće je riječ o plaćanju neke nepravde; riječ je o izravnavanju dugova. Ja vas zlostavljam onako kako je vama potrebno da budete zlostavljani, a vi mene zlostavljate onako kako je meni potrebno da budem zlostavljan. Uspostavili smo pravu ravnotežu. Naravno, energija privlači energiju iste vrste, istu vibraciju. Ako vam netko priđe i kaže: »Jako me zlostavljaju«, a vi upitate: »Pa zašto onda ostaješ ondje?« neće vam moći odgovoriti. Istina je u tome da je toj osobi takvo zlostavljanje potrebno jer je to način na koji kažnjava samu sebe.

Život vam pruža upravo ono što vam je potrebno. U paklu vlada savršena pravda. Nikoga ne možemo okriviti. Čak možemo reći da je naša patnja dar. Kada biste samo otvorili oči i vidjeli što vas okružuje, to bi bilo dosta da očistite svoj otrov, iscijelite svoje ozljede, prihvatite sami sebe i izbavite se iz pakla.

## *Čovjek koji nije vjerovao u ljubav*

ŽELIO BIH VAM ISPRIPOVIJEDITI STARODREVNU PRIPOVIJEST O ČOVJEKU KOJI NIJE vjerovao u ljubav. Bio je to običan čovjek, nalik vama i meni, ali zbog svoga načina razmišljanja bio je osobit: mislio je da ljubav ne postoji. Naravno, mnogo je toga iskusio pokušavajući pronaći ljubav i promatrao je ljude oko sebe. Velik dio svoga života proveo je u potrazi za ljubavlju, otkrivajući da ona ne postoji.

Kamo god išao, običavao je govoriti ljudima da ljubav nije ništa drugo nego pjesnička izmišljotina, pa i religijska izmišljotina kojom svećenici pokušavaju upravljati slabim ljudskim umom i navesti ih da vjeruju. Govorio je da ljubav nije stvarna i da zbog toga ni jedno ljudsko biće nikada ne može pronaći ljubav, iako može tragati za njom.

Taj čovjek bio je vrlo inteligentan i vrlo uvjerljiv. Pročitao je mnogo knjiga, pohađao je najbolja sveučilišta i postao priznati znanstvenik. Mogao je održati govor na bilo kojemu javnom mjestu, ispred skupine bilo kakvih ljudi, a njegova logika bijaše vrlo snažna. Govorio je da je ljubav kao droga; daje vam osjećaj uznositosti, ali stvara i snažnu potrebu. Govorio je da čovjek može postati jako ovisan o ljubavi, ali što se dogodi kad ljubav ne dobijete u dostatnoj količini? Upravo kao i u slučaju droge, svaki dan potrebne su vam stanovite količine.

Običavao je govoriti da je najveći dio odnosa između ljubavnika nalik odnosu između ovisnika o drogi i onoga tko mu donosi drogu. Onaj čija je potreba veća nalik je ovisniku; onaj čija je potreba manja nalik je prodavaču droge. Onaj s manjom potrebom jest onaj koji upravlja cijelim odnosom. Tu dinamiku lako je uočiti, jer u svakome odnosu obično postoji onaj koji više voli i onaj koji voli manje, koji jednostavno iskorištava prednosti koje mu daje ljubav njegova partnera. Možete uočiti način na koji manipuliraju jedno drugim, njihove postupke i reakcije, koji uvelike nalikuju postupcima i reakcijama ovisnika i prodavača droge.

Ovisnik, onaj čija je potreba veća, živi u neprestanu strahu od toga da možda neće moći dobiti sljedeću količinu ljubavi odnosno droge. Ovisnik razmišlja ovako: »Sto ću učiniti ako me ona napusti?« Zbog toga straha ovisnik je jako posesivan. »To je moje!« Ovisnik postaje ljubomoran i počinje zahtijevati, a sve u strahu da neće dobiti sljedeću količinu droge. Onom osobom kojoj je droga potrebna prodavač droge može upravljati i manipulirati tako što će joj davati veće ili manje količine. Onaj čija je potreba veća predaje se potpuno i učinit će sve što može da ga ne napusti onaj drugi.

Čovjek je svima objašnjavao da ljubav ne postoji. »Ono što ljudi nazivaju 'ljubavlju' samo je odnos straha koji se temelji na manipulaciji. Gdje je tu poštovanje? Gdje je tu ljubav za koju oboje tvrde da postoji? Nema nikakve ljubavi. Mladi parovi pred Bogom, pred svojim obiteljima i prijateljima daju mnogo obećanja jedno drugome: da će zauvijek živjeti zajedno, da će se voljeti i poštovati, da će si pomagati i u dobru i u zlu. Obećavaju da će voljeti i poštovati jedno drugo i daju sve više i više obećanja. Zapanjuje to što oni uistinu i vjeruju u ta obećanja. Ali nakon vjenčanja tjedan dana, mjesec dana poslije, nakon nekoliko mjeseci - vidite da nisu održali ni jedno obećanje.

Umjesto ljubavi vlada rat za prevlast, da bi se vidjelo tko će kime upravljati. Tko će biti prodavač, a tko ovisnik? Nekoliko mjeseci nakon vjenčanja uvidjet ćete da je poštovanje na koje su se zaklinjali nestalo. Pojavili su se odbojnost i emocionalni otrov, oni vrijeđaju jedno drugo, i taj otrov raste i raste, sve dok jednoga dana ne shvate da niti ne znaju kad je prestala ljubav. Ostat će zajedno jer se plaše biti sami, plaše se mišljenja i prosudba drugih ljudi, a isto tako plaše se i svojih vlastitih prosudaba i mišljenja. Ali gdje je tu ljubav?«

Taj čovjek tvrdio je da je upoznao mnogo starijih parova koji su zajedno živjeli trideset, četrdeset, pedeset godina, a koji su bili jako ponosni na to što su proživjeti zajedno tako mnogo godina. Ali slušao ih je kako govore o svome odnosu, a ovako su govorili: »Uspjeli smo preživjeti u braku«. To znači da se jedno od njih predalo drugome; ona je u određenom trenutku odustala i odlučila prekinuti patnju. Onaj čija je volja snažnija, a potreba manja, pobijedio je u tome ratu, ali gdje je tu onaj plamen što ga nazivaju ljubavlju? Jedno prema drugome postupaju kao prema svome vlasništvu: »Ona je moja«. »On je moj.«

Tako je čovjek neprestano govorio o svim razlozima zbog kojih je vjerovao da ljubav ne postoji; govorio je: »Ja sam kroz sve to već prošao. Više nikomu neću dopustiti da u ime ljubavi manipulira mojim mislima i da nadzire moj život«. Njegovi argumenti bili su sasvim logični, pa su njegove riječi uvjerile mnoge ljude. Ljubav ne postoji.

Jednoga dana šetao je parkom, a na klupi je sjedila prekrasna žena i plakala. Kad je vidio da plače, obuzela ga je znatiželja. Sjeo je pokraj nje i upitao je može li joj pomoći. Upitao ju je zašto plače. Možete zamisliti njegovu iznenađenje kad mu je rekla da plače zbog toga što ljubav ne postoji. Rekao je: »To je neobično - žena koja vjeruje da ljubav ne postoji!« Naravno, želio je više doznati o njoj.

»Zašto kažeš da ljubav ne postoji?« upitao je.

»Duga je to pripovijest«, odvrtila je. »Udala sam se kad sam bila sasvim mlada, prepuna ljubavi i iluzija i nade da ću s tim čovjekom podijeliti svoj život. Zakleli smo se jedno drugomu na vjernost, da ćemo se poštovati i osnovali smo obitelj. Ali uskoro se sve promijenilo. Bila sam odana supruga koja se brinula o



svojoj djeci i domu. Moj suprug nastavio je napredovati u karijeri, a uspjeh i položaj izvan doma bili su mu važniji od obitelji. Više me nije poštivao, a i ja sam izgubila svoje poštovanje prema njemu. Ranjavali smo jedno drugo; u jednom trenutku otkrila sam da ga ne volim i da ni on ne voli mene.

Ali djeci je bio potreban otac, i to je bila moja izlika da ostanem i da dam sve od sebe kako bih ga podupirala. Sada su djeca odrasla i otišla su svojim putem. Više nemam nikakve izlike da ostanem s njim. Nema poštovanja, nema blagosti. Znam da kad bih čak i pronašla koga drugoga, sve bi bilo isto, jer ljubav ne postoji. Nema smisla tragati za nečim što ne postoji. Zbog toga plačem«.

Budući da ju je sasvim dobro razumio, zagrlio ju je i rekao: »U pravu si; ljubav ne postoji. Mi tragamo za ljubavlju, otvaramo svoje srce i postajemo ranjivi, a pronalazimo samo sebičnost. To nas boli čak i kad mislimo da neće boljeti. Nije važno koliko mnogo odnosa imamo; uvijek se događa isto. Zašto bismo uopće i tragali za ljubavlju?«

Bili su vrlo slični, pa su uskoro postali jako dobri prijatelji. Bio je to prekrasan odnos. Poštovali su jedno drugo i nikada se jedno prema drugome nisu odnosili s prezirom. U svemu što su zajedno radili bili su sretni. Nije bilo nikakve zavisti ni ljubomore, nije bilo pokušaja nadziranja ni posesivnosti. Taj se odnos neprestano razvijao. Voljeli su biti zajedno, jer kad su bili zajedno, dobro su se osjećali. Kad nisu bili zajedno, nedostajali su jedno drugomu.

Jednoga dana, dok je muškarac boravio izvan grada, na pamet mu je pala sasvim čudnovata misao. Razmišljao je: »Hm, možda je to što osjećam za nju ljubav. Ali toliko se razlikuje od svega onoga što sam osjećao do sada. Nije to ono što opisuju pjesnici, nije to ono što tvrdi religija, jer ja nisam odgovoran za nju. Ništa joj ne oduzimam; nemam potrebu da se brine za mene; nemam je potrebu kriviti za svoje teškoće, a nemam ni potrebu govoriti joj o njima. Zajedno nam je jako dobro. Uživamo jedno u drugome. Poštujem njezin način razmišljanja, kao i njezine osjećaje. Ona me ne dovodi u neugodne situacije, uopće me ne zamara. Nisam ljubomorani na nju da se druži s drugim ljudima; ne zavidim joj kad ima uspjeha. Možda ljubav zapravo i postoji, ali to nije ono što svi misle da ljubav jest«.

Jedva je čekao da se vrati kući i razgovara s njom, Da joj ispričavijedi svoje čudnovate misli. Čim je progovorio, rekla je: »Točno znam o čemu govoriš. I meni je slična zamisao pala na um, ali nisam ti je željela povjeriti jer znam da ne vjeruješ u ljubav. Možda ljubav uistinu i postoji, ali to nije ono što smo mislili da jest«. Odlučili su postati ljubavnici i živjeti zajedno, a čudno je to da se ništa nije promijenilo. I dalje su poštovali jedno drugo, podupirali su se, a ljubav je rasla sve više i više. Njihova srca pjevala su pjesmu ljubavi čak i zbog najjednostavnijih stvari, jer su bili jako sretni.

Srce toga čovjeka bilo je toliko prepuno ljubavi koju je osjećao, da se jedne noći dogodilo čudo. Promatrao je zvijezde i pronašao najljepšu zvijezdu, a njegova ljubav bila je velika toliko da se zvijezda počela spuštati s neba i uskoro se našla u njegovoj ruci. Tada se dogodilo drugo čudo - njegova duša stopila se s tom zvijezdom. Bio je beskrajno sretan i jedva je dočekao da se susretne sa ženom i spusti joj zvijezdu u ruke, da bi joj dokazao svoju ljubav. Tek što je spustio zvijezdu u njezine ruke, ona je osjetila tračak sumnje. Ta ljubav bila je jako neodoljiva, ali u tome trenutku zvijezda je skliznula iz njezinih ruku i razbila se u milijun komadića.

Sada jedan stari čovjek hoda svijetom zaklinjući se da ljubav ne postoji. A jedna prekrasna starica u svome domu čeka muškarca, tugujući za rajem što ga je nekada držala u rukama, ali ga je ispustila zbog jednoga jedinog trenutka sumnje. To je pripovijest o čovjeku koji nije vjerovao u ljubav.

Tko je pogriješio? Želite li pogađati što je pošlo po zlu? Pogriješio je muškarac misleći da ženi može predati svoju sreću. Zvijezda je bila njegova sreća, a on je pogriješio stavljajući je u njezine ruke. Sreća nikada ne dolazi izvana. On je bio sretan jer je iz njega izvirala ljubav; ona je bila sretna jer je iz nje izvirala ljubav. Ali tek što ju je on učinio odgovornom za svoju sreću, ona je razbila zvijezdu, jer nije mogla biti odgovorna za njegovu sreću.

Koliko god ga žena voljela, nikada ga nije mogla usrećiti, jer nikada nije mogla spoznati što se krije u njegovoj glavi. Nije mogla znati što on očekuje, jer nije poznavala njegove snove.

Ako uzmete svoju sreću i stavite je u nečije ruke, ona će se razbiti prije ili poslije. Ako svoju sreću pružite komu drugomu, ta je osoba uvijek može odnijeti. Ako sreća može doći samo iz vaše nutrine, a posljedica toga je vaša ljubav, to znači da ste vi odgovorni za svoju sreću. Mi nikada nikoga ne možemo učiniti odgovornim za našu sreću, ali kada se u crkvi obavlja vjenčanje, tada se najprije izmijene prsteni. Mi stavljamo svoju zvijezdu u ruke one druge osobe očekujući da će nas ona usrećiti i da ćemo mi usrećiti nju. Bez obzira na to koliko voljeli nekoga, nikada nećete biti onakvi kakvima vas želi ta druga osoba.

To je pogreška koju najveći dio ljudi učini odmah na početku. Svoju sreću temeljimo na svome partneru, na taj način ne možemo uspjeti. Dajemo mnoštvo obećanja koja ne možemo održati, i time sebe predodređujemo za neuspjeh.

## *Staza ljubavi i staza straha*

CIJELI VAŠ ŽIVOT SAMO JE SAN. VI ŽIVITE U SVIJETU MAŠTE U KOJEM JE sve što znate o sebi istinito samo za vas. Vaša istina samo je vaša, a ne može biti istina ni jednoga drugog čovjeka, pa ni vaše vlastite djece i roditelja. Samo razmislite o onome što vi vjerujete o sebi, a što o vama vjeruje vaša majka. Ona može reći da vas jako dobro poznaje, ali nema pojma tko ste vi uistinu. Zna da nema. I vi možete vjerovati da dobro poznajete svoju majku, ali nemate pojma tko je ona uistinu. U svojim mislima ona nosi sve svoje maštarije koje nikada nije podijelila ni s jednom osobom. Vi nemate pojma što se krije u njezinoj glavi.

Ako promotrite svoj vlastiti život i ako se pokušate sjetiti što ste radili kad ste imali jedanaest ili dvanaest godina, jedva ćete se prisjetiti pet posto od cijeloga svojega života. Naravno da ćete se prisjetiti najvažnijih stvari, kao što je vaše vlastito ime, jer te stvari ponavljate neprestano. Ali katkada zaboravite ime svoga vlastitog djeteta ili prijatelja. To je zato što je vaš život načinjen od snova - mnoštva malih snova koji se mijenjaju cijelo vrijeme. Snovi su skloni tomu da se rasprsnu, i zbog toga ih zaboravljamo tako lako.

Svako ljudsko biće sanja svoj osobni san o životu, a taj je san potpuno različit od sna bilo kojega drugog ljudskog bića. Mi sanjamo u skladu sa svim onim uvjerenjima koje posjedujemo, a svoje snove mijenjamo u skladu sa svojim prosuđivanjem i u skladu sa svojim uvjerenjem o vlastitom položaju žrtve. Zbog toga čak ni dvoje ljudi nikada ne može imati iste snove. U odnosu se možemo pretvarati da smo isti, da razmišljamo jednako, da osjećamo jednako, da sanjamo iste snove, ali to nije istina. Postoje dva sanjača i dva sna. Svaki sanjač sanjat će na svoj osobit način. Zbog toga trebali bismo prihvatiti razlike koje postoje između dvaju sanjača; trebali bismo poštovati san drugoga čovjeka.

Mi istodobno možemo imati na tisuće odnosa, ali u svakom odnosu postoji samo dvoje ljudi. Ja imam odnos sa svakim od svojih prijatelja, a to je uvijek odnos između dvoje ljudi.

Imam i odnos sa svakim svojim djetetom, a svaki je taj odnos potpuno različit od drugih. U skladu s načinom na koji dvoje ljudi sanjaju, oni će stvoriti oblik toga sna koji nazivamo odnosom. Svaki odnos u kojem se nalazimo - s mamom, tatom, braćom, sestrama, prijateljima - jedinstven je, jer mi zajedno sanjamo mali san. Svaki odnos postaje živo biće koje su stvorila dva sanjača.

Kao što je vaše tijelo načinjeno od stanica, tako su vaši snovi sastavljeni od emocija. Postoje dva glavna izvora tih emocija: jedan izvor jest strah i sve emocije koje izviru iz straha; a drugi jest ljubav i sve emocije koje izviru iz ljubavi. Mi doživljavamo obje te emocije, ali kod ljudi prevladava strah.

Možemo reći to da se uobičajen odnos u ovome svijetu devedeset pet posto temelji na strahu, a pet posto na ljubavi. Naravno, to će se mijenjati ovisno o ljudima, ali čak ako straha ima šezdeset posto, a ljubavi četrdeset, odnos se i dalje temelji na strahu.

Da bismo razumjeli te osjećaje, možemo opisati neka svojstva ljubavi i straha koja ja nazivam »stazom ljubavi« i »stazom straha«. Te dvije staze jednostavno su pomoćni nazivi koji nam omogućuju da uočimo kako živimo svoj život. Te podjele služe logičkomu umu da bi razumio i pokušao uvesti nekakav nadzor nad odlukama koje donosi. Pogledajmo neka svojstva ljubavi i straha.

Ljubav nema nikakvih obaveza. Strah je pun obaveza. Na stazi straha sve činimo zato što to moramo učiniti i očekujemo da će drugi ljudi učiniti nešto zato što to moraju učiniti. Imamo obaveze, ali čim nešto moramo učiniti, odupiremo se tomu. Što se više odupiremo, to više patimo. Prije ili poslije pokušat ćemo izbjeći svoje obaveze. S druge strane, ljubav ne poznaje otpore. Sve radimo zato što to želimo napraviti. Tada to postaje zadovoljstvo, nalik igri - a mi se zabavljamo.

Ljubav ne očekuje ništa. Strah je prepun očekivanja. Kad se plašimo, tada stvari radimo zato što očekujemo da to moramo učiniti, a ujedno očekujemo da će drugi činiti to isto. Zbog toga strah ranjava, ali ljubav ne. Nešto očekujemo, a ako se to ne dogodi, osjećamo se povrijeđeni - to nije pravedno. Druge ljude okrivljujemo zbog toga što nisu ispunili naša očekivanja. Kada volimo, tada nemamo nikakvih očekivanja; radimo nešto jer to želimo raditi, a ako drugi ljudi nešto rade ili ne rade, to je zato što žele ili ne žele nešto napraviti, a tu nije riječ ni o čemu osobnom. Kada ništa ne očekujemo i ništa se ne dogodi, to nam nije važno. Ne osjećamo se povrijeđeni, jer dobro je sve što se dogodi. Zbog toga jedva da nas nešto može povrijediti kad smo zaljubljeni; ne očekujemo da će naš ljubavnik nešto učiniti i nemamo nikakvih obaveza.

Ljubav se temelji na poštovanju. Strah nikoga ne poštuje, pa ni sebe samoga. Ako vas sažalijevam, to znači da vas ne poštuju. Vi ne možete sami donositi svoje vlastite odluke. Kada ja moram umjesto vas donositi odluke, tada vas ne poštuju. Ako vas ne poštuju, tada ću pokušavati upravljati vašim životom. Gotovo uvijek kada svojoj djeci govorimo kako da žive svoj život, to je zato što ih ne poštuju. Sažalijevamo ih i pokušavamo učiniti za njih ono što bi oni trebali učiniti sami za sebe. Kada ne poštuju sebe, kada sažalijevam sama sebe, tada osjećam da nisam dosta dobar da bih mogao uspjeti u ovome svijetu. Kako ćete znati kada sebe ne poštuju? Kad kažete: »Jadan ja. Nisam dosta snažan, nisam dosta inteligentan, nisam dosta lijep, i zbog toga ne mogu uspjeti«. Samosažaljenje izvire iz nepoštovanja.

Ljubav je nemilosrdna - nikoga ne sažalijeva, ali osjeća sućut. Strah je prepun sažalijevanja i sažalijeva svakoga. Sažalijevat ćete me kada me ne budete

poštovali, kad pomislite da nisam dosta snažan da uspijem. S druge strane, ljubav poštuje. Ja vas volim i znam da možete uspjeti. Znam da ste dosta snažni, dosta pametni i dosta dobri da sami možete donositi svoje vlastite odluke. Ne moram ja donositi odluke umjesto vas. Vi to možete učiniti. Ako pogriješite, pružit ću vam ruku i pomoći da ustanete. Reći ću: »Možeš ti to, samo naprijed«. To je sućut, ali to nije isto što i sažaljenje. Sućut izvire iz poštovanja i ljubavi; sažaljenje iz nedostatka poštovanja i straha.

Ljubav je u potpunosti odgovorna. Strah izbjegava odgovornost, ali to ne znači da nije odgovoran. Pokušaj izbjegavanja odgovornosti jedna je od najvećih pogrešaka koje činimo, jer svaki čin ima svoje posljedice. Sve što pomislimo i sve što učinimo ima svoje posljedice. Ako donesemo odluku, pojavljuje se ishod ili reakcija. Na ovaj ili onaj način doživjet ćemo posljedice svojih djela. Zbog toga je svako ljudsko biće potpuno odgovorno za svoja djela, čak i ako to ne želi biti. Drugi ljudi mogu pokušati platiti za vaše pogreške, ali vi ćete svakako platiti svoje pogreške, i to dvostruko. Kad su drugi odgovorni za vas, to dovodi samo do još veće tragedije.

Ljubav je uvijek blaga. Strah je uvijek grub. U strahu smo prepuni obaveza, očekivanja, nemamo poštovanja, izbjegavamo odgovornost i osjećamo sažaljenje. Kako se možemo osjećati dobro ako u strahu patimo? Osjećamo da nas sve ugrožava; bijesni smo, tužni i ljubomorni ili se osjećamo izdanima.

Bijes je samo strah koji nosi masku. Tuga je strah koji nosi masku. Ljubomora je strah koji nosi masku. Uza sve te emocije koje izvire iz straha i dovode do patnje, možemo se samo pretvarati da smo blagi. Ali mi nismo blagi, jer se ne osjećamo dobro, jer nismo sretni. Ako ste na stazi ljubavi, tada nemate nikakvih obaveza, nikakvih očekivanja. Ne žalite sami sebe, a ni svoga partnera. Za vas je sve dobro i zbog toga smiješak nikada ne silazi s vašega lica. Osjećate se dobro sami sa sobom i zato ste sretni i blagi. Ljubav je uvijek blaga, a zbog te ste blagosti velikodušni i sva su vam vrata otvorena. Ljubav je velikodušna. Strah je sebičan; u strahu se brinete samo za sebe. Sebičnost zatvara sva vrata.

Ljubav je bezuvjetna. Strah je prepun uvjeta. Na stazi straha ja ću te voljeti samo ako mi dopustiš da te kontroliram, samo ako si dobra prema meni, ako se uklapaš u sliku koju sam stvorio o tebi. Stvorio sam sliku o tebi kakva bi ti trebala biti, a budući da nisi i nikada nećeš biti slična toj slici, ja te zbog toga prosuđujem i osuđujem. Vrlo često čak se i stidim zbog tebe jer nisi onakva kakvu bih te ja želio. Ako se ne uklapaš u sliku koju sam stvorio, stidim te se, ljutiš me i uopće nemam strpljenja s tobom. Samo glumim blagost. Na stazi ljubavi nema nikakvih ako; nema nikakvih uvjeta. Volim te bez ikakva razloga, bez ikakvih opravdanja. Volim te upravo takvu kakva jesi, a ti si slobodna da budeš takva kakva jesi. Ako mi se ne sviđaš, tada mi je bolje da pronađem nekoga tko je sličniji mojoj slici. Mi nemamo prava mijenjati nekoga drugoga i



nitko nema prava mijenjati nas. Ako se hoćemo promijeniti, to je zato što se želimo promijeniti jer više ne želimo patiti.

Najveći dio ljudi svoj život živi na stazi straha. U odnosu su jer osjećaju da moraju biti u odnosu. U tim odnosima mnogo toga očekuju i od partnera i od sebe. Do svih tih tragedija i patnji dolazi zbog toga što se koristimo komunikacijskim kanalima koji su postojali i prije nego smo se rodili. Ljudi prosuđuju, osjećaju se kao žrtve, ogovaraju jedni druge, ogovaraju s prijateljima, ogovaraju u barovima. Cijele se obitelji mrze. Emocionalni se otrov gomila, a roditelji ga predaju svojoj djeci. »Pogledaj samo što mi je učinio tvoj otac. Ne smiješ nikada biti nalik svomu ocu. Svi su muškarci ovakvi; sve su žene onakve«. Eto što radimo s bićima koja toliko volimo - sa svojom vlastitom djecom, sa svojim prijateljima, sa svojim partnerima.

Na stazi straha postavljamo mnoštvo uvjeta, očekivanja i obaveza; donosimo mnoštvo pravila da bismo se zaštitili od emocionalnih patnji, a istina je da zapravo ne bi smjelo biti nikakvih pravila. Ta pravila oslabljuju kvalitetu komunikacijskih kanala između nas, jer kad smo uplašeni, tada lažemo. Ako očekujete da se ja moram ponašati na određeni način, tada ja osjećam obavezu tako se i ponašati. Istina je da ja nisam ono što vi želite. Kada sam otvoren, kada sam onakav kakav jesam, vi se osjećate povrijeđeni i postajete bijesni. Tada vam lažem, jer se plašim vašega prosuđivanja. Plašim se da ćete me okriviti, osuditi i kazniti. I svaki put kad se prisjetite neke moje pogreške, kažnjavat ćete me ispočetka.

Na stazi ljubavi postoji pravda. Ako napravite pogrešku, za nju ćete platiti samo jednom, a ako uistinu volite sebe, iz te ćete pogreške nešto naučiti. Na stazi straha nema pravde. Sami sebe tjerate da tisuću puta platite za istu pogrešku. Tjerate svoga partnera ili prijatelja da tisuću puta plaća za istu pogrešku. To stvara osjećaj nepravde i mnoštvo emocionalnih povreda. Time ste sebe, naravno, predodredili za neuspjeh. Ljudska bića od svega stvaraju tragediju, čak i od sitnih i nevažnih stvari. Te tragedije vidamo u uobičajenim odnosima koji vladaju u paklu, jer se parovi nalaze na stazi straha.

U svakom odnosu postoje dva dijela. Jedno ste vi, a drugi dio jesu vaš sin, kćerka, otac, majka, prijatelj, partner. Vi ste odgovorni samo za svoju polovicu; niste odgovorni za drugu polovicu. Bez obzira na to koliko mislite da ste bliski, bez obzira na to koliko je vaša ljubav snažna, ni na koji način ne možete biti odgovorni za ono što se zbiva u glavi druge osobe. Nikada ne možete znati što ta druga osoba osjeća, što vjeruje, kakve zaključke donosi. Ništa ne znate o toj osobi. To je istina, ali što mi činimo? Pokušavamo biti odgovorni za drugu polovicu, i zato se odnosi u paklu temelje na strahu, tragediji i ratu za prevlast.

Ako smo u ratu za prevlast, to je zato što nemamo poštovanja. Istina je da nemamo ni ljubavi. Riječ je o sebičnosti, a ne o ljubavi; riječ je samo o tome da

dobijemo svoje količine droge, da bismo se mogli osjećati dobro. Kada ne poštujemo drugu osobu, dolazi do rata za prevlast jer se svaka osoba osjeća odgovornom za onu drugu. Ja te moram nadzirati, jer te ne poštujem. Moram biti odgovoran za tebe jer sve ono što se dogodi tebi, povrijedit će mene, a ja želim izbjeći bol. Tada, ako uvidim da ti nisi odgovorna, ja ću ti neprestano dosađivati i tjerati te na to da postaneš odgovorna, ali »odgovorna« s moga stajališta. To ne znači da imam pravo.

To se događa onda kada se nalazimo na stazi straha. Budući da te ne poštujem, ponašam se kao da nisi dosta dobra ili dosta inteligentna da bi uvidjela što je za tebe dobro, a što nije. Pretpostavljam da nisi dosta snažna da se upustiš u neke izazove i da se brineš o sebi. Moram preuzeti nadzor i reći: »Daj da ja to učinim umjesto tebe« ili ću reći: »Nemoj to učiniti«. Pokušavam potisnuti tvoju polovicu u odnosu i preuzeti nadzor nad cjelokupnim odnosom. Ako preuzmem nadzor nad cjelokupnim odnosom, gdje je onda tvoj dio? Tako ne možemo uspjeti.

S drugim ljudskim bićem možemo dijeliti, možemo uživati, zajedno stvarati najljepši san. Ali druga polovica ima svoje vlastite snove i volju, a mi nikada ne možemo nadzirati te snove, koliko god se trudili. Tada se pred nas postavlja izbor: možemo izazvati sukob i rat za prevlast ili možemo postati prijatelj u igri i suigrač. Prijatelji u igri i suigrači igraju se zajedno, ali ne jedno protiv drugoga. Ako igrate tenis, tada imate partnera i tada ste ekipa, pa se nikada ne borite jedno protiv drugoga - nikada. Čak i ako je vaša igra različita, vaš je cilj isti: zabaviti se zajedno, igrati se zajedno, biti suigrači. Ako imate partnera koji želi upravljati vašom igrom i ako on kaže: »Nemoj tako igrati; igray ovako. Tvoja je igra pogrešna«, tada se nećete puno zabavljati. Na kraju nećete više željeti igrati s takvim partnerom. Umjesto da budete ekipa, vaš partner želi upravljati vašom igrom. A ako niste ekipa, tada se pojavljuju sukobi. Ako svoje partnerstvo i svoj ljubavni odnos sagledavate kao ekipu, tada će sve krenuti nabolje. U odnosu, kao i u igri, uopće nije riječ o pobjedi ili o porazu. Igrate jer se želite zabaviti.

Na stazi ljubavi više dajete nego što uzimate. Naravno, vi sebe volite toliko jako da ne dopuštate sebičnim ljudima da vas iskoriste. Ne težite za osvetom, ali vaše stalište je jasno. Reći ćete: »Nije mi se svidjelo kada si me pokušala iskoristiti, kada nisi pokazala poštovanje prema meni, kada si bila neljubazna. Nije mi potrebno da me netko verbalno, emocionalno ili tjelesno zlostavlja. Nije mi potrebno slušati te kako neprestano upotrebljavaš ružne riječi. Nije riječ o tome da sam ja bolji od tebe; riječ je o tome da ja volim ljepotu. Volim se smijati; volim se zabavljati; volim voljeti. Nije riječ o tome da sam sebičan, samo mi nije potrebno da živim sa žrtvom. To ne znači da te ne volim, nego da ne mogu preuzeti odgovornost za tvoj san. Ako si u odnosu sa samnom, tvojemu će Nametniku biti jako teško, jer ja uopće neću reagirati na sve te tvoje izazove«. To nije sebičnost - to je ljubav prema sebi. Sebičnost, kontrola i strah

uništiti će gotovo svaki odnos. Velikodušnost, sloboda i ljubav stvorit će najljepši odnos - beskrajnu ljubav.

Samo o vama ovisi hoćete li ovladati umjetnošću odnosa. Prvi je korak postati svjestan, shvatiti to da svatko sanja svoj vlastiti san. Kad to jednom spoznate, tada možete biti odgovorni za svoj dio odnosa, za samoga sebe. Ako znate da ste odgovorni samo za polovicu odnosa, tada jednostavno možete upravljati svojom polovicom. Nije na nama da upravljamo drugom polovicom. Ako poštujemo partnera, prijatelja, sina, majku, tada smo svjesni toga da su oni potpuno odgovorni za svoju vlastitu polovicu. Ako poštujemo drugu polovicu, u odnosu će uvijek vladati mir. Neće biti rata.

Zatim, ako znate što je ljubav, a što je strah, postat ćete svjesni načina na koji svoj san prenosite drugima. Kakvoća vaše komunikacije ovisi o odlukama koje ćete donijeti u svakome pojedinom trenutku, odnosno o tome hoćete li svoje emocionalno tijelo uskladiti s ljubavlju ili sa strahom. Ako uhvatite sebe da se krećete stazom straha, već i zbog same svijesti o tome prebacit ćete svoju pozornost na stazu ljubavi. Već i samim tim što uviđate gdje se nalazite, već i samo time što ćete promijeniti svoju pozornost, promijenit će se i sve oko vas. Konačno, ako ste svjesni toga da vas nitko drugi ne može usrećiti i da je sreća posljedica ljubavi koja izvire iz vas, to je najuzvišenije majstorstvo Tolteka, majstorstvo u ljubavi.

Mi možemo govoriti o ljubavi i o njoj napisati tisuću knjiga, ali ljubav će biti sasvim drukčija za svakoga od nas, jer je moramo iskusiti. U ljubavi nije riječ o načelima, nego o djelima. Ljubav na djelu može stvarati samo sreću. Strah na djelu može stvarati samo patnju.

Jedini način da postanete majstor ljubavi, jest taj da vježbate. Ne morate opravdavati svoju ljubav, ne trebate je objašnjavati; potrebno je samo da je provodite. Majstor postajete vježbom.

## *Savršeni odnos*

ZAMISLITE SAVRŠENI ODNOS. UVIJEK STE DUBOKO SRETNI SA SVOJIM partnerom jer živite s onim koji je za vas savršen. Kako biste opisali svoj život s tom osobom?

Način na koji se odnosite prema toj osobi bit će upravo način na koji se odnosite prema svojem psu. Pas je pas. Bez obzira na to što vi činili, pas će uvijek ostati pas. Pas neće postati mačka, ni konj; pas je ono što jest.

U vašem odnosu s drugim ljudskim bićima jako je važno da prihvatite upravo tu činjenicu. Vi ne možete mijenjati druge ljude. Ili ih volite takve kakvi jesu ili ih ne volite uopće. Ili ih prihvaćate takve kakvi jesu ili ih ne prihvaćate. Kada ih pokušavate mijenjati prema slici koju ste stvorili o njima, to je kao da psa pokušavate promijeniti u mačku, ili mačku u konja. To je činjenica, ljudi su ono što jesu; vi ste ono što jeste. Plesati ili znate ili ne znate. Potrebno je da budete potpuno pošteni prema sebi - da kažete što želite, da odredite želite ili plesati ili ne želite. To morate razumjeti jer je jako važno. Kad to uistinu shvatite, vrlo je vjerojatno da ćete moći vidjeti kakvi su drugi ljudi uistinu, a ne samo ono što vi želite vidjeti u njima.

Ako imate psa ili mačku, razmislite o tome kako se odnosite prema svojem ljubimcu. Primjerice, razmotrite svoj odnos prema psu. Životinja zna kako će s vama ostvariti savršen odnos. Kad vaš pas učini nešto što ne smije, što ćete vi učiniti? Psu nije važno što ćete učiniti - on vas jednostavno voli. Ništa ne očekuje. Nije li to prekrasno? Ali, kako je u tome pogledu s vašom djevojkom, s vašim dečkom, mužem ili ženom? Oni toliko toga očekuju i mijenjaju se neprestano.

Pas je odgovoran za svoj dio odnosa s vama. Jedna je polovica odnosa savršeno normalna - pseća polovica. Kad se vratite kući, pas laje na vas, maše repom i skače jer je sretan što vas vidi. On svoj dio obavlja jako dobro i vi ste svjesni da je to savršeni pas. I vaš je dio gotovo savršen. Vi obavljate svoje dužnosti: hranite ga, brinete se o njemu, igrate se s njim. Svoga psa bezuvjetno volite i za njega biste učinili gotovo sve. Svoju ulogu igrate savršeno, a isto to čini i vaš pas.

Većina ljudi lako može zamisliti takvu vrstu odnosa s psom. Zašto onda ne bi mogli zamisliti takav odnos sa ženom ili s muškarcem? Poznajete li bilo koju ženu ili bilo kojega muškarca koji nisu savršeni? Pas je pas i vi to prihvaćate. Niste odgovorni za svoga psa, ne morate od njega napraviti psa. Ni pas se ne trudi od vas stvoriti dobro ljudsko biće, dobra gospodara. Zašto onda ne možemo dopustiti ženi da bude žena, a muškarcu da bude muškarac? Zašto onda

ne možemo voljeti to ljudsko biće upravo takvo kakvo jest, ne pokušavajući ga promijeniti?

Možda mislite: »Ali što ako nisam u odnosu s osobom koja nije ona prava osoba za mene?« To je jako važno pitanje. Naravno, morate odabrati pravu ženu ili pravoga muškarca. A što to znači »prava žena« i »pravi muškarac«? Netko tko želi ići u istome smjeru u kojemu idete i vi, netko tko se slaže s vašim stajalištima i vašim čednostima - emocionalno, fizički, novčano i duhovno.

Kako ćete znati je li vaš partner prava osoba za vas? Zamislimo da ste muškarac i da će vas odabrati neka žena. Ako stotinu žena traži muškarca i ako vas svaka pogleda kao jednu od mogućnosti, za koliko ćete tih žena vi biti onaj pravi? Odgovor glasi da vi to ne znate. Zbog toga je potrebno da istražujete i preuzmete rizik. Ali ja vam kažem da je za vas prava ona žena koju ćete voljeti upravo takvu kakva jest, žena koju uopće nećete željeti promijeniti. To je »ona prava« za vas. Sretni ste onda ako pronađete pravu ženu za sebe i ako ste istodobno vi pravi muškarac za nju.

Bit ćete pravi muškarac za nju onda ako vas voli upravo takva kakav jeste i ako vas ne želi mijenjati. Ona ne mora biti odgovorna za vas; imat će povjerenja da ćete vi biti onakav kakav tvrdite da jeste, onakav kakvu sliku projicirate o sebi. Ona isto tako može biti poštena i može vam projicirati svoju sliku. Neće vam prići pretvarajući se da je nešto drugo, tako da poslije otkrijete da nije onakva kakvom se predstavljala. Onaj tko vas voli, voli vas upravo takvu kakva jeste. Jer ako vas netko želi mijenjati, to znači da vi niste ona osoba koju on želi. Pa zašto je onda s vama?

Znate, lako je voljeti svoga psa jer on nema nikakva mišljenja o vama. Pas vas voli neuvjetovano. To je važno. Zato, ako vas vaš partner voli upravo takva kakav jeste, to je slično ljubavi vašega psa. Sa svojim partnerom možete biti vi sami; možete biti muškarac, možete biti žena, upravo kao što pas s vama može biti pas.

Kad susretnete neku ženu, ona vam odmah nakon pozdrava počne slati informacije. Jedva može dočekati da svoj san podijeli s vama. Otvara se prema vama, iako niti ne zna da to radi. Tako je jednostavno vidjeti svaku osobu takvom kakva jest. Nema potrebe da sami sebi lažete. Lako vam je vidjeti što dobivate, pa možete odlučiti želite li to ili ne. Ali ne možete okrivljavati drugu osobu zato što je pas, mačka ili konj. Ako želite psa, zašto ste onda prihvatili mačku? Ako želite mačku, zašto biste onda pristali na konja ili na pile?

Znate li kakvu vrstu osobe želite? Onakvu zbog koje će vaše srce zapjevati, onu koja je usklađena s vama, koja vas voli upravo onakva kakav jeste. Zašto se zadovoljiti nečim drugim? Zašto se pretvarati da vam netko odgovara ako zapravo ne odgovara? To ne znači da je ne volite. To znači da sami donosite svoju odluku i da možete reći i da i ne, jer, uostalom, volite i sebe. Vi donosite



odluku i vi ste odgovorni za svoje odluke. Ako je odluka pogrešna, ne trebate okrivljavati sebe. Jednostavno promijenite odluku.

Ali zamislimo da dobijete psa, a zapravo volite mačke. Od svoga psa želite da se ponaša kao mačka i pokušavate mijenjati psa zato što nikada ne kaže: »Mijau«. Što uopće radite s psom? Nabavite mačku! To je jedini način da ostvarite dobar odnos. Najprije trebate znati što želite, kako to želite i kada. Točno morate znati kakve su potrebe vašega tijela, kakve su potrebe vašega uma i što vam odgovara doista.

Postoje milijuni muškaraca i žena i svatko je od njih jedinstven. Neki će se dobro slagati s vama, a neki neće uopće. Svakoga možete voljeti; ali da biste svaki dan mogli boraviti s nekom osobom, potrebno je da bude jako usklađena s vama. Ta osoba ne mora biti potpuno ista kao vi; vas dvoje trebate biti nalik bravi i ključu - spoju koji odgovara savršeno.

Potrebno je da budete poštteni prema sebi i prema svima drugima. Projicirajte ono za što osjećate da ste uistinu vi sami, a ne pretvarajte se da ste nešto drugo. Kao da ste na tržištu: pokušat ćete prodati sebe, a pokušat ćete nešto i kupiti. Da biste kupili, poželjet ćete najprije vidjeti kakvoću onoga što se nudi. Ali da biste prodali, potrebno je da pokažete drugima što jeste. Nije riječ o tome da ste bolji ili lošiji od nekoga drugoga; riječ je o tome da budete ono što jeste.

Ako uočite ono što želite, zašto ne biste riskirali? Ali ako vidite da to nije ono što želite, znate da ćete platiti za to. Ne žalite se poslije: »Moj me ljubavnik zlostavlja«, jer ste to sasvim lako mogli vidjeti i prije. Ne lažite sami sebi. Ne zamišljajte da u ljudima postoji nešto čega nema. To je poruka. Ako znate što želite, shvatit ćete da je riječ o odnosu koji je sličan odnosu s vašim psom, ali je još bolji.

Pogledajte što je to pred vama; ne budite slijepi, ne pretvarajte se da vidite ono čega nema. Nemojte nijekati ono što vidite samo da biste obavili posao, jer takav posao neće ispuniti vaše potrebe. Kad kupite nešto što vam nije potrebno, to obično završi u garaži. Isto vrijedi za odnose. Naravno, može biti potrebno nekoliko godina da shvatimo tu bolnu pouku, ali to je dobar početak. Ako vam je početak dobar, ostatak će biti jednostavniji, jer konačno možete biti ono što jeste.

Možda ste već u neki odnos uložili stanovitu količinu vremena. Ako odlučite tako i nastaviti, ipak možete doživjeti novi početak prihvaćajući i voleći svoga partnera upravo onakva kakav jest. Ali najprije ćete morati napraviti korak unatrag. Morate prihvatiti i voljeti sebe upravo takve kakvi jeste. Samo ako sebe volite i prihvaćate upravo takve kakvi jeste, možete uistinu biti i izraziti ono što jeste. Vi ste ono što jeste, i to je sve. Ne morate se pretvarati da ste nešto drugo. Kad se pretvarate da ste nešto što niste, uvijek ćete doživjeti neuspjeh.

Kad jednom sebe prihvatite takvim kakvi jeste, sljedeći korak jest prihvaćanje partnera. Ako odlučite da ćete biti s nekom osobom, ne pokušavajte je mijenjati. Kao i u odnosu sa psom ili s mačkom, dopustite joj da bude to što jest. Ona ima pravo biti to što jest; ima pravo biti slobodna. Kada ograničavate slobodu svoga partnera, ograničavate ujedno i svoju vlastitu, jer stalno morate biti prisutni i promatrati što vaš partner radi ili ne radi. A ako volite sebe tako jako, nikada se nećete odreći svoje osobne slobode.

Možete li uočiti mogućnosti koje vam nudi odnos? Istražite te mogućnosti. Budite ono što jeste. Pronađite osobu koja vam odgovara. Stavite sve na kocku, ali budite poštenu. Ako imate uspjeha, samo nastavite. Ako nemate uspjeha, tada i sebi i partneru učinite uslugu: otidite i pustite partnera da ode. Ne budite sebični. Dajte svojem partneru prigodu da pronade ono što uistinu želi, a istodobno i sebi pružite istu mogućnost. Ako neki odnos nije uspješan, bolje je okrenuti se na drugu stranu. Ako ne možete voljeti svoju partnericu takvu kakva jest, zavoljet će je netko drugi. Ne gubite ni svoje a ni njezino vrijeme. To se naziva poštovanjem.

Ako ste vi prodavač droge, a vaša partnerica ovisnica i ako takav odnos nije ono što želite, možda ćete biti sretniji s nekim drugim. Ali ako odlučite ostati u tome odnosu, dajte sve od sebe. Dajte sve od sebe jer ćete vi dobiti nagradu. Ako svoju partnericu možete voljeti takvu kakva jest, ako joj potpuno možete otvoriti svoje srce, tada preko te ljubavi možete dosegnuti raj.

Ako već imate mačku, a želite psa, što možete učiniti? Počnite vježbati od ovoga trenutka dalje. Svrha vam mora biti novi početak, tako što ćete prekinuti sve sponove s prošlošću i početi ispočetka. Ne morate biti vezani za prošlost. Svi se mi možemo mijenjati i to nabolje. Novi početak znači da oprostite sve što se dogodilo između vas i vaše partnerice. Otpustite sve, jer je to bilo važno samo vama dvoma osobno. Bio je to samo nesporazum. Ništa što se dogodilo u prošlosti nije vrijedno toliko da poremeti mogućnost budućega raja. Budite hrabri - ili se promijenite potpuno ili otpustite sve. Otpustite prošlost i svaki dan počnite na novoj razini ljubavi. To će iskru ljubavi održati na životu, a vaša ljubav rast će sve više.

Naravno, potrebno je da razmotrite što to znači imati i dobre i loše trenutke. Ako je za vas emocionalno ili tjelesno zlostavljanje nešto neugodno, tada nisam siguran u to bi li takav par trebao i dalje ostati zajedno. Ako su za vas loši trenuci onda kada izgubite posao, kada na poslu imate teškoća ili kada ste doživjeli nesreću, to je nešto sasvim drugo. Ako su za vas loši trenuci oni koje provedete u strahu, ako vam partner ne pokazuje dosta poštovanja, ako vas ponižava ili mrzi, tada nisam siguran u to koliko bi takvih loših trenutaka neki par mogao preživjeti.

U odnosu sa svojim psom možete doživjeti loših trenutaka. Do njih dolazi iz najrazličitijih razloga - nekakva nesreća, težak dan na poslu. Stižete kući, a pas laje na vas, maše repom, pokušava privući vašu pozornost. Niste raspoloženi za igru s njim, ali pas je ipak ondje. Pas neće biti povrijeđen ako se ne želite igrati s njim, jer on to ne shvaća osobno. Čim pas proslavi vaš povratak i otkrije da se ne želite igrati s njim, odlazi i počinje se igrati sam. Pas neće ostati i zahtijevati da budete sretni.

Katkada od svoga psa možete dobiti veću potporu nego od partnera koji vas želi usrećiti. Ako se ne osjećate sretnim i želite malo mira, to nije ništa osobno. To nema nikakve veze s vašim partnerom. Možda imate teškoća i potreban vam je mir, ali vaša šutnja u partneru može izazvati mnoštvo pretpostavki: »Što sam sada učinio? Sigurno šuti zbog mene«. To nema nikakve veze s vašim partnerom - nije to ništa osobno. Ako vas ostavi nasamo, napetost će nestati, pa će se i radost vratiti.

Zbog toga ključ mora savršeno pristajati u bravu, jer kad jedno od vas ima teškoća ili je u emocionalnoj krizi, bilo bi dobro da dopustite jedno drugomu da budete ono što jeste. Tada je odnos sasvim drukčija pripovijest, drukčiji način života, a tek tada sve može biti prekrasno.

Odnos je umjetnost. San što ga stvara dvoje ljudi teže je održavati nego san jednoga čovjeka. Da biste oboje bili sretni, svoju polovicu odnosa morate održavati savršeno. Vi ste odgovorni za svoju polovicu, a u vašoj polovici svakako ima nekih teškoća. Vaše su teškoće vaše. Vi ste onaj tko se mora nositi s njima, a ne vaš partner. Ako vaš partner pokušava razriješiti vaše teškoće, završit će slomljenoga nosa. Moramo naučiti to da ne guramo nos onamo gdje ga ne želi nitko.

Isto se odnosi i na polovicu vašega partnera. Vaša partnerica također ima nekih teškoća. Znajući da je to tako, dopustit će joj da se sama bori s njima. Vi ćete je voljeti i prihvaćati sa svim njezinim teškoćama. Poštovat ćete ih. Vi niste u odnosu zato da biste razrješavali njezine teškoće - ona će ih razriješiti sama.

Čak i ako vas partnerica zamoli za pomoć, imate mogućnost odbiti. Odbijanje ne znači da je ne volite ili ne prihvaćate, nego znači da niste sposobni ili da ne želite igrati tu igru. Primjerice, ako se vaša partnerica naljuti, možete reći: »Imaš pravo biti ljutita, ali ja ne moram biti ljut samo zato što si ti ljuta. Ja nisam učinio ništa čime bih potaknuo tvoju ljutnju«. Vi uopće ne morate prihvatiti bijes svoje partnerice, ali možete joj dopustiti da bude ljuta. Nema potrebe za svađom; jednostavno joj dopustite da bude ono što jest, dopustite joj da se iscijeli bez vašega upletanja. Isto se tako možete složiti da se ona ne upleće u vaš iscjeliteljski proces.

Pretpostavimo da ste muškarac i da ste sretan, a da vaša partnerica zbog nekog razloga ne može biti sretna, a ima svojih osobnih teškoća, pokušava se osloboditi svojih problema i nesretna je. Budući da je volite, pružit ćete joj potporu, ali pružiti joj potporu ne znači da ćete biti nesretni zato što je ona nesretna. To uopće nije potpora. Ako je ona nesretna, pa ako i vi postanete nesretni, onda ćete oboje potonuti do dna. Ako ste vi sretni, vaša sreća može ponovo prizvati njezinu.

Na isti način, ako ste vi malodušni, a ona sretna, njezina sreća vama pruža potporu. Zbog svoje vlastite koristi, dopustite joj da bude sretna; nemojte joj čak niti pokušavati oduzeti njezinu radost. Što god da se dogodi na poslu, nemojte doći kući i izbaciti svoj otrov na nju. Budite tihi i objasnite joj da to nije ništa osobno, da se samo bavite sa sobom. Možete reći: »Samo ti budi sretna, nastavi se igrati, a ja ću ti se pridružiti onda kada budem mogao uživati u tvojoj sreći. Zasada mi je potrebno da budem sam«.

Ako shvaćate načelo ranjenoga uma, shvatit ćete i to zašto su romantični odnosi toliko tegobni. Emocionalno je tijelo bolesno. Ono nosi svoje rane, preopterećeno je otrovom. Ako nismo svjesni toga da smo bolesni ili da je naša partnerica bolesna, postat ćemo sebični. Te rane bole i mi ih moramo zaštititi čak i od onih koje volimo. Ali ako smo svjesni, možemo postaviti drukčije sporazume. Kad smo svjesni toga da naša partnerica ima emocionalnih povreda, a mi je volimo, tada ni u kojemu slučaju nećemo poželjeti dodirivati njezine rane. Ne želimo je prisiljavati na to da ih iscjeljuje, a ne želimo je prisiljavati ni na to da iscjeljuje naše rane.

Preuzmite rizik i odgovornost za to da sa svojom partnericom postavite nove sporazume, i to ne sporazume o kojima čitate u knjigama, nego sporazum koji će za vas biti djelotvoran. Ako ne bude uspješan, promijenite ga i stvorite novi. Koristite se svojom maštom kako biste istraživali nove mogućnosti, kako biste stvarali nove sporazume utemeljene na poštovanju i ljubavi. Komunikacija praćena poštovanjem i ljubavlju jedini je ključ potreban za to da bi se ljubav održala na životu i da vam u vašemu odnosu nikada ne bude dosadno. Riječ je o tome da pronađete svoj vlastiti glas i izrazite svoje potrebe. Riječ je o tome da imate povjerenja i u sebe i u svoju partnericu.

Sa svojom partnericom nećete dijeliti njezine nakupljene probleme, nego ljubav, romantiku, razumijevanje. Svrha je da vas dvoje postajete sve sretniji i sretniji, a za to vam je potrebno sve više i više ljubavi. Vi ste savršen muškarac, a vaša partnerica je isto tako savršeno ljudsko biće, upravo kao što je pas savršen pas. Ako se prema svojoj partnerici odnosite s ljubavlju i poštovanjem, tko će od toga imati koristi? Nitko osim vas.

Iscijelite svoju polovicu i bit ćete sretni. Ako možete iscijeliti taj dio sebe, bit ćete spremni za odnos bez straha i bez potreba. Ali zapamtite, iscijeliti možete

samo svoju vlastitu polovicu. Ako ste u odnosu i radite na svojoj polovici, a ako vaš partner radi na svojoj polovici, vidjet ćete kako će brzo doći do napretka. Ljubav je ono što vas usređuje, pa ako postanete sluškinja ljubavi, a vaš partner postane sluga ljubavi, možete samo zamisliti sve mogućnosti. Doći će dan kad ćete uz svojega partnera moći živjeti bez ikakve krivnje i grižnje savjeti, bez imalo bijesa i tuge. Dan kad ćete se potpuno otvoriti zajedništvu, služenju i davanju ljubavi - i to će biti prekrasan dan.

Kad jednom odlučite biti par, trebate služiti onoga koga volite, onoga koga ste odabrali. Vaš je zadatak pružiti ljubav svome ljubavniku, služiti jedno drugome. U svakome poljupcu i svakome dodiru oboje ćete osjećati da postojite samo zato da ugodite onomu kojega volite, ne očekujući ništa zauzvrat. Nije tu riječ samo o seksu, nego o zajedništvu. I seks postaje prekrasan, ali potpuno različit. Seks postaje zajedništvo; postaje potpuna predaja, ples, umjetnost, vrhunski izražaj ljepote.

Možete donijeti sporazum u kojemu stoji ovo: »Sviđaš mi se, prekrasan si i uza te se osjećam izvrsno. Ja ću donijeti cvijeće, a ti uključi nježnu glazbu. Plesat ćemo i zajedno ćemo se uzdići u oblake«. To je prekrasno, predivno, romantično. Više ne vodite rat za prevlast, nego služite jedno drugomu. Ali to možete činiti tek onda kada je ljubav što ju osjećate prema samomu sebi vrlo snažna.



## Čarobna kuhinja

ZAMISLITE DA U SVOME DOMU IMATE ČAROBNU KUHINJU. U TOJ čarobnoj kuhinji možete uvijek naći hranu iz cijeloga svijeta, kakvu god zaželite, u neograničenim količinama. Nikada se ne morate brinuti o tome što ćete jesti; što god zaželite, to će se pojaviti na vašem stolu. Vi ste s tom hranom iznimno velikodušni i bez ikakvih je uvjeta darujete drugima, i to ne zato što želite nešto zauzvat od njih. Tko god vas posjeti, vi ćete ga nahraniti iz pukoga zadovoljstva da podijelite hranu, a kuća vam je uvijek puna ljudi koji dolaze uživati u hrani vaše čarobne kuhinje.

Jednoga dana netko zakuca na vaša vrata, a kad otvorite, ugledate čovjeka koji u rukama drži pizzu. On vas pogleda i kaže: »Vidiš li ovu pizzu! Dat ću ti je ako mi dopustiš da upravljam tvojim životom, ako pristaneš raditi sve ono što ja zaželim. Nikada nećeš gladovati jer ću ti svakoga dana donositi pizzu. Samo moraš biti dobra prema meni«.

Možete li zamisliti svoju reakciju? U svojoj kuhinji možete imati istu takvu pizzu - pa čak i bolju. A taj vam čovjek dolazi i nudi vam hranu da biste radili ono što on želi. Nasmijat ćete se i reći: »Ne, hvala ti! Ne treba mi tvoja hrana, i sama je imam dosta. Možeš ući i pojesti što god zaželiš, a ništa ne moraš učiniti zauzvat. Zar vjeruješ da bih zaista radila ono što ti želiš? Nitko me ne može ucjenjivati hranom«.

A sada zamislite potpuno suprotnu situaciju. Prošlo je nekoliko tjedana, a vi ništa niste jeli. Već umirete od gladi, a nemate ni novčića da kupite hranu. Dolazi čovjek s pizzom i kaže: »Eto, tu je hrana. Samo učini što želim, i možeš je uzeti«. Umirete od gladi, a osjetili ste miris hrane. Odlučujete prihvatiti hranu i učiniti sve što taj čovjek zatraži od vas. Kad ste pojeli, on kaže: »Možeš dobiti još, ako želiš, ali i dalje ćeš morati raditi ono što ja kažem«.

Danas ste jeli, ali što će biti sutra? Stoga pristajete na sve, samo da biste dobili hranu. Zbog hrane možete postati i robinja, jer vam je potrebna, a nemate je. Nakon nekoga vremena pojavljuju se sumnje. Reći ćete: »A što ću ja bez svoje pizze? Bez nje ne mogu živjeti. Što ako moj partner odluči dati pizzu komu drugomu - moju pizzu?«

A sada zamislite da govorimo o ljubavi, a ne o hrani. U svojem srcu nosite obilje ljubavi. Ne samo prema sebi nego i prema cijelome svijetu. Vaša ljubav velika je toliko da vam ničija druga ljubav nije potrebna. Svoju ljubav dijelite bez ikakvih uvjeta; ne postavljate ih. Vi ste milijunaš ljubavi, a onda netko zakuca na vaša vrata i kaže: »Hej, slušaj, mislim da te volim. Možeš dobiti moju ljubav, samo ako učiniš sve što zaželim«.

Budući da ste prepuni ljubavi, kakva će biti vaša reakcija? Nasmijat ćete se i reći: »Hvala ti, ali meni nije potrebna tvoja ljubav. U svojem srcu imam takvu ljubav, pa čak još veću i bolju te dijelim je potpuno bezuvjetno«.

Ali što će se dogoditi onda ako umirete za ljubavlju, ako je ne možete pronaći u svome srcu, a netko vam kaže: »Želiš li malo ljubavi? Možeš je dobiti ako pristaneš raditi ono što ja zaželim«. Ako ste gladni ljubavi, a onda je okusite, učinit ćete sve što je potrebno samo da biste je zadobili. Vaša potreba može biti toliko jaka da ćete u zamjenu za malo pažnje predati cijelu svoju dušu.

Vaše srce nalik je toj čarobnoj kuhinji. Ako ga otvorite, u njemu ćete već pronaći svu onu ljubav koja vam je potrebna. Nema potrebe da hodate svijetom moleći ljubav: »Molim te, voli me. Tako sam osamljen, a nisam dovoljno dobar da bi me netko volio. Potrebno mi je da me netko voli, da dokaže da sam vrijedan ljubavi«. Ljubav prebiva u nama, ali mi je ne vidimo.

Uočavate li tragedije koje ljudi stvaraju kad vjeruju da nemaju ljubavi? Gladni su ljubavi, a kada im je tko pruži, tada njihova potreba raste. Postaju pohlepni i opsjednuti. Tada nastaje tragedija: »Što ću učiniti ako me on napusti?« »Kako mogu živjeti bez nje?« Takvi ljudi ne mogu živjeti bez prodavača droge, onoga tko im pruža svakidašnje količine. I zbog to malo ljubavi, zbog toga što bez ljubavi umiru, dopuštaju drugim ljudima da upravljaju njihovim životom. Dopuštaju da im drugi ljudi govore što trebaju, a što ne smiju činiti; kako se trebaju i kako ne smiju odijevati; kako se trebaju, a kako se ne trebaju ponašati; u što trebaju vjerovati, a u što ne. »Volim te kada se ponašaš ovako. Volim te, jer mi dopuštaš da upravljam tvojim životom. Volim te kada si dobar prema meni. Ako nisi, onda sve zaboravi.«

Teškoća je s ljudima u tome što oni ne znaju da se u njihovu srcu skriva čarobna kuhinja. Sva ta patnja postoji samo zato što smo nekada davno zaključali svoje srce i više u njemu ne osjećamo ljubav. U nekome životnom trenutku počeli smo se plašiti ljubavi, jer smo povjerovali da je nepravедna. Ljubav boli. Pokušavali smo biti dosta dobri za nekoga drugoga, pokušavali smo učiniti sve što smo mogli da nas prihvati netko drugi, ali nismo uspjeli. Već smo promijenili dva ili tri ljubavnika i ostalo nam je slomljeno srce. Bio bi prevelik rizik ponovo se upustiti u ljubav.

Naravno, sebe prosuđujemo tako jako da se ni u kojemu slučaju ne možemo voljeti. A ako nemamo ljubavi za sebe, kako se možemo pretvarati da je dijelimo s nekim drugim?

Kada se upustimo u odnos, postajemo sebični jer imamo mnogo potreba. Sve se vrti oko mene. Sebični smo toliko da želimo da osoba s kojom dijelimo svoj život ima jednako toliko potreba kao i mi. Da bismo opravdali svoje postojanje, da bismo mogli osjetiti da imamo razloga za život, želimo »nekoga komu ćemo

biti potrebni«. Mislimo da tražimo ljubav, ali zapravo tražimo »nekoga komu ćemo biti potrebni«, nekoga koga možemo nadzirati i njime upravljati.

U ljudskim odnosima rat za prevlast vlada zato što smo pripitomljavanjem odgojeni tako da nadzor želimo držati u svojim rukama. Ono što zovemo ljubavlju - netko komu sam potreban, netko tko se brine za mene - nije ljubav, nego sebičnost. Kako to može uspjeti? Sebičnost ne uspijeva jer u njoj nema ljubavi. Oboje su gladni ljubavi. U seksu ostvaruju i mogu okusiti mali djelić ljubavi, pa postaju ovisni jer su gladni ljubavi. Ali, sve one prosudbe i dalje postoje. Sav strah. Krivnja. Tragedija.

Tada tragamo za savjetima o ljubavi i seksu. Mnogo je knjiga o tome napisano, a gotovo da bi sve mogle imati isti naslov - »Kako biti sebičan u seksu«. Namjera je dobra, ali gdje je tu ljubav? U tim knjigama ne uči se o ljubavi; o ljubavi se ništa ne treba učiti. Sve je to već ondje, u našim genima, u našoj naravi. Mi ništa ne moramo učiti, osim onoga što izmislimo u ovome svijetu varki. Tragamo za ljubavlju izvan sebe, a ljubav je zapravo posvuda oko nas. Ljubav je posvuda, ali mi nemamo očiju kojima bismo je mogli vidjeti. Naše emocionalno tijelo više nije usklađeno s ljubavlju.

Jako se plašimo voljeti, jer mislimo da to nije sigurno. Prestravljeni smo da će nas netko odbaciti. Moramo se pretvarati da smo nešto što nismo. Budući da sami sebe ne prihvaćamo, pokušavamo navesti partnera na to da nas prihvati. Ali nije riječ o tome da nas odbacuje partner. Mi odbacujemo sami sebe jer nismo dosta dobri i jer u to čvrsto vjerujemo.

Najteži problem jest odbacivanje samoga sebe. Budući da je zamisao o savršenstvu potpuno pogrešna, vi nikada nećete biti dosta dobri za sebe. Ta zamisao je potpuno lažna, čak nije ni stvarna. Ali vi u nju vjerujete. Budući da niste savršeni, vi sebe odbacujete, a do kojega ćete stupnja odbaciti sami sebe, ovisi o tome koliko su odrasli ljudi oko vas bili uporni u slamanju vašega integriteta.

Nakon pripitomljavanja više nije riječ o tome da budete dosta dobri za nekoga drugoga. Više niste dosta dobri ni za sebe, jer veliki Sudac uvijek je prisutan i uvijek vas podsjeća na to da niste savršeni. Kao što sam rekao već prije, nikada sebi ne možete oprostiti zato što niste onakvi kakvi biste željeli biti, a to je zapravo bitan problem. Ako to možete promijeniti, tada ste se pobrinuli za svoju polovicu odnosa. Druga polovica odnosa nlije vaš problem.

Ako nekomu muškarcu kažete da ga volite, a on vam odgovori: »Ali ja tebe ne volim«, je li to razlog da patite? Samo zato što vas je netko odbacio, ne znači da i vi morate odbaciti sebe. Ako vas ne voli jedan muškarac, voljet će vas neki drugi. Uvijek postoji netko drugi. A ujedno je bolje biti s nekim tko želi biti s vama, nego s nekim tko mora biti s vama.

Morate se usredotočiti na najbolji odnos koji možete imati: na odnos sa sobom. Tu nije riječ o sebičnosti, nego o ljubavi prema sebi. Ta dva pojma nisu jedno te isto. Sebični ste zato što u sebi nemate ljubavi. Potrebno je da volite sebe, i ta ljubav rast će sve više i više. Kad se upustite u odnos, nećete to učiniti zato što vam je potrebno da budete voljeni. Odnos će postati vaš izbor. Kad poželite, možete odabrati nekoga muškarca, ali tek onda kada uspijete uvidjeti tko on uistinu jest. Kada vam nije potrebna njegova ljubav, tada ne morate lagati sama sebi.

Vi ste cjeloviti. Ako iz vas izvire ljubav, tada nećete tragati za ljubavlju zato što se plašite biti sami. Ako volite sebe, tada možete biti i sami, i to vam neće stvarati nikakve teškoće. Sretni ste i sami, a i u zajedništvu s nekim.

Ako mi se sviđate i počnemo izlaziti zajedno, radimo li to zato što želimo biti ljubomorni, zato što ja moram upravljati vašim životom i zato što vi imate potrebu upravljati mojim? Ako naš odnos bude bio takav, neće biti nimalo zabavan. Ako me budete kritizirali ili prosuđivali, ako se ja zbog toga budem osjećao loše, tada ću vam reći: »Hvala, ne«. Ako bih u odnosu patio, možda je bolje da budem sam. Jesu li ljudi zajedno zato da bi izazvali tragediju, da bi posjedovali i kažnjavali jedno drugo, da bi bili spašeni? Jesu li to uistinu razlozi zbog kojih su zajedno? Naravno, svi mi imamo mogućnost izbora. Ali što zapravo želimo?

Kad smo bili djeca - kad smo imali pet, šest ili sedam godina - druga djeca privlačila su nas zato što smo se željeli igrati i zabavljati. Vrijeme s drugim djetetom nismo provodili zato što smo se željeli tući ili svađati. To je moguće, ali je i kratkotrajno. Jednostavno smo se igrali. Kad bi nam dosadilo, promijenili bismo igru, promijenili bismo pravila, ali smo neprestano nešto istraživali.

Ako se u odnos upustite zato da doživite tragediju, zato što želite biti ljubomorni i posesivni, zato što želite nadzirati partnerov život, tada ne tražite zabavu, nego patnju, i pronaći ćete to upravo. Ako se u odnos upuštate sebično, očekujući da vas vaš partner usreći, to se neće dogoditi. A to nije pogreška vašega partnera – to je vaša vlastita pogreška.

Kada se upustimo u odnos bilo koje vrste, to je zato što želimo nešto podijeliti, želimo uživati, zabavljati se, a ne želimo da nam bude dosadno. Ako tražimo partnera, to je zato što se želimo igrati, biti sretni i uživati u onome što jesmo. Ne bismo partnera samo zato da bismo toj osobi, za koju tvrdimo da je volimo, predali sve voje teškoće, ljubomoru, bijes i sebičnost. Kako vam tko može reći: »Volim te«, a tada loše postupati s vama zlostavljati vas, bez poštovanja vas ponižavati? Ta osoba može tvrditi da vas voli, ali, je li to uistinu ljubav? Ako koga volimo, tada onomu koga volimo želimo najbolje. Zašto vlastite teškoće prenositi na svoju djecu? Zašto ih zlostavljati samo zato što smo mi preplavljeni

strahom i emocionalnim otrovom? Zašto okrivljavati roditelje zbog svojih teškoća?

Ljudi nauče biti sebični i čvrsto zatvoriti srce. Umiru od gladi za ljubavlju, a niti ne znaju to da je njihovo srce čarobna kuhinja. Vaše je srce čarobna kuhinja. Otvorite ga. Otvorite svoju čarobnu kuhinju i odbijte hodati svijetom proseći ljubav. U vašemu srcu prebiva sva ljubav koja vam je potrebna. Vaše srce može stvoriti koliko god ljubavi želite i to ne samo za sebe, nego i za cijeli svijet. Svoju ljubav možete davati bez ikakvih uvjeta; možete biti velikodušni, jer u svome srcu imate čarobnu kuhinju. Tada će, zbog vaše ljubavi, svi oni pregladnjeli ljudi koji vjeruju da im je srce zatvoreno, uvijek pokušavati doći u vašu blizinu.

Ono što vas usređuje jest ljubav što izvire iz vas. A ako ste sa svojom ljubavlju velikodušni, svi će vas voljeti. Ako ste velikodušni, nikada neće biti osamljeni. Ako ste sebični, uvijek ćete biti osamljeni, a za to ne možete okrivljavati nikoga drugoga osim sebe. Vaša će velikodušnost otvoriti sva vrata, a sebičnost ih zatvara.

Sebičnost proizlazi iz siromaštva srca, iz uvjerenja da ljubavi nema u dostatnoj mjeri. Sebični postajemo onda kada povjerujemo u to da već sutra možda više nećemo dobiti pizzu. Ali kada smo svjesni toga da je srce čarobna kuhinja, uvijek ćemo biti velikodušni, i naša ljubav bit će potpuno bezuvjetna.



## *Majstor snova*

SVAKI ODNOS U VAŠEM ŽIVOTU MOŽE BITI ISCIJELJEN, SVAKI ODNOS može biti prekrasan, ali svaki odnos uvijek počinje od vas. Vi morate imati hrabrosti koristiti se istinom, otvoreno razgovarati sa sobom, biti potpuno iskreni prema sebi. Možda ne morate biti iskreni prema cijelome svijetu, ali sa sobom možete biti iskreni. Možda ne možete upravljati onim što se događa oko vas, ali možete upravljati svojim vlastitim reakcijama. Te reakcije upravljat će snom vašega života, vašim osobnim snom. Zbog svojih ste reakcija nesretni i zbog svojih ste reakcija sretni.

Vaše reakcije jesu ključ koji vas upućuje do prekrasnoga života. Ako budete mogli naučiti upravljati svojim reakcijama, tada ćete moći promijeniti svoje navike, a to će vam pomoći da promijenite i svoj život.

Vi ste odgovorni za posljedice svega onoga što učinite, pomislite, izgovorite i osjetite. Možda vam je teško uočiti to koja su vaša djela dovela do nekih posljedica - koje emocije, koje misli - ali posljedice možete uočiti jer zbog njih patite ili u njima uživajte. Donošenjem odluka vi upravljate svojim osobnim snom. Promotrite to sviđaju li vam se posljedice vaših odluka. Ako je riječ o posljedicama u kojima uživajte, nastavite raditi ono što ste radili i do tada. Savršeno. Ali ako vam se ne sviđa ono što se događa u vašemu životu, ako ne uživajte u svome snu, tada pokušajte otkriti to što je dovelo do posljedica koje vam se ne sviđaju. Na taj način možete preobraziti svoj san.

Vaš život očitovanje je vašega osobnog sna. Ako možete promijeniti program svojega osobnog sna, postat ćete majstor snova. Majstor snova stvara životna remek-djela. Ali ovladavanje snom velik je izazov, jer ljudska bića postaju robovi svojih vlastitih snova. Način na koji učimo sanjati jest određen. Uza sva ona nametnuta uvjerenja da ništa nije moguće, teško je umaknuti Snu Straha. Da biste probudili San, potrebno je da ovladate njime.

Zbog toga su Tolteci stvorili Majstorstvo preobrazbe, da bi se oslobodili staroga Sna i stvorili novi u kojemu je moguće sve, uključujući oslobađanje od Sna. U Majstorstvu preobrazbe Tolteci ljude dijele na one koji sanjaju i na one koji promatraju svoj život. Sanjači znaju da je san privid i da se oni igraju u tome svijetu privida, svjesni toga da je riječ o prividu. Oni koji razmišljaju nalikuju tigru ili jaguaru, jer promišljeno prilaze svakomu svojem djelu i svakoj svojoj reakciji.

Vi morate brižljivo promatrati svoje reakcije; morate raditi na sebi u svakom trenutku. Za to je potrebno mnogo vremena i hrabrosti, jer lakše je stvari primati osobno i reagirati onako kako ste reagirali oduvijek. A to vas odvodi u mnoštvo

pogrešaka, izaziva velike patnje i boli jer vaše reakcije stvaraju samo još veće količine emocionalnoga otrova i otežavaju vam život.

Ako uspijete upravljati svojim reakcijama, otkrit ćete da ćete uskoro progledati, odnosno vidjet ćete stvari onakvima kakve one uistinu jesu. U svojem normalnom stanju um stvari spoznaje onakvima kakve jesu, ali zbog različitih programiranja i svih naših uvjerenja, mi tumačimo ono što zamjećujemo, čujemo, a i ono što vidimo.

Postoji velika razlika između tih dvaju načina promatranja - kako ljudi vide u Snu i kako vide bez prosudaba, onako kako stvarno jest. Razlika je u načinu na koji vaše emocionalno tijelo reagira na ono što vidite, primjerice, ako hodate ulicom i netko tko vas ne poznaje uzvikne: »Kako si glup!«, pa ode svojim putem, vi možete zamijetiti i na te riječi reagirati na mnogo različitih načina. Možete prihvatiti ono što je ta osoba rekla i pomisliti: »Da, mora da sam glup«. Možete se razljutiti, osjetiti se poniženim ili pak jednostavno ne obratiti pozornost.

Uistinu je riječ o tome da se ta osoba muči sa svojim vlastitim emocionalnim otrovom i da je to rekla zato što ste vi bili prvi koji ste joj prešli preko puta. To ni na koji način nije povezano s vama. Ako to uspijete shvati, tada nećete reagirati.

Možete reći: »Pogledaj kako je teško toj osobi«, ali nećete shvatiti osobno. To je samo jedan primjer, ali odnosi se na gotovo sve što se događa. Naš mali ego sve shvaća osobno i zato reagira pretjerano. Mi ne shvaćamo to što se uistinu događa jer reagiramo istoga trenutka, i na taj način naša reakcija postaje dio našega sna.

Vaša reakcija proizlazi iz uvjerenja koje je skriveno duboko u vama. Način na koji reagirate ponavljao se tisućama puta i za vas je postao navika. Vi ste uvjetovani da se ponašate na određeni način. A izazov je u ovome: promijeniti svoje uobičajene reakcije, promijeniti svoje navike, staviti sve na kocku i donijeti drukčije odluke. Ako vam se posljedice ne sviđaju, mijenjajte ih sve dok ne dobijete ishod koji želite.

Rekao sam da nikada sami ne odabiremo prihvatiti Nametnika, koji se sastoji od Suca, Žrtve i Sustava uvjerenja. Ako znamo da nismo imali izbora i ako smo svjesni toga da je sve to samo san, opet ćemo se prisjetiti nečega vrlo važnoga što smo izgubili - nečega što religije nazivaju »slobodnom voljom«. Religije tvrde da je Bog ljudima, kada ih je stvorio, podario slobodnu volju. To je istina, ali nam ju je oteo San, zato što San upravlja voljom najvećega broja ljudi.

Ima ljudi koji kažu: »Želim se promijeniti, uistinu se želim promijeniti. Ne postoji razlog zbog kojega bih trebao biti tako siromašan. Inteligentan sam. Zaslužujem živjeti dobrim životom, zaslužujem zarađivati mnogo više novca

nego što ga zarađujem sada«. Ljudi to znaju, ali to im govori um. Što čine ti ljudi? Uključe televizor te sate i sate provode gledajući u nj. Zar se onda može reći da je njihova volja snažna?

Kad jednom postanemo svjesni, tada imamo i izbora. Ako bismo tu svjesnost mogli zadržati cijelo vrijeme, mogli bismo promijeniti svoje navike, reakcije i sveukupan svoj život. Čim postanemo svjesni, vraća nam se slobodna volja. Kad vratimo slobodnu volju, tada u bilo kojemu trenutku možemo odabrati da se prisjetimo tko smo. Tada, ako zaboravimo, opet možemo odabrati to isto, samo ako posjedujemo svjesnost. Ali ako nema svjesnosti, nemamo ni izbora.

Postati svjestan znači postati odgovoran za svoj vlastiti život. Vi niste odgovorni za ono što se događa u svijetu. Vi ste odgovorni za sebe. Niste vi napravili ovakav svijet; svijet je već bio ovakav i prije nego što ste se vi rodili. Vi niste ovamo došli s poslanstvom da spasite svijet i promijenite društvo, ali ste svakako došli s nekim velikim poslanstvom, s jako važnim poslanstvom. Stvarno poslanstvo vašega života jest to da usrećite sami sebe, a da biste bili sretni, morate promotriti ono u što vjerujete, način na koji sebe prosuđujete i način na koji od sebe stvarate žrtvu.

Kada je riječ o vašoj sreći, budite potpuno iskreni. Nemojte si dopustiti to da projicirate lažan osjećaj sreće tako što ćete svakomu govoriti: »Pogledaj me samo. Uspela sam u životu, imam sve što želim i jako sam sretna«, iako sami sebe ne volite.

Sve postoji zbog nas, ali ponajprije je potrebno da smognemo dosta hrabrosti da otvorimo oči, da se koristimo istinom i shvatimo što jest istina. Ljudska bića jesu slijepa, a slijepa su jer ne žele vidjeti. Pogledajmo ovaj primjer.

Mlada žena upozna muškarca i od prvoga trenutka prema njemu osjeti snažnu privlačnost. Njezini se hormoni bude i ona želi samo toga muškarca. Sve njezine prijateljice svjesne su toga kakav je taj čovjek. Drogira se, nije zaposlen, ima sva ona svojstva zbog kojih žene pate. Ali ona njega promatra i što vidi? Vidi samo ono što želi vidjeti. Vidi da je visok, zgodan, snažan, šarmantan. Ona stvara sliku o tome čovjeku i pokušava zaniijekati ono što ne želi vidjeti. Laže sama sebi. Uistinu želi vjerovati u to da će njihov odnos uspjeti. Prijateljice joj govore: »Ali on se drogira, alkoholičar je, nigdje nije zaposlen«. A ona odgovara: »Da, ali moja će ga ljubav promijeniti«.

Naravno, njezina ga majka mrzi, kao i otac. Njezini roditelji zabrinuti su zbog nje jer sasvim dobro vide što je čeka. Kažu: »Taj muškarac nije dobar za tebe«. Mlada žena kaže: »Vi mi pokušavate reći što moram činiti«. Suprotstavlja se i majci i ocu i slijedi svoje hormone, laže samoj sebi i pokušava opravdati svoju odluku. »To je moj život i ja ću učiniti samo ono što zaželim«.

Nekoliko mjeseci poslije ono što se događa u tome odnosu vraća je u stvarnost. Istina se počinje pokazivati, a ona toga muškarca okrivljuje zbog onoga što prije nije željela vidjeti. Prema njoj ne pokazuje poštovanje, zlostavlja je, ali sada njezin ponos postaje jako važan. Kako bi se mogla vratiti kući i priznati majci i ocu da su bili u pravu? Samo će im dati zadovoljštinu. Koliko će vremena biti potrebno toj ženi da nauči? Kakva je njezina ljubav prema samoj sebi? Gdje je granica zlostavljanja koje nameće sama sebi?

Do takve patnje dolazi zato što mi ne želimo vidjeti ono što je tako jasno pred našim očima. Čak i onda kada upoznamo nekoga tko se pretvara da je mnogo bolji nego što jest, čak i dok nosi takvu lažnu masku, on ne može prikriti nedostatak ljubavi i poštovanja. Ali mi ne želimo ni vidjeti ni čuti. Zbog toga je neki stari prorok rekao: »Nema većega slijepca od onoga koji ne želi vidjeti. Nema glušega od onoga koji ne želi čuti. A nema ni većega luđaka od onoga koji ne želi razumjeti«.

Mi smo slijepi, uistinu slijepi - i zbog toga plaćamo. Ali ako otvorimo oči i život sagledamo onakvim kakav on jest, možemo izbjeći velik dio emocionalnoga bola. To ne znači da nećemo preuzeti rizik. Živi smo i potrebno je da preuzmemo rizik, a što onda ako i ne uspijemo? Koga briga? Nije važno. Učimo i idemo dalje bez prosuđivanja.

Nije potrebno prosuđivati; nije potrebno okrivljavati nekoga ili osjećati grižnju savjesti. Potrebno je samo prihvatiti svoju istinu i krenuti u novi početak. Ako sebe možemo sagledati takve kakvi jesmo, to je onda prvi korak prema prihvaćanju samoga sebe - prema otklanjanju samoodbacivanja. Kada jednom budemo kadri prihvatiti sebe upravo onakvima kakvi jesmo, od toga trenutka sve se može početi mijenjati.

Svatko ima svoju cijenu, a Život tu cijenu poštuje. Ali ta cijena ne mjeri se dolarima ili zlatom; mjeri se ljubavlju. Štoviše, mjeri se ljubavlju prema sebi. Koliko volite sebe - to je vaša cijena, a Život tu cijenu poštuje. Kada volite sebe, vaša cijena vrlo je visoka, što znači da ne zlostavljate sami sebe. To ne činite jer osjećate poštovanje prema sebi. Kad volite sebe onakvim kakvi jeste, vaša je cijena visoka. Ako ne volite sebe, vaša cijena malo je niža.

Katkada je samoprosuđivanje snažno toliko da se ljudi moraju dovesti do neosjetljivosti samo da bi mogli podnijeti to da budu sami sa sobom. Ako koga ne volite, možete ga napustiti. Ako ne volite neku skupinu ljudi, možete je napustiti. Ali ako ne volite sebe, bez obzira na to kamo otišli, sebe nikada ne možete ostaviti negdje drugdje. Da biste izbjegli samoga sebe, potrebno je da uzmete nešto što će vas omamiti, što će vam skrenuti misli. Možda će vam pomoći alkohol. Možda droge. Možda hrana - samo jedete i jedete i jedete. Zlostavljanje samoga sebe može biti i mnogo gore. Ima ljudi koji uistinu

osjećaju mržnju prema sebi. Oni imaju nagon za samouništenjem, ubijaju se malo po malo, jer nemaju hrabrosti ubiti se uistinu.

Ako promatrate takve ljude, vidjet ćete da privlače ljude koji su im slični. Što ćemo učiniti ako ne volimo sebe? Pokušat ćemo se omamiti alkoholom da bismo zaboravili svoju patnju. To je izlika kojom se koristimo. Gdje ćemo pronaći alkoholna pića? Otići ćemo u bar. Pogodite koga ćemo ondje pronaći? Ljude slične sebi koji se isto tako trude izbjeći sebe, koji se isto tako pokušavaju otupjeti. Zajedno se opijamo, razgovaramo o svojim patnjama i međusobno se razumijemo jako dobro. Možda ćemo čak početi i uživati u tome. Savršeno se razumijemo međusobno jer vibriramo istom vibracijom. Oboje smo skloni samouništenju. Tada ću ja povrijediti vas, a vi ćete povrijediti mene - savršeni odnos u paklu.

Što se događa kad se promijenite? Kakav god bio razlog, alkohol vam više nije potreban. Sada vam ne smeta da budete sami sa sobom - u tome zapravo uživate. Više ne pijete, ali i dalje ste okruženi istim prijateljima, a svi oni piju. Opijaju se i zbog toga se osjećaju sretniji, ali vi jasno uviđate da njihova sreća nije stvarna. Ono što oni nazivaju srećom jest pobuna protiv njihova vlastitoga emocionalnog bola. U toj »sreći« osjećaju se ranjeni toliko da se zabavljaju ranjavajući i druge i sebe.

Vi se više ne uklapate među njih, a oni vas odbacuju, jer im više niste slični. »Ti me odbacuješ jer više ne piješ sa mnom, više ti sa mnom nije dobro.« Sada morate donijeti odluku: ili napraviti korak unatrag ili ipak zakoračiti na sljedeću razinu vibracije i upoznati ljude koji prihvaćaju sebe, upravo kao vi. Otkrit ćete to da postoji još jedno carstvo stvarnosti, novi oblik odnosa u kojima više ne morate prihvaćati stanovite vrste zlostavljanja.

## *Seks: najveći pakleni demon*

KADA BISMO IZ SVEGA STVORENOGA U SVEMIRU MOGLI IZUZETI LJUDSKA bića, tada bismo shvatili to da je sve ono što je stvoreno - zvijezde, Mjesec, biljke, životinje i sve što postoji - upravo onakvo kakvo jest savršeno. Život nema potrebe za opravdavanjem ili prosuđivanjem; kada nas ne bi bilo, išao bi svojim putem upravo onakav kakav jest. Ako ljudska bića ostavite u onome što je stvoreno, a oduzmete im sposobnost prosuđivanja, otkrit ćete da smo mi upravo isti kao i sva ostala priroda. Nismo ni dobri ni loši, ni u pravu ni u krivu; jednostavno smo takvi kakvi jesmo.

U Snu planete mi imamo potrebu da sve opravdavamo - da sve bude dobro ili loše, pravilno ili pogrešno, a sve je to samo onakvo kakvo jest, i gotovo. Ljudska bića nakupljaju mnoga znanja; naša nas obitelj, društvo i religija uče svim onim uvjerenjima, poukama i pravilima. Najveći dio svoga ponašanja, najveći dio svojih osjećaja mi utemeljujemo na tome znanju. Mi stvaramo anđele i demone, a seks, naravno, postaje najveći pakleni demon. Seks je najveći grijeh ljudskih bića, iako je ljudsko tijelo stvoreno za seks.

Vi ste biološko i seksualno biće i to je jednostavno činjenica. Vaše je tijelo jako mudro. Sva se ta inteligencija krije u genima, u DNA. DNA nema potrebu za razumijevanjem ili opravdavanjem; ona jednostavno zna. Problem se ne krije u seksu. Problem se krije u načinu na koji manipuliramo znanjem i svojim prosudbama, iako zapravo nema ničega što bi trebalo opravdavati. Umu je jako teško predati se, prihvatiti jednostavne činjenice. Mi posjedujemo cijeli niz uvjerenja o tome što bi seks trebao biti i kakvi bi odnosi trebali biti, a ta uvjerenja potpuno su iskrivljena.

Mi u paklu plaćamo visoku cijenu za seksualni susret, ali nagon nam je snažan toliko da pristajemo i na to. Tada se pojavljuju krivnja i stid; slušamo sva ona ogovaranja čija je tema seks. »Pogledaj samo što ona žena radi! Pogledaj onoga muškarca«. Imamo mnoštvo definicija o tome što je žena, što je muškarac, kako bi se žena trebala ponašati u seksu, a kako muškarac. Muškarci su uvijek pretjerano muževni ili preveliki slabići, ovisno o tome tko prosuđuje. Žene su ili premršave ili predebele. Svi mi imamo svoja uvjerenja o tome kako bi žena trebala izgledati da bi bila lijepa. Morate kupovati pravu odjeću i stvarati pravilnu sliku o sebi da biste bili zavodljivi i uklapali se u tu sliku. Ako se ne uklapate u sliku ljepote, odrast ćete vjerujući da niste vrijedni i da se nikomu ne svidate.

Mi vjerujemo mnoštvu laži o seksu i zato u njemu niti ne uživamo. Seks je životinjski. Seks je loš. Trebali bismo se stidjeti svojih seksualnih osjećaja. Ta pravila o seksu usmjerena su potpuno protiv prirode i pripadaju Snu, ali mi u



njih vjerujemo. Vaša prava narav ne uklapa se u sva ta pravila. Vi ste krivi. Niste ono što biste trebali biti. O vama se sudi; vi ste žrtva. Vi kažnjavate sami sebe, a to nije pravedno. To vam zadaje rane koje se ispunjavaju emocionalnim otrovom.

Um igra tu igru, ali tijelo ne mari za ono u što um vjeruje; tijelo jednostavno osjeća tjelesnu potrebu. U određenom razdoblju svojega života ne možemo ne osjetiti seksualnu privlačnost. To je sasvim prirodno i uopće nije problem. Tijelo će se uzбудiti i osjetiti potrebu za seksom kada ga netko dodirne, kada dobije vizualni poticaj i kada shvati da postoji mogućnost za seks. Tijelo može osjećati svoju seksualnost, a nakon nekoliko minuta taj osjećaj može i prestati. Ako poticaj prestane, tijelo prestaje osjećati potrebu za seksom, ali um je nešto potpuno drugo.

Pretpostavimo da ste udana žena i odgojena kao katolikinja. Imate mnoštvo zamisli o tome kakav bi seks trebao biti - o tome što je dobro ili loše, pravilno ili pogrešno, o tome što je grijeh, a što je prihvatljivo. Vama je potrebno potpisati ugovor da bi seks za vas postao prihvatljiv; ako ne potpišete ugovor, seks je za vas grijeh. Dali ste riječ da ćete biti vjerni, ali jednoga dana hodate ulicom i pred vama se nađe neki muškarac. Prema njemu osjetite snažnu privlačnost; tijelo osjeća privlačnost. U tome nije nikakva teškoća, jer to ne znači da ćete poduzeti bilo što u tom pogledu, ali osjećaj ne možete izbjeći jer je savršeno prirodan. Kad poticaja nestane, tijelo prestaje osjećati privlačnost, ali um osjeća potrebu da opravda ono što je tijelo osjetilo.

Um zna i u tome je teškoća. Vaš um zna, vi znate, ali što to znate? Znate ono u što vjerujete. Nije važno je li to dobro ili loše, pravilno ili pogrešno, točno ili netočno. Odgojeni ste tako da vjerujete da je to loše, i isti trenutak donosite takvu prosudbu. Tada počinju drama i sukob.

Poslije razmišljate o tome muškarcu, i već samo razmišljanje o njemu budi vaše hormone. Zbog sposobnosti pamćenja koje posjeduje um, kao da toga muškarca vidite opet. Tijelo reagira, jer um o njemu razmišlja. Kad bi um pustio tijelo da radi ono što želi, ta bi reakcija nestala kao da je nikada nije bilo. Ali um pamti i zato što znate da to nije u redu, počinjete donositi prosudbe o sebi. Um tvrdi da to nije u redu i pokušava potisnuti ono što osjeća tijelo. Kad pokušavate potisnuti svoje misli, pogodite što će se dogoditi? Još ćete više misliti o tome. Tada, ako ponovo ugledate toga muškarca, pa čak i ako je riječ o drukčijoj situaciji, vaše tijelo reagira još snažnije.

Da ste prvi put pustili da sve prođe bez ikakvih prosudaba, kada biste ga drugi put ugledali, možda se ne bi pojavila nikakva reakcija. A sada, kada ugledate toga muškarca, pojavljuju se seksualni osjećaji, vi ih prosuđujete i mislite: »O, moj Bože, to nije u redu. Baš sam grozna«. Potrebno vam je kazna; krivi ste; spuštate se prema dnu pakla, a sve to ni zbog čega, jer se sve zbijalo samo u

umu. Možda taj muškarac čak nije ni primijetio da postojite. Počinjete zamišljati mnogo toga, stvarate pretpostavke i želite ga sve više. Ako se zbog bilo kojega razloga susretnete s njim, razgovarat ćete, jer vas jako privlači, ali ujedno se plašite.

Tada s njim vodite ljubav, i to je prekrasno, ali ujedno to je najgore što vam se dogodilo. Sada ste uistinu zaslužili kaznu. »Kakva bi to žena dopustila da njezina seksualna želja bude snažnija od njezina ćudoređa?« Tko zna kakve će sve igre um smisliti. Patite, ali pokušavate zaniijekati svoje osjećaje; pokušavate opravdati svoja djela kako biste smanjili bol. »Vjerojatno se i moj muž ponaša na sličan način«.

Privlačnost postaje snažnija, ali nije joj izvor u tijelu, nego vaš um igra svoju igru. Strah postaje opsjednutost, i raste sav onaj strah što ga osjećate zbog te seksualne privlačnosti. Kad vodite ljubav s tim čovjekom, osjećate se predivno, ali ne zato što je on divan i ne zato što je seks divan, nego zato što se oslobađaju sva ta napetost i sav strah. Da bi se ponovno nagomilali, um se opet pretvara da se sve to događa zbog toga muškarca, ali to nije istina.

Drama postaje sve teža, ali to je samo jednostavna igra vaših misli. Čak nije ni stvarna. Nije riječ ni o ljubavi, jer takva vrsta odnosa postaje vrlo razorna. Sklona je samouništenju, jer vi ranjavate sami sebe, a ponajviše vas boli ono u što vjerujete. Nije važno to je li vaše uvjerenje pravilno ili pogrešno, dobro ili loše - ali vi ga kršite, a to je nešto što svi želimo učiniti, ali kao duhovni ratnik, a ne kao žrtva. Sada ćete to iskustvo iskoristiti za to da biste se u pakao spustili još dublje, a ne da biste izašli iz njega.

Vaš um i vaše tijelo imaju posve različite potrebe, ali um nadzire tijelo. Tijelo ima potreba koje ne možete izbjeći; morate ispuniti potrebu za hranom, vodom, skloništem, spavanjem i seksom. Sve te tjelesne potrebe jesu savršeno prirodne i lako ih je zadovoljiti. Teškoća je u tome što um tvrdi da su to njegove potrebe.

U tome mjehuriću privida mi u mislima stvaramo cijelu sliku i um preuzima odgovornost za sve. Um misli da to on sam ima potrebu za hranom, vodom, skloništem, odjećom i seksom. Ali um nema uopće nikakvih potreba, barem ne tjelesnih. Umu hrana uopće nije potrebna, ni kisik, ni voda, a ni seks. Kako znamo da je to istina? Kada um kaže: »Potrebna mi je hrana«, vi jedete; tijelo postaje potpuno zadovoljno, ali um i dalje misli da mu je hrana potrebna. Vi i dalje jedete i jedete i ne možete zadovoljiti svoj um hranom, jer ta potreba nije stvarna.

Potreba za pokrivanjem tijela drugi je primjer. Da, vašemu je tijelu potrebno da bude pokriveno jer vjetar je preoštar, a sunčane zrake prevruće, ali to su potrebe vašega tijela, a njih je lako zadovoljiti. Kad potreba postoji u mislima, možete na sebe staviti tonu odjeće, a da vaš um i dalje misli da mu je odjeća

potrebna. Katkada otvorite ormar prepun odjeće, ali vaš um nije zadovoljan. Što kaže? »Nemam što odjenuti.«

Umu je potreban drugi automobil, još jedno putovanje, kuća za prijatelje - sve te potrebe koje nikada ne možete potpuno zadovoljiti izviru iz uma. Tako je i sa seksom. Kada u mislima postoji potreba, vi tu potrebu ne možete zadovoljiti. Kada u mislima postoji potreba, ondje se nalaze i prosuđivanje i sveukupno znanje. Zbog toga je tako teško kada je riječ o seksu. Umu seks nije potreban. Ono što je umu uistinu potrebno jest ljubav a ne seks. Više nego umu ljubav je potrebna vašoj duši, jer vaš um može preživjeti i sa strahom. I strah je energija i hrana za um - ne baš ona hrana koju želite, ali ipak djeluje.

Potrebno je tijelo osloboditi tiranina - uma. Ako potreba za hranom više ne postoji u našem umu, kao ni potreba za seksom, tada sve postaje vrlo jednostavno. Prvi korak jest razdvojiti potrebe u dvije kategorije: u tjelesne potrebe i umne potrebe.

Um tjelesne potrebe miješa sa svojim vlastitim potrebama, jer ima potrebu doznati: što sam ja? Mi živimo u ovome svijetu privida, a nemamo ni pojma tko smo. Um postavlja sva ta pitanja. Što sam ja? To pitanje postaje najveća tajna, a bilo koji odgovor zadovoljit će potrebu i stvoriti osjećaj sigurnosti. Um kaže: »Ja sam tijelo. Ja sam ono što vidim; ja sam ono što mislim; ja sam ono što osjećam. Boli me. Krvarim«.

Naklonost između uma i tijela snažna je toliko da um vjeruje: »Ja sam tijelo«. Tijelo ima neku potrebu, a um kaže: »Ja imam potrebu«. Sve ono što se tiče tijela um shvaća vrlo osobno, i to zato što pokušava shvatiti što je on. Zato je savršeno prirodno to da u stanovitom trenutku um počinje preuzimati nadzor nad tijelom.

A vi svoj život živite dotle dok se ne dogodi nešto što će vas potresti i omogućiti vam da shvatite ono što niste.

Kada počinjete shvaćati ono što niste, kada um počne shvaćati to da on nije tijelo, tada postupno postajete svjesni. Um kaže: »A što sam onda ja? Jesam li ruka? Ako odrežem ruku, još uvijek sam to ja. Znači da nisam ni ruka«. Postupno isključujete sve ono što niste, dok na kraju ne ostane samo ono jedno što uistinu jeste. Dugačak je proces kojim um pronalazi svoj vlastiti identitet. U tome procesu vi otpuštate svoju osobnu pripovijest, ono što vam pruža sigurnost, dok naposljetku ne shvatite ono što uistinu jeste.

Otkrit ćete da niste ono što ste vjerovali da jeste, jer nikada niste odabrali svoja uvjerenja. Ta uvjerenja postojala su i prije nego što ste se rodili. Otkrit ćete isto tako da niste ni svoje tijelo, jer počinjete djelovati i bez svoga tijela. Počinjete spoznavati da se ne nalazite u Snu, nego u svome vlastitom umu. Ako zadete dublje, tada ćete početi primjećivati da niste ni duša. Ono što ćete zatim otkriti

nevjerojatno je. Otkrit ćete da ste sila - sila koja daje život vašemu tijelu, sila koja umu omogućuje da sanja.

Bez vas, bez te sile, vaše bi se tijelo srušilo. Bez vas cijeli vaš san rastvorio bi se u ništavilo. Vi ste uistinu sila koja je Život. Ako se zagledate u oči čovjeku pokraj sebe, ugledat ćete kako u njegovim očima blista svijest o samome sebi, očitovanje Života. Život nije tijelo, nije ni um, nije ni duša. Život je sila. Zahvaljujući toj sili novorođenče postaje dijete, tinejdžer odrastao čovjek; razmnožava se i stari. Kad Život napusti tijelo, tijelo se razlaže i pretvara u prah.

Vi ste taj Život koji protječe vašim tijelom, umom, dušom. Kada to jednom otkrijete, i to ne logikom, ne intelektom, nego tako što ćete moći osjetiti Život - tada ćete otkriti da ste vi ona sila koja navodi cvijeće da otvara i sklapa svoje latice, koja navodi pčelu da leti od cvijeta do cvijeta. Otkrit ćete da se nalazite u svakome drvetu, u svakoj životinji, biljci i stijeni. Vi ste ona sila koja diže vjetar i diše kroz vaše tijelo. Sveukupan svemir jest živo biće što ga pokreće ta sila - eto, to ste vi. Vi ste Život.

## *Božanska lovkinja*

U RIMSKOJ MITOLOGIJI POSTOJI PRIPOVIJEST O ARTEMIDI, BOŽANSKOJ lovkini. Artemida je bila vrhunska lovkinja jer je lovila bez napora. Svoje potrebe ispunjavala je lako i živjela je u savršenom skladu sa šumom. Cijela šuma voljela je Artemidu i za svaku je životinju bila velika čast da je lovi Artemida. Nikada se nije činilo da ona uistinu lovi: sve što joj je bilo potrebno k njoj je dolazilo samo. Zbog toga je bila ponajbolja lovkinja, ali i plijen kojega je bilo najteže uloviti. Njezin životinjski lik bila je čarobna košuta koju je bilo gotovo nemoguće uloviti.

Artemida je u savršenom skladu sa šumom živjela dotle dok jednoga dana kralj nije Heraklu, sinu Zeusovu, koji je i sam tragao za vlastitim iskustvima, dao zadatak. Zadatak se sastojao u tome da Heraklo uhvati Artemidinu čarobnu košutu. Budući da je bio Zeusov sin kojega nitko nije mogao pobijediti, Heraklo nije odbio. Otišao je u šumu da bi ulovio košutu. Košuta ga je ugledala, ali ga se nije uplašila. Dopustila je Heraklu da joj se približi, ali kad ju je Heraklo pokušao uhvatiti, pobjegla je. Heraklo ni na koji način nije mogao uloviti tu košutu, osim da postane bolji lovac od Artemide.

Heraklo je zazvao Hermesa, glasnika bogova, najbržeg boga, da mu posudi svoja krila. Sada je Heraklo postao brz kao Hermes i uskoro se u njegovim rukama našao najdragocjeniji plijen. Možete zamisliti Artemidinu reakciju. Uhvatio ju je Heraklo, pa mu se željela osvetiti. Željela je uloviti Herakla i dala je sve od sebe da ga uhvati, ali sada je Heraklo postao plijen kojega je najteže uhvatiti. Heraklo je bio slobodan, pa iako se trudila, Artemida ga nije mogla uhvatiti.

Artemidi Heraklo uopće nije bio potreban. Samo je osjećala snažnu potrebu da ga uhvati, ali to je, naravno, bio samo privid. Vjerovala je da se zaljubila u Herakla i da ga želi za sebe. O njemu je razmišljala toliko da je postala opsjednuta njime i, k tomu, nesretna. Počela se mijenjati. Više nije živjela u skladu sa šumom, jer je počela loviti samo zbog zadovoljstva hvatanja plijena. Artemida je prekršila svoja vlastita pravila i postala grabežljivica. Životinje su se plašile, a šuma ju je počela odbacivati, ali Artemida nije marila za to. Nije mogla spoznati što je istina; razmišljala je samo o Heraklu.

Heraklo je morao obaviti mnoga djela, ali katkada bi otišao u šumu da potraži Artemidu. Svaki put Artemida bi ga pokušala uloviti. Kad je bila s Heraklom, bila je sretna, ali je znala da će otići, pa su njome ovladale ljubomora i sebičnost. Svaki put kada bi Heraklo otišao, patila je i plakala. I mrzila ga je i ljubila.

Heraklo nije imao pojma o tome što se zbiva u Artemidinu srcu, a nije zamijetio ni to da ga ona pokušava uloviti. Nikada o sebi nije razmišljao kao o plijenu. Heraklo je volio i poštovao Artemidu, ali to nije bilo ono što je ona željela. Artemida ga je željela posjedovati, loviti ga kao prava grabežljivica. Naravno, svi u šumi primijetili su tu promjenu u Artemidi, osim nje same. Ona je o sebi još uvijek razmišljala kao o božanskoj lovkini. Nije bila svjesna toga da se promijenila. Nije bila svjesna toga da je rajska šuma postala pakao, jer nakon njezina pada svi drugi lovci pali su zajedno s njom - svi su postali grabežljivci.

Jednoga dana Hermes je uzeo životinjski oblik i upravo kada ga je Artemida pokušala ubiti, opet je uzeo ljudski oblik, a ona je postala svjesna mudrosti koju je izgubila. Pomogao joj je da spozna da je pala. Svjesna svega što se događalo, Artemida je otišla Heraklu da ga zamoli za oprostaj. Do pada ju je dovela njezina vlastita oholost. Razgovarajući s Heraklom, shvatila je to da ga nikada nije uvrijedila, jer nije znao o čemu ona razmišlja. Tada se ogledala po šumi i shvatila što je učinila. Ispričala se svakomu cvijetu i svakoj životinji, dok ponovo nije zadobila ljubav. Opet je postala božanska lovkinja.

Tu pripovijest ispričovijedio sam zato da biste shvatili kako smo svi mi i lovci i plijen. Sve što postoji istodobno je i lovac i plijen. Sto mi to lovimo? Lovimo da bismo ispunili svoje potrebe. Govorio sam o tjelesnim potrebama i umnim potrebama. Kada um povjeruje u to da je tijelo, tada potrebe postaju samo prividne i ne mogu biti ispunjene. Kada lovimo ispunjenje onih potreba koje su nestvarne, koje postoje samo u umu, tada postajemo grabežljivci - lovimo ono što nam nije potrebno.

Ljudska bića love iz ljubavi. Mi osjećamo da nam je potrebna ta ljubav jer vjerujemo da je nemamo, jer ne volimo sami sebe. Mi u drugim ljudima koji su slični nama tragamo za ljubavlju, očekujući da će nam je oni pružiti, a oni su zapravo u istome stanju kao i mi. Ni oni ne vole sebe, pa kako bismo onda od njih mogli dobiti ljubav? Mi jednostavno stvaramo sve veću potrebu koja uopće nije stvarna; mi smo neprestance u lovu, ali na pogrešnom mjestu, jer drugi ljudi nemaju te ljubavi koja je nama potrebna.

Kada je Artemida postala svjesna svoga pada, vratila se sama sebi, jer je sve što joj je bilo potrebno bilo skriveno u njoj samoj. To isto vrijedi i za sve nas, jer svi mi nalikujemo Artemidi kakva je bila nakon pada, a prije otkupljenja. Mi tragamo za ljubavlju. U lovu smo na pravednost i sreću. U lovu smo na Boga, ali Bog je skriven u nama.

Lov na čarobnu košutu uči vas tomu da loviti moramo unutar sebe. Tu veličanstvenu pripovijest valja zapamtiti. Ako zapamtite pripovijest o Artemidi, tada ćete ljubav uvijek pronalaziti u sebi. Ljudi koji su u lovu na ljubav nikada neće biti zadovoljni; ljubav koja im je potrebna nikada neće pronaći u drugim



ljudima. Um osjeća potrebu, ali ona ne može biti ispunjena, jer ne postoji. Nikada niti nije postojala.

Ljubav za kojom tragamo nalazi se u nama, ali ta je ljubav plijen koji je teško uloviti. Jako je teško loviti unutar sebe, pronaći tu ljubav u sebi. Morate biti veoma hitri, kao Hermes, jer mnogo toga može vam odvući pozornost od vašega cilja. Što god privuče vašu pozornost otežava vam postizanje svrhe i hvatanje plijena - unutarnje ljubavi. Ako uspijete uhvatiti taj plijen, tada ćete shvatiti da ta ljubav u vama može postati vrlo snažna i ispuniti sve vaše potrebe. To je za vašu sreću jako važno.

Ljudi u odnose najčešće stupaju kao lovci. Tragaju za onim što osjećaju da im je potrebno, nadajući se da će u drugoj osobi pronaći ono što im je potrebno, ali otkrivaju da toga ondje nema. Kada se u odnos upustite neopterećeni tom potrebom, tada to postaje sasvim drukčija priповijest.

Kako se pripremiti za taj lov u svojoj nutrini? Da biste uhvatili ljubav koja se skriva u vama, morate se predati sebi i kao lovac i kao plijen. U vašem umu skrivaju se i lovac i plijen. Tko je lovac, a tko je plijen? Kod prosječnih ljudi lovac je Nametnik. Nametnik zna sve o vama, a potrebne su mu emocije koje izviru iz straha. Nametnik se hrani otpadom. Uživa u strahu i tragediji; voli bijes, ljubomoru i zavist; sviđaju mu se sve emocije kolje će u vama izazvati patnju. Nametnik se želi osvetiti i uvijek biti glavni.

Nametnik, tj. onaj vaš dio koji vas zlostavlja, vrši prisilu nad vama dvadeset četiri sata na dan; uvijek vas proganja zbog nečega. Zbog toga postajemo njegov plijen, i to vrlo lak plijen. Nametnik je onaj koji vas zlostavlja. On nije samo lovac, nego je i grabežljivac i neprestance vas izjeda. Plijen, emocionalno tijelo, onaj je dio nas koji neprestance pati; to je onaj naš dio koji želi biti otkupljen.

U grčkoj mitologiji postoji i pripovijest o Prometeju koji je bio prikovan za stijenu. Danju na stijenu je slijetao orao i ključao njegova jetra, a noću jetra bi iznova narasla. Orao je dolazio svaki dan i uvijek iznova jeo Prometejeva jetra. Što to znači? Kada je Prometej budan, on ima i fizičko i emocionalno tijelo. Orao je Nametnik koji jede njegovu nutrinu. Noću Prometej nema svojega emocionalnoga tijela i oporavlja se. Ponovo se rađa da bi bio hrana orlu, dok ga ne oslobodi Heraklo. Heraklo je nalik Kristu, Buddhi ili Mojsiju, koji raskida okove patnje i podaruje vam slobodu.

Da biste mogli loviti unutar sebe, počnite tako što ćete loviti svaku svoju reakciju. Mijenjat ćete navike jednu po jednu. To je rat za oslobađanje od Sna koji upravlja vašim životom. To je rat između vas i grabežljivca - a u sredini se nalazi istina. U svim zapadnjačkim tradicijama, od Kanade do Argentine, mi sebe nazivamo ratnicima, jer ratnik je lovac koji lovi samoga sebe. Velik je to rat, jer se vodi protiv Nametnika. Biti ratnik ne znači da ćete pobijediti u ratu, ali barem ste se pobunili, i više ne prihvaćate Nametnika koji vas izjeda.

Prvi korak jest postati lovcem. Kad je Heraklo zašao u šumu u potrazi za Artemidom, tada ni na koji način nije mogao uhvatiti košutu. Onda se obratio Hermesu, vrhunskom učitelju, koji ga je naučio kako postati bolji lovac. Morao je biti bolji od Artemide da bi je ulovio. Da biste ulovili sebe, isto je tako potrebno da postanete bolji lovac od Nametnika. Ako Nametnik radi dvadeset četiri sata na dan i vi morate raditi dvadeset četiri sata na dan. Nametnik ima prednost: on vas poznaje jako dobro. Nikamo se ne možete sakriti od njega. Nametnik je isto tako plijen koji je najteže uhvatiti. To je onaj vaš dio koji pred drugim ljudima pokušava opravdati vaše ponašanje, ali onda kada ste sami, tada je vaš najoštriji sudac. On uvijek sudi, okrivljuje i u vama izaziva osjećaj da ste skrivili nešto.

U uobičajenom odnosu u paklu Nametnik vašega partnera udružuje se s vašim Nametnikom protiv vas kakvi uistinu jeste. Protiv vas nije samo vaš vlastiti Nametnik nego i Nametnik vašega partnera, koji se udružuje s vašim Nametnikom da bi vaša patnja potrajala vječito. Ako ste toga svjesni, onda vam i sama spoznaja mnogo može pomoći. Bit ćete sretni svaki put kada vaš partner napravi još jedan korak prema slobodi. Kada se vaš partner uznemiri, rastuži ili postane ljubomoran, tada možete biti svjesni toga da u tome trenutku pred vama nije osoba koju volite. Pred vama se nalazi Nametnik koji je opsjeo vašega partnera.

Svjesni toga da Nametnik postoji i svjesni onoga što se zbiva u vašemu partneru, možete mu pružiti dostatno prostora. Budući da ste vi odgovorni samo za svoju polovicu odnosa, možete mu dopustiti da se bavi svojim vlastitim osobnim snom. Na taj vam način bit će jednostavnije ne prihvatiti osobno ono što radi vaš partner. To će uvelike pomoći vašemu odnosu, jer ništa od onoga što vaš partner radi nije osobno. On se hvata ukoštac sa svojim vlastitim teškoćama. Ako to ne shvatite osobno, tada ćete s partnerom lako ostvariti prekrasan odnos.

## *Promatrano očima ljubavi*

AKO PROUČAVATE SVOJE TIJELO, PRONAĆI ĆETE MILIJARDE ŽIVIH BIĆA koja ovise o vama. Svaka stanica vašega tijela živo je biće koje ovisi o vama. Vi ste odgovorni za sve njih. Za sva ta živa bića, svoje stanice, vi ste Bog. Možete im pružiti ono što im je potrebno; možete ih voljeti, a možete biti i zli prema njima.

Stanice vašega tijela potpuno su vam odane; one skladno rade za vas. Možemo reći čak i to da se mole za vas. Vi ste njihov Bog. To je apsolutna istina. I što ćete sada učiniti s tim znanjem?

Zapamtite to da je cijela šuma u potpunu skladu s Artemidom. Kada je Artemida doživjela pad, izgubila je poštovanje te iste šume. Kada je opet vratila svoju svjesnost, krenula je od cvijeta do cvijeta i govorila: »Žao mi je, sada ću se ponovno početi brinuti za tebe«. Tako je Artemidin odnos sa šumom ponovno postao odnos ljubavi.

Ta šuma je vaše tijelo. Ako prihvatite tu istinu, tada ćete reći svojem tijelu: »Žao mi je, sada ću se ponovno početi brinuti za tebe«. Odnos između vas i vašega tijela, između vas i svih onih živih stanica koje ovise o vama, može postati prekrasan odnos. Vaše tijelo sa svim onim živim stanicama savršeno je u svojoj polovici odnosa, upravo kao što je pas savršen u svojoj polovici. Druga polovica odnosa jest vaš um. Vaše se tijelo brine za svoju polovicu odnosa, ali um je onaj koji zlostavlja tijelo, koji s njime postupa loše i prema njemu se odnosi pogrešno.

Samo promotrite način na koji se odnosite prema svojoj mački ili prema psu. Ako se prema svojem tijelu možete odnositi na isti način, shvatit ćete da je tu riječ o ljubavi. Vaše tijelo spremno je primiti svu ljubav koju mu um može pružiti, ali um kaže: »Ne, meni se ne sviđa ovaj dio moga tijela. Pogledaj samo taj nos - ne sviđa mi se uopće. A tek uši - prevelike su. Predebeo sam. Noge su mi prekratke«. Mnogo toga um može izmisliti o tijelu.

Vaše tijelo savršeno je takvo kako jest, ali svi mi imamo svoja shvaćanja o tome što je pravilno i pogrešno, dobro i loše, lijepo i ružno. To su samo pojmovi, ali teškoća je u tome što mi vjerujemo u njih. Sa slikom savršenstva skrivenom u mislima očekujemo da naše tijelo mora izgledati na određen način i ponašati se na određen način. Odbacujemo svoje vlastito tijelo iako nam je potpuno odano. Čak i onda kada zbog svojih ograničenja tijelo ne može nešto napraviti, mi ga prisiljavamo, a ono će barem pokušati nama za volju.

Pogledajte samo što radite sa svojim tijelom. Ako ga odbacite, što tek onda drugi ljudi mogu očekivati od vas? Ako prihvatite svoje tijelo, tada možete

prihvatiti gotovo svakoga i gotovo sve. To je vrlo važno onda kada je riječ o umjetnosti odnosa. Odnos što ga imate sa sobom odražava se u vašim odnosima s drugima. Ako odbacite svoje vlastito tijelo, postat ćete stidljivi u ljubavi sa svojim partnerom. Pomislit ćete: »Pogledaj samo to tijelo. Kako me može voljeti kada mi je tijelo takvo?«. Tada odbacujete sami sebe i pretpostavljate da će vas i druga osoba odbaciti iz istoga toga razloga. A kad vi odbacite nekoga drugoga, odbacujete ga zbog iste one stvari zbog koje odbacujete i sebe.

Da biste ostvarili odnos koji će vas prenijeti u raj, svoje tijelo morate prihvatiti u potpunosti. Morate ga voljeti i dopustiti mu slobodu da jednostavno postoji, da slobodno daje i slobodno prima, a da se pritom ne stidi, jer »stid« nije ništa drugo nego strah.

Zamislite kako vidite svoga psa. Psa promatrate očima ljubavi i uživete u njegovoj ljepoti. Nije važno je li taj pas lijep ili ružan. Možete doživjeti zanos čim ugledate njegovu ljepotu, jer tu nije riječ o tome je li on uistinu lijep. Ljepota je samo pojam koji smo naučili.

Mislite li da su kornjača ili žaba ružne? Pogledajte žabu - prekrasna je; predivna je. Pogledajte kornjaču - prekrasna je; predivna je. Sve što postoji je prekrasno - sve. Ali vi mislite: »O, kako je ovo ružno«, jer vas je netko naveo na to da povjerujete da je nešto ružno a nešto lijepo, upravo kao što vas je netko naveo na to da povjerujete da je nešto dobro a nešto loše.

Uopće nije riječ o ljepoti ili ružnoći, o niskome ili visokom rastu, o vitkosti ili debljini. Uopće nije riječ o tome jeste li ili niste prekrasni. Ako hodate kroz skupinu ljudi, a oni vam kažu: »O, kako ste lijepi«, vaš bi odgovor mogao glasiti: »Hvala vam, znam da jesam«. Bit će vam svejedno. Ali ako vam netko kaže da ste lijepi, a vi u to ne vjerujete, tada će vam to biti jako važno, pa ćete reći: »Jesam li zaista?« To mišljenje može vas se dojmiti, a zbog toga, naravno, postajete lak plijen.

Vi mislite da vam je to mišljenje potrebno jer ne vjerujete da ste lijepi. Sjećate li se priče o čarobnoj kuhinji?

Ako imate hrane koliko vam je potrebno, a netko vam kaže da će vam dati hrane koliko god želite ako mu dopustite da upravlja vašim životom, odgovorit ćete: »Ne, hvala«. Ako želite biti lijepi, ali ne vjerujete da jeste lijepi, a netko vam kaže: »Svaki dan govorit ću ti da si prekrasna, samo ako mi dopustiš da upravljam tvojim životom«, reći ćete: »O, da, molim te reci mi da sam prekrasna«. Dopustit ćete da se to dogodi jer mislite da vam je to mišljenje potrebno.

Ali nisu važna mišljenja drugih ljudi, nego samo vaše vlastito mišljenje. Vi ste lijepi bez obzira na to što vam govori vaš um. To je činjenica. Ništa ne morate učiniti jer već posjedujete svu onu ljepotu koja vam je potrebna. Da biste bili

lijepi, ni na koji način ne morate biti obavezni prema bilo kome. Drugima je slobodno da vide što god žele vidjeti. Ako vas drugi promatraju i prosuđuju to jeste li lijepi ili niste, a vi ste svjesni svoje vlastite ljepote i prihvaćate je, tada njihovo mišljenje ni na koji način neće moći utjecati na vas.

Možda ste odrasli vjerujući da niste privlačni i zato zavidite lijepim ljudima. Da biste opravdali tu zavist, reći ćete: »Ni ne želim biti lijepa«. Možda će se u vama čak razviti strah od toga da postanete lijepi. Taj strah može nastati zbog mnogih razloga i kod svakoga je čovjeka drukčiji, ali najčešće riječ je o strahu od svoje vlastite moći. Lijepa žene imaju moć nad muškarcima, ali ne samo nad muškarcima, nego i nad ženama. Druge žene koje nisu tako lijepe, mogu vam zavidjeti jer privlaćite pozornost muškaraca. Ako se odijevate na određeni način i svi su muškarci ludi za vama, što će žene reći? »Ma, ona je samo laka ženska.« Vi se plašite svih tih prosudaba. Tu je opet riječ samo o pojmovima i o lažnim uvjerenjima zbog kojih nastaju povrede u emocionalnom tijelu. Naravno da tada te povrede moramo prekriti lažima i sustavima nijekanja.

Zavist je isto tako uvjerenje kojega se lako možete osloboditi pomoću svjesnosti. Možete naučiti nositi se sa zavišću drugih žena ili muškaraca, jer istina je da ste svi vi prekrasni. Jedina razlika između ljepote jedne osobe i ljepote druge osobe jest pojam ljepote koji su stvorili ljudi.

Ljepota nije ništa drugo nego pojam, ništa drugo nego uvjerenje, ali vi možete vjerovati u taj pojam ljepote i na njemu temeljiti svu svoju moć. Vrijeme prolazi i vi shvatite da starite. Možda smatrate da više niste onako lijepi kao što ste bili, a pojavljuje se i mlađa žena koja je ljepša od vas. Vrijeme je za plastičnu operaciju kojom pokušavate zadržati moć jer vjerujete u to da se moć krije u ljepoti. Počinje nas boljeti to što starimo. »O, Bože, moje ljepote nestaje. Hoće li me moj suprug voljeti i dalje, iako nisam privlačna? Sada će lako vidjeti da ima žena koje su privlačnije od mene«.

Odupiremo se starenju; vjerujemo da stara žena nije lijepa. To je uvjerenje potpuno pogrešno. Ako ugledate novorođenče, ono je prekrasno. Pa i starija je osoba lijepa. Teškoća se krije u emocijama i u našim očima kojima promatramo što jest a što nije lijepo. Prepuni smo prosudaba i programa koji ograničavaju našu vlastitu sreću, koji nam nameću samoodbacivanje, a i odbacivanje drugih ljudi. Možete li spoznati to kako uz pomoć svih tih uvjerenja mi odigravamo dramu, kako si namještamo neuspjeh?

Starenje je nešto prekrasno, kao što je i odrastanje prekrasno. Od djeteta rastemo do tinejdžera, a zatim u mladu ženu ili mladoga muškarca. To je prekrasno. Postati starica ili starac isto je tako prekrasno. U ljudskome životu postoje određene godine tijekom kojih smo aktivno sposobni za stvaranje života. Za to vrijeme želimo biti seksualno privlačni jer na to nas navodi priroda.

Nakon toga više ne moramo biti seksualno privlačni s toga stajališta, ali to ne znači da nismo lijepi.

Vi ste ono što vjerujete da jeste. Ne morate činiti ništa drugo osim biti upravo ono što jeste. Imate pravo osjećati da ste lijepi i uživati u tome. Možete poštovati svoje tijelo i prihvaćati ga takvim kakvo jest. Nije vam potreban netko tko bi vas volio. Ljubav izvire iznutra. Ona živi u nama i uvijek je u nama, ali mi je ne osjećamo uvijek zbog zida magle koji je okružuje. Vanjsku ljepotu možete zamijetiti tek kad osjećate ljepotu koja prebiva unutar vas.

Vi imate svoja uvjerenja o tome što je lijepo, a što je ružno, a ako se sami sebi ne sviđate, možete promijeniti svoja uvjerenja i vaš će se život promijeniti. To zvuči vrlo jednostavno, ali nije baš tako. Tko god upravlja uvjerenjem, upravlja i snom. Kada sanjač konačno počne upravljati svojim snom, taj san može postati umjetničko remek-djelo.

Možete početi tako što ćete svaki dan za svoje tijelo obavljati puđu. U Indiji ljudi obavljaju puđe ili obrede za različite bogove i božice. Za toga obreda klanjaju se kipu, daruju ga cvijećem i hrane ga svom svojom ljubavlju, jer ti kipovi predstavljaju Boga. Svaki dan prinosite odanu ljubav svojem tijelu. Dok se tuširate i kupate, sa svojim tijelom postupajte s mnogo ljubavi, odnosite se prema njemu s poštovanjem, zahvalnošću i dostojanstvenošću. Kad jedete, odgrizite zalogaj, sklopite oči i uživajte u hrani. Ta hrana jest ono što prinosite svojem tijelu, hramu u kojemu prebiva Bog. Činite tako svaki dan i osjetit ćete da vaša ljubav prema tijelu svaki dan biva sve snažnija, i nikada više nećete odbacivati sebe.

Samo zamislite kako ćete se osjećati onoga dana kad počnete obožavati svoje tijelo. Kada sebe prihvatite potpuno, osjećat ćete se dobro u odnosu na svoje vlastito tijelo i bit ćete jako sretni. U odnosima s drugim ljudima gotovo da i nećete zlostavljati sami sebe. To je ljubav prema samome sebi. To ne znači da ćete sebi pridavati preveliku važnost, jer i prema drugima odnosit ćete se s istom ljubavlju, poštovanjem, dostojanstvom i zahvalnošću. Možete li uopće zamisliti savršenstvo takva odnosa? U takvu odnosu vi poštujete Boga i u sebi i u drugome.

Kad odredite da je vaša svrha ta da uspostavite savršen odnos sa svojim tijelom, tada ćete naučiti uspostavljati savršen odnos i s drugim ljudima, uključujući svoju majku, prijatelje, ljubavnika, djecu, psa. Kada ostvarite savršen odnos između sebe i svoga tijela, u tome trenutku vaša polovica odnosa s drugim ljudima ispunjena je potpuno. Više ne ovisite o uspjehu vanjskog odnosa.

Kada vršite puđu za svoje vlastito tijelo i kada znate kako prema njemu izraziti odanost, u trenutku kada dodirnete tijelo svojega ljubavnika, dodirnut ćete ga istom tom odanošću, ljubavlju, poštovanjem i zahvalnošću. A kada vaša



ljubavnica dodirne vaše tijelo, ono će biti potpuno otvoreno; neće biti ni straha ni potrebe - tijelo će biti prepuno ljubavi.

Zamislite sve mogućnosti širenja svoje ljubavi na takav način. Čak ni dodir nije vam prijeko potreban. Već i samo promatranje oči u oči ispunjava potrebe i uma i duše. Tijelo je već zadovoljeno jer ima svu vašu ljubav. Više nikada nećete biti osamljeni jer ste ispunjeni svojom vlastitom ljubavlju.

Kamo god pogledate, uvijek ćete biti ispunjeni ljubavlju, ali ne onom ljubavlju koju primete od drugih ljudskih bića. Kada pogledate stablo, osjetit ćete svu ljubav koja iz stabla struji prema vama. Kada pogledate nebo, ono će ispuniti potrebu vašega uma za ljubavlju. Posvuda ćete uočavati Boga, i to više neće biti samo teorija. Bog je posvuda. Život je posvuda.

Sve je ostvareno uz pomoć Ljubavi i Života. Čak i strah je odraz ljubavi, ali strah postoji u umu i, kada je riječ o ljudskim bićima, taj strah upravlja umom. Tada sve tumačimo u skladu s onim što se krije u našem umu. Ako u nama postoji strah, sve što ugledamo bit će analizirano kroz strah. Ako smo bijesni, sve što ugledamo bit će promatrano s bijesom. Naše emocije jesu nalik cjedilu kroz koje promatramo ostatak svijeta.

Moglo bi se reći to da su oči izraz onoga što osjećate. Vanjski San zamjećujete u skladu s onim što postoji u vašim očima. Kad ste ljutiti, svijet promatrate očima ljutnje. Ako promatrate očima ljubomore, vaše će reakcije biti različite, jer ćete svijet promatrati kroz ljubomoru. Ako promatrate očima bijesa, sve će vam smetati. Ako promatrate očima tuge, plakat ćete i zato što pada kiša, zato što je buka, zbog svega i svačega. Kiša je kiša. U njoj nema ničega što bi trebalo prosuđivati ili tumačiti, ali vi ćete kišu promatrati u odnosu na svoje emocionalno tijelo. Ako ste tužni, promatrat ćete očima tuge i sve što zamijetite bit će tužno.

Ali ako promatrate očima ljubavi, kamo god pošli, uočavat ćete samo ljubav. Stabla su načinjena od ljubavi. Životinje su načinjene od ljubavi. Voda je načinjena od ljubavi. Kad promatrate očima ljubavi, svoju volju možete povezati s voljom kojega drugog sanjača i tada se vaši snovi stapaju u zajednički san. Kad promatrate očima ljubavi, tada postajete jedno s pticama, prirodom, drugim čovjekom - sa svime. Tada možete promatrati i očima orla ili se preobraziti u bilo koji oblik života. Ljubavlju se povezujete s orlom i dobivate krila ili pak postajete kiša ili oblaci. Ali da biste to ostvarili, potrebno je um pročistiti od straha i promatrati očima ljubavi. Svoju volju morate razvijati dotle dok ne postane snažna toliko da može privući volju drugoga bića i s njome postati jedno. Tada možete zadobiti krila. Ako ste vjetar, možete se kretati kamo god zaželite, možete pokretati oblake i osloboditi Sunce da zasja. To je snaga ljubavi.

Kada ispunimo umne i tjelesne potrebe, tada će naše oči promatrati s ljubavlju. Posvuda ćemo vidjeti Boga. Čak ćemo ga vidjeti i u Nametniku drugih ljudi. U svakome ljudskom biću krije se Obećana zemlja koju je Mojsije obećao svojim ljudima. Ta Obećana zemlja leži u carstvu ljudskoga uma, ali samo onoga uma koji je prepun Ljubavi, jer Bog prebiva samo u takvu umu. Ako promatrate običan ljudski um, on je isto tako plodno tlo, ali plodno za Nametnika koji izrasta iz sjemena zavisti, bijesa, ljubomore i straha.

U kršćanskoj tradiciji Gabrijel će objaviti trenutak uskrsnuća puhnuvši u svoju trublju i svi će izići iz svojih grobova da bi živjeli Vječnim Životom. Grob označava Nametnika, a uskrsnuće je povratak Životu, jer vi ste živi tek onda kada vaše oči mogu vidjeti Život koji jest Ljubav.

Vi možete ostvariti odnos koji će ispuniti vaš san o raju; možete stvoriti raj, ali morate početi od sebe. Počnite tako što ćete svoje tijelo prihvatiti potpuno. Ulovite Nametnika i natjerajte ga da se preda. Tada će um osjetiti ljubav prema tijelu i više neće uništavati vašu ljubav. Sve ovisi o vama, ni o kome drugome. Ali ponajprije naučit ćete iscijeliti svoje emocionalno tijelo.

## *Iscjeljivanje emocionalnoga tijela*

PONOVNO ZAMISLIMO TO DA IMAMO KOŽNU BOLEST S RANAMA KOJE SU SE inficirale. Kada želimo izliječiti kožu, otići ćemo liječniku, a liječnik će uzeti kirurški nož i otvoriti rane. Tada će ih očistiti, staviti lijek i održavati ih čistima dok ne zacijele i dok nas ne prestanu boljeti.

Da bismo iscijelili emocionalno tijelo, učinit ćemo upravo to. Potrebno je otvoriti rane i očistiti ih, staviti lijek i održavati rane čistima dok ne zacijele. Kako ćemo ih otvoriti? Da bismo otvorili rane, kao kirurški nož uporabit ćemo istinu. Prije dvije tisuće godina jedan od najvećih Majstora rekao nam je: »I spoznat ćete istinu i istina će vas osloboditi«.

Istina je nalik kirurškomu nožu, jer je bolno njome tvarati rane i razotkrivati sve laži. Rane našega emocionalnog tijela skrivene su sustavom nijekanja, sustavom laži koje smo izmislili da bismo ih zaštitili. Kad svoje rane promotrimo očima istine, tada ih konačno možemo iscijeliti.

Počnite tako što ćete sami sebi govoriti istinu. Kad ste iskreni prema sebi, počet ćete sve stvari spoznavati takvima kakve jesu, a ne onakvima kakve ih vi želite vidjeti. Uzmimo jedan primjer koji nosi emocionalni naboj: silovanje.

Pretpostavimo da vas je prije deset godina netko silovao i da je to bila istina. Sada to više nije istina. To je bio san i u tome snu netko vas je zlostavljao. Vi to niste željeli. Nije to bilo ništa osobno. To vam se dogodilo zbog bilo kojega razloga, a može se dogoditi bilo komu. Ali hoćete li zbog toga što ste bili silovani osuditi sebe da cijeli ostatak svoga života patite na području seksualnosti? Silovatelj vas ne osuđuje na to. Vi ste žrtva, a ako sami sebe optužite i osudite, na koliko ćete se godina osuditi da ne uživete u nečemu što je jedna od najljepših stvari na svijetu? Katkada silovanje zauvijek uništi ženinu seksualnost. Gdje je tu pravda? Vi niste silovatelj, pa zašto biste vi zauvijek patili zbog nečega što niste napravili? Vi niste krivi zato što ste bili silovani, ali vaš Sudac može vas natjerati da patite i stidite se još mnogo godina.

Naravno, takva nepravda zadat će veliku emocionalnu povredu i stvoriti velike količine emocionalnoga otrova - bile bi potrebne godine terapije da biste se toga oslobodili. Istina je da ste bili silovani, ali nije istina da morate patiti zbog toga iskustva. To je vaš odabir.

To je prvi korak u iskorištavanju istine kao kirurškoga noža: shvatite da nepravda koja je zadala ranu u ovome trenutku, upravo sada, više nije istina. Otkrit ćete da ono za što možda vjerujete da vas je tako jako povrijedilo zapravo nikada nije bilo istinito. Čak i ako jest, to ne znači da je sada istina. Koristeći se istinom, otvarate ranu i nepravdu promatrate s novoga stajališta.

U ovome svijetu istina je relativna stvar; neprestance se mijenja, jer živimo u svijetu privida. Ono što je istinito sada, ne mora biti istinito i poslije. Jednoga dana opet može biti istinito. Istina u paklu mogla bi biti još samo jedan pojam, još jedna laž koja može biti iskorištena protiv vas. Naš vlastiti sustav nijekanja snažan je i jak toliko da postaje jako zamršen. Postoje istine koje prekrivaju laži i laži koje prekrivaju istine. Kao onda kada gulite luk, tako i istinu razotkrivate malo po malo, dok na kraju ne otkrijete da svi ljudi oko vas, uključujući i vas same, neprestance lažu.

Gotovo sve na ovome svijetu privida jest laž. Zbog toga ja od svojih učenika zahtijevam to da, kako bi spoznali što je istina, slijede tri pravila. Prvo pravilo glasi: ne vjerujte mi. Ne morate mi vjerovati, nego razmišljajte i sami donosite svoje odluke. Vjerujte u ono u što želite vjerovati u odnosu na ono što kažem, ali samo ako je vama to smisljeno i ako vas usređuje. Ako vas vodi do svjesnosti, tada odlučite da ćete vjerovati. Ja sam odgovoran za ono što kažem, ali nisam odgovoran za ono što vi iz toga zaključite. Mi živimo u potpuno različitu snu. Ono što ja kažem, čak i onda ako je apsolutno istinito za mene, ne mora biti istinito za vas. Prvo je pravilo vrlo jednostavno: ne vjerujte mi.

Drugo pravilo malo je teže: ne vjerujte sebi. Ne vjerujte svim onim lažima koje govorite sami sebi - svim onim lažima koje nikada niste sami odabrali, ali ste bili programirani da povjerujete u njih. Ne vjerujte sebi kad kažete da niste dosta dobri, dosta snažni ili dosta inteligentni. Ne vjerujte svojim vlastitim granicama i ograničenjima. Ne vjerujte da niste vrijedni toga da budete sretni i voljeni. Ne vjerujte da niste lijepi. Ne vjerujte ni u što od čega postajete nesretni. Ne vjerujte svojoj vlastitoj drami. Ne vjerujte svome Sucu, a ni svojoj Žrtvi. Ne vjerujte unutarjemu glasu koji vam govori koliko ste glupi i koji vam govori da bi bilo dobro da počinite samoubojstvo. Ne vjerujte mu, jer ne govori istinu. Otvorite uši, otvorite srce i slušajte. Kad čujete da vas srce vodi sreći, tada donesite odluku i držite je se. Ali ne vjerujte sebi samo zato što je riječ o vašemu unutarjemu glasu, jer je više od osamdeset posto onoga u što vjerujete laž - a ne istina. Drugo je pravilo malo teže: ne vjerujte sebi.

Treće pravilo glasi: ne vjerujte drugim ljudima. Ne vjerujte nikomu jer vam ionako svi cijelo vrijeme lažu. Kada se oslobodite svojih emocionalnih povreda, kada više ne budete imali potrebu vjerovati drugim ljudima samo zato da bi vas oni prihvatili, onda ćete sve vidjeti mnogo jasnije. Vidjet ćete je li nešto crno ili bijelo, postoji li ili ne postoji. Ono što upravo sada jest, možda za nekoliko trenutaka neće biti. Ono što upravo sada ne postoji, možda će postojati za nekoliko trenutaka. Sve se mijenja tako brzo, ali ako ste toga svjesni, uočit ćete tu promjenu. Drugima nemojte vjerovati zato što će iskoristiti vašu vlastitu glupost da bi upravljali vašim umom. Ne vjerujte nikomu tko vam kaže da dolazi s Plejada i želi spasiti svijet. Loše vijesti! Nije nam potrebno da netko dođe i spasi svijet. Svijetu nisu potrebni izvanzemaljci da bi ga spasili. Svijet je

živ; on je živo biće i mnogo je inteligentniji nego svi mi zajedno. Ako vjerujemo u to da je svijetu potrebno da bude spašen, uskoro će se netko pojaviti i reći: »Evo, dolazi komet i moramo pobjeći sa svoje planete. Ubijte se i bum! Dosegnut ćete komet i otići u raj«. Ne vjerujte takvim mitologijama. Vi stvarate svoj vlastiti san o raju; nitko ga ne može stvoriti umjesto vas. Vlastiti razum vodit će vas do vaše vlastite sreće i vlastitoga stvaranja. Pravilo broj tri vrlo je teško jer mi imamo potrebu da vjerujemo drugim ljudima. Ne vjerujte im.

Ne vjerujte meni, ne vjerujte sebi i ne vjerujte drugim ljudima. Kad ne vjerujete u ono što nije istinito, to će u ovome svijetu privida nestati kao dim. Sve jest ono što jest. Ne morate opravdavati ono što je istinito; nema potrebe da to objašnjavate. Onomu što je istinito nije potrebna ničija potpora. Potpora je potrebna vašim lažima. Vama je potrebno da nešto izmislite da biste poduprli prvu laž; potrebna je još jedna da biste poduprli drugu i još više laži da biste poduprli sve one dotadašnje. Vi gradite veliko ustrojstvo sastavljeno od laži, a kada se pokaže istina, sve se raspada. Ali, stvari stoje tako. Nema potrebe da se osjećate krivima zato što lažete.

Najveći dio laži u koje vjerujemo jednostavno se raspada onda ako prestanemo vjerovati u njih. Ono što nije istinito, neće preživjeti sumnjičavost, ali istina će je preživjeti uvijek. Ono što je istinito, istinito je, vjerovali vi u to ili ne vjerovali. Vaše tijelo sastavljeno je od atoma. Vi u to ne morate vjerovati. Vjerovali ili ne vjerovali, to je istina. Svemir je sastavljen od zvijezda; to je istina, vjerovali vi u to ili ne vjerovali. Preživjet će samo ono što je istinito, a to uključuje i načela koja imate o sebi.

Rekli smo da kao djeca nismo imali prigode odabrati ono u što bismo vjerovali, a u što ne bismo. Ali sada je drukčije. Sada kada smo odrasli, imamo moć odlučivanja. Možemo vjerovati ili ne vjerovati. Čak i onda ako je riječ o nečemu što nije istinito, ako odlučimo da ćemo povjerovati u to, slobodni smo to učiniti samo zato što želimo vjerovati. Možete odabrati to kako želite živjeti svoj život. A ako ste iskreni prema sebi, znat ćete da ste uvijek slobodni donijeti nove odluke.

Kada smo spremni promatrati očima istine, razotkrit ćemo laži i otvoriti rane. Ipak, u ranama se i dalje nalazi otrov.

Kada otvorimo rane, očistit ćemo ih od otrova. Kako ćemo to učiniti? Isti Majstor prije dvije tisuće godina dao nam je rješenje: opraštanje. Da bi se rane očistile od otrova, nema drugoga načina osim opraštanja.

Morate oprostiti onima koji su vas povrijedili, čak i ako je prema vašem mišljenju ono što su učinili neoprostivo. Oprostite im ne zato što zaslužuju da im oprostite, nego zato što želite prekinuti svoju patnju koja se pojavljuje svaki put kad god se prisjetite toga što su vam učinili. Bez obzira na to što su vam učinili drugi, vi ćete im oprostiti zato što ne želite zauvijek ostati bolesni.

Opraštanje je važno zbog vašega osobnoga mentalnog iscjeljivanja. Oprostite, jer prema sebi osjećate sućut. Opraštanje je čin ljubavi prema samome sebi. Kao primjer uzmimo razvedenu ženu. Zamislite da ste bili u braku deset godina i zbog neke velike nepravde jako ste se posvađali sa svojim suprugom. Razveli ste se i uistinu ga mrzite. Kada čujete njegovo ime, u želucu osjetite snažan bol koji vas tjera na povraćanje. Emocionalni otrov snažan je toliko da ga više ne možete podnijeti. Potrebna vam je pomoć, pa odete terapeutu i kažete: »Jako patim. Prepuna sam bijesa, ljubomore i zavisti. Ono što je on učinio neoprostivo je. Mrzim ga«.

Terapeut vas pogleda i odgovori: »Trebate otpustiti svoje emocije. Morate izraziti svoj bijes. Trebali biste mu se prepustiti. Uzmite jastuk, grizite ga, udarajte i oslobodite se svoga bijesa«. Vi odete, prepustite se svojem bijesu i oslobodite sve te emocije. Čini vam se da to uistinu pomaže. Terapeutu platite stotinu dolara i kažete mu: »Mnogo vam hvala. Osjećam se mnogo bolje«. Konačno se na vašem licu pojavio širok smiješak.

Kada izidete od terapeuta, pogodite koga ćete susresti? Čim ste ugledali svoga bivšeg supruga, onaj isti bijes vraća se ponovno, ali sada u još gorem obliku. Opet odlazite k terapeutu i platite mu stotinu dolara za još jedno oslobađanje od bijesa. Oslobađanje emocija na taj način samo je privremeno rješenje. Ono vas može osloboditi jednoga dijela otrova, pa ćete se neko vrijeme osjećati bolje, ali takav postupak neće iscijeliti ranu.

Jedini način na koji možete iscijeliti ranu jest opraštanje. Morate oprostiti svojem bivšem suprugom zbog uvrede koju vam je nanio. Da ste oprostili, znat ćete onda kada vidite tu osobu i ne osjetite odbojnost. Čut ćete ime te osobe i neće se pojaviti nikakva emocionalna reakcija. Kad dodirnete ranu a ne zaboli vas, tada ćete znati da ste uistinu oprostili. Naravno, ožiljak će postojati i dalje, baš kao da se nalazi na koži. Sjećat ćete se onoga što se dogodilo, onoga što je bilo, ali kad rana jednom zacijeli, više vas neće boljeti.

Možda ćete pomisliti: »Pa, lako je reći to da bih trebala oprostiti. Pokušala sam, ali ne mogu«. Postoji mnogo razloga i opravdanja zbog kojih ne možete oprostiti. Ali to nije istina. Istina je da ne možete oprostiti zato što niste naučili oprostiti, jer ste živjeli ne opraštajući, jer niste ovladali umijećem opraštanja.

Postojalo je razdoblje u našem djetinjstvu kada je opraštanje bilo dio naše nagonske naravi. Prije nego smo se zarazili mentalnom bolešću, oprostiti bilo nam je prirodno i nenaporno. Bili smo naviknuti opraštati gotovo odmah. Dvoje se djece igra i počnu se tući i udarati, a onda u plaču otrče svako svojoj majci. »Ona me udarila!« Jedna majka ode na razgovor drugoj majci. Njih se dvije jako posvađaju, ali pet minuta poslije dvoje se djece igra zajedno kao da se ništa nije dogodilo. A majke su se zamrzile zauvijek.

Nije riječ o tome da bismo trebali naučiti to kako opraštati, jer smo se rodili sa sposobnošću opraštanja. Ali, pogodite što se dogodilo? Naučili smo se ponašati na suprotan način i tako smo se ponašali cijeli život, a sada nam je oprostiti jako teško. Kada nas netko povrijedi, dolazi do prekida i mi tu osobu izdvajamo iz svoga života. To se pretvara u rat u kojemu sudjeluje naš ponos. Zašto? Zato što naša osobna važnost raste kad ne opraštamo. Kada možemo reći: »Što god ona učinila, ja joj nikada neću oprostiti. Ono što je učinila neoprostivo je«, tada naše mišljenje postaje jako važno.

Stvarna teškoća krije se u ponosu. Zbog ponosa i časti mi samo dodajemo ulje na vatru nepravde koja nam je nanesena, kako bismo se neprestano podsjećali na to da ne možemo oprostiti. Pogodite tko će patiti i nakupljati sve više i više emocionalnoga otrova? Mi ćemo patiti zbog svega onoga što rade ljudi oko nas, čak i onda ako to nema nikakve veze s nama.

Isto tako naučili smo patiti samo zato da možemo kazniti onoga tko nas zlostavlja. Ponašamo se kao malo dijete koje dobije napadaj bijesa da bi privuklo pozornost na sebe. Sebi nanosim bol samo da bih mogao reći: »Pogledaj što sve radim samo zbog tebe«. To je smiješno, ali postupamo upravo tako. Mi zapravo želimo reći: »Bože, oprosti mi«, ali ni jedne riječi nećemo reći dotle dok Bog prvi ne dođe k nama i ne zamoli nas da Mu oprostimo. Često niti ne znamo to zašto naši roditelji, prijatelji i partneri u nama izazivaju takvu ljutnju. Ljutiti smo, a ako nas ona druga osoba zamoli za oprostaj, zaplakat ćemo i reći: »Ne, ne, ti bi meni trebala oprostiti«.

Pronađite ono maleno dijete koje u kutu vrišti od bijesa. Uzmite svoj ponos i bacite ga u kantu za smeće. Nije vam potreban. Jednostavno otpustite svoj osjećaj vlastite važnosti i zamolite oprostaj. Oprostite drugima i vidjet ćete da se u vašemu životu počinju događati čudesa.

Najprije napravite popis svih onih ljudi za koje vjerujete da od njih trebate zatražiti oprostaj. Zatim ih zamolite da vam oprostite. Čak i ako nemate vremena svakoga od njih nazvati, njihov oprostaj zatražite u svojim molitvama i snovima. Nakon toga sastavite popis svih onih ljudi koji su vas povrijedili, svih onih ljudi kojima vi trebate oprostiti. Počnite sa svojim roditeljima, braćom i sestrama, djecom, supružnikom, prijateljima, ljubavnikom, mačkom, psom, vladom i Bogom.

Sada ćete oprostiti tim ljudima shvaćajući da sve ono što su vam učinili zapravo nije imalo nikakve veze s vama. Svatko sanja svoj vlastiti san, sjećate li se? Riječi i djela koja su vas povrijedila samo su reakcija na demone koji se nalaze u umu te osobe. Ona sanja svoj san u paklu, a vi ste u njezinom snu po važnosti drugorazredan lik. Ništa od onoga što drugi ljudi čine nema nikakve veze s vama. Kada to jednom spoznate i kad to više ne shvaćate osobno, sućut i razumijevanje odvest će vas do opraštanja.



Počnite raditi na opraštanju; počnite ga provoditi. U početku će biti teško, ali uskoro jednostavno postaje navika. Jedini način na koji opraštanje ponovo možete učiniti dijelom svoje naravi jest taj da počnete opraštati. Vježbajte i vježbajte dotle dok na kraju ne budete mogli oprostiti i sebi. U nekome trenutku shvatit ćete to da sebi morate oprostiti za sve one povrede i sav onaj otrov koji ste stvorili u svome snu. Kad oprostite sebi, počet ćete prihvaćati sebe i počet će rasti vaša ljubav prema sebi. To je vrhunsko opraštanje - kad konačno oprostite i samome sebi.

Izvedite čin moći i oprostite si za sve ono što ste učinili u dosadašnjem životu. A ako vjerujete u prošle živote, oprostite si sve ono za što vjerujete da ste učinili u prošlim životima. Zamisao karme istinita je samo zato što vjerujemo da je istinita. Zbog naših uvjerenja o onome što je dobro a što loše, stidimo se onoga za što vjerujemo da je loše. Okrivljujući se, vjerujemo da zaslužujemo kaznu, pa se kažnjavamo sami. Vjerujemo da je ono što stvaramo prljavo toliko da ga moramo očistiti. I samo zato što vjerujete u to, »neka bude volja tvoja«. Za vas je to stvarno. Vi stvarate svoju karmu i vi je morate otplatiti. Eto kako ste snažni. Sasvim je jednostavno rastvoriti staru karmu. To uvjerenje prekinut ćete onda ako odbijete vjerovati u njega - i karma nestaje. Nema potrebe da patite, nema potrebe da plaćate za bilo što; gotovo je. Ako sami sebi možete oprostiti, karma jednostavno nestaje. Od tada nadalje možete početi ispočetka. Tada život postaje jednostavan, jer opraštanje je jedini način da očistite emocionalne povrede. Opraštanje je jedini način njihova iscjeljivanja.

Kad jednom očistimo rane, uzet ćemo snažan lijek da bismo ubrzali proces iscjeljivanja. Naravno, i taj lijek dolazi nam od onoga istoga velikog Majstora, a taj je lijek Ljubav. Ljubav je lijek koji ubrzava proces iscjeljivanja. Nema drugoga lijeka osim neuvjetovane ljubavi. Ne ovako: volim te pod uvjetom da, volim sebe pod uvjetom da. Nema uvjeta. Nema opravdavanja. Nema objašnjavanja. Jednostavno treba voljeti. Voljeti sebe, svoje bližnje i svoga neprijatelja. To je jednostavno i zdravorazumski, ali mi ne možemo voljeti druge, ako ne volimo sebe. Zbog toga moramo početi od ljubavi prema sebi.

Postoji milijun načina na koje možete izraziti svoju radost, ali postoji samo jedan način da budete sretni, a to je da volite. Nema drugoga načina. Ne možete biti sretni onda ako ne volite sebe. To je činjenica. Ako ne volite sebe, nemate nikakve mogućnosti biti sretni. Ne možete dijeliti ono čega nemate. Ako ne volite sebe, ne možete voljeti ni nekoga drugoga. Ali možete osjećati potrebu za ljubavlju, a ako postoji netko komu ste potrebni, to je ono što ljudska bića nazivaju ljubavlju. Nije to ljubav. To je posesivnost, sebičnost, to je upravljanje nečijim životom bez ikakva poštovanja. Ne lažite sebi; to nije ljubav.

Ljubav koja izvire iz vas jedini je način da budete sretni. Neuvjetovana ljubav prema samome sebi. Potpuno se predajete toj ljubavi prema samome sebi. Više se ne odupirete životu. Više ne odbacujete sebe. Više ne nosite svu onu krivnju i

stid. Jednostavno prihvaćate to što jeste i svaku drugu osobu prihvaćate onakvom kakva jest. Vi imate pravo na to da volite, da se smijete, da budete sretni, da dijelite svoju ljubav i da se ne plašite primiti je na isti način.

To je iscjeljivanje. Tri jednostavne stvari: istina, opraštanje i ljubav prema sebi. Uz pomoć tih triju stvari cijeli će se svijet iscijeliti i više neće biti mentalna bolnica.

Ta tri ključa koja vode do iscjeljivanja uma dao nam je Isus, ali on nije jedini koji nas je učio kako se iscijeliti. Buddha je činio isto; Krišna je činio isto. Mnogo je drugih Majstora došlo do istih zaključaka i učilo nas tim istim stvarima. U cijelome svijetu, od Japana do Meksika, Perua, Egipta i Grčke, bilo je ljudi koji su se iscijelili. Spoznali su to da se bolest krije u ljudskome umu, pa su se koristili tim trima metodama: istinom, opraštanjem i ljubavlju prema sebi. Ako sadašnje stanje svoga uma možemo shvatiti kao bolest, otkrit ćemo da postoji i lijek. Više ne moramo patiti; ako smo svjesni toga da nam je um bolestan, da je naše emocionalno tijelo ranjeno, možemo se iscijeliti.

Samo pokušajte zamisliti što bi se dogodilo onda kada bi svi ljudi postali iskreni prema sebi, kada bi počeli svima opraštati i sve voljeti. Kada bi svi ljudi voljeli na taj način, više ne bi bili sebični; bili bi otvoreni i davanju i primanju i više ne bi prosuđivali jedan drugoga. Sva bi ogovaranja nestala, a emocionalni otrov jednostavno bi se rastvorio.

Sada govorimo o potpuno različitoj Snu planeta. To ne nalikuje planetu Zemlji. To je ono što je Isus nazvao »rajem na Zemlji«, Buddha »nirvanom«, a Mojsije »Obećanom zemljom«. To je mjesto na kojemu svi mi možemo živjeti u ljubavi, jer svi svoju pozornost usmjerujemo na ljubav. Odabiremo voljeti.

Što god vi nazivali novim Snom, to je još uvijek san koji je stvaran ili nestvaran, upravo kao i san o paklu. Ali sada možete odabrati to u kojemu ćete snu živjeti. Sada u rukama imate oruđe kojim se možete iscijeliti. Pitanje je samo: što ćete učiniti s tim oruđem?

## *Bog u vama*

VI STE ONA SILA KOJA UPRAVLJA VAŠIM UMOM I KOJA SE KORISTI VAŠIM tijelom kao svojom omiljenom igračkom s kojom se igra i zabavlja. To je razlog zašto ste ovdje: da biste se igrali i zabavljali. Rođeni ste s pravom da budete sretni i s pravom da uživete u životu. Mi nismo ovdje da bismo patili. Tko god želi patiti, neka slobodno pati, ali mi patiti ne moramo.

Pa zašto onda patimo? Zato što cijeli svijet pati, pa i mi pretpostavljamo da je patnja nešto prirodno. Tako stvaramo sustav uvjerenja koji podupire tu »istinu«. Naše religije uvjeravaju nas u to da smo ovamo došli patiti, da je život suzna dolina. Patite, imajte strpljenja, a nakon smrti dobit ćete svoju nagradu. Zvuči prekrasno, ali nije istinito.

Mi odabiremo patiti jer smo naučili na patnju. Ako i dalje nastavimo donositi iste odluke, nastavit će se i naša patnja. San planeta prenosi pripovijest o čovječanstvu i o evoluciji ljudskih bića te tvrdi da je patnja posljedica ljudske evolucije. Ljudska bića pate zato što znaju: mi znamo u što vjerujemo, svjesni smo svih tih laži, ali budući da ih ne možemo pretvoriti u istinu, zbog toga patimo.

Nije istina to da ćete nakon smrti otići u pakao ili u raj. Vi živite u paklu ili u raju, ali sada. Raj i pakao postoje samo na umnoj razini. Ako patimo sada, patit ćemo i nakon smrti, jer um ne umire zajedno s mozgom. San se nastavlja, a ako je san o paklu naš san, mi ćemo i dalje sanjati taj isti pakao kada umre mozak. Jedina razlika između smrti i spavanja jest u tome što se iz spavanja možemo probuditi jer imamo mozak. Kada umremo, više se ne možemo probuditi jer nemamo mozga, ali san i dalje ostaje isti.

Raj i pakao nalaze se ovdje i sada. Ne trebate čekati na smrt. Ako preuzmete odgovornost za svoj vlastiti život i svoja djela, tada je vaša budućnost u vašim rukama i u raju možete živjeti i dok vam je tijelo živo.

San što ga stvara najveći broj ljudi na ovome planetu očigledno je san o paklu. To nije ni pravilno ni pogrešno, ni dobro ni loše - nikoga ne treba okrivljavati zbog toga. Možemo li okrivljavati svoje roditelje? Ne možemo. Oni su činili najbolje što su mogli kada su vas programirali dok ste bili malo dijete. Njihovi vlastiti roditelji s njima činili su to isto: najbolje što su mogli. Ako imate djecu, ni vi ne znate što biste drugo činili. Možete li kriviti sami sebe? Postati svjestan ne znači to da nekoga trebate okriviti ili se sami osjećati krivima zbog onoga što činite. Kako možemo biti krivi zbog mentalne bolesti koja je tako jako zarazna?

Znate, sve što postoji je savršeno. Vi ste savršeni upravo takvi kakvi jeste. To je istina. Vi ste majstor. Čak i ako ste majstor bijesa i ljubomore, vaši bijes i

ljubomora jesu savršeni. Čak i ako se u vašemu životu događa teška drama, to je savršeno, to je prekrasno. Možete otići u kino pogledati film kao što je *Prohujalo s vihorom* i cijelo vrijeme plakati. Tko može tvrditi da pakao nije prekrasan? Pakao vas može nadahnuti. Čak je i pakao savršen, jer sve što postoji jest savršenstvo. Čak i ako u svome životu sanjate san pakla, vi ste savršeni upravo takvi kakvi jeste.

Samo naše znanje navodi nas na to da povjerujemo kako nismo savršeni. Znanje nije ništa drugo nego opis Sna. San nije stvaran, stoga ni to znanje nije stvarno. Iz kojega god izvora dolazilo znanje, stvarno je samo s jednoga stajališta. Kad jednom promijenite stajalište, više nije stvarno. Znanje nam nikada neće pomoći da pronađemo sebe. Na kraju krajeva to je ono za čime mi tragamo: pronaći sebe, biti mi sami, živjeti svoj vlastiti život, umjesto života Nametnika - onoga života za koji smo programirani da ga živimo.

Neće nas znanje odvesti nama samima, nego mudrost. Moramo znati odrediti razliku između znanja i mudrosti, jer to dvoje nije jedno te isto. Najvažniji način iskorištavanja znanja jest komunikacija s drugim ljudima, zajedničko slaganje o onome što zamjećujemo. Znanje je jedino oruđe koje posjedujemo, a s kojim možemo komunicirati, jer ljudima je teško komunicirati srcem. Važno je to kako se koristimo svojim znanjem, jer često postajemo robovi znanja i tada više nismo slobodni.

Mudrost ni na koji način nije povezana sa znanjem; povezana je sa slobodom. Ako ste mudri, tada ste slobodni koristiti se svojim vlastitim umom i upravljati svojim vlastitim životom. Zdrav um oslobođen je Nametnika; ponovo je slobodan onako kako je bio slobodan prije pripitomljavanja. Kada iscijelite svoj um, kada se oslobodite Sna, više nećete biti nevini, nego mudri. Uvelike ćete postati nalik djetetu, ali s velikom razlikom: dijete je nevino i zato može zapasti u patnju i nesreću. Mudar je onaj tko je nadržastao San; zbog toga taj čovjek više neće pasti, jer sada zna - jer ujedno posjeduje i znanje o Snu.

Da biste postali mudri, ne morate prikupljati znanje; svatko može postati mudar. Svatko. Kada postanete mudri, život postaje jednostavan, jer postajete ono što uistinu jeste. Teško je truditi se biti ono što niste, pokušavati uvjeriti i sebe i druge da jeste ono što niste. Pokušaj da uvjerite i sebe i druge da ste ono što niste, troši svu vašu energiju. Biti ono što jeste ne zahtijeva nikakva napora.

Kada postanete mudri, više se ne morate koristiti onim slikama koje ste stvorili; ne morate se pretvarati da ste netko drugi. Prihvaćate sebe takvima kakvi jeste, a potpuno prihvaćanje sebe proširuje se i na potpuno prihvaćanje svih drugih ljudi. Više nećete pokušavati promijeniti druge ljude, niti im nametati svoje mišljenje. Poštovat ćete uvjerenja drugih ljudi. Prihvatit ćete svoje tijelo i svoju vlastitu ljudskost, zajedno sa svim tjelesnim nagonima. Nema ničega lošega u tome što ste životinja. Mi jesmo životinje, a one uvijek slijede

svoje nagone. Mi smo ljudi i zato što smo inteligentni, učimo potiskivati svoje nagone; ne osluškujemo ono što izvire iz srca. Zbog toga se borimo protiv svoga tijela i pokušavamo suzbiti njegove potrebe ili ih čak zanijekati. To nije mudrost.

Kada postanete mudri, poštovat ćete svoje tijelo, um i dušu. Kada postanete mudri, vašim životom upravljat će srce, a ne glava. Više nećete razarati sami sebe, svoju sreću i ljubav. Više se nećete osjećati krivima; više nećete prosuđivati ni sebe ni druge. Od toga trenutka jednostavno će nestati sva ona uvjerenja zbog kojih ste bili nesretni, koja su vas tjerala na to da se borite i zbog kojih je vaš život bio težak.

Otpustite sve one zamisli o tome da jeste ono što niste i postanite ono što uistinu jeste. Kada se predate svojoj naravi, onomu što uistinu jeste, više nećete patiti. Kad se predate svomu pravomu ja, predat ćete se Životu, predat ćete se Bogu. Kad se jednom predate, više neće biti nikakvih borbi, otpora, ni patnje.

Budući da ste mudri, uvijek ćete ići lakšim putem, što znači da ćete biti vi sami, kakvi god bili. Patnja nije ništa drugo nego otpor Bogu. Što se više opirete, to više patite. To je vrlo jednostavno.

Zamislite to da se jedno jutro probudite izvan Sna, potpuno zdravi. Više nemate ni ozljeda ni emocionalnoga otrova. Zamislite slobodu koju biste iskusili. Kamo god pošli, bit ćete sretni već i samo zato što živite. Zašto? Jer se zdravo ljudsko biće ne plaši izraziti ljubav. Ne plašite se biti živi i ne plašite se voljeti. Zamislite kakvim biste životom živjeli, kako bi se odnosili prema bliskim ljudima onda kada više ne bi bilo povreda i otrova u vašem emocionalnom tijelu.

U tajnim školama diljem svijeta to se naziva buđenjem. Kao da se jednoga dana probudite, a emocionalne povrede više ne postoje. Kada više nema ozljeda emocionalnoga tijela, tada nestaju granice - sve spoznajete takvim kakvo jest, a ne prema svojem sustavu uvjerenja.

Kada otvorite oči i shvatite da ste oslobođeni povreda, postat ćete skeptik - ne zato da biste povećali svoju osobnu važnost tako što ćete svima govoriti koliko ste inteligentni ili tako što ćete ismijavati ljude koji još uvijek vjeruju u sve te laži. Ne, nego kada se probudite, postat ćete skeptik zato što vam je jasno to da San nije istinit. Otvorili ste oči, budni ste i sve vam je postalo očigledno.

Kada se probudite, prešli ste granicu bez povratka, i svijet nikada više nećete gledati na isti način. I dalje sanjate - to ne možete izbjeći jer je sanjanje umni proces - ali razlika je u tome što sada znate da je to san. S tom spoznajom u svome snu možete ili uživati ili patiti. To ovisi o vama.

Buđenje nalikuje zabavi na kojoj je nazočno tisuću ljudi, a svi su pijani osim vas. Vi ste jedina trijezna osoba na cijeloj zabavi. To je buđenje jer istina je to da najveći dio ljudskih bića svijet promatra kroz svoje emocionalne povrede, kroz svoj emocionalni otrov. Oni ne posjeduju svjesnost o tome da žive u snu o paklu. Nisu svjesni toga da žive u snu, upravo kao što ni riba koja pliva u vodi nije svjesna toga da živi u vodi.

Kad se probudimo i shvatimo da smo jedina trijezna osoba na zabavi pijanaca, tada možemo osjetiti sućut, jer i mi smo bili pijani. Nema potrebe za prosuđivanje, čak ni onih ljudi koji se nalaze u paklu, jer i mi smo nekoć bili ondje.

Kada se probudite, vaše je srce izraz Duha, izraz Ljubavi, izraz Života. Do buđenja dolazi onda kada postanete svjesni toga da ste vi Život. Kada postanete svjesni toga da ste vi ona sila koja jest Život, tada sve postaje moguće. Neprestano se događaju čudesa, jer ta čudesa izvodi srce. Srce je u izravnoj povezanosti s ljudskom dušom, a kada srce progovori, čak i ako se glava odupire, u vama se nešto mijenja; vaše se srce otvara drugomu srcu, a prava ljubav postaje moguća.

U Indiji postoji stara pripovijest o bogu Brahmi, koji je bio osamljen. Osim Brahme ništa nije postojalo, i zato mu je bilo jako dosadno. Odlučio je zaigrati neku igru, ali nije imao s kime igrati. Zato je stvorio prekrasnu božicu, Maju, samo da bi se zabavljao s njom. Kada ju je stvorio i objasnio joj svrhu njezina postojanja, ona je rekla: »Dobro, igrajmo tu najljepšu od sviju igara, ali ti moraš činiti ono što ti ja kažem«. Brahma se složio s time i, slijedeći Majine upute, stvorio je cijeli svemir. Stvorio je Sunce i zvijezde, Mjesec i planete. Tada je stvorio život na Zemlji: životinje, oceane, atmosferu i sve drugo.

Maja reče: »Kako je prekrasan ovaj svijet privida što si ga stvorio. Sada želim da stvoriš jednu vrstu životinja koja će biti inteligentna i svjesna toliko da se može diviti tvojemu stvaranju«. Tako je konačno Brahma stvorio ljudska bića, a kada je dovršio stvaranje, zapita Maju kada će početi igra.

»Odmah ćemo početi«, reče ona. Uze Brahmu i sasiječe ga na sitne komadiće. Svaki komadić stavi u jednoga čovjeka i reče: »Neka igra počne! Navest ću te da zaboraviš tko si, a ti ćeš se pokušati pronaći!« Maja stvori San, a Brahma se i dalje, još i danas, pokušava prisjetiti toga tko je. Brahma je u vama, a Maja pokušava suzbiti vaše sjećanje na nj.

Kad se probudite iz Sna, ponovo ćete postati Brahma i sjetiti se svoje božanstvenosti. Tada, kada se Brahma u vama probudi i kaže: »Dobro, ja sam budan; a što je sa svim onim drugim dijelovima mene?«, vi ćete biti svjesni Majinih varki i istinu ćete moći ispričovijediti drugim ljudima, koji će se tada isto tako probuditi. Kada se na zabavi pijanaca nalazi dvoje trijeznih, oni se već

mogu lijepo zabaviti. Troje trijeznih još je bolji broj. Počnite od sebe. Tada će se i drugi početi mijenjati, dok se cijeli san, svi ljudi na zabavi, ne otriježne.

Učenja koja dolaze iz Indije, od Tolteka, kršćana i Grka - iz kultura cijeloga svijeta - izviru iz jedne te iste istine. Govore o ponovnome uspostavljanju vaše Božanstvenosti i pronalaženju Boga unutar čovjeka. Govore o potpunome otvaranju srca i o mudrosti. Možete li zamisliti kakav bi bio ovaj svijet kad bi svi ljudi otvorili svoja srca i u njima pronašli ljubav? Naravno da možete. Svatko to može učiniti na svoj vlastiti način. Nije riječ o tome da počnete slijediti neku nametnutu zamisao; tu je riječ o pronalaženju samoga sebe i o izražavanju sebe na osobit način. Zato je vaš život umjetnost. Tolteci pod time misle na »umjetnost duha«. Tolteci su oni koji se mogu izražavati srcem, oni čija ljubav ne postavlja nikakve uvjete.

Na životu ste zbog Božje moći, a to je moć Života. Vi ste ona sila koja jest Život, ali budući da ste sposobni razmišljati samo na umnoj razini, zaboravljate što uistinu jeste. Tada vam je jednostavnije ugledati se na nekoga drugoga i reći: »Evo, ovo je Bog. Bog će biti odgovoran za sve. Bog će me spasiti«. Ali nije tako. Bog je došao samo zbog toga da bi vam rekao - da bi rekao Bogu u vama - da budete svjesni, da vršite odabir, da imate hrabrosti prolaziti kroz sve svoje strahove i mijenjati ih, tako da se više ne plašite ljubavi. Strah od ljubavi jedan je od najvećih strahova koje imaju ljudi. Zašto? Zato što u Snu planeta slomljeno srce znači: »Jadan ja«.

Možda ćete se upitati: »Ako smo mi uistinu Život ili Bog, zašto to i ne znamo?« Zato što smo programirani da ne znamo. Naučili su nas: »Ti si ljudsko biće - a to su tvoja ograničenja«. Tada mi svojim vlastitim strahovima ograničavamo svoje mogućnosti. Vi ste ono što vjerujete da jeste. Ljudska su bića moćni čarobnjaci. Kad vjerujete u to da ste ono što jeste, tada ste upravo to. A u to možete vjerovati jer ste vi Život, Bog, Namjera. Vi imate moć da od sebe načinite ono što upravo sada jeste. Ali tom moći ne upravlja vaš razum, nego ono što vjerujete.

Vidite, tu je ključno vjerovanje. Ono u što vjerujemo upravlja našim postojanjem i našim životom. Sustav uvjerenja koji stvaramo nalik je maloj kutiji u koju smo smjestili sebe; ne možemo pobjeći, jer vjerujemo da ne možemo pobjeći. Takvo je naše stanje. Ljudska bića stvaraju svoje vlastite granice, svoja vlastita ograničenja. Mi govorimo o tome što čovjeku jest moguće a što nije moguće. Tada to za nas istina postaje samo zato što vjerujemo u to.

Toltečka proročanstva predviđela su početak novoga svijeta, novoga čovječanstva u kojemu će ljudi preuzeti odgovornost za svoja vlastita uvjerenja i svoje živote. Dolazi vrijeme kada ćete vi opet postati svoj vlastiti guru. Nisu vam potrebni drugi ljudi da bi vam rekli što je Volja Božja. Sada ste vi i Bog

stali licem u lice, bez ikakvih posrednika. Tragali ste za Bogom i pronašli Ga u sebi. Bog više nije ondje, izvan vas.

Kad spoznate to da se moć koja je Život nalazi u vama, prihvatit ćete svoju vlastitu Božanstvenost, a ipak ostati skromni, jer ćete i u svim drugim ljudima vidjeti tu istu Božanstvenost. Vidite kako je lako razumjeti Boga, jer sve što postoji Njegovo je očitovanje. Tijelo će umrijeti i um će se raspršiti, ali to se neće dogoditi vama. Vi ste besmrtni; vi milijardama godina postojite u različitim očitovanjima, jer ste vi Život, a Život ne može umrijeti. Vi ste u drveću, leptirima, ribama, u zraku, u Mjesecu, Suncu. Kamo god pošli, već ste ondje i čekate sami sebe.

Vaše tijelo je hram, živi hram u kojemu prebiva Bog. Vaš um živi je hram u kojemu prebiva Bog. Bog kao Život živi u vama. Dokaz da Bog živi u vama je taj što ste živi. Sam vaš Život je dokaz. Naravno, u umu postoje i problemi i emocionalni otrov, ali Bog se nalazi i ondje.

Ništa ne morate učiniti da biste dosegli Boga i prosvjetljenje, da bi se probudili. Nema nikoga tko bi vas mogao odvesti Bogu. Tko god tvrdi da će vas odvesti Bogu lažac je, jer ste vi već ondje. Postoji samo jedno živo biće. Željeli vi to ili ne, odupirali se tome ili ne, vi ste već sada, bez ikakva napora, s Bogom. Ostalo vam je samo da uživajte u svome životu, da budete živi, da iscijelite svoje emocionalno tijelo tako da u svome životu otvoreno dijelite svu svoju ljubav.

Može vas voljeti cijeli svijet, ali ta vas ljubav neće usrećiti. Usrećit će vas ona ljubav koja izvire iz vas. To je ono što je važno, a ne ljubav koju drugi osjećaju prema vama. Vaša ljubav prema drugim ljudima vaša je polovica; druga polovica može biti stablo, pas ili oblak. Vi ste jedna polovica; druga je polovica ono što zamjećujete. Kao sanjač, vi ste polovica, a druga polovica je san.

Uvijek ste slobodni voljeti. Ako ste odabrali upustiti se u odnos, a vaš partner igra istu igru, kakav je to dar! Ako se vaš odnos ni jednim svojim dijelom ne nalazi u paklu, voljet ćete se toliko da vam onaj drugi uopće neće biti potreban. Svojom vlastitom voljom moći ćete se zajedno stapati i stvarati ljepotu. A ono što ćete vas dvoje stvarati, jest san raja.

Već ste ovladali strahom i samoodbacivanjem; sada se vraćate ljubavi prema samoj sebi. Možete biti toliko snažni i toliko moćni da ćete, uz pomoć ljubavi prema samoj sebi, preobraziti svoj osobni san iz straha u ljubav, iz patnje u sreću. Tada ćete, upravo kao Sunce, neprestano pružati svjetlost i davati ljubav, bez ikakvih uvjeta. Onda kada volite bez uvjeta, vi ste ljudsko biće i Bog, združeni s Duhom Života koji protječe kroz vas. Vaš život postat će izraz ljepote Duha. Život nije ništa drugo nego san, a ako svoj život stvarate s ljubavlju, tada vaš san postaje umjetničko remek-djelo.



## *Molitve*

MOLIM VAS DA ODVOJITE TRENUTAK KAKO BISTE SKLOPILI OČI, otvorili srce i osjetili svu onu ljubav koja izvire iz vašega srca.

Želim da mi se pridružite u osobitoj molitvi u kojoj ćemo iskusiti zajedništvo sa svojim Stvoriteljem.

Usredotočite pozornost na pluća, kao da samo pluća postoje. Osjetite zadovoljstvo onda kada se pluća prošire da bi ispunila najveću potrebu ljudskoga tijela: potrebu za zrakom.

Duboko udahnite i osjetite kako zrak ispunjava pluća. Osjetite da je zrak načinjen od ljubavi. Zamijetite povezanost između zraka i pluća, povezanost ljubavi. Ispunjavajte pluća zrakom dotle dok ne osjetite potrebu izdahnuti ga. Tada izdahnite i ponovo osjetite zadovoljstvo. Kada god ispunimo neku tjelesnu potrebu, to nam pruža zadovoljstvo. Disanje nam pruža zadovoljstvo. Dosta je samo disati da bismo uvijek bili sretni, da bismo uživali u životu. Dosta je samo biti živ. Osjetite zadovoljstvo zato što ste živi, zadovoljstvo osjećanja ljubavi...

### *MOLITVA ZA SVJESNOST*

Danas Tebe, Stvoritelju Svemira, molimo da rastvoriš naša srca i otvoriš nam oči da bismo mogli uživati u svemu što si stvorio i da s Tobom živimo u vječnoj ljubavi. Pomozi nam da Te ugledamo u svemu što zapažamo svojim očima, ušima, srcem - svim našim osjetilima. Dopusti nam da promatramo očima ljubavi, tako da Tebe pronalazimo kamo god pošli i da Tebe vidimo u svemu što si stvorio. Dopusti nam da Te vidimo u svakoj stanici svoga tijela, u svakoj emociji našega uma, u svakom snu, cvijetu, svakoj osobi koju susretnemo. Ne možeš se sakriti od nas, jer Ti si posvuda, a mi smo jedno s Tobom. Dopusti nam da budemo svjesni te istine.

Dopusti nam da budemo svjesni svoje moći da stvaramo san o raj u kojemu je sve moguće. Pomozi nam da se koristimo svojom maštom kako bismo upravljali snom svojega života, čarolijom svojega stvaranja, tako da živimo bez straha, oslobođeni bijesa, ljubomore i zavisti. Daj nam svjetlost koju ćemo slijediti i pomoz nam da danas prestane naša potraga za ljubavlju i srećom. Neka se danas dogodi nešto izvanredno što će zauvijek promijeniti naš život: neka sve što učinimo i kažemo bude izraz ljepote našega srca, koja se uvijek temelji na ljubavi.

Pomozi nam da budemo nalik Tebi, da volimo onako kako Ti voliš, da dijelimo onako kako Ti dijeliš, da stvaramo remek-djela ljepote i ljubavi, kao što i Ti činiš. Počevši od danas, pomozi nam da postupno povećavamo moć svoje ljubavi, tako da možemo stvarati umjetničko remek-djelo - svoj vlastiti život. Danas Tebi, Stvoritelju, pružamo svu svoju zahvalnost i ljubav, jer si nam podario Život. Amen.

### *MOLITVA ZA LJUBAV PREMA SEBI*

Danas Tebe, Stvoritelju Svemira, molimo da nam pomogneš da prihvatimo sebe takve kakvi jesmo, bez ikakvih prosudaba. Pomozi nam da prihvatimo svoj um takvim kakav jest, zajedno sa svim svojim emocijama, nadama i snovima, zajedno s osobnošću i svojim jedinstvenim načinom postojanja. Pomozi nam da svoje tijelo prihvatimo upravo takvim kakvo jest, sa svom njegovom ljepotom i savršenstvom. Neka ljubav koju osjećamo prema sebi bude tako snažna da više nikada ne odbacujemo sebe i ne uništavamo svoju sreću, slobodu i ljubav.

Od sada pa nadalje, dopusti da svaki naš čin, svaka reakcija, misao i emocija budu utemeljeni u ljubavi. Pomozi nam, Stvoritelju, da naša ljubav prema sebi raste dotle dok ne preobrazi sveukupni san našega života - od straha i tragedije u ljubav i radost. Neka snaga naše ljubavi prema sebi bude jaka toliko da uništi sve one laži za koje smo bili programirani da u njih vjerujemo - sve one laži koje nam govore da nismo dosta dobri, dosta snažni ili inteligentni da bismo uspjeli. Neka snaga naše ljubavi prema sebi bude snažna toliko da svoj život više ne moramo živjeti u skladu s mišljenjima drugih ljudi. Dopusti nam da u potpunosti imamo povjerenja u sebe u pogledu odluka koje moramo donijeti. Voleći sebe, više se ne plašimo suočiti se s bilo kakvom odgovornošću u životu, niti se plašimo suočiti s bilo kakvim teškoćama, jer ćemo ih razrješavati onako kako se budu pojavljivale. Što god željeli postići, neka to bude učinjeno sa snagom naše ljubavi prema sebi.

Počevši od danas, pomozi nam da sebe volimo toliko da nikada više sami sebi na put ne postavljamo nikakve zapreke. Svoj život možemo živjeti tako da budemo ono što jesmo, ne pretvarajući se da smo netko drugi samo da bi nas prihvatili drugi ljudi. Više nam nije potrebno da nas prihvaćaju drugi ljudi i da nam govore kako smo dobri, jer sada znamo tko smo. Uz pomoć snage naše ljubavi prema sebi, dopusti nam da uživamo u onome što svaki put ugledamo kad se pogledamo u zrcalo. Neka nam na licu blista smiješak koji će povećati našu i unutarnju i vanjsku ljepotu. Pomozi nam da osjetimo tako snažnu ljubav prema sebi da uvijek možemo uživati u svojoj vlastitoj prisutnosti.

Omogući nam da se volimo bez prosudaba, jer kad prosuđujemo, tada u sebi stvaramo krivnju i grižnju savjesti, pojavljuje se potreba za kažnjavanjem i tada gubimo svoju ljubav. Ojačaj nam volju da u ovome trenutku oprostimo samima sebi. Očisti naš um od emocionalnoga otrova i samoprosuđivanja kako bismo živjeli u potpunome spokojstvu i ljubavi.

Neka naša ljubav prema sebi bude snaga koja će promijeniti san našega života. Dopusti nam da uz tu novu moć u svojem srcu, moć ljubavi prema sebi, preobrazimo svaki odnos u svome životu, počevši od odnosa prema samima sebi. Pomozi nam da se oslobodimo svih sukoba s drugim ljudima. Omogući nam da budemo sretni u onim trenucima koje dijelimo sa svojim voljenima i da im oprostimo za sve nepravde koje osjećamo. Pomozi nam da se volimo toliko da oprostimo svakome tko nas je ikada u našem životu povrijedio.

Daj nam hrabrosti da svoju obitelj i prijatelje volimo bez ikakvih uvjeta i da svoje odnose mijenjamo pozitivno i s ljubavlju. Pomozi nam da stvorimo nove načine komunikacije u odnosima, kako bi nestalo rata za prevlast, kako više ne bi bilo ni pobjednika ni pobijeđenih. Daj nam da zajedno radimo za ljubav, radost i sklad.

Neka naši odnosi s obitelji i prijateljima budu utemeljeni na poštovanju i na radosti kako više ne bismo osjećali potrebu govoriti im kako bi trebali misliti ili se ponašati. Neka naši ljubavni odnosi budu najbolji; dopusti nam da osjećamo radost svaki put kad sebe dijelimo sa svojim partnerom. Pomozi nam da druge ljude prihvatimo takvima kakvi jesu, bez prosuđivanja, jer kad odbacujemo njih, tada odbacujemo i sebe. Kad odbacujemo sebe, tada odbacujemo i Tebe.

Danas je novi početak. Pomozi nam da danas opet počnemo svoj život uz pomoć snage svoje ljubavi prema sebi. Pomozi nam da uživamo u svome životu, u svojim odnosima, da istražujemo život, riskiramo, da budemo živi i da više ne živimo u strahu od ljubavi. Dopusti nam da otvorimo srce ljubavi koja je naše pravo stečeno rođenjem. Pomozi nam da postanemo Majstori zahvalnosti, velikodušnosti i ljubavi, kako bismo uvijek i zauvijek uživali u svemu onome što si Ti stvorio. Amen.

## *O piscu*

DON MIGUEL RUIZ MAJSTOR JE TRADICIJE TOLTEČKE MISTERIJSKE ŠKOLE. Svojim jedinstvenim znanjem on se koristi na radionicama, predavanjima i vođenjem putovanja u Teotihuakan u Meksiku. U tome starodrevnom gradu piramida, koji je Toltecima bio poznat kao mjesto na kojem »čovjek postaje Bogom«, don Miguel slijedi proces starodrevnih proroka, koji je smišljen tako da bi tragatelje vodio kroz sve više i više razine svjesnosti.

MOLIMO VAS DA SE ZA DALJNJE OBAVIJESTI OBRATITE NA SLJEDEĆU ADRESU:

SIXTH SUN  
Journeys of the Spirit  
P. O. Box 1864  
Carlsbad, CA 92018-1864  
1-800-294-3203

Naše web stranice posjetite na adresi:

<http://www.miguelruiz.com>

## *Sadržaj*

Tolteci – 5.

Uvod: Majstor – 6.

Ranjeni um – 8.

Gubitak nevinosti – 15.

Čovjek koji nije vjerovao u ljubav – 22.

Staza ljubavi i staza straha – 26.

Savršeni odnos – 32.

Čarobna kuhinja – 39.

Majstor snova – 44.

Seks: najveći pakleni demon – 49.

Božanska lovkinja – 54.

Promatrano očima ljubavi – 58.

Iscjeljivanje emocionalnoga tijela – 64.

Bog u vama – 71.

Molitve – 77.

O piscu – 80.

### **BILJEŠKA**

Da bismo izbjegli koristiti se isključivo muškim rodnom kad se govori i o muškim i o ženskim čitateljima, u cijeloj knjizi naizmjenice smo se koristili i muškim i ženskim zamjenicama.