

KAJ NAREDITI Z NEMIRNIMI MISLIMI?

Človek ima v sebi celoten niz živali: psa, lisico, osla, volka. Vendar mora potlačiti težnje vseh teh živali in se spodbujati, da izžareva človeške odlike ljubezni in prijateljstva.

Človek je kralj vseh živali. Dana mu je najbolj vzvišena priložnost med vsemi živimi bitji. Čeprav slon živi dlje, lev je pogumnejši, orel ima boljši vid, petelin je natančnejši pri zgodnjem vstajanju, krava ima več požrtvovalnega duha, pa ima človek v sebi večje zmožnosti, ki jih lahko izrazi s primerno vzgojo. Če bi le okrepil svoje hrepenenje po Bogu, bi lahko živel v neprekinjeni radosti, namesto da neprestano tarna nad nezadovoljstvom, hrepeni po posestvu, stavbah, bančnih računih, pohištvu, statusu, položaju, oblasti in podobnih površnih zadovoljstvih.

Ramarkišna Paramahamsa je služil kot duhovnik v veličastnem templju Boginje Kali. Tempelj je zgradila zelo pobožna gospa, mestna sodnica Rani Rasamani. Nekega dne je obiskala tempelj in prosila Ramakrišno, da ji zapoje pesem hvale Božanski Materi. Ko je pel, so čistilci vključno z Rasamani pozibavali glave v melodiji pesmi. Toda, Paramahamsa je nenadoma prenehal peti in prisolil glasno kľofuto na lice gospe Rasamani. Oštel jo je: *"Fizično ste prisotni tukaj, vendar je vaš um drugje – na lastninskem postopku na sodišču v Kalkuti!"* Rani je bila plemenita in predana. Zato je Ramakrišnovo opombo sprejela v pravem duhu kot zaslužen kazni za nemiren um. Za osvoboditev od pomanjkanja umirjenosti uma obstaja le en način – neusmiljeno urjenje zbranosti in osredotočenja.

PRAVILEN ODNOS DO MISLI

Brezkoristno se je upirati ali boriti proti mislim. V primeru, da jih potiskate, so v trenutkih šibkosti vedno pripravljene skočiti na plano – kot kača iz košare. Če pokrov košare popusti ali se premakne, kača uide. **Negujte misli o služenju Bogu, pogovarjate se z modrimi ljudmi, delajte dobro in govorite dobro - to je način s katerim obvladate slabe misli in nagoni. Teža dobrih del in misli bo prekrila semena slabega delovanja in misli.** Tako dobre kot slabe misli in nagoni so kot seme v vašem umu. Če seme zakopljemo pregloboko v zemljo, bo zgnilo in propadlo. Dobre misli in dejanja se kakor zemlja nalagajo na slaba semena, dokler se le-ta ne pokvarijo in ne morejo več vzkliti.

Nikar ne mislite, da ste človek in da morate doseči stanje Božanskega. Raje mislite, da ste Bog in da ste se iz tega stanja utelesili kot človeško bitje. Če mislite tako, se bodo v vas izrazile vse božje lastnosti. Vedite, da ste sestopili z Božje ravni kot človeška bitja in da se boste nazadnje vrnili k svojemu izvoru.

Ne pozabite, da je vaša resnična narava enaka kot pri drugem človeku; on je vi, toda pod drugim imenom. Ko storite dobro dejanje, to storite sebi; ko nekomu storite nekaj slabega, ne pozabite, da s tem prizadenete sebe, zato se izogibajte delati drugim slabo. /.../ Biti morate pozorni tudi na te majhne podrobnosti, kajti **predanost ni samo poza; je vrsta majhnih dejanj, ki jih usmerja spoštovanje do božanskosti v vseh bitjih. Bodite pozorni na laž, ki se skriva na jeziku, nasilnost, ki se skriva za pestjo, ego, ki se skriva za dejanjem. Ukrotite jih, preden prerastejo v navade in se ustalijo kot značaj, ki bo skazil vašo usodo.**

HRANA POGOJUJE NARAVO NAŠIH MISLI

Hrana je pomembna za telo. /.../ Celo telo ni nič drugega kot hrana. To, kar ješ, določa tvoje misli. Če ješ čisto hrano, potem bodo čiste tudi tvoje misli. /.../ Meso vpliva na kri, povzroča strast in podobne lastnosti. Ribe povzročajo umazane misli. Ribe smrdijo, čeprav so nenehno v vodi.

Ubijanje živali in uživanje njihovega mesa povzroči, da se na človeka prenesejo ali razširijo živalske lastnosti in vedenje (kar pomeni, da človek z uživanjem živalskega mesa pridobi živalske lastnosti). Tako človek pridobi živalske lastnosti volov ali ovac. Zato je treba uživanje mesa opustiti.

Hrana pogojuje naravo uma. Um premišljuje, posledica premišljevanja so dejanja, dejanja pa vodijo k temu primernim rezultatom in posledicam. Ta veriga delovanja med hrano, ki jo uživamo, in rezultati naših dejanj osvetljuje dejstvo, da uživanje mesa vodi k živalskim dejanjem in hkratnim slabim vplivom.

Vsako čutilo je treba nahraniti z njegovo pravo duhovno hrano. Torej, čista hrana ne pomeni le zmernega uživanja mleka, jogurta, masla in sadja, temveč jo moramo združiti z radostjo, ki nam jo dajejo plemenite misli, duhovna glasba, navdihujoči prizori in pogovori o duhovnosti. /.../ Opazovati moramo lepoto narave. Izogibati se moramo vsem neprijetnim prizorom in zvokom. Nikogar ne smemo škodoželjno opazovati. Kreposten značaj si pridobimo tako, da svojim očem privoščimo samo krepostne prizore. Celostna in uravnovešena prehrana bo tako prinesla čist užitek vsem čutilom človeškega telesa.

KAKO NAJ ČLOVEK DOLOČI POSEBNO ŽIVLJENJSKO DOLŽNOST (DHARMO), KI MU JE NAMENJENA?

Potrebno se je spraševati. Postavljati vprašanja kot so: *Sem človek, kaj pa dela žival? Ali sem moški ali ženska? Ali sem mlad ali star?* In tako naprej. Živalsko obnašanje ni primerno za ljudi. Moški naj se ne obnaša kot ženska. Če se bo star človek igral z igračami kot otrok, bo smešen. Če otrok vzame palico in začne hoditi kot starec, bo smešen. Dejanje, ki je pravilno, resnično, utemeljeno z resnico, predstavlja pravilno delovanje. Misel, beseda in dejanje morajo biti usklajeni. Razumeti morate druge.

Ni prav, da službo in družinske dolžnosti vidite kot okove ali navezanost. Morate jih videti kot »duhovno vadbo prilagajanja«. Te dolžnosti so dobre, ker v vašem življenju ohranjajo ravnovesje in vas usmerjajo. Spremembe, ki jih morate narediti v življenju - celotno vaše vsakdanje življenje – to je prilagajanje, ki predstavlja duhovno vadbo in ne okove.

Namen vse duhovne discipline je videti dobro, božansko v vsem ter biti zmožen spregledati slabo, zlo. Z božanskega stališča ni ne dobrega ne slabega – vse je božansko. Um pa vidi eno stvar kot dobro in drugo kot slabo, nekaj kot pravilno in nekaj kot napačno. Potrebno je izuriti um, da bo videl božanskost v vsakomur in v vsaki težavi.

DHARMA ŠČITI TISTE, KI JO SPOŠTUJEJO

Spoznajte svojo dharma in ji sledite. Zaslužite na pošten način, hrepenite po Bogu, gojite strahospoštovanje do Boga in živite, da bi Ga dosegli; to je dharma. Govorite nežno in prijazno; to je dharma. Darujte velikodušno in modro, obrišite solze drugih in jih potolažite; to je dharma. Ne mečite denarja tistemu, ki ga potrebuje. Podarite ga vljudno in s spoštovanjem. Podarite ga z milostjo in ponižnostjo.

- Sathya Sai Baba

*(Sai glasnik; Sathya Sai govori;
Conversations With Bhagavan)*

Vprašanje za premislek:

Kakšna je razlika med obvladovanjem in potlačevanjem misli in čustev?