

Acharya Rajneesh - OSHO

Meditime ditore

E zgjodhi dhe e përktheu:
Valdet Fetahu

Prishtinë
tetor 2023

Përmbajtja

Dita e parë: NDRITJA	6
Dita e 2-të: AMATORË DHE EKSPERTË	7
Dita e 3-të: ZGJIDHNI NATYRËN	8
Dita e 4-të: VEND I JEHONËS.....	9
Dita e 5-të: URTËSIA RETROSPEKTIVE	10
Dita e 6-të: MIRËNJOHJA	11
Dita e 7-të: QESHJA	12
Dita e 8-të: MOSGJYKIMI	13
Dita e 9-të: GRABITËSIT E VËRTETË.....	14
Dita e 10-të: MENDJA KRITIKE	15
Dita e 11-të: ORGAZMI.....	16
Dita e 12-të: REAKSIONI ZINXHIROR	17
Dita e 13-të: FLEKSIBILITETI	18
Dita e 14-të: HIRI	19
Dita e 15-të: FRIKA E VEÇANTË	20
Dita e 16-të: TRUPI I NDARË	21
Dita e 17-të: INJORANCA	22
Dita e 18-të: PRAPA ZEMËRIMIT	23
Dita e 19-të: SPONTANITETI.....	24
Dita e 20-të: FRENIMI.....	25
Dita e 21-të: BËHUNI SI FËMIJË.....	26
Dita e 22-të: BRISHTËSIA E DASHURISË	27
Dita e 23-të: THELBËSORJA	28
Dita e 24-të: AUTORITETI	29
Dita e 25-të: LUMTURIA.....	30

Osho – Meditime ditore

Dita e 26-të: DUKE LUAJTUR NJË ROL.....	31
Dita e 27-të: ETIKETAT	32
Dita e 28-të: DASHURIA E HËNËS SË RE	33
Dita e 29-të: BESIMI	34
Dita e 30-të: ZBRAZËTIA.....	35
Dita e 31-të: EKSPERIMENTI.....	36
Dita e 32-të: PROBLEMET	37
Dita e 33-të: QËNDRONI INJORANT	38
Dita e 34-të: JETA ËSHTË: E THJESHTË	39
Dita e 35-të: QENDËRZIMI	40
Dita e 36-të: NEVOJAT DHE DËSHIRAT.....	41
Dita e 37-të: SIGURIA	42
Dita e 38-të: PAKUSHTËZIMI	43
Dita e 39-të: MENDJE ELEKTRIKE	44
Dita e 40-të: NË PUNË.....	45
Dita e 41-të: MEDOKRITETI	46
Dita e 42-të: AZHURIMI.....	47
Dita e 43-të: BESONI NË POEZI	48
Dita e 44-të: VETËPËRMIRËSIMI	49
Dita e 45-të: SHTËPIA.....	50
Dita e 46-të: KONFUZIONI.....	51
Dita e 47-të: VARFËRIA	52
Dita e 48-të: FALNI PRINDËRIT TUAJ.....	53
Dita e 49-të: DËSHTIMI	54

Osho – Meditime ditore

Dita e 50-të: DASHURI-URREJTJE	55
Dita e 51-të: FLAKA PA TYM.....	56
Dita e 52-të: DERA.....	57
Dita e 53-të: STUHITË.....	58
Dita e 54-të: TË LIDHUR	59
Dita e 55-të: UDHËTIMI NË RRUGË TË GABUAR	60
Dita e 56-të: QETËSOHUNI.....	61
Dita e 57-të: NË NJË LËVOZHGË VEZE	62
Dita e 58-të: LËRE ZOTIN JASHTË	63
Dita e 59-të: MËKATI.....	64
Dita e 60-të: LIRIA	65
Dita e 61-të: VDEKJA	66
Dita e 62-të: MONODRAMA.....	67
Dita e 63-të: BARASPESHA	68
Dita e 64-të: AUTENTICITETI	69
Dita e 65-të: SATORI.....	70
Dita e 66-të: FOLJET	71
Dita e 67-të: OK.....	72
Dita e 68-të: HAPJE	73
Dita e 69-të: QËLLIMET	74
Dita e 70-të: KONTROLLI	75
Dita e 71-të: ERËRAT E FORTA	76
Dita e 72-të: TË FILLOHET PËRSËRI	77
Dita e 73-të: DASHURIA	78
Dita e 74-të: BRENDA.....	79
Dita e 75-të: TËRHIQENI JO-DASHURINË	80

Osho – Meditime ditore

Dita e 76-të: JO KAFE INSTANT	81
Dita e 77-të: BASHKIMI	82
Dita e 78-të: SELVIJA NË OBORR	83
Dita e 79-të: DUKE BËRË ASGJË	84
Dita e 80-të: NESËR	85
Dita e 81-të: ADHURIMI	86
Dita e 82-të: E DREJTË DHE GABIM	87
Dita e 83-të: DËGJIMI	88
Dita e 84-të: NDOHTA	89
Dita e 85-të: RIVALITETI I VËLLEZËRVE	90
Dita e 86-të: VENDIMET	91
Dita e 87-të: SI PUHI	92
Dita e 88-të: PUNA E EKULIBRUAR	93
Dita e 89-të: LE TË: FLASIM PAK MBI AKSIDENTET	94
Dita e 90-të: FRIKA NGA VDEKJA	95
Dita e 91-të: PARA EKRANIT TELEVIZIV	96
Dita e 92-të: ZEMËR E THJESHTË	97
Dita e 93-të: NËNVETËDIJA	98
Dita e 94-të: ELASTICITETI	99
Dita e 95-të: FORCA	100
Dita e 96-të: DISPOZICIONI	101
Dita e 97-të: ÇONI DASHURI	102
Dita e 98-të: LËVIZSHMËRIA DHE PALËVIZSHMËRIA	103
Dita e 99-të: LOGJIKA	104
Dita e 100-të: ENERGJIA	105
<i>Për botimin</i>	<i>106</i>

Dita e parë: NDRITJA

– Ka një mijë e një mashtrime rreth meditimit që mbizotërojnë nëpër gjithë botën. Meditimi është shumë i thjeshtë; Ai nuk është asgjë tjetër përveç se VETËDIJE. Ai nuk është këndim psalme; Meditimi nuk përdorë mantra e tespihe. Këto janë metoda të hipnozës. Këto mund t'ju japin një lloj pushimi – asgjë e gabuar nuk është në këtë pushim, nëse dikush provon vetëm të çlodhet në këtë, dhe kjo është përkryeshëm e mirë. Çdo metodë e hipnozës mund të jetë e dobishme, por në qoftë se dëshironi të njihni të vërtetën, atëherë ajo nuk është e mjaftueshme.

– Meditim, thjesht do të thotë transformim i nënvetëdijes suaj në të vetëdijshmen tuaj. Normalisht vetëm një e dhjeta e mendjes sonë është e vetëdijshme, dhe nëntë të dhjetat është e pavetëdijshme. Vetëm një pjesë e vogël e mendjes sonë, një shtresë e hollë, ka dritë; përndryshe e gjithë shtëpia është në terr. Dhe sfida është që ajo dritë e vogël të rritet aq shumë sa për ta vërsuar gjithë shtëpinë me dritë, kështu që as edhe një qoshe ose skutë të mos mbes në errësirë.

– Kur e tërë shtëpia është plot dritë, atëherë jeta bëhet një mrekulli; ajo fiton cilësinë e magjisë. Atëherë ajo nuk është më e zakonshme, gjithçka bëhet e jashtëzakonshme. E rëndomta është transformuar në diçka të shenjtë, dhe gjërat e vogëla të jetës fillojnë të kenë rëndësi aq të llahtarshme sa kurrë as që njeriu ka mundur të imagjinojë ato. Gurët e rëndomtë fillojnë të duken si diamante; e gjithë ekzistenca ndriçohet. Në momentin që ju jeni të ndritur, e tërë ekzistenca është e ndriçuar. Nëse ju jeni në terr, atëherë e tërë ekzistenca është e errët. E gjitha varet nga ju.

Dita e 2-të: AMATORË DHE EKSPERTË

– Kjo gjithmonë ndodh që kur ju filloni me punë të re, jeni shumë kreativ, thellë jeni të përfshirë, e tërë qenia juaj është në të. Pastaj, dal nga dal, ashtu siç njiheni me territorin, dhe në vend se të jeni inovativ dhe kreativ ju filloni t'i përsëritni. Kjo është e natyrshme, sepse sa më të aftë që bëheni në cilëndo punë, aq më të përsëritur bëheni. Përsëritja është aftësi.

– Kështu që të gjitha zbulimet e mëdha janë bërë nga amatorë, sepse një person i aftë është në rrezik të madh. Nëse ngjan diçka e re, çfarë do të ndodhë me aftësinë e vjetër? Personi ka mësuar për vite dhe tani është bërë një ekspert. Kështu që ekspertët nuk kanë zbuluar asgjë; ata kurrë nuk shkojnë përtej limitit të ekspertizës së tyre. Nga njëra anë, ata bëhen gjithnjë e më të aftë, dhe nga ana tjetër ata bëhen gjithnjë e më të mërzitshëm dhe puna duket të jetë një gjë e mërzitshme. Tani s'ka asgjë të re që mund të jetë një emocion për ta, ata tashmë e dinë se çfarë do të ndodhë, ata e dinë se çfarë ata janë duke vazhduar të bëjnë; nuk ka asnjë befasi në këtë.

– Pra, këtu qëndron mësimi. Mësimi është i mirë për t'u arritur një shkathtësi, por nuk është e mirë për të qëndruar në të përgjithmonë. Sa herë keni ndjerë në vete një lindje të mendimit se gjërat tani duken bajate dhe se duhet ndryshuar ato. Të shpiket diçka, të shtohet diçka e re, të shkatërrohet diçka e vjetër. Me qenë përsëri i liri nga modeli – kjo do të thotë me qenë i lirë nga aftësia – përsëri me qenë një amatorë. Kjo kërkon kurajo dhe guxim, për të qenë një amatorë përsëri, por kjo është se si jeta bëhet e bukur.

Dita e 3-të: ZGJIDHNI NATYRËN

– Mendimi i deri tashëm ka qenë se individi ekziston për shoqërinë, se individi duhet të ndjekë atë që dikton shoqëria. Individi duhet të përshtatet me shoqërinë. Dhe kjo e ka definuar qenien e njeriut normal – ai i cili përshtatet me shoqërinë. Edhe në qoftë se shoqëria është e çmendur, ju duhet të përshtateni me të; dhe ju jeni normal.

– Tani problemi për individin është se natyra kërkon një gjë, e shoqëria kërkon diçka të kundërt. Nëse shoqëria do të kërkonte atë që kërkon edhe natyra, aty nuk do të kishte pasur konflikt. Ne do të kishim mbetur në Kopshtin e Edenit. Problemi lind për shkak se shoqëria ka interesat e veta, të cilat nuk janë domosdoshmërisht në një mendje me interesat e individit. Shoqëria ka investimet e veta, dhe individi duhet të sakrifkohet. Kjo është një botë shumë e rrëmujshme. Do të duhej të jetë e kundërta. Individi nuk ekziston për shoqërinë; shoqëria ekziston për individin. Sepse shoqëria është vetëm një institucion, nuk ka shpirt. Individi ka shpirt, ai është qendra e vetëdijes.

Dita e 4-të: VEND I JEHONËS

– Dashuria nuk duhet të jetë e kërkuar; përndryshe ajo i humb krahët, ajo nuk mund të fluturojë. Ajo rrënjohet në tokë dhe bëhet shumë tokësore, pastaj bëhet epsh dhe sjell mjerim të madh dhe vuajtje të mëdha. Dashuria nuk duhet të jetë e kushtëzuar, njeriu nuk duhet të pres asgjë prej saj. Ajo duhet të jetë për hir të vetes – e kurrsesi për ndonjë shpërblim. Nëse ka ndonjë motiv në të, përsëri, dashuria juaj nuk mund të bëhet qielli. Ajo është mbyllur në motiv; motivi bëhet përkufizimi i saj, kufiri i saj. Dashuria e pamotivuar nuk ka kufi. Është ngazëllim i pastër, bollëk, ajo është aromë e zemrës.

– Dhe vetëm pse nuk ka asnjë dëshirë për të arritur ndonjë rezultat, kjo s'do të thotë se rezultatet nuk do të ndodhin; ato do të ndodhin, ato do të ndodhin në një mijë përqafime, sepse çfarëdo që të japim për botën vjen mbrapa, ajo kthehet mbrapsht. Bota është një vend që jehonë. Nëse ne japim zemërim, zemërimi kthehet; nëse ne japim dashuria, dashuria kthehet. Por ky është një fenomen natyror, askush nuk duhet të mendojë për këtë. Njeriu duhet vetëm të besojë në këtë dhe kjo do t'i ndodhë. Ky është ligji i karmës. Çfarëdo që mbillni, ju korni, çfarëdo që jepni, ju merrni, Kështu që nuk ka nevojë të mendohet për këtë, kjo është automatike. Urrej, dhe ti do të jesh i urryer. Dashuro, dhe ti do të jesh i dashur.

Dita e 5-të: URTËSIA RETROSPEKTIVE

– Kur ju keni luftuat, ngacmuar dhe rrahur dhe pastaj jeni bërë të mençur dhe keni parë se kjo nuk ka asnjë kuptim, kjo është bërë tepër vonë, Kjo është e pakuptimtë – ju veç e keni shkaktuar dëmin. Kjo urtësi është vetëm një pseudo-urtësi. Kjo ju jep një ndjenjë “sikur” ju e keni kuptuar. Ky është një truk apo mashtrim i egos. Kjo urtësi nuk do t’ju ndihmojë. Kur jeni duke i bërë gjërat, në atë moment, në të njëjtën kohë në mënyrë simultane, vetëdija duhet të krijohet, dhe ju duhet të shihni se çfarë të padobishme jeni duke bërë.

– Nëse mund ta shihni atë kur është atje, atëherë ju nuk mund ta bëni. Askush kurrë nuk mund të vazhdojë kundër vetëdijes së vetë, e nëse dikush vazhdon kundër kësaj, atëherë vetëdija apo ndërgjegjja nuk është vetëdije. Diçka tjetër është bërë gabim në vend të kësaj. Kështu që mos harroni, të tjerët kurrë nuk janë përgjegjës për asgjë, Problemi është se diçka brenda jush vlon. Dhe natyrisht se kjo është dashuria juaj më e afërt. Ju nuk mund ta hidhni këtë tek një i panjohur në rrugë, kështu që personi më i afërt bëhet vendi ku ju shkoni për të hedhur dhe derdhur marrëzinë tuaj. Por kjo duhet të shmanget, sepse dashuria është shumë e brishtë. Nëse ju e bëni këtë aq shumë, nëse e teproni me këtë, dashuria mund të zhduket.

– Tjetri kurrë nuk është përgjegjës. Provoni ta bëni këtë gjendje të vetëdijes së tillë të përhershme në vete dhe sa herë që gjeni diçka të gabuar tek personi tjetër, le t’ju kujtohet kjo. Shiheni veten me duar të përgjakura dhe hidheni këtë menjëherë. Dhe kërkoni falje.

Dita e 6-të: MIRËNJOHJA

– Rrituni shumë e më shumë në mirënjohje dhe falënderime; le të bëhet thellësisht stil i juaj. Të gjithëve iu jeni mirënjohës. Nëse dikush e kupton mirënjohjen, atëherë ai është mirënjohës për gjëra që janë bërë pozitivisht. Dhe ai madje mund të ndihet mirënjohës edhe për gjërat që kanë mundur të bëhen por nuk janë bërë. Ju ndiheni mirënjohës që dikush ju ka ndihmuar - ky është vetëm fillimi. Pastaj ju filloni të ndiheni mirënjohës që dikush nuk ju ka bërë keq, edhe pse ka pas mundësi; kjo ishte mirë nga ana e tij.

– Njëherë kur të kuptoni ndjenjën e mirënjohjes dhe e lejoni që thellë të rrënjoset brenda jush, ju do të filloni të ndjeni mirënjohje për çdo gjë. Dhe sa më falënderues që jeni, aq më pak ankues dhe vajtues bëheni. Dhe posa të zhduket ankimi, zhduket edhe mjerimi. Mjerimi ekziston nga ankesat Ai është i kapur me ankesa dhe mendjen ankuese. Mjerimi është i pamundur me mirënjohjen. Kjo është një prej fshehtësive më të rëndësishme për të mësuar.

Dita e 7-të: QESHJA

– Qeshja është gjëja më e lehtë në botë, nëse ju e lejoni atë, por kjo është bërë e vështirë. Njerëzit qeshin shumë rrallë, madje edhe kur qeshin ajo nuk është reale, Njerëzit qeshin nëse ata i detyron dikush, nëse ata duhet të përmbushin një obligim të caktuar. Qeshja është kënaqësi. Ju nuk jeni i obliguar askujt!

– Ju nuk duhet të qeshni për ta bërë dikë tjetër të lumtur, sepse në qoftë se ju nuk jeni të lumtur, ju askënd tjetër nuk mund ta bëni të lumtur. Ju thjesht duhet të qeshni në pajtim me veten tuaj, duke mos pritur për arsyen e qeshjes. Nëse ju filloni të shikoni në gjëra, ju nuk do të jeni në gjendje të ndalni qeshjen. Thjesht, çdo gjë është e përsosur për qeshje – asgjë nuk mungon, por ju nuk do të lejoni. Ne jemi shumë dorështrënguar...dorështrënguar për qeshje, për dashurinë, për jetën. Kur ta mësoni se koprracia mund të hiqet, ju lëvizni në një dimension tjetër. Qeshja është religjioni i vërtetë. Çdo gjë tjetër është vetëm metafizikë.

Dita e 8-të: MOSGJYKIMI

– Ju mund të jeni duke folur me një mik në një bisedë të thellë kur papritur ndjeni dëshirë për të heshtur. Ju dëshironi të ndalni bisedën, pikërisht në mes të fjalisë. Pra, të ndalni aty, dhe madje duke mos e përfunduar pjesën e mbetur të fjalisë, sepse kjo do të shkojë kundër natyrës.

– Por, pastaj futet gjykimi aty. Ju ndiheni të sikletosur se çfarë të tjerët do të mendojnë nëse ju befas ndaleni së foluri në mes të fjalisë. Nëse ju papritmas heshtni ata nuk do ta kuptojnë, kështu që ju disi e kontrolloni përfundimin e fjalisë. Ju shtireni sikur tregoni interesim, dhe pastaj përfundimisht shpëtoni. Kjo është shumë e shtrenjtë, dhe nuk ka nevojë për të bërë këtë. Vetëm i thoni se biseda nuk po ju vjen tani. Ju mund të kërkonte falje dhe të heshtni.

– Ndoshta për disa ditë do të jetë pak e mundimshme, por dalëngadalë njerëzit do të fillojnë të kuptojnë. Mos e gjykoni veten për atë që jeni heshtur, mos u thoni vetes se kjo nuk është mirë. Çdo gjë është në rregull! Në pranimin e thellë, çdo gjë bëhet bekim. Vetëm bëhuni hije e tërësisë suaj, dhe kudo që shkoni ju keni për ta ndjekur atë sepse nuk keni synim tjetër. Do të filloni të ndjeni një relaksim të jashtëzakonshëm që ju rrethon.

Dita e 9-të: GRABITËSIT E VËRTETË

– Këta janë grabitësit e vërtetë: dyshimi, mosbesimi, frika. Ato shkatërrojnë mundësinë tuaj për të festuar. Pra, derisa jeni në tokë, festoni tokën. Derisa ky moment zgjat, shijojeni deri në fund. Për shkak të frikës ne i humbim shumë gjëra. Për shkak të frikës ne nuk mund të dashurojmë, apo edhe nëse dashurojmë, e bëjmë gjithmonë me gjysmë zemre, gjithmonë kështu është. Gjithmonë varet nga një masë e caktuar dhe jo përtej kësaj. Ne vijmë gjithmonë në një pikë përtej së cilës kemi frikë, prandaj ngecim aty. Nuk mund të futemi thellë në miqësi për shkak të frikës. Ne nuk mund të lutemi thellë për shkak të frikës. Jini të vetëdijshëm, por kurrë mos jini të kujdesshëm. Dallimi është shumë delikat. Vetëdija nuk është e rrënjosur në frikë. Kujdesi është i rrënjosur në frikë. Të jeni të kujdesshëm të mos gaboni kurrë, por atëherë nuk mund të shkoni shumë larg. Vetë frika nuk do t'ju lejojë të provoni stile të reja jetese, kanale të reja për energjinë tuaj, drejtime të reja, toka të reja. Ju gjithmonë do të ecni të njëjtën rrugë përsëri dhe përsëri, duke lëvizur prapa dhe përpara - si një tren mallrash!

Dita e 10-të: MENDJA KRITIKE

– Mendja kritike është një domosdoshmëri absolute në qoftë se ju jeni duke punuar në një projekt shkencor. Por, mendja kritike është një pengesë absolute nëse ju jeni në përpjekje për të arritur në brendinë personale, në subjektivitetin tuaj. Me botën objektive kjo është plotësisht në rregull. Pa atë nuk ka shkencë, me atë nuk ka besimtari. Kjo duhet të kuptohet. Kur dikush punon objektivisht ai duhet të jetë i aftë për të përdorur atë, dhe kur dikush punon subjektivisht ai duhet të jetë i aftë të lë atë anash. Mendja kritike duhet të përdoret vetëm si mjet. Ajo nuk duhet të bëhet një ide fikse, ju duhet të jeni në gjendje të përdorni atë ose jo, ju duhet të jeni të lirë.

– Nuk ka asnjë mundësi për t'u futur në botën e brendshme me një mendje kritike. Mosbesimi është një pengesë, ashtu siç është besimi një pengesë në shkencë. Një person i besimit nuk do të shkoj shumë larg në shkencë. Kjo është arsyeja pse në ditët kur feja ishte mbizotëruese në botë, ajo mbet joshkencore. Konflikti në mes kishës dhe shkencës nuk ishte i rastësishëm, ishte shumë fundamentale. Nuk ishte në të vërtetë një konflikt në mes fesë dhe shkencës; ishte një konflikt mes dy drejtimeve të qenies, objektive dhe subjektive. Veprimet e tyre janë të ndryshme.

Dita e 11-të: ORGAZMI

- Në orgazmin e thellë historia juaj zhduket, e kaluara juaj tërhiqet, vazhdon të largohet tutje e tutje derisa nuk zhduket. Në orgazëm ju nuk keni kurrfarë historie, nuk keni kurrfarë të kaluare, ju nuk keni kurrfarë mendje, ju nuk bëni kurrfarë autobiografie. Ju jeni krejtësisht këtu tani. Ju nuk e dini se kush jeni, ju nuk keni kurrfarë identiteti. Në atë moment ego nuk është funksional, prandaj lumturia e orgazmit, kualiteti freskues i saj, përtëritja e saj. Kjo është arsyeja pse ajo ju lenë aq të qetë, aq të heshtur, aq të relaksuar, aq të plotësuar. Por ego përsëri kthehet brenda, e kaluara hyn dhe shkel mbi të tashmen. Historia prapë fillon të funksionojë dhe ju e ndaloni veprimin tuaj. Ego është historia juaj, ai nuk është një realitet. Dhe ky është armiku juaj, ego është armik.
- Çdo person vjen rreth këtij këndi shumë herë në jetë, sepse jeta lëviz në një rreth. Përsëri dhe përsëri kemi ardhur në të njëjtën pikë, por për shkak të frikës ne kemi ikur prej saj. Përndryshe ego është një mashtrim. Në fakt, të lihet që ai të vdes duhet të jetë gjëja më e lehtë dhe për ta mbajtur atë të gjallë duhet të jetë gjëja më e vështirë, por ne e mbajmë atë të gjallë dhe ne mendojmë se kjo është më e lehta.

Dita e 12-të: REAKSIONI ZINXHIROR

– Kur ndiheni më pak fajtor, menjëherë filloni të ndiheni më të lumtur. Kur ndihemi më të lumtur, ju ndiheni më pak në konflikt, më shumë harmonikë së bashku. Kur ndjeni së bashku, harmoni më të madhe, papritmas e ndjeni që një mirësi e caktuar ju rrethon. Këto gjëra funksionojnë ai një reaksion zinxhiror. Njëra e nisë tjetrën, dhe tjetra e nisë tjetrën, dhe këto vazhdojnë duke u përhapur,

– Ndjenja e pafajësisë është shumë e rëndësishme. I gjithë njerëzimi është bërë të ndihet fajtor – për shekuj iu është thënë bëje këtë mos e bëj atë. Dhe jo vetëm kaq, por i kanë detyruar njerëzit duke ju thënë se nëse bëjnë diçka që nuk lejohet nga shoqëria apo nga kisha, atëherë ata janë mëkatarë. Nëse ata bëjnë diçka që çmohet nga shoqëria dhe kisha, atëherë ata janë shenjtorë. Kështu që të gjitha ata kanë qenë budallenj që kanë bërë gjëra të cilat shoqëria ka kërkuar nga ata të bëjnë, dhe jo duke bërë gjëra të cilat shoqëria nuk do që ata të bëjnë. Askush nuk brengoset rreth asaj se a është kjo gjë e juaja apo jo. Askush nuk shqetësohet në lidhje me individin.

– Lëvizni në një dritë të re, në një vetëdije të re, ku ju mund të mos e fajësoni veten. Dhe pastaj shumë gjëra do t'ju përcjellin.

Dita e 13-të: FLEKSIBILITETI

– Kur jeni të lumtur ju zgjeroheni. Kur jeni të frikësuar ju tkurreni, ju fshiheni në guaskën tuaj. Sepse nëse dilni jashtë mund të ketë rrezik. Tkurrja juaj është në çdo gjendje – në dashuri, në miqësi, në meditim, në çdo drejtim. Jeni bërë breshkë dhe tërhiqeni brenda. Nëse qëndroni në frikë të vazhdueshme, si shumë njerëz që jetojnë, pak nga pak elasticiteti i energjisë suaj humbet. Ju bëheni një pellg i ndenjtur, ju më nuk rrjedhni, nuk jeni më lum. Pastaj e ndjeni shumë e më shumë vdekjen për çdo ditë.

– Por, frika ka një përdorim të natyrshëm. Kur shtëpia është në zjarr ju do të ikni për të shpëtuar. Mos u mundoni që aty të jeni pa frikë sepse do të jeni të marrë. Njeriu gjithashtu duhet të jetë i aftë për t'u zbrapsur, sepse janë momentet kur njeriu duhet të ndalë rrjedhën. Njeriu duhet të jetë i aftë të del jashtë, të hy brenda, të del jashtë, të hy brenda. Ky është fleksibilitet: zgjerim ngushtim. Kjo është njëjtë si frymëmarrja. Njerëzit që janë shumë të frikësuar nuk marrin frymë thellë, sepse madje edhe zgjerimi sjell frikë. Gjokset e tyre janë të mbledhur, ata do të kenë një gjoks të shtypur.

– Kështu që përpiquni të gjeni një mënyrë për të bërë energjinë tuaj të lëvizshme. Nganjëherë edhe zemërimi është i mirë. Të paktën kjo e lëvizë energjinë tuaj. Nëse keni për të zgjedhur në mes të frikës dhe zemërimit, zgjidhni zemërimin. Por mos shkoni në ekstremin tjetër. Zgjerimi është i mirë, por ju nuk duhet të bëheni të varur nga kjo. Ajo që është me rëndësi për t'u mbajtur në mend është fleksibiliteti: aftësia për të lëvizur nga njëra anë në anën tjetër.

Dita e 14-të: HIRI

– Nëse lëvizni spontanisht, secili moment vetë vendos se si do të jetë. Ky çast nuk do të vendos për momentin tjetër, kështu që ju thjesht qëndroni të hapur. Momenti i ardhshëm do të vendos vetë ekzistencën e vet – ju nuk keni një plan, një model, një pritje.

– E sotmja mjafton; nuk ka plan për të nesërmen, ose edhe për momentin e ardhshëm. E sotmja përfundon, dhe pastaj e nesërmja vjen e freskët dhe e dëlirë, pa manipulues. Ajo vetë i hapet pëlqimeve të veta, dhe pa të kaluarën. Kjo është mirësi (hir). Shikojeni lulen duke u çelur në mëngjes. Vetëm vazhdoni duke shikuar...kjo është mirësi. Aty nuk ka fare përpjekje – lulja vetëm lëviz në pajtim me natyrën. Apo shikojeni zgjimin e maces, i papërpjekshëm, me një mirësi të jashtëzakonshme që e rrethon. E gjithë natyra është përplot me mirësi, por ne kemi humbur kapacitetin e mirësisë për shkak të ndasive që kemi brenda.

– Kështu që vetëm lëvizni, dhe lëreni momentin të vendosë – mos provoni të menaxhoni atë. Kjo është ajo që unë e quaj – le të shkojë – dhe çdo gjë që del apo ndodh nga kjo, i jepni shans!

Dita e 15-të: FRIKA E VEÇANTË

– Kur frika juaj ka ndonjë objekt, kjo është frikë e zakonshme. Një është frika nga vdekja – kjo është një frikë shumë e zakonshme instinktive; nuk ka asgjë të veçantë në lidhje me këtë. Me qenë i frikësuar nga pleqëria, sëmundja, dobësia – këto janë frika të zakonshme, të përbashkëta. I loj parimor. Frikë e veçantë është kur ju nuk mund të gjeni objekt për të. kur ajo është aty pa kurrfarë arsye. Kjo krijon një frikësim real, nëse e gjeni një arsye, mendja është e kënaqur. Nëse ju mund të përgjigjeni pse, mendja ka disa shpjegime për t’u kapur për to. Të gjitha shpjegimet ndihmojnë gjërat të jenë të shpjeguara disi, ato nuk bëjnë asgjë tjetër, por kur keni njëherë shpjegim racional, ju ndjeni kënaqësi.

– Më mirë është të shihen një gjë ashtu siç është pa pyetur pse. Diçka e panjohur rri në pezull rreth jush, ashtu siç rri pezull rreth çdo gjurmuesi, Këtë frikë duhet çdo gjurmues ta tejkalojë. Unë nuk jam këtu t’ju jap shpjegime rreth kësaj por t’ju shtyj në të. Unë nuk jam psikoanalist, unë jam ekzistencialist. Përpjekja ime është t’ju bëj juve të aftë të përjetoni sa më shumë gjëra që është e mundur – dashurinë, frikën, zemërimin, lakminë, dhunën, dhembshurinë, meditimin, bukurinë e kështu me radhë. Sa më shumë përvojë që keni me këto gjëra, aq më të pasur bëheni.

Dita e 16-të: TRUPI I NDARË

– Në pranimin e trupit, joga nuk shkon mjaft larg. Kjo ju bën shumë të kontrolluar, dhe çdo lloj i kontrollit është një lloj i represionit. Kështu që ju shtypni dhe pastaj i harroni të gjithë rreth represionit. Ajo lëviz në stomak, dhe pranë diafragmës dhe të gjitha ato gjërat e shtypura akumulohen. Stomaku është hapësira e vetme ku ju mund të hidhni gjëra; nuk ka ndonjë hapësirë tjetër.

– Në momentin kur eksplodon kontrolli juaj, ju do të ndiheni shumë të lirë, shumë të gjallë. Ju do të ndiheni të rilindur, sepse kjo do ta bashkoj trupin tuaj të ndarë. Diafragma është vendi ku është ndarë trupi në mes pjesës së lartë dhe asaj të ulët. Në të gjitha mësimet e vjetra fetare, pjesa e poshtme është dënuar, e pjesa e sipërme është konsideruar si diçka e lartë, diçka superiore, diçka e shenjët. Ai nuk është. Trupi është një. dhe ky bifurkacion është i rrezikshëm; kjo ju bën të ndarë. Nga ata dhe nga ju mohohen shumë gjëra në jetë. Çfarëdo që përjashtoni nga jeta juaj ajo do t'ju revanshohet një ditë. Ajo do të vijë si një sëmundje.

– Sot, disa studime mjekësore thonë se kanceri nuk është gjë tjetër përveç se shumë stres i akumuluar brenda. Kanceri ekziston vetëm në shoqëri shumë shtypëse. Sa më shumë që një shoqëri është e civilizuar dhe arsimuar, aq më shumë kanceri është i mundshëm. Kjo nuk mund të ekzistojë në shoqëri primitive, sepse në një shoqëri primitive tërë trupi është pranuar. Nuk ka asnjë dënim. Asgjë nuk është më e ulët dhe asgjë nuk është më e lartë. Çdo gjë është e thjeshtë.

Dita e 17-të: INJORANCA

– E gjithë njohuria është e tepërt. Njohuria si e tillë është e tepërt. Dhe e gjithë njohuria vetëm krijon një iluzion se ne e njohim. Por ne nuk e njohim. Ju mund të jetoni me dikë gjithë jetën dhe mund të thoni se e njihni, por nuk e njihni. Ju mund të lindni një fëmijë dhe mund të mendoni se e njihni, por nuk e njihni.

– Çdo gjë që ne mendojmë se e dimë është shumë iluzore. Dikush pyet, "Çfarë është uji?" dhe ju thoni: "H₂O." Ju thjesht po luani. Kjo nuk është njohje se çfarë uji është, apo çfarë është "H" ose "O". Ju vetëm po etiketoni. Dikush ju pyet se çfarë është H, ky është hidrogjeni, ju vazhdoni me molekula, atome, elektrone, por ju jeni duke vazhduar vetëm me emërtime. Misteri nuk ka përfunduar – misteri vetëm po shtyhet, dhe në fund, aty ende mbetet një injorancë e madhe. Në fillim ne nuk dinim se uji çfarë ishte; tani nuk dimë se elektroni çfarë është, kështu që ne nuk kemi ardhur në ndonjë njohuri.

– Ne kemi luajtur një lojë emërtime të gjërave, kategorizimit, por jeta mbetet një mister. Injoranca është aq e thellë dhe aq finale sa që ajo nuk mund të shkatërrohet. Dhe një herë kur ju e kuptoni atë, ju mund të pushoni në të. Ajo është aq e bukur, ajo është aq e relaksueshme ... sepse atëherë nuk më se ku të shkohet. Nuk ka asgjë për t'u njohur, sepse asgjë nuk mund të jetë e njohur. Injoranca është përfundimtare. Ajo është e madhe dhe e gjerë.

Dita e 18-të: PRAPA ZEMËRIMIT

– Prej njëqind njerëzve që vuajnë nga zemërimi, rreth 50 për qind e tyre vuajnë nga energjia e tepërt e tyre krijuese që nuk kanë qenë në gjendje ta vënë në përdorim. Problemi i tyre nuk është zemërimi, por mendimi i tyre i vazhdueshëm se e tërë jeta e tyre është ashtu. Pasi një problem është diagnostikuar saktë, gjysma e tij tashmë është zgjidhur

– Vëri energjitë tuaja në kreativitet. Harroni për zemërimin si një problem; injoroni atë. Kanalizojeni energjinë tuaj drejt me shumë kreativitet. Futeni veten në diçka që ju e doni. Në vend se ta bëni zemërimin tuaj problem, le të jetë kreativiteti juaj objekt meditimi, ndërrojeni zemërimin me kreativitet dhe përnjëherë do të shihni një ndryshim të madh duke lindur në ju. Dhe nesër gjërat e njëjta nuk do t'i ndjeni si arsyetim për të qenë të zemëruar për shkak se energjia po lëvizë, ajo po kënaqet vetë, po vallëzon vetë. Kush mërzitet për gjëra të vogla?

Dita e 19-të: SPONTANITETI

– Çfarëdo që të ndodhë, pranojeni dhe gëzojeni atë, dhe mos detyroni asgjë. Nëse ndjeni sikur doni të flisni, folni. Nëse ndjeni sikur doni të jeni të heshtur, vetëm heshtni duke lëvizur me ndjenja. Mos i detyroni në asnjë mënyrë, madje as për një çast të vetëm, sepse po që se njëherë detyroni diçka ju ndaheni në dysh dhe kjo krijon problem. pastaj e tërë jeta juaj bëhet ndarje.

– I gjithë njerëzimi është bërë pothuajse skizofren, sepse ne kemi qenë të mësuar për t'i detyruar gjërat. Pjesa që dëshiron për të qeshur dhe pjesa që nuk ju lejon për të qeshur ndahen, dhe pastaj ju janë të ndarë. Ju krijoni një qen superior dhe një qen të zgërdhirë, në këtë mënyrë krijohet konflikti. E çara që e krijon konflikti mund të bëhet e madhe dhe më e mëdha. Pra, problemi është se si për të kapërcyer këtë çarje, dhe se si për të mos e krijuar atë më. Në Zen, ata kanë një thënie shumë të bukur: Uluni, vetëm qëndroni ulur. Ecni, vetëm vazhdoni ecjen. Mbi të gjitha, vetëm jeni stoik .

Dita e 20-të: FRENIMI

– Kur ju nuk i lejoni tjetrit të hy në tërë qenien tuaj dhe të njoh atë plotësisht, kjo është për shkak të frikës se njëherë kur tjetri ju njeh tërësisht ai apo ajo mund të bëhen të paimteruesuar për ju. Ju i mbani disa qoshe të vetës suaj të përmbajtura në mënyrë që të tjerët të vazhdojnë së pyeturi për ju. "Çfarë janë ato qoshe? Çfarë më tepër ju keni dhënë?" Dhe tjetri vazhdon kërkimin dhe duke pyetur dhe duke u bindur dhe joshur Dhe në të njëjtën mënyrë, edhe tjetri është gjithashtu i përmbajtur.

– Aty është një kuptueshmëri shtazarake prapa asaj se njëherë kur të njihet misteri, kjo përfundon. Kur kjo zbulohet, ajo hartohet, matet, kjo përfundon! Pastaj çfarë tjetër mbetet aty? Mendja aventuriere fillon të mendoj për gratë tjera për burrat tjerë. Kjo i ka ndodhur me miliona burrave e grave: Ata kanë shikuar në njëri-tjetrin totalisht, dhe ka përfunduar! Tani tjetri nuk ka më shpirt se misteri nuk është më aty – e shpirti ekziston në mister. Kjo është logjika në të. Por, kur ju jeni me të vërtetë të pavarur, dhe ju iu keni dorëzuar zotit të dashurisë, atëherë ju mund të hapni vetën tuaj plotësisht. Dhe në këtë hapje të plotë ju bëheni një. Kur dy njerëz janë të hapur, ata më nuk janë dy, kur muret zhduken, dhoma bëhet një. Dhe kjo është ajo ku plotësimi realizohet. Kjo është ajo të cilën secili dashnor e kërkon këtë, e hulumton këtë, është i etur për këtë, ëndërron për këtë, e dëshiron këtë. Por, nëse nuk e kuptoni drejtë, ju mund të vazhdoni të kërkoni dhe hulumtoni në një drejtim të gabuar.

Dita e 21-të: BËHUNI SI FËMIJË

– Upanishada thotë: “Ata që mendojnë se e dinë, nuk dinë.” sepse vetë ideja se ju dini nuk ju lejon të dini. Ideja se dikush është injorant ju bënë të prekshëm, të hapur. Si një fëmijë, sytë tuaj janë përplotë habi. Atëherë është e vështirë për të vendosur nëse mendimet janë tuajat apo nëse ata po hyjnë në ju nga jashtë, sepse i kanë humbur të gjitha lidhjet. Por nuk ka nevojë për t’u brengosur, sepse në thelb mendja është një, ajo është mendja universale. E quajtet atë Zot, apo, në terma jungiane, e quajtet atë "nënvetëdije kolektive."

– Ne jemi të ndarë vetëm në sipërfaqe, thellë poshtë nuk jemi të ndarë. Vetëm pjesa e dukshme është e ndarë, pjesa e padukshme ende është një e vetme. Kështu që kur ju të relaksoheni të bëheni të heshtur, ju bëheni më modest, më fëmijëror, më të pafajshëm, pastaj do të jetë vështirë në fillim për të parë nëse këto mendime janë tuajat, që vijnë nga qielli, apo dikush tjetër është duke i dërguar mesazhet e tij, dhe ju jeni vetëm në anën pranuese! Por ato vijnë nga askund. Ato janë duke ardhur nga thellësia e thelbit të qenies suaj, dhe ky është thelbi i të gjithë të tjerëve, gjithashtu.

Pra, një mendim me të vërtetë original nuk bartë nënshkrimin e askujt. Ai është thjesht aty, jasht kolektivit, jasht të përgjithshmës, jasht një mendjeje – mendje me një M të madhe. Dhe kur mendja individuale, ego mendja, relaksohet, mendja e përgjithshme fillon t’ju vërshojë.

Dita e 22-të: BRISHTËSIA E DASHURISË

– Sa më e lartë që është një gjë, aq më e brishtë është ajo. Ajo duhet të mbrohet. Një gur do të qëndrojë, por një lule do të zhduket. Nëse ju e hedhni një gur mbi

një lule, guri nuk do të lëndohet, por lulja do të shkatërrohet.

– Dashuria është shumë e brishtë, shumë delikate. Njeriu duhet të jetë shumë i kujdesshëm, dhe shumë i vëmendshëm rreth saj. Ju mund të bëni asilloj dëmi sa tjetra të mbyllet, të mbrohet. Nëse ju luftoni aq shumë, partneri juaj do të ikën; ai do të ftohet shumë e më shumë, shumë e më shumë mbyllet, kështu që ai më nuk është as i vullnetshëm t'ju sulmojë. Atëherë ju do të filloni ta sulmoni atë shumë e më shumë, sepse ju nuk mund ta rezistoni atë ftohtësi. Ky mund të bëhet një rreth vicioz. Dhe kjo është se si të dashuruarit ndahen, dalëngadalë. Ata largohen nga njëri-tjetri, dhe mendojnë se tjetri ishte përgjegjës, se tjetri e ka tradhtuar atë.

– Në fakt, siç e shoh unë, asnjë dashnorë nuk e ka tradhtuar asnjëherë tjetrin. Kjo është vetëm injorancë që e vret dashurinë. Të dytë doni të jenë së bashku, por disi të dytë ishin injorant. Injoranca e tyre e lujati trukun mbi ta edhe ajo u shumëfishua.

Dita e 23-të: THELBËSORJA

– Është një anegdotë e vjetër për tre udhëtarë që shkuan në Romë. Ata e vizituan Papën, dhe ai e pyeti të parin: “Sa gjatë do të qëndroni këtu?” Burri u përgjigj. “Për tre muaj.” Papa tha: “Atëherë ju do të jeni në gjendje të shihni mjaft gjëra në Romë.” Në pyetjen se sa gjatë do të qëndojnë në Romë, udhëtari i dytë u përgjigj se ai mund të qëndrojë vetëm për gjashtë javë. Papa i përgjigjet: “Atëherë ju do të jeni në gjendje të shihni më shumë se i pari.” Udhëtari i tretë i tregon se ai do të qëndrojë në Romë vetëm për dy javë, në të cilën Papa tha: “ Ti je me fat, sepse ti do të shohësh çdo gjë që ka për t’u parë!”

– Udhëtarët mbetën të hutuar, sepse ata nuk e kuptonin mekanizmin e mendjes. Vetëm mendoni, nëse ju do të kishit një jetëgjatësi prej një mijë vjetësh, ju do t’i kishit humbur shumë gjëra, sepse ju do të kishit vazhduar t’i shtyni gjërat. Por, pasi jeta është aq e shkurtë, njeriu nuk mund të përballojë për të shtyer ato. Deri tani njerëzit kanë shtyer, madje edhe koston e tyre personale.

– Paramendoni, nëse dikush do t’ju thotë se keni edhe një ditë për të jetuar. Çfarë do të bënit? A do të vazhdonit të mendoni për gjëra të panevojshme? Jo, ju do t’i harronit të gjitha këto. Ju do të dashuronit, luteni dhe meditoni, se nëse vetëm njëzet e katër orë kanë mbetur. Gjërat reale, gjerat thelbësore, ju nuk do t’i shtyni.

Dita e 24-të: AUTORITETI

– “Çdo individ duhet të jetë i vetëdijshëm, vigjilent, dhe syçelë, dhe të eksperimentojë me jetën dhe të zbulojë se çfarë është e mirë për të. Çfarëdo që ju jep paqe, çfarëdo që ju bën të lumtur, çfarëdo që ju jep qetësi, çfarëdo që ju sjell afër ekzistencës dhe kjo është harmoni e pafund është mirë. Dhe çfarëdo që krijon konflikt, mjerim, dhe dhimbje në ju është gabim. Askush tjetër nuk mund të vendosë atë për ju, sepse çdo individ e ka botën e tij vetjake, ndjeshmërinë e vet. Ne jemi të veçant. Kështu që formulat nuk funksionojnë. E gjithë bota është një dëshmi e kësaj.

– Kurrë mos e pyet askend se çfarë është e drejtë dhe çfarë e gabuar. Jeta është një eksperiment për të mësuar se çfarë është e drejtë dhe çfarë është gabim. Ndonjëherë ju mund të bëni diçka që është gabim, por kjo ju jep juve përvojën e saj, kjo ju bën të vetëdijshëm për atë që duhet shmangur. Nganjëherë ju mund të bëni diçka të mire, dhe ju do të fitoni pafundësisht. Shpërblimet nuk janë përtej kësaj jete, në parajsë dhe në ferr. Ato janë këtu dhe tani.

– Çdo veprim sjell rezultatin e saj menjëherë. Vetëm jeni vigjilent dhe shikoni. Njerëz të pjekur janë ata që e kanë shikuar dhe zbuluar për veten e tyre se çfarë është e drejtë dhe çfarë është gabim, çfarë është e mire dhe çfarë është e keqe. Dhe duke gjetur atë për veten e tyre, ata kanë një autoritet të madh. E gjithë bota mund të thonë diçka tjetër, por kjo nuk çon peshë për ta. Ata kanë përvojën e tyre personale që e vazhdojnë, dhe kjo mjafton.”

Dita e 25-të: LUMTURIA

– Si ndiheni kur diçka brenda jush ndryshon, një rrotë që lëvizë. Vetëm shikojeni këtë – e kjo është shumë e bukur, sepse me qenë i vetëdijshëm për këtë, diçka është arritur. Tani e kuptoni se ju jeni të lirë nga justifikimet e jashtme, sepse asgjë nuk ka ndodhur nga jashtë dhe tashmë disponimi juaj ka ndryshuar brenda pak minutash nga lumturia në pakënaqësi, por edhe anasjelltas.

– Kjo do të thotë që lumturia dhe pakënaqësi janë disponimi juaj dhe nuk varen nga faktorët e jashtëm. Kjo është një prej gjërave më elementare që duhet të realizohet, sepse atëherë mund të bëhet shumë më shumë. E dyta që duhet të kuptoni është se disponimi juaj varet nga pavetëdija juaj. Pra, vetëm shikoni dhe jini të vetëdijshëm, Nëse lumturia është aty, prapë vetëm shikoni, kjo është sikur mëngjesi dhe mbrëmja. Në mëngjes shikoni dhe gëzohuni lindjes së diellit. Kur perëndon dielli dhe terri bie, gjithashtu shikojeni shumë dhe gëzohuni.

Dita e 26-të: DUKE LUAJTUR NJË ROL

– Kur personi luan një rol ka arsye për këtë. Ky rol ka një domethënie për personin. Nëse loja luhet përkryeshëm, diçka nga nënvetëdija zhduket, avullohet, dhe ju do të çliroheshi nga një barrë.

– Për shembull, nëse ju doni të luani si një fëmijë, kjo do të thotë se në fëmijërinë tuaj ka mbetur diçka e paplotësuar. Ju nuk mund të bëheni një fëmijë edhe po qe se dëshironi, dikush do t'ju ndalojë. Njerëzit ju bëjnë shumë më serioz, ju kanë detyruar të bëheni shumë më të rritur dhe më të pjekur se sa ishit. Diçka ka mbetur e pakompletuar. Kjo jopërmbyshje kërkon të përmbyshet dhe kjo ju ndjekë. Kështu që plotësojeni këtë. Asgjë të keqe nuk ka në këtë. Ju mund të jeni një fëmijë në kohë, kthehuni në të kaluarën; tani ju mund të jeni. Pasi të jeni totalisht në të, ju do të shihni se si ajo zhduket dhe kurrë më s'do të kthehet prapa.

Dita e 27-të: ETIKETAT

– Disponimi “A” ka shkuar, tani disponimi “B” është këtu, dhe ju thjesht jeni një vështrues. Befas ju do të kuptoni se atë që ju e quani lumturi “A” nuk është edhe aq e lumtur, dhe kur ju e quani pakënaqësinë “B”, kjo nuk është edhe aq e pakënaqur. Me vetë emërtimin e disponimit në “A” dhe “B”, është krijuar distanca.

– Kur ju thoni lumturi, shumë është përfshirë me këtë fjalë. Ju jeni duke thënë se doni të kapeni për atë, dhe se nuk doni që ajo të largohet. Kur thoni pakënaqësi, ju nuk po përdorni vetëm një fjalë, shumë më shumë është përfshirë në këtë. Ju jeni duke thënë se ju nuk e doni atë, se ajo nuk duhet të jetë aty. Të gjithë këto gjëra janë thënë në mënyrë të pavetëdijshme.

– Kështu që përdorni këto terme të reja për disponimin tuaj për shtatë ditë. Vetëm jeni vështrues, sikur jeni të ulur në maje të kodrës, dhe në luginë, retë, lindja dhe perëndimi i diellit vijnë, dhe nganjëherë aty është ditë, nganjëherë aty është natë. Vetëm jeni vështrues në kodër që vështron larg.

Dita e 28-të: DASHURIA E HËNËS SË RE

– Nëse dashuria shkon më thellë, burrat dhe gratë bëhen vëllezër e motra. Nëse dashuria shkon më thellë, energjia e diellit bëhet energji e hënës: Nxehtësia ka ikur, aty është shumë ftohët. Dhe kur dashuria shkon më thellë, një keqkuptim mund të ndodhë, sepse ne jemi mësuar me ethet, epshin, eksitim, dhe tani e gjithë kjo duket marrëzi! Tani kur ju çoni dashuri, kjo duket budallallëk; nëse nuk çoni dashuri, ju ndjeni sikur diçka mungon për shkak të shprehisë së vjetër.

– Kur burri dhe gruaja fillojnë të ndihen kështu, një frikë lindë – keni filluar të bisedoni me tjetrin për ta lënë atë? Ai është bërë një vëlla ose një motër, a nuk është më zgjedhja juaj, a nuk zgjatë më udhëtimi i ego-s suaj? Të gjitha këto frika lindin. Nganjëherë njëri fillon të ndjejë se i vetëm i mungon diçka. një lloj boshllëku. Por, mos e shikoni këtë përmes të kaluarës. Shikojeni këtë nga e ardhmja. Shumë gjëra do të ndodhin në këtë boshllëk, shumë gjëra do të ndodhin në këtë intimitet – ju të dy do të zhdukeni. Dashuria juaj do të bëhet plotësisht jo-seksuale, i gjithë afshi do të zhduket, dhe ju do ta njihni një kualitet plotësisht të ndryshëm të dashurisë.

Dita e 29-të: BESIMI

– Është shumë e lehtë të besohet kur të gjithë ju duan dhe askush nuk ju mashtron. Por, edhe nëse e gjithë bota është mashtruese dhe të gjithë vendosin t’ju mashtrojnë – dhe ata mund t’ju mashtrojnë vetëm nëse ju iu besoni shumë, vazhdojeni me besimin. Asnjëherë mos e humbni besimin në besim, me çfarëdo çmimi, dhe ju kurrë s’do të jeni humbës, sepse besimi vetvetiu është përfundimtar. Kjo s’duhet të jetë mënyrë për çdo gjë tjetër, sepse kjo ka vlerën e vetë të brendshme.

– Nëse mund të besoni, ju mbeteni të hapur. Njerëzit bëhen të mbyllur si një mburojë, kështu që askush nuk mund t’i mashtrojë e as të përfitojë prej tyre. Le të përfitojnë ata nga ju. Nëse këmbëngulni në vazhdimin e besimit, atëherë një lulëzim i bukur ngjan, sepse atëherë nuk ka frikë. Frika është se njerëzit do t’ju mashtrojnë – por njëherë kur të pranoni këtë, nuk ka më frikë, kështu që nuk ka asnjë pengesë për hapjen tuaj. Frika është shumë më e rrezikshme se çdo dëm tjetër që mund t’jua shkaktojë dikush, Frika mund t’jua helmojë gjithë jetën tuaj. Kështu që qëndroni të hapur, dhe vetëm besoni çiltërisht dhe pa kushte.

– Ju do të lulëzoni, dhe do t’i ndihmoni të tjerët të lulëzojnë atëherë kur ata bëhen të vetëdijshëm se ata nuk ju kanë mashtruar juve pak, por ata e kanë mashtruar vetveten. Ju nuk mund të vazhdoni të mashtroni një person pafundësisht nëse ai vazhdon t’ju besojë. Vetë besimi do t’ju kthejë në vetën tuaj përsëri dhe përsëri.

Dita e 30-të: ZBRAZËTIA

– Meditim thjesht do të thotë je jesh i zbrazët prej të gjitha përmbajtjeve të mendjes: kujtesës, imagjinatës, mendimeve, dëshirave, shpresave, parashikimeve, disponimeve. Njeriu duhet të zbrazë veten nga këto përmbajtje. Dita më e madhe në jetë është kur ju nuk mund të gjeni asgjë brenda vetes për të hedhur jashtë, të gjitha tashmë janë hedhur jashtë, dhe ka mbetur vetëm zbrazëti e pastër. Në këtë zbrazëti ju do të gjeni veten; në këtë zbrazëti e gjeni vetëdijen tuaj të pastër.

– Kjo zbrazëti është e zbrazët vetëm derisa mendja është e interesuar. Përndryshe ajo është e stërbushur, plotni e qenies – zbrazëti e mendjes por plotni e vetëdijes. Kështu që mos keni frikë nga fjala zbrazëti; ajo nuk është negative. Ajo mohon vetëm barrën e panevojshme, të cilën ju e bartni nga shprehite e vjetra, e cila nuk ndihmon, por vetëm pengon, e cila është vetëm peshë, peshë malore. Atëherë kur kjo peshë të jetë hequr ju do të jeni të lirë prej të gjitha kufijve, ju bëheni të pakufishëm sikurse qielli. Kjo është përvoja e Zotit apo Budës apo çfarëdo fjale që ju pëlqen. Quajeni atë Dhamma, quan atë Tao, quajeni atë e Vërteta, quajeni atë Nirvana - të gjitha këto kanë kuptimin e të njëjtës gjë.

Dita e 31-të: EKSPERIMENTI

– Edison ishte duke punuar në një eksperiment të caktuar për gati tre vjet, dhe kishte dështuar për shtatëqind here. Të gjithë kolegët dhe studentët e tij u bënë plotësisht të frustruar. Çdo mëngjes ai vinte i lumtur në laborator dhe me gëzim bënte flluska, i gatshëm për të filluar përsëri. Kjo ishte për së tepërmi: shtatëqind herë dhe tre vjet të humbura! Të gjithë pothuajse ishin të sigurtë se asgjë nuk do të arrihet me këtë eksperiment. E gjithë puna dukej të jetë e kotë, vetëm një teke.

– Ata të gjithë u grumbulluan e i thanë Edisonit: “Dështuam shtatëqind here. Nuk arritëm asgjë. Ne po e ndalim.”

– Edison qeshi zëshëm. Ai tha: “Për çfarë ju po flitni? Për çfarë dështimi? Ne patëm sukses të mësojmë se shtatëqind metoda nuk ndihmojnë fare. Ne për çdo ditë jemi afër e më afër të vërtetës! Në qoftë se nuk do të kishim trokitur në këto shtatëqind dyer, ne nuk do të kishim pasur asnjë mënyrë për të ditur. Por tani ne jemi të sigurt se shtatëqind dyert janë të rreme. Kjo është një arritje e madhe!”

– Ky është qëndrim shkencor bazik. Nëse ju mund të përcaktoni diçka se është e rreme, ju i afroheni më afër të vërtetës. E vërteta nuk është e gatshme në shitore që ju të mund të shkoni direkt të porositni atë. Ajo nuk është tashmë e prodhuar, e gatshme. Ju keni për të eksperimentuar. Kështu që gjithmonë qëndroni eksperimentues. Dhe kurrë mos u bëni të vetëkënaqur. Kurrë mos mendoni se çfarë do gjë bëni është e përsosur. Ajo kurrë nuk është perfekte. Ajo ka gjithmonë mundësi të përmirësohet, ajo gjithmonë ka mundësi të bëhet edhe më e përsosur.

Dita e 32-të: PROBLEMET

- Kjo është autohipnozë: Ju vazhdoni të përsëritni se ju jeni në këtë apo atë mënyrë, të mangët apo të paaftë. Ju e përsëritni këtë, dhe kjo bëhet një mantra; kjo fundoset në zemrën tuaj dhe aty bëhet realitet.
- Vetëm përpiquni të veproni sikur nuk ka problem, dhe papritmas Ju do të shihni se ju keni një cilësi krejtësisht të ndryshme: ju nuk keni asnjë problem. Pastaj mbetet tek ju të merrni problemin prapë apo ta hidhni përgjithmonë atë. Një problem mund të hedhet shumë lehtë nëse ju e kuptoni se kjo që ju e mbani është problem, problemi nuk po ju mban juve. Por ne nuk mund të jetojmë pa problem, kështu që ju vazhdoni në krijimin e tyre. Njeriu ndihet aq i vetmuar pa problem aty nuk mbetet asgjë për t'u bërë. Me problem ju ndiheni shumë të lumtur, diçka ka për t'u bërë, dhe ju do të mendoni për këtë, kjo ju jep një punë.
- Kjo ide e vazhdueshme se jeni të mangët apo të paaftë dhe se ju jeni ky apo ai, në esencë është shumë egoiste. Ju dëshironi të jeni shumë adekuat, por pse? pse ju nuk mund të jeni të kënaqur me të gjitha mangësitë dhe kufizimet që janë aty? Njëherë kur t'i pranoni ato, ju do të shihni se filloni të ecni më lehtë.

Dita e 33-të: QËNDRONI INJORANT

– Kjo është një nga gjërat më elementare për t'u ndaluar t'iu jepen gjërave emra. Vetëm vështroni ndjenjat, ashtu siç janë. Lejoni ato, dhe mos iu jepni etiketë – qëndroni injorant. Injoranca është gjendje e mrekullueshme meditative. Insistoni të jeni injorant, dhe mos i lejoni mendjes të manipulojë. Mos i lejoni mendjes të përdorë gjuhën dhe fjalët, etiketimet dhe kategoritë, sepse kjo e inicon tërë sistemin. Një gjë është e lidhur me tjetrën, dhe jo vazhdon në pafundësi.

– Thjesht shikoni – mos e quani këtë frikë. Frikohuni dhe dridhuni, kjo është e mrekullueshme. Të fshiheni në një qoshe, të futeni nën batanije. Bëni atë që bën një kafshë kur është e frikësuar. Nëse e lejoni frikën t'ju posedojë, flokët tuaja do të qëndrojnë drejt! Atëherë, për të parën herë do të mësoni se çfarë fenomeni i bukur është frika. Në atë trazirë, në atë ciklon, ju do të arrini tek njohja se ende është një pikë diku brenda jush që është absolutisht e paprekur.

Dita e 34-të: JETA ËSHTË: E THJESHTË

– Të jesh i plotësuar me jetën, në intensitetin dhe epshin e jetës, ju duhet t'i hidhni të gjitha filozofitë mbi jetën. Përndryshe ju do të mbeteni të mjegulluar në fjalët tuaja.

– A e keni dëgjuar anekdotën e famshme për një shumëkëmbësh? Kishte qenë një mëngjes i bukur me diell, dhe shumëkëmbëshi ishte i lumtur dhe duhet të jetë se ka kënduar në zemrën e tij. Ai ishte pothuajse i dehur nga ajri mëngjesor. Një bretkosë që qëndronte anash ishte në mëdyshje – ajo duhet të ketë qenë ndonjë filozof? Ajo e pyeti: “Prit! Ti po bënë një mrekulli. Një qind këmbë! Si po i menaxhon? Cila këmbë vjen e para, cila e dyta e cila e treta – dhe kështu deri tek e njëqinda? A nuk po të hutojnë? Si po i mbikëqyrë? Kjo duket e pamundur për mua.” Shumëkëmbëshi i tha: “ Unë kurrë nuk kam menduar për këtë. Më le ta bluaj në mendje këtë gjë.” Dhe duke qëndruar në degë, ai nisi të dridhej, dhe ra në tokë. Ai vetë u hutua kur mendoi – një qind këmbë! Si do t'i menaxhoj ai aq shumë këmbë?

– Filozofia i paralizon njerëzit, jeta në vetvete është e mjaftueshme. Ajo nuk ka nevojë për paterica; nuk ka nevojë për mbështetëse, nuk ka nevojë mbajtëse. Ajo është e qëndrueshme brenda vetvetes.

Dita e 35-të: QENDËRZIMI

– Çfarëdo që përpiqeni të refuzoni bëhet shumë joshëse. kështu që mos krijoni ndonjë dënim shkuarjes në rrugë të gabuar. Në fakt, i shkoni asaj. Nëse ajo ndodh, i lejoni të ndodhë, s'ka asgjë të keqe në këtë. Duhet të ketë diçka në këtë, dhe kjo është arsyeja pse ajo po ndodh. Nganjëherë shkuarje në rrugë të gabuar është e mirë. Personi i cili me të vërtetë dëshiron të qëndrojë në vend, nuk duhet të brengoset për qendrën. Nëse ju brengoseni për këtë, brenga kurrë nuk do t'ju lejojë të qëndroni në vend; ju duhet një mendje e pabringosur, Shkuarja rrugës së gabuar është e mirë; asgjë të keqe nuk ka në këtë.

– Ndërprene luftimin me ekzistencën. Ndërprejeni gjithë konfliktin dhe idenë e pushtimit-dorëzimit. E kur të dorëzoheni, çfarë ju mund të bëni? Nëse mendja i shkon rrugës së gabuar, ju e përcillni; nëse ajo nuk i shkon, kjo gjithashtu është në rregull. Nganjëherë ju do të jeni në vend(qendër), e nganjëherë jo. Por, thellë poshtë ju gjithmonë do të jeni në qendër sepse aty nuk ka brengë. Përndryshe çdo gjë mund të bëhet brengë. Atëherë shkuarja rrugës së gabuar vetëm si një mëkat njeriu nuk do ta bëj –dhe problem krijohet rishtazi.

– Kurrë mos krijoni dualitet brenda jush. Nëse ju vendosni të jeni gjithmonë të vërtetë, atëherë aty do të jetë një joshje për të qenë i pavërtetë. Nëse ju vendosni të jeni të padhunshëm, atëherë dhuna do të bëhet mëkat. Nëse ju vendosni të mbeteni beqar, atëherë seksi do të bëhet mëkat. Nëse ju provoni të qëndroni në vend, shkuarja rrugës së gabuar do të bëhet mëkat; kjo është rruga se si të gjitha fetë janë bërë të marra. Pranojeni , devijoni nga rruga, nuk ka të keqe asgjë në këtë.

Dita e 36-të: NEVOJAT DHE DËSHIRAT

– Është një tregim sufi që flet për Aleksandrin e Madh, i cili pasi vdes dhe arrin në qiell ai ishte ngarkuar me gjithë peshën e mbretërisë së tij, arin, diamantet – sigurisht se jo në realitet objektiv, por si një ide. Ai ishte shumë i ngarkuar me qenien Aleksandër.

– Derëtari nisi të qeshë dhe e pyeti: “Pse je ngarkuar me aq peshë?” Aleksandri e pyeti: “Çfarë peshe?” Mandej derëtari i dha Aleksandrit një shkallë dhe i tha të vë njërin sy në një anë të shkallës, dhe në anën tjetër, ta lë aty gjithë barrën që barte, madhështinë, thesaret dhe mbretërinë. Por ai syri tjetër ende barte gjithë atë peshën e mbretërisë së Aleksandrit.

Por derëtari i tha: “Ky është një sy njeriu. Ai i përfaqëson dëshirat e njeriut. Ai nuk mund të plotësohet, pavarësisht se sa është mbretëria jote dhe se sa janë të mëdha fitoret tuaja.” Atëherë derëtari i hodhi pak hi syrit. Syri përnjëherë u verbua dhe humbi gjithë peshën e vet.

– Pak hi kuptueshmërie duhet t’i hedhet syrit dëshirues. Dëshirat zhduken dhe mbesin vetëm nevojat, të cilat nuk janë të rënda. Nevojat janë të pakta, dhe ato janë të bukura. Dëshirat janë të shëmtuara dhe ato krijojnë përbindësh prej njeriu. Ata krijojnë njerëz të çmendur. Njëherë kur të filloni të mësoni se si të zgjedhni qetësinë, një dhomë e vogël mjafton; një sasi e vogël ushqimi mjafton; pak veshje mjafton; një dashnor-e mjafton.

Dita e 37-të: SIGURIA

– Me vetëkërkesë për siguri, ju krijoni problem. Sa më shumë që kërkonit aq më shumë të pasigurtë do të jeni, sepse e pasigurtë është vet natyra e jetës. Nëse ju nuk kërkonit siguri, atëherë ju kurrë s'do të brengoseni për pasiguri. Si pemët që janë të gjelbërta, ashtu jeta është e pasigurt. Nëse ju filloni të kërkonit prej pemëve të jenë të bardha, atëherë do të shfaqet një problem. Problemi është krijuar nga ju, por jo nga pemët – ato janë të gjelbërta e ju kërkonit nga ato të jenë të bardha! Ato nuk mund të performojnë në këtë mënyrë.

Jeta është e pasigurt, kështu edhe dashuria është e pasigurt. Dhe kjo është mirë që është kështu, Jeta mund të jetë e sigurtë vetëm nëse ju jeni të vdekur, atëherë çdo gjë është e sigurtë. Nën shkëmb është toka, nën lule s'ka asgjë, lulja është e pasigurt. Nga një puhi e lehtë lulja mund të zhduket, petalet mund të bien dhe të zhduken. Është një mrekulli që lulja është aty. Jeta është mrekulli sepse nuk ka arsye që ajo të jetë. Është thjesht mrekulli që ju jeni, përndryshe ka çdo arsye ju të mos jeni. Maturimi vjen tek ju vetëm atëherë kur ju e pranoni këtë, dhe jo vetëm për ta pranuar, por të filloni të gëzoheni në këtë.

Dita e 38-të: PAKUSHTËZIMI

– Dashuria kurrë nuk mërzhitet për atë se tjetri a është i denjë për ta pranuar atë apo jo. Ky është një qëndrim dorështrënguar, e dashuria kurrë nuk është koprrace. Reja kurrë nuk brengoset rreth asaj se toka a është e denjë për shi apo jo. Shiu bie në male, bie në shkëmbinj; shiu bie çdo kund dhe çdo herë. Ajo jep pa asnjë kusht, pa kurrfarë fije të bashkangjitur.

– Dhe kjo tregon atë që është dashuria. Ajo thjesht jep, ajo gëzohet duke dhënë. Kushdo që është i vullnetshëm për ta pranuar atë, e pranon. Ajo nuk kërkon të jetë dikush i dinjitetshëm, ajo nuk ka nevojë për përshtatjen e asnjë kategorie të veçantë, ajo nuk ka nevojë për plotësimin e asnjë kualifikimi. Nëse të gjitha këto gjëra kërkohen, atëherë atë që ju jepni nuk është dashuri; ajo duhet të jetë diçka tjetër. Njëherë kur të mësoni se çfarë është dashuria, ju jeni të gatshëm për të dhënë; sa më shumë që jepni, aq më shumë keni. Më shumë vazhdoni të derdhni mbi të tjerët, më shumë dashuri lindë në qenien tuaj.

– Ekonomia e zakonshme është krejtësisht e ndryshme: Nëse ju jepni diçka, ju e humbni atë. Nëse doni të mbani diçka, largojeni atë. Mblidheni atë, bëhuni koprrac. E kundërta është vetëm në rastin e dashurisë: Nëse doni ta keni atë, mos u bëni koprrac; përndryshe ajo do të vdes, ajo do të bëhet akull. Vazhdoni me dhënien, dhe burimet e freskëta do të jenë në dispozicion. E tërë ekzistenca fillon të zbrazet në qenien tuaj kur ju jepni pa kushte; kur është kjo e plotë.

Dita e 39-të: MENDJE ELEKTRIKE

– Thellë poshtë, mendja është elektrike. Kjo është arsyeja pse kompjuteri mund të bëjë punë e vet dhe ndonjëherë do të bëjë atë më mirë se mendja e njeriut. Mendja është vetëm një bio-kompjuter. Ajo ka këto dy pole me të cilat lëvizë.

– Kështu që problemi nuk qëndron në atë se ju ndonjëherë ndjeni momente magjike e ndonjëherë moment të errëta. Errësira e momenteve të errëta do të jetë në proporcion me magjishmërinë e momenteve magjike. Nëse ju e arrini majën e pozitivitetit, atëherë ju do të prekni pikën më të ulët të negativitetit. Sa më lart që e arrini pozitivitetin, aq më i thellë do të jetë negativiteti. Pra, sa më lartë që arrini, greminën më të thellë keni për ta prekur.

– Kjo duhet të kuptohet. Nëse ju nuk provoni për të shkelur në shkallët më të ulëta, majat më të larta do të zhduken. Atëherë ju ecni nëpër tokë. Kjo është ajo që shumë njerëz kanë arritur të bëjnë; nga frika e thellësisë, ata kanë humbur majat. Njeriu duhet të rrezikojë. Ju duhet të paguani për majat e larta, dhe çmimi duhet të paguhet nga thellësia juaj, nga momentet taja më të ulëta. Por kjo ja vlen. Madje edhe një moment i vetëm në maje, një moment magjik, vlen për gjithë jetën në thellësitë më të errëta. Nëse mund ta prekni qiellin për një moment të vetëm, ju jeni të gatshëm të jetoni përjetësisht në ferr. E kjo është gjithmonë proporcionale, gjysmë për gjysmë, barabar.

Dita e 40-të: NË PUNË

– Kolegët tuaj të punës kanë disponimet e tyre negative, problemet personale dhe ankthet e tyre, ashtu si gjithë të tjerët, duke përfshirë edhe juve. Por kur ju jeni në një situatë të punoni me dikë, ju nuk duhet t'i sjellin këto gjëra aty, sepse nëse ata fillojnë të sjellin gjithë negativitetin e tyre dhe ju filloni ta sjellni gjithë negativitetin tuaj, ky do të bëhet një proces që kurrë s'do të përfundojë.

– Nëse jeni duke ndjerë negativitet, bëni diçka. Për shembull, shkruajeni një gjë shumë negative dhe digjeni atë letër. Shkoni në dhomën e terapisë, goditeni jastëkun dhe hidheni atë gjithandej. Bëjeni një vallëzim të tmerrshëm. Ju duhet të zgjidhni këtë, ky është problem juaj.

Mirë është që kohë pas kohe t'i pyesni ata që janë duke punuar me ju se a keni qenë negative, nëse ata janë ndjerë të lënduar. Sepse nganjëherë mund të ndodhë se ju nuk e dini se keni qenë negative. Gjestet e vogla, vetëm një fjalë, madje edhe heshtja, mund të lëndojnë, mënyra se si e shikoni dikë mund të jetë e lëndueshme. Kështu që, kohë pas kohe iu kërkoni falje atyre. Thoni: "Sa here që kërkohet nga ju, ju duhet të jeni të sinqertë. Vetëm më thoni, sepse unë jam qenie njerëzore dhe nganjëherë gjërat mund të shkojnë në drejtim të gabuar nga ana ime dhe mua më duhet t'i vendos në rrugë të drejtë."

Dita e 41-të: MEDOKRITETI

– Shumë njerëz kanë vendosur të jetojnë në terren të thjesht, të sigurtë, duke mos marrë ndonjë rrezik. Ata kurrë nuk bien në thellësira, ata kurrë nuk ngriten në lartësira. Jeta e tyre është një punë e shurdhër, një gjë monotone. Monotonia nuk ka maje mali, nuk ka lugina, nuk ka net e nuk ka ditë. Ata jetojnë vetëm në botën gri, pa ngjyra, ylberi nuk ekziston për ta. Ata e jetojnë një jetë të hirtë, dhe dalëngadalë ata gjithashtu bëhen të hirtë dhe mediokër.

– Rreziku më i madh është të arrihen majat më të larta të besimtarisë dhe fundosja në thellësitë më të mëdha të ferrit. Bëhuni udhëtar në mes këtyre dyjave, pa frikë. Dalëngadalë ju do të arrini të kuptoni se aty është një transcendencë. Dalëngadalë ju do të vini tek njohja se ju nuk jeni as në maje e as në thellësi, as në maje të malit e as në luginë. Dalëngadalë ju do të vini tek njohja se ju jeni vështrues, dëshmitar. Diçka në mendjen tuaj shkon në maje të malit, diçka në mendjen tuaj shkon në luginë, por diçka matanë gjithmonë është aty – vetëm shikone, vetëm merrni shënime nga kjo, dhe kjo jeni ju.

– Të dy polaritetet janë brenda jush, por ju nuk jeni askund, ju jeni kullë mbi të dyja. Terreni është edhe poshtë edhe lart, bashkë janë atje edhe parajsa edhe ferri, por ju jeni diku larg nga të dyjat. Ju thjeshtë e vështroni gjithë lojën e tyre. gjithë lojën e vetëdijes.

Dita e 42-të: AZHURIMI

– Vazhdimisht pyetne veten se a jeni duke lëvizur në një gjendje shumë më të lumtur apo jo. Nëse ju lëvizni nëpër gjendjet shumë më shumë të lumtura, ju jeni në rrugën e duhur. Shkoni nëpër të më shumë, fitoni më shumë prej saj. Dhe nëse ju ndiheni mjerueshëm, atëherë shikoni: Diku keni ra nga rruga, keni humbur rrugën. Ju keni qenë të hutuar nga diçka; ju më nuk jeni të natyrshëm, ju jeni larguar nga natyra, kjo është arsyeja e mjerimit. Shikoni, analizoni, dhe çfarëdo që zbuloni të jetë shkak i mjerimit, hedhne. Edhe mos leni për nesër, hedhne menjëherë.

– Jeta është shumë e shkurtër, dhe ka shumë për të mësuar; ata të cilët vazhdojnë të shtynë kohën do të humbin shumë. Ju sot e keni shtyer afatin për nesër dhe nesër prapë do të shtyni. Dalëngadalë shtyrja ju bëhet shprehi. Dhe e sotmja është gjithmonë ajo që vjen, e nesërmja kurrë nuk vjen. Kështu që ju mund të vazhdoni të shtyni kohën përgjithmonë. Sa herë që shihni që diçka apo krijon mjerim, hedhne atë aty menjëherë – mos e mbani atë as për një moment të vetëm. Ky është guxim, guxim për të jetuar, guxim për të rrezikuar, guxim për aventurë. Dhe vetëm ata që janë të guximshëm do të shpërblehen një ditë nga tërësia, nga drita, nga dashuria, lumturia dhe bekimi.

Dita e 43-të: BESONI NË POEZI

– Dashuria është e vetmja poezi që ekziston. Të gjitha poezitë tjera janë vetëm reflektime të saj. Poezia mund të jetë në zë, poezia mund të jetë në gur, poezia mund të jetë në arkitekturë, por në thelb të gjitha këto janë reflektime të dashurisë së kapur në medime të ndryshme. Kështu që, shpirti i poezisë është dashuria, dhe ata që e jetojnë dashurinë janë poet të vërtetë. Ata ndoshta kurrë nuk kanë shkruar poezi, ata ndoshta kurrë nuk kanë komponuar ndonjë muzikë – ata ndoshta kurrë nuk kanë bërë diçka që njerëzit e zakonshëm e konceptojnë si art – por ata që e jetojnë dashurinë, dashurinë e plotë, totale, ata janë poet të vërtetë. Religjioni bëhet i vërtetë nëse ai krijon poezi brenda jush. Nëse vret poet dhe krijon të ashtuquajtur të shenjt , atëherë nuk është religjion. Kjo është patologji, një lloj i veshjes neurotike me terme fetare. Feja e vërtetë gjithmonë lëshon poezi në ju, edhe dashuri, edhe art, edhe kreativitet, dhe ju bënë shumë më të ndjeshëm. ju pulsoni më shumë, zemra juaj ka një rrahje të re nga kjo. Jeta juaj më nuk është e mërzitshme, fenomen bajat. Ajo është bëhet një befasie e vazhdueshme, dhe çdo moment hapë mistere të reja. Jeta është një thesar i pashtershëm, por vetëm zemra e poetit mund ta njoh këtë. Unë nuk besoj në filozofi, unë nuk besoj në teologji, por besoj në poezi.

Dita e 44-të: VETËPËRMIRËSIMI

– Kafshët nuk janë neurotike për shkak se ata nuk kanë asnjë ideal. Pemët nuk janë neurotike, sepse ato nuk kanë asnjë ideal. Ato nuk përpiqen të jenë dikush tjetër. Ato thjesht shijojnë atë çfarë janë.

– Ju jeni ju. Por diku thellë poshtë ju dëshironi të bëheni Buda apo Jezusi, dhe atëherë ju vazhdoni të silleni në një rreth që do të jetë i pafund. Vetëm shikojeni pikën e kësaj – ju jeni ju. Dhe tërësia, apo ekzistenca, duan që ju të jeni ju. Kjo është arsyeja pse ekzistenca ju krijoi, përndryshe do të kishte krijuar një model të ndryshëm. Ajo donte që ju të jeni këtu në këtë moment. Ajo nuk donte që Jezusi të jetë në vendin tuaj. Dhe ekzistenca e di më mirë. Tërësia gjithmonë di më mirë se e pjesshmja.

– Kështu që vetëm pranoheni veten tuaj. Nëse ju mund ta pranoni veten tuaj, ju keni mësuar sekretin më të madh të jetës. dhe atëherë çdo gjë vjen në vendin e vet. Vetëm jini vetja. Nuk ka nevojë për të tërhequr veten lart; nuk ka nevojë me qenë në një lartësi të ndryshme nga ajo që veç jeni. Nuk ka nevojë me pas tjetër fytyrë. Thjesht jeni ashtu siç jeni, dhe në thellësinë e pranimi të kësaj, dhe një lulëzim do të ngjajë dhe ju do të vazhdoni të bëheni shumë e më shumë vetja juaj.

– Pasi të keni hedhur idenë të bëheni dikushi, nuk mbetet tensionimi. Befas të gjitha presionet zhduken. Ju jeni këtu, shkëlqeni, në këtë moment. Dhe nuk mbetet asgjë tjetër për të bërë përpos të festohet dhe gëzohet.

Dita e 45-të: SHTËPIA

– Ne bëjmë shumë shtëpi, dhe kurrë nuk shohim shtëpi të vërtetë. Shtëpitë që ne ndërtojmë të gjitha janë arbitrare, ato janë kështjella prej rëre apo pallate të punuara nga kartat e bixhozit: vetëm lodra për të luajtur. Ato nuk janë shtëpi reale; sepse vdekja i shkatërron të gjitha ato.

– Përkufizimi i shtëpisë së vërtetë është ajo që është e përjetshme. Vetëm Zoti është i përjetshëm; çdo gjë tjetër është e përkohshme. Trupi është i përkohshëm, mendja është e përkohshme; paraja, pushteti, prestigji të gjitha këto janë të përkohshme. Mos e ndërtoni shtëpinë tuaj mbi këto gjëra. Unë nuk jam kundër këtyre gjërave. Shfrytëzoni ato, por mos harroni se ato janë vetëm një bujtinë; ato janë të mira vetëm për një natë të qëndroni në to, por në mëngjes duhet të largohemi.

– Ne vazhdojmë ta gabojmë shtëpinë tonë të vërtetë sepse ajo është shumë afër; ajo madje nuk është as afër, ajo është brenda vetes sonë. Kërkojeni atë brenda vetes. Ata që kanë hyrë brenda gjithmonë e kanë gjetur atë.

Dita e 46-të: KONFUZIONI

- Nëse keni ide fikse, jeta do të vazhdojë të krijojë shumë më shumë konfuzion për ju, sepse jeta kurrë nuk i beson idetë tuaja. Ajo vazhdon t'i ngatërrojë gjërat. Ajo vazhdon të ngatërrohet me njerëzit. Ajo vazhdon duke luajtur truke. Ajo nuk është një sallon në të cilin ju i fiksoni mobiljet tuaj dhe ato mbesin të njëjta. Ajo është një fenomen shumë i egër.
- Zoti është shumë kaotik. Zoti nuk është një inxhinier apo një arkitekt, shkencëtar apo një matematikan. Zoti është një ëndërrimtar, dhe në një botë e ëndrrave, çdo gjë është e ngatërruar. I dashuri juaj papritmas bëhet një kalë. Në ëndërr ju kurrë nuk argumentoni dhe nuk thoni: “Çfarë ka ndodhur? Para pak çastesh ti ishe dashnori im e tani je bërë një kalë”. Në ëndërr, ju e pranoni. Madje as edhe një dyshim nuk krijohet në lidhje me atë që po ndodhë, sepse në ëndërr ju nuk mërziteni për idetë tuaja.
- Por, derisa jeni të zgjuar për ju do të ishte e pamundur të shihni se si i dashuri juaj shndërrohet në një kalë. E dashnorët shumë herë janë shndërruar në kuaj! Fytyra mund të mbetet e njëjtë, por energjia bëhet e ndryshme. Pastaj ju ndiheni të hutuar.
- Unë kurrë nuk ka takuar ndonjë person që është me të vërtetë i hutuar. Ma shumë kam takuar njerëz që kanë ide fikse. Sa më shumë ide fikse, aq më shumë konfuzion do të ketë.
- Nëse doni të jeni jokonfuz, hedhne idenë – jo se konfuzioni do të ndryshojë, por ai fare më nuk do të duket si konfuzion. Ajo është vetëm jetë, e gjallë.

Dita e 47-të: VARFËRIA

– Njerëzit realisht të varfër janë ata që iu mungon dashuria; dhe e gjithë bota është përplot me njerëz të tillë të varfër të cilët janë të uritur. Herët a vonë varfëria e jashtme do të zhduket – ne sot kemi mjaft teknologji për ta zhdukur atë – dhe problemi real do të lindë. Problemi real do të jetë varfëria e brendshme. Asnjë teknologji nuk ndihmon. Ne jemi në gjendje të ushqejmë njerëzit sot – por kush do të jetë në gjendje të ushqej frymën, shpirtin? Shkenca nuk mund ta bëjë këtë. Diçka tjetër është e nevojshme, dhe kjo është ajo që unë e quaj religjion. Atëherë shkenca ka bërë punën e saj; vetëm atëherë religjioni i vërtetë mund të hyjë në botë.

– Deri tani religjioni ka qenë vetëm një fenomen fanatik – atëherë kur është paraqitur Buda, Krishti, Krishna. Këta janë njerëz të jashtëzakonshëm; ata nuk përfaqësojnë njerëzimin. Ata thjesht paralajmërojnë për një mundësi në të ardhmen. Por, ajo e ardhme gjithnjë e më afër po afrohet. Pasi shkenca ka çliruar potencialin e fuqive të materies dhe qeniet njerëzore janë fizikisht të kënaqur – kanë strehë, kanë ushqim të mjaftueshëm, kanë arsimim të mjaftueshëm – atëherë, për të parën herë ata do të shohin se atyre i nevojitet një ushqim i ri. Ai ushqim është dashuria, dhe shkenca nuk mund të sigurojë atë. Ajo mund të bëhet vetëm nga religjioni. Religjioni është shkencë e dashurisë.

Dita e 48-të: FALNI PRINDËRIT TUAJ

– Veç nëse nuk filloni të duani veten, veç nëse nuk vini në një gjendje në të cilën ju emocionoheni nga qenia juaj – si mund t'i falënderoni prindërit tuaj? Kjo është e pamundur. Ju do të jeni të zemëruar që ata ju kanë lindur, e ata as që ju kanë pyetur më përpara për këtë. Ata e kanë krijuar këtë person të tmerrshëm. Pse ju duhet të vuani pasi që ata vendosën ta lindin një fëmijë? Ju nuk ishit pjesëmarrës në këtë. Pse keni qenë të tërhequr zvarrë në këtë botë?

– Nëse ju vini në një pikë ku ju mund të doni veten, ku ju ndjeheni me të vërtetë në ekstazë që ju jeni, ku mirënjohja juaj nuk njih kufizim, atëherë, papritmas ju ndieni dashurinë e madhe që rrjedhin për prindërit tuaj. Ata kanë qenë dyer për ju të hyni në ekzistencë. Pa ta kjo ekstazi nuk do të kishte qenë e mundur, ata e kanë bërë atë të jetë e mundur.

– Në qoftë se ju mund të festoni qenien tuaj – dhe ky është i tërë qëllimi i punës sime, t'ju ndihmojë të festoni qenien tuaj – pastaj befas ju mund të ndjeni mirënjohje për prindërit tuaj, për dhembshurinë e tyre, dashurinë e tyre. Ju nuk do të jeni vetëm mirënjohës, por do të mund edhe t'i falni ata.

Dita e 49-të: DËSHTIMI

– Nëse ndjeni frustrim, kjo është për shkak se keni qëllim mendor të imponuar për jetën. Nga ai moment kur ju e keni arritur qëllimin tuaj, jeta e ka lënë atë; vetëm si një guaskë të vdekur idesh dhe synimesh të mbetura, dhe ju jeni të frustruar përsëri. Frustrimi është krijuar nga ju.

– Pasi ta kuptoni se jeta kurrë nuk do të jetë e mbyllur në një qëllim, qëllimi orientohet, atëherë ju lëvizni në të gjitha drejtimet pa kurrfarë frike. Pasi nuk ka dështim, aty nuk ka sukses gjithashtu, dhe atëherë aty nuk ka as frustrim. Atëherë çdo moment bëhet çast në vete; jo se ai ju çon diku jo, jo se ai do të jetë i shfrytëzuar si vegël apo mjet për përfundimin e diçkahi – ajo ka vlerën e vet esenciale.

Secili moment është një diamant, dhe ju shkoni prej një diamanti tek tjetri, por nuk ka finale për asgjë. Jeta mbetet e gjallë...aty nuk ka vdekje. Finalizim do të thotë vdekje, përsosuri do të thotë vdekje, arritja e një qëllimi do të thotë vdekje. Jeta njih jo-vdekjen, ajo vazhdon duke ndryshuar format dhe trajtat e saj. Kjo është një pafundësi, por pa qëllim.

Dita e 50-të: DASHURI-URREJTJE

– Kurrë mos e leni që urrejtja juaj të vendos për diçka. Duke e njohur mirë se ku është urrejtja, gjithmonë dashuria le të vendosë. Unë nuk po them se duhet shtypur urrejtjen, por kurrë mos të lejohet që ajo të vendosë. Le të jetë atje, le të ketë një vend sekondar. Pranojeni atë, por kurrë të mos jetë ajo që vendosë.

– Neglizhojeni atë, dhe ajo do të vdes në pajtim me vetveten. Kushtoni më shumë vëmendje dashurisë; vetëm dashuria le të vendosë. Herët apo vonë, dashuria do të posedojë tërë qenien tuaj, dhe aty nuk do të mbetet vend për urrejtjen.

Dita e 51-të: FLAKA PA TYM

– Shikoni në mistere të dritës. Vetëm një flakë e vogël është gjëja më misterioze në botë, dhe e gjithë jeta varet nga kjo. E njëjta flakë digjet edhe në ju. Kjo është arsyeja pse i nevojitet vazhdimisht oksigjeni, sepse flaka nuk mund të digjet pa oksigjen. Kjo është arsyeja pse joga e thekson frymëmarrjen e thellë, frymëmarrje shumë e më shumë të oksigjenit në mënyrë që jeta juaj të digjet thellë dhe flaka të bëhet më e qartë dhe nuk ka tym që ngritet në ju – kështu që ju mund të realizoni një flakë pa tym.

Dita e 52-të: DERA

– Miku, dhe armiku të dy janë në imagjinatën tuaj. Kur ju e ndaloni imagjinatën plotësisht, ju mbeteni të vetmuar, plotësisht të vetmuar. Posa ta kuptoni se jeta dhe marrëdhëniet e saj janë imagjinatë, ju nuk do të shkoni kundër jetës, por kuptueshmëria juaj ju ndihmon t'i pasuroni marrëdhëniet tuaja. Tani ju e dini se marrëdhëniet janë të imagjinuara, përse nuk po vendosni më shumë imagjinatë në to? Pse të mos kënaqeni sa më thellë që është e mundur? Kur lulja nuk është asgjë tjetër, përse nuk krijoni një lule të bukur? Pse përcaktoheni për një lule të zakonshme? Le të jetë lulja me gurë të çmueshëm dhe diamante.

– Çfarëdo që ju imagjinoni le të jetë ashtu. Imagjinata nuk është një mëkat, ajo është një kapacitet. Ajo është një urë. Ashtu si ju kaloni një lumë duke bërë një urë në mes këtij bregu dhe ati përballë, kështu edhe imagjinata funksionon në mes dy njerëzve. Dy qenie e projektojnë një urë - e quajnë atë dashuri, e quajnë atë besim- por kjo është imagjinatë. Imagjinata është i vetmi fakultet kreativ brenda qenieve njerëzore, kështu që çdo gjë që është kreative vazhdon të jetë imagjinatë. Gëzojeni atë dhe bëjeni atë shumë më të bukur. Dalëngadalë ju do të vini në një pikë ku më nuk do të vareni nga marrëdhëniet. Ju ndani. Nëse keni diçka, ju ndani atë me njerëzit, por jeni të kënaqur me atë që jeni. E gjithë dashuria është imagjinatë, por jo në sensin gjykues siç është përdorur kjo fjalë zakonisht. Imagjinata është një fakultet hyjnor.

Dita e 53-të: STUHITË

– Rritje do të thotë se ju absorboni diçka të re për çdo ditë, dhe ky absorbim është i mundur vetëm nëse ju jeni të hapur. Tani dritaret dhe dyert e juaja janë të hapura, Nganjëherë shiu hynë brenda, edhe era hynë brenda edhe dielli hynë brenda, dhe jeta lëvizë brenda në ju. Kështu që ju do të ndjeni disa shqetësime. Gazeta juaj do të nisë të lëkundët në erë, letrat mbi tavolinën tuaj do të shpërndahen, dhe nëse shiu fillon të bie mbi rrobat tuaja do të lagen. Nëse gjithmonë keni jetuar në një dhomë të mbyllur, ju do të pyetni: “Çfarë është duke ngjarë?”

– Diçka e bukur po ndodhë. Kjo është e mirë të jeni të kapshëm për erën, për shiun, për diellin, sepse kjo është çfarë jeta është. Kështu që në vend se të shqetësoheni, vallëzoni! Vallëzoni kur vjen stuhia, sepse qetësia do ta përcjellë. Vallëzoni kur sfidat vijnë dhe trazojnë jetën tuaj, sepse duke iu përgjigjur këtyre sfidave ju do të rriteni në lartësi të reja. Mos harroni, edhe vuajtja është një hijeshi. Nëse njëherë e zgjidhni atë drejtë, ajo bëhet gurthemel.

– Njerëzit të cilët kurrë nuk kanë vuajtur dhe kanë jetuar volitshëm dhe rehatshëm, jeta e tyre thuhet është e vdekur. Jeta e tyre nuk do të jetë si një shpatë e mprehtë. Ajo madje s’ka për të prerë asnjë perim. Inteligjenca mprehet kur ju ballafaqoheni me sfida. Lutjuni Zotit për çdo ditë: “Më dërgo sa më shumë sfida nesër, më dërgo sa më shumë stuhi” dhe pastaj do ta njihni jetën në maksimum.

Dita e 54-të: TË LIDHUR

– Ju jeni ata që hyni në një marrëdhënie. Nëse ju nuk jeni aty, nëse jeni të tensionuar, gjymtuar, brengosur, dhe të fragmentuar kush do të hy në marrëdhënie të thellë? Për shkak të fragmentimit tonë, ne me të vërtetë frikohemi të hymë në shtresa më të thella të marrëdhënieve, sepse atëherë realiteti ynë do të zbulohet. Pasi ta keni hapur zemrën, e shihni se zemra juaj është e fragmentuar. Aty nuk është një person i vetëm brenda jush, ju jeni një turmë. Nëse ju me të vërtetë e doni tjetrin dhe ia hapni zemrën tuaj atij, tjetri do të mendoj se ju jeni publik, jo një person që është i shqetësuar.

– Kjo është arsyeja pse njerëzit vazhdojnë të kenë lidhje dashurie sipërfaqësore. Ata nuk duan të shkojnë thellë, vetëm godit dhe ecë, vetëm prekin sipërfaqen dhe largohen para se çdo gjë të bëhet një premtim. Ju keni vetëm seks, por edhe ky është i mjerë, sipërfaqësor. Vetëm kufijtë takohen, por kjo fare nuk është dashuri, ky mund të jetë një çlirim trupor, një katarzë, por asgjë më shumë se kaq.

– Ne mund t'i mbajmë maskat tona, nëse marrëdhënia nuk është shumë intime. Pastaj kur qeshni, nuk keni nevojë të buzëqeshni, vetëm maska buzëqeshë. Nëse ju me të vërtetë doni të shkoni thellë; aty janë rreziqet. Ju do të shkoni lakuriq – dhe lakuriqësia nënkupton se të gjitha problemet e brendshme duhet t'ia bërë të njohura tjetrit.

Dita e 55-të: UDHËTIMI NË RRUGË TË GABUAR

– Të gjithë vazhdojnë të humbin rrugën nga bota e tyre e brendshme, hapësira e brendshme, dhe pastaj dalëngadalë njeriu ndjen uri, uri për atë. Një oreks krijohet, një etje ndihet. Thirrja vjen nga vetja më e thellë për t'u kthyer në shtëpi, dhe njeriu nisë të udhëtojë. Kjo është ajo që e bënë dikë të jetë gjurmues. Kjo shkon për ta ngrohur hapësirën e brendshme që ju e keni lënë një ditë. Ju nuk do të fitoni diçka të re. Ju do të fitoni diçka që gjithmonë ka qenë aty, por ajo vazhdon të jetë një fitim sepse tani për të parën here, ju do ta shihni atë se çfarë është. Herën e fundit kur ishit në atë hapësirë, ju ishit të pavëmendshëm për të.

– Njeriu nuk mund të jetë i vetëdijshëm për diçka nëse njëherë nuk e ka lënë atë. Kështu që çdo gjë është e mirë. Humbja e rrugës gjithashtu është e mire, Të mëkatoni gjithashtu është mirë, sepse kjo është e vetmja rrugë për t'u bërë shenjtorë.

Dita e 56-të: QETËSOHUNI

– Kur dashuria vendoset, çdo gjë bëhet e mirë. Pastaj dashuria bëhet më shumë si miqësi – e që ka një bukuri vetjake. Miqësia është vetë kremi, vetë thelbi i dashurisë. Pra vendosne! Dhe mos u shqetësoni, përndryshe herët a vonë ju do të filloni të krijoni vështirësi. Mendja gjithmonë dëshiron të krijojë problem, sepse atëherë ajo mbetet e rëndësishme; kur nuk ka problem, ajo bëhet e parëndësishme. Mendja është sikurse departamenti i policisë. Nëse qyteti është i qetë dhe i heshtur, ata ndihen keq: nuk ka grabitje, nuk ka protesta, nuk ka vrasje, asgjë! Ata nuk janë të nevojshëm për asgjë. Kur çdo gjë është e qetë dhe e heshtur, mendja ka frikë, sepse nëse ju me të vërtetë qëndroni në dashuri, mendje më nuk do të ketë.

– Vetëm kujtojeni këtë. Mendja ka për t'u larguar, sepse ajo nuk është synimi. Synimi është për të shkuar përtej mendjes. Kështu që ndihmoheni njëri-tjetrin të qetësoheni, dhe mbani gjërat të shkojnë mire. Në qoftë se tjetri fillon të ketë panik, përpiquni ta ndihmoni.

Dita e 57-të: NË NJË LËVOZHGË VEZE

– Kur zogu është në vezë, ai nuk mund të fluturojë. Kur ne jemi “indian” apo “gjerman” apo “anglez” apo “amerikan” ne jemi në lëvozhgën e vesë. Ne nuk mund të fluturojmë, nuk mund t’i hapim krahët tonë, ne nuk mund ta shfrytëzojmë lirinë e pakufishme që na i ka lënë Ekzistenca në dispozicion.

– Ka shtresa mbi shtresa të kushtëzuara. Njëra është e kushtëzuar si gjerman, njëra është e kushtëzuar si i krishterë, e kështu me radhë. Njëra është e kushtëzuar si një mashkull dhe tjetra është e kushtëzuar si një femër. Unë nuk jam duke folur mbi dallimet biologjike-kjo është në rregull, kjo s’ka të bëjë asgjë me kushtëzimin – por mashkulli është i kushtëzuar si një mashkull. Ju pandërprerë e kujtoni se ju jeni një mashkull, se ju nuk jeni femër, se ju duhet të silleni si një mashkull, se ju nuk duhet të qani, se lotët nuk do të lejohen, se kjo është vetëm për femra, kjo nuk pritet nga ju, Kjo është e kushtëzuar, kjo është një kore rreth jush.

– Një person me të vërtetë i lirë nuk është as mashkull e as femër – nuk është se zhduken dallimet biologjike, por dallimet psikologjike zhduken. Një person i lirë nuk është as zezak e as i bardhë – jo se zezaku bëhet i bardhë apo i bardhi bëhet zezak. Lëkura mbetet ashtu siç ka qenë përpara, por ngjyra psikologjike më s’do të jetë aty. Kur të gjitha këto gjëra bijnë, ju jeni të pangarkuar. Ju ecni me një këmbë mbi tokë, për ju graviteti nuk funksionon më, ju mund t’i hapni krahët tuaj dhe të fluturoni.

Dita e 58-të: LËRE ZOTIN JASHTË

- A e keni dëgjuar tregimin e njohur të Nasradinit?
- Nasradini kishte kursyer para për të blerë një këmishë të re. Ai shkoi me plotë kënaqësi në dyqanin e një rrobaqepësi. Rrobaqepësi ia mori masën dhe i tha: “Eja në javën tjetër, dhe nëse do Allahu – këmisha jote do të jetë gati.”
- Nasradini u përmbajt disi për një javë dhe pastaj shkoi prapë në dyqan. Rrobaqepësi i tha: “Pat një vonesë, por nëse do Allahu, këmisha juaj do të jetë nesër gati.”
- Të nesërmen Nasradini u kthye. “Më vjen keq”, i tha rrobaqepësi, “por ende nuk e kam përfunduar këmishën. Provo nesër, dhe nëse Allahu do – ajo do të jetë gati.”
- “Sa kohë do të marrë”, pyeti Nasradini i irrituar, “nëse ti e largon Allahun nga kjo gjë?”
- Është më mirë të lihet Zoti jashtë. Zakonisht, sa herë që ne nuk dimë, ne themi “Zoti e di!” Në fakt, për ta fshehur faktin se ne nuk dimë, ne themi “Zoti e di!” Është më mirë të thuhet: “Unë nuk e di”, sepse në momentin kur thua “Zoti e di!” injoranca maskohet në njohje. Kjo është shumë e rrezikshme.

Dita e 59-të: MËKATI

– T'i kushtohet vëmendje e madhe frikës është mëkat, t'i kushtohet vëmendje e madhe dashurisë është virtyt. Dhe gjithmonë mbane mend t'i kushtoni më shumë vëmendje dashurisë, sepse përmes dashurisë është e vetmja që mund të arrihen majat më të larta të jetës, tek Zoti. Nga frika nuk mund të arrini. Frika gjymton, paralizon: Ajo krijon ferr.

– Të gjithë njerëzit psikologjikisht të paralizuar, shpirtërisht të paralizuar – e jetojnë jetën në ferr. E si e krijuan ata këtë? Sekreti është se ata jetojnë në frikë, ata vetëm bëjnë një gjë të caktuar kur nuk ka frikë, por pastaj nuk mbetet asgjë e vlefshme për t'u bërë. E gjithë ajo që është bërë e vlefshme ka një frikë të caktuar rreth saj. Nëse ju bini në dashuri, aty është një frikë se ju mund të refuzoheni. Frika thotë: "Mos u dashuroni, se atëherë askush nuk do t'ju refuzojë, por atëherë ju do ta jetoni një jetë pa dashuri, e cila është shumë më e keqe se me qenë i refuzuar. Dhe nëse një njeri ju refuzon, dikush tjetër do t'ju pranojë. Të gjithë ata që jetojnë në frikë kryesisht mendojnë të mos bëjnë gabim. Ata nuk bëjnë asnjë gabim, por ata nuk bëjnë asgjë tjetër, me fjalë të tjera, jeta e tyre është bosh. Ata nuk kontribuojnë asgjë për ekzistencën. Ata vijnë, ata ekzistojnë, ata vegjetojnë disi, dhe pastaj ata vdesin.

Dita e 60-të: LIRIA

– Në qoftë se e nesërmja është e fiksuar, atëherë mund të jetë e sigurtë. por ju nuk keni liri. Atëherë ju jeni vetëm si një robot. Ju keni për t'i plotësuar disa gjëra të caktuara të cilat veç janë parashikuar tashmë. Por e nesërmja është e bukur, sepse e nesërmja është plotësisht e lirë. Askush nuk e di se çfarë do të ndodhë. Askush nuk e di se a do të merrni frymë, e do të jeni të gjallë. Prandaj ka një hijeshi, sepse çdo gjë është në kaos, çdo gjë është sfidë, dhe çdo gjë ekziston si një mundësi.

– Mos kërkoni shpëtim. Nëse shkoni për të kërkuar, do të mbeteni të pasigurtë. Pranojeni pasigurinë, dhe pasiguria do të zhduket. Kjo nuk është një paradoks, kjo thjesht është një e vërtetë paradoksale, por absolutisht e vërtetë. Deri tani ju keni ekzistuar, kështu që pse të brengoseni për të nesërmen? Nëse keni mundur të ekzistoni sot, nëse keni mundur të ekzistoni dje, e nesërmja do të kujdeset për veten gjithashtu.

– Mos mendoni për të nesërmen, dhe lëvizin lirisht. Një kaos i qetë – kjo është ajo se si një person duhet të jetë. Kur sjellni një revolucion brenda vetes, çdo moment sjell një botë të re, një jetë të re... çdo moment bëhet një lindje e re.

Dita e 61-të: VDEKJA

– Kur të jetë shpenzuar trupi juaj plotësisht, vdekja është e vetmja gjë që ju duhet. Pasi të ndodhë kjo, atëherë ju lëvizni në një tjetër trup. Ju mund të bëheni pemë, zogë, tigër apo diçka tjetër, dhe ju vazhdoni të lëvizni. Ekzistenca ju jep një trup të ri kur i vjetëri shpenzohet.

– Vdekja është e bukur, por kurrë mos e kërkoni atë, sepse kur ta kërkoni atë, kualiteti i vdekjes ndryshon drejtë vetëvrasjes. Atëherë ajo më nuk është vdekje natyrale. Ju ndoshta nuk do të bëni vetëvrasje, por vet kërkimi ju bën vetëvrasës. Kur je i gjallë, gjallëro. Kur je i vdekur, vdis. Por gjërat nuk përputhen. Ka njerëz që janë duke vdekur, dhe të cilët vazhdojnë të kapen për jetën. Kjo është shumë gabim, sepse kur vjen vdekja, ju duhet të shkoni, dhe ju duhet të shkoni duke vallëzuar. Në qoftë se jeni duke pyetur për vdekjen, madje edhe mendoni rreth saj, atëherë ju jeni të gjallë dhe kapeni për idenë e vdekjes. Kjo është e njëjta gjë në drejtim të kundërt. Dikush që është duke vdekur dhe vazhdon të kapet për jetën, ata nuk duan të vdesin. Dikush është i gjallë dhe dëshiron të vdes. Kjo është e papranueshme.

– Pranojeni çdo gjë që është, dhe njëherë kur të pranoni pa kushte, atëherë çdo gjë është e bukur. Edhe dhimbja ka efekt pastrimi. Kështu që çfarëdo që ju del në rrugë, vetëm bëhuni mirënjohës.

Dita e 62-të: MONODRAMA

- Është shumë e vështirë me qenë fetar, sepse ju duhet të jeni po ashtu edhe eksperimentues edhe i eksperimentuar, njëlloj edhe si shkencëtar edhe si eksperiment. Nuk ka ndarje përbrenda. Ju jeni duke luajtur një monodramë.
- Në një dramë të zakonshme ka shumë aktor, dhe rolet janë të ndara. Në një monodramë ju jeni vetëm. Të gjitha rolet duhet të luhen nga ju. Një Zen murg e kishte pasur shprehje që çdo mëngjes me zë të lartë të thërret: “Bokuju, ku je?” Ky ishte emri i vetë këtij murgu, Dhe ai përgjigjej: “Po, zotëri? Këtu jam.”
- Pastaj ai thoshte: “Bokuju, mos harro, edhe një ditë është dhënë. Ji i vetëdijshëm dhe vigjilent, dhe mos ji i pamend!” Ai pastaj thoshte: “Po, zotëri, do të përpiqem për më të mirën time.” Dhe aty nuk ishte askush tjetër.
- Dishepujt e tij filluan të mendojnë se mos atij i kanë ikur mendët. Por ai ishte duke luajtur vetëm një monodramë. Dhe kjo është situata e brendshme. Ju jeni folës, ju jeni dëgjues, ju jeni komandant, dhe ju jeni të komanduar. Kjo është e vështirë, sepse rolet kanë tendencë të përzihen, të mbulojnë njëra-tjetrën. Shumë është e lehtë kur dikush tjetër është i udhëhequr dhe ju jeni udhëheqës. Nëse rolet janë të ndara, gjërat janë të qarta. Asgjë nuk mbivendoset, ju keni për ta përfunduar rolin tuaj, ajo ka për të përfunduar rolin e saj. Kjo është e lehtë, situata është arbitrare.
- Kur i luani të dy rolet, situata është neutrale, jo arbitrare, dhe natyrisht shumë më shumë të komplikuar. Por ju do ta mësoni dalëngadalë.

Dita e 63-të: BARASPESHA

- Kur ndjenjat dhe arsyeja janë të balancuara, njeriu është i lirë. Në vet këtë baraspeshë është liria, në vet këtë baraspeshë është ekuilibri, qetësia, heshtja.
- Kur mendja është shumë e tepërt - e ajo është shumë e tepërt, ajo është shumë vrastare – ajo nuk lejon asgjë të ekzistojë nëse nuk është profitabile. Dhe i gjithë gëzimi është jo-profitabil, i gjithë gëzimi është vetëm lojë; ai nuk ka kurrfarë qëllimi. Dashuria është lojë, ajo nuk ka kurrfarë qëllimi; pra është vallëzim, pra është e bukur. E gjithë kjo është e rëndësishme për zemrën dhe e pakuptimtë për mendjen.
- Kështu që njeriu në fillim duhet më shumë të investojë në zemër në mënyrë që të arrihet baraspesha. Njeriu ka gati shumë shpifje drejt zemrës. Ai ka për të shkuar në ekstremin tjetër për të krijuar ekuilibër. Dalëngadalë ai vjen në mes, por, ai së pari shkon në ekstremin tjetër, sepse arsyeja dominon tepër shumë.

Dita e 64-të: AUTENTICITETI

– Nëse veç jeni gati për të qeshur, pastaj befas e kuptoni se ajo do të jetë e pasinqertë, ndalone, madje edhe në mes të qeshjes; pushoni buzët tuaja, kërkoni nga personi t'ju falë. I tregoni atyre se ishte një qeshje e pasinqertë, dhe se ju vjen keq. Nëse qeshja e vërtetë vjen, atëherë është në rregull; nëse nuk ka qeshje, edhe kjo është në rregull. Çfarë mund të bëni? Nëse ajo vjen, ajo vjen; nëse ajo nuk vjen, nuk vjen. Njeriu nuk mund ta detyrojë atë.

– Unë nuk jam duke folur vetëm sa për t'u larguar nga formalitetet shoqërore. Unë po ju them të jeni vigjilent, dhe nëse ju duhet të shtirreni, shtirruni vetëdijshëm, duke ditur se ai person është shefi juaj, buzëqeshni me vetëdije, duke e ditur mirë se kjo është një hipokrizi. Le të mashtrohet shefi – ju nuk duhet të mashtroheni nga buzëqeshja juaj, kjo është çështja. Nëse buzëqeshni pavetëdijshëm, shefi ndoshta mund të mos mashtrohet, sepse është vështirë të mashtrohen shefat – por ju mund të mashtroheni. Ju do ta rrahni vetën në shpinë, dhe do të mendoni se ishit shumë të mirë, një djalë i mirë – por aty keni gabuar.

– Kështu që nëse nganjëherë ju mashtroni kjo është e domosdoshme –sepse kjo mundë të jetë e nevojshme; jeta është komplekse dhe ju nuk jeni të vetëm; aty ka shumë gjëra të cilat ju duhet bërë sepse e gjithë shoqëria ekziston në mashtrime – atëherë jeni mashtrues të vetëdijshëm. Por në marrëdhëniet tuaja ku ju mund të jeni të vërtetë, mos e lejoni mashtrimin.

Dita e 65-të: SATORI

– Përvoja nuk është e rëndësishme. Se si jeni ndjerë, situata, kjo është e rëndësishme. Nëse mund ta ri-krijoni atë situatë, përvoja do të ngjanë përsëri. Keni ecur, keni çuar dashuri...cila ishte situata? Ndoshta ka pasur muzikë, ndoshta njerëzit kanë vallëzuar, kanë ngrënë. Kujtojeni shijen e ushqimit, apo një person të bukur duke qëndruar pran jush, një shok duke biseduar me ju, dhe befas...Vetëm kujtojeni aromën në të cilën ka ndodhur, terrenin. Provoni ta krijoni atë teren rishtazi. Vetëm uluni në heshtje dhe përpiquni ta krijoni atë situatë përsëri.

– Nganjëherë kjo ngjanë rastësisht. E gjithë shkenca mbi jogën është zhvilluar nga rastësia. Herën e pare, njerëzit nuk ishin në kërkim të satori: si do të mund të dini ata mbi atë? Herën e parë kjo ka ndodhur në një situatë të caktuar, dhe ata u bënë të vetëdijshëm. Ata filluan ta kërkojnë atë, kërkonin metoda për ta arritur atë. Natyrisht ata u bënë të vetëdijshëm se në qoftë se situatë mund të krijohet përsëri, ndoshta përvoja do ta përcjellë. Kjo është se si, nga testimi dhe gabimi, e gjithë shkenca e jogës, tantrës dhe zen-it është zhvilluar. Kjo mori shekuj për t'i zhvilluar ato.

– Por të gjithë do të gjenden në atë situatë kur Satori i tyre fillon të vlojë, Samadhi fillon të ndodhë. Secili ka për ta ndjerë këtë në mënyrën e vet. Nëse ju jeni vetëm pak të zgjuar, pas disa përvojave ju do të jeni në gjendje të krijoni situatë të tilla.

Dita e 66-të: FOLJET

– Origjinaliteti është një nga vlerat më të mëdha në jetë. Asgjë nuk mund të krahasohet me të. Në terminologjinë e vjetër, origjinaliteti është quajtur edhe e vërteta. Në terminologjinë e re kjo quhet origjinalitet apo autenticitet – që është më mirë se sa të thuhet e vërteta, sepse kur flasim për të vërtetën, kjo duket si një gjë, si një fenomen që ju duhet ta gjeni diku. E vërteta duke më shumë si një emër. Por origjinaliteti është folje. Ajo nuk është diçka që po ju pret juve. Ju duhet të jeni original-autentik, tek atëherë ajo është prezente. Ju nuk mund ta zbuloni atë. Ju duhet ta krijoni atë në vazhdimësi duke qenë autentik. Ky është një proces dinamik.

– Le të zhytet kjo sa më thellë që është e mundur në brendinë tuaj, se gjithçka që është e bukur në jetë, është një folje; ajo nuk është një emër. E vërteta është folje; ajo nuk është emër. Gjuha është e gabuar. Dashuria nuk është emër, ajo është folje. Dashuria është proces i vazhdueshëm i krijimit të dashurisë. Kur dashuroni, vetëm atëherë dashuria është aty. Kur nuk dashuroni, dashuria zhduket. Ajo ekziston pikërisht kur ajo është në dinamikë. Besimi është një folje, jo një emër. Kur besoni, ai është aty. Besimi do të thotë të besosh dhe dashuria do të thotë të dashurosh. Besim do të thotë të jesh origjinal.

Dita e 67-të: OK

– OK-(në rregull) nuk është e mjaftueshme. OK nuk është një fjalë ekstatike, ajo është vetëm pasive. E kur them ndihem i bekuar- kjo është vetëm çështje ndjesie. Çfarëdo që ndjeni, ju bëheni. Kjo është përgjegjësia juaj.

– Kjo është ajo që ne në Indi nënkuptojmë kur themi: “kjo është karma juaj.” Karma do të thotë veprimi juaj. Kjo është ajo që keni bërë për veten tuaj. Dhe posa të kuptoni se kjo është ajo që keni bërë për veten tuaj, ju mund ta kapërceni atë. Ky është qëndrimi juaj; askush nuk mund t’ju detyrojë të mendoni në atë mënyrë. Ju e keni zgjedhur atë – ndoshta pavetëdijshtë, ndoshta për disa arsye delikate ju jeni ndjerë mirë në atë kohë por e cila i shndërrua në diçka të hidhur, por ju e keni zgjedhur atë.

– Pasi të keni kuptuar se kjo jeni ju, pse e zgjedhni rregullsinë? Kjo nuk është shumë, dhe jeta juaj nuk do të jetë një jete e këngës, vallëzimit dhe kremtimit. Vetëm duke qenë OK-në rregull, si festoni? Vetëm duke qenë OK-në rregull, si dashuroni? Pse të jeni aq dorështërënguar për këtë. Por ka shumë njerëz që janë të kurthuar me rregullsinë. Ata kanë humbur gjithë energjinë vetëm shkakut i ideve të tyre. Rregullsia është si një person që nuk është i sëmurë por gjithashtu as i shëndoshë, vetëm ashtukështu. Ai nuk është i sëmurë, por ai nuk është i gjallëruar dhe i shëndetshëm. Ai nuk mund të festojë.

– Unë do t’ju sugjeroj se në qoftë se kjo aq e vështirë për ju të ndjeni lumturinë, të paktën ndjene mjerimin. Kjo do të jetë diçka; të paktën energjia do të jetë aty. Ju mund të qani dhe vajtoni. Ju ndoshta nuk do të jeni në gjendje për të qeshur, po për lotë do të ekzistojë mundësia. Edhe kjo do të jetë jetë. Por, rregullsia është shumë e ftohtë. Dhe nëse është çështje e zgjedhjes, pse ju e zgjedhni mjerimin kur mund të zgjedhni lumturinë?

Dita e 68-të: HAPJE

– Le të vij në erërat, le të vijë dielli – çdo gjë është e mirëseardhur. Pasi të keni mësuar të jetoni me zemër të hapur, kurrë nuk do ta mbyllni. Por kjo do t'ju jepet për pak kohë. Ju duhet ta mbani të hapur, përndryshe ajo do të mbyllet prapë.

– Hapja është cenueshmëri. Kur jeni të hapur, ju ndjeni në të njëjtën kohë se diçka e gabuar mund të hyjë në ju. Kjo nuk është vetëm një ndjenjë, kjo është një mundësi. Kjo është arsyeja përse njerëzit janë të mbyllur. Nëse e hapni derën për mikun tuaj të hyjë brenda, edhe armiku gjithashtu mund të hyjë. Njerëzit e zgjuar e mbyllin derën. Për t'iu shmangur armikut, ata nuk e hapin derën as për mikun. Por, pastaj e gjithë jeta tyre bëhet e vdekur.

– Por aty nuk ka asgjë që mund të ndodhë, sepse në esencë ne s'kemi asgjë për të humbur – e as atë të cilën nuk mund ta humbim. Ajo që mund të humbet nuk ka vlerë për ta mbajtur. Kur kjo të kuptohet bëhet nënkuptueshme, njeriu mbetet i hapur. Unë mund të shoh se si edhe të dashuruarit janë në mbrojtje të vetes së tyre. Pastaj ata qajnë e vajtojnë se pse asgjë nuk po ndodhë. Ata kanë mbyllur të gjitha dritaret dhe janë ngulfatur. Nuk ka dritë të re që hynë brenda dhe bëhet thujtë e pamundur për të jetuar, por ata ende zvarriten disi. Por ata nuk hapen, sepse duket se ajri i freskët është i rrezikshëm.

– Kështu që kur e ndjeni hapjen, përpiquni ta gëzoni atë. Këto janë momente të rralla. Në këto momente dilni jashtë në mënyrë që ju të keni një përvojë të hapjes. Pasi të jetë përvoja aty, kapne fort me duar, atëherë mund ta kapërceni frikën. Ju do ta shihni se me qenë i hapur është një thesar i tillë që ka qenë i panevojshëm për t'u humbur. Dhe ky thesar është i tillë sa askush nuk mund t'ju marrë. Sa më shumë që e shpërndani këtë, më shumë rritet. Sa më shumë që jeni të hapur, aq më shumë jeni JU.

Dita e 69-të: QËLLIMET

– Nëse do të kishte një qëllim në jetë, gjërat nuk do të kishin qenë aq të bukura, sepse një ditë ju do të vini deri tek fundi, dhe më pas çdo gjë që vjen do të jetë e mërzitshme. Ajo do të jetë përsëritje, përsëritje, përsëritje; e njëjta gjendje monotone do të vazhdojë, e jeta e urren monotoninë. Ajo vazhdon në krijimin e qëllimeve të reja, sepse ajo nuk posedon kurrfarë qëllimi! Pasi të arrini një qëllim, jeta ju jep qëllimin tjetër. Horizonti vazhdon të vrapojë përpara jush; ju kurrë nuk do ta arrini atë, ju gjithmonë jeni në gjysmë të rrugës – në gjysmë të arritjes së saj. Dhe nëse ju e kuptoni këtë, atëherë i gjithë tensionimi i mendjes do të zhduket, për shkak se tensionimi vjen nga kërkimi i qëllimit, për të arritur diku.

– Mendja vazhdimisht është e etur për arritje, dhe jeta është vazhdimisht në ardhje-vajtje konstante – por vjen vetëm që herën tjetër të ikën më larg. Nuk ka fund për të. Ajo kurrë nuk është e përsosur, dhe në këtë qëndron përsosuria. Ajo është një proces dinamik, jo një vdekje, gjë statike.

– Jeta nuk është stagnuese, ajo vetëm rrjedhë, dhe nuk ka bregu tjetër përballë. Pasi të kuptoni këtë ju filloni të kënaqeni në vetë udhëtimin e saj. Çdo hap është një qëllim, dhe aty nuk ka qëllim. Kjo kuptueshmëri, pasi të futet thellë ne qenien tuaj të brendshme, ju relakson. Atëherë aty nuk ka më tensionim sepse nuk ka se ku të shkohet, kështu që ju nuk mund të shkoni në rrugë të gabuar.

Dita e 70-të: KONTROLLI

– Ne zakonisht themi se marrim frymë, e kjo nuk është e vërtetë – jeta na i merr frymën. Por ne vazhdojmë të mendojmë për veten tonë si shkaktarë të kësaj dhe kjo krijon vështirësi. Kur të bëheni mbikëqyrës, kontrollor i madh, ju nuk i lejoni jetës të ndodhë për ju. Ju keni aq shumë kushte, dhe jeta nuk mund t'i plotësojë të gjitha.

– Jeta ndodhë për ju vetëm kur e pranoni pa kushtëzime; kur jeni të gatshëm për mirëseardhjen e saj. Çfarëdo forme që merr. Por, një person me aq shumë mbikëqyrje gjithmonë kërkon prej jetës të vijë në formë të caktuar, për plotësimin e kushteve të caktuara, e jeta nuk mërzhitet, ajo vetëm i kalon këta njerëz. Sa më shpejt që e theni këtë burgosje të kontrollit është më mirë, sepse i gjithë kontrolli vjen nga mendja. Një pjesë e vogël provon të dominojë, provon të diktojë. Jeta vazhdon të lëvizë, e ju jeni të lënë larg mbrapa, dhe pastaj ju jeni të frustruar. Logjika e mendjes është ajo që thotë: “Shiko, ti nuk e ke kontrolluar atë mirë, kjo është ajo që e ke humbur, kështu që kontrolloje më shumë.

– E vërteta është gjithmonë në të kundërtën: Njerëzit i humbin shumë gjëra sepse shumë kontrollojnë. Bëhuni si lumi tërbuar, dhe ju pothuaj se më nuk mund të ëndërroni, nuk mund as të imagjinoni, nuk mund as të shpresoni, kjo është në dispozicion vetëm rreth këndit, vetëm brenda horizontit. Por, hape dorën tënde, mos vazhdo ta jetosh jetën në grusht, sepse kjo është jetë e kontrolluar. Jetoje jetën e një dore të hapur. I tërë qielli është në dispozicion; mos e shlyej për pak.

Dita e 71-të: ERËRAT E FORTA

– Mendoni për një pemë. Ju mund të sjellni një pemë brenda në dhomë dhe , në njëfarë mënyrë, ajo do të jetë e mbrojtur; era nuk do të jetë aq e rëndë mbi të. Kur të tërbohen stuhitë jashtë, ajo do të jetë jashtë rrezikut. Por, aty nuk do të ketë asnjë sfidë; çdo gjë do të jetë e mbrojtur. Ju mund ta vendosni atë në një serrë, por, dalëngadalë pema nisë të zbehet, ajo më nuk do të jetë e gjelbër. Diçka thellë brenda do të nisë të vdes – sepse sfida e mprehë jetën.

– Këto erna të forta që godasin fortë nuk janë armiq të vërtetë. Ato ju ndihmojnë të integroheni. Ato duken sikur po ju çrrënjosin, por në luftë me to ju bëheni me rrënjë. Ju i çoni rrënjët tuaj edhe më thellë se që mund stuhia të depërtojë dhe të shkatërrojë. Dielli është shumë i nxehtë dhe duket se ai do të djegë, por pema thithë më tepër ujë për ta mbrojtur veten nga dielli. Ajo bëhet e gjelbër e më e gjelbër. Duke luftuar me forcat natyrore, ajo e realizon një shpirt të caktuar. Shpirti lartësohet vetëm përmes përpjekjeve.

– Nëse gjërat janë shumë të lehta, ju filloni të shpërndaheni. Dalëngadalë ju shpërbëheni, sepse integrimi fare nuk është i nevojshëm. Ju bëheni si një fëmijë i përkëdhelur. Kështu që kur sfidat ngjajnë, i jetoni ato me guxim.

Dita e 72-të: TË FILLOHET PËRSËRI

– Të gjithë shpikësit mendohet të jenë njerëz të çmendur, të çuditshëm. Ata janë të tillë sepse shkojnë përtej limitit. Ata i gjejnë mënyrat dhe rrugët e tyre vetjake. Ata kurrë nuk ecin në autostrada, ajo nuk është për ta; ata ecin nëpër pyll. Këtu është rreziku: se ata mund të humbën, ata mund të mos jenë në gjendje më të kthehen në turmë, ata e humbin kontaktin me kopenë...

– Nganjëherë ju mund të dështoni. Unë nuk jam duke ju folur se ju nuk mund të dështoni me risinë sepse gjithmonë ekziston rreziku – por atëherë do të ketë emocion. Dhe ky emocion, kjo drithërimë, ka vlerë për të rrezikuar për të -me çdo çmim ajo është e vlefshme. Kështu që çdonjëri sjellë diçka të re në mënyrën e vjetër, në këtë mënyrë ajo bëhet e re dhe rritet, kjo nuk është mekanike por organike, bëhet ndryshim. Ndryshimi i tërë fenomenit fillon të bëhet diçka absolutisht e re. Kthehu prapa tek ABC-ja dhe bëhu poçar apo muzikant apo valltar apo endacak – çfarëdo që dëshiron.

– Zakonisht mendja ka për të thënë se kjo është gabim – ju tani jeni të vendosur, keni vërë themele, ju keni emër të caktuar, dhe aq shumë njerëz ju njohin juve, puna juaj po ecën mirë, dhe për këtë po ju paguajnë mire, gjërat janë të qëndrueshme, pse të mërzhiteni? Mendja juaj e thotë këtë. Kurrë mos e dëgjoni mendjen; mendja është në shërbim të vdekjes.

Dita e 73-të: DASHURIA

– Dashuria është sikurse një lumë, gjithmonë në lëvizje. Në vetë lëvizjen është jeta e lumit. Kur ndalet lumi, ai bëhet një gjë e stagnuar, e ndenjtur, atëherë ai më nuk është një lum. Vetë fjala lum tregon një proces, vetë zhurma e tij ju jep një ndjenjë të lëvizjes.

– Dashuria është një lumë. Pra, nuk mendoj se diçka mungon ; ajo është pjesë

e procesit të dashurisë. Dhe kjo është e mirë që nuk ka përfunduar. Kur diçka mungon ju duhet të bëni diçka për të – që është një thirrje prej kodrës në kodër. Jo se kur ta arrini atë do të ndiheni të plotësuar; dashuria kurrë nuk ndihet e plotësuar. Ajo nuk e njuh përmbushjen, e kjo është e bukur sepse atëherë rron përjetësisht.

– Por, ju gjithmonë do të ndjeni se diçka nuk është në harmoni. Dhe kjo është shumë e natyrshme, sepse kur dy persona takohen, dy bota të ndryshme takohen. Të pritet që ata do të përshtaten në mënyrë të përkryer është të presësh të pamundurën, dhe kjo krijon frustrim. Për më tepër janë disa momente kur gjithçka është në harmoni, momente të rralla.

– Kjo është se si ajo duhet të jetë. Bëni të gjitha përpjekjet të krijoni këtë harmonizim, por gjithmonë jini të gatshëm në qoftë se kjo nuk ndodhë në mënyrë të përkryer. Dhe mos u shqetësoni në lidhje me këtë, përndryshe ju gjithmonë do të dilni shumë e më shumë jashtë harmonisë. Kjo vjen vetëm kur ju nuk mërziteni për të. Kjo ndodhë vetëm atëherë kur ju nuk tensionoheni rreth saj, kur nuk e prisni atë fare – sikur bie nga qielli i kthjelltë.

Dita e 74-të: BRENDA

– Njeriu duhet të jetë i gatshëm të shikojë brenda çdo fakti, duke mos racionalizuar në asnjë mënyrë. Jashtë këtij shqyrtimi, shumë gjëra ngjajnë. Por, nëse keni humbur mendjehollësinë në këtë çështje, ju do të jeni në mëdyshje dhe të hutuar. Shumë problem do të jenë aty, dhe asnjë zgjidhje nuk do të jetë në horizont, sepse që nga hapi i parë nuk është pranuar e vërteta. Kështu që ju vetë e keni falsifikuar qenine tuaj.

– Ka shumë njerëz që kanë aq shumë problem, por këto probleme nuk janë reale. Nëntëdhjetë e nëntë për qind e problemeve janë të rreme. Kështu që nëse ato nuk zgjidhen, ju do të jeni në vështirësi, e nëse ato edhe zgjidhen, asgjë nuk do të ndodhë, sepse ato nuk janë probleme tuaja të vërteta. Kur ju i zgjidhni disa probleme të rreme, ju krijoni probleme tjera. Pra, gjëja e parë është të depërtoni në atë që është problem i vërtetë dhe të shihni se çfarë është. Të shihni të rremën si të rreme është fillimi i të qenurit në gjendje për të parë të vërtetën si të vërtetë.

Dita e 75-të: TËRHIQENI JO-DASHURINË

– Gjithmonë jini të gatshëm të thoni “Më fal!” Vetëm një pakicë njerëzish janë të gatshëm ta thonë këtë. Madje edhe kur duken se po e thonë atë, ata nuk e thonë. Kjo është vetëm një formalitet shoqëror, Të thuash me të vërtetë “Më fal!”, është një kuptueshmëri shumë e madhe. Ju jeni duke thënë se keni bërë diçka të gabuar ju nuk po përpiqeni vetëm të jeni të sjellshëm. Ju po anuloni diçka. Ju keni anuluar një veprim që do të ndodhte, ju e anuloni një fjalë që e kishit shqiptuar.

– Kështu që pa anulimin e padashurisë, dhe si ta bëni ju do të shihni se shumë më shumë gjera se ajo nuk është vetëm një çështje se si të dashurosh. Kjo është vetëm një çështje se si të mos dashurosh. Kjo është sikurse një burim i mbuluar me gurë. Ju i largoni gurtë dhe burimi fillon të rrjedhë. Ajo është aty.

– Çdo zemër ka dashuri, sepse zemra nuk mund të ekzistojë pa të. Ajo është vetë pulsi i jetës. Askush nuk mund të jetë pa dashuri; kjo është pamundur. Kjo është një e vërtetë e pamohueshme se të gjithë kanë dashuri, kanë kapacitet për të dashuruar dhe për të qenë të dashur. Por, disa gurë- edukimi i gabuar, qëndrimet e gabuara, zgjuarsia, dinakëria, dhe një mijë e një gjëra tjera kanë bllokuar rrugën. Anulojeni aktin e padashurisë, fjalët e padashurisë, gjestet e padashurisë, dhe pastaj befas do ta zini veten në vetë gjendjen shpirtërore të dashurisë. Shumë momente do të vinë kur ju papritmas do të shihni se diçka është duke gurgulluar- dhe ajo ishte dashuria, vetëm një paraqitje e shkurtë. Dhe dalëngadalë kotë moment do të bëhen më të gjata.

Dita e 76-të: JO KAFE INSTANT

– Ka gjëra të vogla që ju mund t'i bëni – duke u ulur së bashku, duke shikuar hënën, duke dëgjuar muzikë – asgjë të drejtpërdrejtë nuk bëni me dashurinë. Dashuria është shumë delikate, e brishtë. Nëse shikoni në të, ia ngulni sytë asaj direkt, ajo do të zhduket. Ajo vjen vetëm kur ju jeni të pavetëdijshëm, duke bërë diçka tjetër. Ju nuk mund t'i shkoni drejtpërsëdrejti, si shigjetë. Dashuria nuk është një nishan. Ajo është fenomen shumë delikat, ajo është shumë e turpshme. Nëse i shkoni direkt, ajo do të fshihet. Nëse ju bëni diçka drejtpërdrejtë, ju do ta humbni atë.

– Bota është bërë shumë e marrë rreth dashurisë. Ata e duan atë menjëherë. Ata e duan atë si një kafe automati – sa here që ju e doni atë, ju e urdhëroni, dhe ajo është aty.

– Dashuria është art i ndjeshëm; ajo nuk është diçka me të cilën ju mund të bëni. Nganjëherë këto moment të rralla lumturie vijnë dhe... pastaj diçka e panjohur zbret. Ju më nuk jeni në tokë, ju jeni në parajsë. Lexoni një libër me të dashurën tuaj, të dy absorboheni thellë në të, papritmas ju zbuloni se një kualitet i ndryshëm i qenies është ngritur rreth jush. Diçka ju rrethon të dyve si një aureolë, dhe çdo gjë është e heshtur. Por, ju nuk keni bërë asgjë drejtpërdrejt. Ju ishit vetëm duke lexuar libër, apo ishit duke shëtitur gjatë, dorë për dorë përballë stuhisë dhe papritmas ajo ishte aty. Ajo gjithmonë ju merr kur nuk jeni të vetëdijshëm.

Dita e 77-të: BASHKIMI

– Njerëzit kanë harruar se si është vetëm të jesh. Nëse ata nuk kanë se çfarë të bëjnë, ata bëjnë dashuri. Në ato moment asgjë nuk ndodhë, dhe dalëngadalë ata frustrohen nga vetë dashuria. Burri dh gruaja janë të ndryshëm – jo vetëm të papërshtatur, por janë të kundërt; ata nuk mund të përshtaten së bashku. Dhe është bukuri kur ata përshtaten së bashku, kjo është një mrekulli – është moment magjik. Përndryshe ata janë në konflikt dhe luftë. Kjo është e natyrshme dhe mund të kuptohet, sepse ata kanë mendje të ndryshme. Perspektiva e tyre është diametralisht e kundërt. Ata nuk mund të pajtohen në asgjë, sepse këndvështrimet e tyre janë të kundërta, logjika e tyre është e ndryshme.

– Për të ra në një përshtatje të thellë, për të ra në një harmoni të thellë, është pothuajse e mrekullueshme. Kjo është si një Kohinoor, një diamant i madh, dhe njeriu nuk duhet të kërkojë këtë për çdo ditë. Njeriu nuk duhet të kërkojë këtë të bëhet pjesë e rutinës. Njeriu duhet të pres për të. Me muaj, nganjëherë, me vite, kalojnë, dhe pastaj papritmas ajo është aty. Ajo gjithmonë është jashtë monotonisë, është e pashkaktuar. Mos u brengosni, ajo do të kujdeset për veten. Dhe mos u bëni një kërkues dashurie, apo të diçkahi tjetër sepse do ta humbni atë.

Dita e 78-të: SELVIJA NË OBORR

- Është një tregim shumë i njohur për një Zen mjeshtër që quhej Çou Çou. Nj murg e pyet atë: “Cili është religjioni i vërtetë?”
- Kishte qenë natë me hënëplotë dhe hëna posa lindte. Mjeshtri kishte qëndruar i heshtur për një kohë të gjatë; ai nuk tha asgjë. Dhe pastaj përnjëherë u gjallërua dhe tha: “Shikoje selvinë në oborr. “ Një erë e freskët fryti dhe lehtë lëkundi selvinë dhe hëna posa kishte mbërrë mbi degë. Ajo ishte e bukur, e habitshme. ishte pothuajse e pamundur të jetë ajo kaq e bukur.
- Por, murgu tha: “Kjo nuk ishte pyetja ime. Unë nuk po pyes për selvinë në oborr, apo për hënë, apo për bukurinë e saj. Pyetja ime s’ka të bëj asgjë me to. Unë po pyes se cili është religjioni i vërtetë. Keni harruar pyetjen time?”
- Mjeshtri prapë qëndroi gjatë në heshtje. Prapë ai u kthye në jetë dhe prapë përsëriti: “Shikoje selvinë në oborr.”
- Religjioni i vërtetë konsiston me këtu dhe tani. Në fakt ky moment është religjioni i vërtetë mbi të gjitha. Kështu që, nëse ju ndiheni të trishtuar, atëherë kjo është një selvi në oborr. Shikojeni atë...vetëm shikoni në të. Aty s’ka asgjë tjetër që mund të bëhet.

Dita e 79-të: DUKE BËRË ASGJË

– Njeriut i duhet shumë kurajo të mos bëjë asgjë. Për të bërë diçka nuk ka nevojë për shumë kurajo, sepse mendja është një vepruese, bërëse. Egoja gjithmonë është e etur për të bërë diçka – veprime të kësaj bote apo të botës tjetër, ego gjithmonë dëshiron të bëj diçka. Nëse bëni diçka, egoja ndihet shkëlqyeshëm mirë, shëndetshëm, e gjallëruar, kënaqet me vetveten.

– Hiçësia është gjëja më e vështirë në këtë botë, dhe nëse ju mund ta bëni këtë, kjo është më e mira. Vetë ideja se ne duhet të bëjmë diçka në thelb është gabim. Ne duhet për të qenë, jo për të bërë. E tëra që unë i sugjeroj njerëzit është që ata të bëjnë vetëm të vijnë tek njohja e kotësisë së veprimit, në këtë mënyrë ata një ditë nga lodhja do të bien në tokë duke thënë: “Tani është mjaft! Ne s’duam të bëjmë më asgjë.” E pastaj puna e vërtetë fillon.

– Puna e vërtetë është të jesh, sepse e tërë që ju nevojitet veç ju është dhënë, dhe krejt çfarë ju mund të jeni ju veç jeni. Ju nuk e dini ende, por kjo është e vërtetë. Kështu që krejt çfarë ju nevojitet është të jeni në një hapësirë aq të qetë ku ju mund të bini në veten tuaj dhe të shihni se kush jeni.

Dita e 80-të: NESËR

– Përmes të nesërme ju po e shkatërroi të sotmen; përmes fiktives po e shkatërroi realen. Kështu që ju mund të thoni: “Në rregull, nëse unë sot jam i trishtuar, kjo s’ka asgjë të bëjë me atë që do të jem nesër – nesër do të jem i lumtur. Pra, kjo mund të tolerohet, ju mund ta bartni këtë ndjenjë. Por nëse nuk ka të nesërme dhe nuk ka të ardhme dhe asgjë për të kërkuar dhe për të gjetur; atëherë nuk ka se çfarë të shtyhet, vetë shtyrja zhduket. Atëherë bie mbi ju se a do të jeni të lumtur apo nuk do të jeni të lumtur. Në këtë moment, ju duhet të vendosni. Dhe unë nuk mendoj se dikush mund të vendos të mos jetë i lumtur. Pse? Për çfarë?”

– E kaluara më nuk ekziston, dhe e ardhmja kurrë më nuk do të jetë, kështu që momenti është tani – në të tanishmen. Ju mund ta kremtoni këtë, mund ta doni këtë, ju mund të luteni në këtë, ju mund të vallëzoni në këtë, ju mund të meditoni në këtë, ju mund ta shfrytëzoni këtë ashtu si dëshironi. Dhe ky moment është aq i vogël sa që nëse nuk jemi mjaft vigjilent kjo do t’ju rrëshqas nga duart, kjo do të zhduket. Kështu që, të jesh, njeriu duhet të jetë shumë vigjilent. Të veprohet nuk ka nevojë për zgjuarsis; kjo është shumë mekanike.

– Dhe mos e përdorni fjalën pres(pritje) – sepse kjo do të thotë se e ardhmja prapë ka hyrë nga dera e pasme. Nëse mendoni se ju duhet vetëm të prisni. prapë ju jeni duke pritur për të ardhmen. Aty nuk ka asgjë për të pritur. Ekzistenca është aq e përsosur në këtë moment sa kurrë nuk do të jetë. Ekzistenca kurrë nuk vazhdon të jetë më e përsosur.

Dita e 81-të: ADHURIMI

– Në tempuj ne bëjmë vetëm gjëra të rreme. Në tempuj ne ofrojmë lule të cilat nuk janë tonat; që kemi huazuar nga pemët. Ata tashmë janë duke ofruar Zotin në pemë, e ato lule ishin të gjalla derisa ishin në pemë; ju i keni vrarë ato, ju keni vrarë diçka të bukur, dhe tani po ofroni ato lule të vyshkura për Zotin duke mos ndjerë as turp për këtë gjë.

– I kam parë. Veçanërisht në Indi njerëzit nuk i marrin lulet nga kopshtet e tyre, ata ato i marrin nga fqinjët, dhe askush nuk i ndalon për këtë gjë, sepse ky është një shtet religjioz dhe ata i këpusin lulet për qëllime religjioze. Njerëzit ndezin drita dhe qirinj, njerëzit ndezin temjan dhe bëjnë aromë, por të gjitha këto janë të huazuara.

– Tempulli i vërtetë ndërtohet prej lumturisë – dhe të gjitha këto gjëra fillojnë të ngjajnë në brendinë e saj. Nëse jeni të hareshëm ju do të gjeni disa lule që do t'ju ofrohen, por këto lule janë nga vetëdija juaj; aty do të ketë dritë, por kjo dritë është nga flaka që është në brendinë tuaj; aty do të ketë aromë, por kjo aromë i përket vetë qenies suaj. Ky është adhurim i vërtetë.

Dita e 82-të: E DREJTË DHE GABIM

– E njëjta gjë mund të jetë e drejtë për një person dhe e gabuar për personin tjetër, sepse kjo pak a shumë varet nga personi. E njëjta gjë mund të jetë e drejtë për një person, dhe në momentin tjetër, dhe në momentin tjetër kjo mund të jetë gabim, sepse kjo varet nga situata.

– Ju keni qenë të mësuar në kategorizimin Aristotelian. Kjo është e drejtë dhe kjo është e gabuar. Kjo është e bardhë dhe kjo është e zezë. Ky është Zoti dhe ky është djalli. Këto kategori janë të rreme. Jeta nuk është e ndarë në të zezë dhe të bardhë. Pjesa më e madhe e saj është më shumë si gri.

– E në qoftë se ju shikoni shumë thellë, e shihni se e bardha është një ekstrem i gri-së dhe e zeza ekstremi tjetër, por hapësira është ngjyrë gri. Realiteti është gri, kjo duhet të jetë kështu, sepse ai nuk është i ndarë askund. Askund aty nuk ka ndarje të përkryer. Ky është një kategorizim qesharak, por kjo është ngulitur në mendjet tona.

– Pra, ajo që është e gabuar dhe ajo që është e drejtë vazhdojnë të ndryshojnë në vazhdimësi. Atëherë çfarë të bëhet? Nëse dikush dëshiron absolutisht të vendosë, ai do të paralizohet, ai nuk do të jetë në gjendje të veprojë. Nëse ju doni të veproni vetëm atëherë kur ju keni një vendim absolut rreth asaj se çfarë është e drejtë, ju do të paralizoheni, ju nuk do të jeni të gjendje të veproni. Njeriu duhet të veprojë, dhe të veprojë në një botë relative. Aty nuk ka asnjë vendim absolute, kështu që mos pritni për të. Vetëm vështroni, shihni, dhe çfarëdo që mendoni, është e drejtë, bëjeni atë.

Dita e 83-të: DËGJIMI

– Një prej gjërave të mëdha për të mësuar është aftësia për të dëgjuar. Dëgjoni shumë heshtur. Por, mos dëgjoni në mënyrë indiferente. Mos dëgjoni sikur doni që të tjerët të ndalen së foluri dhe ju po dëgjoni vetëm sa për të qenë të sjellshëm sepse ata janë miqtë tuaj. Në raste të tilla është më mire t'ju thoni atyre të mos flasin asgjë sepse nuk jeni në disponim për t'i dëgjuar.

– Por kur jeni duke dëgjuar, me të vërtetë dëgjoni – hapuni, sepse miqtë tuaj ndoshta kanë të drejtë. Madje edhe nëse ata janë gabim, duke i dëgjuar ata ju do të pasuroheni. Ju do të mësoni më shumë pikëpamje, dhe kjo është gjithmonë e mirë për ta mësuar.

– Pasi një person ka këtë kuptueshmëri relative, gjërat bëhen shumë të qarta dhe të lehta. Përndryshe njerëzit janë shumë absolutist. Ata mendojnë me terme absolute. Kjo është e vërtetë dhe çdo gjë që është kundër është gabim. Ky qëndrim ka paralizuar gjithë botën hinduse, myslimane dhe të krishtere dhe të gjithë luftojnë sepse të gjithë pretendojnë se e njohin të vërtetën absolute. Por, asnjëri nga këta nuk ka ndonjë deklaratë, nuk është monopol i askujt.

– E vërteta është e pafund. Infiniti është fakt i saj dhe infinity është mënyrë për ta njohur atë. Çfarëdo që ne dimë është e kufizuar, kjo është vetëm një pjesë.

Dita e 84-të: NDOSHTA

– Vështrojeni çdo fjalë që e flisni. Gjuha jonë është e tillë, mënyrat tona e të folurit janë të tilla, se me dashje dhe pa dashje, ne kemi bërë deklaratat absolute. Kurrë mos e bëni këtë. Thuani më shpesh “ndoshta”. Hezitoni shumë. Thuani më shpesh “mbase” dhe ua lejoni të tjerëve lirinë të vendosin për vete.

– Përpiquni që këtë të bëni për një muaj. Ju do të duhet të jeni shumë vigjilent, sepse duke folur në mënyrë absolute është bërë shprehi e rrënjosur thellë, por nëse dikush është syhapur, kjo shprehi mund të hiqet. Pastaj ju do të shihni se argumentet do të bien dhe nuk do të ketë nevojë për t'i mbrojtur.

Dita e 85-të: RIVALITETI I VËLLEZËRVE

- Fëmijët janë shumë mendjehollë. Ata menjëherë mund të shohin se dikush i pëlqen ata më shumë e dikush më pak. Ata e dinë se pretendimi i nënë se i do ata njësoj është vetëm mashtrim. Kështu që një konflikt i brendshëm, një luftë, një ambicie lindë.
- Secili fëmijë është i ndryshëm. Dikush ka talent për muzikë, dikush nuk ka. Dikush ka një talent për matematikë, tjetri nuk ka. Dikush është fizikisht më i bukur se tjetri apo njëri ka një joshje të caktuar të personalitetit e tjetri është i mangët në këtë. Pastaj lindin shumë e shumë problem, dhe ne jemi të mësuar me qenë të sjellshëm, kurrë të mos jemi real. Nëse fëmijët mësohen të jenë real, ata do ta luftojnë këtë, ata do ta hedhin këtë duke luftuar. Ata do të zemërohen, ata do të kacafyten dhe do i thonë fjalë të rënda njëri-tjetrit, dhe pastaj ata do ta përfundojnë, sepse fëmijët shumë shpejt çlirohen prej gjërave, Nëse janë të zemëruar, ata do të jenë të zemëruar, të nxehtë, pothuajse vullkanik, por në momentin tjetër ata do të kapen për duarsh dhe çdo gjë do të harrohet. Fëmijët janë shumë të thjeshtë, por shpesh nuk e lejojnë këtë thjeshtësi. Atyre iu është thënë të jenë të sjellshëm, për çfarëdo çmimi. Atyre iu është ndaluar të jenë të zemëruar në njëri-tjetrin. “Ajo është motra jote, ai është vëllai yt. Si mund të jesh i zemëruar në ata?”
- Këto zemërimë, xhelozia, dhe një mijë e një lëndime vazhdojnë të grumbullohen. Por, nëse ju mund të përballeni me njëri-tjetrin në zemërimin e vërtetë, në xhelozia, nëse mund ta luftoni atë. menjëherë më pas, në prag të kacafytjes, një dashuri dhe mëshirë e thellë do të lindë. Dhe kjo do të jetë një gjë e vërtetë.

Dita e 86-të: VENDIMET

– Kjo është jeta juaj – përse këtë t’ia leni dikujt që ka shkruar një libër para pesë mijë vjetësh të vendos për ju? Më mirë është që ju të vendosni për vete. Edhe nëse ju gaboni dhe humbni, kjo është prapë më e mirë të vendosni për fatin tuaj. Madje edhe nëse nuk shkoni në rrugë të gabuar dhe keni shumë suksese në jetë përmes Ji Xhing. kjo prapë nuk është e mirë, sepse jeni duke iu shmangur përgjegjësisë.

– Përmes përgjegjësisë, njeriu rritet. Merrne përgjegjësinë në duart tuaja. Këto janë mënyra për t’ju shmangur. Disa njerëz përgjegjësinë ia lënë Zotit, të tjerët karmës, disa të tjerë fatit, e prapë disa të tjerë përgjegjës e bëjnë Ji Xhingun. Por, ne bëhemi shpirtëror duke i marrë të gjitha përgjegjësitë mbi supet tona.

– Përgjegjësia është e madhe, e supet tuaja janë të dobëta, këtë unë e di. Por, kur e merrni përsipër përgjegjësinë, ato bëhen të forta. Nuk ka asnjë mënyrë tjetër që ato të rriten dhe të bëhen më të forta.

Dita e 87-të: SI PUHI

– Posa ajo vjen, ajo shkon, ju nuk mund të mbaheni për të, nuk mund të kapeni për të. Puhia vjen si një pëshpëritje. Ajo nuk bënë zhurmë, ajo nuk bënë thirrje; ajo vjen në heshtje të madhe, ju nuk mund ta dëgjoni atë – befas ajo paraqitet. Kjo është mënyra se si vjen Zoti, vjen e vërteta, vjen lumturia, vjen dashuria – ato të gjitha vijnë në mënyrë të heshtur, jo me surle e tupana. Ato vijnë papritmas madje pa pasur edhe një takim të caktuar. madje edhe pa ju pyetur juve: “A mund të hy brenda?” – ato vetëm papritmas vijnë. Dhe kjo është mënyra se si puhia vjen: Në një moment ajo nuk është aty, në momentin tjetër është aty.

– OSHO: “Dhe fakti tjetër është se: ashtu siç vjen, ashtu edhe shkon, ju nuk mund ta mbani atë, nuk mund të kapeni për të. Kënaquni me të derisa është aty, dhe kur shkon ajo, le të shkojë. Jeni mirënjohës që ajo erdhi, mos mbani asnjë zili, mos u ankoni. Kur ajo largohet, ajo largohet – nuk mund të bëni asgjë në lidhje me këtë. Por, ne të gjithë jemi ata që kapim. Kur dashuria vjen, ne jemi shumë të lumtur; por kur ajo shkon, ne jemi shumë të lënduar. Kjo është të jesh i pavetëdijshëm, përbuzës, keqkuptues. Mos harroni, ajo vjen në një mënyrë, dhe në të njëjtën mënyrë largohet. Ajo nuk ka pyetur kur ka ardhur, përse duhet tani të pyes nëse do që të largohet? Ajo ishte një dhuratë nga e përtejmeja, misterioze, dhe ajo ka për të ikur njëjtë në mënyrë misterioze. Nëse dikush e merr jetën si një puhë, atëherë nuk ka kapje, nuk ka ndalim, nuk ka ankth – njeriu thjesht qëndron në dispozicion, dhe çfarëdo që të ndodhë është mirë.”

Dita e 88-të: PUNA E EKULIBRUAR

– Aranzhimi më i mirë është të punoni për botën, por jo të humbeni në të. Punoni pesë ose gjashtë orë, mandej harroni të gjitha rreth saj. Jepni të paktën dy orë rritjes suaj të brendshme, e disa orë tjera marrëdhënieve tuaja me dashurinë, fëmijët, miqtë, shoqërinë.

– Profesioniu juaj duhet të jetë vetëm një pjesë e jetës suaj. Atë nuk duhet vënë në çdo dimension të jetës suaj, siç ndodhë zakonisht. Një mjekë bëhet pothuajse 24 orë vetëm mjek. Ai mendon për këtë, ai flet për këtë. Madje edhe kur është duke ngrënë, ai është mjek. Derisa është duke çuar dashuri, ai është mjek. Atëherë aty shfaqet çmenduria; kjo është marrëzi. Për t'iu shmangur kësaj marrëzie, njerëzit ikin. Pastaj ata bëhen gjurmues njëzet e katër orësh. Prapë ata bëjnë gabimin e njëjtë – gabimin për të qenë njëzet e katër orë në ndonjë gjë.

– E tërë përpjekja ime është t'ju ndihmojë të jeni në këtë botë dhe prapë të mbeteni gjurmues. Natyrisht se kjo është e vështirë, sepse do të ketë shumë sfida dhe situata. Është më e lehtë të jesh ose mjek ose gjurmues. Është më e vështirë me qenë të dyja, sepse kjo do t'ju jep shumë situata kontradiktore. Por, personi rritet në situata kontradiktore. Në trazira, në atë përplasje të kontradiktave, integriteti lindë. Sugjerimi im është që të punoni pesë apo gjashtë orë. Orët e mbetura shfrytëzoni për diçka tjetër: për të fjetur, për muzikë, për poezi, për meditim, për dashuri, apo për të bërë budallallëqe përreth. Kjo është shumë e nevojshme. Nëse një person bëhet shumë i mençur, dhe nuk mund të bëjë budallallëqe përreth, ai bëhet i rëndë, i zyrtë, serioz. Ai e shkatërron jetën.

Dita e 89-të: LE TË: FLASIM PAK MBI AKSIDENTET

- Gjithmonë mendoni për anën pozitive të gjërave. Ishte një aksident, por ju ende jeni të gjallë, kështu që ju e keni kapërcyer atë.
- OSHO: Mos i merrni shumë parasysh aksidentet. Përkundrazi, merrne parasysh atë që keni shpëtuar. Ky është fakt real. Ju i keni mundur ato aksidente, ju i mbijetuat. Kështu që aty s'ka se për çfarë të brengoseni rreth tyre. Gjithmonë mendoni për anën pozitive të gjërave. Aksidenti ka ndodhur, por ju ende jeni të gjallë, kështu që ju e keni kapërcyer atë. Ju e dëshmuat guximin tuaj, ju e dëshmuat se jeni më të fortë se aksidenti.
- Por, unë mund të kuptoj se frika mund të krijohet nëse gjëra të tilla ndodhin përsëri e përsëri. Ju bini në pus, dhe të ndodhin gjëra të tilla si kjo, është normale se lindin frikat e vdekjes në mendje. Por vdekja do të ndodhë gjithsesi, pavarësisht se a bini ju në pus apo jo. Vendi më i rrezikshëm për t'ju shmangur, nëse doni t'i shmangeni vdekjes, është shtrati juaj, sepse nëntëdhjetë e nëntë për qind e vdekjeve ndodhin në shtrat – shumë rrallë në pus. Vdekja do të ndodhë gjithsesi; dhe nuk është me rëndësi se si ndodhë. Dhe nëse njeriu mund të zgjedh mes shtratit dhe pusit, unë mendoj se pusi është shumë më i mirë; ka diçka estetike në lidhje me të.

Dita e 90-të: FRIKA NGA VDEKJA

– Vdekja është një siguri absolute. Njëqind për qind e njerëzve vdesin-jo nëntëdhjetë e nëntë për qind, por njëqind për qind. Të gjitha arritjet shkencore dhe të gjitha përparimet në mjekësi nuk kanë bërë asnjë ndryshim sa i përket shqetësimit të njerëzve rreth vdekjes: ende qind për qind e njerëzve vdesin, njëjtë ashtu siç kanë vdekur dhe para dhjetë mijë vjetësh. Kushdo që është i lindur, vdes; nuk ka asnjë përjashtim.

– Pra, për vdekjen mund të jemi plotësisht të pavëmendshëm. Kjo do të ndodhë, kështu që sa herë që ndodh kjo është në rregull. Çfarë ndryshon se si ndodh kjo, nëse jeni rrëzuan jashtë dhe pësoni në një aksident ose vetëm vdisni në një krevat në spital? Kjo nuk ka rëndësi. Sapo ta kuptoni çështjen se vdekja është e sigurt, këto janë vetëm formalitete-se si njeriu vdes, ku vdes. E vetmja gjë e vërtetë është se ai vdes. Pak nga ju do ta pranojnë faktin. Vdekja duhet të pranohet. Nuk ka asnjë pikë ku mund të mohohet kjo; dhe askush nuk ka qenë ndonjëherë në gjendje për të parandaluar.

Dita e 91-të: PARA EKRANIT TELEVIZIV

– I gjithë sekreti i meditimit është të jesh as për as kundër, por i pashqetësuar, i qetë, pa asnjë më pëlqen apo s'më pëlqen, pa asnjë zgjedhje.

– Meditimi është një metodë e thjeshtë. Mendja juaj është si një ekran televiziv. Kujtimet janë duke kaluar, imazhet janë duke kaluar, mendimet, dëshirat, një mijë e një gjë janë duke kaluar, kjo është gjithmonë orë nxituese. Dhe kjo rrugë i ngjanë rrugëve të Indisë, ku nuk ka rregull trafiku, dhe çdokush shkon në drejtime të ndryshme. Njeriu duhet të shikojë mendjen pa asnjë vlerësim, pa asnjë gjykim, pa asnjë zgjedhje, thjesht duke shikuar i pashqetësuar sikur asgjë nuk ka të bëjë me ty dhe ti je vetëm një dëshmitar. Kjo është një informim pa zgjedhje.

– Nëse zgjedhni, nëse thoni: “Ky mendim është i mirë – më leni ta kem” ose “ajo ishte një ëndërr e bukur, do të dua të kënaqem në të edhe pak”, nëse zgjedhni, ju e humbni dëshmimin tuaj. Nëse thoni: “Kjo është e keqe, e pamoralshme, e mëkatshme, unë duhet ta hedhë atë”, dhe ju e filloni luftën, prapë ju e keni humbur dëshmimin tuaj. I gjithë sekreti i meditimit është të jesh as për as kundër, por i pashqetësuar, i qetë, pa asnjë më pëlqen apo s'më pëlqen, pa asnjë zgjedhje. Nëse ju mund të menaxhoni edhe shumë pak moment të këtij dëshmimi, ju do të befasoheni se sa ekstatikë do të bëheni.

Dita e 92-të: ZEMËR E THJESHTË

– Mendja është shumë dinake, ajo kurrë nuk është e thjeshtë. Zemra kurrë nuk është dinake, ajo gjithmonë është e thjeshtë. Të jesh i thjeshtë nënkupton të zhvendosesh nga koka në zemër.

– Ne jetojmë përmes kokës. Kjo është arsyeja pse jeta jonë bëhet shumë e më shumë e komplikuar, gjithnjë e më shumë si një mister i bashkimit të pjesëve të figurës. Asgjë duket se nuk përshtatet. Dhe sa më shumë që përpiqemi të jemi të mençur, në atë rrëmujë më të madhe jemi. Kjo ka qenë historia jonë. Ne jemi duke u çmendur gjithnjë e më shumë. Tani pothuajse e gjithë toka është si një çmendinë. Koha ka ardhur, nëse ndryshimi fare do të mbijetojë, për një ndryshim të madh të ndodhë.

– Ne duhet të lëvizim nga koka në zemër. Përndryshe, koka është e gatshme të bëjë vetëvrasje. Ajo ka krijuar atë shumë mjerim dhe atë shumë mërzi dhe atë shumë probleme sa vetëvraska duket e vetmja mënyrë për të shpëtuar. E gjitha toka është duke u përgatitur për vetëvrasje. Kjo do të jetë një vetëvrasje globale, veç nëse nuk ndodh një mrekulli.

– Dhe kjo do të jetë një mrekulli – nëse ndodh, kjo do të jetë një mrekulli atë do të ndodhë një ndryshim i madh, një ndryshim radikal, në vetë pikëpamjen tonë. Ne do të fillojmë të jetojmë nga zemra. Ne do ta largojmë tërë universin e mendjes, dhe ne do të fillojmë nga e para si fëmijët e vegjël. Jeto nga zemra. Ndjej më shumë, mendo më pak, bëhu më shumë i ndjeshëm dhe më pak i logjikshëm. Bëhu gjithnjë e më i përzemërt, dhe jeta jote do të bëhet një gëzim absolut.

Dita e 93-të: NËNVETËDIJA

– Është një nevojë për rregull, gjithashtu është edhe një nevojë për kaos. Kur rregulli është i nevojshëm, përdorne rregullin, përdorne mendjen e vetëdijshme; kur kaosi është i nevojshëm, përdorne nënvetëdijen dhe mësoni kaosin le të jetë. Person i kompletuar, person total, është dikush që është i aftë të përdorë të dyja, i cili nuk lejon asnjë ndërhyrje të vetëdijes në nënvetëdije ose të nënvetëdijes në vetëdije. Ka gjëra që ju mund t'i bëni vetëm në mënyrë të vetëdijshme. Për shembull: nëse bëni detyra matematikore apo punë shkencore, ju mund të punoni vetëm nga vetëdija. Por, dashuria nuk është si kjo, poezia nuk është si kjo; këto vijnë nga nënvetëdija. Kështu që ju duhet ta leni vetëdijen mënjanë.

– Vetëdija është ajo që përpiqet për t'i mbajtur gjërat sepse ajo ka frikë. Kjo i duket si diçka e madhe që po vjen, një vale e baticës; a do të jetë në gjendje të shpëtojë? Vetëdija përpiqet t'i shmangët kësaj, ajo do që të ikë, të fshihet diku. Por kjo nuk është e drejtë. Pse njerëzit bëhen të shurdhër dhe të vdekur. Të gjitha burimet e jetës janë në nënvetëdije.

Dita e 94-të: ELASTICITETI

– Njëherë kishte ndodhur që një mbret i madh kinez kishte shkuar për ta vizituar një Mësues të madh të Zen-it. Zen Mësuesi rrokullisej nëpër dysheme duke qeshur, edhe nxënësit e tij qeshnin gjithashtu – duhet të jetë se ai iu kishte treguar ndonjë barcoletë apo diçka të ngjashme. Mbreti kishte qenë i zënë ngushtë. Ai nuk mund t’iu besonte syve të tij, se sjellja e Mësuesit ishte aq e paedukuar; ai nuk ka mundur ta ndaloj veten e të mos thotë: “Kjo është paedukatë! Kjo nuk mund të pritët nga një Mësues si ju, disa rregulla të mirësjelljes duhet të respektohen. Ju rrokulliseni nëpër dysheme duke qeshur si një i çmendur.”

– Mësuesi shikoi në harkun e mbretit të cilin e mbante ai; në ato kohëra ajo përdorej për të gjuajtur shigjeta, ai i tha: “Ma thuaj një gjë: A e mban harkun gjithmonë të shtrënguar, të tendosur, të tensionuar, apo e lenë pak të shlrë, të relaksuar?”

Mbreti iu përgjigj: “Nëse do ta mbanim gjithmonë të shtrënguar, harku do ta humbte elasticitetin e tij, dhe më nuk do të mund të përdorej. Ai duhet të lihet i pashtënguar në mënyrë që sa herë që ke nevojë për të të ketë elasticitet.”

Dhe Mësuesi i tha: “Kjo është ajo që jam duke bërë.”

Dita e 95-të: FORCA

– Njerëzit vendosin të jetojnë në minimum kështu që kjo nuk ka rrezik. Kur ju keni forcë, ka çdo rrezik se ju do ta përdorni atë. Kur keni automobil sportive ju mund të shkoni dyqind milje në orë, është një rrezik se ju një ditë mund të vendosni të shkoni edhe më shpejtë. Vetë ky fenomen është e mundur të bëhet një sfidë. Pra, njerëzit e jetojnë një jetë modeste, sepse nëse ata e dinë se sa mund të rriten në forcë, se sa to fuqishëm mund të bëhen, atëherë kjo do të jetë e vështirë për ta rezistuar. joshja do të jetë shumë e madhe, ata nuk duan ta kalojnë gjithë rrugën.

– Patanjali, themeluesi i jogës, ka shkruar një kapitull të tërë në Sutra-t e tij të Jogës vetëm mbi forcën, për t'i ndihmuar të gjithë gjurmuesit të ecin me shumë kujdes në këtë fushë, sepse forcë e madhe do të jetë në dispozicion, dhe do të jetë një rrezik i madh.

– Por, pikëpamja ime është krejtësisht e ndryshme. Nëse dobësia rritet së bashku me forcën, nuk ka frikë; nëse forca rritet vetëm pa dobësi, atëherë ekziston frika, atëherë diçka mund të shkojnë keq. Kjo është ajo nga çfarë Patanjali ka frikë, sepse metodologjia e tij shkon kundër dobësisë. Ajo ju jep forcë, por nuk ka dobësi. Kjo ju bën më të fortë dhe të të fortë, si çeliku, por jo të fortë si një trëndafil.

Dita e 96-të: DISPOZICIONI

- Me marrëdhënie, ju gjithmonë mund ta hedhni përgjegjësinë mbi të tjerët. Askush nuk do të vijë te ju, askush nuk është me vlerë shqetësimit, ose ju nuk keni ndjenja për askend, kështu që çfarë mund të bëni? Por këto gjëra shumë thellë janë të lidhura . Nëse lëvizni, ju do të filloni të ndjeni. Nëse ndjeni, ju lëvizin më shumë. Këto gjëra vazhdojnë ta ndihmojnë njëra-tjetrën, dhe njeriu duhet të fillojë nga diku.
- Bota është me përplot njerëz të bukur që janë në dispozicion. Të gjithë janë në kërkim të dashurisë. Vetëm jeni në dispozicion. Dallohuni, qëndroni në dispozicion; përndryshe ajo nuk do të ndodhë.
- Me meditim është një nevojë e thellë për dashuri. Këto shkojnë së bashku sikurse krahët, e ju nuk mund të fluturoni me një krah. Nëse meditimi shkon mirë, përnjëherë do të shihni se dashuria mungon. Nëse dashuria shkon mirë, përnjëherë do të shihni se meditimi mungon. Nëse asgjë nuk është duke shkuar mirë, atëherë kjo është në rregull. Një zgjidhje për pikëllimin e dikujt, për mbylljen e dikujt. Por, kur një krah fillon të lëvizë, edhe krah tjetër është i nevojshëm.

Dita e 97-të: ÇONI DASHURI

– Dashuria duhet të duhet, të shijohet shumë ngadalë, në këtë mënyrë plotësohet qenia juaj dhe kjo bëhet një përvojë e tillë pushtuese sa më ju nuk jeni fare. Ju më nuk bëni dashuri – ju veç jeni dashuria.

– Dashuria mund të bëhet një energji e madhe rreth jush. Ajo mund t'ju transcendetojë juve dhe partnerin tuaj dhe në këtë mënyrë të dy ju humbni në të. Por, për këtë ju duhet të prisni. Të prisni për momentin, dhe shpejt do ta keni zotërimin e saj. Le të akumulohet energjia, dhe le të ndodhë kjo vetvetiu. Dalëngadalë ju do të bëheni të vetëdijshëm se kur momenti lindë. Do të nisni të shihni simptomat e saj, simptomat e para, dhe pastaj më nuk do të ketë vështirësi.

– Nëse momenti nuk lind në të cilin ju natyrshëm bini në dashuri dhe bëni dashuri, atëherë pritni, mos nxitoni. Mendja perëndimore është në nxitim shumë të madh – madje edhe duke bërë dashuri, ajo e bënë në atë mënyrë që duhet patjetër ta bëj dhe ta përfundojë sa më shpejt. Ky është një qëndrim krejtësisht e gabuar.

– Ju nuk mund të manipuloni me dashurinë. Ajo ndodh kur të ndodhë, nëse nuk është duke ndodhur, nuk duhet të shqetësoheni për këtë. Mos bëni nga kjo një Ego udhëtim se kjo do të ndodhë në njëfarë mënyre që ju të bëni dashuri. Kjo është ashtu vetëm në mendjen perëndimore; burri mendon se ai do ta kryejë këtë në njëfarë mënyre. Nëse ai nuk është udhëheqës, ai nuk është mjaft burrëror. Kjo është budallallëk, marrëzi. Dashuria është diçka transcendentale. Ju nuk mund ta administroni atë. Ata që kanë provuar ta bëjnë këtë, kanë humbur gjithë bukurinë e dashurisë. Atëherë kjo bëhet në të shumtën një shkarkim seksual, dhe të gjitha sferat delikate dhe më të thella të saj mbeten të paprekura.

Dita e 98-të: LËVIZSHMËRIA DHE PALËVIZSHMËRIA

– Meditimi nuk është vetëm kur ju i mbyllni sytë dhe qëndroni ulur në heshtje. Në fakt, thellë poshtë, kur Buda është ulur në heshtje nën trupim e pemës, nuk ka lëvizur fare, ishte një vallëzim thellë brenda tij, valle e vetëdijes. Ajo ishte natyrisht e padukshme, por vallja ishte aty, sepse asgjë nuk qëndron e palëvizur. Palëvizshmëria është një botë joreale. Asgjë nuk korrespondon me palëvizshmërinë në jetën reale.

– Kjo varet nga ne: Ne mund ta bëjmë jetën tone ose të palëvizshme ose vallëzuese. Palëvizshmëria nuk është në natyrën e vetë gjërave, por ne mund të kemi një palëvizshmëri shumë kaotike – ky është mjerim, ky është një nervozizëm, kjo është çmenduri. Por, ne mund të jemi kreativë me këtë energji, nëse palëvizshmëria më nuk është jolëvizje. Ajo bëhet e këndshme, e hijshme – kur ajo fillon të merr formën e vallëzimit dhe këndimit. Dhe paradoksi është se kur valltarja është totalisht në valle, aty palëvizshmëria është - e pamundur ndodh, shfaqet qendra e ciklonit. Por palëvizshmëria është e pamundur të ndodhë në asnjë mënyrë tjetër. Kur vallëzimi është total, vetëm atëherë kjo palëvizshmëri mund të ndodhë.

– Dhe aty është një qendër për tërë vallëzimin. Vallëzimi nuk mund të vazhdojë pa këtë qendër. Në periferi është vallëzimi, në qark është vallëzimi – për ta njohur qendrën, e vemja mënyrë është të jesh totalisht në valle. Vetëm atëherë, në kontrast apo kundërshtim me vallen, njeriu bëhet papritmas vetëdijshëm diçkahi që është shumë e qetë dhe shumë e palëvizshme.

Dita e 99-të: LOGJIKA

- Mendja moderne është bërë shumë racionale; ajo është kapur në rrjetin e logjikës. Shumë represione kanë ndodhur për shkak se logjika është një forcë diktatoriale, totalitare. Pasi ju kontrollon logjika, ajo vret shumë gjëra.
- Logjika është si Adolf Hitler ose Josif Stalin; ajo nuk e lejon opozitën të ekzistojë, e opozitë e saj janë emocionet. Dashuria, meditimi, janë opozitë e logjikës. Religjioni është opozitë e arsyes. Kështu që arsye thjesht i masakron ato, i vret ato, i çrrënjosë. Dhe befasi shihni se jeta juaj është e pakuptimtë, sepse të gjitha këto janë iracionale.
- Kështu që ju së pari e dëgjoni arsyen, dhe pastaj ju i vritni të gjitha ato që i japin jetës kuptim. Kur i keni vrarë dhe jeni ndjerë fitimtarë, papritmas ndihen bosh. Tani asgjë s'ka mbetur në dorën tuaj, përpos logjikës. Dhe çfarë ju mund të bëni me logjikën? Ju nuk mund ta hani atë. Ju nuk mund ta pini atë. Ju nuk mund ta dashuronit atë. Ajo është vetëm bërlllok.
- Nëse keni tendencë të jeni intelektual, kjo do të jetë e vështirë. Jeta është e thjeshtë, jo-intelektuale. I gjithë problem i njerëzimit është metafizika, jeta është aq e thjeshtë si një trëndafil – nuk ka asgjë të komplikuar rreth saj – dhe ende ajo është misterioze. Edhe pse asgjë nuk ka të komplikuar rreth saj – ne nuk jemi në gjendje ta kuptojmë përmes intelektit, Ju mund të dashuroheni në një trëndafil, mund t'ia shijoni aromën, mund ta prekni atë, mund ta ndjeni atë, ju mund edhe të jeni ai, por nëse ju filloni ta copëtoni atë, ju do të keni vetëm diçka të vdekur në duart tuaja.

Dita e 100-të: ENERGJIA

- Mos mendoni se çdo gjë është gabim ma pas energji të dobët. Nuk ka asgjë të veçantë me pasë energji të fortë.
- Ju mund ta përdorni energjinë e fortë si forcë destruktive. Kjo është ajo që kanë bërë njerëzit me energji të fortë në gjithë botën për shekuj. Bota kurrë nuk ka vuajtur nga njerëzit me energji të dobët. Në fakt, ata kanë qenë njerëzit më të pafajshëm. Ato nuk mund të bëhet një Hitleri apo Stalini apo Musolini. Ata nuk mund të krijojnë luftëra botërore.
- Ata nuk do të përpiqet për të pushtuar botën. Ata nuk janë ambicioz. Ata nuk mund të luftojnë apo të bëhen politikanë. Energjia e dobët apo e ulët është e gabuar, vetëm nëse ajo bëhet indiferente. Nëse do të mbetet pozitive, asgjë nuk është e gabuar në lidhje me të. Dallimi është si dallimi në mes të britmës së luftës, e cila është energji të lartë, dhe pëshpëritje, e cila është energji e dobët. Ka momente kur bërtitja është marrëzi dhe vetëm pëshpëritje është e drejtë. Ka disa njerëz që janë përshtatur për të thirrur dhe disa që janë përshtatur për pëshpëritje. Ka njerëz të cilët janë mësuar të bërtasin dhe një pakicë që janë mësuar të pëshpërisin.

Për botimin

Bibliografia

Acharya Rajneesh – OSHO, *Everyday Osho, 365 meditations for the here and now*

Online

<https://www.facebook.com/forcanjohese/>

<https://botimetr.wordpress.com/>

<https://sa-kra.ch/>

Licensimi

Ky publikim lëshohet nën licensën



Attribution-NonCommercial-ShareAlike

CC BY-NC-SA

This license lets others remix, tweak, and build upon your work non-commercially, as long as they credit you and license their new creations under the identical terms.

që nënkupton se i lejon të tjerët ta shkarkojnë dhe ta shpërndajnë te të tjerët, ta ndryshojnë punën në mënyrë jokomerciale, përderisa e përmendin burimin dhe i licencojnë krijimet e reja nën terma identike. Për më tepër, shih:

<http://creativecommons.org/licenses/>