

## Oświecenie zawsze jest nagłe

Oświecenie zawsze jest nagłe – co oznacza, że nie możesz być częściowo oświecony, albo to masz, albo nie. Wydaje się, że najważniejsze doznania w życiu cechują się właśnie taką nagłością. Nie można być trochę zdrowym – albo jest się w pełni zdrowym, albo cierpimy na jakieś, choćby najdrobniejsze dolegliwości. Nie można trochę kochać – albo oddajesz tej drugiej osobie całego siebie, albo się asekurujesz się i bronisz się przed miłością. I wreszcie śmierć – nie możesz być trochę martwy, umierasz nieodwołalnie i w całości.

Być może na tym polega różnica między inteligencją a wiedzą. Inteligencję po prostu masz w sobie, wiedzę musisz zdobywać kawałeczkami, a i tak nigdy nie będziesz „mądry”, bo nie da się ogarnąć całości życia umysłem. Inteligencja nie jest ilościowa. Jest to jakościowa przemiana człowieka, a nie kwestia pochłaniania wiedzy od innych ludzi. Inteligencja pozwala na spontaniczną pełnię życia, nawet na odczytywanie ukrytych treści świętych pism; wiedza zawsze polega jedynie na porównywaniu nowego z tym, co już znamy.

Oświecenie jest takim właśnie nagłym przeskokiem z ciągłości życia w świecie przyczyn i skutków do życia w *tu i teraz*. Z życiem w tej jedynej chwili teraz wiąże się jedna z głównych cech stanu oświeconego: brak lęku. Zawsze i wszędzie masz poczucie, że sobie poradzisz, że będziesz w stanie odnaleźć się w nowych sytuacjach, bez względu na

to, co będą ze sobą niosły. Nie oznacza to rezygnacji z planowania czy układania życia. Jest to nadal ważne, ale teraz plany służą wzbogaceniu życia, podczas gdy wcześniej usilnie staraliśmy się realizować wszelkiego rodzaju plany z lęku przed niepowodzeniami lub rozmaitymi społecznymi „karami”.

A co z przygotowaniem na oświecenie? Czemu służą wszelkie techniki medytacji, skoro i tak oświecenie jest nagłe? Tak naprawdę nie przygotowujemy się na oświecenie. Dzięki technikom medytacyjnym stopniowo coraz lepiej poznajemy swoją osobowość, zaczynamy akceptować swoje ograniczenia i wzmacniamy swoje silne strony. Można powiedzieć, że w ostatecznym rozrachunku poszukiwanie duchowe polega na pozbyciu się wszelkich lęków. Dla człowieka bez lęku nie ma barier, które oddzielałyby go od świata.

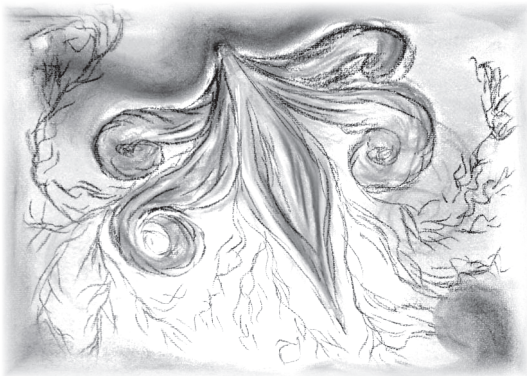
Oświecenie nie potrzebuje przygotowania, jest bowiem częścią naszej wewnętrznej natury; przychodzimy z nim na ten świat i z nim żyjemy. W pierwszym okresie życia człowiek jest wolny od społecznych uwarunkowań. Społeczeństwo nie może jednak znieść ludzi wolnych, więc wychowanie, szkolnictwo, nauki religijne i psychologiczne służą uczynieniu nas sprawnymi i wydajnymi elementami społecznej maszyny. Odkąd mały człowiek rozumie, co się do niego mówi i może być karany za swoje czyny, zostaje poddany subtelnej i bardzo głębokiej indoktrynacji. Uczy się go co jest dobre, a co złe, nie pozwala się na eksperymentowanie i ponoszenie konsekwencji własnych działań, narzuca mu się systemy wierzeń i podaje gotowe odpowiedzi na najważniejsze życiowe pytania. Nagrody i kary tłumią naszą pierwotną naturę. Powoli, niezauważalnie, dostosowujemy się do otoczenia i zapominamy o wewnętrznym świetle.

Tego światła nie trzeba osiągać ani zdobywać. Nosimy je w sobie cały czas, ale gdy ulegamy presji otoczenia, pozostaje ono zakryte. Wierzymy w cudze pomysły i koncepcje na życie, przyjmujemy obce rozwiązania, idziemy po czyichś śladach. Nie odważamy się ryzykować robienia czegoś, co przecież jednak czujemy w sobie. Serca nie da się okłamać, ono chce żyć inaczej, chce spełnienia, a nie tylko pocieszenia i obietnic lepszego jutra w rodzaju: „jeżeli zrobisz to czy tamto...”. To wewnętrzne światło może rozbłysnąć wtedy, gdy zdobędziemy się na odwagę bycia indywidualnością – idąc za swoimi pomysłami, układa-

jąc swoje życie według własnych potrzeb, robiąc to, co w sobie czujemy, a nie to, do czego namawiają nas lub zmuszają inni.

Oświecenie jest zawsze nagłe, a poczucie stopniowego do niego dochodzenia wynika z konieczności oswojenia naszego lękliwego, nieakceptującego i nadmiernie ostrożnego umysłu. Jest wiele prostych technik, które na to pozwalają, i to nie technik wymagających izolacji od życia, lecz takich, które możemy stosować włączając je w zwyczajne czynności dnia.

Można zapoznać się z takimi technikami między innymi w książce Osho „Techniki medytacyjne (Pomarańczowa książka)” lub w książce autorstwa M. i R. Dahlke „Księga medytacji” (obie wydane nakładem Wydawnictwa KOS – <http://www.kos.com.pl>, e-mail: [kos@kos.com.pl](mailto:kos@kos.com.pl)).



## Oświecenie a odporność ciała

Oświecenie oznacza wyjście poza zwyczajne możliwości ciała i mózgu. Przemiana jest dogłębna i powoduje pojawienie się w organizmie czegoś, czego wcześniej w nim nie było. Nasz umysł nie jest przygotowany na przyjęcie tak odmiennego stanu świadomości. Nagły przeskok od zdarzeń toczących się w sposób ciągły do zerwania ciągłości z poprzednią chwilą jest dla umysłu szokiem.

Na co dzień nasza świadomość jest hamowana i ograniczana, głównie naszymi lękami i mechanizmami obronnymi. Nie jesteśmy w stanie postrzegać pełni zdarzeń wokół nas, ponieważ nasz umysł filtruje docierające do nas bodźce i dopuszcza tylko to, na co w pewnym sensie jesteśmy gotowi. Nawet w codziennych rozmowach proces ten jest widoczny, czego dowodem jest choćby najprostsza zabawa w „głuchy telefon”. Zakłócenia sygnałów służą nam do utrzymania naszego *status quo*, nie dopuszczając do zaistnienia zmian. O ile w czasach pierwotnych, w warunkach walki z naturą, miało to jakieś uzasadnienie, to obecnie egzystencjalnie nie ma już takiej potrzeby – możemy zmieniać się, szukać swojego własnego sposobu na życie i środków ekspresji własnej osobowości. Każdy może stać się kim tylko chce, a natura nie ukarze nas za to, że chcemy być inni.

Jednym z podstawowych procesów filtrowania rzeczywistości jest sen. Sen tylko częściowo służy fizycznej regeneracji organizmu, a znacz-

na jego część poświęcona jest na oczyszczenie psychiki, neutralizację emocji i pogodzenie się z nieoczekiwanymi zmianami w życiu. Każdy dobrze to zna, gdy w sytuacjach nagłych emocji wykraczających poza nasze zwykłe systemy przekonań lepiej jest „przespać się z jakąś sprawą” albo przeczekać czas kryzysu emocjonalnego.

Proces oczyszczania świadomości albo też dochodzenia do oświecenia sprawia, że zaczynasz widzieć, słyszeć, czuć i rozumieć więcej. Nie zawsze ta zwiększona wrażliwość jest łatwa – po prostu żadna szkoła świata nie przygotowuje człowieka do życia, nie pokazuje mechanizmów zachowań międzyludzkich ani nie objaśnia zachodzących w naszym wnętrzu procesów. Szkoły służą jedynie do wtłaczania wiedzy i rozwijania „zdolności” intelektualnych, zaś świadomość nie dotyczy intelektu ani inteligencji, lecz przeżywania i zmieniania się wraz z przeżywanymi zjawiskami.

Sen, podobnie jak przypowieści, bajki czy filmy, pozwala nam w miarę łagodnie przyswajać sobie nowe sytuacje. Wraz z otwieraniem się świadomości coraz rzadziej potrzebujemy jednak takich pośredników, możemy patrzeć na rzeczywistość wprost i możemy bezpośrednio ją sobie przyswajać i rozumieć. Sen zostaje więc zaburzony, przestaje być potrzebny w tak dużym wymiarze, jak wcześniej. Uważność wprowadzona przez stan oświecenia jest tak intensywna, że nie jesteś w stanie wyczerpać jej w zwykłym stanie czuwania. Ta uważność trwa nawet wtedy, gdy ciało śpi.

Jak to stwierdził Osho: *Zwyczajnemu człowiekowi trudno jest utrzymać stan czuwania; sen jest tak silny, a grawitacja snu pochłania wszelkie wysiłki utrzymania stanu czuwania: próbujesz przez chwilę i zapominasz, sen wygrywa. Dokładnie odwrotnie dzieje się wtedy, gdy zdarza się oświecenie. Jest tyle uważności, że sen nie może wejść do ciała. Ciało może co najwyżej odprężyć się, bardziej niż kiedykolwiek dotąd, może odpocząć lepiej niż kiedykolwiek wcześniej, ale sen znika.*

Wraz ze zwiększoną uważnością pojawiają się zmiany w fizjologii ciała, inaczej pracują gruczoły dokrewne, zakłóceniu mogą ulec różne układy. Biografie różnych oświeconych mistrzów potwierdzają to zjawisko – o większości z nich wiadomo, że przed śmiercią cierpieli na jakieś dolegliwości. Tak więc koncepcja, jakoby oświecenie poprawiało zdrowie, mija się z naszymi oczekiwaniami.

*Oświecenie daje świadomości ogromnie zaspokajające poczucie pełni – twierdzi Osho. – Jest to jednak tak, jak z jajkiem, z którego wylęga się ptak... któregoś dnia jajko trzeba będzie zostawić, choć było ochroną i życiem, bez niego pisklę by nie przeżyło. Pisklę nie ogląda się za siebie, rozpościera skrzydła i wlatuje do nieba. Ludzkie ciało także jest swego rodzaju jajem, w którym może nastąpić najwyższy potencjał oświecenia. Dopóki to się nie stanie, będziesz przyjmował coraz to nowe ciała. Przychodzi jednak taka chwila, gdy ciało staje się bezużyteczne.*

Osho twierdzi, że większość ludzi dostępujących oświecenia umiera natychmiast. Doznanie oświecenia jest tak wielkie, że po prostu przestaje bić ich serce. Nigdy wcześniej nie doznali czegoś podobnego i dosłownie odbiera im to dech. Szok oświecenia jest groźny dla tych, którzy wiedli swe życie w sposób komfortowy. Jeśli jednak gotowy byłś ryzykować, szukać i stale wchodzić w nowe sytuacje, szok oświecenia nie może tak bardzo naruszyć fizjologii i osobowości.

Dlatego tak ważne jest życie tylko według własnych norm i słuchanie tylko własnego głosu – za wszelką cenę, nawet za cenę niewiadomego jutra czy pozornej utraty czegoś, czym jesteś dziś. To dlatego poszukiwania duchowe nie są zbiorowe – tylko indywidualiści mogą odkryć tajemnice ludzkiej egzystencji. Tylko indywidualiści świadomie rezygnujący z „wyścigu szczurów” i pogoni za „nagrodami” współczesnej cywilizacji są dobrze przygotowani na największe indywidualne doznanie w życiu.

Spółczeństwo wielbi komfort i bezpieczeństwo, co przede wszystkim oznacza niepisany zakaz bycia kimś innym niż ludzie wokół nas. Nie da się jednak kochać miłością według innych ludzi, nie da się kopiować cudzych pomysłów na życie, ani nie da się osiągnąć spełnienia robiąc tylko to, na co pozwalają nam inni (lub nie robiąc czegoś, co dla naszych cenzorów jest „inne”).

W zwykłym stanie świadomości ciało funkcjonuje w pewnych granicach tolerancji na różnego rodzaju przeżycia, jednak oświecenie nie jest zwykłym zdarzeniem. Zerwanie ciągłości doznawania świata odbija się także na funkcjonowaniu ciała. Z tego powodu stare szkoły jogi kładą tak wielki nacisk na ćwiczenia fizyczne, na wzmocnienie ciała zanim będzie można zająć się rozwijaniem świadomości. Według Osho, dziewięciu na dziesięciu oświeconych umiera natychmiast przy tym

doznaniu. Dziewięciu na dziesięciu z tych, którzy przeżyją, traci panowanie nad umysłem i zachowuje milczenie, co wyjaśnia dlaczego tak niewielu oświeconych mistrzów prowadzi nauczanie.

Nigdy wcześniej nie poruszano tej kwestii. Wręcz odwrotnie, oświecenie ukazywane jest jako coś bardzo wzniosłego i pożądanego. Dlaczego tak się działo? Być może dlatego, że sam fakt podjęcia poszukiwań na duchowej ścieżce już jest swoistym wyróżnieniem – niewielu ludzi potrafi zdobyć się na odwagę poszukiwania. Jeśli i tych nielicznych zniechęci się do oświecenia, powstanie pytanie o sens całego poszukiwania. Z drugiej jednak strony dobrze jest zdawać sobie sprawę z tego, jak faktycznie wyglądają procesy przemiany na duchowej ścieżce. Dzięki temu w trakcie poszukiwania nie ma lęku – wiesz, co cię czeka, wiesz jakiego rodzaju przeżycia możesz napotkać.

Jeśli ktoś szczerze interesuje się poszukiwaniem swojej wewnętrznej natury, odkrycie mechanizmów zmian w fizjologii ciała i tak go nie zniechęci, a wręcz pomoże. Jeśli zaś ktoś szuka duchowości tylko dla „zabicia” czasu, z ciekawości, ale bez prawdziwego zaangażowania, lepiej niech wcześniej odejdzie i zajmie się innymi sferami życia, bo one są mu bliższe i bardziej przyczynią się do spełnienia jego natury.

Dlaczego ludzie przestają mówić po oświeceniu? Dlaczego nie dzielą się swoim doznaniem i nie zachęcają innych? Osho twierdzi, że powodem jest zmiana funkcjonowania mózgu. Procesy elektryczne zachodzące przy zmianach świadomości są potężne, oświecenie jest zaś tak silnym szokiem dla organizmu, że może spowodować zniszczenie wielu delikatnych komórek mózgu i nerwów.

Nieliczni ludzie mogą ocalić swój umysł – są to ci, którzy używali swego mózgu tak intensywnie, że dzięki temu został on wzmocniony. Naukowcy twierdzą, że w zwyczajnej codzienności wykorzystujemy zaledwie pięć procent naszych możliwości umysłowych. Geniusze wykorzystują ponoć piętnaście procent mózgu. Jedni i drudzy żyją jednak w zwyczajnych warunkach, zaś oświecenie jest nadzwyczajnym szokiem dla organizmu, stąd też możliwość zaburzenia pracy mózgu.

Dalsze kreatywne używanie mózgu po oświeceniu cechuje bardzo nielicznych ludzi. Jak to powiada Osho: *dziewięciu (na dziesięciu oświeconych, którzy przeżyli swe oświecenie) może być co najwyżej nauczycielami. Mogą oni mówić o swoim doznaniu, mogą cytować święte*

*pisma, mogą stać się bardzo sławnymi nauczycielami. Ludzie będą brać ich za mistrzów, a oni będą mieć wielu wiernych, ale nie są oni mistrzami, gdyż brak im cechy mistrza. Mistrz jest nie tylko nauczycielem, ale też i magnesem. Nauczanie to jedno, ale nauczanie z magnetyczną siłą, tak, aby przez samo słuchanie ulec przemianie... to jest właśnie mistrz. Nauczyciel może dać słowa, ale nie może dać ci życia. Nauczyciel da ci objaśnienia, ale nie może dać ci przeżycia. Nauczyciel może dotrzeć do umysłu, ale nie dotrze do serca.*

Dlaczego tak ważne jest wykorzystywanie mózgu przed oświeceniem? Aktywny umysł pozwala na pełniejsze przeżywanie. Nie tylko łatwiej przychodzi nam zrozumieć zjawiska, które nas otaczają, łącznie z tymi, które zachodzą w nas samych, ale także jesteśmy w stanie iść łatwiejszą drogą, nie popełniając błędów, które popełnił już ktoś inny. Przede wszystkim jesteśmy w stanie zobaczyć coś pozornie bardzo prostego – rozpoznamy kiedy i jakie działania dają efekty, a jeśli efektów nie ma, jesteśmy w stanie łatwo zmieniać swoje zachowania tak, by używać efekty jakich naprawdę oczekujemy.

Opanowanie słowa przed oświeceniem bardzo ułatwia przekazywanie tego doznania innym. Umilowanie słowa sprawia, że mamy łatwość ekspresji i staramy się przekazać słowami możliwie jak najdokładniej to, co one mają sygnalizować. Wierność rzeczywistości widoczna w słowach jest też sygnałem, że między kimś takim a rzeczywistością nie ma barier, że taki człowiek nie boi się widzieć realiów, nie ubarwia ich ani nie umniejsza ich roli. Taka prawdziwość jest jedną z cech największych nauczycieli i mistrzów duchowych. Poszukujący nie potrzebują pocieszeń ani wyjaśnień, które mają uspić ich umysły – celem poszukiwania duchowego jest widzenie wszystkiego takim, jakie to jest, a nie wmawianie sobie iluzji.

Osho tak podsumował przebieg procesu oświecenia i jego znaczenie dla ludzkości:

*Jest to więc bardzo rzadkie zjawisko: najpierw oświecenie, potem przeżycie oświecenia, potem oszczędzenie mózgu tak, by móc stać się mistrzem. A to zależy od tego, czy przed oświeceniem wyćwiczyłeś swój mózg do co najmniej jednej trzeciej jego potencjału. Mniej być nie może. Dlatego nalegam i podkreślam: nie wierz, wątp, myśl, szukaj. Wyostrz swoją inteligencję, przynajmniej do jednej trzeciej jej potencjału.*

*W międzyczasie medytuj, tak, byś w dniu, gdy dostąpisz oświecenia, mógł coś powiedzieć światu. Jesteś mu to winien. Egzystencja od milionów lat czeka na kogoś, kto dostąpi oświecenia. Kiedy wreszcie ktoś dostępuje oświecenia, egzystencja chce, by podzielił się tym, przekazał to, bez względu na koszty, wszystkim tym, którzy jeszcze śpią. Nie wszyscy się przebudzą, ale ktoś może usłyszeć to wezwanie. Nawet jeśli nieliczni je usłyszą, będzie to dostateczna nagroda.*