

A NÉGY
SZENT
TITOK

Útmutató a csodálatos állapot eléréséhez

**A N É G Y
S Z E N T
T I T O K**

A SZERETETÉRT ÉS
A GYARAPODÁSÉRT



**PREETHAJI és
KRISHNAJI**

Scolar

A mű eredeti címe: *The Four Sacred Secret. For Love and Prosperity.*
A Guide to Living in a Beautiful State

Copyright © 2019 by OWA Holdings, Inc.

All rights reserved, including the right to reproduce this book or portions thereof in any form whatsoever. For information, address Atria Books Subsidiary Rights Department, 1230 Avenue of the Americas, New York, NY 10020.

First Atria Books hardcover edition August 2019

Atria Books and colophon are trademarks of Simon & Schuster, Inc.

Fordította: Nyuli Kinga

Hungarian translation © Nyuli Kinga, 2021

Hungarian edition © Scholar Kiadó, 2021

Minden jog fenntartva

**Ezt a könyvet az emberi tudatosság
megváltoztatásának ajánljuk -
hogy minél többen megtapasztalhassák az egységet**



Tartalom

Bevezetés	9
Ébredésem	15
I.	
Az első szent titok:	
Teremtsük meg spirituális vízióinkat	25
Az első utazás:	
Gyógyítsd meg a sebzett gyermeket	49
II.	
A második szent titok:	
Fedezd fel a belső igazságod	75
A második utazás:	
A belső megosztottság megszüntetése.....	93
III.	
A harmadik szent titok:	
Ébreszd fel az egyetemes intelligenciát	119
A harmadik utazás:	
Válj szeretetteljes társsá	131
IV.	
A negyedik szent titok:	
A spirituális cselekvés	169
A negyedik utazás:	
Válj a bőség tudatos megteremtőjévé.....	179
Epilógus	213
Köszönetnyilvánítás	233
Jegyzetek	235
A szerzőkről	237



Bevezetés

Írta: Preethaji

Az ajtót kinyitva kilépek a verandára, ahol megcsap a nedves, csípős levegő. A szél a nyirkos föld illatát hozza a távolból. Két nagy, sötét felhő kering felettem, majd miután megszabadultak terhüktől, továbbsodródznak. A háztetőről lezubogó víz tócsákká áll össze a kertben. Egy béka hangos brekegésére azonnal érkezik is a válasz; hamarosan egy egész békazenekar előadását hallgatom. Összes érzékszervemet öröm tölti el. Mindenhonnan a boldogság érzése árad felém, ami a legmélyebb nyugalommá áll össze bennem. A cégünk pénzügyi igazgatója telefonál Los Angelesből, hogy egyeztessünk a tervezés alatt álló meditációs applikációnkról. A nyugalom érzése a telefonbeszélgetésünket is áthatja... és csak úgy ömlenek belőlünk a szavak.

Miért nem mindig ilyen egyszerű az élet?

Miért van olyan kevés mély és örömteli pillanat emberi kapcsolatainkban? Miért haladunk olyan lassan céljaink felé, és miért van utunkban annyi akadály? Miért olyan múltékony a boldogság? Mindannyiunkat örömmel tölt el, ha gyermekünket mosolyogni látjuk, ha megölelhetjük szereteteinket, vagy ha dicséretet kapunk. De miért múlik el olyan hamar ez az örömteli állapot, és a boldogság helyét miért veszi át ismét az idegeskedés, az aggodás vagy a kétkedés?

Az ember már több ezer éve kutatja a választ a fenti kérdésekre. Rengeteg különféle stratégiával rukkoltunk már elő

annak érdekében, hogy életünket minél tökéletesebbé tegyük. Keményen dolgozunk képességeink továbbfejlesztésén, illetve az ősi módszerek és a legújabb trükkök elsajátításán.

De vajon mindez közelebb visz minket ahhoz, hogy álmaink életét élhessük? Vagy csupán átmeneti eredményeket érhetünk el?

Természetesen a stratégiákkal nincsen semmi gond. Azonban a cél az, hogy ne elégedjünk meg a középszerűséggel. Fel kell ébresztenünk egy olyan erőt, ami sokkal hatalmasabb bármilyen stratégiánál – egy olyan erőt, ami lehetővé teszi, hogy életünkbe beáramoljon a bőség és a szeretet. Csupán annyi a dolgunk, hogy megtaláljuk hozzá a kulcsot.

Ez pedig nem más, mint a megváltozott tudatosságban rejlő erő.

Nem arról van szó, hogy át kellene programoznunk az agyunkat, vagy teljesen új szokásokat kellene elsajátítanunk; a kulcs abban rejlik, hogy meg tudjuk-e változtatni, miként érzékeljük a valóságot. Hogy miként érzékeljük saját magunkat. Hogy miként érzékeljük a minket körülvevő világot. *Mindent.*

Gondolkodjunk el ezen egy kicsit.

Mi lenne, ha életünket teljesen másképp érzékelnénk, mint korábban? Ha úgy éreznénk, agyunk teljesen új részei aktivizálódnak és töltődnek fel energiával? Ha lehetőségeket látnánk ott, ahol korábban csak akadályok tornyosultak elénk? Ha végre úgy érezhetnénk, hogy az idő és a szerencse nekünk dolgozik?

Mi mindenre lennénk képesek ilyen nagy fokú tudatossággal?

Az emberek nagy része, akikkel az elmúlt három évtizedben megismerkedtem, ki volt éhezve az ilyen jellegű

tudásra. Anyósom és apósom, Sri Bhagavan és Amma, harminc évvel ezelőtt alapította meg a Oneness [Egység] spirituális szervezetet, mely segítséget nyújt ahhoz, hogy az életet ne túléljük, hanem megéljük. Férjemmel, Krishnajival tíz évvel ezelőtt hoztuk létre a One World Academy-t – egy olyan filozófiai és meditációs iskolát, amely a tudatosság átalakítását tűzte ki célul.

Két évvel ezelőtt apósom és anyósom Krishnajira és rám bízta a Oneness igazgatását, így a két szervezet összeolvadt, és létrejött belőlük az O&O Academy. Tanfolyamaink és oktatási anyagaink már több ezer embernek nyújtottak segítséget abban, hogy egészséges kapcsolatokat alakíthassanak ki, agresszió nélkül érthessék el céljaikat, és életüket félelem nélkül élhessék. Igyekszünk mindenkinek megtanítani, hogy miként léphetnek át az izolációból a kapcsolódásba, az elkülönültségből az egységbe, a stresszből a nyugalom állapotába. Mindennek hála az ember személyisége újjászületik, így családjában és a közösségben betöltött szerepe is átalakul.

Az O&O Akadémia nem egy ashram, hanem egy olyan szervezet, amely a hallgatókat dinamikus tanulásra és továbbfejlődésre ösztönzi. A cél az, hogy az akadémián tanultakat a mindennapi életünkben is alkalmazni tudjuk. Tanfolyamaink között a tinédzserek, a családok, a spirituális keresők, az életük tudatos javításán dolgozók és a „tudatfejlesztés” iránt érdeklődők egyaránt megtalálják a nekik valót.

Sokan pont olyan stratégiai tanácsokért keresnek fel minket, mint amelyeneket a fentiekben említettem, azonban hamar rádöbbennek, hogy ezek a stratégiák eltörpülnek ahhoz a tudáshoz képest, amelyre akkor tesznek szert,

ha felismerik a tudatosság erejét, aminek köszönhetően életük megtelik varázslattal.

Ez a könyv útmutatóként szolgál az emberi tudatosságban rejlő lehetőségek felszabadításához. Sajnálatos módon legtöbbször sosem tanítottak meg arra, miképpen férhetünk hozzá ehhez a végtelen bölcsességhez. Nem csoda, hogy annyi időt töltünk boldogságunk és céljaink tervezésével – gyakran úgy érezzük, mintha az öröm és a siker olyan vendégek volnának, akiket az ember végül sosem tud rávenni, hogy vacsorára is maradjanak.

A kötetben bemutatunk négy olyan szent titkot, amelyek segítenek ráhangolódni a tudatosságban rejlő erőre. Minden titok után egy-egy „utazás” következik, melyek célja, hogy megszabadítsanak minket mindattól, ami útját állja annak, hogy megvalósíthassuk álmainkat, hozzáférhessünk a tudatosság különféle szintjeihez, és valódi kapcsolódásra legyünk képesek szeretteinkkel.

A megváltozott tudatosság legnagyobb ajándéka az, hogy megtapasztalhatjuk, milyen érzés, ha a – mi szóhasználatunkkal élve – „csodálatos állapotban” létezhetünk a világban. Ebben az állapotban az élet mindig örömtelinek és egyszerűnek tűnik. Egymás után bukkannak fel újabb és újabb lehetőségek. Új barátokra és támogatókra teszünk majd szert. Utunk során rengeteg segítséget kapunk. Nem érezzük úgy, hogy életünk kátyúba ragadt. Felébred intuíciónk.

A könyv alapvető üzenete pofonegyszerű: kétfajta lét közül választhatunk. Ez a két létforma a szenvedés és a csodálatos állapot. Az egyik a káosz energiamezejét vonja körénk, míg a másik harmóniát hoz életünkbe. Épp ezért mindannyiunk számára az a legfontosabb kérdés: „Melyik állapotban szeretném leélni az életemet?”

Azonban ez felvet egy kérdést: vajon ha meghozzuk a döntést, onnantól örökké csodálatos állapotban éljük az életünket?

Nem, a döntés önmagában nem elégséges. Először is meg kell értenünk, hogy a szenvedés gyakran nem tudatos elhatározásból fakad, és sokszor igen mélyen belénk van programozva. Epigenetikailag van kódolva bennünk, vagy magzati korunkból származik, de az is lehet, hogy gyerekkorunkban vagy még később jelent meg.

A szenvedés állapota megakadályozza, hogy teljesnek, nyugodtnak, boldognak és bátornak érezhessük magunkat. Azonban szerencsére ki lehet lépni a szenvedés állapotából.

Ha nem tanuljuk meg, hogyan szabadulhatunk ki a szenvedés állapotából, akkor újra és újra vissza fog térni, aminek hatására lassan eluralkodik rajtunk a szomorúság, az idegesség vagy a düh. Ilyen sebekkel nem fogunk boldogságot, sikert és szeretetteljes kapcsolatokat teremteni. Dühünket megpróbálhatjuk ösztönző erőként használni, ám ilyenkor sikereink nem fognak tartós meglegedettséget okozni. Vagy ami még rosszabb, olyan árat kell fizetnünk azért, hogy egyről a kettőre juthassunk, hogy a végén feltesszük majd magunknak a kérdést: „Valóban megérte mindez?”

Ezen a ponton a meditáció, a mantrázás és egy jól megérdemelt vakáció nagyjából annyit ér, mintha jégkockákkal próbálnánk lehűteni egy vulkánt.

Teljes átalakulásra van szükségünk.

Krishnajival azért álltunk neki megírni ezt a könyvet, hogy megosszuk az olvasókkal a csodálatos állapotban rejlő erővel kapcsolatos tapasztalatainkat, emellett igyekszünk majd rávilágítani arra is, milyen élményekkel gazdagodtak

azok a tanulóink, akik életük gyökeres átformálásával új, tartós kapcsolatokat hoztak létre és olyan karriert építettek fel, amely valóban örömet okoz számukra. Magánéletük megóvása érdekében hallgatóink nevét és személyes adatait megváltoztattuk, azonban átalakulásuk során szerzett tudásuk és tapasztalatuk ismertetésekor a maximális hitelességre törekedtünk.

Ahogy ezekből a történetekből is kiderül, ha hajlandók vagyunk tudatossá válni, hamarosan sokkal könnyebbnek érezzük majd életünket és kapcsolatainkat, és a sikerekért sem kell annyit küzdenünk. Ha szívünkbe vessük a négy szent titkot, az egész univerzum jóbarátként segít majd minket, és varázslatos véletlenekkel (szinkronicitással) egyengeti utunkat.

Induljunk el együtt.

Azonban mielőtt belevágnánk, hadd tegyek egy javaslatot: ne rohanjunk végig a könyvön. *A Négy szent titok* olyan kötet, amelyhez érdemes újra és újra visszatérni, ugyanis az üzenet a lelkünkhöz szól. A szavakban rejlő igazság minden egyes nappal egyre világosabbá válik majd. A mindennapi meditáció részeként is olvashatjuk a könyvet, vagy akár mindig kéznél tarthatjuk, hogy inspirációt meríthessünk belőle a mindennapi kihívások során. Miközben olvasunk, nyugodtan jegyzeteljünk, írjuk le kérdéseinket és elképzeléseinket – ettől lesz a könyv igazán a miénk. Így ha újra kézbe vesszük, a szavak mindig új tanulságokkal szolgálnak majd.

Újra és újra gondolkozzunk el az olvasottakon. Figyeljünk fel a bennünk felmerülő érzésekre és meglátásokra, és vegyük észre a tudatosságban rejlő erő felébresztésével felbukkanó különleges szinkronicitásokat is.



Ébredésem

Írta: Krishnaji

2009 tavaszán épp a dél-kaliforniai Big Bear Lake-ben vakációztam Preethajival és lányunkkal, az akkor ötéves Lokaával. Már jó ideje vártuk ezt a közös nyaralást. Egy hegytetőn állva szívtuk magunkba a környék elbűvölő szépségét.

A hatalmas, kristálytisza tó kék vize szinte végtelennek tűnt. A felszínen zöld és fehér foltokban tükröződött vissza a föld és az ég. A háborítatlan tóban ezüst és arany csíkok játszottak. A tudómet betöltötte a föld friss, ropogós illata, ami teljesen felvillanyozott. Számítottunk rá, hogy a hegyekben hűvösebb lesz az idő, de egyikünk sem gondolta, hogy az olvadt hó miatt kiáradt tó felől érkező szellő ilyen csípős lesz. A hideg a testemet és az elmémet is felébresztette.

Pár pillanattal később Lokaa lelkesedése törte meg a csendet. – Nanna, Nanna, nézd! – kiáltotta, engem az apukáknak kijáró, kedveskedő dél-indiai elnevezéssel illetve. Megragadta a kezemet, majd a kikötő felé mutatott, ahol épp két jet ski készült kikötni. Preethaji és én összenézünk. Hogyan mondhatnánk nemet erre a lelkesedésre?

Lokaa öröme hamarosan ránk is átragadt. A jet ski oktató igen jó kedélyű fickónak bizonyult. Miután végigmotogatta az alapokat, feltette a kérdést:

– Tényleg ragaszkodnak a mentőmellényekhez?

Olyan lazán kérdezte, hogy szinte azonnal rávágtam: – Nem, semmi szükség rá. Körülbelül fél perc múlva Pree-

thaji hozzám fordult, és így szólt: – Inkább mégis vegyük fel a mellényeket! – Egy pillanat múlva nekem is bevillant, hogy mindenképpen szükségünk van rájuk, hiszen Preethaji nem tud úszni. Megfogtuk tehát a mellényeket, és elindultunk az egyik jet ski irányába.

Ahogy beindítottam a motort, Lokaa hangos éljenzésben tört ki, így a hangzavarban alig hallottuk az oktató utolsó tanácsait. Emelt hangon próbálta felhívni figyelmünket arra, hogy ne menjünk túl gyorsan, és kerüljük a hajtókanyarokat. Miközben távolodtunk a parttól, még utánunk kiáltott: – Ha a jet ski felborul, hét percen belül vissza kell fordítani, különben elsüllyed. – Ezután nekivágtunk a tónak.

– Gyorsabban, Nanna, gyorsabban! – kiabálta nevetve Lokaa. Ekkor már igen távol voltunk a kikötőtől, de úgy tűnt, a másik part még mindig kilométerekre van.

Szerettem volna, ha Lokaa és Preethaji is felejthetetlen élményekkel gazdagodik, úgyhogy gázt adtam. Elkezdtem jobbra-balra mozgatni a kormányt, hogy jó nagy hullámok alakuljanak ki a nyomunkban. Azonban a jet ski hirtelen felborult, és mindhárman a vízbe estünk.

Minden elfeketedett körülöttem. Lehúzott a mélység. A félelem a szívembe mart, amikor éreztem, hogy Preethaji minden erejével kapaszkodik a ruhámba. Hol van Lokaa? Minden energiámat összeszedve elértem a vízfelszínre, és szerencsére hamarosan mindketten felbukkantak melletttem, a szorosan rájuk erősített mentőmellényeknek hála.

Preethaji levegőért kapkodott, ugyanis ijedtében vizet lélegzett be. Ahogy próbálta összekapni magát, az agyam pörögni kezdett. Mi lett volna, ha valami komoly bajuk esik? Beletelt pár percbe, mire lehiggadtam, és őket is végre

meg tudtam nyugtatni. Lokaa gyorsabban összeszedte magát, mint Preethaji.

– Kanna! Hogyan fordítjuk vissza a jet skit? – kiáltotta Preethaji.

Egyre feszültebb lettem, ahogy az oktató szavai visszahangoztak a fejemben. Tudtam, hogy lassan letelik a hét perc, így a jet ski bármelyik pillanatban elkezdhet süllyedni.

A jéghideg vízű tó kellős közepén nem tudtunk segítséget hívni elázott telefonjainkon. És szinte biztosak voltunk benne, hogy ha az oktató ennyire felelőtlen volt a biztonsági előírásokat illetően, akkor nagy eséllyel már rég megfedkezett rólunk. *Mi lesz, ha senki nem érkezik a segítségünkre?* – gondoltam, miközben egyre inkább eluralkodott rajtam a pánik. Halálra fogunk fagyni a vízben. Bár nem tudtam visszafordítani a jet skit, szerencsére még mindig nem kezdett süllyedni. Úgy tűnt, nem vagyunk életveszélyben, csak meg kell várnunk, hogy valaki ránk találjon.

Az agyam mindeközben tovább pörgött. Irtó dühös voltam, hogy a kikötőben nem kaptunk rendes eligazítást. Annyira mérges voltam, hogy legszívesebben leordítottam volna a kölcsönzős fickó fejét. És közben azon tépelődtem, hogy miért történt velünk ez a szerencsétlenség. Csak úgy száguldoztak a kérdések a fejemben.

Miért történt ez a családommal? Vajon a rossz karma miatt? Vagy ez valami kozmikus terv része? És vajon milyen tanulságokat kellene levonnom mindebből?

A bennem megfogalmazódó válaszok egyikétől sem éreztem jobban magamat. Ha rá tudnám kenni az egészet a rossz karmára, egy kozmikus tervre vagy egy fontos tanulságra, amit le kell majd ebből vonnom, akkor dühöm

biztosan elpárologna, lenyugodnék, és a bennem kavargó kérdések is eltűnnének. Azonban dühöm és a kérdések is csak egyre intenzívebbé váltak.

Mi történik velem? Miért érzem úgy, hogy szenvedek?

Sosem esett nehezemre ezekhez hasonló komoly kérdéseket feltenni önmagamnak. Tulajdonképpen gyerekkoromtól kezdve mindig is erre tanítottak. Édesapám, Sri Bhagavan, spirituális tanító, a Oneness spirituális szervezet egyik alapítója. A mozgalom alapja a deeksa, azaz az egységben rejelő áldás. Gyerekkorában édesapámnak egy misztikus látomásban megjelent egy hatalmas aranygömb, aminek hatására mantrázni és meditálni kezdett az emberiség megszabadulásáért. Később egy olyan iskolát alapított, ahol a gyerekek a hagyományos tantárgyak mellett azt is megtanulják, hogyan létesíthetnek tartalmas emberi kapcsolatokat. Én magam is ebbe a suliba jártam.

Tizenöt évvel azután, hogy édesapám látomásai megszűntek, elkezdődtek az én látomásaim. Tizenegy éves koromban kezdtem megtapasztalni a tudatosság különböző szintjeit, melyekről korábban még csak nem is hallottam. És ezek az állapotok elkezdtek hatni a barátaimra és osztálytársaimra is.

Amikor édesapám azt kérdezte, tudatosan meg tudom-e osztani tapasztalataimat másokkal, akkor igennel válaszoltam. Amikor az adott tudatosságszintet megosztottam valakivel, az illető ugyanazt a hatalmas arany fénygömböt látta maga előtt, ami nekem is megjelent.

Valaki istennek hívta, egyesek szeretetnek, mások pedig szentségesnek.

Különleges gyerekkorom eredményeképpen mindig is érdeklődtem a világ titkainak kifürkészése iránt. Azonban

a filozófiai kérdések megválaszolása sosem tűnt még olyan égető feladatnak, mint ott a tó közepén.

Sajnos egyetlen eszembe ötlő magyarázattól sem éreztem jobban magamat, ahogy ott lebegtem a fagyos vízben. Egyetlen gondolat sem nyugtatott meg. A dilettáns kölcsönzősre gondolva ismét előntött a düh. Egy szóval sem mondta, hogyan kell visszafordítani a jet skit, ha felborulunk. Hogy feledkezhetett meg egy ilyen fontos részletről? Hogy lehet valaki ennyire felelőtlen?

Képtelen voltam úrrá lenni idegességemen. Újra és újra ugyanaz járt a fejemben. Ez furcsa volt, ugyanis gyerekkorom óta tudatosan küzdöttem az ellen, hogy a rossz érzések átvegyék az irányítást felettem. A bennem kavargó káoszról egyre rosszabbul éreztem magamat, ezért figyelmemet igyekeztem befelé fordítani. Az igazság egy szempillantás alatt felragyogott bennem. Rádöbbsentem, hogy nem az univerzumra, az életre vagy a kölcsönzős fickóra haragszom; valójában saját magamra voltam mérges.

A kikötőben én voltam az, aki nagy lelkesedésében első körben még a mentőmellényeket is visszautasította. Ha akkor Preethaji nem áll a sarkára, talán egyikünk sem élte volna túl a kalandot.

Amint rádöbbsentem az igazságra, a bennem fortyogó káosz elült.

Ami ezután történt, az maga volt a tökéletes kiüresedés.

Az összes menedék, ahová addigi életem során a szenvedés pillanataiban elrejtőztem – vagyis az összes olyan természetfeletti magyarázat, amelyek megnyugvás nyújtottak, amikor épp szomorú voltam –, mind elillant. Többé nem bújhattam a biztonságos és kényelmes megoldások mögé.

Elképzелhetetlen sebességgel robotgam valami felé – de hova? A célt ekkor még nem láttam. A belső csendnek hála felfedeztem, hogy egy dologban az összes korábbi szenvedésem hasonló volt. Egész lényemet átjárta a megvilágosodás: szenvedésem énközpontú gondolkodásmódomban gyökerezett.

És nem csupán saját szenvedéseimet értettem meg végre, hanem az egész emberiségét. Abban a pillanatban kristálytiszván láttam az emberi boldogtalanság elsődleges okát: azt, hogy mennyire csak saját magunkkal foglalkozunk. Csak *én, én, én*. Az aggodalom, az idegesség, a szomorúság, az elégedetlenség, a düh és a magány gyökere is abban keresendő, hogy gondolataink gyakorlatilag állandóan saját magunk körül forognak.

Minden egyes idegsejtem felélénkült, amikor rádöbbenem, hogy a stressztől és a boldogtalanságtól egyetlen módon szabadulhatunk meg – ha képesek vagyunk önmagunkon kívül másokkal is foglalkozni.

Ebben a pillanatban úgy éreztem, hogy megszűntem létezni, mint „tapasztaló”. Az ember, aki épp szenvedett vagy nem szenvedett, eltűnt, és a szenvedés okozója sem volt jelen többé. Az a Krishnaji, aki arra várt, hogy valaki végre kimentse a családját, elillant. Nem volt többé jelen az elválasztott én.

Elfogott a határtalanság érzése. Nem csak Preethajival és Lokaával váltam eggyé, hanem az engem körülvevő egész világgal. Úgy éreztem, semmi sem választ el tőlük, ahogy a föld és a belőle született testem egyesült.

Ahogy végignéztem magamon, édesanyámat, édesapámat, nagyszüleimet és dédnagyszüleimet láttam – az összes előttem élt generációt. Úgy éreztem, hogy a történelem hajnala óta élt összes ember az őszám.

Nem voltak különálló lények, különálló dolgok, különálló események vagy különálló erők. Láttam magamban az óceán és az ég hatalmasságát. Én magam voltam az univerzum. Az egész univerzum egy hatalmas organizmus, egy nagy folyamat, melyben tulajdonképpen minden egy.

Egyetlen dolog létezett: az Egység. A Szentséges. Az, amit a hindu kultúra Brahmának hív, vagy amit más vallások Isteninek neveznek.

De az Istenit nem önmagamtól elválasztva éltem meg.

Nem volt különálló semmi. Nem volt idő sem.

Az élmény egy egész emberöltőnek tűnt, pedig csupán 25 percet töltöttünk a vízben, mielőtt a mentőcsapat ránk talált. Amíg vártam, hogy családomat kimentsék, intenzív szenvedély ébredt fel bennem: úgy éreztem, segítenem kell embertársaimnak abban, hogy ők is megtapasztalják, amit én – hogy ők is szabadok lehessenek.

Meg kell szabadulnunk attól a berögződéstől, hogy egymástól elválasztva működünk. Meg kell szabadulnunk a bennünk dúló és a külvilággal vívott háborútól. Meg kell szabadulnunk a szenvedéstől, amitől életünket értelmetlennek és feleslegesnek érezzük.

Akkor megértettem, hogy a csodálatos állapotban leélt gyönyörű élet lehetősége mindenki sorsában ott van. Megértettem, hogyan keveredhetnénk ki a szenvedés útvesztőjéből. Az út tisztán látszott előttem.

Köszönjük, hogy a Scolar Kiadó könyvét választotta.
Iratkozzon fel hírlevelünkre a www.scolar.hu honlapon,
vagy keressen minket a [facebook.com/scolarklub](https://www.facebook.com/scolarklub) oldalon!

Scolar Kiadó, 2021
1016 Budapest, Piroska utca 13.
(+36 1) 466 7648
scolar@scolar.hu; www.scolar.hu

Felelős kiadó: Érsek Nándor
Felelős szerkesztő: Györe Bori
Tördelés: Bárány Gizella

ISBN 978-963-509-325-0

Nyomta és kötötte: Korrekt Nyomdaipari Kft.
www.korrektnyomda.hu
Felelős vezető: Barkó Iliász