

WYWIAD ZE ŚRI SWAMIM VISHWANANDĄ

na temat Atma Kriya

Skąd pochodzą techniki Atma Kriya?

„Techniki te zostały mi przekazane dawno temu przez Mahawatara Babadźiego. Miałem wtedy pięć lat. Nie przekazał mi tego słowo po słowie, ale przez samo swoje spojrzenie natchnął mnie wiedzą o tym. Wszyscy mnie proszą, bym nauczał technik Atma Kriya, tym razem jednak nie będę tego robił. [Jest to zadanie nauczycieli Atma Kriya.] Ta krija została przekazana specjalnie dla ludzi żyjących obecnych czasach, aby poczuli bardziej serce – ponieważ w dzisiejszych czasach serca ludzkie są bardzo pozamykane. Ludzie otworzyli bardziej swe umysły, lecz zamknęli swe serca. Pozwolili, by komputery działały za nich. Zaraz obok umysłu jest teraz właśnie komputer. Ludzie zapomnieli jednak, że są żyjącymi świątyniami – że tym, co daje im energię do działania, jest właśnie serce.”

Różne inne techniki krija były przekazywane w przeszłości przez Mahawatara Babadźiego. Dlaczego tak ważne było, by zmienić teraz te techniki z przeszłości?

„Nie zmieniłem żadnej z technik krija z przeszłości. Jest wiele rodzajów technik krija i wiele Mistrzów, którym Mahawatar je przekazał w czasach, dla których były najlepsze. Atma Kriya, jak wiecie, opiera się na Bhakti, oddaniu, czego tak bardzo brakuje w dzisiejszych czasach. Ta forma kriji jest teraz po prostu potrzebna. Ale w ostateczności wszystkie systemy krija prowadzą do tego samego celu: do samourzeczywistnienia, do urzeczywistnienia Boga w sobie. Jak dobrze wiecie, krija jest jedną z najlepszych technik, aby urzeczywistnić swoje prawdziwe Ja, Boga w sobie. Teraz po prostu jest na to czas. Atma Kriya została przekazana dla tych czasów. Teraz jest czas na Bhakti. Dlatego właśnie Atma Kriya została teraz przekazana.”

Czy dzięki praktyce Atma Kriya jest możliwe nawiązanie osobistej relacji z Mahawatarem Babadźim?

„Oczywiście. Każdy ma inną relację z Mahawatarem Babadźim, czy też inną formą Boga. Ta osobista relacja jest bardzo ważna, ponieważ bez niej nie można się rozwijać. Bez niej nie da się poznać tej intymnej relacji pomiędzy kochającą duszą, a jej Ukochanym. Dopiero, gdy staniiesz się tą kochającą duszą, dopiero wtedy będziesz mógł wzniecić tę relację. Ta osobista relacja pomiędzy Mistrzem a uczniem jest bardzo ważna. Bez niej jest trudno.

Zawsze myśląc o osobistej relacji z Mistrzem, wyobrażamy sobie, że musi być ona zawsze słodka i delikatna. Nie. Mistrz jest jak kowal. Widziałeś kiedyś kowala przy pracy? Nagrzewa kawałek metalu i zaczyna w niego uderzać z siłą i mocą, aby na koniec ten kawałek metalu wyszedł spod jego rąk wypolerowany, błyszczący i śliczny. Ale gdy będziesz patrzył na kowala przy pracy,

będzie ci się wydawało, że jest okrutny! Ponieważ uderza w ten kawałek metalu tak mocno, z taką siłą... Dlaczego jednak to robi? Gdyby Mistrz zawsze był delikatny, wtedy jego uczeń niczego by się nie nauczył. To właśnie błąd jaki uczniowie najczęściej popełniają, zwłaszcza na Zachodzie. Myślą, że Mistrz powinien być taki, jak oni tego chcą, zapominając przy tym, że Mistrz jest Mistrzem i to on rzuca wszystkiemu wyzwanie. Tak samo jest z Mahawatarem Babadżim. Musicie rozwinąć w sobie tę relację z Guru, który jest wewnątrz was, z Mahawatarem Babadżim – ale nie oczekujcie, że zawsze będzie w waszym wnętrzu tylko delikatny i słodki. Jego słodycz polega na wyzwaniach, jakie ci będzie rzucał, aby uczynić cię silniejszym. Tak, jak kowal uderza w kawałek złota. Gdy złoto jest twarde, wtedy kowal będzie uderzał jeszcze mocniej, aby usunąć z niego wszelkie nieczystości. Dzięki temu złoto będzie piękne. Tak samo Mistrz czyni swego ucznia pięknym.”

Co jest tak szczególnego w Śaktipacie? Jaka jest różnica między praktykowaniem technik Atma Kriya z Śaktipatem a bez Śaktipatu?

„Śaktipat to błogosławieństwo Nauczyciela, poprzez którego technika została przekazana. Przez wieki Mistrzowie obdarzali błogosławieństwem Śaktipatu. Praktykując kriję z błogosławieństwem Śaktipatu, można osiągnąć efekty bardzo szybko. Ale krija praktykowana bez tego błogosławieństwa... Jak Babadżi powiedział do samego Lahiriego Mahaśaji: „Daję ci to błogosławieństwo, abys mógł to przekazać swoim uczniom. Ale ktokolwiek będzie wykonywał kriję bez tego błogosławieństwa, ten nie będzie mógł czerpać z niej korzyści.”

Śaktipat jest jak klucz do samochodu. Możesz mieć piękny samochód, ale jeśli nie masz kluczy, by zapalić silnik, samochód będzie mógł tylko stać. Możesz być w samochodzie, siedzieć w nim, nawet skakać... Możesz w nim robić wszystko, co tylko zechcesz, ale nie będziesz mógł nim jeździć. Tylko gdy mając klucze włożysz je do stacyjki i zapalisz silnik, możesz zacząć jeździć. Tak samo jest z Śaktipatem. Śaktipat zapala wewnątrz ciebie moc Krija Śakti.”

Czy dzięki praktyce Atma Kriya można osiągnąć samourzeczywistnienie jeszcze w tym wcieleniu?

„Tak, można. Ale trzeba praktykować szczerze. Nie trzeba zmuszać się do praktyki – trzeba ją tylko wykonywać z miłością, tak bardzo, jak to możliwe.”

Jak wiele trzeba praktykować, aby osiągnąć samourzeczywistnienie?

„Tu nie chodzi o ilość praktyki, ale o jej jakość, tak jak już powiedziałem. Jeśli obudzi się w tobie miłość, wtedy wystarczy nawet tylko jedna sesja. Dlaczego więc praktykujemy tak wiele? Wiemy, że nasza dusza, Atma jest częścią Paramatmy [Najwyższej duszy] i zawiera się w niej wszystko... Ale mimo to, nie urzeczywistniamy tego. Dlaczego? Wykonujemy tak wiele różnych praktyk... Ale tylko jedna taka praktyka może zrobić wielką różnicę. I ta jedna będzie pochodziła prosto z serca.”

Dlaczego jest aż pięć stopni Atma Kriya, skoro ponoć już pierwszy może doprowadzić do samourzeczywistnienia?

„Cóż, inne stopnie nie są przekazywane w tym świecie. Stopień pierwszy, drugi, trzeci i czwarty jest przekazywany w tym wymiarze, ale piąty jest przekazywany w innym wymiarze. Bardzo często ludziom trudno jest praktykować nawet pierwszy stopień. Kiedy więc będą gotowi na drugi? Najpierw muszą pokazać swoje oddanie w praktyce pierwszego.

Gdy mówimy o technikach Atma Kriya, mówimy wtedy o całym systemie Atma Kriya, a nie tylko o pierwszym stopniu Atma Kriya. Spytałeś mnie wcześniej, czy Atma Kriya może doprowadzić do samourzeczywistnienia jeszcze w tym wcieleniu. Odpowiedziałem: „Tak”. To prawda. Ale nie rozmawialiśmy o stopniach Atma Kriya. Pierwszy stopień przygotowuje cię do drugiego stopnia, drugi przygotowuje cię do trzeciego, trzeci do czwartego, zaś czwarty do piątego. Tylko pierwszy stopień składa się z tak dużej ilości praktyk. Gdy dojdiesz do doskonałości w praktyce pierwszego stopnia, otrzymasz drugą kriję, która jest tylko jednym ćwiczeniem. Trzeci stopień to także tylko jedna krija. Czwarty to także tylko jedna krija. A więc w rozwoju duchowym nie chodzi wcale o ilość wykonywanych praktyk. Te cztery krije, które są przekazywane w tym świecie, doprowadzą do piątej kriji.”

Niektórzy ludzie mówią, że techniki nie są istotne, że ważne jest jedynie, aby być zawsze obecnym tu i teraz. Czy jednak jest możliwe być tu i teraz bez tych technik?

„Cóż, teraz mówimy o Atma Kriya jako o technikach, ale w codziennym życiu, chodzenie do pracy jest także techniką. Czy możesz zarobić na życie po prostu siedząc i nic nie robiąc? Nie, musisz włożyć w to trochę wysiłku. Leniwi ludzie mówią: „I tak dostaniemy wszystko.” To prawda, ale Bóg nie będzie karmił kogoś, kto nie wkłada w to żadnego wysiłku. Zawsze trzeba włożyć pewien wysiłek. I jest to bardzo ważne. Zaś techniki w tym pomagają. Widać tę prawidłowość nawet w interesach.

Ludzie często mówią: „Ok, wiem, że Bóg i tak mi to da.” Oczywiście, na końcu Bóg ci to da, ale to ty sam możesz sprawić, że to się stanie. Możemy przyspieszyć bieg rzeczy, jeśli tylko przestaniemy zakładać ręce i mówić: „Bóg wszystko za mnie zrobi.” Myśląc w ten sposób, możesz poczekać na to przez jeszcze wiele wcieleń. A myślisz, że twoja dusza chce tu zostać? Czy myślisz, że twoja dusza chce ciągle nieść na sobie ciężar wszystkich karmicznych rzeczy, z jednego wcielenia do drugiego? Nie. Jeśli będziesz praktykować Atma Kriję, spalisz bardzo dużo karmy.”

Czy można łączyć praktykę Atma Kriya z innymi technikami medytacji lub samo uzdrawiania, jak na przykład Reiki?

„Normalnie nie. W bardzo rzadkich wypadkach pozwalam ludziom na takie połączenie, ale nie z Reiki. Nie mówię, że technika Reiki jest zła... To dobra technika. Ale jest wiele tak zwanych „mistrzów”, którzy nazywają siebie mistrzami Reiki, a tak naprawdę nie mają pojęcia, co to jest. To nie tak, że pójdziesz na dwa kursy i już stajesz się mistrzem Reiki. W dzisiejszych czasach stało się to bardzo skomercjonalizowane.

Wracając do twojego pytania: lepiej jest nie mieszać technik Atma Kriya i z innymi technikami medytacyjnymi. Jeśli ktoś chce praktykować Reiki, może to robić, ale oddzielnie, nie mieszając tego z technikami Atma Kriya. Tak jest lepiej.”

Czy techniki Atma Kriya budzą czakrę serca? Jakie są tego następstwa?

„Następstwa? [Śmiech.] Słowa „następstwa” używa się zazwyczaj w odniesieniu do czegoś, co raczej nie jest dobre. A tymczasem następstwem otwierania się serca jest miłość. To jedyne następstwo w tym wypadku. A następstwa miłości są zawsze dobre. W Atma Kriya chodzi tylko o to, by otworzyć serce na miłość. Aby kochać bezwarunkowo, by kochać w sposób nieograniczony.

Kim jesteśmy? Jesteśmy czystą miłością, jesteśmy nieograniczoną miłością. A gdy nasze serce doświadcza tej właśnie miłości, wtedy doznajemy właśnie tego innego rodzaju miłości – miłości, której nie da się nabyć za pieniądze; miłości, którą możemy tylko odczuwać, ale nie możemy jej opisać.”

Dlaczego w systemie Atma Kriya tak bardzo skupiamy się na czakrze trzeciego oka? Czy serce nie jest ważniejsze? Czy przez serce nie wiedzie bardziej bezpośrednia ścieżka do Boga?

„To prawda, serce jest najbardziej bezpośrednią ścieżką do Boga. Ale wszystko zawiera się w Oku Mądrości. Wszystko jest obecne w Świadomości, w której mieszka dusza. A czym jest dusza? Dusza jest sercem Boga. Za każdym razem, gdy koncentrujemy się na czakrze trzeciego oka, tak naprawdę koncentrujemy się na kosmicznym OM, które jest naszym pierwotnym Ja. Tam jest obecna Atma. A więc, gdy oddychamy przez to miejsce, przypominamy sobie, kim jesteśmy. Jesteśmy Atmą – zaś Atma [indywidualna dusza] jest w swej istocie Paramatmą [Najwyższą Duszą]. Nie ma między nimi żadnej różnicy. A więc oddychając przez trzecie oko, przypominamy sobie, że jesteśmy Atmą, częścią Paramatmy, i w końcu osiągniemy ten stan. Dlatego właśnie wdychamy dźwięk OM przez trzecie oko – wznieca to miłość Boga w naszych sercach.

Często, gdy mówi się o sercu, ludzie skupiają się na tym fizycznym sercu, które jest czymś innym niż duchowe serce. Zaś gdy koncentrujecie się na czakrze trzeciego oka, wtedy macie do skupienia tylko ten jeden punkt, a nie dwa. Jeśli mówisz komuś, by skupił się w tym miejscu między brwiami, nie ma tam żadnego innego fizycznego otworu, na którym mógłby się skupić – jest tam

tylko ten mistyczny otwór, który znajduje się głęboko w środku. Gdy bierzemy wdech poprzez Świadomość obecną w tym miejscu, wtedy wnosimy tę Wyższą Świadomość także w dół, w niższe obszary świadomości, aby krok po krok je oczyścić i ponownie wznieść.”

Jakie trzy cechy powinna w sobie kultywować osoba praktykująca Atma Kriya?

„Te trzy cechy: miłość, pokorę i cierpliwość – zawsze o tym mówię. A spośród tych wszystkich cech miłość jest najważniejsza. Miłość prowadzi do pokory, zaś pokora prowadzi do cierpliwości.”