

Wykład Sri Sri Ravięo Shankara w Warszawie, 21.10.2016

Czyż nie pragniemy wszyscy, aby ten świat był szczęśliwy? Chcemy oglądać szczęśliwych ludzi, prawda? Cofnijcie się pamięcią wstecz i przypomnijcie, jak kiedyś wyglądało życie społeczne. Oczywiście, nie było wtedy dobrobytu takiego, jaki jest teraz, lecz jak żyli ludzie? Czy pamiętacie, że w Polsce było więcej spokoju, mniej przestępstw, a ludzie okazywali wobec siebie więcej życzliwości? Ja to pamiętam. Gdy przybyłem tu w 1990, kiedy to Polska wyzwoliła się spod komunizmu, ludzie okazywali sobie wiele współczucia i miłości. Dziś żyjemy bardziej komfortowo, jest wygodny transport, mamy lepsze systemy ogrzewania, więcej pieniędzy, lecz także więcej przemocy i depresji, a w dużych miastach nawarstwiają się problemy. Czy teraz dzieci są bardziej szczęśliwe niż te żyjące wcześniej? Nie.

Czyż nie chcemy budować lepszego świata dla naszych dzieci? Czy nie pragniemy uczynić ten świat bardziej przyjaznym miejscem?

Cóż więc robić? Musimy usunąć korzeń problemu, a jest nim s t r e s. Dzieci, zanim staną się nastolatkami, doznają z powodu stresu wielu emocjonalnych i mentalnych problemów. Obecnie w Polsce odnotuje się wzrost stresu o 50%, a raka o prawie 100%. Na świecie, a szczególnie w Europie, wyjątkowo szybko wzrasta depresja. Rządy krajów na świecie nie wiedzą, jak z tym radzić. Nie można przecież zaaplikować prozak dla tak wielkiej populacji. W tej sytuacji my powinniśmy dołożyć starań, aby podtrzymać w społeczeństwie i w nas samych dobre emocjonalne samopoczucie. W tym celu powinniśmy tworzyć centra szczęścia – na podobnej zasadzie jak istnieją restauracje, pralnie, siłownie. Naszym zadaniem jest zatroszczyć się o umysł i umniejszyć stres. Jest to możliwe tylko poprzez duchową wiedzę. Chciałbym, aby w Warszawie zaistniały cztery centra szczęścia w różnych częściach miasta. Co o tym sądzicie? (*słychać brawa*)

Centrum szczęścia to miejsce, gdzie można przyjść i spotkać się z nauczycielem, pomedytować i wyjść z uśmiechem na twarzy. Kto jest zainteresowany stworzeniem takiego ośrodka? Wszyscy musimy podjąć wysiłek, aby budować takie centra. A motywacją niech będzie niesienie zadowolenia osobom najbliższym i społeczeństwu.

A teraz spójrzcie na osoby obok was - czy się uśmiechają? Tak, uśmiechają się - w odpowiedzi na twój uśmiech, jednak w środku istnieje pewna blokada. Zmartwienie o życie, o zdrowie, o związek, o pieniądze, o dzieci lub o reputację. Na tych sześć zmartwień jest jeden środek zaradczy – duchowość. Jest tu kilku biznesmenów, którzy mogliby potwierdzić, że gdy zaczęli medytować, ich sprawy zawodowe się poprawiły. Inni mogliby opowiedzieć, jak dzięki medytacji utrzymują dobre relacje z ludźmi. Jest wielu, którzy dzięki pranajamom, jodze i medytacji wyzdrowieli.

Kto z was ukończył kurs *Blessingu*. Czy wasze błogosławieństwa działają? Czy nie powinniśmy robić coś dla społeczeństwa i jednocześnie dla siebie?

Oto pytania, na które powinniście sobie odpowiedzieć.

Pytanie: Jaka jest Twoja definicja szczęścia?

Sri Sri: Poczucie szczęścia to najbardziej naturalny stan, kiedy czujesz że osiągnąłeś cel. Jak się czujesz po zdaniu egzaminu? Jesteś szczęśliwy! Gdy szukasz pracy i w końcu ją dostajesz – co czujesz? Radość!

Pytanie: Czy uważasz, że naszym celem jest pogoń za szczęściem?

Sri Sri: Wszystko co robimy, co nas motywuje, wynika z poszukiwania szczęścia. Jednakże to nie koniec, bo jest coś więcej. Życie jest o wiele większe, niż nasze małe osiągnięcia.

Pytanie: Obecnie sytuacja polityczna w Polsce jest wielce skomplikowana, a społeczeństwo podzielone. Co możemy zrobić jako jednostki, aby zjednoczyć społeczeństwo?

Sri Sri: Uważam, że to pytanie jest warte milion dolarów. Co możemy zrobić, aby poprawić sytuację, aby zjednoczyć społeczeństwo, aby nadać mu kierunek? Jaki wyznaczymy wspólny cel, który połączy ludzi. Oto zadania dla nas.

Ludzie są podzieleni, bo nie mają wspólnego celu i nie ma zagrożenia. Gdy przychodzi zagrożenie, na przykład ze strony Niemiec, albo Rosji, wtedy wszyscy politycy i cały naród się jednoczą. A gdy nie ma zagrożenia z zewnątrz i nie ma wizji na ekonomiczny wzrost Polski, ludzie skupiają się na swoich małych sprawach i stają się egoistyczni. Dlatego właśnie powinniśmy dać społeczeństwu wielką wizję, na przykład: Sprawmy, aby w Polsce nie było chorób – ani fizycznych, ani mentalnych. Niech w Polsce powstaną najlepsze ośrodki edukacyjne. Niech wskaźnik wzrostu ekonomicznego podniesie się czterokrotnie. Niech Polska stanie się jednym z najbogatszych krajów.

Nie dajemy uwagi istniejącym problemom młodzieży. Obecnie wzrasta porzucanie nauki. Dawniej, 30-40 lat temu, dzieci w Polsce nie uciekały ze szkół. Tak więc potrzebna jest wspólna, powszechna wizja szczęśliwego społeczeństwa. W skali światowej wskaźnika szczęścia Polska lokuje się na samym dole. Pierwszy jest Bhutan, następne są kraje skandynawskie, a Polska jest nisko. Powinniśmy podnieść ten wskaźnik, aby znajdowała się w czołówce. Sprawmy, aby Polska była krajem ludzi zadowolonych. Zaproponujmy tę wizję społeczeństwu i politykom.

Pytanie: Środki masowego przekazu wiele informacji o nienawiści i agresji, przekazują nam głównie niepomysłne wiadomości. Każdego dnia duża dawka takich informacji płynie do społeczeństwa. Jak możemy uchronić dzieci przed odbiorem tej negatywnej energii?

Sri Sri: Wiem, że jest dużo agresji. Agresja to problem światowy, dlatego oferujemy *Happiness Program*. Coraz więcej ludzi rozpoznaje jego wartość. Wicie, kilka lat temu nikt nie mówił o organicznej żywności. 30 lat temu nie znano jogi. Dziś zauważa się znaczenie braku przemocy, współczucia i innych wartości.

Lecz przybyłem tu, aby powiedzieć wam o czymś znacznie większym i głębszym. Masz w sobie światło, moc. Duch w tobie jest nieśmiertelny, starszy niż świat – niż kamienie, budynki. Moc w tobie jest całym pięknem – światłem, prawdą i jest tym, czego szukasz. Przychodzę tu, aby ci przypomnieć, że masz to w sobie, tylko zapomniawszy.

Aby połączyć się ze światłem, które masz w sobie, musisz żyć jak król, a wtedy zniknie wszelkie poczucie braku oraz wzrośnie intuicja.

Oferujemy właśnie *Program Intuicji*, który wdramy wśród dzieci. Dzieci są w stanie czytać z zamkniętymi oczami. W Polsce jest 9-letni chłopiec, który potrafi czytać w sanskrycie. W każdym z nas znajduje się wewnętrzny potencjał, lecz nigdy z niego nie korzystaliśmy, bo zapomnieliśmy hasło dostępu, dlatego żyjemy w niedoli. Gdy zapomnisz hasło do komputera lub telefonu, żyjesz tak jakbyś go nie miał. Duchowość daje nam to hasło dostępu do wewnętrznej przestrzeni - wspaniałej, ogromnej.

Istotne jest, abyście wzrastali w siłę i mądrość. Niech to będzie twoja osobista wizja. Następnie twórz wizję szczęśliwego społeczeństwa: społeczeństwo wolne od przemocy, ciało wolne od chorób, umysł wolny od zamętu, intelekt wolny od zahamowań, pamięć wolna od traumy, dusza wolna od smutku – to prawo każdej jednostki ludzkiej. Pracujcie nad tworzeniem szczęśliwego społeczeństwa. Czyż nie chcecie tego? Kto chciałby zostać liderem takiego projektu?

Czy wiecie, jak powstała Sztuka Życia w Polsce? To było 27 lat temu. Przebywałem wtedy w Niemczech i pewnego dnia powiedziałem dwójgu nauczycieli, że w Polsce mnóstwo ludzi czeka na tę wiedzę, i że powinni tam pojechać i nauczać. Było to w 1989. A oni powiedzieli, że nikogo w Polsce nie znają. Odpowiedziałem: gdy tam pojedziecie, to poznacie. Zawsze uważałem, że cały świat jest moją rodziną. W każdym miejscu czuję się jak w domu, także w Warszawie. Więc przyjechało tu dwoje nauczycieli i poprowadzili kurs. A w 1991 duża grupa Polaków przybyła do Indii. Wydałem wtedy komentarze do najstarszej wiedzy: *Asztawakra Gity*. Te wykłady do dziś są słuchane przez miliony ludzi na świecie. Główną część publiczności stanowili Polacy – aż 90 osób. W owym czasie nasz aszram był mały, bez udogodnień - nie było elektryczności, czasem wody, padały deszcze. Jednak pomimo tylu wyzwań znakomicie współpracowaliśmy. Istniało wielkie poczucie jedności i miłości. Obecni byli ludzie z całego świata. Wtedy ustanowiło się pojęcie świata jako jednej wielkiej rodziny.

Chcemy wprowadzić do Polski to co najlepsze: organiczne rolnictwo i zdrową żywność, oraz Ajurwedę. Ludzie nie mogą być pozbawieni naszych wspaniałych prozdrowotnych programów, które są uznane na świecie.

Pytanie: Jak wdramać nieagresję wśród ludzi agresywnych.

Sri Sri: Poprzez medytację. Nauczaj medytacji.

- Edukacja dzieci to nie tylko przekazywanie informacji, lecz również nauczanie wartości. Obie te ścieżki powinny istnieć równolegle.
- W AOL istnieje 57 programów dla różnych grup wiekowych i ze względu na postawy i potrzeby.

- Działalność zawodowa i podejmowanie odpowiedzialności nie przeczy duchowemu wzrostowi. Należy umiejętnie godzić obie ścieżki życia. Nie ma potrzeby ucieczki od świata, aby osiągnąć wyzwolenie.

Medytacja z odruchem zaskoczenia.

- Wstępem do jogi jest zadziwienie. Starożytne pisma mówią, że zaskoczenie to pierwszy krok do jogi.
- Jeśli chcesz połączyć się z kosmiczną, uniwersalną energią, najpierw musisz docenić wspaniałą manifestację stworzenia, być zadziwionym jego mocą i pięknem. Ileż rodzajów motyli, ile kwiatów, ile kolorów!!?
- Ktoś przybywający do nas z tropikalnego kraju będzie zadziwiony jesienną wielością barw. Drzewa czerwone, żółte.... Wow!!!
- Gdziekolwiek pójdziesz, zadziwiał się. Twój gadający umysł się zatrzyma i zacznie się medytacja.

(Guruji prowadzi krótki trening odruchu zaskoczenia)

- Widzę, że teraz wszystkie smutne twarze się uśmiechają!
- OM – oznacza pokój, miłość, uniwersalną energię.

(po medytacji)

- Tak jak codziennie myjemy zęby, tak również musimy dbać o higienę umysłu - poprzez medytację.

Tłumaczenie: Jagoda Rogowska