

8. peatükk Jasmuheeni raamatust „Vaimne resonants“

Tegelikkuse olemus

On ainult üks tegelikkus. See on kogemus Kõigest, Mis On – sellise olemise seisundi kogemine, kui oleme sulandanud oma teadlikkuse eheda energia ehk kõike läbistava ja kõike loova Jumala väega. See on seisund, milles lastakse lahti oma „minast“ ja eraldatuse ning piiratuse tunnetest. See on tohutu suur mitmemõõtmeline OLEMISE seisund – lihtsalt Kõik, Mis On OLEMINE.

Selle teadlikkusega tuleb äratundmine, et kõik on illusioon; kuid me suudame siiski mõista ka selle illusiooni mõtet. Just nii, nagu oleme loonud oma usu eraldatusesse, on meil vaja luua ka teerajad, mis lihtsalt juhatavad meid teisele poole neid illusiooni ja eraldatuse loore. Me oleme omaks võtnud kohatu ettekujutuse Jumalast, kui millestki meist väljaspool olevast, ja samal ajal siiski usume, et see Jumal on igal pool ja kõiges. Kui aina rohkem inimesi otsustab olla ühenduses ja ühte sulada Jumalaga meie sees, luuakse läbi selle illusiooni teerajad, et võiksime meelde tuletada ja teadlikult taasühenduda kogu loodu allikaga.

Oma arusaamise tekitamine kõrgemast minast, vaimsetest hierarhiatest, dimensioonidest, vibratsioonidest ja inglite riikidest võimaldab meile lihtsalt inspiratsioonilist teerada, millel kõndida, et saaksime kõrvale heita veel ühe eraldatuse ja „illusiooni loori“. *Vaim ja mõistus kulgevad käsikäes, seejuures sünnib mõistus Vaimust.* Selleks, et ületada sild piiratusest ja piiritusest ning tõeliselt haarata meie olemusele omast tohutut suurust, võime me kasutada mõistust, kes juhatab meid Vaimu juurde, mis kujutab endast meie intellektuaalseid võimeid ületavat seisundit. Seega võib meie poolt kogutud tihedate energiatega eemaldamiseks vajalikke loodavaid illusioonide ideid pidada niisama oluliseks, sest niiviisi lükatakse tee lahti kõikidele olenditele, et nad võiksid sooritada selle ülemineku, kui/millal nad seda soovivad.

Meie jaoks on väga hea mõista, et oleme eksinud ja peame koju minema, kuid kuidas leida koduteed, kui meie ümber on tihe mets? Aga kui läbi metsa lähevad nende teerajad, kes on juba alustanud oma tagasiteed, teeb see meie jaoks asja lihtsamaks. Kasutades oma äratundmist ja sisemist juhendamist võime valida raja, mida soovime järgida või tunda tungi luua oma rada lihtsalt *teades*, et teised on läinud meie ees.

Sellel olemise tasandil on igapäevane tegelikkus meie kõigi jaoks erinev, sest me kõik oleme ainukordsed ja ei ole kahte olendit, kellel oleks täpselt sarnane füsioloogiline, psühholoogiline või emotsionaalne struktuur. Meie „tegelikkus“ luuakse peamiselt meie mõtteprotsessidega; esiteks, lähtudes meie tajumisest, s.t. sellest, kuidas me midagi „näeme“. See toetub alati eelnevale kogemusele või uskumuste süsteemile, mida hoitakse kas tavamälus või alateadvuses ja rakumälus (sealhulgas eelmiste elude kogemused). Ja teiseks, meie suhtumisel, mille otsustame omaks võtta lähtuvalt oma teatud olukorra tajumisest. See suhtumine annab tõuke edasistele mõtetele, mis omakorda päästavad valla emotsionaalse reaktsiooni, sõna või teguviisi. See mõte, sõna või tegu loob siis *meie* tegelikkuse vastavalt väljasaadetud energia ülekandumise loomusele, sest energia seaduse järgi tõmbab sarnane sarnast. Seega oleme me see, mille me end arvame olevat ja elu peegeldab meile tagasi seda, mida me mõtleme.

Rõhk peab olema sõnal *meie*. Minu viimased 20 aastat kestnud metafüüsiliste uuringute ja meditatsioonikogemuste jooksul olen ma kohtunud paljude inimestega, kelle

jaoks on minu kogemused kas kehtetud või ebatõelised lihtsalt seetõttu, et neid ei ole olemas nende kogemuste maailmas. Ma olen kohtunud ka paljudega, kes jagavad täielikult samu kogemusi ja arusaamu. Ma olen mõistnud, et me ei tohi seada oma standardeid teiste järgi ja meil tuleb olla ustav oma „sisemisele kutsele” – isegi siis, kui see „sisemine kutse” võib teistele tunduda ebaharilik või hullumeelne.

Suurtel unistustel ja nägemustel on võimas loomejõud, kuid nad on tavamõtlemisega sageli vastuolus. Muutused toimuvad ainult siis, kui keegi *julgeb olla erinev!* Kui me oleksime kõik valmis küsimusi esitamata aktsepteerima oma esivanemate arusaamu ja väärtushinnanguid, ei areneks inimkond edasi. Inimkonnal on sisseehitatud mehhanism ja tung paremuse poole püüelda. Me õpime oma vigadest. Me riskime. Kaugeltki kõik polnud huvitatud Lõunapooluse avastusretkest ega soovinud välja selgitada, kas Maa on ikka tõesti lapik. Ajalugu on sepistatud nende poolt, kes olid valmis „paati kõigutama” ja tavamõtlemisega võrreldes vastuvoolu ujuma.

Inimestel on kaldumus hukka mõista, karta või eitada seda, mida nad ei mõista. Kõnekäänd „teadmatus toidab hirmu” võib ühiskonnas olla täiesti asjakohane. Näiteks hirm teistsuguste kultuuritavade ja usuliste praktikate ees – me *teame*, et meie oleme „õiged” ja siis arvavad paljud loogiliselt, et kui kellegi teise valik või arusaam erineb nende omast, siis on see vale. Võib-olla me peaksime ütlema „õige minu jaoks”, rõhuga sõnadel *minu jaoks* (toetudes sellele, mida mina tõeks pean) – sest see, mida teised võivad kogeda õigena, põhineb nende kogemusel, valikutel, häälestatusel ja suurel hulgal muudel põhjendatud teguritel. Ülestõusnud Meistrid ütlevad, *et kõik on põhjendatud, kõik on siin meie õpetamiseks ja innustamiseks.*

Avatud meele, uuringute ja praktiliste kogemuste ühendamise võimaldab meil teha *enda jaoks* targemaid valikuid. Lord Sananda, üks ülestõusnud meistritest, ütleb oma arutlustes tõelise armastuse teemadel raamatus „Inspiratsioonid” (*Inspirations*), et me peaksime vaatlema planeeti Maa hiigelsuure raamatukoguna. Selles kogus on palju alajaotusi, mis käsitlevad teadust, usundeid, kunsti, muusikat jne. Paljud meist saavad lihtsalt selleks, et õppida või lehitseda läbi selle raamatukogu üks või rohkem osi. Mõned veedavad kogu oma elu ühes sektsioonis, õppides teadust või religiooni. Teised võivad veeta kogu elu ühest alajaotusest teise liikudes, veetes seal vajalikul hulgal aega, et viia end kurssi neile edasiliikumiseks vajaliku info või kogemusega. Mõned teised, olles juba omandanud kõik enda edasiarenemiseks vajaliku, tulevad ja hakkavad esitama küsimusi selle kohta, kes ja milleks selle raamatukogu ehitas ning alustavad seeläbi *teadlikult* oma sisemist teekonda. Mõned teised aga, kes on juba mõistnud, kes ja milleks selle raamatukogu ehitas, on otsustanud aru saada, kas antud süsteemi on veel võimalik terviku kollektiivseks kasutamiseks paremaks muuta. Nii saab nende sinne elu veedetud suurema plaani ja inimkonna teenimise märgi all.

Paljud inimesed tunnevad, et nad ei kontrolli olukordi, kui nende emotsionaalne reaktsioon tundub olevat spontaanne. See võib sageli tekitada neis jõuetuse tunde. Me käsitleme seda järgmistes peatükkides. Kuid tegelikult oleme me loodud enne tundmist mõtlema; järelikult määratlevad meie tegelikkuse olemuse meie suhtumine ja mõtted. Meil on vägi muuta ja kontrollida oma mõtlemist nii, et meie tegelikkus *igal uuel hetkel* oleks selline, nagu me seda soovime, selle asemel, et tunda end elu ohvrina.

Ma ütlen „igal uuel hetkel”, sest emotsionaalkeha ei tunne aega. Rakumälu hoiab alles vanu emotsioonide mustreid – hirme, haavumisi ja kurbust, mis ulatuvad teistesse eludesse ja kogemustesse. Need võivad tekitada blokeeringuid või seletamatuid emotsionaalseid

reaktsioone, mis konkreetsetes olukorras tunduvad pealtnäha õigustamatud või lubamatud. Näiteks võib laps karta rannas vette minna. Kahe aasta vanuselt tundub see hirm seletamatu, sest tal ei pruugi olla käesolevas elus mingit lainete alla jäämisega seotud kogemust. Ometi, kui see laps suri eelmises elus uppumissurma, mäletab seda tema emotsionaalkeha ja hoiab endas hirmu, mis võib teatud olukordades välja lüüa. Lapse praeguses elus on võimalik sellest hirmust vabaneda. Ema võib näiteks hoida last kätel ja siseneda lainetesse järk-järgult, minnes iga kord sügavamale vette, kuni laps mõistab, et praegusel ajahetkel ei ole midagi karta. See korraldab ümber emotsionaalse mälu mustri ja hirm lahtub.

Üks levinud näide sellest, kuidas me oma tegelikkust loome, avaldub viisis, kuidas näeme liitrist pudelit, milles on pool liitrit vedelikku. Positiivselt meelestatud peavad seda pooleldi täis olevaks, negatiivselt meelestatud aga pooleldi tühjaks. Mõlemad vaatekohad on õiged. Kuid isik, kes näeb pudelit pooltäis olevana, on õnnelik, et tal on midagi juua ja ta on tänulik; samal ajal isik, kes näeb pudelit pooltühjana, võib kogeda pettumust. *Kõik elu sündmused on emotsionaalses mõttes neutraalsed – meie oleme need, kes omistavad neile mingi emotsionaalse reaktsiooni.*

Kui sinu auto läheb rikki, siis on see lihtsalt rikkiläinud auto – ei midagi rohkem ega vähem. Mõni inimene võib hilinemise tõttu kogeda viha, frustratsiooni ja pahameelt. Teine võib helistada kohale abi, seejärel aga istuda vaadet nautima või otsustada kasutada aega raamatu järgmise peatüki lugemiseks või millekski muuks, ning teades, et abi on tulemas, leppida olukorraga. Õppetund võib seisneda oma auto õigel ajal remonti viimises või bensiini olemasolus veendumises – tagasivaade võib meid õpetada, kuid see ei muuda antud lahtirulluvat hetke.

Need, kes reageerivad vihaga, kannavad seda negatiivset energiat endaga kaasas ja võivad sellega nakatada ka teisi. Nad võivad süüdistada välist sündmust viha tekitamises, selle asemel, et võtta endale vastutus *oma reaktsiooni eest aset leidnud sündmusele.*

Kui oleme teadlikud, et meil on igal hetkel võimalik valida, kas antud kogemus on positiivne või negatiivne, sõltuvalt sellest, kuidas me seda sündmust *tajume*, ja seega võime me teha teadliku otsuse näha asju positiivselt. Valides sellise tajumise, loome tegelikkuse, mis on kasulikum kõigi asjaosaliste jaoks. See ei ole fatalistlik ellusuhtumine, vaid üks iseenda *jõustamise viise, mil võtame täieliku vastutuse iga oma kogemuse eest*, mõistes, kuidas suhtumine ja mõtted tegelikult meie reaalsust loovad.

Inimesed, kes otsustavad näha tassi pooleldi täis olevana, kalduvad üldiselt nautima ja väärtustama seda, mis neil elus on. *Universum reageerib meie ootustele.* (James Redfieldi raamatus „Taevane ettekuulutus” (*The Celestine Prophecy*) käsitletakse seda teemat väga hästi.)

Mõned aastad tagasi oli mul kogemus jääda sõna otseses mõttes puupaljaks, jäädes ilma nii sissetulekust, varast kui ka kallitest inimestest. Kõige selle krooniks öeldi mulle, et põen vähki. Selle kõige raskus oli piisavalt suur, et mind „täielikult negatiivsuse alla matta”. Ma mõistsin, et mul pole väge muuta tegelikke füüsilisi sündmusi, ma võisin muuta ainult oma suhtumist toimuvasse. Nii ma alustasingi oma mõtete kontrollimise teekonda, leides igas päev midagi, mille eest tänulik olla. Mu lapsed olid terved ja õnnelikud. Meil oli katus pea kohal (vähemalt ajutiselt), soe voodi ja söök külmkapis. Iga päev leidsin ma midagi uut, mille eest tänulik olla – päikeseloojang, lill, sõprade armastus, sisemises vaikuses rõõmu ja armastuse kogemise jne. Minu tegelikkus muutus üsna imeliseks ja õppetunnid nendest

üleelamistest olid võimsad ning talletusid sügavale teadvusesse. Muutes üksnes oma mõttemustreid, lõin ma sõna otseses mõttes elu, mida võisin hinnata ja nautida.

Yogananda ütleb oma raamatus „Teaduslikud tervendavad kinnitused“ (*Scientific Healing Affirmations*), et kuna meile teada olev maailm toimib duaalsuse seadusele alludes, kogeb inimene oma elus meele vahendusel duaalsust ning kontraste nagu elu ja surm, tervis ja haigus, õnn ja õnnetus. Ta sõnab, et kui inimene häälestub oma *hinge teadvusele*, sellele kõigile omasele teadlikkuse kõrgemale tasandile, siis duaalsus kaob ja inimene tunnetab ainult igavest ja õnnistavat vaimu. Ta ütleb, et jumaliku mina (kõrgema mina) teadvustasandil on meie muutumatu õndsustunne pidev.

Kokkuvõtvalt võime öelda, et meie tegelikkuse olemust juhib see, kuidas me elu *tajume*. Seda mõjutavad meie eelnevad kogemused. Meie tajumist saab aga muuta, kui muudame oma teadlikkuse taset meditatsiooni praktiseerimise teel ja teadvustades oma mõtete jõudu. Esimeseks sammuks meele valitsemise meisterlikkuse suunas ja sellise elu loomiseks, nagu me tõeliselt soovime, on teadvustada oma loomuomane võime kujundada tegelikkust ainuüksi mõttega.