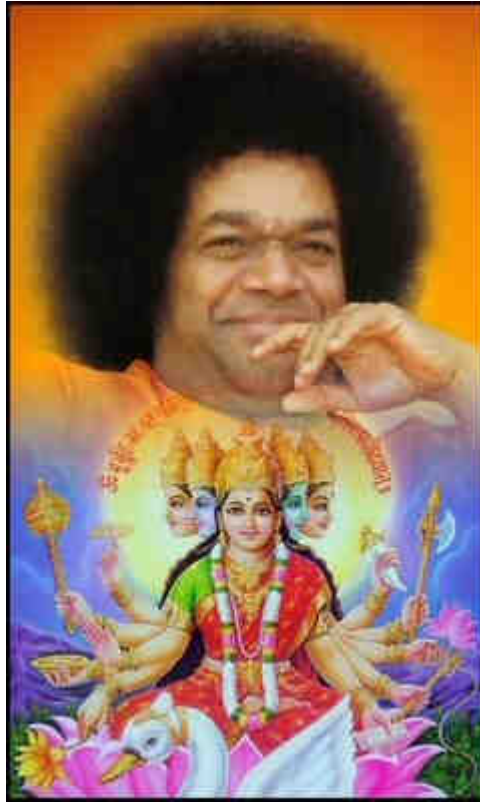


Gayatri Mantra



Sadguru Sant Keshavadas (odlomci iz knjige Gayatri Mantra)

ONAJ TKO JE IZABRAO GAYATRI MANTRU KAO SADHANU NEKA PJEVA 3, ILI BOLJE 5 MALA (108 PONAVLJANJA) SVAKO JUTRO I ISTO TOLIKO MALA SVAKO VEČE.

Sri Sathya Sai Baba

GAYATRI SADHANA (Iz knjige *Sadhana* Šri Svami Šivanande)

Od svih mantri, vrhunska i najmoćnija snaga od svih snaga je veličanstvena, slavna Gayatri mantra. Ona je zaštita svakog tražitelja istine koji vjeruje u njenu djelotvornost, snagu i slavu, bio on bilo koje kaste, vjere, tradicije ili sekte. Samo se nečija vjera i čisto srce stvarno broje. Uistinu, Gayatri je nesavladivo duhovno oružje, istinska tvrđava, koja štiti i vodi svoje poklonike, koja ih preobražava u božanske, i blagosilja ih sjajnim svjetlom najvišeg duhovnog prosvjetljenja. Ma koji bio vaš omiljeni lik Boga, redovitim ponavljanjem nekoliko *mala* Gayatri svaki dan ostvarit ćete uspjeh i dobrobit, sada i u budućnosti.

Krivo je shvaćanje da je Gayatri isključivo namijenjena ortodoksnoj brahminskoj kasti. Ona je univerzalno primijenjiva, jer ona nije ništa drugo do iskrena molitva za Svjetlo adresirana Svemogućem Vrhunskome Duhu. Ona je uistinu transcendentalna svjetiljka vodilja za čovječanstvo. Ona je najviša od svih mantri, a njeno predsjedavajuće Božanstvo je Parabrahman osobno. Također ona je prihvatljiva za sve tipove aspiranata, jer se smatra da je njeno pjevanje ujedno štovanje Devi, Gospoda Haria, Aditye, ili sunca, a također i čisto Nirguna (bez oblika) štovanje Brahmana.

Teđas brahmačaria (učenika u celibatu) leži u njegovoj Gayatri-đapi. Potpora i napredak Grhaste (kućedomaćina) ponovo je Gayatri; snaga i utjeha Vanaprasthe (pustinjaka) je isto tako Gayatri. Stoga, od momenta Upanayanam (inicijacija svetim koncem) mladih učenika, pa sve do momenta kada oni ulaze u slavno stanje Sannyase (odricanja), kroz njihov život, Gayatri-mantra je konstantno vodstvo, podrška i snaga. Za njih, Gayatri-mantra je summum bonum života.

Ako započnete redovito dnevno Gayatri-đapu osjetit ćete čudesnu snagu koju dobijate od nje. Odredite točno vrijeme za đapu i striktno se toga držite. Najmanje đapa jedne male mora se uraditi dnevno bez prekida. Ona će vas štiti od svih opasnosti, dat će vam neograničenu snagu za prevladavanje svih teškoća, i dovesti vas do vrhunca veličanstvenog mira, snage i blaženstva.

. . . Gospod je rekao u Vedama "samano mantrah", neka jedna mantra bude za sve, a ta mantra je Gayatri. Tajna nauka Upanišada je da su oni srž četiri Vede, dok je Gayatri s tri vyahrti srž Upanišada. Gayatri je Majka Veda i uništavateljica svih grijehova. Gayatri je prvotna razrada Om-a. Slog Om je simbol Svevišnjeg. Ništa na svijetu nije

više pročišćujuće od Gayatri. Ćapa Gayatri donosi iste plodove kao ponavljanje svih Veda s Agnama. Ta jedna mantra, iskreno ponavljana s jasnom sviješću, donosi vrhunsko dobro.

Bhagavan Sri Sathya Sai Baba proveo je jedan puni tjedan u ašramu Svami Šivanande (učitelj Svami Satyanande) u Riškešu od 22.7. do 28.7.1957. Nije zabilježeno da je Bhagavan posjetio ikoji drugi Ašram.

YOGA

. . . YOGA JE JEDINSTVO s Bogom. Yoga je također i put do Boga, koji na svom kraju rezultira takvim jedinstvom. Postoje mnoge Yoge, ali četiri se smatraju glavnim putevima do samorealizacije. To so Ćnana - yoga, Karma - yoga, Bhakti - yoga, i Rađa - yoga (yoga mudrosti, djelovanja, predanosti i kraljevska yoga). Točnije rečeno, prve tri su preporučeni putevi za realizaciju Boga u Bhagavad-giti, dok nas četvrti put samo psihološki priprema za takvu realizaciju. Sve su od tih yoga nadopunjujuće jedna drugoj a nikada kontradiktorne, iako one započinju različitim putevima.

Intelekt, volja i emocije su vladajući faktori u ljudskom biću. Intelekt vodi k znanju, volja vodi k nesebičnosti, a emocije vode k ljubavi. **Da bi znanje postalo mudrost, ono se mora povezati s ljubavlju; da bi ljubav postala božanska, treba da ju vodi mudrost. Oboje moraju voditi našu volju prema nesebičnom služenju. MANTRA - YOGA**

. . . Mantra-vidya je vrhunska znanost o mislima. Svijet je proizašao iz Božje misli. On izranja u grubu formu kao projekcija Njegove riječi Om. Om je Veda ili znanje od Boga. On je *nada* ili zvuk. Sri Krišna je rekao: "Ja sam zvuk". Kada netko može vidjeti tu mantru, *nada* i Veda su iznutra povezani.

. . . Rišiji su prepoznali 330 miliona devata ili božanskih bića raznih stupnjeva, koji borave u različitim lokama ili sferama. Svaki devata ili celestinsko biće ima ime ili mantru za koje je ono vladajuće božanstvo. Zato, kad netko pjeva određenu mantru, određeni devata je pozvan i on odgovara prema intenzitetu nečije meditacije. Ako netko primi mantru božanstva od Gurua i iskreno ju ponavlja s obožavanjem i meditacijom, to božanstvo će se pojaviti pred njim, ili fizički ili u meditaciji, da mu ispuni želje. Um, uronjen u kontemplaciju o tom božanstvu, poprima oblik tog božanstva ili postaje snažan i čist kao to božanstvo. Kroz mantru možete zadovoljiti božanstvo, koje će vam ispuniti želje.

U cilju zadovoljenja božanstva, mantra-kriya (akcija u smislu obožavanja, vanjskog ili unutrašnjeg), i bhakti ili predanost su najvažniji. Ako čovjek pjeva mantru a da nije dosegao predanost, to postaje mehanički i božanstvo neće biti zadovoljeno. Ili, ako čovjek s devocijom meditira na mantru ali ne shvaća ezoteričko značenje meditacije, niti žrtvuje svoj ego i svoje želje, tada će rezultat isto biti nekompletan.

ĀAPA - YOGA

UNIVERZUM izranja iz neuništivog zvuka. To je vibracija zvuka koja je projicirala ovaj univerzum. Stoga je univerzum kontroliran zvukom. Tko god kontrolira taj zvuk može kontrolirati i univerzum. Kozmički Um je umilostivljen zvukom. Ali radi se o određenoj misaonoj formuli koja ima svoju intonaciju. Ta misaona formula se zove mantra. Ona oslobađa svoju snagu i objavljuje svoju istinu onome koji redovito na nju meditira. To ponavljanje svete čarolije mantrre zove se Āapa.

U Bhagavad-giti, Gospod Krišna kaže: "*Od yađni Ja sam Āapa-yađna.*" Yađna znači žrtvovanje. Cijeli univerzum i Istina počivaju na žrtvovanju. Postoji Vidhi-yađna koja je ritualno žrtvovanje; darovi iz milosrda ili Dravya-yađna; saopćena mudrost ili Ćnana-yađna; i razne strogosti koje služe u svrhu realizacije Istine koje znamo kao Tapa-yađna. Iako postoji tako mnogo yađni, zašto je Gospod Krišna dao takvu važnost Āapa-yađni? Razlog za to prema Linga Purani je to da se u svim ostalim yađnama počinja neka šteta. Āapa-yađna je čista i jednostavna, posebno kada se mantra ponavlja mentalno - zbog slave same mantrre. Drugo, svrha svih yađni je realizacija Boga. Ali mnoge se yađne izvode radi postizanja svjetovne ili rajske sreće; tako da služe ispunjenju želja. Ali svrha yoge je bezželjnost i postizanje prosvjetljenja koje se uspješno postiže meditacijom s mentalnim ponavljanjem mantrre.

Definicija Āape prema Agni Purani glasi: Slog "na" uništava ciklus rađanja i smrti a slog "pa" uništava sve grijehe. Stoga ono što uništava sve grijehe, zaustavlja ciklus rađanja i smrti i oslobađa dušu od vezanosti jest Āapa.

. . . Manu je izložio: "Oralna Āapa (mantra se na glas izgovara) je 10 puta vrijednija od obreda i rituala. Upamsu-Āapa (mantra se nećujno ponavlja uz micanje usana) je 100 puta bolja, a mentalna Āapa je 1000 puta bolja."

Postoje dvije metode mentalne Āape. Prva je mentalno ponavljanje; druga je meditacija na dah. Mentalna Āapa je opisana kao: "Meditacija na duh mantrre i na značenje svete riječi, bez pomicanja usana i jezika." Za početnike je mentalna Āapa vrlo teška. Zahtijeva se slijedeće: za uništenje tamo-gune, ili tromosti, potrebno je glasno ponavljanje; za pročišćenje rađo-gune ili strasti, koristi se tiho ponavljanje; dok je onaj čiji je um miran ili ispunjen samo sattva-gunom spreman za mentalnu Āapu. Naravno, čovjek koji je postigao savršenstvo, može upotrijebiti bilo koju od tih metoda da bi podučio čovječanstvo

. . . U Linga Purani, Šiva govori svojoj divnoj supruzi Parvati: "Devi, u svim ostalim jađnama počinjen je neki oblik povrede, bilo kroz riječ, misao ili djelo, ali u Ćapa-jađni nema takve povrede. To je razlog zašto je ona najveća od svih." Polubogovi, demoni, vilenjaci, đavli i duhovi ne mogu se približiti onome tko ponavlja svetu mantru. Ćapa uništava akumulirano skladište karme; ona uspostavlja sreću, oslobađa od vezanosti i donosi spasenje.

. . . U kozmičkom redu stvaranja, postojao je najprije titraj, zvuk. Iz zvuka je nastala akaša - vrijeme i prostor, Iz akaše je nastao dodir, a iz dodira zrak. Zrak je imao svojstva zvuka i dodira. Nakon toga je nastao oblik (vid). Iz oblika je nastala vatra. Vatra je imala svojstva zvuka dodira i oblika. Iz vatre je nastao okus, a iz njega je nastala voda. Konačno je iz vode nastao miris, a iz njega najgušći od svih elemenata, zemlja, koja ima svih pet svojstava.

. . . Kada se mantrе pjevaju ili izgovaraju na ispravan način, tada one postaju srž čistog najfinijeg vibriranja. Stoga one imaju nevjerojatnu moć. Zato je preporučena meditacija na zvuk jer zvuk nas direktno povezuje s izvorom beskonačne energije, dok vizualizacije to čine posredno. Kaže se također da je kao objekt meditacije radi bolje koncentracije, zvuk mantrе dobro kombinirati s razmišljanjem o značenju mantrе ili s praćenjem disanja.)

BROJANICA U ĆAPI

. . . Zrnca krunice treba prevlačiti preko srednjeg prsta uz pomoć palca i kažiprsta. Kad ste završili svoju Ćapu 108 puta, ne prelazite Meru-zrno (veliko zrno odvojeno od ostalih), već se vraćajte unatrag i tako nastavite sadhanu. Mantra i brojanje zrnaca trebaju ići zajedno sve dok ne transcendirate svijest tijela.

MOLITVA ILI KIRTANA

. . . Tiha molitva je meditacija; meditacijska pjesma (kirtana) je molitva.

ŠTO JE AUM? (Čita se "OM")

. . . Om je Brahma. Om je riječ Brahme. Om je zvuk Brahmana (Šabda-Brahman). Om je zvuk koji je stvorio svijet. Za vrijeme kozmičkog rastapanja, svijet se povlači u Om. Om nema početka. Om nema kraja. Om je postojao prije stvaranja vremena. Om je izvan vremena, prostora i uzroka. Om je izvan prošlosti, sadašnjosti i budućnosti. Om je izvan nižih predjela, zemlje i eteričkih predjela. Om je izvan satve (vrline), rađasa (strasti) i tamasa (tame). Om je izvan Brahme - stvoritelja, Višnua - održavatelja i Šive - razaratelja. Om je svevišnji (Paratparah).

Om pokreće pranu ili kozmičku životnu snagu. U čovjeku, Om je izražen kroz pranvayu ili vitalni dah. Zato ga zovemo pranava. U čovjeku, Om je izvan grubog, suptilnog i uzročnog tijela. On je izvan budnosti, sanjanja i dubokog sna.

. . . Om donosi ravnotežu. Om donosi mudrost. Om je korijen. Om je podrška. Om prožima sve. Om podržava sve. Om donosi mir, blaženstvo i snagu. Om ubija ego, želje i sumnje. Om je boravište duše. Om je jezik Boga. Om je izraz od Boga, Om izražava Boga, Om je Bog.

Bog je Prema (ljubav); Božji izraz je Om. Stoga, on je božji izražaj ljubavi Tako, Om je proizišao iz Preme, koja je Bog. Ljubav i njeno očitovanje su identični, znači, Prema i Om su jedno te isto. (Sri Sathya Sai Baba kaže da je pjevanje Om-a najbolji način za kultiviranje ljubavi. Također, jednom je rekao da je prošlo četrdeset godina bez ijednog velikog rata; unatrag stoljeća nije se takvo što dogodilo. "Znate li zašto?" nastavio je, "jer Moji sljedbenici i mudraci u pećinama i hramovima pjevaju pranavu i te svete vibracije odašilju u svijet. To je najveće služenje koje možete pružiti čovječanstvu.")

TKO JE GURU?

. . . GURU JE ONAJ koji je utvrđen u Brahmanu (Brahma-nistha). Guru je gospodar. Guru raspršuje neznanje. On je realizirana duša. On je jednostavan, ponizan, miran, a ipak jedinstven. On je uvijek u jedinstvu s Bogom. Nema mjesta za ego u Njemu. Arogancija je nestala iz Njega. Strast, okrutnost, pohlepa, zasljepljenost, arogancija i ljubomora, šest čovjekovih neprijatelja su potpuno pretvoreni u ljubav, suosjećanje, dobrohotnost, milosrdna i nesebična djela, i opraštanje. On je utjelovljenje svih najvećih vrijednosti. Dualnost ga ne povrijeđuje; iskušenja ga ne slabe. On je dostojanstven usred snažnih valova sreće i patnje u oceanu rađanja i umiranja. On je svjetlo koje pokazuje put. On je vrata prema Brahmanu. On je sućutni otac i dobrotiva majka svojih učenika. On je postigao kozmičku svijest. On zna što je u Božjem umu i djeluje u skladu s tim. On slijedi put dharme. On ima nježan ali snažan utjecaj na umove i srca ljudi.

NEOPHODNOST GURUA

U 34. stihu Bhagavadgite, blagoslovljeni Gospod Krišna kaže slijedeće:

Shvati puno značenje ovog znanja; ako se prostreš pred mudračeva stopala,
ponudiš mu sve oblike služenja i nevinog srca mu, uvijek nanovo, upućuješ pitanja,
taj mudrac, vidjelac istine, tu će mudrost prenijeti na tebe.

Potreba za Guruom, čovjekom Božanske realizacije, osjeća se među svim tražiteljima Stvarnosti. Učitelj je neophodan čak i u materijalnim stvarima. Koliko je tek onda potrebniji u duhovnim stvarima, koje su mnogo suptilnije. "Tko može pokazati put, osim Gurua?" kaže Kabir. U oceanu reinkarnacije, strasti i okrutnosti, dvije su velike stijene koje čamac života ne može zaobići netaknut; stijene **vezanosti i odbojnosti**. Lopov pohlepe čeka da vam ukrade duhovno zdravlje. Strašan pljusak arogancije i ljubomore i uragan obmane prevrnut će čamac. Samo Guru zna ispravan način da se izbjegn timer opasnosti i dosegne druga obala, jer on ju je već dosegao, i vraća se iz samilosti da prevede ostale na drugu stranu oceana samsare.

Duhovna inicijacija je neophodna stvar u duhovnosti. Za vrijeme takve inicijacije, duhovna snaga se prenosi s Gurua na učenika. Onaj tko prima tako prenesenu snagu je učenik, a onaj koji ju odašilje je Guru. Ta je snaga vrlo suptilna ali snažna. Ona čisti sumnje, uklanja zbuđenost, smiruje um, i učenik njom stječe stabilnost i jednousmjerenost. . .

Tjeranjem tame, nikada ne možemo doći u svjetlo. Svjetlo će doći od onaga tko je njome ispunjen. Milošću Gurua, nemoguće postaje moguće, a mogućnosti iz budućnosti postaju vrlo blizu. . . Guru je istinski kovčeg s blagom koji sadrži dragulje s rubinima i smaragdima istine i božanske veličanstvenosti. On je dubok i uzvišen, ali jednostavan i pristupačan. On je vatra koja spaljuje lošu karmu svojih poklonika. Guru ima snagu vode kojom čisti i utažuje žeđ svojih učenika. On kažnjava svojom šutnjom a uči svojim djelima. Njegovi putevi su mistični putevi Boga, kojega je realizirao. Njegova milost zrači iz svih pora Njegovog tijela i svjetli kroz Njegove sjajne oči. "*Nemoguće je postići mukti (oslobođenje) bez milosti Gurua*", kaže Purandaradas. Čovjek može biti dobro upućen u spise. On se može odreći svijeta, može mučiti svoje tijelo, ali Istina se objavljuje samo onome koji je postao sluga velikog majstora.

MEDITACIJA U BHAGAVAD-GITI

. . . U BHAGAVAD-GITI Gospod Krišna je izložio sljedeća pravila za uspješnu meditaciju:

Na čisto tlo, na čvrstu podlogu s kuša travom prekrivenom jelenjom kožom i s platnom preko svega,
ne previše visoko, niti previše nisko, trebao bi sjesti (Gita VI,11).

. . . Nadalje

Držeći leđa, glavu i vrat uspravno i mirno,
sjedeći stabilno, s pogledom na vrh nosa,
ne gledajući u drugim pravcima . . . (Gita VI,13)

. . . Zašto leđa, glava i vrat trebaju biti uspravni? U osnovi kralježnice leži sklopčana snaga ili Kundalinišakti koja je uspavana. Za vrijeme meditacije, ta se snaga diže, poput zmije, probija se kroz čakre koje leže duž kičmene moždine. Takvim buđenjem, ona uništava veo neznanja s jedne strane, i donosi čovjeku razna mistična iskustva, s druge strane. To pomaže da Kundalini prođe nježno kroz Kičmenu moždinu ili sušumnu.

Bez obzira na to Gita savjetuje da gledamo u vrh nosa. Zašto? Postoje mnogi razlozi. Fiksiranje pogleda pomaže koncentraciji uma. Ako zatvorimo oči na duže vrijeme tijekom meditacije i ako um nije potpuno budan cijelo vrijeme, postoji opasnost od tromosti i sna uzrokovanog tamo-gunom. Ako držite oči otvorene, one vide mnoge stvari i um postaje nemiran pod utjecajem rado-gune. Stoga, oči treba držati poluotvorene s pogledom na vrh nosa. To je sattva-guna. Ono ne uzrokuje aktivnost niti neaktivnost, već daje ravnotežu koja vodi k stalozenosti. Neki yogiji prakticiraju druge metode fiksirajući pogled između obrva. Za većinu ljudi, to može naprezati oči, dok gledanje u vrh nosa neće biti prenaporno. Ako vam je um budan, možete tada zatvoriti oči i fiksirati misli na lotos srca, ili između obrva (Adna-čakra), ili na tisućlaticni lotos na vrhu glave (Sahasara-čakra).

. . . Gospod Krišna dalje kaže:

Sjedeći tako, koncentriranog uma i kontrolirajući funkcije uma i osjetila,
trebao bi vježbati yogu radi pročišćenja. (Gita VII,2)

Prema yogijima, najbolje vrijeme za meditaciju je Brahma-muhurta, rani jutarnji sati između 3:45 i 5:30; i kada dan prelazi u noć, između 18:30 i 20:00. Nevezano za duhovno značenje, vanjska i unutrašnja priroda čovjeka umiruju se za vrijeme tih sati tako da u meditaciji možemo osjetiti Veliku Tišinu. Boga u Njegovom stanju bez svojstava prepoznamo kao Veliku Tišinu. Onaj tko meditira na tu Veliku Tišinu doista postiže kozmičku svijest, jer ona stišava ego-svijest, zaustavlja ples valova na jezeru uma (čitta) i čini da se poistovijetimo s čistim bitkom, koji je *cit* ili svijest.

Fiziološki gledano, čovjek diše kroz obje nosnice samo u rane jutarnje i u rane večernje sate. Ostatak dana njegovo disanje nije ritmičko. Jedan cilj Hatha-yoge i pranayame je da disanje učine ritmičkim tako da je sunčev i mjesečev *nadi* (suptilni kanali) uravnotežen. Ako su oni uravnoteženi, tada se putem disanja budi skrivena univerzalna energija, Kundalini, i omogućuje se čovjeku da zaroni u Božansko. Ha je sunce; Tha je mjesec. Ha + Tha znači put uravnoteženja sunčevog i mjesečevog nadija. Oni imaju svoje izlaze u nosnicama, i ispravno provedene vježbe disanja pročišćavaju sve nadije (astralne kanale kroz koje se duhovna energija kreće tijelom). Čovjek diše kroz obje nosnice za vrijeme *sandhya* perioda. Stoga je to vrijeme preporučeno kao povoljno za meditaciju. Naravno, iskusniji

meditanti mogu meditirati u bilo koje vrijeme. Taj je savjet dan prvenstveno praktikantima pranayame. To je dakle, prvenstveno bitno za praktikanke Hatha-yoge, Rađa-yoge, Kriya-yoge i Laya-yoge. GLAVNI PUTEVI YOGA, Bhakti, Karma i Ćnana-yoga su za ambicioznije yogije koji se ne zaustavljaju na sidhijima - mističnim moćima, već teže realizaciji Boga; kozmičkoj svijesti.

Onaj tko je započeo meditirati, ne treba potiskivati misli, niti nametati mantru lutajućem umu. On bi trebao prvih nekoliko minuta provesti u promatranju. Intelekt treba biti svjestan turbulentne prirode uma i dopustiti upornom umu da luta kuda želi. Držite tijelo u stabilnom položaju. Ako um odlazi prema objektima osjetila (ako u mašti ispunjava želje), tada se vaš viši um treba moliti nižem umu:

”O ume, stvari koje priželjkuješ na kraju donose zlo. Objekti za kojima žudiš porobljavaju dušu. Za trenutno zadovoljstvo ne treba prokockati neprolazni mir. Sreća za kojom trčiš donijeti će ocean tuge; mijenjanje objekta neće nikada donijeti neprolaznu radost. Nepromijenjivo boravište mira je Bog. U Njemu leži vječna sreća. Stoga se, o ume, vrati k svom centru.”

Ta metoda povlačenja uma u centar zove se Pratyahara (povlačenje) u Rađa-yogi, a Vairagya (nevezanost) u Bhakti-yogi. U Ćnana-yogi, sredstvo za to je Viveka (razlučivanje) koje razlikuje Stvarno od nestvarnog.

... Molitva sadržana u mantri uvelike olakšava meditaciju jer prizvani blagoslovi pročišćuju um. Pročišćen umu ostaje čvrst bez obzira na misli ili objekte meditacije. Treba zapamtiti da će u početnom stupnju vježbi meditacije mnoge loše misli, zle misli, neslućene i nepoželjne misli izbiti na površinu. Aspirant ne treba osjećati strah ili neugodnost, niti treba odustajati. To je prirodna pojava u meditaciji da loše misli, instinkti, obmane, predrasude i mračne snage skrivene u podsvijesti izlaze na površinu prije nego što zauvijek nestanu. U tom stanju, meditacija pročišćava unutrašnji instrument koji se sastoji od uma, intelekta, ega i svijesti. Samo nakon takvog pročišćenja, sjeme mantrine može sigurno biti posijano u polje srca i biti zalijeivano redovitom meditacijom dok se ne razvije u zreli plod samorealizacije ili mističnog jedinstva duše i Boga. Dakle, svi ti procesi su sastavni dio stanja zvanog dharana ili koncentracija, koje služi samopročišćenju.

MEDITACIJA U UPANIŠADAMA

Vatra je Njegova glava a Njegove oči su sunce i mjesec;
godišnja doba su Njegova osjetila sluha, dok su otkrivenja Veda Njegov glas;
zrak je Njegov dah, Njegovo srce je univerzum, zemlja leži pod Njegovim nogama.
On je Sebstvo svih bića. (Mundaka II,1.4)

GAYATRI, OSOBNA MAJKA

VRUNSKA, čista svijest je Parabrahman, neosobna Božanskost. Ta transcendentalna svijest kao snaga je Majka. Ona je poznata kao Gayatri. Ona je prvotni uzrok svega što je bilo, što je, i što će biti. Kad je ona izrazila tri Gune ili tri svojstva, znane kao sattva (vrlina), rađa (strast) i tamas (neznanje), ta tri svojstva, koja posjeduju čistu svijest koja je Parabrahman, poprimila su tri oblika znana kao Brahma, Višnu i Šiva. Brahma je karakteriziran rađasom, Višnu sattvom a Šiva s tamasom. Trojstvo je štovalo Gayatri kao Majku. Kad su Brahma, Višnu i Šiva bili još djeca, Gayatridevi ih je stavila u kolijevku akaše (vrijeme i prostor) koja je visila na konopcima četiri Vede (mudrost) s Om uspavankom, i ostavila da spavaju. Vidjevši da joj djeca, podržana gunama spavaju, Devi je nestala.

Nakon dužeg vremena, Trojstvo se probudilo i počelo plakati. Ustali su se i počeli lutati po Akaši pomoću snage guna, i tada su razmislili o potrazi za Majkom. Ostali su udubljeni u meditaciji vrlo dugo vrijeme. Kada je vatra njihovog trapljenja zapalila univerzum, Univerzalna Majka se iz suosjećanja odlučila pojaviti pred njima. Iako je ona sveprisutna, ipak je zbog Svoje božanske lile (igre) odlučila manifestirati Svoj božanski oblik.

Ona je bila najljepša Majka. Nosila je sari. Ogrlice su se ljuljale oko Njenog vrata a Njeno lice bilo je poput punog mjeseca. Imala je tri oka, a na čelu joj je bio ukras od crvenog praha. Imala je osam ruku u kojima je držala lotos, žezlo, školjku, i mnoga sjajna celestinska oružja. Oko gležnjeva bili su joj zvončići a na prstima nogu prstenje, na rukama je imala narukvice i prstenje. Bilo je još mnogo raznih celestinskih ukrasa na Njoj. Potrčala je u susret djeci i znoj joj je kapao sa čela poput bisera. U žurbi k njima zvala je njihova imena, Brahma, Višnu i Šiva. Tad je Trojstvo potrčalo prema Majci koja ih je zagrlila i izljubila. Držeći ih u naručju, rekla je:

O božanska djeco, izložila sam vas velikoj agoniji odvajanja. Trebala sam doći po vas davno prije. Željela sam samo da kroz trapljenje seknete snagu za stvaranje, održavanje i razaranje, tako da duše koje sudjeluju u ovoj kozmičkoj *lili* imaju ideal trapljenja i pokore. Ja sam uvijek bila s vama; jer sam transcendentalna. Zbog Moje milosti, niste me mogli ranije ostvariti u sebi, a tada sam uzela transcendentalni oblik tako da bi buduće duše mogle obožavati Moj božanski oblik kao Božansku Majku Gayatri. Zadovoljna njihovim obožavanjem, obdarit ću ih napretkom i predanošću. Sada, zadovoljna vašom devocijom, dodijeliti ću vam moći stvaranja, održavanja i razaranja. Neka Brahma s rađasom stvara; neka Višnu s osobinom sattve održava i štiti; a Šiva, s tamasom neka razgrađuje na kraju ciklusa. Molite mi se za vodstvo za vrijeme konfuzije i teškoća.

Rekavši to, blažena Majka je nestala.

To je mitološki opis Devi Gayatri. To pokazuje da je Gayatri Vedamata ili Majka Veda, izvor božanske mudrosti. Ona je neodvojiva snaga Parabrahmana, Vrhunske čiste svijesti.

GAYATRI, NAJVIŠA MEDITACIJA ZA PROSVJETLJENJE

Gayatri meditacija je također poznata i kao Sandhyopasana ili Sandhya-vandana, što znači meditacija u zoru i suton svaki dan. Drevni mudraci s Himalaja su utvrdili da je to najviša meditacija za prosvjetljenje. Ako netko predano prakticira tu duhovnu disciplinu, realizirat će Boga za vrlo kratko vrijeme. Stogo, redovito prakticirajte tu meditaciju i postignite besmrtnost.

Sandhya znači period kada se sreću dan i noć. Upasana znači meditacija. Tako, Sandhyopasana znači meditacija u rano jutro i predvečerje. Ako se ta meditacija radi na sunce koje simbolizira Svjetlo Istine, tada ju zovemo Sandhyavadana ili pozdrav tome Svjetlu Istine.

Rano jutro i večer su periodi dana koji su znani kao periodi mira ili vrijeme duhovne snage. Udah i izdah su uravnoteženi za vrijeme tih sati i meditacija postaje duboka i mirna.

Vježba Gayatri meditacije uništava sve karme i grijeha. Čišćenjem srca i uma, ona otvara treće oko prosvjetljenja. Čovjek živi dugo sa zdravim tijelom, sjaji kao svjetiljka, i pomaže čovječanstvu u brzoj evoluciji. Neki prakticiraju tu meditaciju četiri puta na dan; rano u jutro, u podne, pred večer, i u ponoć. Neki ju prakticiraju tri puta na dan, u zoru, u podne i pred večer. Kada je vrijeme problem, svi moraju prakticirati meditaciju najmanje dva puta na dan - u zoru i pred večer.

”Grijesi počinjeni svjesno ili nesvjesno tokom dana uništeni su večernjom meditacijom, dok jutarnja meditacija pretvara u pepeo one noćne”, kaže Manu. Drugim riječima, Gayatri meditacija održava naš um i srce uvijek čistima, tako da postizemo transcendentalni mir. Grijeh ne smije dotaći onoga tko striktno prakticira tu disciplinu.

Za prakticiranje te discipline, mjesto treba biti jednostavno, sveto i odvojeno. Na tihom mjestu um ostaje neuznemiren, pa je zato koncentracija lagana i spontana. U svetoj atmosferi, svete misli dolaze same. Na jednostavnom mjestu um postaje ponizan. Na mjestu gdje se kreću ljudi, i gdje se čine djela grijeha, i koje je raskošno, um se ne može koncentrirati i loše vibracije mjesta nepopravljivo uznemiruju meditaciju. Sveti hodočasnički centar, mjesto gdje je sveti čovjek meditirao, obala rijeke, pećina, planinska kućica, ašram, ušće rijeke, mirni vrt ili podnožje drveta, Božja kuća ili hram, ili morska obala, mjesta su povoljna za meditaciju. U vlastitoj kući možete sjesti u sobu za meditaciju, koju treba koristiti samo za meditaciju, molitvu i štovanje Boga.

Na prijelazu dana u noć i noći u dan, trebali bi prakticirati meditaciju.

Manu, zakonodavac čovječanstva, kaže: ”Sandhya, ili Gayatri meditacija urađena prije izlaska sunca je vrhunska. Meditacija, urađena u jutro kad se zvijezde više ne vide je u sredini. A meditacija nakon izlaska sunca je obična.”

Slično, na večer, meditacija urađena točno za vrijeme zalaska sunca smatra se vrhunskom. U sredini je meditacija nakon zalaska sunca ali dok zvijezde još nisu vidljive. Meditacija urađena na večer nakon što su zvijezde vidljive smatra se običnom.

Ezoterijski gledano, najbolje vrijeme za meditaciju je ono kada vam je srce ispunjeno ljubavlju prema Bogu. Prije Gayatri meditacije u jutro ne treba uzeti hranu.

Ako zbog nemara ili nekog razloga, ne možete prakticirati vašu dnevnu meditaciju, tada se trebate pročišćavati postom tijekom dana i noći. Kao iskupljenje za nemar i nesavjesnost, trebate uraditi 1008 Gayatri-đapa tj. ponavljana Gayatri-mantra. ”Ako ste odustali od Gayatri-mantra i želite ponovno započeti, tada se trebate podvrći Upanayanam ili inicijaciji svetim koncem još jednom” (Mudrac Šankara).

Ako je netko vrlo bolestan, ako mu je umro netko drag i blizak, kuća mu je u plamenu ili mu je zemlja u opasnosti, ili se neka druga nevolja pojavila, u tom se slučaju ne treba kajati što nije u mogućnosti meditirati. Čak i u tom slučaju mentalno ponavljanje mantra dokazano odvlači opasnost i donosi fizičku zaštitu i mentalnu utjehu. Pod svaku cijenu, ta dnevna duhovna disciplina mora se održavati i ne treba ju nikada zanemariti zbog nekakvih fiktivnih razloga. To je ozbiljna izjava mudraca za naše vlastito dobro. Pretpostavimo da ste na putu i vrijeme vam je problem, tada meditirajte na Gayatri neposredno prije spavanja ili odmah nakon ustajanja ujutro. Mentalno ponavljanje kad god ste u prilici također donosi blagoslove.

Dok pjevate mantru, ako znate značenje onoga što pjevate, meditacija će donijeti više mira i dobrobiti. Naravno, kada ju pjevate s vjerom, iscjeliteljska vibracija mantra donijet će vam blagoslov mira, bez obzira znate li značenje ili ne. Ali znanjem značenja dok meditirate, vaš intelekt nema sumnji i zato meditacija postaje smirujuća. Prije nego započnete meditaciju, dobro je da pjevate ime mudraca kome je otkrivena mantra, ime onoga tko vas je inicirao u meditaciju, i ime božanstva predstavljenog mantrom. To će imati snažne efekte. Slično, ponuda žrtve bogu sunca, stavljanjem masla i sjemenki u vatru dok se pjeva mantra, takvo štovanje će uskoro uroditi plodom. Ali najviša meditacija je molitva za prosvjetljenje i Božju milost. Milioni ljudi molit će za zdravlje, bogatstvo, dugovječnost, uspjeh itd., i iako je mantra namijenjena prosvjetljenju, također će ispuniti želje poklonika. Kada meditirate, okrenite

se k istoku, k zapadu ili k sjeveru; dok nudite žrtve i pozdrave bogu sunca, trebate se okrenuti k bogu sunca i uraditi vaše obožavanje. Drugim riječima, jutarnju meditaciju treba raditi okrenut k istoku. Na večer se okrenite k zapadu i uradite večernje žrtvovanje. Okretanje na jug se izbjegava iz razloga objašnjenih u spisima, jer Bog Smrti boravi u smjeru juga.

GAYATRI-SADHANA

1. U meditaciju sjednite ujutro okrenuti k istoku, u podne k sjeveru, a na večer k zapadu.
2. Upotrijebite brojanicu od Tulasi, Rudrakšu, ili od sandalovih zrnaca.
3. Neka mjesto za meditaciju bude čisto, tiho i sveto.
4. Operite udove ili se okupajte prije meditacije.
5. Oni koji meditiraju na Gayatri kao na Univerzalnu Majku mogu uzeti sliku Majke i štovati je prije i nakon meditacije.
6. Oni koji meditiraju na Gayatri kao na Svjetlo Boga mogu meditirati na boga sunca kao na simbol svjetla.
7. Oni koji meditiraju na bezobličnog Boga mogu meditirati na Svjetlo Istine u točki među obrvama koja je poput plamena.
8. Kao snažni pročišćujući ritual, možete izliti maslo kao žrtvu u vatru, pjevajući "svaha" nakon svakog ponovljenog pjevanja mantre. (Nakon što otpjevate svaha pružite žrtvu u vatru.)

GAYATRI MEDITACIJA

Gayatri meditacija je najviši poznati oblik meditacije u Vedama. Prakticiranjem te meditacije četiri puta dnevno, postići ćete savršenstvo tijela, uma i duha.

Gayatri se pjeva radi postizanja univerzalne svijesti i za buđenje intuitivnih snaga. Vanjsko značenje Gayatri mantre je:

O Apsolutna Istino, Apsolutna Svijesti, i Apsolutno Blaženstvo, Stvoritelju sve tri dimenzije, mi meditiramo na Tvoje transcendentalno svjetlo. Prosvijetli naše intelekto.

Gayatri meditacija uništava sve zablude, energizira pranu, uspostavlja dugovječnost, zdravlje, sjaj, i prosvjetljenje. Ta mantra je ključ za otvaranje vrata kozmičke svijesti.

PRAKSA GAYATRI MEDITACIJE

1. Najbolje vrijeme za meditaciju je ujutro prije izlaska sunca i navečer prije zalaska sunca.
2. Za meditaciju treba odabrati čisto, odvojeno mjesto ili sobu.
3. Podloga treba biti čvrsta, pokrivena s jelenjom kožom, hasurom ili s platnom.
4. Možete sjediti u položaju lotosa (Padmasana), ili u položaju savršenstva (Siddhasana).
5. Okrenite se licem k istoku ili k sjeveru.
6. Kada jednom zauzmete položaj ne biste se trebali micati. Kako duhovna energija prožima cjelokupni sustav, trebali bi sjediti mirno. Držite leđa, vrat, i glavu uspravno.
7. Budite neustrašivi. Sjedite s čvrstom odlukom da realizirate Istinu.
8. Zapalite kamfor ili svijeću i zagledajte se u plamen nekoliko minuta. Zatvorite oči i vizualizirajte svjetlo u centru između obrva i ponavljajte Gayatri mantru.
9. Dok ponavljate mantru, meditirajte na značenje mantre i molite se za viziju Gayatri-devi Majke.
10. Gayatri je kozmički ritam sastavljen od 24 sloga koji sadrži tristih od po 8 slogova svaki.
11. To je najsvetija Vedska mantra za meditaciju za vrijeme Sandhyopasane.
12. Gayatri mantra iz Rg Vede je molitva za svjetlo i prosvjetljenje.
13. Ta mantra je posvećena Bogu u aspektu svjetla, a simbol takvog svjetla je sunce.
14. Bog osobno je dao tu mantru rišijima (mudracima).
15. Gayatri je majka Veda (izvor Božanske Mudrosti).
16. Ta mantra je ključ za otvaranje vrata kozmičke svijesti.
17. Mudrac Višvamitra je vidio Gayatri-mantre.
18. Gayatri-mantra prvi puta se pojavljuje u Rg Vedi (III.62.10) i kasnije u Yađur Vedi, Sama Vedi i Upanišadama. Gayatri također zovemo Savitri, što je ime za božanstvo sunca. U Stvarnosti, to je Bog kao svjetlo.
19. Ta je mantra univerzalna jer to je meditacija na svjetlost preko sunca, koje je isto za cijelo čovječanstvo.
20. Gayatri je snaga Svetog Trojstva. Ta nas mantra obdaruje mudrošću, napretkom, čistoćom i oslobođenjem.
21. "O Apsolutna Istino, Apsolutna Svijesti i Apsolutno blaženstvo, Stvoritelju tri dimenzije, mi meditiramo na Tvoje Transcendentalno svjetlo. Prosvijetli naše intelekto." To je glavno značenje Gayatri mantre.
22. Sandhyopasana ili Gayatri-upasana znači meditacija koja uspostavlja jedinstvo s Vrhunskim Svjetlom koje zazivamo Gayatri-mantrom.
23. Gayatri-upasanu radimo u svrhu postizanja Univerzalne Svijesti i buđenja intuitivnih snaga.

PET TEHNIKA ĐAPE

1. (Da biste zapamtili mantru) Izgovarajte mantru glasno i jasno s pravilnom intonacijom, naglaskom i pauzama. To je znano kao Vaikhari-đapa. Učinite to 36 puta.
2. Sada šapćite mantru vrlo tihim glasom. Mičite jezikom i usnama dok vam je pažnja na značenju mantre. To se zove Upamsu-đapa. Učinite to 36 puta.
3. Sada ponavljajte mantru mentalno. Uronite u glavno značenje mantre. Pokušajte čuti mantru u vašoj srčanoj čakri. Uradite to 36 puta.
4. U Manipura-čakri ili pupčanom centru, poneki puta možete unutrašnjim okom vidjeti mističnu riječ ili mantru napisanu na laticama čakre. Možete vidjeti vibraciju zvuka izraženu kroz boje. Ta vizija koju dobijete kroz zvuk mantre je znana kao Pašyanti ili vidljivi zvuk.
5. Sad, samo unite u savršenu tišinu. U početku mentalno meditirajte na "Om". Tada uronite u Tanscendentalni Mir svog Atmana. To se zove Para.

Ponovite Gayatri-mantru minimalno deset puta svako jutro i deset puta svako večer. Onaj tko ponovi mantru 108 puta u svakom sjedenju uskoro će postići zračenje. Onaj tko ponovi mantru 1008 puta iskreno i s devocijom u svakom sjedenju, postići će prosvjetljenje za 40 dana.

Dok ponavljate mantru, meditirajte na značenje mantre i molite se za daršan Majke Gayatri-devi.

Gayatri meditacija uništava zablude, energizira pranu, uspostavlja dugovječnost, zdravlje, savršenstvo i prosvjetljenje.

Uredite si čvrstu podlogu na mirnom mjestu ili sobi. Zapalite kamfor ili svijeću i gledajte plamen nekoliko minuta. Tada zatvorite oči i unutrašnjim okom vizualizirajte plamen u centru između obrva i ponavljajte Gayatri mantru.

BLAGOSLOVI GAYATRI MANTRE

Dok intelekt nije prosvijetljen, Istina ostaje neotkrivena. Dok je intelekt prekriven tamasom (mračne snage) i rađasom (strasti), ma kako bistar i oštar bio u svjetovnim stvarima, on neće donijeti mir i istinsku sreću. Intelekt pročišćen sattva-gunom ili smirenošću postići će prosvjetljenje. Svjetlo Gayatri-mantre, uklonivši rđu i prašinu tromosti i strasti s ogledala uma, odrazit će Istinu kojom će um postići prosvjetljenje. Čovjek postiže Transcendentalnu Tišinu takvim prosvjetljenjem i sva djela koja on čini uzdići će čitavo društvo. On postaje blagoslov za čovječanstvo.

Energija prane koja je dan za danom trošena zbog tamastičnih i rađastičnih aktivnosti, sada se okreće prema gore, a sveta Gayatri-mantra sada štiti energiju prane i blagosilja čovjeka sa zdravljem, hrabrošću i neiscrpnom snagom.

Svjetlo Gayatri blagosilja sa snagom celibata, snagom iskrenosti, blagog govora, snagom liječenja, i snagom prenošenja duhovne energije na ostale.

Dobro zdravlje, dugovječnost, nesebičnost, čovječnost, duhovno usmjerenje, nesebično služenje, požrtvornost, razumijevanje, uzdržanost i strpljivost, univerzalno prijateljstvo, nepomućenu predanost Istini, kozmičku svijest, kozmičku ljubav i druge božanske vrline manifestiraju se u čovjeku koji prakticira Gayatri-mantru. Čovjek počinja grijeh zbog mraka neznanja. Gayatri daje blagoslov sa Svjetlom Istine tako da čovjek ne može pasti u stisak karme i ponovnog rađanja. Otvaranjem našeg trećeg oka mudrosti, ono otkriva prošlost, sadašnjost i budućnost i nježno nas vodi prema Kraljevstvu Nebeskom. Transformiranjem naše energije u božansku ljubav i kreativnost, svjetlo Gayatri pretvara cjelokupan život u božanski.

Gayatri-mantra otklanja sve strahove. Ona je najbolji lijek za sve bolesti. Ona uništava karmu i daje blagoslov oslobođenja. Gdje god se pjeva Gayatri-mantra, demoni i zli duhovi otjerani su vatrom Božje Riječi.

NIKADA NEMOJTE NAPUSTITI GAYATRI. VI MOŽETE NAPUSTITI ILI ZANEMARITI BILO KOJU DRUGU MANTRU, ALI GAYATRI IZGOVARAJTE NAJMANJE NEKOLIKO PUTA DNEVNO.

Sri Sathya Sai Baba

Gayatri Mantra glasi ovako:

**om bhur bhuvah svaha
tat savitur varenyam
bhargo devasya dhimahi
dhiyo yo nah pracodayat**

U prijevodu:

**O majko koja prebivaš u svim trima kalama, svim trima lokama i svim trima gunama,
molim Te prosvijetli moj intelekt i rasprši svo moje neznanje,
kao što blistava sunčeva svjetlost rasprši svaku tamu.
Molim Te, učini da moj intelekt postane spokojan, sjajan i prosvijetljen.**