

1

Η ΑΛΗΘΙΝΗ ΜΑΣ ΦΥΣΗ

Ποιοι είμαστε; Από πνευματικής απόψεως, πρόκειται για την πλέον σημαντική ερώτηση. Η παραδοσιακή Δυτική άποψη είναι ότι είμαστε κάτι το ξεχωριστό από τον Θεό και ότι η φύση μας είναι θεμελιωδώς διαφορετική. Η Ανατολική φιλοσοφία, από την άλλη πλευρά, πιστεύει ότι όχι μόνον είμαστε ένα με τον Θεό, αλλά ότι ο πραγματικός μας Εαυτός είναι ο Θεός. Στη Βεντάντα υπάρχει η ρήση: «*Τατ Τβαμ Ασί*», που σημαίνει «Εκείνο Είσαι Εσύ». Έτσι η Βεντάντα λέει ότι είμαστε Εκείνο, ή αλλιώς ο Άτμα, ο Θεϊκός Εαυτός, ο Θεός. Στην Μπάγκαβαντ Γκίτα, ο Αβατάρ Κρίσνα λέει στον Αρτζούνα: «Ο Άτμα ενυπάρχει σε όλα τα όντα και όλα τα όντα ενυπάρχουν στον Άτμα» (Κεφ. VI, στίχος 29). Λέει επίσης: «Είμαι ο Άτμα που ενοικεί σε όλες τις υπάρξεις. Εγώ είμαι η αρχή, η μέση, και το τέλος όλων των όντων!» (Κεφ. X, στίχος 20). Ο Κρίσνα λέει ότι τίποτα δεν υπάρχει εκτός από τον Θεό και ότι η πραγματική μας φύση είναι Θεός. Ο Σάι Μπάμπα το επιβεβαιώνει: «*Δεν είστε διαφορετικοί από τον Θεό. Είστε ο Θεός, ο Θεός είναι εσείς!*» (1990, p.142).

Αν και το μεγαλύτερο τμήμα του Χριστιανισμού πιστεύει ότι είμαστε χωριστοί από τον Θεό, ο Ίδιος ο Ιησούς διακήρυξε την ενότητά μας με τον Θεό όταν είπε: «*Εγώ και ο Πατήρ εν έσμέν*» (Κατά Ιωάννην 10:30) και «*εγώ εν τῷ πατρί μου και ὑμεῖς εν ἐμοὶ καὶ ἐγὼ εν ὑμῖν*» (Κατά Ιωάννην 14:20). Ο Ιησούς επιβεβαιώνει την ενότητά μας με τον Θεό, όταν διακηρύσσει, «*ἀμὴν λέγω ὑμῖν, ἐφ' ὅσον ἐποιήσατε ἐνὶ τούτων τῶν ἀδελφῶν μου τῶν ἐλαχίστων, ἐμοὶ ἐποιήσατε*» (Κατά Ματθαῖον 25:40). Και στο κατά Θωμά Ευαγγέλιο (1959), φέρεται ο Ιησούς να λέει: «*Εγώ είμαι το Φως υπεράνω των πάντων. Εγώ είμαι το Παν. Το Παν προήλθε από Μένα και το Παν καταλήγει σε Μένα. Κόψτε ένα κομμάτι ξύλο, και θα βρείτε Εμένα μέσα σ' αυτό. Σηκώστε*

για μια πέτρα και θα βρείτε Εμένα εκεί» (94:23-28). Έτσι, και η Ανατολική Παράδοση και ο Ιησούς διακηρύττουν ότι είμαστε Ένα με τον Θεό. Σε δύο αξέχαστες εμπειρίες μου δόθηκε η ευκαιρία να πάρω μία γεύση αυτής της αλήθειας. Αυτές οι εμπειρίες μου χάρισαν κατανόηση, που αποτελεί και τη βάση της πνευματικής άσκησης που περιγράφω σε τούτο το βιβλίο.

Πάντα έψαχνα να βρω την αλήθεια για το ποιος είμαι και για τη φύση της πραγματικότητας. Και αυτή η αναζήτησή μου με οδήγησε στο να μελετήσω φυσική και φιλοσοφία, να χειροτονηθώ ιερέας της Ουνιταριανής Εκκλησίας¹ και να εκπαιδευτώ στο Ζεν στην Ιαπωνία, που το άσκησα για πολλά χρόνια μετέπειτα. Αργότερα, έγινα κλινικός ψυχολόγος με ειδικευση στην υπερβατική-υπερπροσωπική ψυχολογία² και διερεύνησα τα ενεργειακά πεδία που περιέγραφαν οι Ανατολικές πνευματικές πρακτικές. Ξέρω ότι αυτό το υπόβαθρο -όλες οι προηγούμενες μυστικιστικές εμπειρίες, και ένα χωρίς όρους άνοιγμα μιας συμπονετικής καρδιάς- με προετοίμασαν γι' αυτό που συνέβη. Αλλιώς, δεν θα μπορούσα να αντέξω την έντονη ενέργεια που αποτέλεσε μέρος της αφύπνισής μου.

Το 1982 βρισκόμουν σε μια πνευματική κατασκίνηση, όταν πελώρια κύματα ενέργειας, που, όπως έμαθα αργότερα, ήταν τα κύματα της ενέργειας *κουνταλίνι*, άρχισαν να διαπερνούν ολόκληρο το σώμα μου, ταρακουνώντας με σαν να ήμουν ένα φύλλο. Μία δύναμη, που ποτέ πριν δεν είχα βιώσει, απελευθέρωνε όλη την μπλοκαρισμένη στο σώμα μου ενέργεια. Διαισθητικά αντιλήφθηκα ότι αυτό που συνέβαινε ήταν κάτι καλό και θυμάμαι ότι έλεγα στην ενέργεια «Προχώρα!» και «Πάρε με!». Μετά από κάποιο διάστημα, τα κύματα άρχισαν να

¹ Ουνιταριανή Εκκλησία: Θρησκευτική πίστη που υποστηρίζει ότι ο Θεός έχει μόνο μία υπόσταση (όχι τρεις όπως είναι το δόγμα της Ορθόδοξης Εκκλησίας) και ενθαρρύνει τη χρήση της έρευνας στη θρησκεία.

² *Transpersonal Psychology* (Υπερβατική – Υπερπροσωπική Ψυχολογία): Σχολή της Ψυχολογίας που ενοποιεί τις πνευματικές και υπερβατικές διαστάσεις της ανθρώπινης εμπειρίας με τη σύγχρονη ψυχολογία. Γι' αυτό, ονομάζεται και Πνευματική Ψυχολογία.

λιγοστεύουν και καταλήφθηκα από μια άγνωστη αίσθηση γαλήνης και διευρυμένης ενέργειας. Κατόπιν, άρχισα να έχω μία άμεση επίγνωση του πόσο υπήρξα επικριτικός και στον εαυτό μου και στους άλλους. Είδα ότι προχωρούσα σε συγκρίσεις, επικρίσεις και απορρίψεις και ότι αυτή μου η στάση με έκανε μίζερο. Την εμπειρία αυτή μοιράστηκα με τον συντονιστή της πνευματικής κατασκήνωσης, ο οποίος μου είπε κάποια πράγματα. Όμως αυτό που εγώ ένιωσα ήταν η ανιδιοτελής του αγάπη, μια αγάπη που με έκανε να ξεσπάσω σε κλάματα. Μετά, ακούσαμε τον *Μεσσία* του Handel. Ένωσα να ανοίγει διάπλατα η καρδιά μου, καθώς αγκάλιαζα τον ατελή εαυτό που πίστευα πως ήμουν. Ένωθα την καρδιά μου να πάει να σπάσει. Μια τεράστια «ενέργεια», πέρα από οτιδήποτε ήξερα ως τότε, υπήρχε μέσα και γύρω μου, και μια αίσθηση γιγαντιαίας δύναμης πέρα από μένα. Όλη η συνειδητότητά μου άλλαξε, το πέπλο της συνηθισμένης πραγματικότητας διαλύθηκε και η συνηθισμένη αίσθηση του εαυτού μου εξαφανίστηκε.

Ξεπέρασα τον εαυτό μου και μπόρεσα να δω και μένα και τον κόσμο από μία πλευρά που ποτέ πριν δεν είχα βιώσει. Η αλήθεια της ύπαρξης ήταν πια ξεκάθαρη σαν κρύσταλλο. Η καρδιά μου γέμισε με μια χωρίς όρια συμπόνια, καθώς κοιτούσα από ψηλά μια σκηνή, που εξελισσόταν με μένα και άλλους να κυνηγάμε με σπουδή κάθε είδους εγκόσμια πράγματα που μας προκαλούσαν ανείπωτο πόνο και βάσανα. Είδα ότι η ψευδαίσθηση παρουσιάζει τα χρήματα, τη δύναμη, την ευχαρίστηση και την εξασφάλιση ως πολύ σημαντικά -ενώ το μοναδικό πράγμα που στ' αλήθεια έχει σημασία είναι η συμπόνια και η αγάπη. Μοιάζει σαν να έχουμε χαθεί σε ένα έργο -χωρίς να το ξέρουμε- πιστεύοντας ότι είναι η μοναδική και ύστατη πραγματικότητα, ενώ δεν είναι παρά ένα δράμα στο θέατρο του νου μας. Μπόρεσα να δω το πώς όλοι μας κυνηγάμε τούτη τη φαινομενική πραγματικότητα και, πιστεύοντας ότι είναι αληθινή, βασίζουμε πάνω της τις ζωές μας. Ήξερα πως η αιτία όλων των βασάνων μας είναι ότι ζούμε, έχοντας την απόλυτη πεποίθηση ότι η ψευδαίσθηση είναι αληθινή, και ότι αυτό που μπορεί να μας θεραπεύσει είναι η συμπόνια και η αγάπη. Όλη τούτη η

γνώση μου αποκαλύφθηκε μέσα σε μια στιγμή. Και στη συνέχεια ένιωσα να με καταλαμβάνει μία παντοδύναμη «ενέργεια» που στην αρχή ήταν μωβ κι αργότερα μετατράπηκε σε λευκή. Ένωσα ότι υψωνόμουν. Ήξερα ότι ήθελα να υποταχθώ σε αυτήν τη δύναμη και έκανα έναν όρκο -να ακολουθήσω την αλήθεια που μου είχε αποκαλυφθεί. Είπα δυνατά: «Δεν θα ξεχάσω!» Ο συντονιστής της ομάδας είπε: «Ναι, θα το κάνεις!» Και είχε δίκιο. Ήξερα αμέσως ότι θα το έκανα και έβαλα τα γέλια. Αργότερα, στο δωμάτιο, πρόσεξα ένα ποίημα του Long Chen Pa:

Αφού όλα είναι μια ονειρική ψευδαίσθηση,
Τέλεια γι' αυτό που είναι,
Δίχως καλό ή κακό, αποδοχή ή απόρριψη,
Κάλλιστα μπορείς να γελάς.

Ήξερα ότι δεν ήμουν αυτός που πάντα πίστευα ότι ήμουν. Δεν ήμουν ούτε το σώμα μου, ούτε ο νους μου, ούτε η προσωπικότητά μου, ούτε κανένας από τους ρόλους που είχα υιοθετήσει, όπως αυτοί του ιερέα, του συζύγου, του πατέρα, του ψυχολόγου, κλπ. Δεν ήμουν τίποτα από όλα όσα πίστευα πως ήμουν. Δεν ήξερα ποιος ήμουν, αλλά ήξερα ότι ποτέ δεν υπήρξα αυτό που πίστευα ότι ήμουν. Ήξερα ότι ζούσα μία αυταπάτη. Ήξερα ότι μόνον η υπερβατική συνειδητότητα, που είναι αγνή Συμπόνια και Αγάπη, είναι πραγματική, κι είναι απλώς ένας άλλος τρόπος να πούμε πως μόνον ο Θεός είναι αληθινός. Όλα τα άλλα δεν είναι παρά μέρος της ψευδαίσθησης. Αυτό, κατά τον ορθολογιστικό μας νου, δεν είναι παρά μία ανοησία. Φαίνεται οφθαλμοφανές ότι εσείς, εγώ και ο κόσμος είμαστε αληθινόι ενώ ο Θεός φαίνεται μάλλον μη αληθινός. Κι όμως, από υπερβατική άποψη, συμβαίνει ακριβώς το αντίθετο. Η ψευδαίσθηση μάς κάνει να φαινόμαστε ότι όλοι μας είμαστε ξεχωριστές υπάρξεις, ενώ η αλήθεια είναι ότι όλοι μας είμαστε το Ένα. Αυτό που έχει σημασία είναι να αφυπνιστούμε στην αλήθεια αυτή και να μάθουμε να τη ζούμε. **Όλα** τα υπόλοιπα είναι τελείως ασήμαντα και άσχετα.

Δεν είχα καμία αμφιβολία ότι η γνώση που είχα λάβει ήταν απόλυτα αληθινή. Δεν μου παρουσιάστηκε σιγά-σιγά,

αλλά όλη μαζί, στιγμιαία. Ήρθε ακαριαία, πλήρης και αυταπόδεικτη. Η αλήθεια που υπερβαίνει την ψευδαίσθηση είναι πάντα απλή, ξεκάθαρη, αδιαμφισβήτητη και απόλυτα αληθινή. Για πρώτη φορά κατάλαβα πραγματικά όλα τα πνευματικά κείμενα που είχα διαβάσει. Είχα αφυπνιστεί, ενώ δεν είχα καν επίγνωση ότι πριν κοιμόμουν.

Η συνειδητοποίηση, ότι δεν ήμουν ούτε το σώμα ούτε ο νους μου και ότι μόνον η χωρίς προϋποθέσεις αγάπη ήταν πραγματική, είχε τεράστιο αντίκτυπο στη ζωή μου. Έπρεπε να μάθω να ζω σε έναν κόσμο, που τώρα ήξερα ότι ήταν μια ψευδαίσθηση. Όλα τα μοντέλα και οι αντιλήψεις της πραγματικότητας που είχα τόσο σκληρά εργαστεί για να αποκτήσω, τώρα πια δεν είχαν καμιά απολύτως αξία. Ήξερα ότι δεν ήμουν πια ο άνθρωπος που πίστευα πως ήμουν πριν, χωρίς, όμως, να έχω και μια καθαρή αίσθηση του ποιος ήμουν. Το εγώ μου, μ' αυτήν την αμορφία, ανυπομονούσε γεμάτο άγχος να «με» περιγράψει ξανά, να δημιουργήσει κάποια δομή. Και άρχισε να εγείρει αμφιβολίες. Μια από τις αγαπημένες του ήταν: «Και τώρα τι θα κάνεις όταν γυρίσεις στο σπίτι σου;» Αν ακολουθούσα αυτήν τη σκέψη, θα χανόμουν σε φαντασιώσεις του πώς θα άλλαζε η σχέση μου με την οικογένειά μου και αν θα μπορούσα να συνεχίσω το επάγγελμα του ψυχολόγου. Το παρόν χάθηκε σε ένα φανταστικό μέλλον και η συνειδητότητά μου παγιδεύτηκε στην ψευδαίσθηση. Είδα πόσο γρήγορα και πόσο ύπουλα το εγώ μου μπορούσε να με βγάλει από τη θέση της ενότητας. Ευτυχώς, βρήκα τον τρόπο να αντιμετωπίσω τον εγωιστή νου που προσπαθούσε να με αποσπάσει από το παρόν: Να αρχίσω να περιστρέφομαι όπως οι Σούφι. Πρακτικά είναι αδύνατον και να περιστρέφεται και να σκέφτεται. Έτσι, όταν θα περιστρεφόμεν, το αιώνιο παρόν θα επέστρεφε. Εκείνη τη στιγμή ένιωσα ότι έπρεπε να γράψω τούτο το ποίημα:

Το τζίνι της καρδιάς μου προβάλλει
γεμίζοντας το σύμπαν.
Ανάβοντας όλους τους ήλιους του,
κοιτάει τον μικρό μου εαυτό
και λέει: «Σ' αγαπώ.»

Αγαπώ τον φόβο, την υπεροψία,
την κριτική σου διάθεση,
Τον τρόπο που κλείνεις τα μάτια σου σ' Εμένα,
Με τα βιβλία σου, την τηλεόραση,
και τις πολλές σου ασχολίες.
Αγαπώ όλους τους θαυμαστούς τρόπους,
που ο νους σου επινοεί για να μη Με γνωρίσεις.
Πίστεψε, γιε μου,
ΕΓΩ ΕΙΜΑΙ.

Όταν επέστρεψα στο σπίτι μου από το πνευματικό ησυχαστήριο, ένιωσα ότι η παλιά μου ταυτότητα ήταν εκεί και με περίμενε για να ξαναγυρίσω σ' αυτήν. Τα πάντα με καλούσαν να συνεχίσω ως το ίδιο πρόσωπο που είχα υπάρξει - στις σχέσεις μου με τη γυναίκα μου και τα παιδιά μου, με τους φίλους μου, με την εργασία μου. Τα πάντα με καλούσαν να γυρίσω στις παλιές μου συνήθειες και στα μοτίβα παλιών μου συμπεριφορών. Όλοι περίμεναν να είμαι «εγώ». Όμως το «εγώ» που είχα αφήσει δεν ήταν το «Εγώ» με το οποίο επέστρεψα. Ήξερα ότι δεν θα μπορούσα να εξηγήσω αυτό που συνέβη, αλλά παρόλα αυτά προσπάθησα και με παρεξήγησαν οι πάντες.

Συνέχισα να ζω με την αίσθηση ότι απλώς Είμαι, χωρίς να μπορώ κάπως να προσδιορίσω τον εαυτό μου. Το εγώ μου, από αίσθημα ανασφάλειας, έκανε επανειλημμένες προσπάθειες να με δελεάσει να ξαναγυρίσω στην παλιά μου ταυτότητα. Σε τούτη την προσπάθεια, έκανε την εξής ερώτηση: «Πώς σκέφτεσαι να θρέψεις την οικογένειά σου;» ή «Τι θα κάνεις με το επάγγελμά σου;» ή «Πώς ξέρεις ότι όλο αυτό δεν ήταν παρά μία ψευδαίσθηση και μόνον;» Ήξερα ότι, αν απαντούσα ή αν ασχολούμουν με αυτές τις ερωτήσεις, θα έχανα την υπερβατική προοπτική στην οποία βρισκόμουν. Όμως, μετά από σαράντα εφτά ολόκληρα χρόνια πίστης στην ψευδαίσθηση και καλλιεργώντας ένα επίπλαστο εγώ, η τάση να ξαναπέσω στα παλιά μου πρότυπα ήταν παντοδύναμη. Κι έτσι έγινε και ξέχασα... Αυτό που με έφερε στα άκρα ήταν, όταν σύντομα μετά την επιστροφή μου, ο βόθρος του σπιτιού μου χάλασε και για έναν μήνα δεν λειτουργούσε καθόλου. Για λίγες μέρες διατήρησα τη νέα μου

ταυτότητα, μα κάποια στιγμή την έχασα και άρχισα να ενοχλούμαι και να ανησυχώ για το πόσο σύντομα θα διορθωνόταν το αποχετευτικό σύστημα. Λίγες μέρες μετά, αφυπνίστηκα ξανά, όταν συνειδητοποίησα ότι είχα πέσει στην ψευδαίσθηση.

Ένωθα έντονη την παρόρμηση να μοιραστώ όλα όσα έμαθα. Στο κάτω-κάτω είχα κάποια «καλά νέα». Αρκετές φορές μίλησα από το βήμα μιας εκκλησίας στο οίκημα ενός φίλου. Ήξερα ότι αυτό που έλεγα ήταν ριζοσπαστικό και αναρωτιόμουν, πώς είναι δυνατόν οι άνθρωποι να μην ενδιαφέρονται για κάτι τόσο σημαντικό. Αλλά αφού σκέφτηκα λίγο, ανακάλυψα ότι κι «εγώ» πριν κάποια χρόνια θα αντιδρούσα ακριβώς με τον ίδιο τρόπο. Ούτε η οικογένειά μου ήξερε πώς να ερμηνεύσει αυτό που συνέβαινε. Η γυναίκα μου ανησυχούσε για τις αλλαγές μου και για τις επιπτώσεις που θα είχαν στη σχέση μας. Αυτό που τώρα παρουσίαζα, η πνευματική αυτή στάση και άποψη, της θύμιζε το θρησκευτικό υπόβαθρο που είχε απορρίψει - κάτι που της έφερνε ανησυχία - και δεν ήταν πολύ υποστηρικτική. Στην αρχή σκέφτηκα ότι θα έπρεπε να κάνω ριζοσπαστικές αλλαγές στα πάντα. Αλλά σταδιακά έμαθα, ότι ουσιαστική αλλαγή δεν σημαίνει ακραίες αλλαγές στο επίπεδο της καθημερινής πραγματικότητας, αφού ήξερα ότι κάτι τέτοιο θα ήταν απλά η αντικατάσταση του παλιού θεατρικού έργου με ένα καινούργιο. Έμαθα ότι ουσιαστική αλλαγή ήταν η πλήρης απελευθέρωση από αυτό το θεατρικό έργο. Και για να το κάνω αυτό, χρειαζόταν να ανοίξω την καρδιά μου, όσο γινόταν πιο πολύ, στη ζωή έτσι όπως είναι. Η ουσία της πνευματικής μεταμόρφωσης δεν είναι η εμπειρία της φώτισης καθαυτή. Είναι η μεταμόρφωση της ζωής μας σύμφωνα μ' αυτήν.

Αργότερα -γύρω στους εννιά μήνες μετά- είχα μια άλλη εμπειρία, ακόμα πιο δυνατή. Κυριολεκτικά μου είναι αδύνατον να περιγράψω τι συνέβη, γιατί είναι πέραν του νοητικού επιπέδου και έτσι αδιανόητο για τη συνηθισμένη μου συνειδητότητα. Μόνον αν κανείς το βιώσει, θα μπορέσει να το κατανοήσει. Έκανα την άσκηση του Ραμάνα Μαχάρσι, ρωτώντας «Ποιος είμαι;» (μια αναζήτηση στη φύση του Εγώ), όταν το «εγώ» μου εξαφανίστηκε και αντικαταστάθηκε από μια συνειδητοποίηση,

η οποία για μένα ήταν ασύλληπτη. Ήταν κάτι που δεν είχα ποτέ φανταστεί. Η ενέργεια, ή δύναμη, που είχα νιώσει ότι με ξεπερνούσε, στην πρώτη εμπειρία, έγινε ένα με εμένα. Μα τώρα δεν υπήρχε «εγώ», ούτε καν με την υπερβατική αίσθηση της πρώτης εμπειρίας, κατά την οποία η αίσθηση ενός ξεχωριστού «παρατηρητή-εαυτού» συνέχιζε να υπάρχει. Μα ούτε εμπειρία μπορώ να την αποκαλέσω, αφού δεν υπήρχε κανείς για να βιώσει την εμπειρία. Υπήρχε μόνον ενότητα. Αυτή η συνειδητότητα ήταν η κάθε όψη της δημιουργίας και ταυτόχρονα η πηγή της, όχι μεταφορικά, αλλά πραγματικά, κυριολεκτικά. Οτιδήποτε σκεφτόταν τούτη η συνειδητότητα έπαιρνε μορφή - άνθρωποι, δέντρα, σύννεφα, πουλιά, άνεμος, χρώματα, ουρανός, όλα όσα υπάρχουν. Ο εξατομικευμένος εαυτός μου, το σώμα και ο νους μου δεν υπήρχαν πια. Έπαψε να υπάρχει και η επίγνωση της χωρίς όρους συμπόνιας και αγάπης της προηγούμενης εμπειρίας. Η Αγάπη χρειάζεται δύο - τον αγαπώντα και τον αγαπώμενο. Τώρα υπήρχε μόνο ένα - η επίγνωση ότι ήμουν τα πάντα και η πηγή των πάντων. Αυτή η αγνή επίγνωση ήταν τεράστια, απόλυτα ακίνητη και αναλλοίωτη. Αυτό το «Εγώ» γνώριζε ότι υπήρχε πάντα και ότι πάντα θα υπάρχει.

Και τότε ήρθε η επίγνωση ότι ήμουν Θεός, όχι με κάποια προσωπική ή εγωιστική έννοια, αφού δεν υπήρχε πια ο εξατομικευμένος μου εαυτός. Μάλιστα, δεν υπάρχει τίποτε πιο ταπεινωτικό για το εγώ από το να συνειδητοποιήσει ότι στην πραγματικότητα δεν είναι αληθινό. Τα πάντα -χώρος, χρόνος, μορφή- άρχισαν να εξαφανίζονται μέσα σε μια απεριγράπτη δίνη ενέργειας από την οποία δεν υπήρχε επιστροφή. Το «εγώ» θα εξαφανιζόταν για πάντα στη συνειδητότητα που είναι ο Θεός. Η «εμπειρία» της εξαφάνισης στον Θεό έγινε εξαιρετικά συγκλονιστική και η ενέργεια άρχισε να υποχωρεί. Η «εμπειρία» είχε κάποιο είδος «ενεργειακής υπογραφής», που τότε δεν την κατανόησα. Μετά από τέσσερα χρόνια ανακάλυψα ότι ήταν η «επισκεπτήρια κάρτα» που είχε αφήσει ο Δάσκαλός μου, Σά-τσα Σάι Μπάμπα.

Ακριβώς όπως συνέβη μετά την πρώτη εμπειρία, δεν πέρασε πολύς καιρός πριν επανεμφανιστεί ένα δείγμα του παλιού

μου εαυτού. Τότε γνώριζα ότι η αφύπνιση και η συνειδητοποίηση της αληθινής μας φύσης ως Θεού δεν ήταν το τέλος της αναζήτησής μου, όπως είχα πιστέψει αρχικά. Παρόλο που ήξερα τον πραγματικό μου Εαυτό, έβλεπα ότι ακόμα είχα προσκολλήσεις σε κάποιες πλευρές της παλιάς μου ταυτότητας, όπως, π.χ., στο σώμα «μου», στις σχέσεις «μου», και στην προσωπικότητά «μου». Γι' αυτό και δεν είχα εξαφανιστεί μέσα στον Θεό. Αυτό που με εξέπληττε ήταν, πώς το εγώ μου, με το που επέστρεψε, δεν έχασε διόλου καιρό και άρχισε να προσπαθεί να πάρει αυτό το εύσημα για ό,τι είχε συμβεί και να τα χρησιμοποιήσει για ίδιον όφελος. Μα το πλέον ενοχλητικό ήταν ότι η καρδιά μου δεν ήταν πια άνευ όρων ανοιχτή. Και ως εκ τούτου, η αγάπη μου έγινε ξανά αγάπη με όρους. Δεν υπήρχε κανένα μυστήριο για τον λόγο που η καρδιά μου είχε πάλι όρους. Με την διαύγεια που τώρα πια είχα, μπορούσα να δω ότι αυτό οφειλόταν μόνον στο ότι είχα επαναταυτιστεί με τα διάφορα μέρη του παλιού μου εαυτού. Και ο μικρός αυτός εαυτός μου, αντίθετα με τον αληθινό Εαυτό μου, έδινε προτεραιότητα σε άλλα πράγματα και όχι στην Αγάπη. (Όταν γράφω με κεφαλαία τη λέξη «Αγάπη» και τη λέξη «Συμπόνια», αναφέρομαι στην χωρίς όρους θεϊκή Αγάπη και Συμπόνια). Καθώς ο μικρός μου εαυτός συχνά είχε άλλες προτεραιότητες από την Αγάπη, είχε αναπτύξει «προβλέψιμα αντανakλαστικά» που έκλειναν την καρδιά του. Αυτό συνέβαινε αυτόματα, σχεδόν πριν καν τα καταλάβω. Αυτές οι αντιδράσεις, όπως τα επικριτικά σχόλια και η ανάγκη οι άνθρωποι να είναι διαφορετικοί από αυτό που ήταν, με χώριζε από την χωρίς όρους Συμπόνια που είχα γνωρίσει. Μα εγώ λαχταρούσα να επιστρέψω σε τούτην την Αγάπη. Για να συμβεί αυτό, ήξερα ότι θα έπρεπε να φύγω από την εναπομείνασα ταύτισή μου με το άτομο που πίστευα ότι ήμουν όλα αυτά τα χρόνια, αυτό που τώρα θεωρούσα ως «τον ψευδή εαυτό» μου. Και το ήξερα καλά ότι, για όσο καιρό θα ταυτιζόμουν με τον ψευδή μου εαυτό, η καρδιά μου δεν θα μπορούσε να ανοίξει άνευ όρων.

Μετά από τις εμπειρίες αυτές, μπορεί να σκεφτείτε ότι η απαλλαγή από τον ψευδή εαυτό μου έγινε με ευκολία. Κάθε

άλλο παρά έτσι συνέβη. Παρά τις γνώσεις που είχα ως ψυχολόγος, δεν είχα επίγνωση της μεγάλης δυσκολίας που θα αντιμετώπιζα να παραιτηθώ από την παλιά μου ταυτότητα. Ήμουν πολύ περισσότερο προσκολλημένος από όσο αντιλαμβανόμουν. Έτσι, άρχισα να καλλιεργώ έναν τρόπο εξαγνισμού της καρδιάς μου, αφήνοντας όλες τις προσκολλήσεις, που περιόριζαν την αγάπη μου, στον ψευδή εαυτό μου. Οι εμπειρίες που μου είχε χαρίσει ο Σάι Μπάμπα μου έδωσαν ακριβώς την κατανόηση που χρειαζόμουν. Αυτές μου έδειξαν ότι δεν ήμουν ο νους μου, ούτε το σώμα μου, ούτε η προσωπικότητά μου και ότι η αίσθηση χωριστικότητάς μου από τον Θεό ήταν μία αυταπάτη. Ήξερα ότι όλοι είμαστε Θεός, όχι βέβαια με τη συνηθισμένη συνείδηση του εγώ, αλλά στην ουσία μας, που είναι πέρα από την ψευδαίσθηση της χωριστικότητας. Ο Θεός, ή αυτό που τώρα αποκαλώ «το Ένα», δεν υπάρχει κάπου έξω από εμάς, αλλά είναι η αληθινή μας φύση, αυτό που είμαστε στην πραγματικότητα. Ήξερα ότι γεννιόμαστε για έναν και μόνον σκοπό: να συνειδητοποιήσουμε τη θεϊκή μας φύση και να συγχωνευθούμε με το Ένα που είναι Αγάπη. *«Το να δούμε μέσα από την ομίχλη που προβάλλει τα πολλά, εκεί όπου υπάρχει μόνο το Ένα, αυτός είναι ο σκοπός όλης της πνευματικής πειθαρχίας» (Sai Baba, 1980, p.129).*

Και το πλέον σημαντικό, ήξερα ότι μόνο το Ένα και η εκδήλωσή του ως απόλυτη Αγάπη και Συμπόνια είναι πραγματικά. Αυτή η Συμπόνια και η Αγάπη δεν είναι απλά μία προέκταση της αγάπης και συμπόνιας που έχουμε γνωρίσει, και δεν είναι ένα συναίσθημα. Είναι μια εξ ολοκλήρου διαφορετική συνειδητότητα, μια συνειδητότητα που καλύτερα μπορεί να περιγραφεί ως αγνή, ακατανίκητη Συμπόνια, που είναι πέρα από την πίστη. Τίποτα από όσα μπορούμε να πούμε για την Αγάπη δεν μπορεί να την περιγράψει ή να την περιορίσει με οποιονδήποτε τρόπο, επειδή αυτή η Αγάπη υπερβαίνει όλες τις έννοιες και τις λέξεις. Οτιδήποτε και να πούμε γι' αυτήν, δεν είναι αυτή. Αν μπορούσαμε να πούμε κάτι αληθινό γι' αυτήν, δεν θα ήταν αυτό που είναι. Γι' αυτό και το Ένα που είναι Αγάπη φαίνεται τόσο μυστηριώδες, αν και μόνο στον νου μας είναι μυστηριώδες, όχι στην καρδιά μας.

Με την πνευματική κατανόηση που ο Σάι Μπάμπα μού έδωσε, μέσω των εμπειριών που έχω περιγράψει και μέσω επόμενων διδασκαλιών, ανέπτυξα με την καθοδήγησή Του μία αποτελεσματική μέθοδο, για να απελευθερώσουμε την Αγάπη που είμαστε στην πραγματικότητα, με το να εγκαταλείψουμε την προσκόλλησή μας στον ψευδή εαυτό. Το *Εξαγνίζοντας την Καρδιά* περιγράφει αυτήν ακριβώς την πρακτική. Χρησιμοποιώντας αυτήν τη μέθοδο, κάθε προσκόλληση που κλείνει την καρδιά μας γίνεται δάσκαλός μας της Αγάπης.

