

PUTEREA GÂNDULUI

SWAMI SHIVANANDA

PUTEREA GÂNDULUI

**Traducerea din limba engleză
și adaptarea textului:
CRISTIAN HANU**

DECENEU



Copyright © 2011 Editura DECENEU
Toate drepturile asupra prezentei ediții în limba română
aparțin S.C. EDITURA DECENEU SRL.
Reproducerea integrală sau parțială a textului este
interzisă și va fi pedepsită conform legii.

ISBN 978-973-9466-48-6

CUPRINS

Prefață	7
CAP 1. Fizica și filozofia puterii gândului	13
CAP 2. Legile și dinamica puterii gândului	24
CAP 3. Valoarea și utilizările puterii gândului	37
CAP 4. Funcțiile puterii gândului	44
CAP 5. Dezvoltarea puterii gândului	50
CAP 6. Modalități de depășire a anumitor tipuri de gânduri	57
CAP 7. Metode pozitive de control al gândurilor	65
CAP 8. Metode de cultivare a gândurilor	74
CAP 9. De la gânduri la transcenderea gândurilor	82
CAP 10. Metafizica puterii gândurilor	86
CAP 11. Puterea gândului și crearea unei noi civilizații	94

RUPERT SHELDRAKE. Înțelegând importanța proceselor de rezonanță care sunt declanșate prin intermediul puterii gândului, putem generaliza această întrebare, adaptând-o la toate formele de dependență, de atașament sau de alienare.

Cum am putea însă realiza aceasta? Cel mai simplu răspuns constă în rugăciunea sinceră adresată lui DUMNEZEU, căci și aceasta este în realitate o fulgerătoare punere în rezonanță a unui mic fragment din umanitate (noi însine) cu Marele Tot misterios și atotputernic care este DUMNEZEU. În zilele noastre, întoarcerea cât mai rapidă către SACRU trebuie să fie mai mult decât o simplă modă sau o speranță vagă, căci ea a devenit de o stringentă necesitate.

Această minunată lucrare a marelui yoghin și înțelept SWAMI SIVANANDA vă va ajuta să înțelegeți cum și prin ce mecanisme se exercită puterea tainică a gândurilor. În încheierea acestei scurte introduceri, doresc să vă ofer un citat dintr-un faimos tratat ce aparține tradiției orientale:

„Mai presus de cei care nu știu se află cei care au cunoștințe sau citesc.

Mai presus de cei care au cunoștințe sau citesc se află cei care memorează.

Mai presus de cei care memorează se află cei care înțeleg.

Mai presus de cei care înțeleg se află cei care aplică.

Mai presus de cei care aplică se află cei care obțin rezultate.

Mai presus de cei care obțin rezultate se află cei care dobândesc puteri paranormale (SIDDHIS).

Mai presus de cei care dobândesc puteri paranormale (SIDDHIS) se află cei care atingând Absolutul dobândesc înțelepciunea prin care totul este cu putință.”

(Tantra Sara)

Swami MAHA SIDDHANANDA

Capitolul 1

FIZICA ȘI FILOSOFIA PUTERII GÂNDULUI

GÂNDUL ÎNTRECE LUMINA ÎN VITEZĂ

În timp ce lumina călătorește cu circa 300.000 de kilometri pe secundă, gândurile ajung practic instantaneu la locul de destinație.

Gândul este mai fin decât eterul (n.n.: Sivananda nu vorbește aici despre Akasha, materia subtilă ultimă, ale cărei vibrații produc întreaga manifestare, deci și gândul, ci de mediul subtil prin care se transmite electricitatea), mediul electricității. Prin intermediul unei transmisii radio, un cântăreț care cântă la Calcutta poate fi ascultat în propriul nostru apartament din Delhi. Orice mesaj poate fi recepționat prin intermediul unor asemenea transmisii.

Într-un mod asemănător se comportă și mintea omului. Un sfânt ce emană valuri spirituale de pace, armonie și echilibru, trimite de fapt în lume gânduri de pace și armonie. Acestea călătoresc mai rapid decât lumina, în toate direcțiile, pătrunzând în mintile altor oameni și producându-le, prin fenomenul subtil al rezonanței, gânduri similare de armonie și pace. În schimb, un om angrenat în activități lumești, a cărui minte este plină de gelozie, răzbunare și ură, emite gânduri discordante, ce pătrund la rândul lor în mintile a mii de oameni, creându-le stări asemănătoare, dizarmonioase.

MEDIUL PRIN CARE CĂLĂTOREȘTE GÂNDUL

Dacă aruncăm o piatră într-un bazin cu apă, ea va produce o succesiune de valuri concentrice având drept epicentru locul impactului. Lumina unei lumânări va da și ea naștere unor valuri de vibrații eterice călătorind în toate direcțiile, pornind de la centru.

În același mod, atunci când un gând, bun sau rău,

străbate mintea unei persoane, el dă naștere unor vibrații în MANAS (sau atmosferă mentală), care vor călători în toate direcțiile, la mare distanță de emițător.

Care poate fi mediul prin care călătorește gândul de la o minte la alta? Cea mai bună explicație este că MANAS, sau substanța mintii, umple ca un eter întregul spațiu, servind drept vehicul pentru gânduri, la fel cum PRANA este vehiculul pentru sentimente, lumină și electricitate, iar aerul pentru sunet.

ETERUL SPAȚIULUI ÎNREGISTREAZĂ GÂNDURILE

Forța sau puterea gândului este atât de mare, încât poți învârti Pământul prin intermediul ei. Ea poate fi transmisă de la un om la altul. De pildă, puternicele gânduri ale marilor înțelepți de altădată, numiți și RISHIS, se păstrează încă înregistrate în AKASHA. Yoghinii clarvăzători pot percepe aceste gânduri-imagine. Ei le mai pot încă citi. Suntem practic înconjurați de un ocean de gânduri. Plutim în acest ocean. Cu toții absorbim anumite gânduri și emitem altele în acest univers al gândurilor. Astfel, fiecare are propria lui lume a gândurilor, iar toate aceste lumi se dizolvă în marele ocean al Mintii Cosmice.

GÂNDURILE SUNT VII

Gândurile trăiesc. Ele sunt la fel de solide în lumea lor ca și o piatră în lumea fizică. Corpul nostru poate înceta să mai fie, dar gândurile noastre nu pot muri niciodată.

Fiecare schimbare de gând este însotită de o vibrație nouă în materia mentală. Gândul-forță are nevoie de o anumită materie subtilă (un mediu) pentru a putea acționa. De aceea, cu cât mai puternice sunt gândurile, cu atât mai devreme vor apărea rezultatele lor. Când gândul este focalizat, dându-i-se o anumită direcție particulară, el va produce anumite efecte, direct proporțional cu puterea de concentrare a emițătorului (adică cu forța cu care acesta emite gândul).

GÂNDURILE SUNT FORȚE SUBTILE

Gândul este o forță subtilă, pe care ne-o putem procura și prin hrană. Cei care au citit CHANDOGYA UPANISHAD vor înțelege cu ușurință acest lucru.

Dacă mâncarea este pură, gândul devine și el pur. Cel care are gânduri pure vorbește cu multă autoritate și produce o impresie foarte vie în mintile celor care îl ascultă. El poate influența astfel mii de persoane printr-un singur discurs.

Gândul pur este mai ascuțit decât tăișul lamei. De aceea, nu emiteți decât gânduri sublime, pure. Acest lucru este posibil prin cultivarea puterii gândului, care este o știință exactă.

GÂNDURILE SUNT MESAJE TRANSMISE ÎN LUME

Cei care emană gânduri de ură, gelozie, răzbunare și răutate sunt cu adevărat oameni foarte periculoși. Ei întrețin în lume o atmosferă de agitație și zbucium. Gândurile și sentimentele lor negative sunt transmise în eter precum mesajele radio sau TV, iar acestea sunt recepționate de acei oameni ale căror minti rezonează cu asemenea vibrații.

Căci gândul se mișcă cu o viteză uluitoare, putând influența multă lume. Astfel, cei care emit gânduri sublime și pioase ii pot ajuta deopotrivă pe cei din apropiere, dar și pe alții aflați la mare distanță.

GÂNDURILE AU O PUTERE ENORMĂ

Gândurile pot vindeca bolile. Ele pot transforma mentalități. Gândurile pot face practic orice. Chiar și marile minuni au fost create practic prin puterea incredibilă a gândului.

Gândul este o forță dinamică. El este determinat de vibrațiile PRANA-ei psihiice (sau SUKSHMA PRANA) asupra substanței mentale. Gândul este o forță la fel ca și gravitația, atracția sau respingerea.

UNDELE-GÂND ȘI TRANSFERUL GÂNDURILOR

În fond, ce este această lume? Nimic altceva decât materializarea gândurilor formă ale lui HIRANYAGARBHA, sau Dumnezeu.

Ați învățat la școală despre unde de căldură, de lumină și electricitate. Ce nu ne învață știința, dar ne-o spun înțeleptii yoghini, este că există și unde-gând care au o putere enormă. Practic, toți experimentăm inconștient, într-o măsură mai mare sau mai mică, puterea gândului.

Marii yoghini ca JNANADEV, BHARTRIHARI și PATANJALI obișnuiau să trimită și să recepteze mesaje către și de la persoane aflate la mare depărtare, prin telepatie și transferul gândurilor. Telepatia a fost primul telegraf fără fir și primul serviciu telefonic pe care le-a cunoscut vreodată lumea.

La fel cum practicați exercițiile fizice și sportul, jucând tenis și cricket pentru a vă menține sănătatea fizică, ar trebui să vă mențineți sănătatea mentală prin emiterea unor forme-gând corecte, consumarea de alimente SATTVA-ice, recreare mentală într-o manieră inocentă și pură, schimbarea dispoziției lăuntrice prin emanarea de gânduri bune, nobile, sublime, precum și prin cultivarea bunei dispoziții.

MINUNILE VIBRAȚIILOR-GÂND

Orice gând care pornește de la voi este o vibrație ce nu va muri niciodată. El va continua să treacă prin vibrația sa toate particulele universului, iar dacă este un gând nobil, sfânt și plin de forță, el va activa în mod similar toate mințile ce rezonează cu el. Acest mecanism va permite tuturor celor care vă seamănă să preia gândurile voastre în mod inconștient și să înceapă să emită gânduri asemănătoare, în funcție de propria lor capacitate lăuntrică. Rezultatul va fi că, chiar fără să cunoașteți consecințele propriilor voastre acțiuni, voi veți fi pus în mișcare forțe uriașe, amplificate prin puterea rezonanței, care vor înfrânge gândurile malefice emanate de cei egoiști sau răi.

DIVERSITATEA VIBRAȚIILOR-GÂND

Fiecare om își are propria sa lume mentală, modul său de a gândi, propriile căi de înțelegere a lucrurilor și căile sale de acțiune.

Așa cum față și vocea unui om diferă de ale celorlalți, la fel diferă și modurile de a gândi și de a înțelege. Aceasta este motivul pentru care apar atât de des neânțelegările între oameni, chiar și între cei apropiati sau prieteni.

De regulă, noi nu putem înțelege corect viziunea celuilalt. De aici, fricțiuni, rupturi și certuri ce se produc într-un minut, chiar între prietenii vechi. Aceasta explică de ce pe Pământ prietenile nu durează niciodată prea mult.

Ca să ne putem înțelege empathic unii pe alții, ar trebui mai întâi să ne acordăm pe frecvența vibrațiilor mentale ale celuilalt, renunțând pe moment la propria noastră frecvență. Dacă ne blocăm accesul la modul „lui” de gândire (la frecvența sa de emitere mentală), nu îl vom putea înțelege niciodată, percepându-l doar într-un mod critic, în funcție de propriul nostru filtru mental (care distorsionează realitatea gândirii celuilalt). Unde nu există empatie, cu greu putem vorbi de o prietenie autentică.

Gândurile de ură, gelozie, egoism sau desfrâu, produc imagini distorsionate în minte, determinând întunecarea înțelegерii, pervertirea intelectului, pierderea memoriei și confuzia mentală.

CONSERVAREA ENERGIEI-GÂND

În fizică există termenul de „putere de orientare”. Deși masa de energie există, curentul nu va trece prin ea. Mai întâi trebuie să conectăm masa la un magnet, pentru ca apoi curentul electric să înceapă să curgă prin intermediul puterii sale de orientare.

În mod similar, energia mentală care este disipată și direcționată greșit prin diferite gânduri lumești lipsite de valoare, ar trebui focalizată pentru a putea fi direcționată corect prin canalele spirituale.

De aceea, nu stocați în creier informații nefolositoare. Învătați să decondiționați mintea. Uitați tot ceea ce ati învățat și care nu vă mai este de niciun folos. Atunci veți avea rezerve enorme ce vor putea fi umplute cu gânduri divine. Veți câștiga astfel o nouă putere mentală, căci razele disipate ale minții vor fi acum adunate într-un mânunchi strâns focalizat.

TEORIA CELULELOR ȘI GÂNDURILE

Celula este o masă de protoplasmă ce conține un nucleu și este înzestrată cu inteligență. Unele celule secretă anumite produse în interior, în timp ce altele le excretă în exterior. Celulele organelor genitale secretă sămânță; cele ale rinichilor excretă urina. Unele celule joacă rolul unor soldați. Ele apără organismul de intruși și de atacurile corpuri străine otrăvitoare sau ale virusilor. Ele le digeră, după care le elimină. Alte celule sunt cărăușii substanțelor hrănitoare către țesuturi și organe.

Celulele își îndeplinesc activitatea fără aportul volativ conștient. Munca lor este controlată de sistemul nervos simpatic. Pe această cale, ele se află într-un contact direct cu mintea și creierul.

Orice impuls al minții, orice gând, este transmis celulelor. Astfel, ele sunt mult influențate de diferitele condiții sau stări ale minții. Dacă mintea este deprimată, confuză sau conține alte emoții și gânduri negative, acestea sunt transmise telegrafic prin nervi, fiecărei celule a corpului. Celulele-soldați intră atunci în panică. Agitația le slăbește puterea, ele nu își mai pot îndeplini corect funcțiile, iar eficiența lor scade.

Unii oameni au o conștiință corporală foarte puternică, dar nu au nicio idee despre Sine. Ei duc o viață neregulată, nedisciplinată, umplându-și stomacul cu dulciuri, aluaturi și.a.m.d. Organele lor digestive și cele eliminatorii nu mai știu ce este odihna. În consecință, ei suferă de slăbiciuni și boli fizice. Atomii, moleculele și celulele corpului lor

produc vibrații discordante sau dizarmonioase. Ei nu cunosc speranța, încrederea, credința, seninătatea și buna dispoziție. Dimpotrivă, ei sunt nefericiți. Forța-viață nu mai operează corect în ei. Vitalitatea lor scade, iar mintea le este constant umplută de teamă, disperare, îngrijorare și anxietate.

PRIMELE GÂNDURI ȘI ȘTIINȚA MODERNĂ

Gândul este cea mai puternică forță de pe Pământ. El este cea mai puternică armă din arsenalul unui yoghin. Gândurile constructive transformă, înnoiesc și modeleză.

Posibilitățile uriașe ale acestei forțe au fost dezvoltate până la perfecțune de către strămoșii noștri antici, care le-au găsit cele mai înalte utilizări. Căci gândul este prima forță ce stă la originea susținerii întregii creații. Geneza întregii manifestări fenomenale este explicată ca un prim gând ce a tășnit în Mintea Cosmică.

Lumea este o Idee Primară, ce a devenit manifestă. Primul Gând a început să vibreze în Tăcerea Eternă a Esenței Divine. Terminologia clasică se referă la acest aspect ca la ICHHA, dorința lui HIRANYAGARBHA, Sufletul Cosmic, care s-a manifestat în SPANDA, sau vibrația. Această vibrație nu poate fi comparată cu oscilațiile rapide ale particulelor fizice, ci este ceva infinit de subtil, atât de subtil încât nu poate fi practic conceput de mintea normală.

Această teorie explică faptul că toate forțele își au originea ultimă în starea de vibrație pură. Recent, știința modernă a ajuns la concluzii apropriate, cercetând natura fizică externă.

RADIUMUL ȘI RARII YOGHINI

Radiumul este o substanță rară. Tot atât de rare în această lume sunt și yoghinii care își pot concentra gândurile. Așa cum tămâia emite constant parfumul său dulce, la fel aura yoghinului care își controlează gândurile și care este centrat perfect asupra lui Brahman, sau Infinitul,

iradiaza un parfum divin. Strălucirea și parfumul feței sale este BRAHMA-VARCHAS. Atunci când tii în mâna un buchet de iasomie și trandafiri, parfumul lor umple întregul spațiu, mânând pe cei care îl miros. La fel se petrece cu yoghinul ce a atins controlul gândurilor, căci el devine o forță cosmică, faima și reputația sa răspândindu-se în lume precum parfumul.

GÂNDUL ARE GREUTATE, MĂRIME, FORMĂ, CULOARE ȘI NUME

Orice gând are greutate, formă, mărime, culoare, calitate și putere, ce pot fi percepute de către clarvăzători prin ochiul interior.

Gândurile sunt ca obiectele. Așa cum ii poți dărui unui prieten o portocală și apoi i-o poți lua înapoi, la fel poți dărui și lua înapoi un gând. De aceea, trebuie să învățați tehnica corectă a manevrării și manipulării gândului.

Imaginați-vă că aveți o minte perfect calmă, fără gânduri. Când primul gând va apărea, el va purta un nume și va avea o formă. Forma este starea mai grosieră, iar numele starea mai fină a unei singure puteri de manifestare, numită gând. Dar toate trei nu formează în realitate decât una; oriunde se află una dintre ele, celealte două vor fi și ele acolo. Oriunde avem un nume, avem și forma și gândul. Un gând spiritual are o culoare galbenă. Un gând de furie și ură este colorat într-un roșu întunecat. Un gând egoist are o culoare maro etc.

PUTEREA, ACȚIUNEA ȘI FOLOAȘELE GÂNDULUI

Prin puterea de a vă controla gândurile puteți dobândi o putere creativă. Gândul trece de la unul la altul, influențează mase de oameni, astfel încât cei cu gânduri mai puternice îi vor influența pe cei cu gânduri mai slabe.

Există astăzi numeroase cărți asupra cultivării gândului, puterii și dinamicii lui. Studiindu-le, veți putea dobândi o înțelegere completă a gândului, a puterii sale, a activităților și foloașelor pe care le puteți dobândi mânuindu-l.

TRĂIM ÎNTR-UN OCEAN NESFÂRSIT DE GÂNDURI

Gândul este deopotrivă lumea întreagă, marile dureri, bătrânețea, moartea, păcatul, pământul, apa, focul, aerul, eterul. Gândul este cel care îl leagă pe om. De aceea, cel care își controlează gândurile devine un adevărat Zeu pe acest pământ.

Trăim într-o lume de gânduri. La început există gândul. Apoi începe exprimarea acelui gând prin organul vorbirii. Gândirea este intim legată de vorbire. Gândurile pline de răutate, mânie sau amărăciune, ii rănesc pe ceilalți. Dacă mintea, care este cauza tuturor gândurilor, dispără, la fel vor dispărea și obiectele lumii exterioare.

Sunetul, pipăitul, forma, vederea, gustul și miroslul, cele cinci învelișuri, trezirea, visul și somnul adânc - toate acestea nu sunt decât produsul mintii. SANKALPA, pasiunea, mânia, legăturile, timpul - toate sunt produse de minte. Mintea este regele INDRIYAS-urilor sau al simțurilor, iar gândul este rădăcina tuturor proceselor mentale.

Gândurile pe care le percepem în jurul nostru (sub forma obiectelor exterioare) nu sunt decât minte exprimată în forme sau substanță. Gândul creează, gândul distrugă. Dulceața și amăreala nu sunt proprietăți ale obiectelor, ci ale mintii; ele își au sediul în subiect, în gândirea sa. Toate obiectele acestei lumi sunt puse în legătură și asociate numai prin jocul mintii, care le dă culoare, formă și toate celealte calități cu care suntem obișnuiți. Mintea își poate asuma forma oricărui obiect la care se gândește intens.

Prietenia și dușmânia, virtutea și viciul există doar în minte. Fiecare minte creează o lume a binelui și a răului, a plăcerii și mâniei, doar prin propria sa imaginație. Binele și răul, plăcerea și durerea nu izvorăsc din obiecte; ele aparțin doar proprietății voastre atitudini lăuntrice. Nu există nimic bun ori plăcut în această lume; ele există însă în mintea voastră.

GÂNDURILE, ELECTRICITATEA SI FILOSOFIA

Gândurile sunt o putere uriașă, mult mai mare decât cea a electricității. Ele vă controlează viața, vă modeleză caracterul și vă structurează destinul.

Observați cum un singur gând atrage apoi numeroase altele, într-o foarte scurtă perioadă de timp. Să ne imaginăm că vă vine ideea să vă invitați prietenii la un ceai. Singur gândul de „ceai” atrage automat gândurile de lapte, zahăr, cești, mese, scaune, fețe de masă, servetele, lingurițe, prăjitură, băcăuuri etc. În mod similar, lumea în care trăim nu este decât o expansiune de gânduri. Dar expansiunea gândurilor mintii către obiectele exterioare nu este decât un lanț pentru suflet, de care ne putem elibera doar prin renunțarea la gânduri.

Trebuie să fiți extraordinar de atenți (conștienți) pentru a putea ucide gândurile încă în germene. Doar atunci veți fi cu adevărat fericiti. Mintea se joacă și trișează. Doar înțelegându-i natura, calea și mijloacele de acțiune, o veți putea controla cu ușurință.

Cea mai extraordinară carte din lume în materie de filosofie idealistă practică este YOGA-VASISHTHA. Esența acestei cărți este următoarea: Singurul care există este Brahman cel non-dual, sau sufletul nemuritor. Acest univers, privit ca univers, nu există. Numai cel ce își cunoaște Sinele Suprem va fi eliberat de ciclul nașterilor și morților. Stingerea gândurilor și a VASANAS-urilor înseamnă MOKSHA (eliberarea). Expansiunea mintii este SANKALPA. SANKALPA sau gândul, prin puterea sa de diferențiere, generează acest univers. Lumea nu este astfel decât un joc al mintii. Ea nu există în cele trei perioade de timp (trecutul, prezentul și viitorul). Stingerea SANKALPAS-urilor înseamnă MOKSHA. Anihilați măruntul „ego”, VASANAS-urile, SANKALPAS-urile, gândurile. Meditați asupra Sinelui și deveniți un JIVANMUKTA (un eliberat în viață).

MINTEA - O PROIECȚIE A GÂNDULUI

Meditația profundă demonstrează că întregul univers nu este în realitate decât proiecția mintii umane. Purificarea și controlul mintii este scopul central al oricărei YOGA. Mintea în sine nu este decât o înregistrare de impresii ce se exprimă fără încetare sub formă de impulsuri și gânduri. Mintea înseamnă acțiune, mișcare. Gândul te îndeamnă să acționezi, iar activitatea înseamnă impresii noi pentru minte.

Yoga rupe acest cerc vicios, utilizând metode de inhibare efectivă a funcțiunilor mintii. Yoga verifică, controlează și oprește funcția-rădăcină a mintii, și anume, gândirea. Când gândul este transcens, începe să funcționeze intuiția și apare cunoașterea de Sine.

Gândul are puterea de a crea și de a distruge lumi cât ai clipe din ochi. Mintea creează lumea potrivit proprietății sale SANKALPA, sau gândiri. Ca un vis ce generează alt vis în interiorul lui, mintea - care nu are o formă vizibilă - generează lumile vizibile.

GÂNDURILE, LUMEA SI REALITATEA ETERNĂ

Mintea este cauza-rădăcină a celor trei SAMSARAS (cele trei lumi iluzorii), cu mii de lor de flori, ramuri, frunze și fructe. Cel care va distruge gândul, va distruge dintr-o dată și copacul Samsaric, căci îi va tăia rădăcina.

Acest lucru necesită însă o nesfârșită răbdare și perseverență. Când toate gândurile vor fi eliminate, vă veți scălda în oceanul beatitudinii. Această stare nu poate fi descrisă, ci doar experimentată.

Așa cum focul este absorbit în sursa sa atunci când combustibilul se termină, la fel și mintea se reabsoarbe în sursa sa, Atman (Sinele Suprem), atunci când toate SANKALPAS-urile sau gândurile sunt anihilate. Cel care realizează aceasta atinge KAIVALYA, experiența Realității Eterne, starea de libertate absolută.