

KARMA



GHIDUL UNUI YOGHIN
PENTRU
MODELAREA PROPRIULUI DESTIN

SADHGURU

Traducerea din limba engleză: Cristian HANU

ADEVĂR  DIVIN

Braşov, 2021

Cuprins

Deslușirea conceptului de karma: o introducere ix



PARTEA ÎNTÂI

O notă adresată cititorului		3
Capitolul 1	Karma: eterna enigmă	7
Capitolul 2	Intenția și voința personală: fundamentul karmei	33
Capitolul 3	Karma privită ca memorie	67
Capitolul 4	Marele depozit karmic	99
Capitolul 5	Cum a început totul?	119



PARTEA A DOUA

O notă adresată cititorului		135
Capitolul 6	Karma Yoga	137
Capitolul 7	Karma Yoga și corpul fizic	171
Capitolul 8	Karma Yoga și corpul mental	195
Capitolul 9	Karma Yoga și corpul energetic	221

PARTEA A TREIA

O notă adresată cititorului	263
Conversații despre karma	265
Epilog: Karma și bijuteriile curtezanei	303
Glosar	311
Despre autor	327



Deslușirea conceptului de karma: o introducere

Îngăduie-mi să îți spun o poveste.

Într-o bună zi, Shankaran Pillai a cumpărat o ambarcațiune – un iaht ultra-luxos cu o lungime de 12 metri – pentru suma de zece milioane de dolari. El a decis să își ducă soția portorică (cu care s-a căsătorit recent) într-o călătorie romantică pe mare.

Ghinion însă: iahtul s-a ciocnit de o stâncă și s-a scufundat în ocean.

Din fericire, Shankaran Pillai și soția sa au reușit să se salveze. Ei au înotat până la mal și în cele din urmă au ajuns pe o insuliță din apropiere, acoperită cu nisip și complet lipsită de vegetație, apărută parcă de nicăieri.

Vestea bună este că Shankaran Pillai și soția sa au putut recupera câteva conserve cu mâncare. Erau însă conștienți că acestea nu le vor ajunge decât pentru vreo două zile. Aveau nevoie de o soluție.

Netulburat, Shankaran Pillai s-a așezat într-o postură de yoga și s-a scufundat într-o stare spirituală de pace. De bună seamă, dispoziția soției sale nu era însă la fel de senină!

– Suntem condamnați! s-a plâns ea, suspinând. Nu există nicio locuință umană prin apropiere, niciun semn de viață – nici animale, nici plante, nimic. Din ce vom trăi? Cum ne vom descurca? Ce sfârșit oribil pentru visul nostru de a avea o căsnicie fericită până la adânci bătrâneți!

Shankaran Pillai a continuat să mediteze în poziția sa de yoga, netulburat.

Soția sa a rămas consternată.

– Cum poți sta astfel? Nu îți dai seama că suntem condamnați la moarte? Nu realizezi că vom muri?

Shankaran Pillai și-a privit soția cu o compasiune calmă.

– Dragă mea, nu te agita. Ceea ce nu ți-am spus înainte de a ne căsători a fost faptul că am o anumită istorie personală. Pe când eram student în Tennessee, am fost nevoit să fac un împrumut pentru studii. După ce am terminat facultatea, am plecat la New York fără a-mi plăti împrumutul. Am fost prins însă de creditori trei luni mai târziu.

Din fericire, am reușit să scap de ei și am plecat în California. Aici, mi-am cumpărat o mașină. De vreme ce tot am fost nevoit să mă împrumut din nou pentru a-mi cumpăra mașina, m-am gândit în sinea mea: „De ce să mă mulțumesc cu o mașină ieftină?” M-am decis așadar să îmi cumpăr un Rolls-Royce placat cu aur curat, așa că m-am împrumutat cu un milion de dolari în acest scop. Convinș că viața mea ar fi dificilă în acel loc, am plecat cu mașina în Oregon.

Creditorii m-au urmărit însă și aici. După acel episod, am luat un împrumut de cinci milioane de dolari, pentru a-mi cumpăra o casă. Cu acești bani, am plecat în Mexic. Creditorii mi-au dat însă și aici de urmă, după vreo șase luni.

În final m-am însurat cu tine și mi-am cumpărat acest iaht în Texas, plătind pentru el zece milioane de dolari. De

bună seamă, nu am reușit să plătesc nici măcar prima rată. Prin urmare, nu-ți face griji. Păstrează-ți calmul și nu intra în panică. Te asigur că ne vor găsi și aici... Întotdeauna o fac!

Credința lui Shankaran Pillai că va fi „găsit” (sau mai bine zis realizarea lui că nu va putea scăpa niciodată de creditori!) este un fenomen pe care restul lumii îl cunoaște sub un alt nume.

Karma.

Fundamentul vieții noastre, de care nimeni nu poate scăpa vreodată. Mecanismul care decretează că nu putem evita consecințele propriilor noastre acțiuni. Ciclul care pare să ne urmărească inexorabil oriunde ne-am duce.

Deși originea cuvântului este indiană, *karma* a devenit un termen integrat la ora actuală în toate dicționarele lumii. El nu mai este un concept pur metafizic sau definit într-un tratat academic, ci a devenit un cuvânt folosit pe scară largă de către toți oamenii din această lume, cu semnificații care variază de la cele mai ezoterice și până la cele mai populare sensuri.

Cum a reușit acest termen sanscrit să fie integrat în toate limbile pământului? Ce anume îi conferă popularitatea ieșită din comun și capacitatea de a rezista de-a lungul secolelor?

Am putea găsi foarte multe explicații posibile, dar poate cea mai bună dintre ele este următoarea: karma este singurul concept din câte există care se adresează perplexității pe care o simt absolut toți oamenii din această lume în fața suferinței. Ea reprezintă singura explicație logică ce pare să dea cât de cât o noimă lumii aparent arbitrară în care trăim.

Cum altfel am putea înțelege omniprezența angoasei umane? Cum altfel am putea explica ororile războaielor și ale bolilor terminale; sau agonia mută de pe fețele copiilor înfometați și

ale prizonierilor traumatizați; ori catalogul nesfârșit al sălbătăciei și al conflictelor care au marcat experiența umană încă din cele mai vechi timpuri?

Mai mult decât atât, cum am putea răspunde la următoarele întrebări, pe care oamenii și le-au pus încă din Antichitate: de ce li se întâmplă lucruri oribile oamenilor buni? De ce îi favorizează atât de des norocul pe oamenii cruzi, lipsiți de bunătate sau compromiși din punct de vedere moral? De ce par atât de aleatorii și de capricioase circumstanțele vieții? De ce ni se pare uneori că Dumnezeu – dacă este adevărat că există – joacă zaruri cu această lume? De ce ni se pare adeseori universul un loc atât de ostil, de nelegiuit și de imposibil de guvernat? De ce?

Probabil că nu există niciun alt cuvânt care să dea un răspuns la toate aceste întrebări la fel de bine cum o face *karma*.

Și totuși, vreme îndelungată cuvântul a fost fie simplificat într-o manieră grotescă, fie mistificat inutil. Prin urmare, a sosit timpul să explorăm acest concept într-o manieră mai profundă; să deslușim cuvântul cel mai utilizat și cel mai abuzat din lume, și totuși absolut indispensabil pentru orice vocabular spiritual care există. A sosit timpul să examinăm maniera în care se conectează karma cu cele mai importante domenii ale interogării umane: descoperirea sensului vieții și, mai presus de toate, a manierei ideale de a trăi această viață.

Cartea de față își propune să fie în egală măsură o explorare și un ghid, oferindu-i cititorului o serie de chei pentru a trăi într-o manieră inteligentă și pentru a se bucura de viață în această lume plină de provocări. De-a lungul procesului, ea încearcă să redea cuvântului *karma* potențialul original, acela de transformare personală. De asemenea, autorul speră să deslu-

șească sensurile greșite atribuite acestui cuvânt, conferindu-i întreaga sa putere originală și întreaga sa rezonanță explozivă.

De-a lungul cărții, voi sublinia o serie de *sutra*-e, pentru a te ajuta să navighezi prin universul karmei. Sensul literal al cuvântului *sutra* este: fir. Nimeni nu își dorește un șirag de mărgelile numai de dragul firului, dar fără acesta nu ar putea exista șiragul! În cultura yoghină, un guru le oferă întotdeauna adeptilor săi un fir călăuzitor, pentru a-i ajuta în acest fel să navigheze prin propria lor viață. Cartea de față își propune însă să le ofere cititorilor în egală măsură o călăuzire și o expunere detaliată pe tema karmei. Ea le va prezenta în egală măsură diferite explicații punctuale și o imagine de ansamblu. Cu alte cuvinte, speranța autorului este de a le prezenta cititorilor în egală măsură un fir (călăuzitor) și întregul șirag.

Cartea este împărțită în trei părți. Partea întâi va explora conceptul de karma ca sursă a înlănțuirii; partea a doua va explora posibilitățile eliberării din această înlănțuire; iar partea a treia va răspunde la întrebările cele mai frecvente pe această temă.

Partea întâi va examina complexul mecanism de operare al karmei, un mecanism mult mai sofisticat decât realizează cei mai mulți dintre oameni. Partea a doua va prezenta conceptul de karma yoga, o sumă de metode prin care karma poate fi adresată și gestionată, în vederea eliberării de ea. Această secțiune a cărții va avea o orientare foarte pragmatică, dar yoga este o știință ce nu poate fi descrisă în profunzime într-o singură carte. Ea necesită un mare angajament personal și antrenamentul sub călăuzirea unui maestru spiritual, pentru a-l putea transforma cu adevărat pe aspirant. O carte poate oferi însă anumite explicații și poate inspira o cale spi-

rituală. Exact acest lucru speră să îl realizeze această secțiune a cărții de față.

Un avertisment însă: pe măsură ce te vei adânci în călătoria oferită de această carte, este posibil să te confrunți cu diferiți termeni tehnici. Nu te descuraja însă. Karma nu este un subiect poetic, ci un domeniu complex de studiu, bazat pe concepte și distincții foarte precise, aproape clinice. Pe de altă parte, karma nu reprezintă o temă sterilă, ci însuși fundamentul existenței umane, de fapt chiar o chestiune de viață și de moarte! Prin urmare, o discuție despre karma nu poate fi niciodată pur academică.

Mai multe capitole din primele două părți ale cărții vor conține anumite secțiuni numite *sadhana*-e. În limba sanscrită, cuvântul *sadhana* înseamnă instrument sau unealtă. Aceste instrumente îți vor oferi oportunitatea de a pune în practică anumite idei teoretice pe care le-ai întâlnit în fiecare capitol, testându-le astfel în laboratorul experienței tale de viață.

Partea a treia a cărții este dedicată răspunsurilor la diferite întrebări. Este vorba despre întrebările celor care caută sincer să înțeleagă aceste aspecte spirituale, uneori spinoase. Pe scurt, am adunat aici întrebările la care am răspuns personal în cadrul diferitelor programe spirituale și conversații pe care le-am purtat de-a lungul a peste trei decenii și jumătate. Aceste întrebări revin în permanență, căci curiozitatea umană referitoare la karma este permanentă, persistentă și nu de puține ori urgentă. Confuzia pe care o simt oamenii pe tema acestui subiect este autentică, iar dorința lor de a obține lămuriri este sinceră și arzătoare.

Poate că o parte dintre aceste întrebări vor găsi o rezonanță în inima ta. Poate că altele îți vor părea că provin chiar din

sufletul tău. Foarte puține întrebări care au fost puse de oameni de la începuturile timpului și până în prezent sunt cu adevărat noi. Contextele și detaliile se pot schimba, dar nevoia de a da noimă unei lumi pline de suferințe și de nedreptăți va continua să rămână de-a pururi relevantă, la fel cum setea oamenilor de a desluși misterele vieții va continua să dureze până la sfârșitul timpului.

Haide așadar să facem acest lucru: să deslușim conceptul de karma.



CAPITOLUL 1

Karma: eterna enigmă**SUTRA nr. 1**

*Karma te învață să devii sursa propriei tale creații.
Prin asumarea personală a responsabilității, fără a-ți
mai pune destinul exclusiv pe seama cerului, tu devii
astfel creatorul propriului tău destin.*

Pe scaunul șoferului

Îngăduie-mi să îți spun o poveste.

Odată, papa a vizitat Statele Unite. Programul său era foarte aglomerat, suveranul pontif având angajamente în mai multe orașe succesive. Într-o zi, el s-a nimerit a fi în statul Louisiana, într-o limuzină foarte lungă condusă de un șofer – genul de vehicul care demonstrează la modul chintesețial capacitatea americanilor de a întinde totul la limita maximă.

Papa s-a umplut de entuziasm, căci nu a mai condus niciodată o astfel de mașină. Prin urmare, el i-a spus șoferului:

– Aș dori să conduc mașina.

Cum l-ar fi putut refuza șoferul pe suveranul pontif? Prin urmare, el i-a răspuns:

– Desigur, Sfinte Părinte.

Așadar, papa a trecut la volanul mașinii, iar șoferul pe scaunul de lângă el. Distrându-se de minune, papa a început să exagereze, apăsând din ce în ce mai puternic pe pedala de accelerație. El a ajuns astfel la o viteză de 145 de kilometri la oră, iar apoi la 160 de kilometri la oră, fără să realizeze că mergea excesiv de rapid.

De bună seamă, polițiștii din Louisiana – vestiți pentru rigoarea lor atunci când vine vorba de șoferii vitezomani – au intrat imediat în acțiune. Văzând luminile mașinii de poliție din spatele său și ascultând semnalul sonor al acesteia, papa a tras la marginea drumului.

Polițistul a coborât imediat din mașina sa și s-a apropiat lent și precaut de limuzină, cu mâna pe arma din dotare. El s-a uitat prin geamul lateral al acesteia și a văzut că cel care conducea limuzina era papa însuși! S-a uitat apoi pe scaunul de lângă el și a observat că pe acesta se mai afla cineva.

– Așteaptă aici, i-a spus el papei.

S-a dus apoi înapoi la mașina sa și l-a apelat prin stația radio pe șeful poliției, căruia i-a spus:

– Domnule căpitan, am prins un pește foarte mare.

– O, uau! Despre cine este vorba? Bonnie și Clyde, cumva?

– Nu, cineva mult mai mare.

– Sfinte Sisoie! L-ai prins cumva pe Al Capone?

– Nu, cineva mult, mult mai mare.

– Cel? L-ai prins chiar pe Președintele Statelor Unite ale Americii, nici mai mult nici mai puțin!?

– Nu, cineva chiar mai mare decât el!

– Să fim serioși, cine poate fi mai mare decât Președintele Statelor Unite? Pe cine ai pus mâna?

– Nu știu sigur, i-a răspuns polițistul, dar papa este șoferul lui!

Ajungem astfel la esența subiectului nostru: marea majoritate a oamenilor nu au nicio idee cine le conduce mașina!

Privește în jurul tău. Întreabă-te câți dintre oamenii pe care îi cunoști înțeleg cu adevărat acest mecanism nebunesc numit viață. Cei mai mulți dintre ei sunt simpli pioni pasivi în această călătorie, care nu înțeleg cum funcționează motorul acestui automobil numit viață, sursa combustibilului său, cum îi pot gestiona direcția sau viteza și, mai presus de toate, cine este șoferul lor. Ei vorbesc despre liberul arbitru, despre libertate și despre independență, dar nu își controlează aproape deloc (sau chiar deloc) viața. Își creează singuri destinul, dar într-o manieră inconștientă.

Bun venit în dimensiunea karmei, mecanismul care te plasează inevitabil exact acolo unde îți este locul și în care ar fi trebuit să te afli de la bun început: pe scaunul șoferului.

Demistificarea karmei

Ajungem astfel la întrebarea centrală a acestei cărți: ce *este* karma?

La modul cel mai literal, cuvântul înseamnă acțiune.

Din păcate, marea majoritate a oamenilor înțeleg acțiunea exclusiv din perspectiva faptelor lor bune sau rele. Ei percep karma ca pe un sold al virtuților și păcatelor lor, al meritelor și defectelor lor. Ca pe un fel de audit al vieții. Alții o înțeleg ca pe un registru ținut de un fel de contabil desemnat de

Dumnezeu, care îi recompensează pe unii oameni cu beatitudinea specifică paradisiului și îi condamnă pe alții trimițându-i într-un purgatoriu sau în centrifuga unei mașinării de reciclare care îi scuipă apoi înapoi în această lume, pentru a suferi încă și mai mult.

Această perspectivă este nu doar greșită și absurdă, ci de-a dreptul tragică.

Ea a creat generații întregi de oameni speriați și confuzi, care au aplicat acest concept fără nicio discriminare, neștiind ce înseamnă de fapt. Această atitudine a condus la un fel de fatalism care a paralizat un număr enorm de oameni, fiind folosit pentru a valida cele mai variate nedreptăți sociale și tiranii politice. Mai mult decât atât, el a condus la diferite filozofii lipsite de substanță, la dezbateri academice penibile și – de bună seamă – la o întreagă industrie a ghicitului viitorului!

Haide, așadar, să începem prin a șpuleră primul mit.

În realitate, karma nu are *nimic* de-a face cu răsplata și cu pedeapsa. Ea nu are nimic de-a face cu un auditor despot al vieții care stă pe un norișor din cer, folosindu-se de instrumente primitive de genul morcovului și bățului. La fel, ea nu are nimic de-a face cu un Dumnezeu binefăcător aflat în ceruri, cu răsplata divină, cu virtutea și păcatul, cu binele și răul sau cu Dumnezeu și cu Lucifer.

Karma nu înseamnă altceva decât că cei care ne-am creat tiparul propriei vieți suntem noi înșine. Cu alte cuvinte, noi suntem cei care ne creăm propriul destin. Ori de câte ori spunem: „aceasta este karma mea”, noi nu afirmăm altceva decât că: „eu sunt responsabil pentru viața mea”.

Conceptul de karma ne învață să devenim sursa propriei noastre creații. Prin asumarea responsabilității pentru propria

viață (fără a o mai proiecta asupra cerului), noi devenim creatorii propriului nostru destin.

Karma este fundamentul natural al întregii existențe. Ea nu este în niciun caz o lege impusă de sus. Karma nu ne permite să renunțăm la responsabilitatea care ne revine, punând-o pe seama unei alte forțe. Spre exemplu, ea nu ne permite să dăm vina pe părinții noștri, pe profesorii pe care i-am avut, pe țara în care ne-am născut, pe politicieni, pe zei sau pe soarta noastră. Fiecare om este sută la sută responsabil pentru propriul său destin și, mai presus de toate, pentru natura experiențelor pe care le trăiește.

Prin urmare, singura întrebare relevantă în cazul de față este: tu ești *pregătit* pentru o discuție despre karma?

Ești pregătit să asculți o prelegere despre o dimensiune atât de generatoare de putere încât îți spune practic că ești capabil să preiei frâiele propriei tale vieți în mâinile tale?

Dacă nu te simți pregătit, îți recomand să te oprești chiar acum din lectură.

Dacă te simți însă pregătit, respectiv dacă ești curios să afli mai multe despre maniera în care funcționează acest mecanism, cartea de față ar putea fi cheia pe care o cauți. Tot ce va trebui să faci în continuare este să bagi această cheie în contactul mașinii tale pentru a-i porni motorul, începându-ți astfel noua călătorie prin viață. De îndată ce te vei afla la volanul mașinii, experiențele tale de viață nu vor mai fi niciodată la fel.

Este foarte important să nu uiți însă un lucru: karma nu este o doctrină. Nu vei primi bile albe dacă vei subscrie la ea, și nici bile negre dacă vei refuza să crezi în ea. Karma nu este un crez, o scriptură, o ideologie, o filozofie sau o teorie științifică, ci este însăși esența realității. Ea este un mecanism existențial.