

INDRA

Călătoria supremă...

„Detaja de izbire și de încredere, pentru binele și tot ceea ce există, puternic în conștiința sa lucid, va asista călătoria supremă!”

„Mă refugiez cu amărăciune la picioarele-lotus ale lui Vienu întrupat în Dattatraya, contânmui și devotională, gura și inima oamenilor, față de care devotionalul meu pare nesemnificativ.”

Yogi Sawan

Oferim și noi, cu amărăciune și plecăciune, strădania noastră în Dattatraya și tuturor Maestrilor minunți, a căror înțelegere este înțelegeri, a căror străduință și interpoziție este cu noi. Dincolo de descrieri... Maestrii care au devenit Perioada și Comparație; și care coboară apoi, din acea Beatitudine și Comparație, pentru a învăța, pentru a vizita, pentru a ridica și celelalte ființe, pentru a le călători, și pe ele, în sfârșit.

Fie ca aceste momente prețioși și prețioși, să devină o ofrandă, o unită înțelegătoare, la picioarele acestor Maestri extraordinari.

Fie ca toate ființele, să pornească, și ele, în Călătoria lor supremă.

Fie ca învățăturile, să le călătorească.



Cuprins

<i>Introducere: Despre o călătorie</i>	7
„Calea nu este în ceruri. Calea este în inimă.”	11
Despre libertate și pseudo-libertate... ..	27
În lipsa ei	67
Demolarea ego-ului doare.....	69
Despre fericire și pseudo-fericire... ..	71
Bucuria fără sus și fără jos.....	97
Fericire	99
Karma-yoga: a fi fericit făcând pentru alții.....	101
Algoritmii „straturilor” și „împregnării”	113
Calea începe din inimă... ..	117
<i>Respirația inimii – ca o floare</i>	142
Despre chakre și petale închise.....	145
Petale care se deschid.....	161
<i>O altă respirație a florilor și a împărtășirii</i>	196
Este mereu vorba despre tine... ..	199
Maki.....	201
Mulțumesc pentru viață... ..	207
Bhakti yoga, calea devoțională... ..	211
Algoritmul „deschiderii”: a te deschide către orice... ..	241
Despre starea de discipol.....	245

Avadhūta Gītā, Cântul Beatitudinii...	253
<i>Respirația prin piele...</i>	261
Tu ești vasul...	265
Călătoria supremă...	269
Practica renunțării...	281
„A lăsa pielea de șarpe...”	293
O realitate cu formă, o realitate fără formă...	297
<i>A privi cerul senin...</i>	305
O invocație...	313
Dincolo de dual, Dincolo de non-dual...	315

„Calea nu este în ceruri. Calea este în inimă.”

— *„Calea nu este în ceruri. Calea este în inimă”,* cită Spiritul minunatele cuvinte ale lui Buddha Sakyamuni din *Dhammapada*, sugerând deja subiectul discuției lor.

Haideți să încercăm să înțelegem asta: importanța deschiderii spațiului inimii... Vorbim mai mereu despre asta, exersăm..., vom încerca să punctăm acum câteva lucruri. Unii sunt mai vechi și au mai auzit teoria, alții sunt noi... De fapt..., din cei mai vechi, majoritatea doar își închipuie că au auzit, își spuse Spiritul cu tristețe. Așa era, oamenii nu auzeau... Trebuia să repeți de zeci, de sute de ori, câte ceva, până când se deschidea o breșă, o fantă mititică spre înțelegerea lor... Oamenii nu aud pentru că nu doresc, de fapt, să audă și să se schimbe, își spuse Spiritul trist, rememorând acei ani de lupte grele cu fortărețele zonelor de confort ale Omuleților săi.

Vom încerca să explicăm așa cum facem de obicei, reluă el cu voce tare, pe diferitele niveluri de înțelegere și de cunoaștere ale fiecăruia..., de „înțelegere spirituală”, dacă vreți. Vom începe cu lucrurile mai simple, vom porni de la acea „zonă omenească” obișnuită, aici se află marea majoritate a oamenilor, de aici vom pleca... Vom vorbi, însă, și despre valențele mai rafinate ale spațiului inimi, despre compasiune, despre devoțiune, în cele din urmă, poate despre beatitudine...

În primul rând să vedem, însă, de ce este importantă discuția aceasta, de ce este importantă chakra inimii și de ce este importantă deschiderea inimii; după care vom vedea ce înseamnă chakra ca atare, apoi ce înseamnă o chakră deschisă, o chakră închisă, de ce și cum se întâmplă asta. Apoi vom vorbi despre tehnici „de deschis inima” și despre practica noastră concretă, asta mai ales pentru practicanții mai hotărâți. Și încă ceva, important, mai ales pentru cei mai vechi

și pentru cei mai conștiincioși practicanți, să vedem legătura dintre calea *jnana* și calea *bhakti yoga*. Este important și voi insista. Vom vedea ce legătura au cele două căi cu chakra inimii...

Pentru cei care nu au mai fost niciodată la discuțiile noastre, încercăm să urmărim schema noastră foarte simplă: toată expunerea este structurată cam ca o scară, care pornește din zona omenească, foarte omenească, foarte simplistă, „de bază”, acolo este prima treaptă; după care „urcăm”, ajungem într-o zonă omenească mai bună, mai curată, o „zonă omenească frumoasă”, elevată, să îi spunem. După care ar urma o etapă intermediară, proprie evoluției fiecăruia, abia apoi ne îndreptăm însă spre zona spirituală. Corespunzător scării noastre, există niveluri diferite de discuție, de înțelegere, moduri diferite de a pune problemele, apoi de a le rezolva... și așa mai departe.

Și, atunci, iată cum lucrurile apar a fi foarte diferite, de la baza scării noastre, din zona foarte omenească, a realității relative, comparativ cu „vârful scării” acestei evoluții, „punctul” unde ar trebui să ajungă fiecare la un moment dat. „Scara” noastră explică de ce discuțiile par uneori inegale...; și chiar sunt inegale, exact din acest motiv, pentru că lumea este foarte „etajată”, ca înțelegere, practică, știință, simțire, capacitate de integrare..., toate acestea numindu-le noi generic „nivel de conștiință”. Și, atunci, încercăm să ne adresăm „etajat”, pentru ca măcar câte un fragment de discuție să poată fi util fiecăruia.

Haideți să vedem de ce ne ocupăm de spațiul inimii. De ce?

— Pentru că nu putem evolua fără să deschidem inima. Pentru că omnirea este, în prezent, în cel mai bun caz, la stadiul de funcționare al chakrei a treia și este nevoie să depășim această chakră, să ajungem la chakra inimii, să o deschidem, pentru a putea merge mai departe, pentru a putea evolua, preciză Omulețul cel lucid, învățacel mai vechi, care deja înțelesese anumite lucruri, măcar teoretic. Chiar dacă nu-i ieșeau lui întotdeauna..., dar măcar înțelesese principiul. Și, cu cât îl va repeta mai mult, cu atât probabil și-l va reaminti mai ușor în momentele, încă frecvente, de „derapaj”, își spuse Spiritul, încurajându-l printr-un zâmbet.

— Asta este o primă idee foarte importantă. Deci „deschiderea inimii” *nu este un lux, ci o necesitate*. Și, dacă nu, o necesitate, atunci *este ceva obligatoriu pentru evoluție*. Fără asta nu se poate, din acest motiv vorbim astăzi despre deschisul inimii. *Fără asta nu se poate!*

Nu se poate, indiferent de calea pe care o urmezi, anticipez puțin pentru cei mai avansați..., deci indiferent de „calea” aleasă, deschiderea inimii este obligatorie: trebuie ajuns aici, trebuie trecut pe aici. În mod absolut obligatoriu, nu există evoluție spirituală și nu există un demers spiritual real fără deschiderea inimii. Deci cine se consideră „ființă spirituală” și are inima închisă se păcălește rău de tot, nu sunt compatibile cele două, o cale spirituală reală, o practică spirituală autentică și o inimă închisă.

— Da, pentru că majoritatea oamenilor au inima închisă, de fapt, prinse curaj Omulețul cel sincer.

— Aceasta este o a doua cauză. Bine, nu vrei să evoluezi spiritual, dar măcar vrei să îți fie un pic mai bine în viață. Asta referitor la „scara” noastră, până acum am vorbit de cei care afirmă că vor să urce spre vârful scării, cei care vor să evolueze, vor o viață spirituală, vor o cale spirituală. Pentru ei este obligatoriu acest pas. Dar ar fi cam obligatoriu și pentru oamenii din banda de frecvență omenească obișnuită, dacă vor ei să aibă o viață un pic mai bună și un pic mai frumoasă.

— Și fericită, de fapt.

— Da.

— Și să fie și mai sănătoși, pentru că imunitatea ține tot de chakra inimii, completară ceilalți Omuleți mai vechi.

— Exact. O grămadă de boli țin de chakra inimii. Din toate aceste motive vorbim despre chakra inimii: pentru că indiferent unde vă situați pe „scara” asta a conștiințelor și indiferent care sunt aspirațiile voastre de fericire sau de evoluție, ele vor trebui să treacă prin chakra inimii; cu particularitățile respective ale acelor niveluri diferite de conștiință. Pentru omul obișnuit va fi o anumită zonă de practică, de gândire, de concepte. Pentru cei care vor să evolueze, care vor să urmeze o cale spirituală va fi un cu totul alt grup de concepte și de tehnici: mai subtile, mai rafinate, necesitând mai multă înțelegere și o altă calitate a practicii. De asta este importantă discuția despre chakra inimii...

— Putem aminti acum și faptul că Iisus asta a vrut să facă acum 2000 de ani. Să învețe omenirea să își deschidă chakra inimii...

— Și nu a reușit.

— Și nu a reușit, iar oamenii au făcut o întreagă religie, dar inima lor tot nu s-a deschis. Poate vom reuși de acum încolo...

— Probabil asta înseamnă „sus inimile”, nu?

— Exact, a venit să învețe iubirea, deschisul inimii, compasiunea. Și oamenii nu au înțeles nimic acum 2000 de ani. Și nici acum nu fac asta, este absolut evident..., comentară Omuleții.

— Este o incompatibilitate clară între a-ți deschide inima și a-ți folosi propria „personalitate”, stabili Omulețul cel cârcotaș.

— Haideți să explicăm toate aceste lucruri, încercă Spiritul să-i readucă la o discuție coerentă.

— Și nu vrea nimeni să renunțe la acea personalitate, continuă Omulețul să o țină pe a lui, făcând exact asta, nerenunțând el acum la o idee pe care „personalitatea” lui o considera foarte valoroasă.

— Depinde acum de zona de frecvențe căreia te adresezi, insistă Spiritul, reluând ideea la care rămăsese înainte de marea întrerupere: pentru că un om aflat în „zona omenească” poate avea inima deschisă într-o anumită măsură, este un om bun și are o viață frumoasă, chiar dacă nu atinge el rafinamente majore conceptuale și nu are niște deziderate spirituale foarte înalte în această viață. Efectiv, el este un om bun, se împacă bine cu ceilalți, are o viață frumoasă, liniștită. Desigur, aceasta va fi deja o achiziție pentru evoluția sa din următoarele vieți, el va putea merge de acum mai departe... Pe când un om rău va trebui mai întâi să „rezolve” asta, energetic, conceptual și comportamental.

Există apoi un aspect dinamic, deloc de neglijat. Fiecare om are particularitățile sale de evoluție... Există niște modele generale, desigur, susținute și de energetica chakrelor..., ceea ce ați amintit voi de la început. Dar această dinamică energetică este foarte diversă, nu există un tipar fix: astăzi se activează anumite frecvențe (de exemplu de bunătațe, pentru că vorbim despre frecvențele chakei inimii), dar mâine ele se pot stinge sau pot persista vieți în șir... Iar asta ține, spuneam, de caracteristicile proprii fiecăruia, de viețile trecute, de educație și cultură, de gradul și de modul „de programare” mental-emoțională, de acel nivel de înțelegere și conștiință, de dorința sa de schimbare, de eforturile pe care le va face pentru acea schimbare... și de multe altele. De forța pe care o are persoana respectivă, această „forță” lucrând într-un sens sau într-altul, al stagnării sau al schimbării, de mediul în care respectiva persoană trăiește: de exemplu, o comunitate spirituală sau măcar un grup îți va fi de ajutor, te va susține... etc.

— Înțeleg că sunt anumite compartimente ale inimii care se deschid în acest caz și dau efectul de om bun, se interesează Omulețul cel foarte mental. Un fel de „zone specializate”...

— Exact.

— Iar alte compartimente vor răspunde de alte caracteristici, de alte „nevoi”, își preciză el, spre o mai bună înțelegere, mentală, desigur.

— Exact, fiecare chakră cuprinde spectre întregi de frecvențe. „Compartimente”, le-ai numit tu. Sau mănunchiuri spectrale, dacă vrei, care corespund unei stări, unei atitudini interioare: de exemplu, bunătatea are un anumit mănunchi spectral, compasiunea, un altul, devoțiunea, un altul. Ele au caracteristici diferite de rafinament, frecvențele diferă de la „un mănunchi” la altul (vibrațional, dar și „pe simțitelea”, bunătatea diferă de compasiune sau de devoțiune etc.). Desigur, există și nuanțe asemănătoare, în plus, aceste spectre se întrepătrund... Pe de altă parte, în fiecare „mănunchi” de frecvențe, există un fel de „gradație” a calității respective: poți fi bun doar uneori sau mereu sau doar cu anumiți oameni, poți fi doar bun sau foarte bun etc. Bunătatea are însă și ea diferite nuanțe, poate fi mai caldă, mai blajină, liniștită sau foarte aprigă..., poate fi tăcută sau manifestă etc. Desigur, aceasta este doar o mare simplificare a unor lucruri infinit mai complexe și mai misterioase...; dar pentru mintea ta, care a întrebat, este o explicație oarecum utilă.

Chakrele sunt de fapt niște fluxuri, niște vortexuri de energie, iar în yoga tradițională se descriu „canalele” componente sau atașate lor. Ca și cum prin aceste „canale” diferite circulă energii de calități diferite... Sunt anumite „canale” pentru bunătate, altele pentru compasiune, altele pentru iubire etc. De fapt sunt fluxuri de energie, dintre care unele sunt deschise mai mult sau mai puțin, iar altele sunt blocate. (Dacă ar fi închise complet, am muri, deci nu există chakre complet închise; mai folosim noi sintagma asta din motive de exprimare rapidă, dar este vorba, de fapt, despre o închidere parțială sau despre o ne-deschidere a unor canale).

— Și, atunci, sunt unele fluxuri ok sau „canale” prin care circulă energia bine, putem să le spunem oricum; dar sunt și multe canale închise, prin care nu circulă energia. Deci, ca să fii un om bun, poți să spui că inima ta este deschisă parțial: adică sunt active unele canale, unele fluxuri de energie cu această calitate, a bunătății, reluă Omulețul cel foarte mental, ca să rețină. Dar pentru ca chakra să fie

complet deschisă și ca tu să poți evolua, energia trebuie să curgă frumos prin toate canalele, toate fluxurile să fie active, curate; ori astea, majoritatea, sunt blocate sau amputate...

— Reluăm. Depinde cui te adresezi, reveni Spiritul iarăși în acel punct în care discuția lor deviase, încercând să creeze niște „cercuri ale înțelegerii”. Cercuri de energie ale cuvintelor... sau spirale, care plecau în Univers, închise sau așteptând o închidere, undeva, la un alt nivel, cândva. Erau jongleriile sale energetice, pe care doar el le putea simți acum...; cel puțin așa era deocamdată, dar, cine știe, poate că Omuleții aceștia, cândva...

Dacă te adresezi unui om obișnuit, continuă Spiritul cu voce tare, care dorește o viață ceva mai frumoasă, acesta poate că nu va înțelege teoria ego-ului și a dezidentificării; și el nu va vrea și nici nu va putea „să renunțe la el”. Acesta este nivelul său actual de înțelegere și de putință; va mai trece, respectivul, însă, prin multe alte experiențe, prin multe alte vieți, va mai învăța, se va mai deschide, se va mai rafina: și, la un moment dat, va fi „copt” pentru saltul spiritual.

Dar dacă te adresezi unui om care vrea în mod sincer să urmeze o Cale spirituală, da, pentru el este obligatoriu să facă asta, „să renunțe la el”. Și nu poți „să renunți tu la tine” având inima închisă. Vom vedea și de ce. Deci cele două noțiuni sunt complet disjuncte, incompatibile: o inimă deschisă și un ego grandios. Pur și simplu nu se poate asta!

Haideți să explicăm pentru toată lumea ce am spus până acum. Să reluăm, în două vorbe, ce e cu chakra a treia, ce e cu ego-ul, apoi cu inima... Desigur, iarăși vor fi mari simplificări, dar măcar să înțelegeți ideea acestui suport energetic oferit de chakre.

— Evoluția omenirii, de la râmă la starea de Esență, de Dumnezeu, trece prin chakre, începând Omulețul cel sânguincios să recite din ceea ce mai discutaseră ei până atunci. Deci de la chakra întâi, când te interesează doar supraviețuirea și reproducerea și turma (ești prins aproape complet și funcționezi doar așa, în turmă), la chakra a doua, când începi să devii un „tu”, începi să devii conștient de tine, să ridici capul din acea turmă, apoi la chakra a treia – când se definitivează personalitatea, adică tot ceea ce ești tu în viața asta, ceea ce numim noi ego. Adică tot trecutul tău, tot prezentul tău, toate emoțiile, toată mintea ta, corpul tău, toate, toate, toate, *tot ce înțelegi tu prin „eu*

sunt”, acesta este ego-ul. Omenirea se află în general la acest nivel, la nivelul chakrei a treia. Este un nivel de evoluție: față de râmă, este superior, indiscutabil: a apărut conștiința de sine, mintea s-a rafinat mult, apare puterea de decizie, curajul, asumarea... Dar omenirea va trebui să îl depășească, pentru că așa este evoluția firească. Iar pentru a-l depăși, va trebui să ajungi, ca nivel de funcționare, la chakra a patra, care este chakra inimii...

— Asta înseamnă să o deschizi..., apoi să o menții deschisă, apoi să rafinezi cât mai multe dintre acele mănunchiuri de frecvențe particulare acestei chakre..., apoi să trăiești „condus” de către aceste frecvențe, care au devenit stabile...; iar asta să se răsfrângă în întreg comportamentul tău, în întreaga ta viață, completează Spiritul.

— Dacă ești foarte egotic și te interesează doar propria ta persoană, nu ai cum să treci mai departe pentru că ești blocat în chakra a treia, a ego-ului; și, atunci, trebuie să renunți cumva la ego, să îl înțelegi, să îl depășești, ca să poți ajunge la chakra a patra, la chakra inimii, se dumiri brusc Omulețul cel cârcotaș.

— Și când se întâmplă asta?

— Când se deschide inima complet?

— Complet, complet, complet...

— Când renunți total la ego...

— Și energetic? Când urcă energia kundalini?!, dezbătură Omuleții mai vechi o problemă oarecum „știută”.

— Haideți să explicăm, iarăși. La cel care practică (vorbit acum despre practica yoga, exercițiile specifice pentru chakra inimii, ceea ce facem noi mereu, apoi tehnicile comportamentale...), deschiderea inimii, chiar și parțial, nu se întâmplă în câteva minute. Poate să dureze un an, doi, poate să dureze o viață, două, zece vieți. Nu știm asta și nimeni nu poate face o previziune...; de unde necesitatea unei practici susținute; dar fără așteptări, fără ambiții, ci pas cu pas, cu bucurie, cu dedicare în același timp... Iar lucrurile se întâmplă atunci când le va veni vremea. Asta ca să reamintim și „atitudinea corectă” față de practică: o chakră nu se poate deschide cu forța, doar pentru că „așa vrei tu”. În plus, acest „vrut”, agresiv, nu va face decât să-ți întărească ego-ul, deci te va ține și mai mult prizonier al nivelurilor inferioare de funcționare.

Deci practici, lucrezi, faci exercițiile de respirație, chakra se deschide treptat..., adaugi elementele de comportament, algoritmi spirituali, *bodhicitta*, continui să practici... Și, treptat, acele „canale” încep să se deschidă, să devină din ce în ce mai clare, mai armonioase, mai frumoase... Și mai stabile.

Deschisul complet al chakrei inimii se va desăvârși, însă, doar după ce a ascensionat energia kundalini printr-o structură foarte curată și liberă, când urcă frumos, fluid și continuu. Abia atunci se întâmplă, de fapt, deschisul complet și potențialitatea maximă a chakrelor. Până atunci vorbim despre fluxuri încă parțiale, vorbim de „cât se poate mai bine în condițiile date”.

— Da, și cu chakra a treia tot așa. Ea trebuie să fie deschisă și curată ca să funcționeze corect, așa cum a fost ea concepută. Noi suntem blocați pe chakra a treia: și ea are niște circuite parazite, demente, tot felul de blocaje... Dacă ar fi deschisă, frumoasă și curată, atunci ar fi ok și n-am fi blocați, completă Omulețul cel lucid. Și, atunci, s-ar face trecerea mai ușor.

— Asta înseamnă „chakre închise”. Este important de știut că niciodată ele nu sunt complet închise, vorbim în termeni de „închis” ca să nu mai tot lungim discuția referitoare la fluxurile de energie. Sunt fluxuri care circulă relativ bine, dar sunt multe fluxuri dizarmonice și sunt fluxuri complet amputate, fluxuri care nu circulă deloc, la anumiți oameni, în anumite chakre. Fluxuri inexistente, dacă vreți. Și, atunci, „dezideratul” va fi să facem această circulație cât mai fluentă, cât mai bună, cât mai armonioasă, în ambele sensuri, și pe verticală, și pe orizontală. În plus, să rafinăm cât mai mult frecvențele acelor fluxuri și să le stabilizăm. Adică să descoperim noi și noi valențe ale chakrelor, unele încă necunoscute. Apoi să cultivăm aceste noi calități...

— De exemplu, să simțim ce înseamnă compasiune reală, cea *bodhicitta*, noi nu știm asta..., nu simțim asta, doar ne prefacem sau ne închipuim că simțim..., recunosc Omulețul cel disperat să evolueze. Începuse și el să spună câte ceva, nu de multă vreme: până acum stătuse tăcut, dându-și seama cât de multe nu știe și cât de departe este...

Da, cam asta ar fi atitudinea cea bună, comentă Spiritul în sinea lui: să taci niște ani, apoi să începi să te vezi, apoi să te îngrozești..., apoi să recunoști, apoi să începi să lucrezi. Abia acum începe practica reală...

Aceasta este corespondența energetică a depășirii chakrei ego-ului. De la nivelul chakrei a treia, care este a ego-ului („eu sunt așa și pe dincolo, eu vreau, eu comand”, eu, eu, eu, mereu eu...), saltul cel mare să-l putem face la chakra a patra: unde intră în discuție și „ceilalți” și unde ego-ul ar trebui să înceapă să diminueze, completă el cu voce tare, anticipând discuția despre compasiunea reală.

Să revenim, însă, la prima noastră întrebare: de ce anume ar mai trebui deschisă chakra inimii? Iarăși important, am vorbit noi mai demult..., își încheie din nou Spiritul un alt „cerc de înțelegere”.

— Pentru că de acolo provin frecvențe foarte rafinate, foarte înalte, cu care poți... sau în care poți să disloci și să vindeci absolut toate celelalte frecvențe, mai urâte, mai groșiere, care vin din celelalte chakre, spuse Omulețul cu inima deschisă, care începuse deja să simtă asta.

— Așa este. Dacă se deschide chakra inimii..., acolo există, potențial, niște frecvențe cu totul particulare, mult superioare, rafinate, având o altă consistență, o altă calitate față de spectrele chakrelor inferioare. Lucrând asupra chakrei inimii ar trebui ca această nouă energie să se trezească, să „se descătușeze”, să se răspândească în corp, să îl inunde și să transmute frecvențele celorlalte chakre, să transforme sau să anihileze tot felul de emoții, gânduri, negativități, programe etc. Venim, deci, cu o energie mai rafinată, mai frumoasă, asupra unor energii mai groșiere: și această energie mai rafinată ar trebui să le ridice, să le prelucereze, să le rafineze și pe acestea din urmă. Este ceea ce facem noi la exercițiile de respirație a inimii...

Deci acesta este al doilea lucru important pentru care vrem să deschidem chakra inimii. Al treilea care ar fi?

— Acele canale de conștiință care se deschid? tatonă Omulețul cel lucid.

— Da.

— Tu le-ai numit canale de conștiință..., completă el.

— Conștiința stă ascunsă: chakra inimii este locul în care se află acea frântură de Conștiință Universală din fiecare, acel sâmbure al Conștiinței *Cit.* Deschiderea inimii este singura cale de „trezi” acea sămânță de Conștiință; iar ea este cea care te va ajuta să evoluezi spiritual. Ceea ce este absolut esențial.

Până acum nu am avut nevoie de canale rafinate de conștiință. Ca să fii un om bun și să ai o viață bună, nu îți trebuie conștientizare