

Fragmety książki „Ścieżki do domu” autorstwa Karoliny Sarny.

KONSULTACJA

Osadzona we Francji, ujęta w ramy homeopatycznej konsultacji autobiograficzna opowieść uciekinierki z Tybetu.

Trafiłam w pewnej gazecie na artykuł zaczynający się od słów: „Śmierć zastąpiła seks w kwestiach tabu”. O śmierci nie mówi się dziś prawie w ogóle, a przecież w dawnych kulturach obchodzono się z nią swobodnie i naturalnie. Ludzie wiedzieli, że rozpad ciała dla umysłu oznacza jedynie transformację. Później ztracono tę wiedzę.

W społeczeństwach, których działanie opiera się na myślącym umyśle i wrażeniach zmysłowych, koniec ciała wydaje się końcem wszystkiego. Ale to, że człowiek nie odczuwa na co dzień przenikającej go czystej świadomości, nie świadczy wcale o tym, że jej nie posiada. We śnie to nie zmysły czy myślący umysł czuwają nad nami. Podczas snu nasze narzędzia poznania i odczuwania odpoczywają, nie dbając o to, co dzieje się w tym czasie z ciałem. Coś jednak sprawia, że codziennie się budzimy.

Gdy kremowaliśmy ciało Carli, obsługujący urządzenie wydusił z siebie bez przekonania formułkę o nieśmiertelnej cząstce, której nie strawi żaden ogień. „Absolutnie zgadzam się z panem” – przyznałam mu rację. – „Różnica pomiędzy pana a moimi poglądami na śmierć polega jedynie na tym, że pan w swoje nie wierzy”. Nie wierzył, a raczej nie doświadczył. My, Tybetańczycy, wyrosliśmy w większym kontakcie z *rigpa*.

W dzieciństwie wiele dni spędziłam na dziedzińcu buddyjskiego klasztoru, w którym przebywał mój stryj. W miejscu tym, ilekroć je odwiedzałam, ustawały wszelkie moje myśli i emocje. Czekając na krewnego, siedziałam z podwiniętymi nogami na kamiennej posadzce, kontemplując wszechogarniający, pozaziemski spokój. Spokój ten odczuwałam również wielokrotnie później, we wczesnych latach młodości. Tym jest dla mnie *rigpa*, dlatego nie martwię się o Carlę. Wiem, że niezależnie od tego, jak wiele jeszcze razy powróci na Ziemię, czysta świadomość nigdy jej nie opuści. Co innego natomiast nie dawało mi przez długi czas spokoju...

PRZESTRZEŃ

Historia lekarki z Toronto udającej się na Jukon (północna Kanada) w celu uporządkowania sobie spraw związanych z jej małżeństwem.

Jane nie rozumiała za bardzo problemów Susan, dlatego nie wiedziała, co jej w tej kwestii poradzić. Ona na dręczący umysł znalazła jedno, dość skuteczne rozwiązanie.

– Dlaczego nie spróbujesz medytować? – zapytała, gdy wymieniwszy wszystkie swoje zmartwienia, Susan wreszcie zamilkła.

– Ale na jaki temat? – Susan zdawała się nie wiedzieć, co Jane ma na myśli.

– Jak to na jaki temat? – zdziwiła się Jane. – Po prostu medytować.

– A co to właściwie znaczy? – skonsternowana Susan poprosiła o wyjaśnienie zagadnienia od podstaw, dając tym samym początek długiej filozoficznej dyskusji.

– Medytacja... – zamyśliła się Jane. – Medytacja jest, moim zdaniem, doświadczeniem tego, co prawdziwe.

– Czyli czego? – definicja Jane nie usatysfakcjonowała Susan. – Codziennego życia? Czy może wewnętrznych przeżyć?

– Ani jednego, ani drugiego – Jane rozwiała koncepcje koleżanki. – Medytacja polega na odcięciu się od wszelkich spraw związanych z umysłem. I zmysłami również.

– Nie rozumiem – Susan postanowiła dać wyraz swoim wątpliwościom. – Myślałam, że doświadczać można tylko zmysłami i umysłem.

– Tak sądzi większość ludzi, ale to nie znaczy, że mają rację – odparła enigmatycznie Jane.

– Więc w jaki inny sposób można doświadczać? – zainteresowała się Susan.

– A spróbowałaś kiedyś zamknąć oczy i nie przywiązywać wagi do swoich myśli? – zasugerowała Jane.

– Tak, ale w ten sposób właśnie odcinam się od tego, co prawdziwe – wyraziła swoje zdanie Susan.

– A jesteś pewna, że prawdziwe jest to, co uważasz za prawdziwe? – Jane zaczęła prowokować koleżankę do dalszych dociekań.

– Dobrze, więc zacznijmy od podstaw – zirytowała się Susan. – Czym, według ciebie, jest to, co prawdziwe?

WCZASY Z JOGĄ

Relacje dwojga uczestników niezwykłego wyjazdu, który pomógł im ujrzeć wiele spraw w innym świetle.

Czwartek od samego początku obfitował w niespodzianki.

Podczas porannej praktyki zamiast medytacji Adrianna zaproponowała ćwiczenie w parach.

– Usiądź wygodnie, twarzą do swojego partnera lub plecami, jak wolisz – instruowała.

Ja i kobieta, z którą byłem w parze (czterdziestoletnia, jak się okazało, mimo iż na początku warsztatów wziąłem ją za studentkę), wybraliśmy drugą opcję.

– Weź głęboki oddech i zagłębij się w siebie. Rozluźnij ciało i skup całą swoją uwagę na sobie. Jeszcze nie rozszerzaj jej na partnera – przestrzegła. – Oddychaj spokojnie i głęboko. Powoli. Śledź z uwagą swój wdech i wydech, unosź się i opadaj wraz z nimi. Poczuj, jak wraz z wdechem energia wypełnia całe twoje ciało... Wpływa przez nozdrza, kieruje się w górę oraz w dół, zasilając każdą komórkę ciała... Gdy wydechasz, energia unosi się, ulatując z ciała przez

czubek głowy. Tak. Właśnie tak. Dobrze – powiedziała, zupełnie jakby potrafiła zobaczyć, co dzieje się w naszych ciałach energetycznych. – Powtórz to kilka razy. Wdychaj *pranę*. Zasil swoją istotę energią, której pokłady są nieograniczone. Praktykuj przez chwilę sama, praktykuj sama.

Oddychaliśmy uważnie. Z każdym wdechem czułem wyraźnie, jak wypełniam się radością, światłem i przyjemnym mrowieniem. Wykonywałem podobne techniki oddechowe już nie raz, nigdy jednak z towarzyszem. Czułem, jak moja świadomość się rozszerza i po kilku zaledwie oddechach ogarnia obszar znacznie większy niż moje ciało.

– Pięknie – pochwaliła Adrianna. – A teraz pozwól swojej uwadze naturalnie zwrócić się ku towarzyszowi... Niech popłynie i ty popłyn razem z nią – poprosiła.

Momentalnie granice mojego ciała zaczęły się zacierać i po chwili plecy, o które się opierałem, przestałem odczuwać jako coś odrębnego ode mnie. Właściwie przestałem je w ogóle odczuwać! Moja świadomość ogarnęła naszą dwójkę, jakbyśmy byli jednym organizmem, jedną istotą. To było bardzo silne i ekstatyczne doznanie, które poszerzyło granice mojego ja jeszcze bardziej, wciąż rosnąc i rosnąc w radosnej transcendencji. Nie doświadczyłem wcześniej niczego podobnego na taką skalę. Doświadczenie trudne do opisania...

Gdy ćwiczenie dobiegło końca, odwróciliśmy się do siebie twarzami i uścisnęliśmy z wdzięcznością. Granice ciał zatarły się ponownie, tym razem z jeszcze większą siłą i tak całkowicie, że rozpuściło się we mnie wszelkie poczucie, iż istnieją jakiegokolwiek ciała... Byłem jednym z Ulą, salą i wszystkimi w niej obecnymi, choć wcale tego tak nie postrzegałem! Nie czułem, by istniały jakiegokolwiek odrębne elementy. Byłem niczym innym jak czystą świadomością istnienia... Jedyne słowo, które mogłoby oddać tę radość, to „Dom” – wróciłem do Domu. Po bardzo długim wygnaniu i tęsknocie zbyt silnej, by ją do siebie dopuścić, byłem z powrotem w Domu...

INACZEJ

Ujęty w symboliczny i nietypowy sposób zapis życia z punktu widzenia nadprzeciętnego chłopca, a później mężczyzny Maćka, oraz jego rodziców.

Inny był tamten świat od naszego. Przepelniony dobrobytem i harmonią, stanowił urzeczywistnienie ludzkich marzeń o raj. Jego mieszkańcy nie znali głodu, nie brakowało im wody i nie nękały ich upały ani mrozy. Nie słyszeli o bezdomności, nie nawiedzały ich klęski żywiołowe i nigdy nic nie zostało im odebrane. Obce były im choroby, nie zetknęli się nigdy ze stanem zmęczenia, a słowo „śmierć” nie miało w ich słowniku odpowiednika. Nie wiedzieli, czym jest gniew, nie cierpieli z powodu tęsknoty, nie rozumieli pożądania i nigdy nie doświadczyli zazdrości.

Nie doświadczyli jednak również właściwości materii ani wszelkich przyjemności z nią związanych. Nie znali cudownej słodkości owoców dojrzewających latem w słonecznych sadach, nie potrafili wyobrazić sobie upajającego zapachu barwnych łąkowych kwiatów oraz nie

mieli pojęcia, czym jest dotyk dłoni ukochanej osoby. Nie wiedzieli, jak to jest posiadać coś na własność, i nie rozumieli radości płynącej ze zdobycia czegoś. Nigdy nie tańczyli i nigdy nie śpiewali. Oni po prostu byli.

Ale to bycie wielu z nich wydawało się pozbawione sensu, i dlatego gdy tylko pojawiła się w ich świecie możliwość wykroczenia poza tę monotonną egzystencję, nie zawahali się z niej skorzystać, przybierając fizyczną formę w postaci ludzkiego ciała.

∞ ∞ ∞

Mieszkanie nie było duże, ale udało im się wyodrębnić w nim niewielki kącik dziecięcy. Dostarczone wczoraj łóżeczko stało już zmontowane, a na małym sosnowym regaliku piętrzyły się zakupione oraz otrzymane w ciągu ostatnich miesięcy zabawki. W niewielkiej szafce nad regałem leżały starannie poskładane ubranka, zaś na podwyższonym stoliku obok łóżeczka wdziały się w kolorowych słoiczkach najrozmaitsze kremy i oliwki. Na razie tyle, a potem zobaczą, co jeszcze będzie im potrzebne. Nie byli zamożni, ale chcieli zapewnić dziecku możliwie najlepszy start. Długo na nie czekali...

Ona była pielęgniarką, zatrudnioną w państwowej przychodni. On – przedstawicielem handlowym jednego z pierwszych, zaistniałych na rynku po niedawnej zmianie systemu, prywatnych farmaceutycznych koncernów. Poznali się, gdy przecięły się ich służbowe drogi. Iwona miała wówczas lat dwadzieścia trzy, Krzysiek – dwadzieścia pięć. Dwa lata później pobrali się, co umożliwiło im zaciągnięcie kredytu mieszkaniowego, który wspólnym wysiłkiem spłacali. Gdy minęły kolejne dwa lata, zaczęli myśleć o powiększeniu rodziny, ale musiały upłynąć jeszcze trzy, zanim Iwonie udało się zająć w ciążę. I oto teraz kończy się wreszcie okres wyczekiwania. Niebawem przeżyją najszcześniejsze chwile swojego życia, kiedy to ich oczom ukaże się malutki człowieczek – owoc miłości dwojga ludzi, za ich pośrednictwem i na ich podobieństwo stworzony.

Gdy w cichy niedzielny poranek Krzysiek przyniósł Iwonie śniadanie do łóżka, ona skrzywiła się nagle, odpychając tacę.

– Już czas – powiedziała. – Trzeba jechać.

∞ ∞ ∞

„Mam dwie nogi i dwie ręce – klawo!” – pomyślał sobie. – „Tylko do czego ich używać? Wokół ciemno i nie widać żadnych przedmiotów. Innych, takich jak ja, też nie widać. No nic, zaczekam, może ktoś przyjdzie... Przecież chyba nie będzie tak do samego końca...”

Gdyby się nad tym dobrze zastanowić, to tak naprawdę nie czuł potrzeby zmiany swego położenia. Nie odnajdywał się jeszcze najlepiej w nowej sytuacji, ale jedno, co mógł stwierdzić, to że jest mu ciepło. I miękko. I błogo. Właściwie nie wydawał mu się ten stan jakoś szczególnie odmienny od poprzedniego, a w momencie gdy zapadał w głęboki sen, mógłby nawet stwierdzić, że stany te są względem siebie identyczne. Obecność snu w tym specyficznym świecie sprawiała, że czuł się jakby bliżej domu. Bezpieczniej – powiedziałaby, gdyby umiał posługiwać się słowami wartościującymi.

Tak, sen przypominał mu bardzo jego bezformną egzystencję. Dlatego na dalszy przebieg wydarzeń postanowił zaczekać właśnie pogrążony we śnie, szczególnie że znudziło mu się już trochę to wymachiwanie kończynami.

Wtem nagle jakaś potężna siła zaczęła go wciągać w mroczny, ciasny tunel, a po chwili zobaczył wokół siebie mnóstwo nieznajomych twarzy. I wtedy po raz pierwszy z jego ust wydarło się coś na kształt krzyku. Był przerażony!