

PREDGOVOR AUTORA

Probudila me je Troizvornost.
Spoznavši Troizvornost realnog sveta, osetio sam izuzetno značenje postojanja Neutra.

Osim toga, shvatio sam da je upravo Neutro sila - ta koja održava uređenost i omogućava dalji razvoj ovog sveta uz pomoć fundamentalnog principa koji se zove Troizvornosni Model (Model Troizvornosti).

Neutro je sila koja svemu postojećem udahnuje praktično postojanje, u skladu sa voljom Duha postojanja (Duha egzistencije) – utemeljujućeg izvora ovog sveta.

Prošle godine je objavljena knjiga «Svet Troizvornosti» u kojoj sam izneo rezultate svojih posmatranja.

Ali, ko da čita debelu knjigu sa neuobičajenim pojmovima i terminima?

Sila Neutroa uvodi Duh postojanja u ovom svetu na masovan način.

Ja sam takođe došao do spoznaje ove činjenice.

Jednoga jutra, u ružičastom gradu Džajpuru na severoistoku Indije, stajao sam na balkonu, odakle sam često mogao posmatrati šetnje i let divljih paunova. Stajao sam i jednostavno gledao u nebo, visoko uzdignute glave.

Iznenada, sav prostor iznad mene odazvao se u obliku eha. Na nebu se čuo eho: «Osmeh-meditacija...» i tajanstvena sila osmeh-meditacije se usmerila direktno prema meni.

***Osmeh-meditacija ~ , OSMEH-MEDITACIJA
~ , O S M E H – M E D I T A C I J A ~ .***

Duša mi je bila širom otvorena, osećao sam zadivljujuću svežinu vazduha koji sam udisao i široko sam se osmehivao.

Moj razum se u potpunosti otvorio u susret ovom nebu.

Eto, tako je počela moja osmeh-meditacija.

1998. godine posetio sam indijski grad Varanasi, poznat kao sveti grad.

To je jedno od slavnih mesta hodočašća. Svi Indusi smatraju svojom dužnošću da ga posete bar jednom u životu.

U Varanasiju se nalazi istorijsko mesto gde je meditirao Buda pre nego što je došao do prosvetljenja. Isto tamo, kada je već bio svetac, održao je dve propovedi u ime otelotvorenja velikog sna o savlađivanju ljudskih patnji.

Mesto gde je Buda meditirao se sve do danas dobro sačuvalo među ruševinama jednog od hramova grada Varanasija.

Boraveći na tom istom mestu, zauzeo sam pozu za meditaciju i meditirao sam neko vreme.

Moguće je da je ovaj događaj poslužio kao jedan od inicijalnih momenata koji su ubrzali pojavu Osmeh-meditacije i spoznaju Troizvornosti.

Zanimljivo je da se grad Varanasi nalazi sa istočne strane, a Džajpur – sa zapadne strane od prestonice Indije, Delhija.

Posle onoga što sam iskusio u Džajpuru, stalno sam razmišljao o ovoj novoj temi, o osmeh-meditaciji, trudeći se da nađem bar minut slobodnog vremena između mnogobrojnih svakodnevnih poslova.

Osmeh i ono što sam osetio kada je zvučao eho osmeh-meditacije izgledali su mi kao da su doneti iz večnosti.

A ona tajanstvena sila koja je kao svež dah života u trenutku ispunila moj razum i telo živi u meni sve do sada.

Kako se dogodilo da mi se ovaj neočekivani zvuk približi?

Kako razumeti smisao ovog divnog osmeha i tajanstvene oživljene sile?

Kakav značaj ima osmeh na ovom svetu?

Kako sprovesti i obavljati tu osmeh-meditaciju?

Na koji način ova osmeh-meditacija može da koristi ljudima?

Čak i da se nađu iscrpni odgovori na sva postavljena pitanja, kako napisati knjigu koja bi to mogla da ispričava ljudima?

Slučajno, na Kipru, visoko u planinama (1300 m nadmorske visine), najzad sam dobio priliku da započnem svoju osmeh-meditaciju.

Avgusta 2003. godine u tišini šume koju je remetio samo poj šumskih ptica, ispod dva para borova koji su stajali jedan nasuprot drugom, uspeo sam da nastavim da se bavim osmeh-meditacijom.

Meditacija se događala u skladu sa principom Troizvornosti. Pri tome su postepeno počeli da se ocrtavaju opšti obrisi osmeh-meditacije.

Otkad sam počeo da meditiram, u meni se probudio potpuno drugačiji pogled na mnoga pitanja, mogao sam mnogo toga da iznova spoznam. Na ovaj posao utrošio sam dvadeset jedan dan.

Po isteku dvadeset prvog dana duboke meditacije, za nedelju dana sam napravio tekst «prve ruke» ove knjige. A zatim sam dvadeset dana usavršavao ono što sam skicirao i dovodio ga u red.

Ova knjiga je prožeta istim onim duhom koji je usmeravao Budu u njegovoj težnji da pomogne ljudima koji pate.

Ali nije patnja ta koja u njoj zauzima glavno mesto. Glavni predmet razmatranja su ČUDO i OSMEH.

Naš svet je svet čudesa i ceo je ispunjen blistavim osmesima. To je zaista tako. I u knjizi je izloženo kako nastaje svet osmeha.

Cilj realnog sveta je u otelotvorenju čudesa, kada različiti oblici života koegzistiraju uređeno u duhu sveopšte harmonije.

Radi dostizanja ovog cilja, Duh postojanja rađa Neutro-komponentu Troizvornosti i pomoću Troizvornosnog principa stvara sav ovaj svet osmeha.

Ako ljudi zahvaljujući osmeh-meditaciji nauče da se osmehuju čistim osmehom – to će biti prvi korak na putu ka cilju kojeg je postavio Duh postojanja.


Ako ljudi uspeju da shvate da je ovaj svet – svet čudesa i svet osmeha – to će biti drugi korak na putu ka cilju kojeg je postavio Duh postojanja.

Ako ljudi dostignu konačnu završenost svog osmeha i uzmu učešća u realizaciji sveta osmeha, koristeći snagu osmeha, koja proističe iz njihovog savršenstva – to će biti realan doprinos postizanju cilja kojeg je postavio Duh postojanja.

Ako ljudi dovedu svoj osmeh do stanja večnog osmeha koji ne vene – to je najbolji način da se objedine sa Duhom postojanja i deluju zajedno sa njim, na dobrobit stvaranja divnog sveta koji se osmehuje.

Posvećeno svima i svakome, i svemu što postoji, sa željom da se večno osmehuju.

Park Džae Vu
Polistipos, Kipar
16.septembra 2003. godine



Glava 3.

Osmeh-meditacija za sebe

Prvi stadijum osmeh-meditacije – Nuto

Osmeh-meditacija počinje od samog sebe. Počinje od onoga ko u ovom trenutku meditira, pa se njen prvi stadijum zove «Nuto-meditacija za sebe».

Ovo je stadijum buđenja sopstvenih uspavanih osmeha i učvršćivanja osmeha u svom razumu, telu, duši i u životu. On pomaže da se sopstveni unutrašnji svet dovede u savršeno stanje osmeha.

Naš razum (svest) polazi od metafizičkog sveta, a telo je tvorevina fizičkog sveta. Kada se ova dva sveta spoje harmonično uz učešće Duha postojanja - stvara se živi organizam.

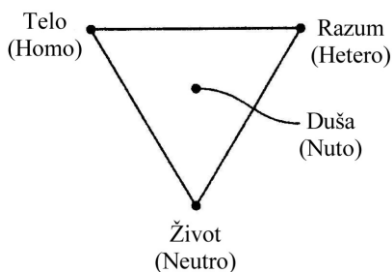
Tako se pojavljuje razum i formira se telo živog stvorenja koje je sposobno da manifestuje životnu aktivnost, kao rezultat celovitosti i međusobne povezanosti razuma i tela.

Razum i telo postaju jedinstvena celina, neodvojivi su i zajedno ostvaruju životno važne funkcije.

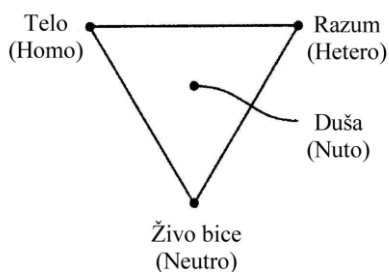
Tako živi organizam predstavlja manifestaciju zakona Troizvornosnog Modela.

Razum, kao lider (vođa), predstavlja Hetero; telo koje sledi za njim je Homo; duša kao fundamentalni izvor je Nuto; a životna sila koja nastaje kao rezultat njihove interakcije je Neutro.

Živi stvorovi su obdareni životnom silom koja objedinjuje razum, telo i dušu.



*Troizvornosni Model
Životne pojave*



*Troizvornosni Model
Živog bića*

Nuto-stadijum osmeh-meditacije je organizovan u skladu sa principom Troizvornosnog Modela.

Sprovodi na sledeći način: najpre ide osmeh-meditacija razuma, iza nje sledi osmeh-meditacija tela, a zatim – osmeh-meditacija duše i najzad – osmeh-meditacija života.

1. Osmeh-meditacija razuma (Hetero)

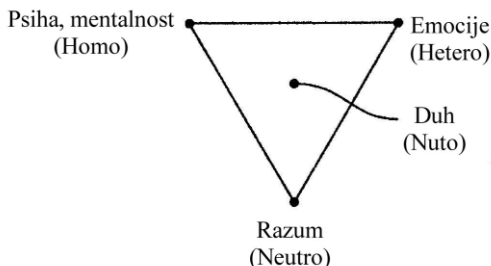
Razum živih organizama je po svojoj prirodi Hetero pa zato on preuzima inicijativu rukovođenja svim životnim procesima.

Sa druge strane, razum ima strukturu koja služi kao pravi uzor Troizvornosne harmonije pa zato razum takođe spada u Neutro.

A upravo je razum stvoren objedinjavanjem emocija, uma i duha u svojstvu komponenata.

Kao Neutro, razum vodi i usmerava životnu aktivnost organizma. Pri tome je on sam obdaren emocionalnim, mentalnim i duhovnim potencijalom, čiji su delovi jedan od drugoga neodvojivi i uvek se manifestuju zajedno.

U postojanje ove tri razne strane razuma možemo da se uverimo samo koristeći sam razum pošto samo preko razuma njegove komponente mogu da se otvore i da se manifestuju (ispolje).



Troizvornosni Model komponenata razuma

Ako se razum, kao usmeravajuća sila života osmehuje, telo sledi ovaj osmeh.

Ako se pak oni osmehuju zajedno, pojavljuje se osmeh duše koji im se priključuje.

U sred takvog harmoničnog osmeha rađa se osmeh života i počinje da rukovodi procesom postojanja.

Ali, neophodno je napomenuti da za osmehom razuma ne usledi uvek automatski osmeh tela. Telo ima svoj sopstveni svet osmeha.

Harmonično stanje osmeha služi kao potvrda delovanja osmeha života, koji vrši praktično rukovođenje živim organizmom

A. Poza i disanje

Zatvorite oči, lice odražava miran osmeh. Na usnama takođe lebdi osmeh.

Pošto je osmeh-meditacija razuma – Nuto-stadijum meditacije za sebe, treba zauzeti osnovni Nuto-položaj.

U ovoj osnovnoj Troizvornosnoj pozi vrat i glava stoje vertikalno, a lice gleda prema napred.

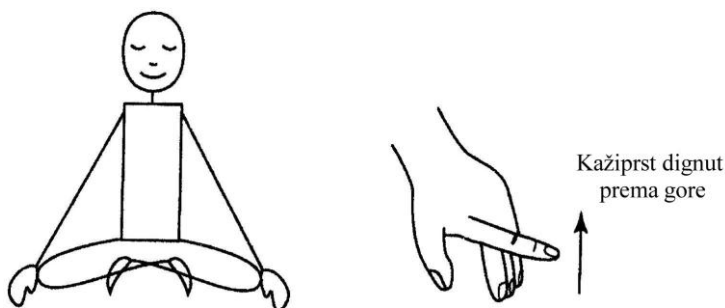
Noge se nalaze u Nuto ili Neutro-položaju.

Neutro-položaj nogu obično odgovara za svaki stadijum meditacije.

Ruke treba da budu ispravljene, zglobovi ručja dodiruju uglove kolena, šake su usmerene dlanovima prema dole, ka zemlji.

Šake zauzimaju prirodan Neutro položaj. U Neutro-položaju šaka, samo kažiprsti su ovlaš podignuti prema gore, oni podržavaju osmeh razuma koji je Hetero-prirode.

Disanje treba da bude Nuto-tipa, lagano, prirodno, sa jednakom dužinom udisaja i izdisaja.



Poza za osmeh-meditaciju razuma

B. Početak osmeh-meditacije razuma

Ima mnogo načina da se probudi osmeh razuma.

Nije važno koji od njih je izabran. Čim se bude pojavio osmeh u razumu – otvoriće se vrata osmeha.

Prvi cilj osobe koja meditira je da održava taj osmeh razuma stalno i neprekidno.

Ako se pak zatvore vrata osmeha, osmeh razuma će se odmah ugasiti.

Važno je ne samo da se vrata osmeha razuma održavaju otvorenim, već i da se sve više otvaraju, sve dok se ne otvore širom, otvorivši put radosnom osmehu (osmehu sreće).

Ovakvo potpuno otvoreno stanje osmeha razuma pojavljuje se u momentu kada osmeh i razum postaju jedinstvena celina u stanju prosvetljenja.

Meditacija traje sve dok se ne pojavi osećanje da postoji samo jedan zaslepljujuće blistav osmeh i čak nema osećaja sopstvenog postojanja.

Odmah se usta, oči, lice i celo telo prirodno odazivaju na ovaj osmeh razuma i manifestuju sjajni osmeh tela.

Zavisno od nivoa osmeha razuma, manifestuju se različiti osmesi tela.

Ali, na osmeh tela ne treba obraćati suviše mnogo pažnje u vreme osmeh-meditacije razuma.

Na početku osmeh-meditacije primenjuju se razni načini buđenja osmeha razuma, u zavisnosti od stanja razuma osobe koja meditira.