

ECKHART TOLLE

SILA PRÍTOMNÉHO OKAMIHU

SPRIEVODCA NA CESTE
K DUCHOVNÉMU RASTU

„Jedna z najlepších kníh za posledné roky.
V každej vete sa zračí pravda a sila.“

Deepak Chopra, autor knihy *The Seven Spiritual Laws of Success*

ECKHART TOLLE

SILA
PRÍTOMNÉHO
OKAMIHU

PRÍRUČKA DUCHOVNÉHO OSVIETENIA



eastone BOOKS



EZOTERIKA • POZNANIE • DUCHOVNÝ ROZVOJ

The Power of Now
Copyright © 1997 Eckhart Tolle
Original English language publication 1997 by Namaste Publishing, Inc.
Vancouver, B. C. Canada.
Revised English language edition published 1999 by New World Library
in California, USA.

All rights reserved.

Z anglického originálu Eckhart Tolle: The Power of Now
preložila Katarína Pániková.
V roku 2010 vydalo vydavateľstvo Eastone Books, Bratislava
v edícii **esprit**.

www.eastonebooks.com

Slovak Edition © 2009 by Eastone Group, a. s.
Translation © 2009 Katarína Pániková
Jazyková redaktorka: Milica Matejková
Zodpovedná redaktorka: Marína Terenová
Cover: Zuzana Ilavská
Layout: Studio Eastone

Tlač: Kasico, a. s.

Všetky práva vyhradené.
Okrem použitia krátkych ukážok pre účely recenzie a kritiky
žiadna časť tejto knihy nesmie byť reprodukováaná ani šírená
v akejkoľvek forme alebo akýmikoľvek prostriedkami
bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa.

ISBN 978-80-8109-113-1

Ste tu, aby ste božskej podstate
univerza umožnili prejaviť sa.
Takí ste dôležití!

ECKHART TOLLE

OBSAH

Predslov autora xi

ÚVOD xv

Pôvod knihy xv

Pravda je vo vašom vnútri xvii

PRVÁ KAPITOLA: NIE STE VAŠA MYSEĽ 1

Najväčšia prekážka na ceste k osvieteniu 1

Oslobodte sa od svojej mysle 6

Osvietenie: Povznesenie sa nad myslenie 10

Emócie: Reakcia tela na myseľ 13

DRUHÁ KAPITOLA: VEDOMIE: CESTA Z BOLESTI 21

Prestaňte vytvárať bolesť 21

Bolesť z minulosti: rozpúšťanie tela bolesti 24

Stotožnenie ega s telom bolesti 28

Pôvod strachu 30

Snaha ega o celistvosť 32

TRETIA KAPITOLA: VSTUP DO HLBOKEJ PRÍTOMNOSTI 35

Nehľadajte svoje ja v mysli 35

Koniec ilúzie času 36

Nič nejestvuje mimo prítomného okamihu 38

Kľúč od duchovnej dimenzie 39

Získanie sily prítomnosti 41

Zbavte sa psychologického času 44

Nezmyselnosť psychologického času 46

Negativita a utrpenie majú korene v čase 47

Hľadajte život pod povrchom vašej životnej situácie 49

Všetky problémy sú ilúzie mysle 51

Kvantový skok v evolúcii vedomia 53

Radosť z bytia 54

ŠTVRTÁ KAPITOLA: STRATÉGIE MYSLE
NA VYHÝBANIE SA PRÍTOMNOSTI 57

Strata prítomnosti: základný sebaklam	57
Bežné a hlboké nevedomie	59
Čo hľadajú?	61
Rozpúšťanie bežného nevedomia	62
Oslobodenie sa od nešťastia	63
Nech ste kdekoľvek, buďte tam úplne	67
Vnútorňý cieľ vašej životnej cesty	72
Minulosť nemôže prežiť vo vašej prítomnosti	73

PIATA KAPITOLA: STAV PRÍTOMNOSTI 77

Je to iné, ako si myslíte	77
Ezoterický význam čakania	78
V tichu vašej vedomej prítomnosti vzniká krása	80
Realizácia čistého vedomia	82
Kristus: realita vašej božskej prítomnosti	86

ŠIESTA KAPITOLA: VNÚTORNÉ TELO 89

Bytie je vaše najhlbšie ja	89
Hľadte za slová	90
Nájdite svoju neviditeľnú a nezničiteľnú realitu	92
Spojte sa s vnútorným telom	93
Transformácia cez telo	95
Kázanie o tele	97
Majte vo vnútri hlboké korene	98
Predtým, ako vstúpite do svojho tela, odpustite	100
Vaše spojenie s neprejavým	102
Spomalenie procesu starnutia	103
Posilnenie imunitného systému	104
Dych vás povedie do tela	105
Tvorivé použitie mysle	106
Umenie načúvať	107

SIEDMA KAPITOLA: BRÁNY DO NEPREJAVENÉHO 109

Vstúpte hlboko do svojho tela	109
Zdroj čchi	112
Bezsenný spánok	112
Ďalšie portály	113
Ticho	115

Priestor	116
Skutočná povaha priestoru a času	118
Vedomá smrť	121

ÔSMA KAPITOLA: OSVIETENÉ VZŤAHY 123

Vstúpte do prítomnosti, nech ste kdekoľvek	123
Láskyplné/nenávistné vzťahy	125
Závislosť a hľadanie celistvosti	127
Od návykového k osvietenému vzťahu	130
Vzťahy ako duchovné cvičenie	133
Prečo sú ženy bližšie k osvieteniu	139
Rozpúšťanie kolektívneho ženského tela bolesti	141
Vzdajte sa vzťahu k sebe	146

DEVIATA KAPITOLA: ZA ŠŤASTÍM

A NEŠŤASTÍM JE POKOJ 149

Vyššie dobro za dobrom a zlom	149
Koniec vašej životnej drámy	152
Pominuteľnosť a životné cykly	154
Využívanie a opúšťanie negativity	159
Povaha súcitu	164
K inému rádu reality	167

DESIATA KAPITOLA: ZMYSEL ODOVZDANIA SA 173

Prijatie prítomnosti	173
Od energie mysle k duchovnej energii	178
Odozdajte sa aj v osobných vzťahoch	180
Premena choroby na osvietenie	183
Keď vás postihne nešťastie	185
Premena utrpenia na pokoj	186
Krížová cesta	189
Moc vybrať si	191

Poznámky 195

Podakovanie 197

O autorovi 199

PREDSLOV AUTORA

Kniha *Sila prítomného okamihu* zohráva aj šesť rokov po prvom vydaní svoju úlohu pri zmene ľudského vedomia. Hoci som mal tú česť stáť pri jej zrode, cítim, že táto kniha získala svoj vlastný život a rozvíja sa ďalej. Dostala sa k miliónom čitateľov na celom svete a mnohí z nich mi napísali, ako im zmenila život. Žiaľ, pre veľké množstvo korešpondencie, ktorá mi prichádza, nie som schopný odpovedať všetkým osobne, ale rád by som využil túto príležitosť a vyjadril úprimnú vďaku všetkým, ktorí mi napísali a podelili sa so mnou o svoje zážitky. Som dojatý a hlboko dotknutý mnohými príbehmi, ktoré mi nedovoľujú pochybovať o tom, že na našej planéte skutočne dochádza k nevídanej zmene vedomia.

V čase, keď vydavateľstvo Namaste Publishing po prvýkrát vydalo knihu vo Vancouvri v roku 1997 v trojtisícovom náklade, nikto nemohol predvídať, aký dopyt po nej nastane. Počas prvého roka na trhu si kniha získavala čitateľov takmer výhradne na základe odporúčaní. V tom období som osobne nosieval vždy niekoľko výtlačkov do malých kníhkupectiev vo Vancouvri, čo ma nesmierne uspokojovalo, lebo som vedel, že každá jedna kniha, ktorú som zanesol do kníhkupectva, má potenciál zmeniť niekomu život. Priatelia mi pomohli s distribúciou knihy do kníhkupectiev s duchovnou literatúrou do vzdialenejších miest: Calgary, Seattlu, Kalifornie, Londýna. Stephen

Gawtry, vedúci kníhkupectva Watkins, najstaršieho metafyzického kníhkupectva v Londýne v Anglicku, mi v tom čase napísal: „Predpovedám tejto knihe veľkú budúcnosť.“ A mal pravdu: v priebehu druhého roka sa *Sila prítomného okamihu* stala „undergroundovým bestsellerom“, ako to neskôr popísal jeden z recenzentov. Keď kniha získala viacero pochvalných recenzií v rôznych časopisoch a denníkoch, jej predajnosť začala stúpať, až nakoniec dosiahla vrchol úspešnosti vďaka odporúčaniu Oprah Winfreyovej, ktorú kniha hlboko zasiahla. Päť rokov po prvom vydaní sa vyšplhala na prvú priečku rebríčka najlepšie predávaných kníh v New York Times a dnes je dostupná v tridsiatich jazykoch. Knihu veľmi dobre prijali a stala sa bestsellerom aj v Indii, v krajine, ktorú mnohí považujú za miesto zrodu ľudského hľadania duchovného osvietenia.

Väčšinu z tisícok listov a e-mailov, ktoré mi prišli z celého sveta, napísali celkom obyčajní muži a ženy, ale sú medzi nimi aj listy od budhistických mníchov a kresťanských mníšok, od ľudí, ktorí sú vo väzení, trpia smrteľnými chorobami alebo bezprostredne čelia smrti. Napísali mi psychoterapeuti, že moju knihu odporučili svojim pacientom alebo niektoré cvičenia z nej zaviedli do praxe. Mnoho z týchto listov a e-mailov vypovedá o zmenšení, či dokonca úplnom vymiznutí utrpenia a vytvárania problémov po prečítaní *Sily prítomného okamihu* a o zavedení učenia knihy do každodenného života. Často sa v nich spomína prekvapujúci a blahodarný dopad na vnútorné uvedomenie si tela a pocit slobody, ktorý vzniká, keď sa človek prestane stotožňovať s osobnou históriou a vlastnou životnou situáciou. Keď sa naučí odpútať od mentálno-emocionálneho odporu voči kvalite prítomného okamihu, nanovo získa vnútorný mier. Mnohí si knihu prečítali viackrát a text podľa nich pri ďalšom čítaní nestratil nič z pôvodnej sviežosti, naopak, transformačná sila knihy sa nielenže nezmenšila, ale dokonca sa zintenzívnila.

Čím zreteľnejšia je vo svete nefunkčnosť ľudskej mysle, môžete si ju ľahko všimnúť pri každodennom sledovaní televíznych správ, tým

väčšie je množstvo ľudí, ktorí si uvedomujú naliehavú potrebu radikálnej zmeny ľudského vedomia, ak ľudstvo nechce zničiť samo seba aj túto planétu. Táto potreba a pripravenosť miliónov ľudí na príchod nového vedomia predstavuje kontext, v ktorom musíme vnímať úspech knihy *Sila prítomného okamihu*.

To samozrejme neznamená, že by kniha mala len pozitívne ohlasy. V mnohých ľuďoch, ako aj vo väčšine politických a ekonomických štruktúr, je staré vedomie ešte stále silno zakotvené. Každý, kto sa plne stotožňuje s hlasom vo svojej hlave – nezastaviteľným prúdom nedobrovoľných myšlienok – nebude schopný pochopiť, o čo v *Sile prítomného okamihu* ide. Niektorí nadšení čitatelia knihu kúpili svojim priateľom alebo známym a boli prekvapení či sklamaní, keď sa obdarovanému knižka zdala nezmyselná a nedokázal sa prehrýzť ani cez prvé stránky. Časopis Time označil túto knihu, ktorá nespočetnému množstvu ľudí na celom svete zmenila život za „nezmyselné táraniny“. Každé učenie, ktoré upozorní na hry ega, musí nutne vyprovokovať reakciu vychádzajúcu z ega, teda odpor a útok.

Napriek istému nepochopeniu a kritike bola kniha na celom svete prijatá nesmierne pozitívne. Som presvedčený, že v nasledujúcich rokoch pritiahne milióny ďalších ľudí, a že *Sila prítomného okamihu* bude aj naďalej živo prispievať k zrodu nového vedomia a osvietenejšieho ľudstva.

Eckhart Tolle

Vancouver, B. C., 19. apríl 2004

ÚVOD

PÔVOD KNIHY

Hoci málokedy premýšľam o minulosti, rád by som vám v krátkosti porozprával, ako som sa stal duchovným učiteľom a ako vznikla táto kniha.

Do svojich trinástich rokov som žil takmer v neustálom strachu, s občasnými obdobiami samovražedných depresí. Dnes mám pocit, akoby som rozprával o dajakom minulom živote alebo o živote niekoho iného.

V jednu noc, krátko po mojich dvadsiatych deviatych narodeninách, som sa nad ránom prebudil s pocitom absolútnej hrôzy. Už predtým som sa mnohokrát zobudil s podobnými pocitmi, ale tento raz to bolo omnoho intenzívnejšie ako kedykoľvek predtým. Nočné ticho, nejasné obrysy nábytku v tmavej miestnosti, vzdialený hluk prechádzajúceho vlaku – to všetko mi pripadalo akési cudzie, nepriateľské a také nezmyselné, že som začal svet hlboko nenávidieť. A zo všetkého najviac som začal nenávidieť svoju vlastnú existenciu. Načo ďalej žiť s týmto bremenom utrpenia? Načo pokračovať v tomto

nekonečnom zápase? Cítil som, že hlboká túžba po zničení, po neexistencii začína prevažovať nad inštinktívnou túžbou po živote.

„Už sám so sebou ďalej nemôžem žiť.“ Táto myšlienka mi stále dokola vírila v hlave. Potom mi odrazu napadlo, aká je tá myšlienka zvláštna. Som jeden alebo dvaja? Keď nemôžem žiť sám so sebou, musíme byť dvaja: ja a moje druhé ja, s ktorým nemôžem žiť. „Možno je len jedno z nich skutočné“, pomyslel som si.

Toto zvláštne uvedomenie ma natoľko ohromilo, že sa mi zastavila myseľ. Bol som pri plnom vedomí, ale nemal som nijaké myšlienky. Cítil som, že ma vtahuje akýsi vír energie. Spočiatku sa pohyboval pomaly a potom zrýchlil. Zmocnil sa ma intenzívny pocit strachu a začal som sa triasť. Akoby som vo vnútri v hrudi počul slová: „Ničomu neodporuj“. Cítil som, že ma čosi vtahuje do prázdna. Tušil som však, že to prázdno je skôr v mojom vnútri ako vonku. A odrazu som už strach nemal a vydal som sa do prázdnoty. Čo sa stalo potom, si nepamätám.

Ráno ma prebudilo štebotanie vtáka za oknom. Nikdy predtým som podobný zvuk nepočul. Oči som mal stále zavreté a v duchu som videl obraz vzácného diamantu. Áno, ak by diamant vedel vydávať zvuk, znel by takto. Otvoril som oči a videl som, ako prvé záblesky úsvitu presvitajú cez závesy. Bez toho, aby som nad tým premýšľal, som zrazu pochopil, že svetlo je niečím viac, ako si uvedomujeme. Táto jemná žiara, presvitajúca cez závesy, bola láska. Do očí mi vbehli slzy. Vstal som a prešiel som sa po miestnosti. Izbu som spoznával, a pritom som vedel, že som ju nikdy predtým poriadne nevidel. Všetko bolo svieže a čisté, akoby práve zrodené. Bral som do rúk veci, ceruzku, prázdnu fľašu a obdivoval som ich krásu a živosť. V ten deň som sa v nemom úžase nad zázrakom života na zemi prechádzal po meste tak, akoby som sa práve narodil.

Počas nasledujúcich piatich mesiacov som žil v stave nepretržitého hlbokého pokoja a blaženosti. Neskôr tento pocit trochu zoslabol, alebo sa mi to možno len zdalo, pretože sa stal mojím prirodzeným stavom. Bol som schopný normálne fungovať, hoci som si uvedomoval, že čokoľvek urobím, nemôžem už nič pridať k tomu, čo mám.

Samozrejme, vedel som, že sa so mnou udialo niečo mimoriadne významné, ale vôbec som tomu nerozumel. Až o niekoľko rokov neskôr, po prečítaní množstva duchovných kníh a čase strávenom v spoločnosti duchovných učiteľov som si uvedomil, že to, čo každý hľadá, som už našiel. Pochopil som, že nesmierne utrpenie tej noci prinútilo moje vedomie, aby sa prestalo stotožňovať s mojím nešťastným a bojzlivým ja, ktoré bolo iba výplodom mojej mysle. Toto odpútanie bolo natoľko dokonalé, že moje falošné, trpiace ja okamžite splaslo, ako keď vyfúknete nafukovaciu loptu. Zostala mi len moja pravá prirodzenosť, moje večne prítomné ja: vedomie v čistom stave pred stotožnením sa s formou. Neskôr som sa naučil vstupovať do tohto nadčasového a nesmrteľného pásma, ktoré som zo začiatku vnímal ako prázdnotu a zachovať si pritom plné vedomie. Prežíval som stavy takej neopísateľnej blaženosti a posvätnosti, že v porovnaní s nimi vybledla aj moja prvá skúsenosť, ktorú som práve opísal. Odrazu mi na fyzickej úrovni nič nezostalo. Nemal som vzťah, prácu, domov, nijakú sociálne definovanú identitu. Takmer dva roky som strávil vyesedávaním na lavičkách v parkoch s pocitom tej najintenzívnejšej radosti.

Ani tie najkrajšie zážitky však netrvajú večne. Dôležitejšie je to, že hlboký pokoj ma už nikdy neopustil. Niekedy je veľmi silný, takmer hmatateľný a cítia ho aj ostatní. Inokedy je v úzadí, ako vzdialená melódia.

Neskôr začali za mnou chodiť ľudia a hovorili: „Chcel by som mať to, čo máš ty. Môžeš mi to dať alebo mi ukázať, ako to získať?“ A ja som odpovedal: „Už to máš, len si to neuvedomuješ, lebo tvoja myseľ

je príliš hlučná.“ Z tejto odpovede postupne vyrástla kniha, ktorú držíte v rukách.

Kým som si to stihol uvedomiť, znova som nadobudol vonkajšiu identitu. Stal som sa duchovným učiteľom.

P R A V D A J E V O V A Š O M V N Ú T R I

V tejto knihe opisujem, pokiaľ sa to dá slovami opísať, podstatu mojej práce s jednotlivcami a skupinami v Európe a Severnej Amerike za posledných desať rokov. S hlbokou láskou a vďačnosťou by som rád poďakoval týmto výnimočným ľuďom za ich odvahu, vôľu podstúpiť vnútornú zmenu, ich podnetné otázky a pripravenosť počúvať. Bez nich by táto kniha nikdy nevznikla. Sú súčasťou ešte stále málopočetnej, ale neustále rastúcej skupiny duchovných priekopníkov: ľudí, ktorí sa približujú k bodu, kedy budú môcť prekročiť hranice zdedených kolektívnych spôsobov myslenia, ktoré veky udržujú ľudí v područí utrpenia.

Verím, že táto kniha si nájde cestu k všetkým tým, ktorí sú pripravení na radikálnu vnútornú premenu a pomôže im ju uskutočniť. Dúfam, že sa dostane aj k mnohým iným, pre ktorých bude zaujímavá aj napriek tomu, že nebudú pripravení žiť podľa nej. Možno semienko zasiaté pri prečítaní tejto knihy sa znova objaví o niečo neskôr, spolu zo zrnkom osvietenia, ktoré má v sebe každý človek a odrazu v nich vyklíči a ožije.

Dnešná podoba tejto knihy vznikala často spontánne, na základe otázok účastníkov seminárov, meditácií, a počas súkromných konzultácií, preto som sa rozhodol zachovať v nej formu otázok a odpovedí. Niektoré otázky a odpovede som prepísal takmer doslovne. Iné sú všeobecnejšie, sformuloval som ich ja, spojením často klade-

ných otázok istého typu do jednej, a potom som vyabstrahoval jednu z rôznych odpovedí. Niekedy mi pri písaní napadla úplne iná odpoveď, ktorá bola hlbšia a obsahovala viac vhľadu než čokoľvek, čo som povedal predtým. Niektoré otázky na lepšie objasnenie istých bodov doplnil vydavateľ.

Zistíte, že od prvej až po poslednú stranu sa dialóg pohybuje v dvoch rovinách.

V jednej rovine vás upozorňujem na to, čo je vo vás *falošné*. Hovorím o povahe ľudského nevedomia a nefunkčnosti, a ich najbežnejších prejavoch v ľudskom správaní, od konfliktov vo vzťahoch až po vojnové konflikty medzi kmeňmi a národmi. Je to veľmi dôležité, pretože pokiaľ sa nenaučíte vidieť svoje falošné ja ako falošné, a nie ako seba – nemôže dôjsť k žiadnej trvalej premene a vždy vás to nakoniec stiahne späť k ilúziám a určitej forme bolesti. Na tejto úrovni vám tiež vysvetlím, ako nevytvárať svoje ja z toho, čo je vo vás falošné, pretože tak sa vaše falošné ja udržuje pri živote.

V druhej rovine hovorím o hlbokej transformácii ľudského vedomia – nie ako o vzdalenej možnosti, ale o niečom, čo je dostupné práve teraz – bez ohľadu na to, kto ste a kde sa nachádzate. Ukážem vám, ako sa oslobodiť od otroctva mysle, ako vstúpiť do tohto osvieteného stavu vedomia a udržať si ho v každodennom živote.

Na tejto úrovni vám neposkytujem nijaké konkrétne informácie, ale chcem vás počas čítania vtiahnuť do tohto nového vedomia. Stále znova sa vás pokúšam vziať so sebou do nadčasového stavu intenzívnej vedomej prítomnosti v prítomnom momente, aby som vám priblížil chuť osvietenia. Pokiaľ nebudete schopní prežívať to, o čom hovorím, budete mať pocit, že dané pasáže sa opakujú. Akonáhle sa vám to však podarí, uvedomíte si, že je v nich obsiahnutá veľká duchovná sila a môžu sa pre vás stať najprospernejšími pasážami knihy. Každý človek v sebe nosí semienko osvietenia, a preto často

oslovujem vo vás to, čo vie a nie to, čo myslí, teda vaše hlbšie ja, ktoré okamžite rozpozná duchovnú pravdu, ktorá s ním súznie a z ktorej čerpá silu.

Symbol ∫ za niektorými pasážami znamená, že by ste mali na chvíľku prestať čítať, upokojiť sa a precítiť pravdu toho, čo bolo práve povedané. Možno to isté spontánne urobíte aj pri iných pasážach textu.

Význam niektorých slov ako *bytie* či *prítomnosť* vám spočiatku nemusí byť úplne jasný. Jednoducho pokračujte v čítaní. Možno vám počas čítania zídu na um námietky alebo otázky. Odpoveď na ne pravdepodobne dostanete ďalej v knihe, alebo keď preniknete hlbšie k jadrú učenia a k sebe samým. Vtedy zistíte, že boli nepodstatné.

Nečítajte iba myslou. Všímajte si svoje citové reakcie a pocit hlbokého pochopenia vo svojom vnútri. Neprezradím vám nijakú duchovnú pravdu, ktorú by ste už hlboko vo vnútri nevedeli. Môžem vám len pripomenúť to, na čo ste zabudli. Živé poznanie – prastaré, a predsa vždy nové – sa vďaka tomu aktivuje v každej bunke vášho tela.

Mysel chce stále kategorizovať a porovnávať, ale táto kniha vám prinesie viac, ak nebudete porovnávať terminológiu, ktorá je v nej použitá, s inými učeniami, to by vo vás pravdepodobne vyvolalo len zmätok. Slová ako *mysel*, *šťastie* a *vedomie* používam spôsobom, ktorý sa nemusí nutne zhodovať s inými učeniami. Nelipnite na jednotlivých výrazoch. Sú to iba kamene, po ktorých môžeme prejsť po ceste a rýchlo ich nechávame za sebou.

Keď občas citujem Ježišove alebo Budhove slová, či slová iných učencov, nerobím tak preto, aby som porovnával. Chcem upriamiť pozornosť na to, že v *podstate* existuje, a vždy existovalo len jedno duchovné učenie, hoci prichádza v mnohých podobách. Najmä v starých náboženstvách sú niektoré z týchto podôb natoľko prekryté nepodstatnými informáciami, že duchovná podstata v nich je

takmer úplne skrytá. Preto v nich často nemožno rozpoznať hlbší význam a vytratila sa aj ich transformačná sila. Staré náboženstvá a iné učenia cítujem preto, že chcem odhaliť ich hlbší zmysel, a tým obnoviť ich transformačnú schopnosť – hlavne pre čitateľov, ktorí patria medzi nasledovníkov týchto náboženstiev a učení. Hovorím im: pre pravdu nemusíte ísť inam. Ukážem vám, ako vojsť hlbšie do toho, čo už máte.

Väčšinou som sa však pokúšal používať neutrálnu terminológiu, aby som zasiahol čo najviac ľudí. Táto kniha sa dá považovať za preformulovanie jediného nadčasového duchovného učenia, podstaty všetkých náboženstiev. Nevychádza z vonkajších zdrojov, ale z jediného pravého vnútorného zdroja, preto neobsahuje nijakú teóriu ani špekulácie. Vychádzam z vlastnej vnútornej skúsenosti a ak sa niekedy vyjadrujem príliš energicky, je to preto, aby som prerazil cez hrubú vrstvu vášho mentálneho odporu a priblížil sa k tomu miestu vo vás, ktoré už teraz *vie*, rovnako ako viem ja, a ktoré spozná pravdu, keď ju začuje. V takej chvíli pocítite vytrženie, silnú prítomnosť života a niečo vo vás povie: “Áno. Viem, že toto je pravda.”