

Osnovna slika ljudskog života je osujećenje — ono baca senku na naš rad i našu dokolicu. Iako naš život može izgledati srećan na površini, u pozadini se provlači osećanje dubokog nezadovoljstva i neispunjenosti, kome ne možemo uvek jasno odrediti uzrok. Međutim, ako razmislimo, uvidećemo da ovo osećanje potiče od spoznaje da ne koristimo život onako produktivno kako bismo mogli. Tako lako odlazemo da uradimo ono što znamo da je važno, pa čak i prepuno smisla u našem životu. Ali čekanje budućnosti je kao čekanje autobusa koji nikada ne dolazi. Ukoliko uskoro ne počnemo da radimo ono što doživljavamo kao važno, nikuda nećemo stići. Preduzimanje akcije, međutim, nije lak zadatak, jer podrazumeva da prihvatimo odgovornost za sopstveni život i naučimo da se pošteno odnosimo prema sebi, onako kako *nismo* navikli.

Postepeno uviđamo da nema mira ni zadovoljstva, niti ičeg poželjnog u načinu na koji smo živeli, i da je naše iskustvo uvek nekako zamrljano brigom, osećanjem krivice ili strepnjom. Kada ovo shvatimo, vidimo da nema druge alternative nego da postanemo prosvetljeni, da se oslobodimo *samsare*. Ne možemo se vratiti neznanju.

Ljudsko postojanje je dragoceno — tek kada se oslobodimo svojih automatskih reagovanja, shvatamo njegove neograničene mogućnosti. Potrebno je samo da pronađemo tiho mesto u sebi, koje leži van domašaja navika, da dođemo u dodir sa svojom stvarnom prirodom i zatim negujemo njen rast. To činimo tako što se učimo iskrenosti prema sebi. Mada se ovo raskidanje sa starim navikama ne dešava u jednom danu, ono će doći kada naučimo da iz trenutka u trenutak održavamo ravnotežu u svom životu.

Istinsko zadovoljenje može se naći samo unutar našeg srca, u kome borave smirenost i tanana, zanosna lepota. Tu, ujedinjujući svoje telo, um i čula, možemo da uspostavimo unutrašnju ravnotežu i harmoniju. Ta unutrašnja ravnoteža ostaje tada u nama, ma šta radili.

Kada ujutro ustanete, pomislite na sve mogućnosti koje čekaju na vas. Budite svesni i spremni. Kada otvorite oči, trebalo bi da ste spremni na sve. Svaki minut je izazov, jer uvek možete nešto da naučite... Ako se pojave bol, zbunjenost ili žalost, shvatite da čak i takvi problemi mogu biti od koristi, kao prijatelji koji sa vama razgovaraju i peckaju vas. Upamtite da se, ukoliko niste u igri, nećete ni bavljati.

Mi pokušavamo da ovladamo svojim problemima. Kada na njih ne reagujemo, oni gube stvarnost; oni su prepreke samo ukoliko ih mi