

Från Basile Catoméris

Brev till en indisk chela

Käre K.

Efter en lång period återuppstår du ur den djupa tystnaden.

Hur mår Du nu för tiden? Har Du fått bukt med rökvanan som Du så tappert lyckades besegra? Är du helt fri eller dyker behovet upp då och då?

Du besitter utan tvekan en viss potential men kvar finns ännu vissa hämmande faktorer från din ungdomstid. Det är därför viktigt att du snarast bli av med dem och ser till att öka ditt självförtroende-kapital ...

Var aldrig rädd för att tappa ansiktet på grund av tidigare misstag. Och inte heller för de framtida. Ingen kan undgå misstag - inte ens stora män.

I själva verket är det ofta genom misstag som vi vinner nya insikter och värdefull livserfarenhet. Gör dig kvitt trångsyntheten och de *adharmiska* attityder som tyvärr råder i Din omgivning. Att leva under blygsamma förhållanden ska inte hindra Dig från att odla höga tankar. Om Du inte vill missa alla tillfällen som ges för att realisera det bästa i Ditt liv, bör Du undvika att anamma de fördomsfulla inställningar som döljs under "traditionens" täckmantel.

Vad som egentligen räknas är inte de tillfälliga resultat Dina ansträngningar leder till, inte heller vad andra tycker om Ditt beteende. Nej, långt viktigare är att vara förvissad om att det Du känner i Ditt innersta är rätt. Med "rätt" menar jag här vad som faktiskt är *dharmiskt* dvs det som är rätt för Dig och Dina kära, rätt för Dig som ansvarsfullt familjöverhuvud med ett nyligen välkomnat nyfött barn.

Fall inte i Tamas bekvämlighetsfälla. Att kamp är förutsättningen för överlevnad är en grundläggande självklarhet. Men Dina ansträngningar bör föra Dig längre än det första steget från A till B!

Kom ihåg Krishnas inspirerande ord i hans definition av Yoga i Bhagavad Gita: "Yoga är effektivitet i handling!"

Detta får mig att ta upp en mycket viktig faktor i våra liv - sinnets renhet.

Du är född i en respekterad familj i ett land där andligheten frodas, i hjärtats land Bharata, som borde inspirera Dig, bara Du kan återupptäcka dess heliga skatter.

En av de viktigaste av dessa skatter är Själv-förverkligande, mest effektivt genom-förbar genom *yogasadhana*.

Även om Du inte avser att hitta en kompetent lärare eller delta i Yoga-kurser, kan Du ändå avsätta lite tid till vissa övningar såsom *dharana* (mental koncentration) bön, *puja* eller andra andliga övningar. Självklart gäller detta råd endast om Du inte betvivlar Guds existens!

Avslutningsvis några ord på vägen, kära K.

Var vänlig mot andra

Odlasjälvdisciplin och självförtroende

Var stark om Du vill lyckas i livet

Var öppen och sårbar för att kunna upptäcka kärleken

Upptäck vem du är!

Gud välsigne Dig,

Basile