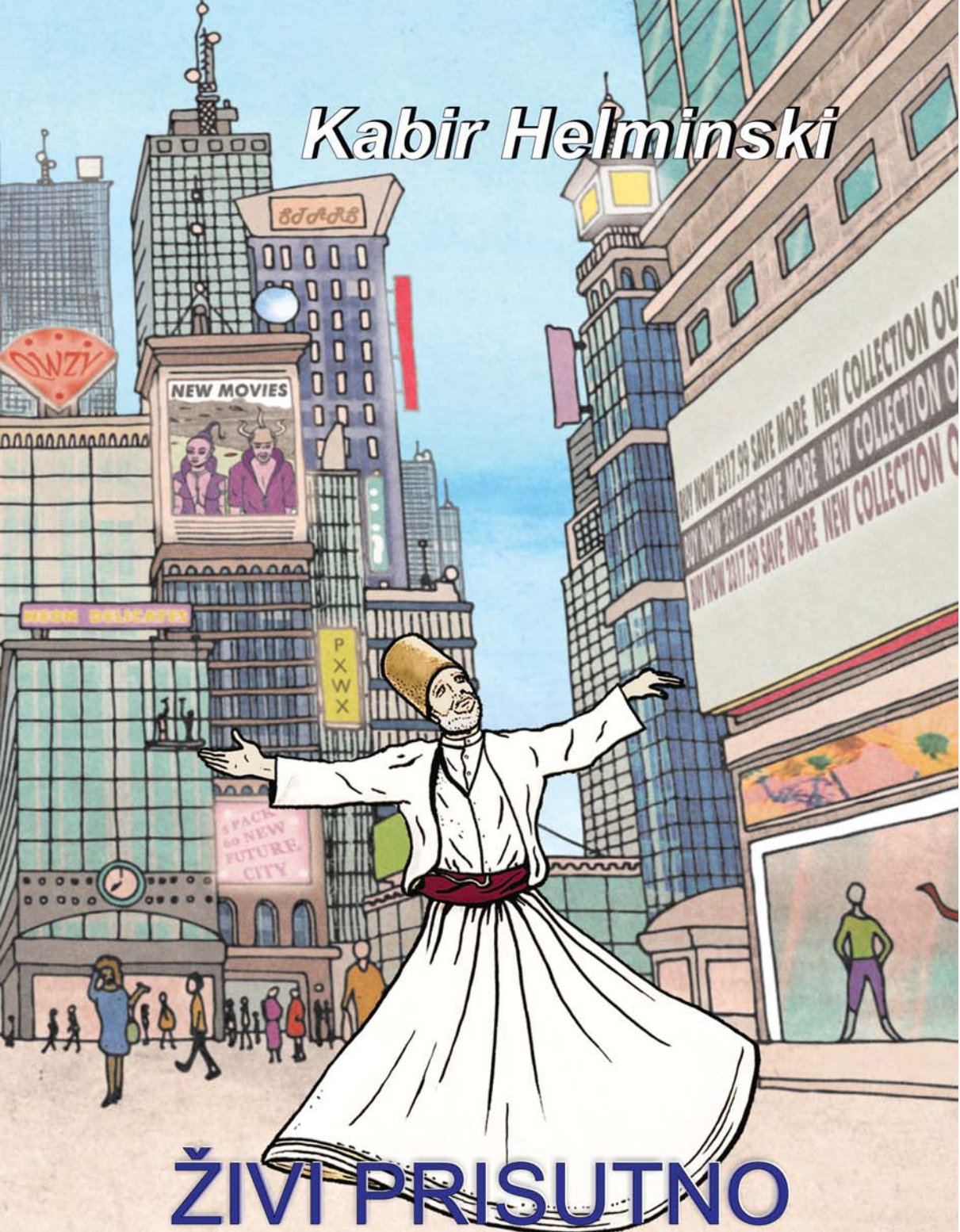


Kabir Helminski



ŽIVI PRISUTNO
Sufijski put do budnog srca

© TPO FONDACIJA - Sarajevo

Kabir Edmund Helminski

**ŽIVI PRISUTNO: SUFIJSKI PUT DO
BUDNOG SRCA**

© TPO FONDACIJA - Sarajevo

Sarajevo, 2018.

Naziv originala: Living Presence: Sufi Path to Mindfulness

Prevod: Živi prisutno: sufijski put do budnog srca

Autor: Kabir Edmund Helminski

Izdavač: TPO Fondacija

Prevoditeljica: Dželila Šiljak

Recenzenti:

prof.dr. Rešid Hafizović
mr.sci. Amra Delić

Lektura i korektura: Ifeta Palić

DTP: Emir Šiljak

Ilustracija naslovnice: Neven Misaljević

Štamparija: Blicdruk Sarajevo

Tiraž: 500 primjeraka

Sarajevo, 2018.

CIP - Katalogizacija u publikaciji
Nacionalna i univerzitetska biblioteka Bosne i Hercegovine, Sarajevo
141.336

HELMINSKI, Kabir Edmund

Živi prisutno: sufijski put do budnog srca

/ Kabir Edmund Helminski ; [prevoditeljica Dželila Šiljak]. - Sarajevo :
TPO Fondacija, 2018. - VIII, 186 str. ; 24 cm
Prijevod djela: Living Presence. - Bilješke uz tekst.

ISBN 978-9926-422-15-8

COBISS.BH-ID 26781702

SADRŽAJ

UVOD.....	V
Prisutnost.....	V
EPIGRAF	VIII
PRVO POGLAVLJE	1
Grad odvojenosti.....	1
DRUGO POGLAVLJE.....	5
Rad na duši, reflektiranje Duha	5
TREĆE POGLAVLJE	11
Sebstvo, srce i duša	11
ČETVRTO POGLAVLJE	17
Kreativna energija i ljudski kapaciteti.....	17
PETO POGLAVLJE	23
Balansiranje vanjskog i unutrašnjeg	23
Balansiranje sebstva i nesebičnosti	26
ŠESTO POGLAVLJE	29
Moć Bitka	29
SEDMO POGLAVLJE.....	33
Dobrovoljna pažnja	33
Slobodna pažnja	35
OSMO POGLAVLJE.....	39
Meditacija: usavršavanje pažnje.....	39
Jednostavan pristup meditaciji.....	42

DEVETO POGLAVLJE.....	45
Tiranija lažnog sebstva	45
Lažno sebstvo.....	48
Objektivno posmatranje	49
Transformacija putem ljubavi.....	50
Zajednica bez ega.....	51
DESETO POGLAVLJE	55
Briga o duši	55
Neprijatelji duše	56
Svakodnevno održavanje duše.....	58
JEDANAESTO POGLAVLJE	61
Savjest.....	61
DVANAESTO POGLAVLJE	65
Esencijalno Sebstvo	65
TRINAESTO POGLAVLJE	71
Priateljstvo s egom.....	71
ČETRANAESTO POGLAVLJE	75
Poliranje ogledala srca.....	75
PETNAESTO POGLAVLJE	81
Slušanje svog unutrašnjeg svijeta	81
ŠESNAESTO POGLAVLJE	85
Ples ličnosti	85
SEDAMNAESTO POGLAVLJE.....	91
Sakupljanje fragmenata sebstva	91
Fragmentacija	91
Šta to možeš učiniti s voljom što ne možeš bez nje?	92
Sabranost.....	93
Cijepanje drva	95

OSAMNAESTO POGLAVLJE	97
Misterije tijela.....	97
Usavršavanje nervnog sistema.....	100
DEVETNAESTO POGLAVLJE	103
Vjera i milost.....	103
Milost	106
DVADESETO POGLAVLJE	109
Alhemija nastojanja.....	109
Bitak i nagon	111
DVADESET I PRVO POGLAVLJE	113
Cilj i samospoznaja	113
Rad na slabostima	115
Rad na buđenju.....	115
Rad na ravnoteži	116
Odluka	116
DVADESET I DRUGO POGLAVLJE	117
Oslobađanje od straha	117
DVADESET I TREĆE POGLAVLJE	123
Patnja: imaginarna i stvarna	123
DVADESET I ČETVRTO POGLAVLJE	127
Prevladavanje egocentričnosti.....	127
DVADESET I PETO POGLAVLJE	131
Umri prije smrti	131
DVADESET I ŠESTO POGLAVLJE.....	135
Sloboda duše.....	135

DVADESET I SEDMO POGLAVLJE.....	139
Ono što volimo, to ćemo i postati	139
Razlučivanje.....	140
Aktivna kontemplacija.....	141
DVADESET I OSMO POGLAVLJE.....	145
Ljubav prema Onome koji transformira.....	145
Stvaralačka sila	145
Sila koja ujedinjuje	146
Transformirajuća sila	148
DVADESET I DEVETO POGLAVLJE	151
Religija Ljubavi	151
TRIDESETO POGLAVLJE	155
Štovanje Boga: kontakt s beskonačnošću	155
TRIDESET I PRVO POGLAVLJE	159
Usavršavanje psihe	159
Nivoi ljudskog uma	160
Aktivacija podsvjesnih sposobnosti	161
Unutar zaštitničke milosti ljubavi	164
Rastvaranje	165
TRIDESET I DRUGO POGLAVLJE	167
Služenje u Božijoj blizini	167
Bez uvjetovanosti	169
TRIDESET I TREĆE POGLAVLJE.....	171
Šta sufizam jeste	171
Recenzija rukopisa	175
Biografija autora.....	179
Napomena prevoditeljice	181

UVOD

Prisutnost

Praksa prisutnosti poziva nas na svjestan odnos s Bogom. Vjera, pravedno postupanje, etika i socijalna pravda utemeljeni su na stanju u kojem se ljudsko biće *sjeća* Boga. Štaviše, sposobnost sjećanja na Boga povezana je sa sposobnošću za budnost, za življenje u trenutku. Djelovanje s namjerom (*niyah*), s duhovnim razmišljanjem (*tefekkur*), samosvjesnošću (*taqwa*) i dobroćinstvom (*ihsan*) podrazumijeva stanje svjesnog prisustva.

Ova je tema utkana u sve velike spiritualne tradicije. Ima mnogo imena, kao što su: buđenje, sjećanje, *mindfulness*, *zikir*, a istovremeno je neizreciva. Ovakvo budno stanje svijesti otvara nas ka strahopoštovanju i čuđenju. Ono dodaje nove dimenzije ovozemaljskom bitku. Iza uskog dijela svijesti koji se konvencionalno prihvata kao puno stanje svijesti stoji sposobnost, koja je glavni ključ za otključavanje našeg latentnog ljudskog potencijala.

Ovakvo stanje svijesti može se naći u svim spiritualnim tradicijama, gdje god postoji istinska pobožnost, svjesnost o svetom. U skladu s tim, može se reći da islam čitav ljudski život smatra svetim. Veliki broj islamskih praksi može se razumjeti kao način da se zahtijeva i razvija prisutnost: pranje prije molitve (*abdest* ili *wudu*), ritualna molitva (*salat*), lijepo ponašanje u odnosima s drugim ljudima (*adab*). Za svoje ćemo potrebe sve ovo obuhvatiti terminom **prisutnost**.

Prisutnost znači *svjesno biti tu i sad*. Ona aktivira viši nivo svjesnosti, koji dozvoljava svim našim drugim ljudskim funkcijama, kao što su misli, osjećanja i djelovanje, da budu poznate, razvijene i usklađene. Prisutnost je način na koji zauzimamo prostor, kao i način na koji se krećemo. Ona oblikuje našu sliku sebe i naše emocionalno stanje. Određuje mjeru u kojoj smo budni, otvoreni i topli. Od prisutnosti zavisi curi li naša energija i rasipa li se, ili je mi utjelovljujemo i usmjeravamo.

Prisutnost je ljudska samosvjesnost, koja je krajnji rezultat evolucije života na ovoj planeti. Ljudska prisutnost se ne razlikuje samo kvantitativno od drugih oblika života; čovječanstvo predstavlja jedan novi oblik života, u kojem je koncentracija spiritualne energije dovoljno velika da proizvede slobodnu volju.

S voljom, odnosno moći svjesnog izbora, ljudska bića mogu formulirati namjere, nadilaze svoje instinkte i žudnje, obrazuju se i bivaju namjesnici prirodnog svijeta. Nažalost, ljudi također mogu koristiti ovu moć da eksploatiraju prirodu i tiraniziraju druga ljudska bića. Ova snaga volje, koja nas s jedne strane može povezati sa svjesnim skladom, također nas može odvesti u pravcu odvajanja od tog istog sklada.

GOVORIO SAM O PRISUTNOSTI kao o ljudskom atributu, podrazumijevajući da je to zapravo Božija prisutnost koja se odražava kroz ljudsko biće. Možemo naučiti kako hotimično aktivirati ovu prisutnost. Kad je jednom aktiviramo, ona se može pronaći unutar i izvan nas. Kako otkrivamo da se ona proteže van granica onoga što smo mislili da mi zapravo jesmo tako se oslobađamo odvojenosti i dualnosti. Možemo onda govoriti o postojanju *unutar* prisutnosti.

Mnogi ljudi danas žive u pluralističkom, postmodernom, postreligijskom dobu. Mali broj ljudi nalazi sigurnost u vjeri (*iman*). Živimo u vremenu kad su narativi, sistemi uvjerenja i mitologije prošlih stoljeća izgubili svoj kredibilitet, iako su nam svima pristupačniji više nego ikad u ljudskoj historiji. Danas na njih gledamo kao na relativne, umjesto apsolutne, istine. Margine kultura postale su porozne; parohijalizam nestaje, ali još uvijek nemamo zajednički duhovni rječnik. Ipak, svijet se kreće ka ekonomskoj, psihološkoj i spiritualnoj konvergenciji koja je bez presedana. Ima nas toliko mnogo, a dijelimo ograničen prostor. Komunikacija postaje univerzalna i trenutna. Čovječanstvu je više nego ikad potrebna spiritualna svjesnost kao protuteža ovoj eksploziji tehnologije i komunikacije. Potrebne su nam plemenitost i odgovornost, koje su dio ljudskosti, kao što nam je potrebna svjesnost o jedinstvu cjelokupnog života; bez toga ćemo se predati nesvjesnim silama koje će nas odvući u ponor. Možda nam je više nego ikad potreban način da aktiviramo i razvijemo svoju latentnu ljudskost kao protutežu silama koje joj prijete, a te sile su dosad neviđena sredstva za zadovoljavanje naših žudnji i prevlađujuće neznanje o značenju i svrsi života.

Ali ne trebamo biti pesimistični. Sufizam, koji se u ovoj knjizi odnosi na unutrašnje, esencijalno razumijevanje islama kao sistema za spiritualni trening, izraz je Sile Stvaranja u srži života i može nam služiti kao vodič kroz ova vremena puna izazova.

ŽELIM DA na najpraktičniji način podijelim neka od iskustava, razmišljanja i znanja koja su očuvana u tradicionalnoj mudrosti islama. Vrijeme je da ove ideje uđu u sama srca modernih ljudskih bića. Pošto su te ideje predstavljene upotrebom modernih termina, možda će uspjeti proći kroz zidove otpora i uvjetovanosti koje su podigle savremene okolnosti.

Dugujem puno svojim učiteljima, koji su sa mnom velikodušno podijelili svoje znanje i svoju prisutnost. U ovoj knjizi govorim o različitim učiteljima uvijek koristeći izraz "moj učitelj" jer želim naglasiti njihovu funkcionalnu ulogu umjesto njihovog biografskog identiteta.

Razni ljudi unutar široke tradicije ljubavi i prisutnosti dali su mi ono što sam mogao primiti i što su oni mogli ponuditi. Bez ove živuće povezanosti sa svojim učiteljima ne bih počeo razumijevati učenja koja je čovječanstvu ostavila njihova tradicija. Moj dug spiritualnoj historiji islama podrazumijeva se u svemu što ću reći u ovoj knjizi.

Većinu svog zrelog doba bio sam zaokupljen istraživanjem mnogobrojnih spiritualnih psihologija i praksi. Dok sam išao tom stazom, također sam istraživao neke sporedne puteve kao i neke slijepe ulice. Više od četrdeset godina učestvujem u eksperimentu kojem je cilj da primijeni tradicionalnu mudrost Istoka i Bliskog Istoka u savremenom zapadnom društvu. Moje vlastito iskustvo dokazalo mi je da je prakticiranje prisustva esencijalno da bi se živjelo potpunim ljudskim životom ovdje i sad, kao i da bi se spoznale one odlike koje se ovdje opisuju kao "duhovne".

Prisutnost je poput propusnice u viši oblik života. Ona je naša poveznica s uzvišenim Bitkom, kojem pripadamo, ali koji često biva zatrpan ovozemaljskim brigama, tjelesnim željama, emocionalnim nemirima i mentalnim distrakcijama. Kroz znanje, praksu i razumijevanje prisutnost se može probuditi. Nakon nekog vremena ona će stalno biti uz nas: u govoru, kretanju, razmišljanju ili osjećanju. Buđenje prisutnosti je najpouzdaniji i najdirektniji način kultiviranja naših esencijalnih ljudskih odlika, aktiviranja svega što nam je potrebno da se suočimo sa svojim životnim okolnostima. Prisutnost je tačka susreta između svijeta osjetila i svijeta Duha. Neka nam bude dato da nikad ne prestanemo otkrivati ljepotu i moć prisutnosti.

Namjera ove knjige jeste da ponudi neke ideje koje kako transformiraju tako i nose svoju vlastitu energiju. Ipak, neophodno je primijeniti i živjeti ova učenja. Primjenu ovih ideja mora otkriti sam čitalac ili čitateljka, inače neće postojati praktična, transformirajuća veza između njega ili nje i ovog znanja. U stranicama koje slijede ponudio sam neke sugestije kako bi se ove ideje mogle prakticirati unutar okvira formalnih praksi vaše vlastite religije, vašeg pogleda na svijet i vašeg svakodnevnog života. Nije mi bila namjera da se one uzmu kao konačne ili potpune. Da biste učinili ove ideje svojim, trebate biti prijemčivi za njihovu snagu i aktivni kad se radi o njihovoj primjeni na vaš vlastiti život.

Pokušao sam postići određeni nivo jasnoće i konzistencije jezika na temu nečega što mu može izmicati. Izvinjavam se za bilo koju konfuziju ili druge nedostatke koje možda nađete.

Kabir Helminski, 2013.



EPIGRAF

Učitelj je rekao: "Postoji jedna stvar na ovom svijetu koja se nikad ne smije zaboraviti. Kad bi zaboravio sve drugo, ali ne i to, ne bi imao razloga za brigu; s druge strane, kad bi izvršavao sve i sjetio se svega, ali zaboravio tu jednu jedinu stvar, onda ne bi ustvari postigao ništa. To je kao kad bi te kralj poslao u drugu zemlju da obaviš neki određeni zadatak. Kad bi otišao i izvršio stotinu drugih zadataka, ali propustio da izvršiš onaj zadatak zbog kojeg si tamo poslan, bilo bi to isto kao da nisi ništa ni napravio. Tako čovjek dolazi na ovaj svijet s jednim određenim zadatkom koji je njegova svrha; ako ga ne obavi, onda nije učinio ništa."

*Rumijevi diskursi
(Na engleski preveo A. J. Arberry.)*

DVADESET I DEVETO POGLAVLJE

Religija Ljubavi

*Bog nam je Bitak bez razloga dao
I bez razloga ga ponovo sebi uzeo
Sebe prokockati je iznad svake religioznosti
Religiozni traže milost i spasenje
Ali oni koji i to prokockaju su Božiji miljenici
Jer oni niti Boga testiraju
Niti na vrata dobitka i gubitka kucaju*

RUMI, MESNEVIJA IV: 1971–74.

MEVLANA DŽELALUDIN RUMI rekao je: “Nema religije poput religije Ljubavi” (MESNEVIJA II: 1770). On se nije zalagao za novu religiju, jer je bio zadovoljan prakticiranjem islama i koristio ga je kao svoju referentnu tačku. Možda nas je upućivao na buđenje božanske Ljubavi, koja nadilazi sve vanjske oblike religije, zato što je ona upravo esencija religije. Ali zašto nema religije poput nje? Da li je u religiji, onakvoj kakva se obično prakticira, nešto izostavljeno?

Rumi mora da je imao nešto veoma izuzetno na umu kad je na tako radikalan način izrazio ovu ideju. Možda je osjećao potrebu da nas podsjeti na to da religija i religijski rituali imaju tendenciju da se pretvore u nešto što ne liči puno na impulse koji su originalno stajali iza njih, da se duboke spoznaje poslanika umnogome razlikuju od svećeničkih ustanova koje svojataju poruke tog poslanika.

Religija Ljubavi nema neku specifičnu vanjsku pojavu niti prati neke zakone, ali mogu je prepoznati, bez obzira na njenu pojavu, ljudi koji imaju “osjećaj” za nju. Ona nije ništa drugo do Isusov “Novi savez”. Muhammed, a.s., je također donio sa sobom religiju Ljubavi, i ona se prenijela kroz njegove najbliskije ashabe, Ebu Bekra i Alija, da bi se na kraju pojavila u obliku sufizma. A u petnaestom stoljeću u Indiji Kabir je predstavio religiju Ljubavi potpuno nezavisnu od svih ortodoksnih oblika religije:

*Naš gost je unutar tebe i unutar mene;
Znaš da se klica u sjemenu krije
Svi se mučimo a niko napretka nema
Pusti se arogancije i pogledaj unutar sebe
U univerzum sav jedna je ljubav utkana...
Ko je razumom traži, uspjeha nema
Arogancija razuma nas od ljubavi odvaja
Sama riječ "razum" te daleko udaljava*

U Španiji imamo Juana de la Cruza, koji je gorio vatrom božanske Ljubavi: "Na kraju života Bog nam neće suditi po našem ovozemaljskom imetku i ljudskim uspjesima nego po kvalitetu naše ljubavi."

Za religiju ljubavi je fundamentalan duh emancipacije, jer nas duhovna ljubav oslobađa od grubosti i neobazrivosti egoizma. Oni koji nauče voljeti na ovaj način neće biti podložni iskušenjima, ekscesima i prijestupima, drugim riječima, svemu zbog čega je religijski zakon stvoren da bi nas zaštitio od griješenja. Ako naučimo više živjeti u ljubavi, naše ponašanje će voditi osjećaj za primjerenost, samilosna osjećajnost koja dolazi od svjesnosti jedinstva.

CILJ RELIGIJE JE DA BUDE LIJEK, ali se ona ponekad pretvara u bolest. Kad religija straha zasjeni religiju ljubavi, samilosni i milostivi Bog biva zamijenjen idolima osude i kazne. U stvarnosti, jedina stvar koje se treba plašiti je neukroćen ego, jer dobro znamo da on može nama zagospodariti. Ali ovo se razlikuje od uvjerenja da ćemo udovoljiti Bogu opsesivnim obavljanjem rituala, življenjem unutar rigidnih pravila i slijeđenjem autoriteta, jer Bog prirode, kreativnosti i ljubavi nije stvorio život da bude poput programa vojnog treninga.

Stimuliranje straha u ime religije oblik je kontrole nad ljudskim umovima, ne duhovnost. Strah je manifestacija reptilskog mozga (panika, reakcije borbe ili bijega), koji je evoluirao prije mozga sisara (instinkti, toplina i uгода) i frontalnog korteksa (namjera, svjesni izbor). Bogu, najuzvišenijoj Stvarnosti, prilazi se s najuzvišenijim sposobnostima ljudskog bića: suptilnim percepcijama intuitivnog srca.

U religiji Ljubavi ego se ne "ubija" već se pretvara u slugu srca. Nećemo postati bliži Bogu gašenjem svih svojih potreba, uključujući one koje su dio zdravog ljudskog života. Nema koristi od mučenja duše. Žudnja ima svoju svrhu, dok god je ona u odgovarajućim okvirima. Ona ne treba vladati nama ili nas voditi ka eksploataciji drugih. Žudnje čistog srca mogu čak biti

manifestacija duhovne radosti. Prepoznavanje i praćenje svoje najveće žudnje može dovesti pojedinca do života s dubokim integritetom i osjećajem za vlastitu svrhu.

Štaviše, za zaljubljenika koji je iskren i odan transformativna moć Ljubavi ne posustaje. Atributi volje i svijesti za koje smo mislili da ih razvijamo da budemo bolje osobe naposljetku se prepoznaju kao djelovanje Voljenog na zaljubljenika. Otkrivamo da sve ono što smo mislili da volimo, naprimjer, drugi ljudi, prirodne ljepote, sve što za nas ima neki značaj — da su to zapravo velovi koje je Voljeni nosio. Zaljubljenik misteriozno spoznaje da je sve dar Bitka, i ona spoznaja čini da zahvalnost raste. Darovi mogu biti lijepi, ali Onaj ko nam ih daje još je ljepši. Religija ljubavi postepeno zamjenjuje svaku drugu vrstu ljubavi ljubavlju prema Voljenom. U konačnici, Ljubav guta sve ono što nije ljubav.

*Moja religija znači živjeti kroz Ljubav
Živjeti iz ove životinjske duše i glave je sramota
Mač ljubavi prašinu iz duše ljubavnika čisti
Od grijeha nas može samo oštrica Ljubavi odsjeći
Kad se obriše prašina tijela, moj mjesec sija:
Mjesec moje duše na čisto nebo izlazi
Toliko dugo u ovaj bubanj ljubavi udaram
Za Tebe, koga obožavam, uz pjesmu koju nazivam:
Gledaj kako moj životi zavisj od moje smrti.*

RUMI, MESNEVIJA VI: 4059–61.

© TPO FONDACIJA - Sarajevo

RECENZIJA RUKOPISA

RECENZIJA: prof. dr. Rešid Hafizović

Rukopis pod naslovom *Živi prisutno: sufijski put do budnog srca* autora Kabira Edmunda Helminskog, u tečnom prijevodu na bosanski jezik Dželile Šiljak u opsegu od 178 stranica teksta, sastoji se iz Uvoda i trideset i tri poglavlja koja slijede iza toga.

Rukopis *Živi prisutno* se suštinski zasniva na sadržinskim dijelovima opusa jednog od najraskošnijih pera sufijske književnosti u stihu i u prozi, uz precizno navođenje mjesta odakle su preuzeti dijelovi koji autoru Helminskom služe kao nadahnuće za njegovo kazivanje. Rukopis se, u prvi mah, doima kao svojevrsni "katekizam" sufijskog učenja, s raznovrsnim temama i podtemama koje uglavnom ne slijede nikakav prepoznatljiv abecedni poredak tema ili ideja koje čine poluge razuđenih sufijskih univerzuma.

Već na prvim stranicama ovoga rukopisa čitateljevu pažnju zaokupljaju dva potpuno različita diskursa: jedan Rumijev, a drugi autora Helminskog. Prvi je slikovit, krajnje egzistencijalan, konkretan i poetičan, drugi je apstraktan, pragmatičan i pomalo homiletičan. Ono što Rumi izrekne u nekoliko stihova ili nekoliko rečenica proznoga teksta, to autor Helminski teorijski raščlanjuje u nešto dužim teorijskim opservacijama i promišljanjima.

Iako se tekst rukopisa *Živi prisutno* nadaje i kao svojevrsna hermeneutika sasvim prepoznatljivih tema sufijske književnosti, on je to samo u određenoj mjeri, ali je mnogo više izraz rasvjetljavanja rečenih tema diskursom koji je dakako i sufijski, ali je mnogo više diskurs psihološke i psihoanalitičke znanosti, diskurs nerijetko pomiješan s aromom tekijskog pristupa sufizmu. To je i razumljivo ako imamo na pameti činjenicu da je autor ovog rukopisa, pored ostalog, sufijski šejh mevlevijskog reda za Sjevernu Ameriku. Uz naprijed izrečene činjenice, prirodno je dodati i to da iz sadržaja ovog rukopisa jasno zrači autorova široka duhovna kultura, o čemu svjedoče sadržaji i desetak drugih njegovih knjiga, akribičnost, interpretativna pronicavost i akademičnost koja se niti u jednom času ne umanjuje i ne dovodi u pitanje.

U rukopisu *Živi prisutno* načelno prebivaju cijeli duhovni univerzumi sufizma i cijela ljestvica gradiranog božanskog Bitka, ali se suštinski autor u njemu najvećma usredotočuje i zaustavlja na krunskom Božijem stvorenju – na

čovjeku, koji nije samo "sukus Bitka" (mukhtasar al-wujūd), "najobuhvatniji egzistent" (al-kawn al-jâmi') ili "banka matičnih ćelija univerzuma", nego je on i, jezikom akbarijanske tradicije kazano, "sjena Božijih Imena i Atributa" na Zemlji. Budući da u sebi, in potentia, sabire sve svjetlosne radijuse aktualizirajućih Božijih Imena i Atributa kao poluga svekolikog postojanja, onda je prirodno da on u sebi nosi sve kognitivne potencijalite koji u svakom pojedinom mikrokozmosu mogu ponazočiti tragove Žive Prisutnosti nevidljivo Sveprisutnog Boga, baš one i onakve kakve Bog rasijava vlastitom Milošću i Znanjem po suštinama stvari i stvorenja u Makrokozmosu ili u kur'anskoj Liber mundi (Qur'ân al-âfâq). Stvorivši svoje krunsko stvorenje – čovjeka, i smjestivši ga u Makrokozmos, Bog je stavio laštilo na lice Makrokozmosa, a u svakom čovjeku potencijalno zasadio deset organa osjetilne i nadosjetilne spoznaje, kako bi se svjetlom njegove spoznajne vjere i vjerujuće spoznaje mogle vidjeti i osvijetliti suštine svekolikog stvorenja, suštine koje nisu samo ogledala slavi Božijih Imena i Atributa već i neiscrpna "kur'anska trpeza" (ma'dûba), kako reče pečatni Poslanik islama, s koje svako razumno stvorenje može i treba uzeti spoznaje kakve mu prikladuju. Kao biće koje je Bog jedino oblikovao s "Dvije Ruke", podarivši mu egzistenciju pojedinca i cijelog ljudskog roda, Mikrokozmosa i Makrokozmosa, čovjek je jedino biće u cjelokupnom poretku Božijeg stvaranja čiji spoznajni kapaciteti mogu, shodno Božijem Naumu, osigurati sveudiljnu svijest o prisutnosti Svjetla Bitka u svjetovima Očitovanja i živu i najneposredniju Prisutnost Božiju u Makrokozmosu i Mikrokozmosu, bez koje se nije u stanju održati ni jedno ni drugo. O ovim i sličnim temama i idejama, s mnoštvom naslova i podnaslova, na njemu svojstven način raspravlja autor rukopisa *Živi prisutno*.

Mada u bosanskom jeziku ovdašnja kulturna javnost već na raspolaganju ima višestruke, doduše nekompletne, prijevode Rumijeve *Mesnevice* i nekih drugih njegovih opsegom manjih djela, kao i nekoliko studija o različitim aspektima njegova sufijskog opusa, ovaj rukopis autora Kabira Edmunda Helminskog će također dobro doći u ovdašnje kulturno podneblje kao pravi akademski izazov koji nam Rumija i neke druge teme iz šireg sufijskog književnog konteksta posreduje u diskursu koji ovdje nije tako često viđen. U to ime najtoplije preporučujem ovdašnjem izdavaštvu za štampanje i kulturnoj javnosti na raspolaganje rukopis *Živi prisutno: sufijski put do budnog srca*.

Sarajevo, 15.12.2018.
Prof. dr. Rešid Hafizović

RECENZIJIA: dr. Amra Delic, mr.sci.med.

U knjizi "Živi prisutno: sufijski put do budnog srca" mevlevijskog šejha Kabira Helminskog, koju je na bosanski jezik prevela Dželila Šiljak, autor vodi čitatelja na mistično putovanje kroz vrlo vrijednu, duboku refleksiju o duhovnim principima sufizma, univerzalnoj mudrosti i razvijanju Prisutnosti u životu putem svjesne Svjesnosti u sadašnjosti.

Helminski govori i o svom ličnom rastu i razvoju, vlastitoj potrazi i ličnoj borbi protiv otuđenosti, suprotstavljajući se duhovnoj stagnaciji kroz prostor i vrijeme. Upoznavanjem sufizma – višestoljetne islamske mistične prakse – ali i drugih religijskih i spiritualnih praksi, autor otključava tajne Univerzuma koje vode oslobađanju od okova ograničenog, fragmentiranog ega, otkrivanju skrivenoga blaga u nama, ujedinjenju latentnih potencijala uma, buđenju i spoznaji cjeline u sadašnjem trenutku, "ovdje i sada" – preduvjeta koji su neophodni za povezivanje s Bitkom i rezonancu Ljubavi.

Povlačeći paralelu sa savremenim psihološkim znanjem, Helminski nudi drugačiji pristup, jednostavnim jezikom opisuje osnovne koncepte "ego", "ja", "srce", "Duh" i "Ljubav" i jezgrovito prikazuje različite aspekte duhovnog razvoja, prenoseći univerzalnu mudrost istočnjačkih tradicija. Oslobođen od rigidnih religijskih predrasuda, tabua i dogmi te svake vrste isključivosti, dubokoumne poruke koje donosi iz sufijskih praksi nastoji integrirati s potrebama savremenog života kroz lično iskustvo sadašnjosti, meditaciju i kontemplaciju, otkrivajući dublje značenje života i svijeta koji nas okružuje.

Referirajući se na svoje učitelje, autor inspirativno i zorno prikazuje razvoj čovjeka i njegovo stremljenje ka transformaciji i samoaktualizaciji putem svjesne Svjesnosti, slobodne volje i ljubavi. Nalazeći inspiraciju u Rumijevoj "Mesnevi", čitatelju približava brojne izazove i prepreke na koje zaljubljenik nailazi na svom putu ka Voljenom, kao i najdublju čovjekovu mudrost koja nalazi svoj izraz kroz Prisutnost, sjedinjenje različitih energetskih nivoa u jednu cjelinu, uravnoteženost i sklad unutarnjega i vanjskoga svijeta.

Ideju vjere autor ističe kao jednu od najvažnijih ideja, a samog čovjeka, tj. njegovo "esencijalno Sebstvo", kao centar – najjaču referentnu tačku za razvoj vjere i bogobožnosti. Prema Helminskom, kada fragmentirani, nepotpuni ego prepozna svoju potrebu za cjelovitošću, tada počinje vjera koja otvara prostor za kreativnost i život usklađen s uzvišeñošću Bitka. Ona na taj način omogućava pristup "suptilnim energijama" i "Izvoru Života", od kojeg proističu rijeka Milosti i

Jedinstvo Kreacije. "Djelovanje proizilazi iz vjere i čini je kompletnom", kazuje Helminski, referirajući se na često ponavljanu kur'ansku frazu "oni koji vjeruju i dobra djela čine". Autor stoga daje smjernice za razvijanje svjesne Prisutnosti, kojom se energizira "duhovna vitalnost", osnažuje vjera, budi i razvija esencijalno Sebstvo do viših nivoa, a čovjekove sposobnosti i odlike preplavljaju Ljubavlju, koja potiče na činjenje dobra.

U svakom od nas je sjeme koje nosi potencijal da od njega postane čovjek – ljudsko biće – esencijalno Sebstvo, naša poveznica s Bitkom. "U svakom od nas je mudrost", a njena najvažnija zadaća jeste upoznavanje sebe i obzorja duše ili sebstva, koje osim znanja, svjesnog izbora i slobodne volje zahtijeva prakticiranje i realiziranje Prisutnosti. "Mi smo refleksija Izvora Života" i otuda autor apostrofira duhovni, uzvišeni Rad kao metodologiju zasnovanu na uvidima koja oblikuje ljudsko srce. Značaj ovog Rada potvrđuje i Rumijevim stihovima:

*Usmjeri Božiju Milost ka duhu i spoznaji,
Ne ka ovoj zamršenoj i slomljenoj vanjštini.*

RUMI, MESNEVIJA V: 1084–86.

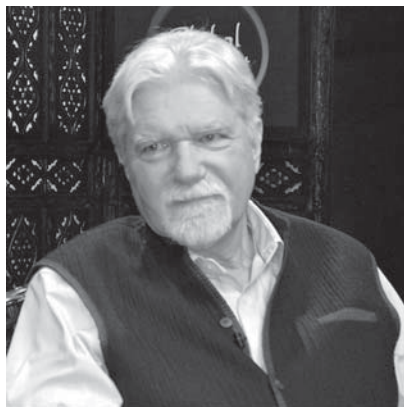
Djelo šejha Kabira Helminskog izvor je korisnih znanja i vrijednih informacija za širu čitalačku publiku. Mistično putovanje kroz koje nas autor ovdje vodi prožeto je jedinstvenom kreativnom energijom Izvora Života i Bitka koja revitalizira. Preporučujem čitanje ove knjige za sve one koji su u potrazi za "autentičnom verzijom sebe", Istinskom Realnošću, jer nadahnjuje i napaja temeljnom božanskom porukom – Ljubavlju prema Bogu i čovjeku.

Dr. Amra Delić, mr.sci.med.

Specijalistica neuropsihijatrije i psihoterapeutkinja



Biografija autora



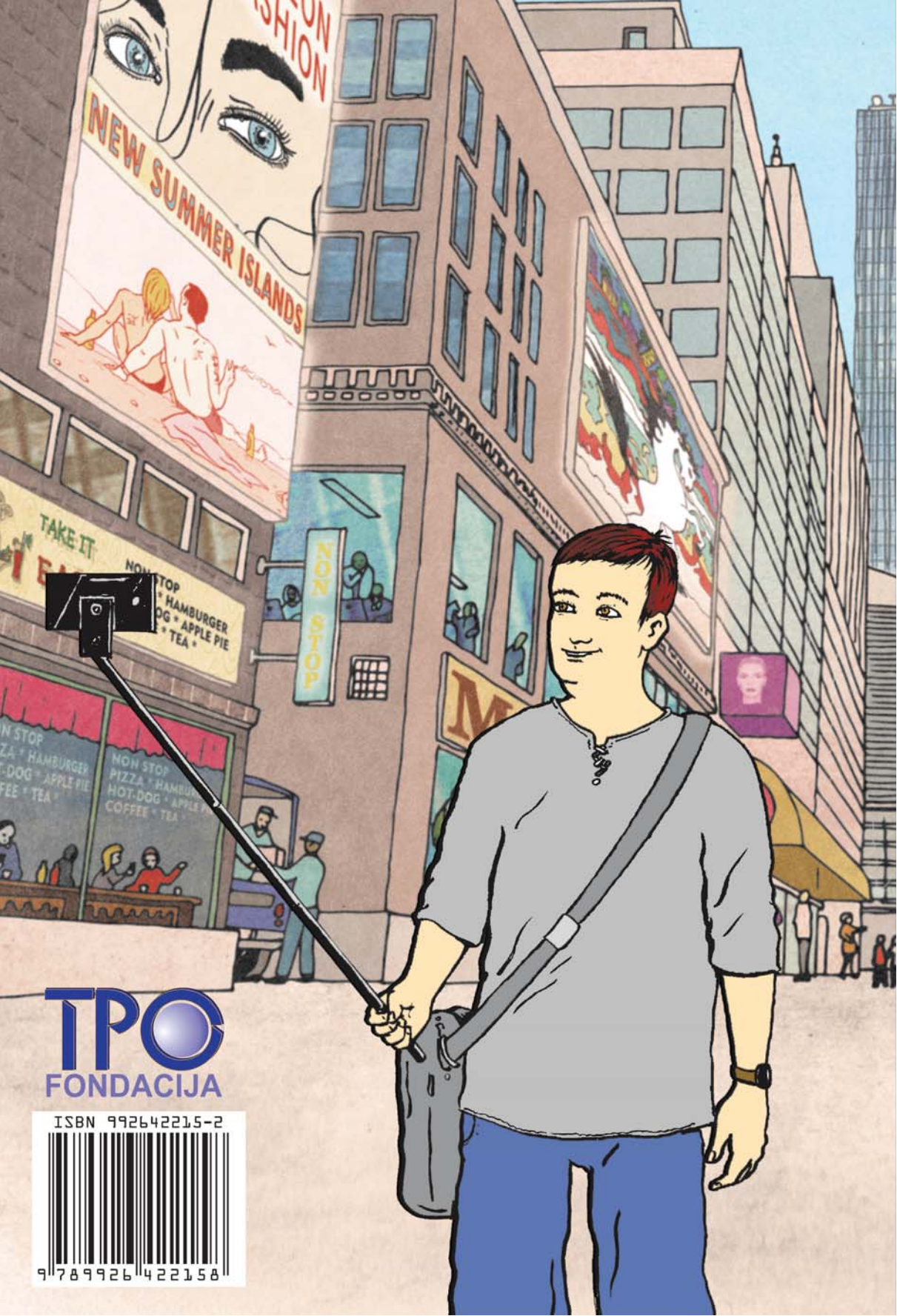
Kabir Helminski je šejh i duhovni učitelj mevlevijskog sufijskog reda, koji je inspiriran likom i djelom velikog učenjaka, filozofa i sufije Dželaludina Rumija iz Konje.

Šejh Kabir je mevlevijski trening započeo u ranoj mladosti pod supervizijom šejha Sulejmana Lorasaa, a 1990. godine ga je dr. Dželaludin Čelebi iz Istanbula imenovao šejhom mevlevijskog tarikata za Ameriku.

Sa suprugom Camillom Helminski, koja je također duhovna učiteljica, pokrenuo je

The Threshold Society, fondaciju koja razvija programe učenja i prakse u okvirima sufizma i duhovne psihologije. Preveo je mnoštvo sufijskih djela na engleski jezik, uključujući i Rumija, i autor je brojnih knjiga o sufizmu. Organizirao je seminare i studijske programe za sufije, ali i međureligijske susrete. Od 1994. do 2000. godine zajedno s grupom vrtećih derviša promovirao je duhovnu kulturu mevlevija na Zapadu. Smatra se jednim od uglednih prevodilaca i tumača Rumijevog djela na Zapadu, a Univerzitet Georgetown iz Washingtona svrstao ga je u grupu od 500 najuglednijih muslimanskih intelektualaca današnjice.

Studirao je književnosti i magistrirao psihologiju, a ima počasni doktorat Univerziteta Seldžuk u Turskoj.



TPO
FONDACIJA

ISBN 978642215-2



9 786422 152158