ALEKSANDER GRUNČIĆ KRAJNC, dr. med.

# TO JE TO

## PUTOVANJE ONKRAJ UMA

Aleksander Grunčić Krajnc, dr. med.
To je to
Putovanje onkraj uma

© 2026 Nakladnik: Akademija hipnoterapije d.o.o.

Prijevod s engleskog izvornika:
THIS IS IT - The Journey Beyond The Mind
Aleksander Grunčić Krajnc, dr. med

Urednik i lektor:
Marko Šilobod

Pregled teksta:
Marko Šilobod

Prijelom i oblikovanje:
www.mixer.si, Maša O. Popovič

Izdavač i nakladnik:
Akademija hipnoterapije d.o.o.

Tisak:
Cicero d.o.o.

Naklada:
400 primjeraka

Ljubljana, 2026

www.hipnoterapija.net

---

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

133.2
159.923.2

GRUNČIĆ Krajnc, Aleksander
To je to : putovanje onkraj uma / Aleksander Grunčić Krajnc ; [prijevod s engleskog izvornika Aleksander Grunčić Krajnc]. - Ljubljana : Akademija hipnoterapije, 2026

Prevod dela: This is it

ISBN 978-961-97543-1-3
COBISS.SI-ID 287136515

Sva prava pridržana. Bez pisanog dopuštenja nakladnika Akademija hipnoterapije zabranjeno je reproduciranje, distribuiranje, javno priopćavanje, prerada ili bilo koji drugi način korištenja ovog autorskog djela ili njegovih dijelova, u bilo kojem opsegu ili postupku, uključujući fotokopiranje, tiskanje, snimanje ili pohranjivanje u elektroničkom obliku, u skladu s odredbama Zakona o autorskom pravu i srodnim pravima.

ALEKSANDER GRUNČIĆ KRAJNC, dr. med.

# TO JE TO

## PUTOVANJE ONKRAJ UMA

# SADRŽAJ


*Predgovor hrvatskom izdanju* 7

*Kako je nastala ova knjiga?* 11

*Poglavlje I.* Početak iluzije 25

*Poglavlje II.* Postoji nešto više od ovoga 35

*Poglavlje III.* Krenuti na put 49

*Poglavlje IV.* Put 67

*Poglavlje V.* Prepreke i kušnje na putu 81

*Poglavlje VI.* Stigao sam do cilja 93

*Poglavlje VII.* Onkraj prosvjetljenja 101

*O autoru* 107

*„Na putu do istine možemo napraviti samo dvije pogreške: ne krenuti i ne ići do kraja.“*

*— Buda*

# *Predgovor hrvatskom izdanju*

Želja da napišem ovu knjigu proizašla je iz vlastitog puta kroz patnju, koji me doveo do unutarnjeg mira. Knjigu sam napisao 2022. godine i nedavno sam shvatio, da na neke stvari gledam drukčije, stoga ovaj predgovor govori o tome kako su se promijenile moje spoznaje i pogled na ljudsku patnju u procesu transformacije. U tom razdoblju se moj rad na području hipnoterapije intenzivirao, obavio sam više od 5000 hipnoterapeutskih tretmana i osnovao sam Akademiju hipnoterapije, u kojoj se nalazi i 2-godišnji studijski program za hipnoterapiju.

Neki dan kontaktirala me klijentica. Rekla mi je da je naručila ovu knjigu i da će tek nakon što je pročita odlučiti hoće li se prijaviti na hipnoterapijski tretman. Njezine riječi potaknule su me da se zapitam što će prepoznati u ovoj knjizi i odražava li ona još uvijek u potpunosti moje današnje razumijevanje čovjeka i njegove patnje. Uzeo sam knjigu u ruke nakon nekoliko godina i krenuo sa čitanjem, i odmah mi je nekoliko stvari privuklo pažnju.

Prvo što me privuklo bio je moj proces vlastite transformacije, kroz koji sam prolazio sam, bez ikakve podrške, i shvatio sam kako nije čudno što je proces trajao skoro 20 godina. Nakon dubokog mističnog iskustva, kojeg opisujem u uvodu knjige, očajnički sam pokušavao shvatiti o

čemu se radi. Put me vodio kroz mnoge duhovne zajednice, prvenstveno istočnjačke, tako da je knjiga napisana pod utjecajem istočnjačke filozofije.

Kada netko čita o samospoznaji, Apsolutu, Istini, duhovnim učiteljima i Bogu može se pitati: „Kakve to veze ima s mojim problemom anksioznosti?“ I dalje mislim da za nekoga to može biti pravi, iako težak, put, no postoji toliko različitih načina kroz koje se čovjek može osloboditi od patnje.

Nažalost mnogi načini ne ispadnu djelotvorni, sudeći po svojim klijentima. Na uvodnoj konzultaciji, to primjećujem kada mi pričaju koliko godina različitih terapija imaju iza sebe, bez značajnih rezultata.

Ono što ostaje iznimno važno na putu do oslobođenja i ono što je bit ove knjige je iskrenost i dosljednost, a ne traženje instant-rješenja. Neki simptom često ukazuje na dublju egzistencijalnu krizu, kada čovjek sebi postavlja pitanja poput:

„Tko sam ja? Što zapravo u životu želim?“

Kakva je zapravo veza između hipnoterapije i duhovnog buđenja?

Tijekom hipnoze zaobilazimo svjesni um, što nam omogućuje da prepoznamo svoju istinsku prirodu – ono što postoji onkraj uma.

Misli, emocije, životne okolnosti, sve to dolazi i odlazi.

A što je ono, što je uvijek prisutno? Ova knjiga govori ne samo o tome kako to prepoznati, već kako živjeti iz tog prostora.

Moja je spoznaja da nije svaki klijent osoba koja je u potrazi za prosvjetljenjem, neki su potpuno zadovoljni kad se ukloni simptom i oni mogu mirno nastaviti sa svojim životom. Danas uviđam da su oba puta jednako vrijedna i važna.

S druge strane, uvjerenje da je transformacija teška i da zahtijeva velike žrtve bilo je, u određenoj mjeri, projekcija mojega vlastitog puta transformacije, kojim sam prolazio sam, bez podrške.

Često vidim, kako se klijenti transformiraju nakon nekoliko tretmana ili čak nakon jednog tretmana. I moj put duhovnog traganja je završio u *Leela school* u Amsterdamu, kad sam u sklopu studija hipnoterapije prolazio hipnoterapeutske tretmane sa svojim mentorom.

Duhovni put je često bijeg od realnosti, isto kao i mnoge druge ovisnosti, a ovaj rad me prisilio da iskreno pogledam u svoj život.

Mistična iskustva, u kojima doživljavamo blaženstvo, mogu nam ponekada napraviti više štete nego koristi. Ona mogu postati bijeg od stvarnosti.

Kod sebe sam primijetio da i nakon događaja koji bismo mogli nazvati duhovnim buđenjem patnja nastavlja živjeti.

Određene traume koje sam doživio u djetinjstvu nastavile su živjeti u meni. Kao nekome tko se probudio u spoznaji te čiste svijesti, koja ne dolazi niti odlazi, bilo mi je još bolnije promatrati kako određeni obrasci negativno utječu na moje međuljudske odnose. Nedavno sam s hipnoterapeutom iz Amerike prošao program od nekoliko tretmana koji mi je pomogao ostvariti velike promjene na toj razini.

Knjiga *To je to* govori o transcendentalnoj stvarnosti, koja postoji nezavisno od naših misli, emocija i okolnosti; prebivanje u njoj nam donosi beskrajan mir i blaženstvo, a iduća knjiga bavit će se čovjekom i ljudskosti, temom s kojom sam nakon terapije ušao još više u kontakt i koju ću nastaviti razvijati sve do kraja ovozemaljskog života.

Usprkos svim novim spoznajama, odlučio sam objaviti ovu knjigu bez većih izmjena. Ona iskreno opisuje jedan važan dio mojeg životnog puta i vjerujem da će mnogim čitateljima i dalje poslužiti kao inspiracija i poticaj za vlastito istraživanje.

Danas neke stvari razumijem drukčije, no njezin temeljni poziv ostaje nepromijenjen: neka čitatelj ne vjeruje samo riječima, nego neka sam istraži tko je onkraj svojih misli, emocija i životnih uloga.

# *Kako je nastala ova knjiga?*

Duhovnost i mistika očaravale su me i privlačile još od djetinjstva. Sjećam se kako bi čitanje bakine knjige aforizama moj um transportiralo na tajanstvena mjesta.

Ulaskom u tinejdžersko razdoblje počeo sam se gubiti u svijetu u kojem se sve vrti oko tjelesnog izgleda, novca i slave. Moje djetinjstvo bilo je vrlo traumatično i sjećam se da sam u životu mnogo patio.

Očito se ipak nisam mogao oduprijeti pozivu svoje duše jer sam s dvadeset i jednom godinom doživio duboko mistično iskustvo. Bio je to običan studentski dan i, kao i obično, pratili su me nezadovoljstvo i osjećaj frustracije. Toga dana morao sam odvesti automobil automehaničaru i to mi se činilo kao vrlo težak zadatak, s obzirom na to da nisam imao volje ni za što. Sjećam se kako sam sjedio na stepenicama i čekao da završi s poslom. Kroz glavu su mi prolazile neugodne misli i nikako se nisam mogao smiriti.

Razmišljao sam o besmislenosti samog postojanja. U mislima se neprestano vrtjelo pitanje: koji je smisao ovog života i zašto mora postojati toliko patnje? U tijelu sam osjećao snažan osjećaj praznine. Praznine koja me često tjerala da činim stvari koje nisu bile zdrave ni za mene, ni za moje tijelo, ni za ljude oko mene. Doista sam bio u zagrljaju očaja.

Odjednom se dogodilo nešto potpuno neočekivano. Toga je dana padala kiša, a otprilike sat vremena prije tog događaja ona je prestala padati. Na tlu su ostale lokve vode. Ispod stepenica na kojima sam sjedio nalazio se odvodni kanal. Zvuk vode koja je iz lokve otjecala prema kanalu iznenada je potpuno zaokupio moju pažnju.

Odjednom je sve nestalo! Sve što je ostalo bio je zvuk vode koja teče. Nestale su sve neugodne misli, osjećaji i emocije. Moj se pogled spontano podigao prema gore i ugledao sam sunce kako mi obasjava lice. Pomislio sam: **„Sunce sja samo za mene i oduvijek je bilo tako."**

U tom su trenutku doista postojali samo sunce i predivan zvuk vode. Na trenutak sam potpuno zaboravio na sebe. Toplina sunčevih zraka pretvorila se u osjećaj potpunog blaženstva. Bio sam jedno sa suncem, sa zvukovima i mirisima koji su ispunjavali zrak. Bio sam jedno sa stepenicama na kojima sam sjedio. Osjećaj odvojenosti i otuđenosti od života potpuno je nestao.

Osjećaj beskrajnog optimizma prožimao je svaku stanicu mog tijela. Istodobno sam bio sve i ništa. Praznina ispunjena beskrajnom radošću i veseljem. Pri svakom udahu osjećao sam beskrajnu ugodu koja se sa svakim izdahom sve više produbljivala.

Dok je moje tijelo dodirivalo stepenice na kojima sjedim i dok su mi stopala dodirivala tlo, osjećao sam se čudesno. Moj je um bio potpuno prazan, a misli su nestale. Osjećao

sam neizmjernu ljubav koja nije bila usmjerena ni prema jednom objektu, već je jednostavno bila prepoznata kao sama bit postojanja.

Osjećaj čistog postojanja bio je izrazito naglašen – nešto što je odjednom postalo tako očito i samo po sebi razumljivo, a ipak je do tog trenutka bilo potpuno odsutno iz moje svijesti. Svjesnost je bila iznimno izoštrena; bio sam svjestan same činjenice da sam svjestan – nešto što je riječima gotovo nemoguće opisati.

Istodobno sam imao osjećaj da se nalazim i unutar i izvan tijela; sve su granice bile izbrisane. Moglo bi se reći da moje tijelo uopće nije postojalo. Prožimao me samo osjećaj topline.

Pomislio sam: **„To je ono o čemu su govorili Buddha, Isus i brojni mistici.“**

Usred tog iskustva došao je mehaničar i rekao da je posao na automobilu završen te da ne moram ništa platiti – ni danas ne znam zašto.

Dok sam se vozio kući, um se ponovno aktivirao. Počeo sam razmišljati o iskustvu i o tome kako bih ga mogao zadržati za sebe. Ponovno je došlo do identifikacije s tijelom i umom.

Sljedećih nekoliko godina obilježili su neuspješni pokušaji da ponovno doživim to iskustvo. Kratki uvid u mogućnost kako je moguće živjeti ovaj život samo je dodatno povećao

moju patnju. Ipak, upravo me to iskustvo vratilo na put samospoznaje.

Nakon toga sam se, kao opsjednut, bacio na religiju. Kršćanstvo mi je bilo jedina poznata mogućnost. Redovito sam čitao Sveto pismo, doživio sam nekoliko neobičnih sinkroniciteta i povremeno bih osjećao milost. Upoznao sam nekoliko pripadnika protestantske grane kršćanstva i subotom počeo posjećivati njihovu crkvu. No ubrzo sam shvatio da to nije ono što tražim.

Jedne večeri, okupili smo se i čitali Sveto pismo. Odjednom mi je postalo potpuno jasno da sam zapravo **„ja“** ono o čemu čitamo. Kada sam to izgovorio naglas, žestoko su me napali i optužili da sam opsjednut Sotonom.

Ubrzo nakon toga obratio mi se pripadnik poznate katoličke organizacije. Tvrdio je da ne mogu pronaći spasenje u protestantskoj crkvi jer je jedino katoličanstvo pravo kršćanstvo. Pritiskao me da se moram krstiti. Kada sam ga odbio, ponudio mi je da odem u Rim, gdje će me osobno krstiti papa. Vjerojatno je to bilo povezano s činjenicom da sam bio student medicine. Ubrzo mi je postalo jasno da nemaju odgovor na ono što sam tražio te sam odbio njihovu ponudu.

Jednoga dana pregledavao sam internet i pronašao video duhovnog učitelja Moojija. Istog trenutka sam ga prepoznao kao prosvijetljeno biće. Tada sam prvi put u životu shvatio da čovjek doista može dosegnuti duhovno oslobođenje.

Redovno sam gledao njegove videozapise na YouTubeu i pritom doživljavao duboki mir i blaženstvo. Želio sam sudjelovati na njegovom *satsangu* (susret s učiteljem, prev. op.) u Portugalu, ali za to nisam skupio dovoljno hrabrosti.

Nakon četiri godine napokon sam se odvažio i posjetio ga u Indiji, gdje je vodio besplatan satsang. Cijelo me iskustvo pomalo razočaralo. Naime, ondje je bilo oko dvije tisuće ljudi koji su Moojija štovali poput pape. Međutim, upoznao sam jednog indijskog duhovnog učitelja koji je iznimno snažno utjecao na moje duhovno traganje. Potaknuo me da iskreno pogledam svoj svakodnevni život.

Nakon završetka studija medicine počeo sam raditi kao liječnik, no način rada nije mi dopuštao da zaronim u dubine nesvjesnog uma svojih pacijenata. Upravo sam to priželjkivao – da im mogu služiti na najdubljoj razini.

Zapadna medicina izvrsna je u liječenju stanja kod kojih dolazi do mehaničkog oštećenja tkiva – primjerice kirurgija, gdje je potrebno mehanički stvoriti uvjete u kojima se tijelo može samo iscijeliti. No, čovjek nije samo mehaničko biće. Osim mesa i krvi, ima i misli, emocije, tjelesne senzacije, a važne su i njegove životne okolnosti. Sve to utječe na sposobnost tijela da se samo izliječi.

Poznato je, primjerice, da stres izazvan negativnim emocijama slabi naš imunološki sustav, koji je ključan u borbi protiv mikroorganizama, ali i tumorskih stanica. U svom sam se svakodnevnom radu susretao s pacijentima kod

kojih je bilo očito da je riječ o psihosomatskom problemu, ali im to nisam smio sugerirati. Silno sam čeznuo za načinom rada koji bi mi omogućio da čovjeka promatram i liječim cjelovitije.

Rascjep između mog svakodnevnog života i onoga što je bio istinski poziv moje duše postajao je sve veći. Tijekom tjedna radio sam u bolnici, a vikendima bih putovao Europom i posjećivao različite duhovne učitelje. Svaki slobodan trenutak posvećivao sam meditaciji i samoistraživanju.

Posao liječnika vrlo je zahtjevan, a istodobno su me energetske promjene koje su se događale u mom tijelu kao posljedica duhovnog puta dodatno iscrpljivale. Sve sam češće doživljavao trenutke unutarnjeg mira i blaženstva. Ti su mi trenuci ulijevali nadu i davali snagu da nastavim dalje.

Istodobno sam intuitivno znao da postoji još mnogo više od toga te da mi život kompromisa koji živim onemogućuje potpuno sjedinjenje s Apsolutom. U duši sam osjećao gorčinu, kao da na najdubljoj razini izdajem samoga sebe.

Ujutro sam sve teže ustajao iz kreveta, a životna energija počela mi je opadati. Tijekom vožnje na posao imao sam osjećaj da ću zaspati, a istodobno su se počeli pojavljivati napadaji panike koji su postajali sve intenzivniji. Bila je to vrlo neugodna kombinacija potpune iscrpljenosti s jedne strane te stresa, napetosti i tjeskobe s druge.

Počela se javljati nesanica. Nekoliko noći zaredom uopće nisam sklopio oka. Jednoga dana, dok sam pregledavao

pacijenta, gotovo sam kolabirao. Tada je zaista bilo dosta. Otišao sam na bolovanje i tada sam osjetio da sam se zauvijek oprostio od liječničkog poziva.

Očekivao sam da će mi se nakon nekoliko dana odmora snaga vratiti, no moje se stanje nastavilo pogoršavati. Noću nisam mogao spavati, a srce mi je lupalo kao da me netko čekićem udara po prsima. Doista sam mislio da je sa mnom gotovo i da se nikada neću oporaviti.

Ranije sam slušao priče mnogih ljudi koji su opisivali proces duhovnog buđenja, a mnogi su pritom govorili o osjećaju umiranja. To me donekle tješilo i ulijevalo mi nadu.

Ipak, imao sam dovoljno snage da nastavim čitati knjige duhovnih učitelja. Osim toga, cijele sam dane ležao u krevetu i odlazio u kratke šetnje. Te su mi knjige omogućavale da vidim svjetlo na kraju tunela. U pozadini patnje već sam počeo osjećati unutarnji mir, koji je u to vrijeme još bio vrlo suptilan.

Nekoliko je puta došlo do snažnih emocionalnih izljeva. Nisam plakao, nego doslovno vrištao. Nakon tih izljeva osjećao sam određeno olakšanje.

U to sam vrijeme saznao za trotjedno povlačenje koje je jedan duhovni učitelj vodio u Australiji. Bio sam u dilemi zbog svoje financijske situacije. Zbog putovanja u Australiju morao sam prekinuti bolovanje, koje je bilo moj jedini izvor prihoda. Ipak, nešto duboko u meni govorilo mi je da to moram učiniti.

Nakon što sam donio tu odluku, novac je zaista čudesno počeo pristizati u moj život.

Odletio sam u Australiju, gdje je započela prava nevolja. Dok sam sjedio na *satsanzima*, napadaji panike postajali su još snažniji. Stezalo me u prsima i bio sam uvjeren da ću umrijeti.

Danas znam da je u prisutnosti prosvijetljenog učitelja iz moje podsvijesti počelo izlaziti sve ono što nije mir, radost, harmonija i blaženstvo. Tada toga nisam bio svjestan i doista sam pred sobom vidio samo crnu budućnost. Bili su to trenuci dubokog očaja.

Nakon Australije planirao sam ponovno otputovati u Indiju, gdje bih ili umro ili dosegnuo prosvjetljenje. Međutim, zbog potpune iscrpljenosti nisam se usudio nastaviti put te sam se vratio u Sloveniju.

Duhovni učitelj dao mi je naslutiti da bih možda ipak trebao nastaviti put u Indiju, gdje bih se konačno suočio sa strahom od smrti. Da sam to tada doista učinio, moj bi se duhovni put vrlo brzo završio. Ovako sam taj proces još neko vrijeme produžio.

Odmah nakon povratka u Sloveniju tijekom šetnje uz jezero susreo sam svojevrsnog vidovnjaka koji mi je rekao da se moram preseliti na more, gdje ću ozdraviti. Njegove su riječi duboko odjeknule u meni i već nekoliko dana poslije preselio sam se u Istru.

Imao sam dovoljno novca za nekoliko mjeseci života. Morao sam plaćati najamninu, ali u tom sam trenutku već imao nepokolebljivo povjerenje u život.

Tada je započeo proces istinske transformacije. Prve godine uglavnom sam samo ležao u krevetu i odlazio u kratke šetnje. Bolovi u prsima, vrtoglavica, smrtni strah, tjeskoba i beskrajni očaj postali su moji vjerni pratitelji. Napokon sam prestao razmišljati i počeo uranjati u te osjećaje. Ponekad sam to radio i po šest sati dnevno. Kada bih svoju pažnju usmjerio na te teške osjećaje, oni bi se polako počeli rastapati, a postupno su ih zamjenjivali mir i blaženstvo.

To je bilo i razdoblje teških kušnji i iskušenja. Morao sam birati između užitaka koje nudi materijalni svijet i beskrajnog unutarnjeg bogatstva koje se počelo otvarati i širiti. Moja odluka za istinu u to je vrijeme bila nepokolebljiva, tako da iskušenja ubrzo više nisu imala moć nada mnom.

Bila je to godina kada je bjesnjela epidemija koronavirusa. Te sam godine počeo studirati hipnoterapiju na *Leela School of Awakening* u Amsterdamu. Zbog *lockdowna* cijeli se studij odvijao online putem Zoom aplikacije. To je bilo odlično za mene jer sam se u to vrijeme osjećao previše slabim za studij u inozemstvu.

Dio obvezne literature bila je knjiga *From Fixation to Freedom* autora Elija Jaxon-Beara. Riječ je o svetom perzijskom učenju o devet fiksacija ega koje je s Istoka na Zapad donio učitelj Gurdjieff.

Kada sam spoznao koja je fiksacija mog ega – spoznaja koja je bila prilično šokantna – kada sam spoznao da su sve moje životne odluke do tog trenutka bile plod ego-fiksacije, umjesto da proizlaze iz moje istinske prirode, patnja je u potpunosti nestala. Ujedno je to bio i kraj mog duhovnog traganja.

Neposredno prije toga morao sam se suočiti s neizmjernim očajem koji leži u korijenu svakog ega. Strah je zauvijek nestao i počeo sam se buditi s osjećajem neizmjernog blaženstva. Mir, koji je dotad uvijek bio negdje u pozadini, došao je u prvi plan i od tada me više nikada nije napustio.

Ljudi su tijekom usputnih razgovora sa mnom počeli govoriti kako osjećaju duboki mir. Kada sam nakon dvije godine studija stekao certifikat iz kliničke hipnoterapije, postalo mi je jasno da sam se napokon uskladio s poslanjem i svrhom svoje duše.

Oduvijek sam sebe doživljavao kao terapeuta, no do tada me nije privlačio nijedan psihoterapijski pravac. Primijetio sam da psihoterapeuti ne znaju mnogo o konceptu istinskog duhovnog oslobođenja, odnosno da u njega uopće ne vjeruju. Postojanje istinskog duhovnog bića – sebstva koje postoji izvan ega – bilo im je strano.

S druge strane, primijetio sam da duhovni učitelji koje sam upoznao ne znaju mnogo o samoj strukturi ega. Oduvijek sam tražio nešto što bi povezalo ta dva aspekta, koja su jednako važna.

Čim sam pročitao nekoliko stranica osnovne skripte koja je temelj učenja već spomenute škole, znao sam da sam pronašao pristup koji sam tražio cijelo desetljeće. Ovdje se znanje o strukturi ljudskog ega ne koristi za njegovo uljepšavanje i poboljšavanje, nego kako bismo otišli onkraj ega, odnosno transcendirali ga.

Naravno, nijedno objektivno znanje ne može zamijeniti intuitivne uvide koji dolaze iz podsvijesti osobe koja je doista prošla cijelim putem i upoznala samu sebe. Druge možemo voditi samo onoliko duboko koliko smo upoznali sami sebe.

Danas radim isključivo kao hipnoterapeut, a vodim i grupne susrete pod nazivom *satsang*, na kojima ljudi imaju priliku probuditi se u svoju istinsku prirodu.

*Satsang* je intenzivan duhovni seminar na kojem upoznajemo vlastito biće. Na sanskrtu riječ *satsang* znači „druženje u istini".

U današnje vrijeme, kada smo svjesni relativnosti cjelokupnog postojanja, rasprava o tome što je istina mnogima se može činiti apsurdnom. Mogli bismo reći da je istinito ono što je prisutno u svakom trenutku, ono što ne dolazi i ne odlazi.

Istodobno možemo definirati i ono što nije istinito – sasvim sigurno nisu istinite sve ideje koje smo stekli o životu. A čovjek pati upravo zbog svojih pogrešnih ideja. Kada