

A man in a dark room, possibly a stage or a performance space, is holding a glowing pink string across his eyes. He is wearing a dark long-sleeved shirt. The background is dark with some faint lights and a grid-like pattern in the upper right corner.

Ten, kto vie, rozpráva zrozumiteľne a jasne. Ním podaná informácia je vyčerpávajúca. Ak bol tazateľ pripravený – pochopil a nemá ďalšie otázky.

Akosi sa stalo, že čas zavial nadsvetskú cestu. Akosi sa stalo, že na ňu ľudstvo zabudlo. No ona existuje a je tu. Táto kniha o nej poskytuje dostatočné informácie.

Termín nadsvetská cesta nie je metafora. Nadsvetská cesta je totiž naozaj nadsvetská. Vedie mimo obmedzenie zmyslových orgánov a nechápavosti mysle do ríše absolútnej slobody a nekonečna. Čo je najdôležitejšie, nadsvetská cesta nie je tajná. Je zjavná a teda aj prístupná pre každého, komu sa nelení vykročiť.

Marian Repka

NADSVETSKÁ CESTA



Marian Repka

NADSVETSKÁ CESTA



POCHOPENÍM K OSLOBODENIU

Informácia uvedená pod názvom POCHOPENÍM K OSLOBODENIU pozývajúca záujemcov o sebaopoznanie a poznanie na stretnutia s Marianom Repkom obsahovala tieto fakty:

- Sedenia nie sú vhodné pre psychicky labilných ľudí, preto lebo nie sú psychoterapeutickými cvičeniami. Vyžadujú si suverénny, pokojný a inteligentný prístup, ktorý je podmienkou pochopenia.
- Sedenia nie sú vhodné ani pre tých, ktorí už majú svoj smer duchovnej cesty a sú s ním spokojní.
- Sedenia sú vhodné pre tých, ktorí ešte len začínajú hľadať a pre tých, ktorí doposiaľ nenašli taký efektívny spôsob poznávania, ktorý by ich dokonale uspokojil.
- Samotné sedenia idú priamo k poznaniu podstaty a k postupnému oslobodzovaniu sa od závislosti na pohybe, reči, myslení, predstavách, pocitoch, javoch a rozlišovaní.
- Sedenia nevytvárajú teórie, skúmajú len princípy podmieňujúce závislosť na prejavenom vedomí, preto nemajú nič spoločné so žiadnou filozofiou, náboženstvom alebo vierou. Ich pochopenie nie je ovplyvnené ani rasou, pohlavím, vekom či fyzickou kondíciou, to znamená, že sú vhodné aj pre nevidiacich a telesne postihnutých.
- Kto sa sedení zúčastní od prvého cvičenia, ten získa od začiatku všetky potrebné informácie v celej ich úplnosti. Je možné však prichádzať aj neskôr, alebo iba občas, lebo podstatné informácie sa opakujú v priebehu každého sedenia.

PRAX

Niektoré informácie sa opakujú, niektoré sa nenávratne strácajú. Rozprávajúci nepoužíva pri sedeniach pamäť v bežnom ponímaní tohto slova. Informácie podáva spontánne, tak ako prichádzajú z neprejaveneho vedomia, do ktorého po svojom odoznení opäť zanikajú. Už nikdy sa neopakujú, aj keď môžu vzniknúť nové, s podobným zmyslom, ba neraz aj so zdanlivo zhodnou formou.

Aj slovo *cvičenie*, použité v prvej informácii, bolo v priebehu sedení a stretnutí definitívne odstránené. Ukázalo sa ako nepresné a zavádzajúce. Naozaj v nich totiž nešlo a nejde o cvičenia, ale iba o informácie spejúce k pochopeniu.

Čo sa týka samotného priebehu sedení, prebiehajú tak, že každý zaujme polohu, ktorá mu je pohodlná a znehybnie. Niektorí sedia v dokonalej pozícii, niektorí v polovičnej dokonalej pozícii, niektorí so skríženými nohami a na podložke, niektorí na stoličke s vystretým chrbtom, niektorí v kresle pohodlne opretí, niektorí v kresle s nohami pod sebou a niektorí majú nohy z kresla spustené, niektorí majú zaužívanú nejakú inú pozíciu, sám si ju skombinoval z niekoľkých možných a takto mu to vyhovuje, a niektorí jednoducho ležia. Dôležitý je pocit fyzického pohodlia. Požadovaný stupeň bdlosti si každý určuje sám.

Po zaujatí pozícií sa zhasne svetlo. Kto chce, môže mať oči poloprivreté, komu je prirodzenejšie zavrieť oči, zavrie ich. V miestnosti nie je úplná tma, preniká do nej slabučké svetlo. Ani pri úplne zavretých očiach však väčšina sediacich nestráca bdlosť. Naopak, pohľadom nerozptyľovaná bdlosť je o to prenikavejšia.

Rozprávajúci rozpráva zväčša pomaly a pokojne, s pomerne veľkými prestávkami. Rozpráva tak, ako prichádzajú informácie. Niekedy sa vynárajú slovo za slovom, niekedy prichádzajú celé vety alebo „balíčky“ viet. Aj v tom poslednom prípade však ostáva dosť priestoru na pochopenie pre počúvajúcich.

No a po týchto informáciách je už možno pozrieť sa priamo na prepis magnetofónového záznamu prvého sedenia.

3. 10. 1995 – 1. sedenie

Takže zaujmeme pohodlne tú pozíciu, ktorá nám je prirodzená. Spriatelíme sa s prostredím, so všetkými zvukmi, ktoré budú prichádzať a prichádzajú, nebudeme ich hodnotiť, preto nás nebudú rušiť. Nie sme nikde na samote, sme v meste, okolo tohto domu chodia ľudia, majú svoj život, vonku sa môžu rozprávať ľudia, na chodbe sa môžu rozprávať, my to budeme vnímať a spôsob, akým to budeme vnímať patrí k tomu, čo sa teraz budeme snažiť spoznať.

Všimnite si ešte, či ste dostatočne uvoľnení, či nemáte napäté plecia, chrbticu, tvár, či ste v pohodlnej pozícii. (*Zakašlanie.*) Pokiaľ vás bude škriabať v hrdle a chcete si zakašľať, pokojne si zakašlite. Opäť to patrí k tomu, čo práve teraz robíme. Nič nehodnotíme, nič nás nevyrušuje.

Čo nás teraz čaká? Sú dva pohľady, akými sa môžeme pozrieť na to, čo budeme robiť. Ten prvý najlepšie ilustruje stretnutie so zlodejom. Niektorí nám proste niečo ukradol. Ukradol nám niečo veľmi dôležité. Môžeme si povedať, že nám ukradol

nekonečno, nesmrteľnosť, a ten zlodej teraz pred nami beží. My utekáme za ním, a aby nás zdržal, tak postupne odhadzuje rôzne veci. Čo pritom budeme robiť my, to bude to, že tú vec, ktorú odhodil, vždy preskúmame. Preskúmame, či je to to, čo nám ukradol, to, čo má pre nás najväčšiu hodnotu. Keď to dôkladne preskúmame a zistíme, že to nie je ono, pobežíme za tým „vitúzmom“ ďalej.

V skutočnosti naozaj existuje niekto, kto nám to najdôležitejšie zobral. Nám to patrí, my sme si to však možno dlho vôbec neuvedomovali. Všetci, ktorí ste tu, ste si uvedomili, že tu je niečo, čo je potrebné získať, čo teraz nemáme. Takže v priebehu našich stretnutí budeme naháňať toho zlodeja. Až pokiaľ ho nechytíme a nezoberieme si to najcennejšie. To, čo nám ukradol.

Druhý pohľad na naše stretnutia ilustruje pohľad na nejaký palác. Ten palác má veľa miestností, a tie miestnosti sú jedna za druhou. My dnes vojdeme do prvej, poriadne si ju obzrieme, možno zbadáme dvere do ďalšej miestnosti, ale dnes tam ešte nenahliadneme. Nabudúce vojdeme do ďalšej a postupne budeme prechádzať miestnosť za miestnosťou. O tom, čo je v miestnostiach, v ktorých sme ešte neboli, si môžeme vytvárať iba predstavy alebo teórie, niečo sme o tom počuli, nevieme čo tam je, pokiaľ tam priamo neprídeme, pokiaľ to priamo nevidíme, neohmatáme, neskúsime.

Takže budeme naháňať zlodeja, ktorý nám vzal to najvzácnejšie, čo môžeme v živote získať a budeme skúmať palác, miestnosť po miestnosti.

Dnes teda začíname tou prvou miestnosťou. Alebo môžeme si to nazvať pohybom a nehybnosťou, to je to, čo odhodil ten zlodej. A my si to zoberieme do ruky a prezrieme si to. Či to je nekonečné, či to je to najvzácnejšie.

Rozhodli sme sa zotrvať nehybní. Pod nehybnosťou myslíme nehybnosť tela. Nekýveme sa, nehýbeme končatinami, nevykonávame fyzický pohyb. Zotrávame nehybní.

Nehybnosť sa nám môže páčiť, alebo sa nám môže nepáčiť, môže nám byť príjemná, alebo nám môže byť nepríjemná. Na tejto úrovni si teraz povieme jednu informáciu. Povieme si, že je dôležité, aby človek zotrval nehybný, keď chce zotrvať nehybný, a aby sa hýbal iba vtedy, keď sa chce hýbať.

Ak sa hýbe, a nie je si toho vedomý, ak sa hýbe nekontrolovane, tak nemá možnosť vybrať si medzi nehybnosťou a pohybom.

Nie každý človek dokáže zotrvať niekoľko minút úplne nehybný. Mnoho ľudí to nedokáže ani niekoľko sekúnd. Stále sa hýbu, niečo robia prstami, rukami, žujú alebo fajčia, pijú, jedia, rozprávajú, je im nepríjemné zotrvať úplne nehybní pri bdelom vedomí. To znamená, že títo ľudia sú otroci pohybu. Nemajú možnosť vybrať si medzi nehybnosťou a pohybom, oni sa musia stále hýbať. Toto je naša informácia.

Môžeme dostať takúto informáciu a na základe tejto informácie sa stávame všímaví k tomu, či sa hýbeme alebo či sme nehybní. Sme pozorní, keď sa hýbeme, a sme pozorní aj k tomu, čo sa deje s nami, keď sme nehybní. Čiže správna informácia v nás vzbudí správnu všímavosť. Pokiaľ nie sme všímaví, nedokážeme vidieť pohyb a nehybnosť. Všetko sa to deje mimo naše vedomie. Ak však sme všímaví, tak to znamená, že keď sa pohneme, vieme, že sme sa pohli, keď teraz

nehybne sedíme, vieme, že nehybne sedíme.

Môžeme sa však rozhodnúť nehýbať sa, povieme si: „Nebudem sa hýbať päť alebo desať minút,“ no zrazu zacítim, že by som sa chcel pohnúť. Mojim vedomím sa blyсне takýto zámer, takže ja vyviním úsilie k tomu, aby som sa nepohol, ak chcem zotrvať v nehybnosti. Bez tohto úsilia sa pohnem.

Ak som zotrval aj napriek pokušeniu nehybný, prekonal som tendenciu pohnúť sa. Neustále vyvíjam toto úsilie ďalej. Zotrvávam v mojom úsilí. Ak v ňom zotrvávam, tak toto úsilie získava novú kvalitu – vytrvalosť. A ja teraz sedím, všímam si všetky tendencie v mojom tele, v mojej mysli a v mojom vedomí, vyvíjam úsilie na to, aby som zotrval v nehybnosti, a toto úsilie vyvíjam dlhší čas, čiže som vytrvalý. Dôsledkom vytrvalosti je napokon pochopenie toho, čo nehybnosťou dosiahnem.

Takže je tu proces a tento princíp sa bude opakovať na všetkých úrovniach. Najprv tu je informácia. Ak je informácia správna, dobrá, vyčerpávajúca, tak kráčam priamo. Pokiaľ nie je, musím najprv pochopiť, že to nie je správna informácia. Preto si musíte všetci overiť, či informácia o pohybe a nehybnosti, o nutnosti získať slobodu v rozhodnutí sa, či sa budeme hýbať alebo nie, je správna. Po každej informácii prichádza úsilie. Bez úsilia nie je možné vyskúmať to, čo sme sa rozhodli vyskúmať. Bez úsilia to nepôjde. Samé to nepríde. Pri tomto skúmaní však musíme byť všímaví. Ak zotrváваме vo všímavosti, tak sme vytrvalí, a vytrvalé úsilie, pri ktorom sme dostatočne všímaví, plodí pochopenie. Až vtedy keď informáciu pochopíme, prestáva byť teóriou a stáva sa faktom.

Ak človek zotráva nehybný a cíti pritom ešte napätie, je tu stále nutkanie pohnúť sa, tá nehybnosť je mu neprirodzená. Neustále musí vyvíjať úsilie k tomu, aby si ju udržal. To ale znamená, že ešte nepochopil, aké dôležité je oslobodiť sa od nutnosti hýbať sa. Ak však človek nehybne sedí a je mu veľmi príjemne z toho, že sa nehýbe, cíti pokoj a istotu v tejto nehybnosti, jeho srdce sa teší z toho, že telo je nehybné, jasne vníma ako odpočíva, ponára sa do takého uvoľnenia, aké inak dosahuje len v hlbokom spánku, a pritom všetkom si je toho bdele vedomý, znamená to, že už pochopil, aké dôležité je oslobodiť sa od nutnosti hýbať sa.

Čiže my sme si teraz prezreli miestnosť v ktorej je pohyb a nehybnosť. Prezreli sme si niečo, čo zahodil ten zlodej, ale ešte stále nemusíme vedieť, či to je to najdôležitejšie. My musíme mať istotu. Preto zotrváваме nehybní, aj keď nám je to príjemné, nesnažíme sa hneď utekať ďalej, hlbšie do svojho vnútra, ale skúmame hodnotu pohybu a nehybnosti. Sme si vedomí toho, že keď sme sem kráčali, keď sme sem prichádzali, tak sme sa pohybovali. Urobili sme určitý počet krokov, a každý krok keď doznel, zahynul, zmizol. Keď v bežnom živote čokoľvek robíme, každý pohyb má svoj začiatok, svoj priebeh a svoj koniec. Každý pohyb vzniká, keď vznikol mení sa a potom zaniká. Platí to nielen pre človeka, platí to všeobecne. Aj deň vzniká, vychádza slniečko, potom deň trvá, mení sa a napokon zaniká. Noc vzniká, prehľbi sa, trvá a zaniká. Keď začneme stavať dom, vzniká, keď ho postavíme, starne a keď sme ho dobre nepostavili, tak môže ešte za nášho života zaniknúť. Vieme aj to, že hora vznikla, predtým nebola, teraz trvá a neskôr zanikne.

To už je pre nás teória, tak ako to, že vesmír vznikol, teraz trvá a neskôr zanikne. Čo je však dôležité, to je pochopiť princíp.

To, o čo sa budeme snažiť a k čomu budeme vyvíjať úsilie, čo budeme skúmať, to je princíp. To znamená, že keď chceme pochopiť hodnotu pohybu alebo nehybnosti, tak neutkvíme v tom, že skúmame nejaký pohyb, pohyb ruky, zaoberáme sa tým, ako sa ruka hýbe teraz, ako sa hýbala predtým, ako sa bude hýbať. Ako sa hýbe keď uchopíme hrnček, ako sa hýbe, keď pracujeme s nejakým nástrojom, ako sa hýbe, keď ju niekomu podávame. Je veľmi veľa možností ako pohnúť rukou, celý život by sme mohli stráviť skúmaním týchto možností. Keby sme to však urobili, bola by to odbočka v našej priamej ceste za tým zlodejom, nemali by sme nádej dobehnúť ho, keby sme sa neustále zaoberali len rôznymi druhmi pohybu. Ak si však správne prezrieme jediný pohyb a pochopíme princíp, pochopíme ho bezozvyšku, úplne, raz navždy, tak že sa už k tomu nemusíme nikdy vracat', ak pochopíme, že každý pohyb má svoj začiatok, má svoj priebeh, má svoj koniec, každý pohyb – ktorý vznikol – podlieha času, je uväznený v priestore, je konečný, potom pochopíme, že to čo nám podhodil ten utekajúci zlodej, nie je to najdôležitejšie v našom živote. Ak sa stotožníme s pohybom, alebo s nehybnosťou, čo je len forma pohybu, tak zanikáme spolu s pohybom. A v takomto prípade je náš zánik neodvratný.

Ak však jasne pochopíme, že každý pohyb trvá iba určitý čas, potom sa hýbeme, ale nelipneme na pohybe, nehybne sedíme, ale nelipneme na nehybnom sedení. Potom sa prestávame stotožňovať s pohybom aj s nehybnosťou, prestávame mať záujem obzerať si tú veľkú izbu v tom paláci, kde je nekonečné množstvo pohybov, variácií, možností ako sa hýbať, a tak strácame záujem o každý ďalší pohyb, lebo vieme, že princíp je stále ten istý.

Naša pozornosť sa už preto môže zamerať na dvere, ktoré vedú do ďalšej miestnosti. Pokiaľ sme však úplne bezozvyšku nepochopili dočasnosť pohybu, dovedy si problém s pohybom a nehybnosťou zoberieme so sebou aj do tej ďalšej miestnosti. A tento problém nás bude tak rušiť, že nebudeme správne vnímať čo tam je. Naša pamäť bude zatažená problémom, ktorý sme ešte nevyriešili. Pokiaľ sme nepochopili dočasnosť pohybu, dovedy musíme neustále vyvíjať úsilie na to, aby sme zotrvali nehybní. Nezotrvali nehybní úplne hravo, bez úsilia, so srdcom v mieri, s hlbokým pokojom, s hlbokou istotou. Ak však jasne pochopíme dočasnosť pohybu, ak sa odpútame od nutnosti hýbať sa, alebo od akejkoľvek formy pohybu, vrátane nehybnosti, potom nám aj v bežnom živote nerobí problémy zotrvať nehybní, keď chceme byť nehybní, nerobí nám problémy čakať, pokojne stáť, pokojne sedieť, nerobí nám problémy pokojne zaspávať. Lahneme si, znehybnieme, a je nám to príjemné. Naše srdce sa tomu teší.

Pokiaľ cítite, že začínate byť strnulí, pokojne sa môžete pohnúť, odstrániť strnulosť, prípadne si lahnúť alebo sa uvoľniť.

Pohyb a nehybnosť, neustále sa to mení, strieda. Pokiaľ sa nestotožňujeme ani s pohybom, ani s nehybnosťou, nemáme problémy. Akonáhle však začneme lipnúť na nejakej forme pohybu, alebo na nehybnosti, uvoľnenosť sa vytráca, vzniká

napätie, toto napätie sa prenáša do mysle a z mysle do vedomia. Naopak, keď sa nám darí zotrvať nehybní, a je nám to príjemné, tak tento pocit príjemnosti, spokojnosti, istoty, sa prenáša do mysle, do vedomia, naplňuje nás, preniká nami, a to je oslobodenie sa od **nutnosti hýbať sa**.

Ešte raz si pripomenieme cestu k pochopeniu. Je to informácia, je to úsilie, je to všímavosť, je to zotrvávanie, trpezlivosť, sústredenosť, to je jedno a to isté, a napokon pochopenie. Všímavosť vyžaduje čas, podlieha času, úsilie vyžaduje čas, podlieha času, sústredenosť je čas, ale pochopenie je okamžik. Nie je v ňom čas. Keď človek pochopí, okamžite vie, že pochopil. Pochopenie je ako záblesk.

Teraz trošičku predbehneme čas. Pozrieme sa na úrovne, ktoré nás čakajú. Tak trošku zo zvedavosti si vytvoríme nejaké teórie.

Takže existuje úroveň pohybu a nehybnosti. Oslobodenie sa od nutnosti hýbať sa. Tú sme si dnes prešli. Ak sa telo nehýbe, vytvorí sa kontrast, ktorý nám umožňuje jasne vidieť, čo sa deje s myslou. Jasne vidieť myšlienky, predstavy, takže ďalšia izba, ktorá nás ešte len čaká, je izba myšlienok. Keď si ju poriadne prezrieme, keď už budeme vedieť všetko potrebné – stratíme záujem prezerať si ďalšie kúty, pôjdeme do izby predstáv. Keď si tú prezrieme, pôjdeme do izby prítomnosti. Keď si tú prezrieme, pôjdeme do izby javov. Keď si tú prezrieme, pôjdeme do izby rozlišovania. No a keď sa oslobodíme od rozlišovania, prejdeme do izby pocitov. Avšak ani táto izba ešte nie je posledná izba v paláci, ktorý si obzeráme. Lebo až za izbou pocitov, za dverami izby pocitov, je izba slobody. Izba, v ktorej nás už nebude nič zväzovať. Nebude nás v nej už obmedzovať ani pamäť, lebo pochopíme, že pamäť so svojim neustálym porovnávaním, odmezovaním a egom nás oddeluje od celku. Pamäť je vždy mechanická, nikdy nie je tvorivá, je zviazaná zvykmi a daň za pohodlnosť – zdanlivú istotu, ktorú nám poskytuje, je neúnosná. Až oslobodením sa od pamäti získame schopnosť vidieť všetko nanovo a nezaujato v každom okamihu.

Možno teraz niektorí z vás intuitívne cítia, že tento koniec je možné dosiahnuť, že to je v ľudských silách, že to je v jeho silách. Možno že niektorým z vás sa podarilo, aj keď nevedia ako, ocitnúť sa na tomto konci. Cestu zabudli, ale už nemusia veriť, že to je možné, už majú vnútorné presvedčenie, poznanie, že je to tak. Čím hlbšie budeme poznať činnosť nášho vedomia, nášho mozgu, tým častejšie budú záblesky intuície, ktorá ako ostrý lúč preniká až na koniec. Nevykročili sme na cestu, po ktorej budeme nekonečne dlho kráčať. Tak ako každý pohyb vzniká, mení sa a zaniká, tak aj to, čo sme začali teraz vzniklo, bude sa meniť a zanikne. Ak budeme dostatočne usilovní a všímaví a ak v tom úsilí zotrváme, budeme sústredení, nemôžeme minúť cieľ. Naša cesta bude pritom pekná na začiatku, na každej úrovni, a pekná na konci. Čoho sa budeme zbavovať, to je zlo, nenávisť a najmä strach. Pokiaľ ešte bude existovať akákoľvek forma strachu, hoci aj tá najjemnejšia, dovedy si budeme vedomí toho, že ešte kráčame. Že tento pohyb, ktorý sme začali, trvá. Keď strach úplne zanikne, zmizne, a už sa nikdy nevráti, pohyb, ktorý sme začali, skončil.

No a teraz už prestanem rozprávať. Čo dnes bolo treba povedať, to som povedal.

Chvíľočku ešte zotrváme v nehybnosti a v tichu, a po tej chvíľočke, každý sám bude cítiť, kedy sa mu bude žiadať rozhybať sa, ponatahovať, uvoľniť, tak to urobí. Všetko to, čo začína, má svoj priebeh a koniec. Každý končí toto sedenie sám.

KOMENTÁR K PRVÉMU SEDENIU

Takže takto to teda vyzeralo. Nikdy sa to už nezopakuje. Nikdy už neurobím rovnaké sedenie. Jednak preto, že sú v ňom chyby, ktoré som ešte vtedy nedokázal postrehnúť. Aj keď informácie prichádzali dokonalé, pri ich transformácii do slov som sa niekedy neutrafil. Ľudia, ktorí sa zúčastnili sedenia, si to mohli všimnúť pri informácii o postupnosti cesty spejúcej k pochopeniu (v prepísanom texte už táto chyba nie je). Po správnej informácii totiž nasleduje správne úsilie a až potom správna všímavosť. Je to detail, ktorý je však podstatný. Iba takto to totiž funguje. Ak som to v priebehu sedenia povedal naopak, podal som nesprávnu informáciu a preto musel každý, kto ju dostal, pochopiť najprv, že informácia nie je správna. Dokiaľ to totiž nepochopil, vyvíjal nesprávne úsilie, pri vyvíjaní nesprávneho úsilia bol nesprávne všímavý, nesprávne všímavý zotrval v nesprávnej vytrvalosti a preto mohol dospieť len k nesprávnemu pochopeniu. Až keď sa to niekoľkokrát zopakovalo, až potom začal pochybovať o správnosti podanej informácie. Bez pochybností nemal nádej opraviť nesprávnu informáciu. Preto je dôležité, aby poznávajúci nikdy nikomu neveril. Všetko si musí sám overiť. Čo v praxi nefunguje úplne samozrejme, bez vyvíjania akéhokoľvek úsilia, to nie je správne. Správna informácia je vždy efektívna. Speje jasne k cieľu. A to je aj dôvod, prečo neexistujú duchovní učitelia. Tí, ktorí sa za nich považujú alebo vyhlasujú nemajú správne pochopenie alebo podávajú vedome nesprávnu informáciu. Duchovným učiteľom každého človeka je len a výhradne jeho vlastné srdce.

Ak ste teraz prijali informáciu, ktorú som napísal, neustrňte v teórii, lebo aj táto informácia je iba relatívna. Absolútna informácia sa nedá sprostredkovať. Absolútna informácia je vždy bezprostredná. Už aj jej uvedomením si zaniká. Existuje ešte pred uvedomovaním si. Je nezachytiteľná myslou a zmyslami. No a takzvaný duchovný učiteľ si ju nielen uvedomí, ale ešte aj povie. Správna informácia medzitým zahynula. Už neexistuje. Takže počúvajúcí nedostáva správnu informáciu. Realizovaný človek preto nikdy neučí. Podáva relatívne správne informácie s upozornením, že sú to iba relatívne správne informácie. Absolútne boli pred tým, ako dostali formu v jeho vedomí. Aj počúvajúcí ich preto musí počuť pred počutím, vnímať pred vnímaním, cítiť pred cítením. Aby to dokázal, musí k tomu vyvíjať úsilie, musí byť vo vyvíjaní úsilia všímavý a musí v tejto všímavosti vytrvať. Nemôže byť najprv všímavý a až potom vyvinúť úsilie. Takže tu som urobil chybu v pôvodnej interpretácii. Preto bola moja vyslovená (relatívna) informácia nesprávna. Správna mohla byť iba pre toho, kto ju zachytil ešte v jej nevyslovenej (absolútnej) podobe.

Ďalší dôvod, prečo nemôžem urobiť nikdy rovnaké sedenie, je jeho neopakovateľnosť. Už len preto, že aj keby prišli na sedenie fyzicky tí istí ľudia ako predtým, duchovne už tí istí nie sú. Od posledného sedenia sa výrazne zmenili.

Zmúdrelí alebo zhlúpli. Takže telá síce vyzerajú rovnako, no obsah vedomostí a skúseností sa zmenil. Títo ľudia sú inak predpojatí ako boli predpojatí minule. Slová, ktoré boli vtedy správne už dnes správne nie sú. Všimnite si, že ak si túto knižku prečítate po určitom čase, vaše vnímanie čítaného sa zmenilo. Nad čím ste žasli, nad tým už nežasnete, čo vás nahnevalo, už vás necháva ľahostajnými, čo vás vystrašilo, už vás nedesí, a naopak, čo sa vás predtým vôbec nedotklo, to sa vás zrazu veľmi dotklo – ste užasnutí, alebo vystrašení, či nahnevaní. A pritom čítate ten istý text. Nezmenilo sa v ňom ani písmenko. Čo sa teda zmenilo, to je vaše vedomie. Od prvého čítania ste sa už všeličo nové naučili, získali ste všelijaké nové skúsenosti a možno ste aj veľa vecí pochopili. Text je síce starý, ale číta ho nový človek. Preto sa ani sedenie nemôže nikdy zopakovať v podobe, v akej už raz bolo. Ani keby ho viedol dokončený, dokonalý, neomylný človek. A už tobôž, keď sedenia, ktoré čítate, viedol nedokončený, nedokonalý človek. Človek, ktorý ešte podlieha omylom. No vyvíja sa. Pri ďalšom čítaní si môžete všimnúť, že formulácie sa čoraz viac spresňujú. Kráčame spolu. Nekráčame však so zavretými očami, vieme preto, kam kráčame, vytýčili sme si maximálny cieľ, a preto ho nemôžeme minúť.

Po každom sedení boli rozhovory. Nie všetky zachytil magnetofón. Niekedy preto, lebo nebol spustený, niekedy jednoducho prerušil záznam. Nebola v tom žiadna mágia a ani zásah naprirodzených síl. Zvyčajne to bol kontakt. Pri rozprávaní sa pohybujem, a pohyb sa prenáša na diktafón, ktorý je cez transformátor napájaný zo siete. Prívod energie je uvoľnený, občas, najmä ak sa viac pohnem, pohne sa aj on tak, že diktafón prestane nahrávať. No a keďže ho pri rozprávaní nesledujem, až doma zistím, že páska je dokonale tichá. Neraz som však pri rozhovoroch diktafón ani nezapol. Až neskôr som začal byť dôslednejší.

Rohovor po prvom sedení je zachytený. Uvádzam ho taký, aký je. Len s minimom úprav. Nezabúdajme, že najviac sa naučíme chybami. Priateľ nás na ne upozorňuje. Nepriateľ sa snaží, aby sme si ich nevšimli. Keď sme vedľa, chváli nás. Kto je teda priateľ? Ste vždy dost bystrí na to, aby ste to rozoznali?

ROZHovor PO PRVOM SEDENÍ

Tak ako ste sedenie prežili?

(Ticho. Nikto neodpovedá, nikomu sa nechce rozprávať.)

Viete už teda, akým štýlom budú prebiehať naše sedenia. Po nich budeme mať vždy pár minút na to, aby sme si ešte niečo povedali. Pri sedení samom informácie buď pochopíte, alebo si ho musíte zopakovať sami a podstatu informácií pochopíte až dodatočne. A možno že aj priebeh týždňa vám prinesie ozrejmienie si toho, čo som povedal.

Neskôr budú ďalšie úrovne jemnejšie a informácií bude omnoho viac. Na úrovni pohybu a nehybnosti to je pomerne jednoduché, ale ak budeme rozprávať o javoch, tak o javoch samotných sa dá rozprávať niekoľko týždňov. Ale aj princípy na tejto úrovni si povieme. Dá sa na ne pozrieť z rôznych pohľadov. Než to však človek pochopí, môže to trvať aj dosť dlho.

Chcete sa teda niečo spýtať? Niečo vás zaujalo, niečo sa vám nepáčilo, očakávali ste v sedení niečo iné?

(Opäť ticho. Ešte stále nemá nikto chuť prehovoriť.)

Netreba brať to, čo robíme, príliš vážne. Treba to brať tak trošku s nadhľadom, ale treba si súčasne uvedomiť, že toto je začiatok niečoho veľmi vážneho. My budeme totiž postupne spieť k odstraňovaniu zla, ktoré spôsobujeme nielen my, ale aj všetci ľudia okolo nás. Budeme kráčať k pochopeniu toho, prečo život nie je iba pekná a príjemná hra, ale neraz aj hádka, konflikt, bolesť. Postupne budeme vďaka poznávaniu zamieňať nenávisť za porozumenie na všetkých úrovniach.

Na takýchto sedeniach je pomerne veľká fluktuácia, alebo presnejšie: je na nich pomerne veľký obrat ľudí. Nie každý tu zotrúva. Viete už o čo ide. To, čo sa tu robilo a akým spôsobom sa to robilo vám nemusí vôbec vyhovovať. Je veľmi veľa spôsobov ako poznávať. Každý to na úrovni slov a činov robí inak. Aj vy, keď pochopíte súvislosti, budete o nich rozprávať svojším štýlom. Možno že niektorým ľuďom, ktorých poznáte, poviete: „To by mohlo byť pre teba.“ Ale pre vás to jednoducho nie je. Takže už neprídete. Rozhodne sem nechodte nasilu. Keď sa vám nežiada, nechodte. Nakoniec na to, aby ste prišli, musíte aj tak zamietnuť možno dvadsať iných možností, ako stráviť večer. Nemusíte si vybrať práve túto. Čiže selekcia sa robí už v samotných možnostiach, ktoré sa vyskytnú.

Chcete sa niečo spýtať?

Keď sa niekto ponáhľa, kludne môže vstať a odísť. Aj počas cvičenia, keď mu to neseďí, postaví sa a odíde. Nerobte si násilie.

„Mám otázku. Môžem?“

Budem rád.

„Pokiaľ až počas našich stretnutí prídeme? Máte nejaký plán?“

Mali by sme prísť až na koniec. Mali by sme dokončiť to, čo sme dnes začali. Ale budeme to schopní urobiť len vtedy, keď niekto z nás na tom konci bude. Ja tam zatiaľ nie som. Preto vám budem môcť dať kompetentné informácie iba o úrovni, ktorú už dokonale poznám. Na úrovni, ktorú som ešte neprekonal, dokonale nespoznal, budú aj moje informácie neúplné. Nedokonalé. A o úrovni, ktorej obsah ešte len tuším, budem schopný podať iba domnienky. Hypotézy. Takže po určitom čase budete vedieť to čo ja. Od toho okamihu už preto pôjdeme spolu. Spolu budeme spoznávať. Tak, ako sme to urobili pri stretnutiach predtým. Aj pri dnešnom sedení je tu niekoľko priateľov, s ktorými sme skúmali v Petržalskom Klube mladej rodiny. Už dnes mali príležitosť porovnať si, čo som sa naučil a či moja schopnosť sprostredkovať informácie je väčšia dnes, ako pred rokom. Ak áno, potom už aj z dnešného sedenia niečo mali. Ak nie, zbytočne sem chodili, lebo sa nič nové nedozvedeli.

Poznať a vedieť sa o to podeliť, nie je jedno a to isté. Schopnosť objasniť prichádza až formuláciami. Je to preto, lebo slovo nie je vec. Slovo motýľ nie je motýľ. Slovo myšlienka nie je myšlienka. Preto nejaký čas trvá, než človek získa takú presnú schopnosť objasňovať, aby bol pochopiteľný.

Povedal som teda, že od určitého úseku už budeme kráčať spolu. O tom, čo

neviem, nehovorím, že to viem. Čo však viem s absolútnou istotou, v tom ma nemôže nikto pomýliť. K tomu, aby som o tom pokojne rozprával nepotrebujem súhlas jedinca ani spoločnosti. Ja môžem ovplyvniť všetkých, no opak je vylúčený. A to je aj dôvod, prečo nie je dôležité, kto príde na koniec prvý. V tomto smere niet súťaživosti. Už v ríši rozlišovania totiž zaniká rozdiel medzi prvým a posledným. A to je ešte len ríša rozlišovania.

My, ktorí sa tu stretávame, už od začiatku sme všetci priatelia. Niet medzi nami rozdielu medzi mužom a ženou, medzi dospelým a dieťaťom, medzi múdrom a nemúdrom. V tejto miestnosti niet učiteľa ani žiakov. Je tu iba správne úsilie, správna všímavosť a správna vytrvalosť. Nie je tu nič, čo by nás rozdeľovalo. Preto nás všetko spája. Aj rozdiely medzi nami ako osobnosťami. Rešpektujeme sa navzájom takí, akí sme. Neprišli sme sem preto, aby sme sa posudzovali a vychovávali. Naším cieľom je pochopiť. Kráčame všetci spolu. Vpredu je ten, kto najlepšie pozná cestu. Keď stratí istotu v napredovaní, vystrieda ho ten, kto bude mať istotu v napredovaní. Ak budeme kráčať svorne, bez ohľadu na prvého, do cieľa prídeme všetci.

Takže kto príde na koniec prvý, to naozaj nie je dôležité. Dôležité je, aby na ten koniec už konečne niekto prišiel. Niekto, koho môžeme vnímať priamo našim zmyslami. Niekto, kto zruší našu pochybnosť o reálnosti konečného cieľa. Lebo doposiaľ neveríme, že by sa človek mohol absolútne oslobodiť od podmienenosti. Doposiaľ považujeme takýto cieľ za fantazijnú ideu, za výmysel, za čosi nám, obyčajným ľuďom nedostupné, za rozprávku pre dospelých. Čomu neveríme, to nemôžeme ani dosiahnuť. Nemôžeme to dosiahnuť preto, lebo sa o to neusilujeme. Usilujeme sa len o dosiahnutie toho, v čo veríme. Keď však budeme vidieť dokonalého človeka, počuť dokonalého človeka, keď sa ho budeme môcť dotknúť, keď budeme môcť sledovať spôsob jeho života, naše srdce sa prikloní k možnosti realizovať dokonalosť. Nášmu srdcu sa dokonalosť zapáči. A tak sa naše úsilie stane našim srdcovým úsilím, nebude to len intelektuálne naparovanie sa. Pôjdeme do toho celí. Lebo len vtedy, keď do toho pôjdeme celí, uspejeme.

Ako som už povedal, celú cestu som ešte neprešiel. Celú cestu nepoznám. Nevieť, ako budú prebiehať všetky naše stretnutia, čiastočne viem iba priebeh niektorých. Na tomto prvom sme si dôkladne rozobrali pohyb a nehybnosť, takže sme sa oslobodili od nutnosti hýbať sa. Na ďalších si rozoberieme myslenie. Možno na to budeme potrebovať dve – tri sedenia, možno štyri. Nevieť. No a potom nás čaká ríša predstáv. Budeme skúmať, čo nám zlodej, ktorý nás okradol, podhazuje. Či je to, čo nám podhodil, to najdôležitejšie. Či je to to najdôležitejšie, čo nám ukradol. Ak zistíme, že nie, pôjdeme ďalej. Čo nám tak asi podhodí po predstavách? Uvidíme.

Ľudský mozog je schopný realizovať dokonalosť, je schopný dosiahnuť absolútno. Schopnosť ľudského mozgu je úžasná. A pritom to nie je nič zložité. Sami zistíte, keď si budeme postupne objasňovať jednotlivé úrovne pripútanosti, čoho všetkého sme schopní. A aké je výhodné spoznávať zákonitosti. Zistíte, že pritom neustále získavame. A to nie niekedy, ale okamžite, súčasne s pochopením.

Dnes sme sa oslobodili od pohybu. Nemusíme sa už neustále hýbať, poskakovať ako vrabec. Zotrvávame pokojní. Takýmto spôsobom sa postupne oslobodíme aj od ďalších zviazaností. Oslobodíme sa od myslenia, takže sa budeme schopní rozprávať s niekym a pritom nemyslieť. Postupne zistíme, že môžeme čokoľvek robiť a nemyslieť pritom. Zbadáme, overíme si, aké to je úžasné. Aké to je príjemné. Uvedomíme si, že vždy keď myslíme, je tu problém. Keď nemyslíme, nemáme problémy. Súčasne si overíme aj to, že nemyslením sa nestaneme tupými. Naopak, že my sme boli tupí vtedy, keď sme mysleli. Takto to urobíme aj s predstavami, aj s tými ďalšími úrovňami. A všetko to potrvá možno tri-štyri mesiace.

Keď prídeme na koniec cesty, ktorú ešte poznám, ďalej už budeme bádať spolu. Naše stetnutia sú podobné turistickej túre. Kráčame z jedného miesta na druhé, alebo sme na úpäť hory a chceme prísť na jej vrchol. Každý z nás má pritom určité množstvo sily. Niektorí ju vyčerpajú po desiatich kilometroch, niektorí skôr a iní neskôr. Ostáva odpočívať, no ďalší kráčajú ďalej. Na vrchol sa na prvý raz možno nedostane nikto, no keď sa neprestaneme usilovať, čím ďalej, tým dlhšie budeme schopní kráčať, až raz prídeme až na končiar. Keďže my sme už dosť silní, pri ďalšej túre môžeme pomôcť slabším, aby sa aj oni dostali čím ďalej, alebo tiež až na končiar. Takže napokon dôjdeme do cieľa všetci. Okrem toho, keď nás vedie niekto, kto cestu pozná, vyhneme sa blúdeniu. Preto neplytváme silami. Kráčame stále priamo k cieľu.

Možeme si našu cestu ozrejmiť aj z hľadiska nadhľadu. Niektorí vidia cestu z výšky. Ak nás usmerňuje, upozorní nás: „Tadiaľ nechod, budeš sa musieť vrátiť. Je to slepá cesta.“ Alebo nám poradí: „Nekráčaš zle, ale vybral si sa okľukou. Existuje oveľa kratšia cesta. Chod po nej.“ No a možno nám pomôže vyvarovať sa aj príliš nebezpečnému úseku. „Ak pôjdeš tam tou úzkou cestičkou vpravo, môžeš ho obísť.“ Takže takto nám môže pomôcť ten, kto vidí cestu. No nikto ju nemôže prejsť za nás. Každý si ju musí prešlapať sám.

Budem sa snažiť, pokiaľ to len bude v mojich silách, aby sme kráčali priamo a bez zbytočnej záťaže.

Anka? (Anna Repková, manželka rozprávajúceho.)

„Nie je sebapoznávanie sebecké voči druhým ľuďom?“

Nie. Lebo druhých ľudí chápeme len potiaľ, pokiaľ chápeme seba samého. Nikto nechápe tých druhých lepšie, ako seba samého. To znamená, že keď pracuje na tom, aby sám seba spoznal, a niekto mu vytýka: „Ty sebec jeden, ty si tu teraz len tak sedíš namiesto toho, aby si škrabal zemiaky...“ tak ten niekto sa prejavuje ako nerozumný človek. Nepochopil totiž, že ak niekto skúma seba samého, alebo číta hodnotnú literatúru, sleduje hodnotný film, tak z jeho sebapoznávania a poznávania bude mať výhodu aj on. Pracou na sebe samom pracuje človek súčasne aj na okolí, v ktorom sa pohybuje. Sebaskúmanie a skúmanie je vždy prospešné pre všetkých ľudí. Keď sa s takým človekom potom stretnete na ulici, máte radosť. Ani neviete prečo. Keď sa stretnete s nejakým človekom, ktorý na sebe nepracuje, ktorý je vynervovaný, ktorý je taký zľaknutý, že mu oči behajú zo strany na stranu až hrôza, máte strach. Sú ľudia, ktorých sa nebojíte. A to

okamžite vycítite. A sú ľudia, z ktorých máte strach. My sa stávame ľuďmi, z ktorých ľudia strach nemajú. Ale to ešte neznamená, že pred nami nemusia mať rešpekt. Vôbec nie som zástancom dobra. Dobro a hlúposť považujem za jedno a to isté. My budeme spieť k múdrosti. To je rozdiel. Lebo múdry človek jednoducho zlý nie je. Ale dobrý človek, ktorý sa snaží byť dobrý, môže zo samého dobrého úsilia vykonať veľmi veľa zlého. Nechcel. Aj povie: „Ja som to nechcel spraviť.“ Ale spravil to. Múdry človek však neublíži ani nechtiac. Preto sa nemusí ospravedlňovať.

Ešte? Napadlo vám niečo? Cíti sa niekto vyslovene nepríjemne? (*Ticho.*)

KOMENTÁR K PRVÉMU SEDENIU

Medzi jednotlivými sedeniami bol vždy aspoň týždňový odstup. Preto sa základné informácie často opakovali a pripomínali. Ak z čítania tejto knihy chcete mať čo najväčší úžitok, bolo by vhodné nečítať viac kapitol (sedení) v kuse, ale urobiť si medzi jednotlivými kapitolami (sedeniami) prestávku. Odložiť knihu, „ísť do bežného života“, tak ako to robili tí, ktorí prichádzali na sedenia, a až po určitom čase sa k textu knihy opäť vrátiť. Takto sa vyhnete kumulovaniu informácií nad hranicu únosnosti a umožníte mozgu informácie vstrebať.

10. 10. 1995 – 2. sedenie

Takže zaujmite takú pozíciu, ktorá vám je príjemná, a potom sa uvoľnite. Keby ste v priebehu rozprávania pocítili, že vám je pozícia nepríjemná, tak sa pokojne pohnite. Pohnite sa bez ohľadu na to, čo si o tom myslí ktokolvek okolo vás. Ak sa vám stane, že vás zadúša alebo si potrebujete odkašľať, pokojne si odkašlite. Všetky zvuky, ktoré budú prichádzať z okolia, aj ktoré budú v tejto miestnosti, patria k tomu, čo práve teraz robíme. Nevytvárame umelé prostredie.

Začneme s vedomím. Uvedomte si teraz svoje telo, jeho polohu, miesto ktoré zaberá v priestore, vedome si uvedomte, kde ste, zabudnite na všetko, čo sa v priebehu dňa udialo, na všetky starosti-to je minulosť, na všetko, čo vás ešte len čaká-to je budúcnosť, ešte to neexistuje nikde, len vo vašom vedomí, vo vašej mysli. Nevyriešime to teraz, ale ak budeme skúmať princípy, tak sa riešenie objaví.

Relaxácia je dosiahnuteľná v každej mozgovej pozícii, pokiaľ sa vyvíja len toľko úsilia, koľko je treba a nie viac. Takže mali by ste cítiť, že ste uvoľnení nielen v ľahu, ale aj keď sedíte alebo by ste stáli.

Ako som už povedal, na minulom sedení sme sa zaoberali nehybnosťou. Bola to informácia. Je možné nehýbať sa, čiže nehýbať svalmi, rukou, prstami, trupom, nohou, je možné zotrvať nehybný. A že táto nehybnosť môže byť príjemná. To bola informácia. My sme potom zaujali takú pozíciu, v ktorej sme ostali nehybní a všímali sme si, čo sa pritom deje. Takže vedome sme boli všímaví. Nestačilo nám len to, že si povrchno uvedomujeme našu všímavosť, my sme vyvíjali vedome úsilie k tomu, aby sme si uvedomovali čo najviac, čo najhlbšie, aby bol náš proces uvedomovania si čo najširší, aby mal čo najširší záber. A v tejto všímavosti, v tomto úsilí sme zotrvali. Zotrvali sme v ňom niekoľko minút, čo si vyžadovalo

sústredenie, vedomé sústredenie na nejakú činnosť, na nejaké skúmanie. Ak sme v tom dlhšiu dobu zotrvali, ak sme boli stále všímaví, ak sme stále dokázali vyvíjať úsilie a mali sme dost energie a motivácie, a mali sme aj dost sily, aby sme v tom vytrvali, tak sme v konečnom dôsledku pochopili, čo to je nehybnosť tela. Ako je možné dosiahnuť ju, zotrvať v nej a cítiť ju ako niečo príjemné.

Čiže od informácie k pochopeniu viedlo naše úsilie. Teraz našu schopnosť zotrvať nehybní a byť pritom pokojní, bez problémov v tom zotrúvaní, túto schopnosť využijeme na to, aby sme si všimli, čo sa stane s myslou, keď je telo nehybné.

Teda zotrúvame v nehybnosti. Na pozadí tejto nehybnosti môžeme jasne vnímať, čo sa deje s myslou. Môžeme postrehnúť, či aj myseľ je taká nehybná, ako naše priečne-pruhované svalstvo, naše kosti a kĺby, alebo či sa myseľ pohybuje. Ak zotrúvame v nehybnosti a všímavo sledujeme myseľ, postrehneme, že myseľ produkuje slová, myšlienky, predstavy a pojmy. Zotrúvame všímaví, vyvíjame k tomu úsilie, a tak zisťujeme, zisťujeme ako fakt, že sa myšlienky menia, že sa predstavy menia, že je naša myseľ veľmi pohyblivá. Nevytvárame si teórie o tom, čo sa stane s myslou, keď je telo nehybné, aj to čo hovorím je iba teória až dovedy, pokiaľ to človek jasne nevidí svojim vnútorným zrakom, svojim intelektom, svojou bdelosťou. Preto je dôležité, aby to človek uskutočnil sám pre seba, aby teóriu rozpustil, odhodil, aby ju už nepotreboval, aby bezpečne vedel, čo sa deje s jeho myslou, keď je telo nehybné, a aby to vedel bez ohľadu na to, čo o tom hovorí milión ďalších ľudí. Aby bol človek nezávislý na mienke okolia, na skúsenosti ostatných, na vyučovaní niekým a na názoroch vedcov.

Takže takto zisťujeme, čo sa deje s myslou, keď je telo nehybné. A predpokladáme, môžeme to postrehnúť, overiť si, že to isté sa deje s myslou, keď sa hýbeme, keď kráčame, keď sa rozprávame, keď pracujeme.

My sme však teraz vytvorili optimálne podmienky k tomu, aby sme tieto zákonitosti mohli jasne vidieť, mohli priamo skúmať. Čím väčší je kontrast, tým jasnejšie vidíme. Preto zotrúvame nehybní a sledujeme myseľ. A týmto sledovaním zistíme, ako fakt, že v našej myšli vznikajú myšlienky. Keď si spomenieme na niečo, čo sme prežili, na nejaký úryvok z dialógu, ktorý sme počuli, pomyslíme si: „Čo tu robím? Prečo tu sedím?“ a „Čo vlastne chcem?“ a keď sme dostatočne všímaví a dostatočne úprimní, nebojíme sa pozrieť priamo na to, čo je pravdivé, nič si nenahovárime, tak potom zistíme, že myšlienky vznikajú a prichádzajú bez ohľadu na to, či to chceme alebo nie. Že aj keď si zaumienime, že naša myseľ bude takisto nehybná, ako je nehybné telo, nebudeme schopní to realizovať. Myšlienky budú tak či tak prichádzať.

Dnes sa preto zameriame na zistenie spôsobu, akým sa oslobodiť od neustáleho myslenia. Táto časť bude teoreticky najťažšia. Bude tu veľa informácií, ale ak ju raz riadne pochopíme, budeme poznať princíp, ktorý budeme potom uplatňovať na vyšších úrovniach tým istým spôsobom. Každý z vás si bude jasne istý, keď dosiahne oslobodenie sa od myšlienok, a opäť bez ohľadu na to, čo si o tom myslia iní ľudia.

Než sa pustíme do myšlienok, najprv si definujeme, čo to je myšlienka. Musíme vedieť, čo budeme sledovať, čo si máme všimnúť. Čo je teda myšlienka?

Keď chceme niekomu niečo povedať, vyslovíme to. To je hovorená reč. My však teraz zotrávame nehybní, vytvorili sme si optimálne podmienky, nikto sa nás na nič nepýta, nemusíme nikomu na nič odpovedať. Napriek tomu odpovedáme, rozprávame, našou vnútornou rečou, a to sú myšlienky. Pomyslíme si: „Dnes bol pekný deň.“ Pomenovali sme zážitok dnešného dňa. Slovné. To je myšlienka. „Keď večer pôjdem domov, po tomto sedení keď pôjdem domov...“ to je myšlienka. „Ja tu sedím a okolo mňa tiež sedia ľudia.“ Môžeme si pomyslieť aj takúto vec, to je myšlienka. Keď niečo v slovách pomenujem a definujem, nevyslovím to nahlas, tak som myslel. To je myšlienka.

Predstava nie je myšlienka. Keď si niečo predstavím, vidím to svojim vnútorným zrakom, to nie je myšlienka, to je predstava. Pocit nie je myšlienka. Ak sa cítim príjemne, tak to je pocit. To nie je myšlienka. Ak si však poviem: „Cítim sa príjemne,“ tak to je už myšlienka. Je dôležité, aby nám bolo úplne jasné, čo je myšlienka. Lebo naším cieľom bude teraz oslobodiť sa od tohto myslenia, dosiahnuť vnútorné ticho, tak ako sme teraz dosiahli vonkajšie ticho. Okrem mňa tu nikto nerozpráva. Všetci zachovávajú vonkajšie ticho. A našim cieľom teraz bude dosiahnuť také isté vnútorné ticho. Nezastavíme sa, pokiaľ to nerealizujeme, pokiaľ nespoznáme, ako to možno realizovať, pokiaľ sa nedozvieme všetko dôležité o myšlienke. Pokiaľ sa úplne neoslobodíme od myslenia, takže budeme schopní zachovávať vnútorné ticho vtedy, keď budeme chcieť zachovávať vnútorné ticho, tak ako sme schopní rozprávať, ak chceme rozprávať, a mlčať, keď chceme mlčať.

Aby sme schopnosť zotrávať vo vnútornom tichu dosiahli, vytvoríme si postoj pozorovateľa. My si ho vytvoríme, všimnite si už teraz, na tejto úrovni, že to nie je nič nekonečné, že to je náš výmysel, ale nám teraz pomôže. Musíme mať nástroj, ktorý nám umožní pracovať. Naším pracovným poľom je náš mozog, naše srdce. Motyka by nám teraz nepomohla, ale postoj pozorovateľa nám pomôže.

Niekde vo vedomí si teda vytvoríme postoj pozorovateľa, ktorým budeme pozorovať myseľ. Myseľ je menšia, omnoho menšia, ako vedomie, myseľ každého z nás je rozdielna, neexistujú dve rovnaké mysle. Vedomie všetkých nás je však spoločné, preto nie je problém zaujať postoj pozorovateľa niekde vo vedomí, a z tohto bodu pozorovať myseľ. Každý z vás si musí nájsť to správne miesto, odkiaľ myseľ pozoruje. Neexistuje dané správne miesto. Možno že niektorí z vás ho budú mať mimo svoju lebku, tam bude ich postoj pozorovateľa, niekto možno kdesi v lebke, niekto možno v srdci, nie je dôležité, kde to bude. Dôležité je zaujať postoj pozorovateľa a pozorovať myseľ.

Keďže myseľ je niečo, čo pozorujeme zvonku, pomôže nám, keď si ju predstavíme ako priehľadnú sklenenú guľu. Čiže ten pozorovateľ zreteľne vidí čo sa deje v priehľadnej sklenenej guľi, ktorou je naša myseľ. Všimnite si, že sú to strašne jednoduché veci. Že naša práca a náš pracovný nástroj je veľmi jednoduchý. Je to pozorovateľ kdesi vo vedomí, a je to tá priehľadná sklenená guľa, myseľ. Keď sa

objaví myšlienka, niečo si pomyslíte, a už viete, čo to je myšlienka, tak ste si vedomí toho, že ste si niečo pomysleli. Nestotožňujete sa s tým, čo ste si pomysleli, vy ste ten pozorovateľ, ktorý sleduje myšlienku. Takže presne viete, čo to bolo. Čiže ďalšia vec, ktorú sa teraz učíme, ďalší fakt ktorý skúmame a ozrejmujeme si ho, je to, že si dokážeme byť jasne vedomí toho, keď myslíme. Keď myslíme na večeru, sme si jasne vedomí toho, že myslíme na večeru, keď myslíme na nejakú urážku v priebehu dňa, sme si jasne vedomí toho, že myslíme na nejakú urážku v priebehu dňa. Keď myslíme na strach, sme si jasne vedomí toho, že myslíme na strach. Čiže do tej priezračnej sklenenej gule prichádzajú myšlienky.

(Počúť hukot.)

Ten hukot ste mohli pomenovať, vtedy to bola myšlienka, ak ste ho iba vnímali, tak to bol jav. Ak si teraz naň spomínate, tak to je predstava.

Čím sa teraz zaoberáme my, to je myšlienka. A keďže už vieme, ako myšlienky sledovať, môžeme byť zvedaví a začať skúmať, či môžeme mať na myšlienky nejaký dosah, či môžeme myšlienky zastaviť, zmeniť, ako vlastne taká myšlienka vzniká, čo ju podmieňuje, ako sa rozvíja, čo podmieňuje to rozvíjanie, ako myšlienka zaniká, čo sa stane, keď myšlienka zanikne, ako prichádza ďalšia myšlienka a čo je medzi dvoma myšlienkami. Všetko toto musíme preskúmať.

Nevytvárame si teórie o tom, čo chceme skúmať. Keď sa pozeráme na to, ako sa na ulici hrajú deti, nevytvárame si teórie, proste sa na to pozeráme, a to isté robíme teraz. To isté budete robieť, keď si sadnete a znehybníte. Nebudete mať záujem na tom, aby ste začali vnútorne rozprávať. Napriek tomu sa objavajú myšlienky. Môže sa stať, že tých myšlienok bude strašne veľa. Že budete mať dojem, že to je úplný chaos. Takmer nepostrehnuteľná zmes myšlienok. Že jedna myšlienka sa objavila, ani sa nestačila poriadne rozvinúť a už prišla ďalšia. Je to ako keby sa niekoľko ľudí rozprávalo a skákalo si navzájom do reči. Potom hovoria naraz niekoľkí, je z toho chaos. Mnoho ľudí takýmto spôsobom rozmýšľa. Nedokážu vnútorne mlčať, neustále musia myslieť, neustále vnútorne rozprávajú, hádajú sa vnútri svojej hlavy s niekým, niekomu niečo vysvetľujú, pospevujú si nejakú pesničku, vyrábajú si problémy a potom sú nešťastní z toho, že ich bolí hlava, že sú unavení. Aj toto svoje nešťastie pomenujú a ku tomu všetkému priložia ešte ďalšie myšlienky, ďalšie problémy. A tak, keď si lahnú spať, namiesto toho, aby si odpočinuli, zas len rozmýšľajú. Nemôžu zaspáť, preto počítajú ovečky.

(Dlhšie mlčanie.)

Iste ste si teraz všetci všimli, počas tohto mlčania, čo sa dialo s vašou myslou. Jasne ste si vedomí toho, či ste rozmýšľali, alebo či ste dokázali zotrvať vo vnútornom tichu. Takže teraz pre tých, ktorým sa nepodarilo zachovať vnútorné ticho, ktorí majú chaos v myslení, neustále vnútorne rozprávajú, pomôže im, keď v postoji pozorovateľa myšlienky iba nezúčastnene sledujú. Nemá zmysel bojovať s nimi, nemá zmysel odháňať ich, nemá zmysel robiť koncentráciu. Koncentrácia je niečo úplne iné. V postoji pozorovateľa môžeme sledovať ten chaos tak, ako keby sme z okna sledovali dianie na ulici, nezúčastnene. Sprvu tu bude tendencia skočiť po nejakej myšlienke, privlastniť si ju. „Toto je veľmi dôležitá myšlienka,

tú musím okamžite spracovať. Je to veľmi zaujímavá myšlienka, dostal som fantastický nápad, musím ho spracovať, zapamätať si ho, rozvinúť.“ Budú tu tieto tendencie. Preto musíme vyvíjať správne úsilie k tomu, aby sme zotrvali v nezúčastnenom postoji pozorovateľa, ktorý iba sleduje dianie. Keď to budeme robiť určitý čas, nie je dôležité, či dlhšie alebo kratšie, dôležité je to, že keď to budeme robiť určitý čas, myslenie sa spomalí. Ak si zachováme odstup od myslenia, zistíme, že už dokážeme sledovať myšlienky, už to nie je taký chaos, prekrývanie sa myšlienok. Zistíme, že si dokážeme uvedomiť: Teraz myslím na toto, teraz myslím zas na ďalšiu vec, rozlíšim jednu myšlienku od druhej myšlienky. Takže nezúčastneným postojom pozorovateľa dosiahnem to, že myslenie sa spomalí.

Môžem to dosiahnuť aj tak, že vyvinem obrovské úsilie a veľkú koncentráciu – v úvodzovkách – proste budem bojovať s tými myšlienkami, všetky sa budem snažiť zahnať, nechopím myšlienky, ale svojou tvrdosťou, lebo mám pevnú vôľu, ich vyženiť preč. Možno to vydržím minútu, dve alebo päť, a potom sa objaví obrovská únava, už nemám silu, a vtedy sa na mňa všetky tie myšlienky vrhnú a prevrhnú ma.

Toto nerobíme. My pokojne sledujeme každú myšlienku. S akýmsi vnútorným úsmevom, takáto si, takto vyzeráš, ukáž sa, čo si zač, pokojne si ju prezrieme. Tým získavame určitý odstup od všetkých našich myšlienok. Takže jedna časť našej mysle myslí a druhá už začína odpočívať. Udržujeme si tento postoj pozorovateľa. Prezeráme si myšlienky. Do tej priezračnej sklenenej gule, ktorá je našou myslou, prichádzajú jedna za druhou. Neposudzujeme, či je to myšlienka dobrá alebo zlá, príjemná alebo nepríjemná, správna alebo nesprávna. My sme teraz žiadnu myšlienku nevolali, my sme nechceli myslieť, ale keď už raz myšlienka prišla, pokojne sa na ňu pozrieme. Keby sme skúmali myšlienky, či sú dobré alebo zlé, dosiahli by sme to, že by jedna myšlienka priviedla hneď ďalšiu. Spustili by sme reťaz asociácií a to predsa nechceme. My nevoláme myšlienky.

Nie sme asociáli, spoločensky neprispôsobiví ľudia za to, že iba pozorujeme myšlienky. My chceme poznať myšlienky. Poznávanie je pestovanie múdrosti. A múdry človek nikdy nie je asociál. Múdry človek nie je záťažou pre spoločnosť. Naopak, taký človek je soľou spoločnosti, tým vzácnym prvkom, bez ktorého by spoločnosť ochorela. My nerozlišujeme medzi dobrou a zlou myšlienkou iba preto, aby sme spoznali myšlienky. Keby sme totiž rozlišovali medzi dobrou a zlou myšlienkou, toto rozlišovanie by plodilo ďalšie myšlienky a my by sme neskúmali myšlienku ako takú, jej podstatu, ale to, čo vyjadruje. Podstata myšlienky by nám preto unikla. My nerozlišujeme medzi dobrou a zlou myšlienkou preto, aby sme zistili, čo podmieňuje vznik zlých myšlienok. Lebo len keď spoznáme zdroj zlých myšlienok, len vtedy sa dokážeme zlým myšlienkam vyhnúť. Takže za našou zdanlivou nespooločenskou, nehumánnou, je zodpovednosť. Ozajstná ľudská zodpovednosť, a nie iba demonštrácia úsilia byť zodpovedný.

Takže takýmto prístupom k myšlienkam získavame schopnosť nenechať sa myšlienkami chytiť, vtiahnúť do myslenia. V postoji pozorovateľa, ktorý je niekde vo vedomí, sledujeme myseľ, tú priezračnú sklenenú guľu, a skôr či neskôr zistíme,

že v tej priezračnej sklenenej guli je uzučkový otvor. Cez ten otvor prichádza každá myšlienka. Keď vojde, naplní myseľ, naplní ju úplne a bezozvyšku, takže žiadna ďalšia myšlienka tam nemôže prísť. Až keď táto myšlienka odíde, opäť cez ten uzučkový otvor, a myseľ sa vyprázdni, až potom môže prísť ďalšia myšlienka. Takto teda sledujeme, ako myšlienky prichádzajú a ako odchádzajú. A pritom si môžeme jasne uvedomiť, že ešte pred časom sme mali dojem, že myslenie je niečo chaotické. Že myšlienky sa prekrývajú. Teraz, keď sme ich spomalili, zistujeme, že to nie je pravda, že myšlienky sa neprekrývajú, iba sa nám to v tej rýchlosti zdalo. Myšlienky prichádzajú do mysle, jedna za druhou, ale každá ďalšia vždy až vtedy, keď tá prvá odišla.

Čo sme teda spoznali, to je princíp. My neskúmame obsah myšlienok. My skúmame myšlienku ako takú, ako vzniká, ako vchádza do mysle, ako z nej odchádza, ako zaniká. V postoji pozorovateľa, v tom pohľade z okna na ulicu, jasne vidíme, čo sa vonku deje, čo sa deje v našej mysli, v tej priezračnej sklenej guli. Jasne pozorujeme, ako cez uzučkový otvor príde myšlienka, ako ju naplní. „Dnes bol pekný deň,“ pomysleli sme si. Takto sa teda myšlienka realizovala, a potom zanikla, odišla preč. „Zajtra bude tiež pekný deň, alebo možno zajtra bude pršať,“ – to už bola ďalšia myšlienka.

Vieme už teda, že nikdy nemyslíme naraz niekoľko myšlienok, vždy iba jednu jedinú. Myšlienka – to môže byť slovo, a myšlienka – to môže byť rozvinutejšia veta. Čo však tiež nie je dôležité. Rozvinutú vetu môžeme považovať za asociáciu jej prvej časti, ale to tiež nie je dôležité. Dôležité je byť si vedomí toho, že myslíme, keď myslíme. Tak ako je dôležité byť si vedomí toho, že kráčame, keď kráčame, a že ideme cez cestu, keď ideme cez cestu.

Nesnažte sa teraz zapamätať si to, čo rozprávam. Nie je tu nič, čo by bolo potrebné, aby ste si zapamätali. Všetko zapamätané je totiž iba teória, výmysel. Rozprávam len o tom, čo každý z vás sám pre seba musí znovu objaviť, tak ako každý z nás, keď chcel chodiť, musel sa naučiť chodiť, ak chcel rozprávať, musel sa naučiť rozprávať a ak chcel myslieť, musel sa naučiť myslieť. My sa teraz učíme nemyslieť, tak aby sme vedeli nemyslieť, keď chceme nemyslieť a aby sme sa touto schopnosťou oslobodili od **neustáleho myslenia**.

Čo sme teda zistili o mysli, keď sme nehybní? Keď zotrávame nehybní? Zistili sme, že je možné spomaliť myslenie a že keď myslenie spomalíme, tak dokážeme jasne rozoznať jednu myšlienku od druhej. Ale napriek tomu myšlienky prichádzajú, hoci ich nevoláme. My chceme vnútorne zmĺknúť, prestať v duchu rozprávať, napriek tomu rozprávame. Takže to znamená, že ešte o myšlienkach nevieme všetko. Nevieme, čo myšlienky privoláva, ako to že vznikajú, keď sa objavujú, ako to, že zanikajú a prečo keď zmizne jedna príde ďalšia. Sme trpezliví a pokojní, s odstupom sledujeme myslenie, zotrávame v postoji pozorovateľa, nenecháme sa ničím vtiahnuť.

Keď zotrávame v tomto pokojnom pozorovaní myslenia, opäť si skôr či neskôr uvedomíme, a to najskôr v tom strede myslenia, že keď nás myšlienka nejakým spôsobom zaujala, tak sa rozširuje, hromadí, kumuluje, narastá, zväčšuje sa v našej

mysli, v tej priesračnej sklenenej guli, ale keď ju neuchopíme, keď sa s ňou nestotožňujeme, keď ju iba s naším vnútorným, pokojným úsmevom pozorujeme, myšlienka zrazu nemá silu. Vytráca sa, mizne. Povieme si pol vety, a ďalšia zanikne. „Dnes bolo“ začneme, no pokračovanie: „pekné počasie,“ už nebude. Už si to nepovieme. Mihne sa len taká predstava. Ale už tam nebude slovné pomenovanie.

Keď jasne pochopíme, že len od nás závisí, či sa myšlienka rozvíja alebo nie, budeme schopní skrátiť proces myslenia. Aj keď sme myšlienku nevolali a ona preda sa cez ten uzučký otvor vkĺzla do mysle a začala sa rozvíjať, nerozvinula sa úplne, keď sme ju neživili, neuchopili, nestotožnili sa s ňou. Takže táto nevolaná myšlienka odišla skôr, ako sa celá rozvinula.

(Koniec pásky. Rozprávanie trvalo potom ešte asi päť minút. Na začiatku tretieho sedenia sa však podrobne zopakovala celá tá časť, ktorá v tomto sedení páske unikla.)

ROZHOVOR PO DRUHOM SEDENÍ

Rozhovor po druhom sedení nebol zachytený. Z nejakého dôvodu som diktafón nezapol. Možno som nemal ďalšiu pásku, možno sa reč rozprúdila a nepovažoval som za dôležité zaznamenať ju. No a možno som nemal záujem zachovať pre druhých to, čo si tu my, ktorí sme sa vtedy stretli, rozprávame.

KOMENTÁR K DRUHÉMU SEDENIU

Neskôr som si zistil, že viac ľudí by aj prišlo na sedenia, no z rôznych dôvodov nemohli. Alebo bývajú ďaleko, trebárs niekde v Nitre, či vo Zvolene, nebudú odtiaľ chodiť kvôli 90 minútam informácií, alebo síce nebývajú ďaleko, ale mali vážny dôvod neprísť. Takže potom, keď som si toto uvedomil, snažil som sa zachytiť aj rozhovory, ktoré prebiehali po sedeniach.

S týmto, čo som teraz napísal, súvisí aj skutočnosť, ktorú som zdôraznil už na prvom, informačnom plagátiku. Okrem týchto sedení naozaj nerobím nikde inde žiadne iné sedenia. Dôvod na to je jednoduchý: som veľmi pohodlný človek. Nerád sa namáham. Myslím, že v tomto sme si mnohí veľmi podobní. Pre ľudstvo je cesta menšieho odporu veľmi lákavá. Lišime sa však v tom, čo považujeme za námahu. Pre mňa nie je ťažké vstať po piatich hodinách spánku o tretej ráno. Nepovažujem to za utrpenie, vstávam ľahko a s radosťou. No rozprávať ľuďom o blokoch, ktoré si sami nevedome vytvárajú je namáhavé. Opakujem do omrzenia jedno a to isté. Takto funguje myseľ, takto funguje vedomie, toto nás obmedzuje, toto nás oslobodzujú. Takto spejeme k šťastiu, takto spejeme k nešťastiu. Rozprávam, snažím sa, splietam nitky informácií, a potom s úžasom zisťujem, že ten človek alebo tí ľudia ma nepočúvali. Z koláča, ktorý som im ponúkol si povyberali len hrozienka. Nestačím sa preto diviť, prečo sú stále hladní. No bodaj by aj neboli, keď by len mlsali? Čo by spravil rodič s takýmito deťmi? Mávol by rukou, povedal by si: „Veď vy v skutočnosti nie ste hladní!“ a prestal by ich kŕmiť. Počkal by, až naozaj vyhladnú. Potom im bude chutiť aj tvrdý chlieb. A ak poriadne vyhladli, určite nenechajú ani omrvinku.

Vyhľadávať ľudí, aby som ich mohol informovať, oboznámiť o podstate, nemá zmysel. Zčasti som to robil, a zčasti som skúmal, kde sa schádzajú hladní ľudia. Zašiel som si preto na stretnutie s Mahešvaranandom, na stretnutie so žiakmi Sri Chinmoya, na sedenia zen-budhistov a na stretnutia s ich majstrami, ktorí k nim prichádzali z Poľska, z Francúzska a z USA, pobudol som aj medzi jogínmi, a všade som našiel dobre napapkaných ľudí. Guruovia a majstri za nimi stále znovu a znovu prichádzali s misami plnými hrozienok. Nehovorím, že som si nezobol. Tiež si rád zamlsám. No mlsajte neustále hrozienka. Jednak ich až tak strašne neoblubujem, a jednak som sa ich prejedol. Rozprávať týmto dobre napapkaným ľuďom o podstate by bolo zbytočným plytvaním energie. Možno, keby som bol veľmi usilovný, niektorí by čosi pochopili, no na to som, ako som sa už priznal, príliš pohodlný. A – myslíte si o mne čo chcete – vôbec sa za to nehanbím.

Takto som teda zistil, že vyhľadávať ľudí túžiacich po poznaní nemá zmysel. Lebo aj keď som prekonal pohodlnosť a čosi som povedal, väčšinou som narazil na hradbu úcty k učeniu, k obradom a ku guruom či majstrom. „Ako to,“ zhrozili sa žiaci a členovia týchto združení, „že nejaký odkundes si dovoľíš spochybňovať to, čo robíme? Ako to, že má pripomienky k tým, ktorí nás tak úspešne vedú?“ Tí slušnejší a ohľaduplnejší zmĺkli, ale tí bigotnejší, tí mi teda dali! „Ej, ej!“ zháčil som sa, „Len počkaj, kamarát. O chvíľu prestanú biť len slovom!“ A tak som premúdro zmĺkol a s poslušne stiahnutým chvostom som odišiel. Po čase mi to však nedalo, skúsil som znovu, a tak sa to opakovalo až dovtedy, pokiaľ som neodišiel definitívne.

Za definitívny odchod vďačím účasti na Mahešvaranandových narodeninách. Vyliečil ma z posledných ideálov. Príhovor dvoch nefalšovane indických majstrov bol totiž taký úžasný, že som z neho na dva dni ochorel. No a keď som vyzdravel, pochopil som.

24. 10. 1995 – 3. sedenie

Každý z nás zaujal svoju pozíciu. Nevytvárame si žiadne predstavy, nič neočakávame. Vytvorili sme si optimálne podmienky na to, aby sme sa mohli pozrieť do vnútra seba. Sme si vedomí toho, že nás teraz nikto nebude vyrušovať, nikto sa nás nebude na nič pýtať, nebudeme musieť nikomu na nič odpovedať, nemusíme myslieť, nemusíme vytvárať koncepty. Ak budú prichádzať myšlienky, ak sa budú tvoriť koncepty, všetko to bude vznikať z nás.

Všimnime si ešte telo, či je dostatočne uvoľnené, či nie je niekde príliš veľké napätie. Môžeme sa pokojne pomrviť, keď cítime, že to ešte nie je ono, že sme ešte nezapadli do pozície. Aj počas sedenia, keď budete cítiť, že najsilnejší pocit je tlak, nepohodlie, treba to zmeniť. Telo by malo byť v pohode. Ak je v pohode nemusíme nič vytvárať. Nie je tu tendencia hýbať sa. Ak tu nie je tendencia hýbať sa, nemusíme na to, aby sme zotrvali nehybní, vyvíjať úsilie. Naša nehybnosť je úplne prirodzená, spontánna.

O tom, ako sa oslobodiť od nutnosti hýbať sa sme si rozprávali na prvom sedení. O tom, ako sa pozrieť do svojej mysle, ako zaujať postoj pozorovateľa niekde

vo vedomí, ktoré je väčšie ako myseľ, a z toho bodu, kde je ten postoj pozorovateľa, pozorovať myseľ, sme si rozprávali minule. Zopakujeme si tie základné veci, základné fakty, ktoré ste si mohli počas tých dvoch týždňov, ktoré uplynuli od posledného sedenia, možnosť overiť.

Ak je telo nehybné, vytvorí sa kontrast medzi telom a myslou. Takže my jasne vnímame, či aj myseľ je nehybná. Ak sa myseľ hýbe, vieme o tom. Sme si toho vedomí, lebo to je naša myseľ. Aby sa nám myseľ ľahšie skúmala, pozorovala, spoznávala, vymysleli sme si postoj pozorovateľa, tichého svedka. Takže sme sa stotožnili s tým pozorovateľom. V našom vedomí je postoj pozorovateľa, a tento pozorovateľ pozoruje myseľ. Opäť sme si pomohli predstavou. Predstavili sme si, že myseľ je priehľadná sklenená guľa. Je to priehľadná sklenená guľa s jediným otvorom, a cez ten otvor vchádzajú do mysle myšlienky. Keď vojdú, rozvinú sa, naplnia ju a potom odídu.

Ak teraz pokojne sedíme, telo sa nehýbe, sme si vedomí toho, že sedíme a sme si vedomí toho, čo sa deje s našou myslou. Sme si vedomí, to znamená, že registrujeme fakty. My si nevymýšľame, čo sa deje s našou myslou, my nešpekulujeme: „V mojej mysli je teraz to alebo ono,“ my sme si vedomí toho, že myslíme, keď myslíme, sme si vedomí toho, na čo myslíme, keď myslíme. Môžeme si povedať: „Ja teraz nebudem myslieť,“ a sme si vedomí toho, či to dokážeme realizovať, a ak áno, či v tom dokážeme zotrvať. Každý z vás jasne vie, čo z tohto dokáže. My pozorujeme myseľ tak bezpečne a jasne, ako keby sme pozorovali niekde na ulici činnosť ľudí, ako keď v práci niečo robíme, ako keď sa niečoho dotýkame, všetko sú to fakty, nie je to žiadna teória.

Minule sme si definovali, čo to je myslenie. Je veľmi dôležité, aby nám bolo úplne jasné, čo je myšlienka. Pokiaľ sa v tomto ohľade budeme mýliť, nebudeme schopní uvedomovať si, čo sa deje s našou myslou. Zopakujem teda: Čo je myšlienka?

Keď sa rozprávame s niekým, hovoríme, to je reč. Ak sa s niekým rozprávame, on rozpráva a my mlčíme, a pritom v duchu hovoríme: „Teraz nemáš pravdu. Keď prestaneš, ja ti poviem toto a toto,“ to je myšlienka. Keď kráčame po ulici a hovoríme si: „Dnes je pekný deň,“ alebo: „Keď prejdem cez tento most, tak zabočím doprava, „ alebo: „Včera sa mi stalo to či ono,“ keď si to v duchu hovoríme, nie nahlas, tak to je myšlienka. Čiže myšlienka je vnútorná reč a nemať myšlienky znamená, že vnútorne nerozprávame, sme vnútorne tichí. To je stav bez myšlienok. Je dôležité, aby sme si neplietli myšlienku a predstavu. Ak si niečo predstavíme, vidíme to svojím vnútorným zrakom, počujeme svojím vnútorným sluchom, je to niečo, čo bolo, alebo niečo čo bude, to je predstava. Ak si predstavujeme svoj dom, vidíme ho, to je predstava, ale ak si v duchu poviem: „Toto je môj dom,“ to je myšlienka. Je dôležité, aby sme tieto veci jasne pochopili a dokončili to. Aby tam neostala jedna jediná medzierka. Aby sa nám stalo nezvratným faktom poznanie toho, čo je myšlienka a čo myšlienka nie je.

Takže ak sa pozeráme v postoji pozorovateľa, ktorý je niekde vo vedomí do mysle, do tej priehľadnej sklenenej gule a objaví sa v nej myšlienka, nemáme

pochybnosti. Sme stopercentní v uvedomení si toho, čo sa deje. Nás však teraz zaujíma, ako dosiahnuť vnútorné ticho, ticho bez myšlienok. Lebo si môžeme povedať: „Tak fajn. Keďže už viem, čo je myšlienka, prestanem rozmýšľať. Nebudem vo svojom vnútri rozprávať, posadím sa, znehybniem, a realizujem to, čo som si práve predsavzal.“ No možno že aj napriek svojmu predsavzatiu čoskoro zistím, všimnem si, že myslím. „Ja teraz sedím a nechcem myslieť,“ pomyslím si. To je myšlienka. „Ako to, že som si niečo pomyslel?“ To je zas myšlienka. Takže toto sa môže stať. My však trváme na svojom: „Ja nechcem myslieť.“ A pretože na tom trváme, keď zbadáme, že aj napriek nášmu rozhodnutiu prichádza myšlienka, tak s ňou bojujeme. „Musím ju dostať preč,“ posilujeme svoje rozhodnutie, „ja mám silnú vôľu,“ zatneme sa, a svojou vôľou dokážem, že myšlienka už-už vstupujúca do mysle, nepríde. Po piatich minútach takéhoto heroického úsilia sa však cítime ako vymačkaný citrón. Sme úplne znivočení a skončíme s tým. Tomuto hovoríme koncentrácia. „Budem sa učiť koncentráciu. Zajtra to možno dokážem desať minút.“ Ja tomu hovorím hlúposť. Ak to niekto robí, bol nesprávne informovaný. Celá vec je omnoho jednoduchšia a zložitejšia súčasne. Takže teraz si povieme účinné informácie. Také, ktoré fungujú.

Čo sa teda deje s našou myslou a našim vedomím, keď sme nehybní a pozorní?

Ak v postoji pozorovateľa pozorujeme myseľ, môže sa stať, že si pritom jasne uvedomíme chaos. Opakujem to, čo som povedal už minule. Keď o myslí budem hovoriť o desať rokov, alebo to budete hovoriť vy, budete hovoriť to isté. My si nič nevymýšľame, my len objavujeme fakty. Takýmto spôsobom mysleli ľudia pred tisíc rokmi, takýmto spôsobom myslí každý človek. Bez ohľadu na rasu, na vzdelanie, na kultúru. A my teraz skúmame ten princíp akým spôsobom myslíme my ľudia.

Takže spočiatku tu je chaos. Jedna myšlienka sa objaví, druhá ju prekríži, jedna nedoznie, už tu je tretia, a potom ďalšia a ďalšia, melie sa to jedno cez druhé, takže máme dojem, že v tom je chaos. Myšlienka sa prelína cez myšlienku. Nedá sa s tým nič robiť. S chaosom sa nedá bojovať. Bol by to márný boj.

My nebojujeme, my poznávame. Našou najlepšou zbraňou a pracovným nástrojom pri tomto poznávaní je trpezlivosť. Nie pokora. Trpezlivosť. V postoji pozorovateľa teda pokojne a trpezlivo sledujeme, čo sa deje s myslou, keď je telo nehybné. Sledujeme ten chaos. Prirovnali sme si to k sledovaniu diania na ulici. Cez okno sledujeme, čo sa deje na ulici. Nezúčastnene, pokojne, s prehľadom. Ak to robíme dlhší čas, tak sa myšlienky zákonite skôr alebo neskôr spomalia. Zrazu zistíme, že v skutočnosti žiadna myšlienka neprekrýva žiadnu myšlienku, ale že všetky myšlienky sú od seba oddelené. Zrazu jasne vidíme, ako myšlienky idú jedna za druhou, a že to, čo sa nám javilo ako chaos, je v skutočnosti rad za sebou nasledujúcich myšlienok. Nie je to teda mátež myšlienok. Toto je naša skúsenosť, náš poznatok, ktorý získame vtedy, keď trpezlivo pozorujeme myseľ. Zdôrazňujem, že si nevytvárame teóriu. To čo rozprávam sú každým overiteľné fakty.

Keď sa myslenie spomalí, takže už dokážeme rozoznávať jednu myšlienku od

druhej, sme si jasne vedomí, na čo myslíme. Keď myšlienka vznikne, keď vklízne do našej mysle, sme si jasne vedomí že vznikla a je v našej mysli. Jasne sledujeme, ako sa rozvíja, jasne vidíme, ako zaniká a odchádza.

Môžeme si to ukázať. Konkrétne na niektorej myšlienke. Trebárs: „Teraz cvičím.“ Sú to dve slová, ucelená myšlienka. Ak vklízne do mojej mysle, som si vedomý toho, že som si práve pomyslel: „Teraz cvičím.“ V tom momente, keď som túto myšlienku dokončil, tak ako keď dokončím reč, som si vedomý toho, že myšlienka skončila. Keď nahlas hovorím: „Teraz cvičím,“ táto veta mala svoj začiatok, svoj priebeh a svoj koniec. A ja som ju vyslovil. Ak si ju iba pomyslíte, každá myšlienka má svoj začiatok, svoj priebeh a svoj koniec. Nie je možné tento zákon zmeniť. Ak ho jasne spoznáme, tak sme dokončili jednu časť nášho poznávania. Už nie je čo ďalej v tomto smere zisťovať. „Keď sa vrátim domov, napijem sa vody.“ Tiež je to myšlienka. Opäť mala svoj začiatok, to „Keď“, alebo písmenko „K“, „Keď sa vrátim domov, napijem sa vody,“ mala svoj koniec. „Vody.“ Tam je tá bodka na konci. A je preč. Tá myšlienka už v mysli nie je.

Pre nás je teraz dôležité uvedomiť si, že nech je to akákoľvek myšlienka, princíp je stále ten istý. Každá myšlienka má svoj začiatok, každá myšlienka má svoj priebeh, každá myšlienka má svoj koniec. Ak si toto jasne uvedomíme, už niet čo ďalej o tom uvažovať. Nepotrebujeme žiadnu teóriu, sme si absolútne istí, že vieme, čo je myšlienka, že vieme, keď myšlienka prichádza, vieme, keď sa rozvíja a vieme kedy končí. Ak by sme však mali teraz teóriu o tom, ako máme myslieť a o čom máme myslieť, tak zomrieme pri skúmaní tejto teórie. Nemá to koniec. Je nekonečné množstvo myšlienok. Ak budeme skúmať, či to bola dobrá myšlienka alebo zlá, ak ju budeme hodnotiť, stratíme celý život a nedostaneme sa ďalej. Preto prestávame mať záujem hodnotiť myšlienku. „Je tu myšlienka.“ „Nie je tu myšlienka.“ Toto sledujeme. „Teraz vznikla myšlienka, teraz sa rozvíja, teraz zanikla.“ Toto sledujeme. Nie to, čo povedal Jano, alebo Fero, alebo Magda. Akákoľvek myšlienka vznikla, iba ju sledujeme. My sme teraz nehybní, naše telo sa nehýbe. Snažíme sa spoznať myseľ a myslenie. Žiadnu myšlienku nevoláme. Takže keď prišla, nemusíme ju ani hodnotiť. Ale skúmame, prečo prišla. Prečo prišla aj napriek tomu, že sme ju nevolali? Toto musíme spoznať. A keď prišla, a my sme ju nevolali, čo s tým môžeme robiť? Či je možné zastaviť ju, alebo keď už prišla, musí sa rozvinúť a my s tým nedokážeme nič spraviť? Toto musíme pochopiť, lebo pokiaľ to nepochopíme, dovedy budú myšlienky prichádzať aj keď ich nebudeme chcieť. Dovedy sa budú rozvíjať aj proti našej vôli. Dovedy s nami myšlienky urobia všetko, čo s nami budú chcieť urobiť, dovedy budú našimi pánmi, budú nás ovládať, programovať, trápiť. Preto je dôležité, aby sme spoznali proces myslenia, aby sme ovládli proces myslenia, aby sme tie tlačítka v našom mozgu, ktoré ho ovládajú, spoznali, aby sme jasne vedeli: „Týmto tlačítkom myšlienku zastavím. Týmto ju zrýchlim, týmto ju spomalím, týmto zabránim vzniku akýchkoľvek myšlienok.“ Toto teda skúmame.

Je takmer vylúčené, aby sme na tieto veci prišli v bežnom živote. Preto si musíme nájsť tých päť, desať, pätnásť minút času, musíme si ho nájsť, musíme si vytvoriť prostredie, kde sme pokojní, kde nás nikto nevyrušuje, kde môžeme

byť maximálne sebeckí, zavrieť sa do seba. Je to naša ľudská povinnosť, spoznať sami seba. Je dôležité, aby sme neboli nebezpeční pre seba a pre druhých. Takže preberáme zodpovednosť za naše myslenie. Nájdeme si ten čas, sadneme si a učíme sa o myslení. Nie o myslení kamaráta, niekoho známeho, nesedíme a neuvažujeme, čo ten spravil a nemal spraviť, my sedíme a skúmame vlastné myslenie. Teda ak uvažujeme o niekom, to je to **naše** myslenie, nie jeho.

Takže nám je už teraz úplne jasné, čo je to myšlienka. Preto keď v postoji pozorovateľa sledujeme myseľ, a do tej priezračnej sklenenej gule vstúpi myšlienka, naplní ju, vieme o tom. „Je tu myšlienka,“ uvedomujeme si. Ak tá myšlienka odíde, sme si vedomí toho, že máme myseľ prázdnu, bez myšlienky, tichú. Je tam vnútorné ticho. A keď príde ďalšia myšlienka, sme si toho vedomí. Toto sú myšlienky. Takže teraz sme už pripravení naučiť sa o myšlienkach opäť niečo ďalšie.

Sme pripravení prijímať ďalšie informácie, ale potom doma, vlastným skúmaním ich musíme pochopiť tak, aby sa stali našim poznaním. Aby sa nám dostali do krvi, do každej bunky nášho tela. Aby tieto informácie prestali byť teóriou a stali sa pre každého z vás faktom, ktorý bude dokončený, dokonalý, ktorý nikto nemôže nikdy vyvrátiť. Musíme spoznať myslenie tak dokonale, že aj keď bude miliarda ľudí tvrdiť o myslení čosi iné, ako sme my zistili, nemôžu nás ani len zneistiť.

Minule sme si povedali o tom, že keď do našej mysle príde myšlienka, môžeme ju odseknúť. Povedali sme si, že nikdy nemusíme pokračovať v rozvíjaní myšlienky. Tak ako keď rozprávame, niekomu začneme niečo hovoriť, a vidíme na ňom že to nechce počuť, alebo sa zbadáme, že hovoríme to, čo sme nechceli povedať, tak zmĺkneme. Presne to isté, čo môžeme robiť s rečou, môžeme robiť s myšlienkou. Takže sme už našli jeden spôsob, ako ovládnuť myšlienku. „Zajtra ma čaká ťažký deň,“ môžeme si pomyslieť, a potom si to zo zotrvačnosti opakujeme: „Zajtra ma čaká...“ Keď si to uvedomíme, odsekneme už raz formulovanú myšlienku. Jednak preto, lebo túto myšlienku sme si už raz naozaj pomysleli, opakovať ju znovu je úplne zbytočné, a jednak preto, lebo je to negatívna myšlienka. Tým, že sa budeme dnes trápiť zajtrajškom, nezosilnieme. Takže jednou možnosťou, ako sa zbaviť myšlienky, je odseknúť ju vtedy, keď sa začne rozvíjať.

Ak ste toto počuli, je to iba teória, iba informácia. Nemôžem urobiť viac, ako podať informáciu. Ale ak si to vyskúšate a zistíte, že to tak funguje, že len od vás závisí, či sa myšlienka bude rozvíjať alebo nie, tak tá informácia, teória bude zmenená na fakt, a vy to budete bežne robiť. Takže zlé myšlienky nebudete živiť, nebudete podporovať, useknete ich. Začnú sa rozvíjať, ale nerozvinú, odídu, a nie sú v mysli. Až keď sa tá priezračná sklenená guľa, ktorou je naša myseľ vyprázdni, môže do nej prísť ďalšia myšlienka. Skôr nie.

Ak to sledujeme, tak môžeme prísť na ešte jednu metódu, ako sa zbaviť myšlienky. Možno nemáme dost sily odseknúť ju, prerušiť uprostred, ale vieme už, že keď máme v mysli jednu myšlienku, nemôže tam byť ďalšia. Takže využijeme toto naše poznanie, fungovanie princípu myslenia. Ak sa v mojej mysli objaví myšlienka: „Zajtra ma čaká ťažký deň,“ a nie som schopný prerušiť ju, proste

je silnejšia, on ten deň bude naozaj ťažký a ja mám z toho veľký strach, môžeme si vedome pomyslieť čokoľvek iné a myšlienka: „Zajtra ma čaká ťažký deň,“ z mysle vyletí.

Ak sa v našej mysli začne rozvíjať nejaká myšlienka, a my si vedome pomyslíme: „Kilo marhúl stojí tridsať korún,“ hociakú blbosť si môžeme pomyslieť, ale my sme si ju pomysleli, chceli sme ju, my sme si ju vybrali, my rozhodujeme, tak tá myšlienka, ktorá do našej mysle vkrázla napriek tomu, že sme nemali záujem aby sa rozvinula, je preč. Okamžite, keď si toto uvedomíme, keď toto realizujeme a keď sa toto naučíme, čiže nestačí, že to realizujeme len raz, ale stane sa nám to novým zvykom, stávame sa pánmi svojich myšlienok. Od toho okamihu už nie je možné, aby sme mysleli na niečo, na čo myslieť nechceme. Čiže my nestrácame schopnosť myslieť, tak ako som povedal, poznávaním len získavame, my sme získali schopnosť myslieť na to, na čo chceme myslieť. My určujeme o čom rozmýšľame.

Táto schopnosť, ktorú sme získali, ktorú sme sa naučili, tak ako sme sa kedysi naučili chodiť a neskôr rozprávať, takže teraz sme sa naučili myslieť na to, na čo chceme myslieť, nám dáva istotu. Vedomie toho, že myslíme len na to, na čo chceme myslieť, je pre nás veľkým prínosom. Vieme dobre, že existujú negatívne myšlienky – zlé, a že existujú pozitívne myšlienky, dobré. Je zbytočné, aby sme teraz pochybovali o tom, ktorá myšlienka je aká a relativizovali tieto myšlienky. V určitom okamihu a v určitej situácii, každý dobre vie, ktorá myšlienka je dobrá a ktorá zlá. Pre neho. Takže tú zlú nebude rozvíjať, nebude rozmýšľať zle, lebo vie, že keď si povie: „Zajtra ma čaká ťažký deň,“ spustí sa proces, ktorý potvrdí tieto slová. Rozvinie ho. Spustí sa kolobeh predstáv, kolobeh pocitov, zrazu jasne vidíme, čo všetko nás čaká. Tie pocity nás prepadnú, zahalia, a všetko to spustila myšlienka: „Zajtra ma čaká ťažký deň.“ Možno som si ju pomyslel len tak z hlúposti, z nudy, a potom s hrôzou zisťujem, aký to má dosah.

Takže je jasné, že existuje negatívne myslenie a existuje pozitívne myslenie. Existujú celé knihy, ktoré o tomto pojednávajú. A keďže my už vieme, že je možné myšlienku odseknúť, keď sa začala rozvíjať, alebo ju z mysle úplne vyhodiť, tak dbáme na to, aby sme negatívne nerozmýšľali. Nerozmýšľať negatívne je znakom prebúdajúcej sa múdrosti. Ak negatívne rozmýšľame, stávame sa podráždenými, vystrašenými, stávame sa neprístupnými argumentom. Sme naprogramovaní – negatívne. A ľudia sa nás stráňajú, boja sa nás, aj by nám niečo povedali, ale... nepovedia. Ak povedia, tak ich to potom mrzí, lebo my sa do nich pustíme. „Čože mi to tu rozprávaš, čo mi to tu chceš nahovoriť, keď ja viem... že zajtra ma čaká ťažký deň. Nechaj si tie svoje rozprávky pre seba!“ Takže tí ľudia sa nám pokúsia raz pomôcť, no druhýkrát si povedia: „Tak to nie!“

Ak však nie sme tí, ktorí negatívne rozmýšľajú, tak z dvoch možností, a vždy sú dve možnosti, si vyberieme tú dobrú. Ak nám ušiel autobus, nezačneme reptáť na to, že nám ušiel autobus a predstavovať si, čo všetko sme tým stratili, čo sme mohli získať, keby sme ho stihli, ale keďže v nás vzrastá múdrosť, radšej si pomyslíme: „Zmeškal som autobus. Určite to niečo dobré prinesie. Možno by tam

bol nejaký hulvát, v tom autobuse, možno by tam bol zlodej, ktorý by mi ukradol peňaženku, možno v tom autobuse, ktorý ešte len príde, stretnem niekoho, koho mám rád.“ Čiže vidíte, že situácia je rovnaká, no myslenie je rozdielne.

Zopakujme si teda, čo vieme o mysli.

Je možné byť si vedomí každej myšlienky. Vždy máme v mysli iba jednu jediná myšlienku. Je možné byť si vedomí každej myšlienky, ktorú máme v mysli. Ak sa v mysli objaví negatívna myšlienka, môžeme ju pozitívnu, alebo akoukoľvek inou, nejakou neutrálnou myšlienkou, ihneď vyhodiť. Alebo môžeme prestať myslieť túto negatívnu myšlienku, useknúť ju, prerušiť, tak ako prestaneme rozprávať, keď si uvedomíme, že už nechceme ďalej hovoriť. Tieto informácie sú dokončené, dokonalé. Tam už niet čo viac pridať. Princíp je proste takýto.

No naša zvedavosť spoznaním týchto zákonitostí nekončí. Nekončí ani tým, že vedomosti o myšlienkach vybrúsime tak, aby sme ich dokázali uplatňovať aj v praxi. Keď sa objaví negatívna myšlienka, poradíme si s ňou. My rozhodujeme o tom, o čom rozmýšľame. Čiže všetko to, čo si v duchu rozprávame, je pod našou kontrolou. No teraz sme si sadli, znehybneli a sledujeme myseľ. Nemáme záujem rozmýšľať. Chceme si odpočinúť v hĺbke svojej mysle. Chceme zmlknúť a nie neustále „trepať“ jednu vec za druhou, no napriek tomu myšlienky prichádzajú. Na tejto úrovni prestáva byť preto zaujímavé, či je to myšlienka dobrá alebo zlá. My sme žiadnu nevolali. Aj dobrá myšlienka je zlá. My sme ju nechceli. My teraz skúmame, ako je možné mlčať vo svojej mysli, nerozprávať v duchu, byť vnútorne po tichu. Takáto je teda teraz naša zvedavosť.

Ak nám do mysle príde myšlienka, sme si vedomí toho, že sme o niečom začali rozmýšľať, vtedy máme dve možnosti. Neexistuje tretia a iba jedna nemá zmysel. Nie je funkčná. Sú to tieto dve možnosti. Alebo tú myšlienku uchopíme, živíme ju svojím záujmom, chcením, túžbou, rozvíjame ju, alebo ju neuchopíme, nestotožníme sa s ňou, neživíme ju, nemáme záujem o ňu, sme k nej úplne ľahostajní. Keďže ju neživíme, nemôže sa ďalej rozvíjať, nemá silu rozvíjať sa a preto zanikne.

Opäť sme sa naučili niečo, čo je pre celý náš život veľmi dôležité. A naučili sme sa to navždy. Odteraz až do smrti. My sme sa totiž naučili, že môžeme byť vnútorne tichí, stačí len, aby sme neuchopovali žiadnu myšlienku. Ani dobrú. Takže aj keď sa objaví dobrá myšlienka, nemáme záujem. Bez predchádzajúcich informácií je táto informácia úplne zbytočná. Nikto ju nedokáže realizovať. Keďže však máme predchádzajúce informácie, nevyzerá pre nás ako nezmysel úsilie, alebo snaha o úsilie neuchopovať žiadnu myšlienku, ani dobrú. My teraz nehybne sedíme a nemáme záujem v duchu rozprávať, tak ako nerozprávame nahlas, takže akýkoľvek hovor vznikne v našej mysli, my ho neživíme.

Keď to skúsime, keď sme trpezliví, pozorne, bdelo sledujeme čo sa deje s našou myslou. To znamená, keď máme tú správnu informáciu a sme všímvaví k tomu, čo sa deje, vyvíjame úsilie, aby sme zotrvali vo vnútornom tichu a sme vytrvalí vo vyvíjaní tohto úsilia, skôr alebo neskôr pochopíme a dokážeme realizovať vnútorné ticho. Nikto sa to nemôže naučiť za nás. Akákoľvek myšlienka sa objaví, a my už presne vieme, čo je myšlienka, nemáme o tom pochybnosti, nemáme

o ňu záujem. Takže tá myšlienka sa síce môže objaviť, no ani sa poriadne nerozvinie a odíde. Potom sa môže objaviť ďalšia myšlienka, ale medzi tým je ticho. Možno to bolo sekundu, možno to bolo niekoľko sekúnd, možno minútu, ale aj keď to bolo najprv len sekundu, alebo časť sekundy, a my sme si to vnútorné ticho uvedomili, už vieme, čo to je. Už to nie je pre nás teória. Už vieme, že to vnútorné ticho, to je pokoj. Pokoj pri bdelom stave vedomia. Vnímame jasne ako fakt, že je to niečo veľmi pekné a umožňuje nám to byť pokojní vždy. Nielen v nehybnom sedení, keď nás nik a nič neruší, ale aj v priebehu dňa. Umožňuje nám to byť pokojní aj v činnosti.

Keď rozprávame hodinu, dve, všetci učitelia dobre vedia, aké namáhavé je rozprávať. Ale keď myslíme, a my myslíme celý deň, od prebudenia až po zaspanie, okrem toho že pohneme perami, vykonáme všetku činnosť potrebnú k reči. A to je námaha. V priebehu bdenia nie sme schopní odpočinúť si od myslenia. Keby sme od rána až do večera rozprávali, asi by sme potrebovali dlhšie spávať. Ak od rána až do večera neustále myslíme, tak tiež musíme dlhšie spávať. Ak však raz zistíme, že je možné nemyslieť a pritom byť úplne bdelí, zapáči sa nám to. Ak je niečo naozaj dobré, naše srdce nám to bezpečne povie. Je to ten vnútorný pocit, mier v našom srdci, ktorý hovorí: „Je to nádherné. Je nádherné nemyslieť.“

Takže to skúšame. Sedíme, ak príde myšlienka, nechopíme ju. Čím lepšie poznáme, čo to je vnútorné ticho, tým lepšiu máme motiváciu, tým silnejšiu máme vôľu. Čím máme silnejšiu vôľu, tým väčšie je naše nadšenie z toho, že to dokážeme. Čím väčšie je naše nadšenie, tým hlbší je náš pokoj, tým ľahšie sa sústredíme a tým väčšia je naša vyrovnanosť. Byť vo svojej mysli tichý. Kto to raz skúsil, ten je dostatočne motivovaný k tomu, aby to skúsil znovu.

Zopakujeme si teraz to najdôležitejšie z dnešného rozprávania. Ešte v ňom je niekoľko prázdnych miest, niekoľko medzier, dotýkajúcich sa myslenia, o niekoľkých informáciách sme si ešte nepovedali. Povieme si ich nabudúce. Ale je tu už niekoľko faktov, ktoré sme dôsledne spoznali. A je potrebné, aby ste ich dokázali realizovať. Čiže keď sme nehybní, jasne vidíme všetky myšlienky. Sme si vedomí každej myšlienky. Keď myšlienka vznikne, sme si vedomí toho, že vznikla, keď prebieha, sme si vedomí toho, že prebieha, keď zanikne, sme si vedomí toho, že zanikla. Vieme, že zlú myšlienku môžeme useknúť, alebo vyhodiť z našej mysle. Akoukoľvek inou myšlienkou. Tým získavame schopnosť rozhodovať vedome o tom, o čom rozmýšľame. Tým pádom berieme do ruky svoj život. Vieme aj to, že v priebehu dňa, v priebehu bdenia, je dôležité vedieť si odpočinúť od mysle, vedieť zmĺknúť, a nielen neustále rozmýšľať, a že to môžeme dosiahnuť len tým spôsobom, že odmietame všetky myšlienky. Aj dobré.

Nabudúce si povieme o tom, ako je možné pracovať a nemyslieť, rozprávať a nemyslieť, počúvať a nemyslieť. Aké nám to poskytne výhody a ako je možné naučiť sa to. Teraz budeme niekoľko minút úplne ticho. Pozorujte svoju myseľ, skúmajte, čo sa v nej deje, overte si, či som hovoril pravdu, alebo som si vymýšľal – klamal. A keď pocítite, že sa vám žiada rozhybať sa, sami sa rozhybte. Každý sám končí toto sedenie. Takže... mlčím.

KOMENTÁR K TRETIEMU SEDENIU

Čím ďalej, tým zložitejšie budú informácie poskytované v priebehu sedení. Práve toto vedomie, vedomie neustále stupňovanej náročnosti bolo dôvodom k tomu, že som prípadných záujemcov upozornil na nevhodnosť takýchto sedení pre psychicky labilných ľudí. Liečime sa síce, no nie z choroby. Liečime sa z hlúposti. (Alebo z nevedomosti – ak by sa slovo hlúposť mohlo niekoho dotknúť. Podstata je tá istá.) Takéto liečenie je však schopný absolvovať iba ten, kto je vnútorne vyrovnaný. Len sebaistý človek môže zapochybovať o sebe a o všetkých doposiaľ uznávaných hodnotách bez toho, aby tým bol vyvedený z rovnováhy. Kto si preto nie je sebou dost istý, nech ide radšej na jogu, na dynamické meditácie, alebo podobné ozdravujúce cvičenia. Nech pestuje šport, ktorý ho fyzicky a psychicky otuží. Nech behá, nech hrá tenis, nech jazdí na bycikli, nech hrá futbal. Keď bude plný sily a optimizmu, a pritom dost bystrý na to, aby pochopil, že sila a optimizmus sú len relatívne hodnoty, potom bude pripravený hľadať to, čo je absolútne.

Na plagátiku však bola výzva adresovaná nevidiacim a telesne postihnutým. Zatiaľ túto výzvu síce nevyužili, ale možnosť trvá. Či niekto sedí na vozíčku alebo v kresle je úplne jedno. Či má niekto zavreté oči alebo nevidí je úplne jedno. Absolútne je absolútne. Vo sfére absolútna je fyzická forma nepodstatná. Nebolo by to tak, keby sme boli telom, no je to tak preto, lebo nie sme telom. Naša podstata je mimo naše telo.

Takže psychicky labilní nie, ale telesne postihnutí áno. Pravda, len pokiaľ nie sú psychicky labilní.

V priebehu sedení som si však všimol čosi, čo nie je dobrým príslubom do budúcnosti. Potvrdilo sa síce moje upozornenie, aby na sedenia nechodili tí, ktorí už majú svoj smer duchovnej cesty a sú s ním spokojní, no zarážajúce je, že títo ľudia neprestali na sedenia chodiť preto, lebo ich neuspokojovali, ale preto, lebo sa museli rozhodnúť. „Buď tam, alebo ku mne!“ Pochopiteľné to je pri telesne nepostihnutých ľuďoch, no ťažšie už pri telesne postihnutých ľuďoch. Žiaľ, je to tak preto, lebo zatiaľ nevedomosť a nešťastie spája ľudí evidentnejšie, ako múdrosť a šťastie.

Ak človek patrí k nejakej skupine, okamžite sa vyčleňuje z ľudstva. Už nie je človek, ale jogín, už nie je človek, ale nevidomý alebo slabovidiaci. A keďže tieto skupiny nie sú založené na princípoch komún, ale na hierarchii, tak vodca určuje. Či už je oficiálny alebo neoficiálny, ak povie: „Vyber si!“ ak chce člen skupiny ostať aj naďalej členom skupiny, nemá na výber.

ROZHOVOR PO TREŤOM SEDENÍ

Chcete sa niečo spýtať? Niečo vás zarazilo, niečo vás nahnevalo?

„Je takéto dôsledné rozprávanie o myšlienkach potrebné? Čo keď niektorí ľudia myšlienky nepoužívajú? Čo keď jednoducho nemyslím?“

Viem, že Juraj (Juraj Végh, v roku 1996 končí štúdium psychológie – chodil

na všetky sedenia už v Klube mladej rodiny) je nádherný príklad človeka, ktorý sa spočiatku čudoval, že ľudia myslia. O čom to vlastne rozprávam? On predsa nemyslí. O predstavách si budeme hovoriť možno... nie ďalšie, ale to nasledujúce sedenie. Lebo ten istý princíp, ktorý funguje v ríši myšlienok, funguje aj v ríši predstáv. Pravdepodobne ani vy nemáte problém s myšlienkami. Takže tieto veci, o ktorých rozprávam, si môžete pokojne pretransformovať na predstavy. Aj predstavy vznikajú, menia sa a zanikajú. Tieto zákonitosti si však objasníme až potom, keď už budeme poznať myšlienky. Je dobré hovoriť v pravý čas tie pravé veci.

Existujú ľudia, ktorí strážia informácie o myšlienkach a uchovávajú informácie o podstate myslenia v tajnosti. V oblasti činnosti mozgu človeka však nie je nič tajné. Nič, čo by mohlo ľuďom uškodiť. Kto to tvrdí, ten buď nevie o mozgu nič, alebo síce čosi vie, no nechce to prezradiť. Alebo nevie, ako tieto fakty vysvetliť tak, aby ich ľudia pochopili.

Mohol by som vám už od začiatku našich sedení rozprávať o javoch tak, ako o nich rozprával Krišnamurti. Mohol by som o javoch hovoriť z pozície mimozemšťana. Úplne jasne by som o nich povedal všetko potrebné, a predsa by som uchoval všetky informácie (aj keď nechtiac) v tajnosti. Nikto by im totiž nerozumel. Ak niekomu poviete o tom, že myslenie je možné zastaviť, nebude vám rozumieť. Dozvie sa tolko, koľko by sa dozvedel, keby ste mu niečo dopodrobna vysvetlili po španielsky a on tú reč neovláda. Reč, hoci vám jasnú, by vnímal ako blabot. Preto podávam informácie postupne. Nepreskakujem. Ak sme nepochopili predchádzajúce informácie, ďalšie sú zbytočné. To je aj dôvod netrúpať sa, ak vám niečo unikne. Naučiť sa dá história, biológia, chémia, fyzika, zemepis, no my sa nič neučíme. Nedá sa naučiť nemyslieť. Je však možné pochopiť, čo je myslenie, a tak získať schopnosť myslieť alebo nemyslieť. A o toto nám ide. My sa učíme duchovnú reč, slovo po slovo a vetu po vete, tak aby sme rozumeli. Zisťujeme, čo v nás prebieha. Nie v niekom. V nás. Zatiaľ sme zistili, ako v nás prebieha myslenie. Nie myslenie toho alebo ono človeka, ale myslenie nás ľudí. Takže už teraz jasne vieme, čo je myšlienka.

My to vieme, väčšina ľudí to však nevie. Väčšina ľudí si mylí myšlienku s predstavou, pojmom, pocitom, javom, rozlišovaním. Takže majú chaos nielen v myšlienkach, ale aj chaos vo všetkých ďalších spomenutých úrovniach. My ho nemáme. Ak sledujeme myšlienku, tak sledujeme myšlienku. To ostatné nesledujeme. Funguje to, existuje to, prebiehajú pocity, predstavy, javy, no my to nesledujeme. Sledujeme myšlienku. To znamená, že vnútorne nerozprávame. Keď vnútorne rozprávame, vieme o tom. Naším záujmom je teraz rozmýšľať vtedy, keď chceme rozmýšľať a nerozmýšľať, keď nechceme rozmýšľať. Keby sme sa teraz zaoberali aj všetkým ostatným, tak sa nenaučíme ani toto jedno.

Neviem, čo poviem, než otvorím ústa a poviem to. Ja to neviem. Nerozmýšľam. Proste hovorím. A väčšinou nehovorím z cesty.

Keď vás niečo zaujme, keď vás niekto nahnevá, a vy vychrlíte na neho guľomet slov, tak tam nebolo rozmýšľanie o tom, čo budete rozprávať. Niekto vám môže povedať: „Tak to nie je správne. Keby si si to bol premyslel, tak také hlúposti

nenarozprávaš.“ Tak sa vy teraz snažíte rozmýšľať predtým, než niečo povie. Nestíhate. Hovoríte pomaličky. Stretol som ľudí, ktorí vyslovene pomaly rozprávali. Bolo vidno, ako premyslene rozprávajú. To je strašná drina. On sa nútil k tomu, aby si premyslel to čo povie. To je hlúposť. Taký život nestojí za nič.

V ďalšom sedení si porozprávame o tom, ako je možné jednať bez myslenia a prečo je zbytočné myslieť. Takto postupne odbúrime všetky zbytočnosti. Čo to znamená? Znamená to, že na začiatku nášho duchovného poznávania sme v pozícii človeka, ktorý má na sebe veľký batoh. V tom batohu má tehly, kamene, rôzne železo a podobné zbytočnosti. To všetko so sebou neustále vláči. Večer pod tým batohom zomrie, nejaký čas je mŕtvy, a potom precitne, vstane, zoberie celý ten batoh na seba a ide žiť. Aspoň tomu tak hovorí. To, čo robíme my teraz, to je to, že postupne vyhadzujeme z nášho batohu tehly, kamene, rôzne železo a podobné zbytočnosti, až napokon zhodíme aj samotný batoh. To je jediné, čo teraz robíme.

Zbavili sme sa nutnosti hýbať sa. Pokojne sedíte. Keď chcete, pohnete sa, keď nechcete, nehýbete sa. To nie je normálne. To nedokáže každý. Nie je to bežné.

V poznávaní je neraz zavádzajúce to, že ľudia si neuvedomujú, čo získali. Neuvedomujú si, ako zázračne sa vyvíjajú. Čoho sa zbavili, to považujú za čosi úplne samozrejmé. Lenže to, čo ešte nedosiahli, považujú za svoju prehru. My si musíme byť jasne vedomí toho, čo sme získali. My nerobíme (rozprávajúci sa mrví, škriabe, nadsakuje a myká...) a stále, stále. Nerobíme to. Nikto z nás. Takže my sme naozaj získali niečo, čo má obrovskú hodnotu. Jeden veľký kameň sme už spoznali ako zbytočnosť a zahodili sme ho. Takže dokážeme byť nehybní a sme pritom pokojní. My sa nenútime do nehybnosti – to by bola strnulá nehybnosť. My sme v nehybnosti uvoľnení. Sála z nás, žiari z nás to, že sme pokojní. A tento náš pocit sa prenáša na druhých ľudí. Preto za nami prídu, preto nám rozprávajú o svojich ťažkostiach, preto sa s nami chcú podeliť aj o svoju radosť a so svojimi úspechmi. Prichádzajú za nami, neboja sa nás. A my čoskoro odhodíme ďalší kameň. Myšlienky. A tak postupne vyháďžeme z nášho batohu všetky zbytočnosti.

31. 10. 1995 – 4. sedenie

Máme príjemné prostredie a sme tu spoločnosť ľudí, ktorí chcú jedno a to isté. Znehybníme naše telo v takej pozícii, ktorá nám je príjemná. Ak už cítime, že sme pohodlne znehybnení, rozhodneme sa, vedome sa rozhodneme, že sa nebudeme hýbať. Tým, že sme sa takto rozhodli, vytvorili sme určité predsavzatie. Toto predsavzatie je časťou nejakej teórie. A každá teória je v konečnom dôsledku veľká hlúposť. Takže napriek tomu, že sme sa rozhodli nehýbať sa, nebudeme na tom za každú cenu trvať. Ak pocítite, že je lepšie pohnúť sa, ako zotrvať nehybní, tak sa pohnete. My skúmame skutočnosť a necvičíme sa v umení dodržiavať teóriu alebo nejaké zásady.

Ak zistíte, že ste zaspali, že ste nejakú časť prespali, nič sa nedeje.

Aby sa nám tieto informácie ľahšie vnímali, zotrávame v postoji pozorovateľa,

tichého svedka všetkej telesnej a duševnej činnosti. Nestotožňujeme sa s telom, nestotožňujeme sa s vnemami, nestotožňujeme sa s pocitmi, nestotožňujeme sa s myslou a nestotožňujeme sa s vedomím. Čiže čokoľvek sa bude diať, udržujeme si od toho všetkého odstup.

Neviem, či ste si uvedomili, čo znamená to, že nie sme telo, nie sme vnemy, pocity, nie sme myseľ, ale nie sme ani vedomie, ktoré to všetko sleduje...

Spriateľíme sa s prostredím, takže čokoľvek sa udeje, nebude nás rušiť. Uvoľníme sa, nie sme napätí. Ak máme nejakú snahu, pustíme ju, nedržíme, nerozvíjame. Tak ako budú prichádzať slová, budeme ich len počúvať. Nebudeme sa snažiť zapamätať si ich, ani porozumieť im. Čo v okamihu neporozumieme, čo sa nám bude musieť vracat, na čo si budeme musieť spomínať, to pre nás teraz nemá hodnotu. To čo sa vás dotkne, to pochopíte v jednom okamihu. Nebude v tom čas.

Takže teraz sme už pripravení spoznať myseľ, myslenie, myšlienky.

Zotrávame nehybní a je nám to príjemné. Oslobodili sme sa od nutnosti hýbať sa. Túto úroveň sme si prešli hneď na prvom sedení. Nemusíme vytvárať úsilie k tomu, aby sme zotrávali nehybní, my sme sa rozhodli nehýbať sa, tak sa nehýbeme. Je nám to úplne prirodzené.

Keď sme nehybní, nerobí nám problém jasne si uvedomovať, čo sa deje s našou myslou. Môžeme jasne vidieť, či aj myseľ je nehybná, alebo či nie je nehybná. Či sa v nej niečo pohybuje. A my sme si v druhom a treťom sedení rozviedli, čo je to myseľ, čo je to myslenie. V krátkosti si to zopakujeme.

Myseľ, to je tá časť v priestore, v ktorej sa rozvíjajú myšlienky. Myseľ je v našom mozgu. Každý z nás má svoju myseľ, každý z nás sleduje svoju myseľ. Existuje toľko myslí, koľko ľudí. Aby sa nám ľahšie pozorovalo myseľ, vytvorili sme si, vymysleli postoj pozorovateľa. Povedali sme si, že ten pozorovateľ je niekde vo vedomí, pričom vedomie je väčšie ako myseľ. Takže niekde vo vedomí máme postoj pozorovateľa, s ním sa stotožníme, a tento pozorovateľ pozoruje myseľ.

Povedali sme si aj to, že myseľ je ako priehľadná sklenená guľa, takže my jasne vidíme, čo je v mysli. Ak je prázdna, jasne vidíme, že je prázdna. Keď je v nej myšlienka, jasne vidíme, že je v nej myšlienka. Zistili sme tiež, že tá priehľadná sklenená guľa má uzúcký otvor a tým otvorom vchádzajú myšlienky. Myšlienka vklzne, naplní myseľ, bezozvyšku, realizuje sa, zanikne, vyklzne, potom tam je chvíľočku prázdno, a vklzne ďalšia myšlienka. Je dôležité, aby sme jasne videli, že to tak je, lebo pokiaľ to nebudeme vidieť, bude to pre nás len teória. Nebude prakticky použiteľná. Môžeme sa o nej rozprávať s niekým, môžeme tvrdo diskutovať a obhajovať rôzne názory, hovoriť o myslení, napísať o tom knihu, ale prakticky nám to bude na nič. To čo skúmame, to sú duchovné zákony, psychologické zákony, naša psychika, naša duša, naše vedomie. Je to matéria o ktorej získavame poznatky. Nie sú to výmysly. Je fakt, že máme telo, je fakt, že máme mozog, je fakt, že máme myseľ, je fakt, že máme vedomie. Myšlienky sú fakt. A my skúmame fakty.

Povedali sme si tiež, že ak pozorujeme myseľ a sme nehybní, prvé čo zachy-

tíme, to je chaos myšlienok. Myšlienky si prichádzajú ako chcú, odchádzajú ako chcú a my máme dojem, že sa melú jedna cez druhú. Že jedna ešte neodišla a už prišla ďalšia. Že sa križujú. Takže je tu chaos.

Budeme postupne kráčať od jednej úrovne k druhej, každá bude jemnejšia, ale vo všetkých úrovniach sa stretne s chaosom, s prázdnotou a až potom s pochopením.

Na úrovni mysle sme tým, že nezúčastnene pozorujeme myšlienku, nehodnotíme ju, len ju sledujeme, dosiahli spomalenie myslenia. Ak sa myslenie spomalí, jasne rozoznávame jednu myšlienku od druhej.

Čo sa teda stáva, keď zotrývame nehybní dlhší čas a skúmame myslenie? V prvom rade si uvedomíme, ak sme si ešte dovtedy neboli vedomí toho, že my myseľ neovládame. Dovtedy sme si mohli nahovárať: „Ja robím s myseľou čo chcem. Mám myseľ pod kontrolou.“ Bol to klam a my sme na to prišli, keď sme si sadli a zistili sme, že do našej mysle prichádzajú myšlienky bez ohľadu na to, či chceme alebo nie. A že prichádzajú takým spôsobom, že sa v tom nevyznáme. Že ho neovládame. Takže po pseudovedomostiach o našej mysli prišiel chaos. Chaos nie je príjemný, nikto ho schválne nevyhľadáva, nemáme však inú možnosť, ako prejsť týmto chaosom. Iba vtedy, keď ním prejdeme, môžeme sa oslobodiť od nutnosti myslieť. Môžeme ovládnuť myšlienky. Pokiaľ sa myslenie nezastaví, a my vieme, že myšlienky, to je hovorené slovo, my si vnútri seba, v našej mysli rozprávame, to sú myšlienky. Tak ako nahlas rozprávame, rozprávame aj v našej mysli. Akurát že to nevysslovíme. Vieme o tom iba my. To sú myšlienky.

Je potrebné, aby sme si uvedomili, že myšlienka nie je predstava a predstava nie je myšlienka. Aby nás to nemýlilo, my teraz neskúmame predstavy. Aj keď ma počúvate, jasne registrujete, či slovne komentujete to, čo rozprávam, alebo či len proste počúvate. Ste si vedomí toho, či myslíte, alebo nemyslíte. Už teraz. Ak si uvedomujete a zistíte, že myslíte, musíte vyvinúť úsilie k tomu, aby ste spoznali myslenie. Aby ste jeho pochopením získali nad ním moc a ovládli ho. Tak aby ste boli schopní myslieť, keď chcete myslieť, a schopní zostať vnútorne tichí, v duchu nerozprávať, keď chcete zostať vnútorne tichí, keď nechcete v duchu rozprávať.

Povedali sme si tiež o tom, že keď sa myšlienky spomalia, keď už jasne rozoznávame jednu myšlienku od druhej, máme vždy na výber z dvoch možností. Že tá prvá možnosť je uchopiť myšlienku, začať sa o ňu zaujímať, rozvíjať ju, dávať jej silu, a druhá neuchopiť myšlienku, nerozvíjať ju, nemať o ňu záujem, nedávať jej silu.

Pokiaľ začneme myslieť, sme si vedomí toho, že myslíme, a sme zvedaví, o čom myslíme, budeme myšlienkami vždy strhnutí. Preto musíme myšlienky spoznávať až dovtedy, pokiaľ stratíme záujem o obsah myšlienok. Čiže o čomkoľvek začneme rozmýšľať, či už je to niečo zlé alebo niečo dobré, niečo, čo sa neustále opakuje, alebo niečo veľmi tvorivé, akonáhle začneme skúmať obsah toho, o čom myslíme, sme myšlienkou chytení. Vzniknú asociácie, myšlienka pokračuje. Táto síce odíde, ale hneď je tu ďalšia. Jedine vtedy, keď nás už nezaujme, aká je myšlienka, ktorú

myslíme, o čom je to myšlienka, a len si uvedomíme: „Je tu myšlienka,“ len vtedy dokážeme ostať ľahostajní k tej myšlienke. Neuchopujeme ju, nerozvíjame, sme si vedomí: „Je tu myšlienka, a my sme ju nevolali. My sme chceli byť ticho, ticho vo svojom vnútri. Ale napriek tomu prišla myšlienka.“ Takže sa k nej správame ako k nevítanému hosťovi. Nebavíme sa s ňou. Ak sme v tomto dôslední, myšlienka odíde. A medzitým, než do tej priezračnej sklenenej gule, cez ten uzučký otvor príde ďalšia myšlienka, je ticho. Kto nikdy nezažil vnútorné ticho, ten si o tom, čo je vnútorné ticho, môže vytvárať len predstavu. Teóriu. Kto ho raz zažil, nepotrebuje predstavu a všetkým teóriám sa môže vysmiať. Keď niekto rozpráva o vnútornom tichu, okamžite vie, či hovorí pravdu, alebo len fantazíruje.

Vnútorné ticho, to je mlčanie v našej mysli. Nesnažíme sa niekomu niečo vysvetliť, nekomentujeme to, čo sa deje okolo nás, nekomentujeme to, čo sa deje v nás, s nami, je to krásne ticho, veľmi príjemné, ticho bez problémov. Ticho to je ako nič, to je ako prázdno, prázdno bez slov. Takže my sme vyšli z nepoznania mysle, mali sme chybné znalosti o tom, čo to je myslenie, a potom sme to začali skúmať, ozajstne skúmať, a nie špekulovať. Dali sme si tú námahu a pozreli sme sa do našej mysle. A zistili sme, že tam je chaos. No keď sme myseľ spoznali, postupne sme dospeli k vnútornému tichu, čo je prázdno bez myšlienok. Len vtedy, keď dosiahneme toto prázdno bez myšlienok, vstúpime na ďalšiu úroveň. Pokiaľ nám do mysle prichádzajú myšlienky, nemáme možnosť spoznať hlbšiu úroveň, jemnejšiu, tú, ktorá je za myšlienkami.

Takže dosiahnutie prázdna je podmienkou k tomu, aby z toho prázdna vzišlo niečo, čo sme dovtedy nemohli vnímať. Zapamätajme si tento princíp. Funguje na všetkých úrovniach.

Povedali sme si tiež, aký veľký vplyv na náš život má každá myšlienka, ktorú si pomyslíme. Hovorili sme si o negatívnom myslení, že každé negatívne myslenie nás ovplyvní. A ovplyvní nás negatívne. Povedali sme si aj o pozitívnom myslení. Aj pozitívne myslenie nás ovplyvní. Ovplyvní nás pozitívne. Ale len v rámci relativity. Budeme relatívne pozitívne reagovať, relatívne pozitívne myslieť, relatívne pozitívne konať. Z nejakého pohľadu to bude správne, ale nebude to absolútne. A tak sme si povedali, že **lepšie, ako myslieť negatívne, je myslieť pozitívne, ale lepšie ako myslieť pozitívne, je nemyslieť.**

Väčšina z nás sa nemyslieť musí naučiť. Na to, aby sme sa to naučili, musíme získať správnu informáciu. Musíme získať informáciu o tom, že je možné žiť, rozprávať, konať, počúvať, tvoriť, a pritom nemyslieť. Pokiaľ túto informáciu nemáme, nemôžeme dosiahnuť vnútorné ticho. Samé to nepríde a my sa o to neusilujeme. Správna informácia je veľmi dôležitá.

Ak niekto získa správnu informáciu, uverí, že to tak naozaj môže byť, rozhodne sa realizovať to, čo prijal ako správne. To znamená, že sa začne usilovať. Vyvíja správne úsilie, úsilie smerujúce k realizácii správnej informácie. K tomu, aby mohol realizovať správnu informáciu, musí byť všímavý. Musí si všímať, či myslí, keď myslí, musí si všímať, ako myslí. A v tejto všímavosti musí vytrvať. Ak totiž poľaví

v úsilí byť všímavý, nebude ho vyvíjať, nebude všímavý. Bude myslieť a nebude o tom vedieť. Tak ako keď zamykáme dvere a nevieme o tom, ak nie sme všímaví. Naše úsilie je teda podmienené touto vždy sa vyskytujúcou postupnosťou: **Správna informácia, úsilie, všímavosť, potom zotrvávanie v úsilí**, čiže nie sme usilovní sekundu alebo dve, v sedení musíme byť usilovní minútu, viac minút, takže zotrvávame v tom našom úsilí. Ak zotrvávame v úsilí, môžeme pochopiť, môžeme realizovať vnútorné ticho, a potom sa pôvodná informácia zmení na fakt. Teória prestane byť teóriou. Vieru nahradíme poznaním.

Povedať sme si tiež, ako sa môžeme zbaviť negatívnych myšlienok. Že ich môžeme v prvom rade odseknúť. Keď sa začnú rozvíjať, jednoducho prestaneme v duchu rozprávať takýmto spôsobom, a keď sa nám to nedarí, máme tu k dispozícii druhý spôsob. Keď máme v mysli negatívnu myšlienku, akúkoľvek inú si pomyslíme, naplníme myseľ takým obsahom, akým ju chceme naplniť. Tá negatívna tam nemôže ostať, vyhodili sme ju von.

Takže ak nedokážeme byť vnútorne tichí, ale prichádza myšlienka, a je to zlá myšlienka, nenecháme ju tam. Keby sme ju v mysli nechali, začne sa šíriť, mocnieť, až možno prekoná bod, v ktorom sme ešte schopní ovládať sa. Toto nedopustíme. Poznávanie si vyžaduje úsilie. Nie je to nič pre pohodlných ľudí, ale to úsilie, tá nepohoda stojí za námahu.

Určite ste sa už stretli s pojmom meditácia. Možno ste boli na nejakých kurzoch, kde vás učili meditovať. Možno vám ponúkli rôzne techniky, ako sa dostať na úroveň alfa. Možno ste to skúšali, možno ste sa cvičili ako psíkovia v cirkuse, aby ste to dokázali. Ak to tak bolo, nestretli ste sa so správnou informáciou. Aká je teda správna informácia o meditácii? Čo to je meditácia? Ako môžeme meditovať?

Takže čo to je meditácia?

Ak si sadneme a znehybníme, ak sme si vytvorili podmienky na to, aby sme nemuseli komunikovať s prostredím, nikomu na nič odpovedať, ak sa môžeme zahĺbiť do seba, obrátiť pozornosť do svojho vnútra, a pritom prestaneme v duchu rozprávať, prestaneme v duchu vyslovovať slová, ak dosiahneme vnútorné ticho, stali sme sa meditatívni. Toto je meditácia.

Ak sa vycvičíme dosiahnuť meditáciu, tak neustále musíme vyvíjať úsilie, aby sme si ju uchovali. Aby nám nezmizla. Tomu sa hovorí koncentrácia. A toto neustále úsilie vytvára napätie, je to boj. Boj o zachovanie meditácie. Keď si sadáme, vždy máme určité množstvo vnútornej sily. Keď dosiahneme meditáciu, lebo sme sa vycvičili, a zotrvávame v nej, lebo máme pevnú vôľu, skôr alebo neskôr vyčerpáme túto silu. Takáto meditácia je úplne nanič. Ak však spoznáme, čo sú to myšlienky, ak vieme, ako myslenie spomaliť, ak prestaneme mať záujem o myšlienky a myšlienky dokážeme poslať preč, pričom sa tento záujem o myšlienky už neobnoví, tak nevyvíjame žiadne úsilie. My sme úplne pokojní, dokonale sebaisti, istí si našou meditáciou. Vytvorili sme si to najlepšie možné prostredie, tie najlepšie možné podmienky, a v týchto najlepších možných podmienkach zotrvávame v meditácii. Čo sa stane, keď zotrvávame v meditácii? Čo

sa stane, keď trvá vnútorné ticho v našej mysli? Je tam prázdno. Prázdno bez slov. Čo teda môže vidieť pozorovateľ vo vedomí, keď sa pozerá na priezračnú sklenenú guľu, do ktorej už neprichádzajú žiadne myšlienky?

Keď to človek dosiahne, keď v tom zotráva, jasne vidí predstavy, spomienky, fantázie, jasne vníma javy, koncepty, pocity. Keď človek dosiahne vnútorné ticho, nemá problémy. Je to veľmi príjemný stav. Je v tom hlboký odpočinok – byť ticho. A človek si uvedomuje, že toto ticho mu dáva veľký priestor, že nie je bez myšlienok mŕtvy, že veta: „Myslím, teda som,“ je sprostosť. On teraz nemyslí a je viac ako bol predtým, keď myslel. Je bdelší, pozornejší, citlivejší. Je tvorivý. Takto teda zotráva v meditácii, bez akéhokoľvek úsilia, úplne prirodzene. A potom, po určitom čase, vstáva a ide do bežného života. A pritom, v bežnom živote, zachováva všímavosť. Všíma si, či dokáže byť aj v bežnom živote vnútorne tichý, či si dokáže udržať myseľ bez slov, bez neustáleho rozprávania. Je si teda jasne vedomý toho, že rozmýšľa, keď rozmýšľa, kráča do práce a pritom rozmýšľa o niečom. Je si toho vedomý. A môže si povedať, môže sa vedome rozhodnúť: „Ja teraz nebudem rozmýšľať. Je to možné? Je možné kráčať a nerozmýšľať? Pozerať sa a nerozmýšľať? Počúvať a nerozmýšľať? Pracovať a nerozmýšľať? Je možné zachovať si tú pohodu aj v bežnej činnosti?“ A tak to človek skúša a zisťuje, že to je možné. Že keď niekoho počúva a nerozmýšľa pritom, v duchu nerozpráva, nepripravuje si odpoveď, nekomentuje to, čo mu dotýčný hovorí, dokáže jasne sledovať toho, kto rozpráva. A napodiv, keď mu potom odpovedá, nevie ako, nič si nepripravil, spontánne odpovedá, hovorí dobre. Je tu bezprostredná reč. Bez prípravy. A pritom to nie sú nejaké kecy. Naopak, keď sa len mihne myšlienka, „zabreptá“, stratí niť toho, o čom vlastne rozprávali. Takže takto človek zisťuje, aká je hodnota nemyslenia. A že naozaj, lepšie ako myslieť, hoci aj pozitívne, je nemyslieť.

Človek musí mať túto vnútornú skúsenosť, svoju vlastnú, aby vedel posúdiť, čo to je nemyslieť. Takže potom už pri rozprávaní s niekým nemyslí, a keď zistí, že začal vnútorne komentovať, že sa pripravuje, prestane s tým. A tak vzrastá jeho dôvera v nemyslenie, vzrastá jeho sebadôvera. Tak sa oslobodzuje od nutnosti myslieť, a keď sa rozhodne myslieť, myslí hravo. Hrá sa so slovami, s myšlienkami, ľubovoľne si ich formuje alebo rozpúšťa.

Ak človek kráča po ulici a myslí, jeho vnímanie je zastreté. Ak sa rozhodne kráčať po ulici a nemyslieť, lepšie vidí, lepšie počuje, je pozorný, okamžite reaguje. Ak sa potkol, zistí, že myslel, že nebol pozorný, a tak postupne človek poznáva myšlienky ako zlo.

Keď človek pracuje a myslí, myslenie ho ovplyvňuje. Nemá všetky informácie o akcii, v ktorej sa práve nachádza, lebo myslí a myslenie ho blokuje. Ak je človek bdelý, ak tieto veci vidí a sleduje ich, postupne sa oslobodzuje od myslenia. A keď si potom na druhý deň sadá, znehybnie, jednoducho nemyslí, v tom okamžiku je v meditácii a zotráva v nej. Bez úsilia. Je mu to úplne prirodzené.

Táto časť poznávania – získať schopnosť nemyslieť, až ju človek získa, je najkrajšia. Tam ďalej potom začne tvrdý boj. Ale aj keď nezískate viac, naučíte sa len nemyslieť, aj tak veľmi veľa získate, lebo sa zbavíte starostí. Všimnite si,

že nikdy nerozmýšľate, keď nemáte starosti, a vždy keď rozmýšľate, keď v duchu rozprávate, je to len preto, že máte starosti. „Ako mi je teraz dobre, táto vec sa mi podarila.“ Poviete si: Toto myslenie predsa nie sú starosti. Iba mám jednoducho radosť, že táto vec sa mi podarila. Lenže ak tu je myšlienka: „Ako mi je teraz dobre, táto vec sa mi podarila,“ za ňou je skryté výhražné: „Uchovám si tento pocit?“ A ja viem, že nie. A to sú starosti. „Podarí sa mi aj tá ďalšia vec?“ A ja viem, že nie. A to sú starosti.

Myslenie je vždy znakom toho, že máme starosti. Čelo sa zachmúri, cítime napätie v sánkach, cítime napätie v spánkoch, začne nás bolieť hlava. Vtedy keď myslíme, nikdy nie sme tvoriví. Nikto ešte myslením nič nevymyslel. Myslenie, to je látanie z vecí, ktoré už poznáme. Možno z toho zlátame nejakú ďalšiu vec. Bude to len zlátanina, nič nové. Ozajstná tvorivosť – nové veci, vznikajú vtedy, keď nemyslíme. Prídu, netušíme odkiaľ, a zrazu to vieme. Ak píšeme a myslíme, ak píšeme nejaký list niekomu a myslíme, bude to kostrbaté. Ak necháme ruku písať, nič si nevymýšľame, bude to to správne. Ak si chystáme reč, ak rozprávame a myslíme, nebudeme spokojní. Ale ak tá reč priamo prichádza, bez predchádzajúceho myslenia, bude to to správne.

Čiže ak toto všetko spoznáme, bezozvyšku, bez pochybností, tak jasne pochopíme, čo je myslenie. Stratíme záujem o myslenie. Jasným pochopením sa oslobodíme od nutnosti myslieť. Nestratíme tým však schopnosť myslieť. Keď budeme chcieť myslieť, budeme myslieť preto, lebo to chceme, ale už nebudeme myslieť preto, že nevieme nemyslieť, že musíme myslieť, že sme otrokmi myslenia.

Čiže meditácia je stav bez vnútorného rozprávania. Meditácia je vnútorné ticho. A pre človeka je prirodzené zotrvať v meditácii. Myslieť, vnútorne rozprávať je pre človeka neprirodzené, aj keď je to dosiaľ bežné a nenormálne je normálne.

My sme si hneď v tom prvom sedení povedali, že budeme prechádzať z izby do izby, a že len keď spoznáme jednu izbu, prejdeme do ďalšej. V prvom sedení sme spoznali izbu pohybu. A keďže sme ju spoznali, prešli sme do ďalšej izby. Druhá izba, alebo druhá ríša, akokoľvek to nazveme, to je izba myšlienok, alebo ríša myšlienok. My sme ju teraz spoznali. Takže vidíme dvere do tretej, a to bude ríša predstáv. Izba predstáv, tá nás čaká nabudúce.

Okrem toho sme si na prvom sedení povedali, že ku nám prišiel zlodej a ukradol nám niečo, čo je veľmi vzácne. Čo je pre nás najvzácnejšie, a on s tým uteká preč. My sme si uvedomili, že nás okradol, a tak sme sa za ním rozbehli. No on v snahe zdržať nás, pomýliť, postupne odhadzuje kdejaké veci. Najprv odhodil pohyb. Keď sme si ho prezreli zo všetkých strán, keď sme dokonale pochopili, že to nie je to najvzácnejšie, čo nám zlodej ukradol, že nám iba niečo podhodil, strácame záujem o pohyb a bežíme za zlodejom ďalej. Keď zistil, že ho dobiehame, podhodil nám myšlienky. My sme si ich prezreli, spoznali sme ich ako niečo o čo nestojíme, nie je to to najvzácnejšie, čo nám zlodej ukradol, a tak aj myšlienky odhodíme a utekáme za zlodejom ďalej. Nabudúce nám podhodí predstavy, takže sa na ne pozrieme. Predstavy v zotrúvaní v meditácii. Je to tá najvzácnejšia vec, ktorú nám ukradol? Alebo nám tiež podhodí iba nejaký „šmejd“?

Nabudúce sa na to pozrieme. Teraz končíme dnešné rozprávanie. Čo bolo treba povedať, to som povedal. Každý ešte pokojne zotrvať v tom rozpoložení, ktoré ste dosiahli. Potom, keď budete cítiť, že sa vám žiada rozhybať, sami sa rozhybete. Každý sám končí svoje sedenie.

Ak sa niekomu žiada rozhybať sa už teraz, nech sa pokojne rozhybe. Alebo zmení pozíciu a odpočíva.

KOMENTÁR K ŠTVRTÉMU SEDENIU

K tomu, aby sme sa ako skupina ľudí, ktorá sa zamerala na sebaopoznanie, dopracovali až k oslobodeniu sa od myšlienok, potrebovali sme takmer štyri hodiny informácií. Ale to ešte neznamená, že každý z počúvajúcich už ovláda svoje myslenie. Než sa zvyk myslieť zmení na schopnosť vedome sa rozhodnúť, či chcem myslieť alebo nechcem myslieť, trvá to určitý čas. Zvyk myslieť sa v nás totiž vyvíjal roky. Nezanikne zo dňa na deň. My intelektuálne pochopíme princíp myslenia, ale to ešte neznamená, že to chápe aj naše srdce. Srdce je cit. Cit sa nedá ovplyvniť vôľou. Môže sa prekonať alebo potlačiť, no nie ovplyvniť. Bolesť môžeme prekonať alebo potlačiť, no nezmizla. Pokiaľ trvá to, čo ju spôsobuje, trvá aj bolesť. A ak v jej prekonávaní alebo potláčaní poľavíme, naplno sa rozvinie. Zanikne až vtedy, keď zanikne príčina, ktorá ju spôsobuje.

Príčinou myslenia je v prvom rade kultúra, ktorou sme podmienení a v druhom rade vedecké poznanie. Nemyslenie sa všeobecne považuje za znak hlúposti. „Ty hlupák jeden, myslí predsa!“ A máme to. Takže budeme myslieť, aby sme neboli hlupáci. Vyvíjame k tomu úsilie. Keďže však informácia, ktorú sme získali, nie je správna, aj naše úsilie je potom nesprávne. Keďže je naše úsilie nesprávne, je nesprávna aj naša všímavosť. Nevšímame si nemyslenie, ale myslenie. My nechceme nemyslieť, ale myslieť. A v tejto všímavosti vytrvávame. To je nesprávna vytrvalosť. K čomu tak asi môže spieť? Pravdepodobne k nesprávnemu pochopeniu. My sme pochopili, že myslieť je správne, čo je nesprávne pochopenie. Nedajbože, aby nám to však niekto povedal. Vysmejeme ho, vyhrešíme, zbijeme, upálime. Kacír akýsi. Takto sme to robili a takto sa to niekde ešte stále robí. Našťastie, už nie všade. Preto sú aspoň niektorí z ľudí už ochotní vypočuť si aj správnu informáciu o myslení. A táto správna informácia znie: „Lepšie, ako myslieť negatívne, je myslieť pozitívne. Lepšie ako myslieť pozitívne, je nemyslieť.“ Na pochopenie prvej časti správnej informácie nemusí byť nikto nejako zvlášť bystrý. Na pochopenie druhej časti informácie musí byť informovaný veľmi bystrý. Lebo iba vtedy, keď vytuší jej hodnotu, a nezamietne ju a priori, ale začne ju skúmať, iba vtedy vyvinie správne úsilie, správnu všímavosť. Bude vytrvalý v správnej všímavosti, čo je správna vytrvalosť, a takto vytrvalý dospeje k správnej pochopeniu. Spozná myslenie a spozná nemyslenie.

No a teraz podme vyrývať. „A čo keď je tá prvá informácia správna a nie druhá?! Čo keď je správne pochopenie toho, že myslenie je znakom múdrosti?! No?! Tak ako to je vlastne?!“

Fajn. Povyryváli sme si. Takže je na čase myslieť.

Prax. Výsledok. Uznávate takéto ukazovatele? Predpoklám, že áno. Ak áno, môžeme ďalej rozmýšľať. Ak nie, potom nechcete poznať. Potom ste nepolepšiteľný vyrývač. Keďže však nepolepšiteľný vyrývač nemôže nikdy k ničomu dospieť, lebo všetko spochybniť, navrhoval by som, aby sme sa rozlúčili. Moje hobby nie je donekonečna rozprávať.

Keďže sme sa s nepolepšiteľným vyrývačom rozlúčili, a už sú tu len tí, ktorí argumentujú s úsilím dospieť k výsledku, poďme na to. Prax. To je náš výsledok. Aká je teda prax?

Pracujem. Kontrolujem súčiastky na páse. Dávam pozor, aby pás neopustila zlá súčiastka. Dobré pritom viem, ako vyzerá dobrá a ako vyzerá zlá súčiastka. Musím pritom myslieť? Čo sa stane, ak sa zamyslím? Pohľad sa mi zahmlí, pozerám, no nevidím. A tak mi zlá súčiastka unikne. Nesplním svoju úlohu. Pomáha mi v tomto prípade myslenie? Alebo sa snažím nemyslieť a byť sústredený len na kontrolu súčiastok?

Kto myslí aj vtedy, keď nechce myslieť, ten má pri kontrole súčiastok problémy. Kto sa teda v konečnom dôsledku prejaví ako hlupák? „Na čo myslíš, prosím ťa?! Ako to, že si toto a toto nechal prejsť?! Na čo si tu?!“ Teraz však uvážme: Je potrebné myslieť k tomu, aby sme dokázali vyradiť zlú súčiastku, keď dobrú od zlej na prvý pohľad rozoznáme?

Poďme však k inému príkladu. Hráme šachovú partiu. Každý uzná, že pri tom treba rozmýšľať. Možnosť, ako pohybovať figúrkami je veľmi veľa. A my si musíme zvoliť tú najoptimálnejšiu. Náš súper sa však snaží o to isté. Intelekt iskrí o intelekt. Je to jasné? Myslíme. Ak sme ten, kto prijal prvú informáciu, to je informáciu, že myslieť je správne, potom neustále myslíme. No a čo nám myslenie pritom vyvádza? Ak už vieme, ako chceme ťahať, no súper zatiaľ váha, ono sa to točí ďalej. Lenže beda. Zrazu zistujeme, že myslíme na včerašok, na zajtrašok, na večer, na to a na ono, len nie na partiu šachu. Zbadáme sa. Zatrasieme hlavou. „Fuj myšlienky! Rozptyľujete ma!“ Takže sa sústredíme, ale ako na potvoru, do šachovej partie sa nám neustále miešajú aj také myšlienky, ktoré do nej nepatria. Jedno myslenie nám teda pomáha, druhé nás hatí. Čo poviete, ako by sa hrala šachová partia bez myslenia, ktoré nás hatí? Lepšie alebo horšie? A ako sa asi hrá tomu, kto prijal ako správnu informáciu informáciu o tom, že lepšie ako myslieť negatívne je myslieť pozitívne a lepšie ako myslieť pozitívne je nemyslieť? Vyvinul úsilie, bol všímavý, bol vytrvalý a keďže pochopil, dnes už dokáže myslieť, keď chce myslieť, a nemyslieť, keď chce nemyslieť. Takže nie je vyrušovaný nemiestnými myšlienkami ani vtedy, keď súper rozmýšľa a on iba čaká.

Kto má ešte potrebu vyrývať? Je jasné, o čo nám išlo? „Myšlienka je zlý pán ale dobrý sluha.“ S myšlienkou je to teda rovnako ako s peniazmi. Čo nám teda potvrdila prax? Potvrdila nám, že je dobré vedieť myslieť, ale je dobré vedieť aj nemyslieť. Myslieť všetci vieme. Myslí aj imbecil a debil. Ale nemyslieť vedia len zvieratá, kreténi a inteligentní ľudia.

Nikto, kto neprekročil hranicu myslenia, nevojde vlastným úsilím, vedome, do ríše predstáv – do meditácie. Môže sa tam dostať iba pomocou druhých ľudí,

hypnózou, alebo pomocou drogy. Nikto, kto nevykročil z obce, v ktorej žije, nepozná iné obce. Len tú svoju. Taký človek by nemal šíriť informácie o druhých obciach. Nebude totiž šíriť správne informácie. „Čo to trepeš?“ usmerníte ho, keď sa o to pokúsi. „Čo ty vieš o Bánovciach, keď si tam nikdy nebol?“ A on zmlkne. O ríši za myšlienkami však kdekdo veľmi fundovane rozpráva. A nikto ho neusmerní. Prečo asi?

To je hrozné, akí sme my ľudia domasedi...

ROZHOVOR PO ŠTVRTOM SEDENÍ

Prežili ste to v zdraví? Zase sme hodinu sedeli. Trošku sa pohýbte, lebo sme strnuli. Táto časť rozprávání, počas ktorých sme si povedali všetko podstatné o nehybnosti a o mysli, bola relatívne najťažšia. Relatívne preto, lebo všetky ostatné budú omnoho ťažšie. Ale... zvládnuť túto časť, čo by malo byť povinnosťou každého človeka, bolo náročné najmä kvôli prvej zmene nazerania. Po prvý raz sme prekročili hranice, ktoré sa zdali neprekročiteľné. Prekročiť tie ďalšie bude zložitejšie, napriek tomu však budeme na tom lepšie, ako sme boli na začiatku nášho skúmania. Vieme už totiž, zistili sme, že neznáma sa nemusíme báť. Že za hranicou zdanlivo nemožného sú nové možnosti. A že tie možnosti stoja za námahu. Predtým, keď sme túto skúsenosť nemali, naša motivácia vydržať bola slabšia. Takže hoci odteraz budeme narážať na stále väčšie prekážky, naša dôvera bude súbežne s ich postupným prekonávaním vzrastať. A práve táto dôvera nám bude najviac pomáhať.

Ako som už povedal, ovládnuť vlastné myslenie by malo byť povinnosťou každého človeka. Pokiaľ ho neovláda, je nebezpečný sebe aj okoliu. Taký človek je nevyspytateľný a preto nespoľahlivý. Bez znalosti vlastného myslenia by nikto nemal dostať ani občiansky preukaz. Som presvedčený, že taká abnormálnosť, aká je dnes bežná, totižto to, že ľudia, ktorí nevedia správne myslieť, rozhodujú za druhých ľudí, v blízkej budúcnosti úplne zanikne. Správne myslenie nie je relatívny pojem. Čoho dlhodobým výsledkom je vzostup a nie pokles, to je správne.

Chcete sa niečo spýtať v súvislosti s týmto, alebo s čímkoľvek? Pokojne sa spýtajte na čokoľvek, čo vám napadne. Ja tu nie som v pozícii učiteľa, iba sa rozprávame o veciach, ktoré nás zaujímajú. Rozprávame sa ako rovný s rovným. Tak nech sa páči.

„Chcel by som sa spýtať, aké je to, keď človek číta a nemyslí. Či je vôbec možné čítať a nemyslieť.“

Na túto otázku predsa viete už sami odpoveď. Ak čítate a pritom myslíte, tak nečítate. Vy nevnímate, čo čítate. Vy nemôžete čítať a myslieť. To sa nedá. Bud čítate, alebo myslíte. Takže nielenže je možné čítať a nemyslieť, ale je nemožné čítať a myslieť.

„Ale ja to myslím tak, že keď čítam, tak myslím. Hovorím si to, čo čítam.“

To nie je myslenie. My sme si jasne vysvetlili, čo je myslenie. Myslenie je vtedy, keď vnútorne rozprávate. Prečítate si vetu...

„Veď práve o tom hovorím!“

Áno. Hneď si to vysvetlíme. Ide o nedorozumenie. „Táto knižočka je súhrnom...“ Takto si čítame. To nie je myslenie. To si čítame. Ale ak by som čítal očami: „Táto knižočka je súhrnom...“ ale pritom si myslím: „Som hladný, mal by som sa najesť,“ tak to druhé je myslenie. Ak čítam a myslím, potom „nečítam“. Takže keď si uvedomím, že som myslel, musím sa vrátiť k tomu, po čom som iba prebehol očami (ak čítam dobrý a hustý text), lebo mi unikol. Ak si v duchu hovorím to, čo čítam, tak to je normálne. Ak je ťažší, dôležitejší text, bežne to robím. Lahší text je možné čítať aj očami. Je to oveľa rýchlejšie, ale aj povrchnejšie. Preto, ak chcem naozaj jasne vnímať, tak to čo očami čítam si v duchu hovorím. Nie som veľmi zástancom rýchleho čítania. Rýchlo prebehnem Nový čas, aby som zistil, kto koho zahrdúsil, nemusím si to čítať. Ale ak mám v ruke dobrú knihu, dobrý text, tak ho čítam. Ale to nie je myslenie. Okamžite, keď začnem pritom myslieť, už nevnímam to, čo čítam.

To, čo sme si teraz vysvetlili, sú úplne jednoduché veci, ktoré vlastne poznáme, len sme si ich doposiaľ možno slovne neformulovali. Bežne to, o čom sme sa rozprávali, robíme. Nemyslenie je pre všetkých nás celkom samozrejmá vec. Ak nás niekto prekvapí niečím, čo je veľmi príjemné alebo nepríjemné, vtedy nemyslíme. Vtedy sme jednoducho prekvapení. Na myslenie musíme mať čas. Musíme mať čas na to, aby sme začali vnútorne komentovať. „Tento človek ma prekvapil takýmto spôsobom,“ to je už myslenie. Ale to znamená, že tá udalosť už odznela. Už neexistuje. Existuje už len v mojej mysli a ja si na ňu spomínam. To už je iná udalosť. Medzitým, čo si ja spomínam na tú, ktorá bola pred chvíľkou, všeličo sa môže udiť, no ja o tom neviem, lebo som myslel. Myslenie človeka blokuje.

(Chvíľa ticha. Potom:) **Myslíte teraz?**

„Ostali ešte tie prepísané rozprávania z minula a predtým?“

Myslím, že už nie. Už sa všetky rozdali.

Ak si záznamy toho, čo som rozprával čítate, je dobré prečítať si ich len raz za čas, alebo raz alebo dvakrát za život. Okamžite, keď pochopíte, čo som sa usiloval vyjadriť, písaný text je už pre vás ďalej úplne zbytočný. Medzi pochopením a informáciou je však stále úsilie, o ktorom som sa už tiež zmienil. Niekto pochopí okamžite, niekto pochopí neskôr, ale každý, kto sa snaží, pochopí. V tomto smere neexistuje výnimka. Aj keď nám niekto namerá IQ 80, aj tak to zvládneme. Vo výške IQ to nespočíva. K pochopeniu princípov, čiže celkom elementárnych vzťahov, nie je potrebné mať IQ 120. Naopak, čím vyššie je IQ, tým ťažšie je pochopiť. Takzvané „veľmi inteligentní“ ľudia totiž nedôverujú jednoduchosti. Skomplikujú ju v dobrej vôli urobiť ju takou zložitou, aby jej mohli uveriť. Niet sa preto čomu čudovať, ak takzvaným „mimoriadne inteligentným“ ľuďom skutočná múdrosť uniká.

Termín takzvané inteligentní ľudia som nepoužil náhodou. To, čo sa bežne meria ako inteligencia, totiž nie je inteligencia. Meria sa iba intelekt. Inteligencia je nemerateľná. Inteligencia nie je podmienená rozlišovaním, rozdeľovaním, porovnávaním, netrvá, ale neustále plynie. Preto to, čo sa zastavilo a my sme

to odmerali, vyhodnotili, už nebola inteligencia. Preto nech sa nikto, komu namerali nižšie IQ, netrápi. Zbytočne sa cíti na koni ten, komu namerali vysoké IQ. Je to výhoda len vo svete prejaveneho vedomia. Vo svete neprejaveneho vedomia, ktorý jediný je skutočný, to je nevýhodou. Ale k tomuto sa dostaneme neskôr. Zatiaľ postačí uvedomiť si, akú má čo hodnotu. Je dobré uvedomiť si, že „obyčajný“ človek s dobrým srdcom má väčšiu nádej stať sa naozaj inteligentným, ako všetkými masťami mazaný „inteligent“.

Myšlienky, tak ako reč, vytvárame my. My si myslíme. Čo si myslí Julián, to je jeho myslenie. To nie je moje myslenie. Keď myslí Repka, to je Repkove myslenie, a nie Juliánove myslenie. My si môžeme myslieť o tom, čo myslí druhý človek, ale nikdy to presne nevieme. Iba sa domnievame to, o čom asi rozmýšľa. Ak to nahlas povie, potom to vieme. Ale každý z nás by mal presne vedieť, jasne vedieť, o čom rozmýšľa. Lebo to je dôležité. Veľmi dôležité. Ak začnem rozmýšľať o tom, ako susedovi vykrútim krk, len tak zo srandy, nie je to sranda. Ja ho nabudúce stretnem a poviem mu nejakú takú vec, ktorá ho vytočí. Jeho to vytočí a ja mu vykrútim krk, lebo na mňa zaútočil. A to už naozaj nie je sranda. Čokoľvek si pomyslíme, má to na nás dopad. Čokoľvek povieme, má to dopad na druhých ľudí.

Myslením začína zlo. Reč a čin je dôsledok myslenia. My postupne myslenie, ktoré je príčinou zla, vymažeme. Dokonca vymažeme nielen myslenie. Vymažeme celú myseľ. Ešte aj predstavy, o ktorých si budeme rozprávať nabudúce. Sú súčasťou mysle. Ani tie nie sú správne. Potom vchupneme priamo do vedomia. Mysleľ preskočíme. Pošleme ju preč. No aj tam ďalej, za myslou, vo vedomí, je toho na skúmanie ešte strašne veľa. Ak budete tieto zákonitosti skúmať priamo v sebe, budete súčasne so sebazpoznávaním spoznávať aj ostatných ľudí. Tak, ako som už povedal, myšlienky môžeme mať rôzne, každý z nás má iné myšlienky. Neexistujú dvaja ľudia, ktorí by mali rovnaké myšlienky. Možno občas povedia dvaja ľudia naraz to isté, lebo mysleli naraz na to isté, občas, na chvíľočku sa to môže stať. Ale paralelné dlhodobé myslenie neexistuje. Myslenie totiž vytvára individuum. Myslenie nás navzájom, jedného od druhého, oddeľuje. S vedomím to je však presne naopak. Vedomie nás ľudí spája, no vedomie nespája len nás ľudí. Preto spoznáme to, čo nás rozdeľuje ako niečo, čo nás rozdeľuje a to, čo nás spája, ako niečo, čo nás spája.

Môže sa stať, že na naše stretnutia príde niekto, kto bude mať pri rozprávaní zlé pocity. Môže sa stať, trebárs, ak neskôr sami budete takého informácie šíriť alebo ak ste robili relaxáciu, možno ste sa s tým už aj stretli: možno ste zistili, že existujú ľudia, ktorí neznášajú relaxáciu. To, čo robíme my na našich stretnutiach, je viac ako relaxácia tela. Je to relaxácia mysle. Robili sme ju aj dnes. Jedným z dôvodov, prečo som nepripravených ľudí vystríhal pred našimi sedeniami, je aj možnosť tých nepríjemných pocitov, o ktorých som sa práve zmienil. Sú totiž ľudia, ktorí sa veľmi zľaknú, keď sa začnú uvoľňovať. Okamžite ich rozbolí hlava. A hlava ich rozbolí preto, lebo ich podvedomie sa vzbúri. Sú tak zvyknutí na napätie, že majú strach z uvoľnenosti. Preto je aj úroveň pohybu a nehybnosti, rozvedená hneď na začiatku, dosť dôležitá. Ale vy ste ju všetci zvládli. Nemáte

problém, dokážete relaxovať, a je vám to príjemné. Skôr alebo neskôr každý z vás dokáže aj nemyslieť. Nemyslenie vám bude tiež príjemné. Ale pripravte sa na to, že sa budete stretávať s ľuďmi, ktorým bude nepríjemné o tom počuť.

Aj pocit príjemného a nepríjemného je relatívny. Všetko čo vzniklo, je niečím podmienené. Každý z nás je podmienený iným spôsobom. Preto sa my ľudia veľmi ťažko stretávame v tom, čo je podmienené. Dlho som si myslel, že vedomie je niečo, čo nám je všetkým jednoznačne spoločné. Zčasti je to síce pravda, no nie je to celkom pravda. Ja-vedomie nás nespája, ale rozdeľuje rovnako bezpečne ako myseľ. Vedomie rodiny nás spája s rodinou, ale oddeľuje od iných rodín. Vedomie národa nás spája v rámci národa, no oddeľuje od iných národov. Vedomie rasy spája rasu, no oddeľuje rasy medzi sebou. Vedomie ľudstva nás ako ľudí spája, no oddeľuje nás od zvierat, rastlín a vecí. Vedomie cítiacich bytostí spája cítiace bytosti, no oddeľuje ich od bytostí, ktoré necítia. V akom vedomí sme teda naozaj a bezozvyšku, úplne spojení? Existuje vôbec takéto vedomie? Existuje také vedomie, ktoré je všetkému prejavnému spoločné? Čo myslíte?

Áno? Nie? Hádate? Neviete? Netreba sa tým veľmi zťažovať. Teraz sme naše sedenia trochu predbehli. Hráme sa. Ono totiž práve prejavené vedomie je vedomie, ktoré nás úplne spája. No niet sa čím chváliť. V čom nás spája, čo je maltou tejto stavby, to sa totiž v ľudskej reči nazýva hlúposť. Nevedomosť. Spája nás vznik, zmena a zánik. Spája nás bieda prírodného zákona. Neustály kolotoč, z ktorého sa nám akosi nedarí vyskočiť. Lebo územie, v ktorom niet biedy, nie je možné pomenovať. Akonáhle ho totiž pomenujeme, už sme opäť lapení v kolotoči. A práve tam niekam, do nepomenovateľného územia, uteká pred nami zlodej, ktorý nám zobral to najdôležitejšie. Čo myslíte, čo sa stane, keď ho tam dolapíme? A kde ho dolapíme? V trinástej izbe nášho paláca? Uvidíme.

7. 11. 1995 – 5. sedenie

Na chvíľočku si zvykneme. Všimajte si už teraz, keď vieme už tieto všetky veci o nehybnosti tela a o nehybnosti myšlienok, že keď si sadáte, tak okamžite nastupujete na začiatok tej cesty, ktorá je pred vami. Čiže nejdete od postupného znovuznehybnovania, vy už proste ste nehybní, ak dokážete dosiahnuť vnútorné ticho, nemusíte vyvíjať úsilie k tomu, aby ste znovu dosiahli vnútorné ticho, a až potom môžete pokračovať ďalej. V tomto momente, keď si sadnete, tak začínate tam, kde ste skončili. Čiže ak viete dosiahnuť vnútorné ticho, v okamihu, keď si sadnete, je vo vašej mysli pokoj. Nie sú tam slová. Je tam ticho. V krátkosti si teraz zopakujeme, čo už vieme.

Vieme, že je možné zotrvať nehybní a necítiť pritom napätie. Že ak sme správne pochopili, akú výhodu má pre nás nehybnosť, nemusíme sa nútiť do toho, aby sme boli nehybní. My sa proste posadíme, znehybnieme a sme nehybní bez akéhokoľvek ďalšieho úsilia. Nevznikajú v nás tendencie pohnúť sa. Nemusíme s ničím bojovať. Zotrývame nehybní. Je nám to prirodzené a robíme to spontánne.

Povedali sme si, že keď sme nehybní, v postoji pozorovateľa, ktorý je niekde

v našom vedomí, môžeme pozorovať myseľ, ktorá je menšia ako vedomie. A že myseľ je ako priehľadná sklenená guľa. Keď do nej vstúpi myšlienka, jasne vieme, že do nej vstúpila myšlienka. Jasne vieme, aká to je myšlienka, sledujeme, ako sa rozvíja, keď skončí, jasne vieme, že skončila a keď príde ďalšia, vieme jasne o tom, že prišla ďalšia. Nevedeli sme to hneď. Najprv tu bol chaos, zmätok. Až keď sme trpezlivo sledovali ten zmätok, nebojovali sme s ním, iba sme ho pokojne sledovali, myslenie sa spomalilo tak, že dokážeme jasne rozoznávať jednu myšlienku od druhej.

Ďalším dôležitým bodom bolo prestať mať záujem o rozlišovanie myšlienok. Takže už nás nezaujímalo, aká myšlienka prišla do mysle, čo sa tam objavilo v tej priehľadnej sklenenej guli, stačil nám len holý fakt: „Je tu myšlienka.“ Teraz sa myšlienka rozvíja, teraz skončila, odišla z mysle, je tu ďalšia myšlienka, rozvíja sa, odišla, a teraz sme zachytili vnútorné ticho. Ďalšia myšlienka ešte neprišla a predchádzajúca je preč. V postoji pozorovateľa jasne vidíme, že naša myseľ, tá priehľadná sklenená guľa je prázdna. Prázdna bez slov. No a toto vnútorné ticho postupne rozširujeme.

Okrem toho zisťujeme, akým spôsobom sa môžeme zbaviť myšlienok, keď už raz prišli do mysle. Že je možné myšlienku useknúť, prestať ju rozvíjať, tak ako prestaneme rozprávať, keď sme si uvedomili, že nechceme rozprávať, alebo pokiaľ je tá myšlienka príliš silná, a pritom je negatívna, zlá, môžeme ju vedomo zameniť za inú myšlienku. Pomyslením si akejkolvek myšlienky vyhodíme z našej mysle tú myšlienku, ktorá tam bola predtým. Takže týmto sme získali schopnosť myslieť, keď chceme myslieť, a nemyslieť, keď chceme nemyslieť. Získali sme možnosť voliť si medzi týmito dvomi formami existencie mysle. Pokiaľ sme túto slobodu nemali, boli sme otrokmi myslenia. Myšlienky používali nás. Teraz používame my myšlienky.

V bežnom živote sme potom zistili, že môžeme byť činní a nemusíme pritom v duchu rozprávať. Že môžeme zotrvať vo vnútornom tichu aj v práci, v reči, pri komunikácii s iným človekom. Praxou sme si overili, že vnútorné ticho má veľké výhody.

Okrem toho sme zistili, že vždy keď prichádza myšlienka, my sme ju schopní postrehnúť, keď je ešte zbalená, keď je ako obličička. Že my už vtedy presne poznáme obsah myšlienky. Vidíme do toho balíčka. Nemusíme ho rozbaľovať. A že je zbytočné, aby sme ho rozbaľovali, aby sme si ho hovorili, že nás to zdržuje, že nás to unavuje, že nás to blokuje. Takže možnože v priebehu dňa sme už päťdesiat, sto alebo viac takých tendencií rozbaľovať nevyužili, nepotrebovali. To znamená, že informácie, ktoré prichádzali v podobe myšlienok, prijímame okamžite.

To, čo som doposiaľ povedal, je to najdôležitejšie z oblasti myšlienok. Ďalšie detaily a ďalšie poznatky si už každý musí rozvíjať sám. Ale k tomu, aby získal slobodu, aby sa oslobodil od myslenia, aby už nebol otrokom myslenia, mu úplne stačia tieto poznatky. Je to správna informácia o myšlienkach a o tom, ako sa oslobodiť od myslenia. Každý z vás však musí vyvíjať úsilie, aby to naozaj rea-

lizoval. Musí byť všímavý, aby si všimol keď myslí, aby si všimol, keď je vnútorne tichý, a musí byť vytrvalý, zotrvať v tomto pozorovaní až dovedy, pokiaľ jasne nepochopí, čo to je vnútorné ticho, aké má výhody, čo to je myšlienka, aké má nevýhody. Ak realizuje túto cestu od informácie cez všímavosť, úsilie a trpezlivosť až k pochopeniu, odrazí sa to, čo pochopil, v jeho reči. Jeho reč sa zmení. Odrazí sa to v jeho činoch. Jeho činy budú jasnejšie. A odrazí sa to v jeho živote, v jeho existencii, v jeho životospráve. Toto je teda všetko o druhej úrovni, o ríši myšlienok.

A my sme si povedali, že keď dosiahneme vnútorné ticho, okamžite sme v meditácii. Meditácia, to je stav vedomia a mysle bez slov. Druhá signálna sústava vyvanula. Už pre nás neexistuje. My sme sa posadili, vytvorili sme si dobré podmienky, nehýbeme sa, úplne spontánne sme nehybní, nemyslíme, vnútorne nerozprávame, takže sme v meditácii. Meditácia nie je nič viac ani nič menej. Je to úplne jednoduchý proces. Takže dnes sa pozrieme meditácii na zúbky. Čo je zač.

Čo sa stáva s naším mozgom, keď nerozprávame, keď sme vnútorne tichí? Opäť sa vytvoril kontrast. Reč neexistuje, vnútorná reč neexistuje, takže sme mŕtvi? A my zisťujeme, že nie. Sme živší ako kedykoľvek predtým, vnímavejší. Čo to však znamená? O čo sme vnímavejší? V čom sme získali výhodu oproti tým, ktorí sedia a neustále rozmyšľajú? Čo je to najväčšie, najzreteľnejšie, čo v meditácii vnímame?

Ak sme potichu, vnútorne potichu, jasne vnímame naše predstavy. Ocitli sme sa uprostred ríše predstáv. Vidíme minulosť, spomíname si. Nie sú to útržkovité spomienky, pokojne plynú, a to komplexne. Predstavujeme si niečo, čo bude v budúcnosti, to je fantázia, a opäť to nie je fragment fantázie, je to komplexné. To je meditácia.

Možno, že ste boli na nejakých cvičeniach, kde vás voviedli do meditácie, a vy ste ležali na zelenej lúke alebo kráčali v podmorských hĺbinách, lietali ste vo vzduchu, vybrali ste sa na cudziu planétu, v meditácii je možné všetko. Jediné, čo nás obmedzuje, je naša vlastná fantázia. Sami si dávame obmedzenia. Ale to znamená, že môžeme byť neobmedzení, môžeme si čokoľvek vymyslieť, a my to vnímame ako skutočnosť. Naším vnútorným zrakom vidíme, vnútorným sluchom počujeme, vnútorným čuchom voniame, vnútornou chuťou chutnáme a vnútorným hmatom hmatáme – dotýkame sa. Nie je to preskakovanie z jedného bodu do druhého, je to pokojný, logický, plynulý proces.

Táto časť nášho spirituálneho vývoja je najkrajšia. Mnoho ľudí preto už ďalej ani nejde. Môžete si sadnúť a znehybniť, a vplynúť do meditácie. Môžete robiť čokoľvek, môžete byť čímkoľvek, môžete byť kýmkoľvek, môžete byť kdekoľvek. Neexistuje obmedzenie. Dnes som tým, zajtra som oným, môžem si vytvárať meditácie na pokračovanie, s jedným námetom, môžem si vytvoriť vlastnú krajinu, do ktorej sa v meditácii vraciam a tam relaxujem. Môžem si vytvoriť svoj svet a zabývať ho ľuďmi, akými chcem, môžem si vytvoriť raj a kedykoľvek sa posadím, som v ňom. To je meditácia.

Mnohí z ľudí, ktorí pochopili kúzlo meditácie, zneužili meditáciu vo svoj prospech. Môžem byť guruom, ktorý učí meditáciu, ale nenaučím, ako ju dosiahnuť bezo mňa. Ja som ten, kto tých ľudí prevedie cez ríšu myšlienok do ríše predstáv. Nepoviem im cestu, takže budú na mne závislí, ak sa tam chcú dostať. To robí guru. „Ja som ten, kto to dokáže, aha, a nechám si za to zaplatiť.“

Títo ľudia nepodávajú priame informácie. Nemajú záujem na tom, aby to ľudia vedeli bez nich. Nikomu z vás sa už nič také nemôže prihodiť. Ak dokážete zotrvať vo vnútornom tichu, čiže v meditácii, môžete človeka, ktorý je upachtený, otrávený, znechutený životom uvoľniť. Môžete ho previesť cez ríšu myšlienok, čo je ríša starostí, do pokojnej ríše, ríše pokoja, meditácie. Môžete ho v tej ríši udržať, a za ten čas si jeho mozog, jeho duša odpočinie. Môže sa stať, že potom príde opäť a zvykne si chodiť. Môže to byť pohodlný človek alebo príliš hlúpy, aby sa dokázal oslobodiť od myšlienok. Všetko toto musíte vedieť, aby ste neponúkli niečo, čo potom olutujete, čo vás bude zdržovať. Aby vás meditácia nezotročila.

My už teda vieme, čo to je meditácia, dokážeme v nej zotrvať. Keď potom vstaneme z nášho sedenia, v ktorom sme mali nádherné pocity, nádherné vízie, nádherné zážitky a ideme do bežného života, v praxi vieme, pri práci, v komunikácii s druhými ľuďmi zisťujeme, že dokážeme zotrvať v meditácii. Náš život sa stáva meditáciou. Prestávame používať vnútornú reč. Rozprávame bez toho, že by sme sa vnútorne pripravovali na to, čo vyslovíme, hovoríme spontánne, takže sme rýchli, pohotoví, presní. Konáme bez toho, že by sme sa myšlienkovo programovali na nejaké konanie. A opäť zisťujeme, že naše činy sú správne, náš život dostáva hlbší zmysel. Čo nás trápilo ešte pred časom, s čím sme museli neustále zápasiť, už existuje len ako spomienka.

Takže je tu správna reč, správny čin a správny život. Lebo sme pochopili, čo to je myšlienka. Nemáme teda teoretické poznatky o myšlienkach, my vieme, čo to je myšlienka. My neveríme, že je možné nemyslieť, my to vieme. Táto znalosť dodáva našemu srdcu pokoj, istotu, získavame dôveru v duchovnú cestu.

Takže teraz sme už pripravení oslobodiť sa aj od meditácie. My si totiž sadáme, deň za dňom, mesiac za mesiacom, u každého to je individuálne, aj keď princíp je stále ten istý, no skôr či neskôr prídeme na to, že môžeme meditovať celý zvyšok života a ďalej sa nedostaneme. A pritom nás už možno zaujíma, čo sa stane, keď si nespomíname, keď si nepredstavujeme, keď odložíme fantáziu. Už sme prešli všetky kúty, vyčerpali sme celú našu fantáziu. Pokiaľ ste si nevytvorili nejaký svoj súkromný raj, ktorý by vás úplne pohltil, iba ste sa túlili ríšou predstáv, príde chvíľa, keď už nemáte záujem predstavovať si. Vy sedíte a nehýbate sa, úplne ste zabudli na svoje telo, na svoje svalstvo, nepotrebuje ho, zotrivate vnútorne tichý, bez slov, nemáte o ne záujem, ani o predstavy, no napriek tomu predstavy prichádzajú.

Niekde vo vedomí, ktoré je väčšie ako myseľ, si stále udržujete postoj pozorovateľa. V postoji pozorovateľa pozorujete tú priehľadnú sklenenú guľu a jasne vidíte, ako cez ten uzučký otvor vchádzajú predstavy. Keď to je spomienka, ste

si vedomí toho, že to je spomienka, a to spomienka na to alebo ono, presne viete, na čo si spomínate. Keď to je fantazijná predstava, ste si jasne vedomí toho, že to je fantazijná predstava, že fantazírujete o niečom, čo bude možno o hodinu, o mesiac, možno nikdy, čo by ste radi, aby bolo, vy ste však nič z toho nevolali, ono to prišlo. Tu zvyčajne nebýva už ani na začiatku predstáv problém. Predstavy plynú pokojne, jedna za druhou, jasne ich registrujete, jasne viete, čo si predstavujete. A pritom v pozadí toho všetkého je váš zámer nepredstavovať si.

Pretože už poznáme základné princípy, na tejto úrovni, ktorá je najkrajšia, keď sa rozhodneme oslobodiť sa od nej, najľahšie to môžeme dosiahnuť. Nie je veľký problém neuchopiť predstavu, keď vznikne. Vstúpi do tej priezračnej sklenenej gule, naplní ju, ale my ju neuchopíme, nestotožníme sa s ňou, neživíme ju, nemáme o ňu záujem, nech je akákoľvek, a tak predstava odíde. Než príde ďalšia predstava, je tam chvíľočku ticho, najprv je to nepostrehnuteľné, alebo takmer nepostrehnuteľné ticho, ticho bez predstáv, nevieme to definovať, nevieme čo sa stalo, ale niečo sa udialo, niečo tam bolo a už tu je ďalšia predstava. Nemáme však o ňu záujem, nech je akákoľvek. Nestotožňujeme sa s ňou, nebavíme sa s ňou. A keďže na tom trváme, vyvíjame neustále úsilie, sme všímaví, všímame si, čo robíme, zotrvávame v tomto našom úsilí, sme trpezliví, predstava odíde. A tak sa medzera medzi dvoma predstavami začne zväčšovať.

Bolo tu niečo, boli tu predstavy, a medzi nimi nie je nič. Toto registrujeme. Keď sa tá medzera medzi dvomi predstavami dostatočne rozšíri, vtedy pochopíme, že z toho prázdna, cez prázdnotu, prichádza prítomnosť. Vidíte, že to nie je nič zložité, dosiahnuť stav teraz a tu. **Prítomnosť.** Ešte to ťažko dokážeme v bežnom živote, ale v sedení už áno. My sa nehýbeme, vnútorne nerozprávame, nemáme myšlienky, ale už nemáme ani žiadne predstavy. My sme pochopili, že predstava nie je skutočnosť. Je to len niečo, na čo si spomíname. Je to spomienka, je to niečo čo očakávame, nejaká fantázia, takže predstavy nie sú skutočnosť.

Nikdy nemôžeme vedieť o tom, čo je skutočnosť, pokiaľ sa neoslobodíme od nutnosti predstavovať si, pokiaľ budeme zotročení predstavami. Aj tá najkrajšia predstava je z tohto pohľadu zlá.

Keď dosiahneme prítomnosť, zistujeme, že sme nezomreli. Že sme živší viac ako sme boli predtým. Nerobí nám totiž problém začať sa znovu hýbať, nerobí nám problém začať rozprávať, nerobí nám problém začať myslieť, nerobí nám problém predstavovať si. Ale dokážeme niečo, čo sme predtým vôbec nedokázali. Vidíme niečo, čo sme predtým vôbec nevideli, zažívame niečo, čo bolo pre nás doposiaľ iba teóriou, o ktorej sme niekde čítali, alebo o ktorej nám niekto dovtedy iba rozprával. My žijeme prítomnosť.

Keď počujeme, sme si vedomí, že počujeme, keď vnímame svoj dych, sme si vedomí, že vnímame svoj dych, keď cítime šťastie, sme si vedomí, že cítime šťastie. A to nie je predstava, to nie je fantázia, že niekedy budeme cítiť šťastie, to nie je spomienka, že sme niekedy šťastie cítili, no cítime ho teraz. To je fakt. Milión ľudí môže čokoľvek rozprávať o prítomnosti, my vieme svoje a nikto to nemôže zmeniť. Nikto nás v tom nemôže zmiašť. Okamžite vieme, kto hovorí

správne a okamžite vieme, kto si vymýšľa. Poznáme totiž ríšu prítomnosti, ono teraz a tu.

Ak už v meditácii bol pokoj, ak už v meditácii neboli starosti, ak už meditácia bola príjemná, v prítomnosti je oveľa väčší pokoj, v prítomnosti je oveľa viac energie a sily. Odpočívať v prítomnosti je veľmi príjemné. Každá bunka tela sa v prítomnosti regeneruje, lebo ju nič neruší. Naše sedenie, naše zvnútornenie sa stáva tou najpríjemnejšou časťou nášho dňa, nášho bytia, a my sme teraz zvedaví, či je možné preniesť tento stav istoty a pokoja aj do bežného života.

Takže zo sedenia vstávame, ideme do práce. Vykonávame bežnú činnosť, pomáhame druhým ľuďom, staráme sa o niekoho, o niečo, varíme, riadime auto, robíme veľmi veľa činností, rôznych činností, a zisťujeme, že pritom môžeme zotrvať prítomní. Že len od nás závisí, či si začneme predstavovať alebo nie, a keď si uvedomíme, sme všímaví, pozorní, že si predstavujeme, neuchopujeme tú predstavu, nerozvíjame ju, aby sme si udržali prítomnosť. Zistili sme totiž, že keď si predstavujeme, nie sme dost pozorní. Že tak, ako nás predtým rušili slová, vnútorná reč, teraz nás rušia predstavy.

V spirituálnom vývoji neustále klesáme a znovu stúpame. Keď sme sa niekam dostali, nebudeme tam zotrvať večne. Až po bod obratu to tak bude stále. Ale máme schopnosť, ktorú sme nemali predtým, a ktorú nemajú tí, ktorí o týchto veciach nič nevedia. Sú chvíle, aj v bežnom živote, keď počúvame bez prestáv a zotrávame v prítomnosti. Každé slovo jasne registrujeme, každý pohyb jasne registrujeme. Nemyslíme na to, čo bolo pred tým pohybom, ani na to, čo bude teraz nasledovať. Všetky javy dôsledne spracovávame v okamihu, keď sa prejavia. A keď dokážeme takto reagovať, zisťujeme, že náš život nadobúda hlbšiu kvalitu. Život nás začína baviť. Začína byť taký pekný, aký sme si ani predstaviť nemohli. Z nášho konania sa vytráca váhavosť, z našej reči sa vytráca váhavosť, aj naše myslenie, keď myslíme, je rázne. Uzavreté. A naše srdce sa tomu teší. Ono nám vždy presne povie, či robíme správne alebo sme sa dali na zlú cestu. Či sme chybili, alebo nie. My cítime, jasne vnímame, že to čo robíme je správne.

Zopakujeme si teda všetko to, čo vieme doteraz. Existuje ríša nehybnosti. Je možné dosiahnuť ju, zotrvať v nej a udomácnit sa v nej, obľúbiť si ju. Ale len vtedy, keď jasne pochopíme, o čo ide. Keď dobre spoznáme ríšu pohybu a nehybnosti. V tom našom paláci to je izba pohybu a nehybnosti.

Za touto izbou je izba myšlienok. Môžeme do nej vstúpiť a všetko okolo nás nám je známe. Dobre to poznáme. Toto je myšlienka, vieme, takto myšlienka vzniká, náš záujem ju udržuje, takto myšlienka zaniká, takto vyzerá prázdno medzi dvoma myšlienkami a takto je možné udržiavať vnútorné ticho. Toto je izba myšlienok – ríša myšlienok.

Ak ju dobre spoznáme, jasne pochopíme, čo sú myšlienky, aké sú ich výhody, aké nevýhody a ako nemyslieť, vstúpime do ďalšej izby, do ďalšej ríše. Do ríše predstáv. A tak poznávame predstavu ako predstavu. Je nám jasné, že predstava nie je skutočnosť. Predstava je ilúzia, je to sen, je to niečo, čo bolo a niečo, čo bude. Nikdy to nie je to, čo práve teraz zažívame. To nie je teraz a tu. Lebo

teraz a tu si nemôžeme predstaviť. Práve to totiž prebieha, existuje. Môžeme si spomínať na teraz a tu, ktoré bolo pred chvíľkou, pred sekundou, pred minútou, ale to už nie je prítomnosť. To je spomienka. Môžeme si nejaké teraz a tu predstaviť. Bude to o minútu, o niekoľko minút, ale to nie je prítomnosť, to je fantázia. Prítomnosť sa nedá predstaviť, prítomnosť sa žije.

Zistujeme, že žiť v prítomnosti nás obohacuje, lebo predtým sme niekam chceli ísť, a keď sme tam prišli, hneď sme si predstavovali, ako odchádzame a čo bude zas niekde inde, a keď sme zas na to miesto prišli, opäť nás predstavy odvádzali od toho, čo práve teraz zažívame, a tak sme neboli nikdy spokojní. Vždy sme spomínali, na niečo čo sme už prežili, alebo si predstavovali niečo, čo ešte len prežijeme. Takého človeka nemôže nič uspokojiť. Mentálne bude neustále nespokojný. Keď bude hladný, bude kričať, že je hladný, a keď mu dáte jesť, bude chcieť niečo iné. Naozaj bude žiadať neustále zmenu a naozaj nebude nikdy spokojný.

Obchodníci nemajú záujem na tom, aby sme žili v prítomnosti. Reklama nás presvedča o tom, čo dobré nás čaká a čo si nesmieme nechať ujsť. Politici vyťahujú rôzne krivdy z minulosti, aby odôvodnili to, čo chcú spraviť, alebo nám maľujú krásnu budúcnosť, aby nás prinútili urobiť to, čo chcú aby sme spravili. Človek, ktorý dokáže žiť v prítomnosti je neovplyvniteľný. Nie je možné ho oklamať. vzdal sa ilúzií, je sociálne slobodný. Darmo budeme naše deti zahŕňať čímkoľvek, vždy budú chcieť niečo iné. Ak ich však naučíme žiť v prítomnosti, dosiahnu spokojnosť. Nie je to tupá spokojnosť primitíva, je to inteligentná spokojnosť rozumnej bytosti. Takže za meditáciou je niečo viac ako meditácia. Za ilúziou je niečo viac ako tá najlepšia, najkrajšia ilúzia. A to niečo viac je prítomnosť.

Oplatí sa vyvíjať úsilie a overiť si tieto fakty. Oplatí sa byť všímavý a naučiť sa žiť v prítomnosti. Oplatí sa vytrvať v zámere naučiť sa žiť v prítomnosti, lebo pochopenie stojí za to. Pokiaľ nepochopíme, čo je prítomnosť, nemôžeme byť nikdy naozaj spokojní. Dovtedy sa len budeme nútiť do spokojnosti a nahovárať si: „Teraz som spokojný.“ Ale naše srdce nám to odmietne prijať. Pre naše srdce to nebude pravda. Ak sa však zbavíme predstáv, ak sa oslobodíme z ríše predstáv, ak si už nič nepredstavujeme, dosahujeme spokojnosť, ktorá nie je snom, ale skutočnosťou. Odzrkadľuje sa v našej tvári, v našich gestách, v našich činoch, v našich slovách. Takáto spokojnosť je príťažlivá. Získava nám sympatie a nemusíme ani rozprávať.

Všetko čo dnes bolo treba povedať, som povedal. Každý zotrva nehybný, pokiaľ sa mu bude žiadať ešte zotrvať nehybný. Môžete si overiť, čo dokážete realizovať. Dôležité je len neustále byť pokojný, trpezlivý a veriť že čo ešte dnes nechápem, skôr či neskôr pochopím. Že mi to proste neujde. Lebo som stále všímavý a nie som lenivý, vyvíjam úsilie spejúce k pochopeniu. Takýto je teda náš duchovný rast. Nie je ho možné zastaviť, pokiaľ to sami nechceme.

Komu sa žiada, môže si ľahnúť, ponatahovať sa, uvoľniť sa.

KOMENTÁR K PIATEMU SEDENIU

Každé z doterajších sedení podalo také zoskupenie informácií, ktoré všetkých počúvajúcich výrazne posunulo v možnosti pochopiť. Piatym sedením sa ten, kto nielen počúval, ale aj porozumel, mohol oslobodiť od nutnosti predstavovať si. Človek, ktorý si nepredstavuje, nie je rojkom. Je dôsledne realisticky zameraný, no pritom pokojný a v pohode. Nervozita je vždy len výsledkom nespokojnosti s vývojom udalosti či udalostí. Nespokojnosť je dôsledkom porovnávania. Očakával som, že sa to alebo ono bude vyvíjať tak alebo onak, a ono sa to vyvíja inak. Takže som nespokojný, usilujem sa usmerniť udalosti v zmysle môjho zámeru, no nedarí sa mi to. Preto som netrpezlivý. Kto však koná bez predstáv, ten neporovnáva. Vždy zvažuje práve vzniknutú situáciu z hľadiska reálií, nie fantázie, a aj riešenie preto hľadá a nachádza v existujúcich reáliách. Kto dokáže takto konať, ten svoj zámer uskutoční rozhodne skôr a s menšou námahou.

Život bez predstáv je však suchý. Suchý rozum neposkytuje takú radosť, akú poskytuje fantázia a pocit úspechu z naplneného sna. Musí však byť život človeka, ktorý sa oslobodil od predstáv, suchý? Oslobodiť sa od predstáv neznamena strátiť schopnosť predstavovať si. Aj človek, ktorý ovláda predstavy, môže snívať. No nesníva pri takej činnosti, pri ktorej ho predstavy rušia. On najskôr uskutoční, čo chcel uskutočniť a potom sa zasníva. „Tak a teraz by som chcel toto!“ a potom sa do toho pustí. Nepredstavuje si, ale koná. Tak realizuje sen. Keď ho realizoval, sadne si, uvoľní sa a užíva plody svojej práce. Spomína si a je pritom šťastný, buduje budúcnosť a je pritom šťastný. V pravý čas robí taký človek pravým spôsobom pravé veci. Je preto ochudobnením sa ovládnutie predstáv? Ja si to nemyslím a nemyslí si to nikto, kto spoznal predstavy ako predstavy a kto sa oslobodil od nutnosti predstavovať si.

Ludia sa ma často pýtajú, aký praktický význam má to, o čom rozprávam. Ak ste aspoň trochu pozorne čítali, potom si určite uvedomujete, že takto pýtajúci sa ničomu neporozumel. „Aký praktický význam má chôdza?“ Čo by ste si pomysleli o človeku, ktorý by vám dal takúto otázku? A predsa sa s takýmito otázkami neustále stretávam. „Aký praktický význam má ovládnutie myšlienok? Aký praktický význam má ovládnutie predstáv?“ Niektorí ľudia sú dokonca schopní siahodlho mi objasňovať, že víťanie sa v myšlienkach a fantázii je nebezpečné. Počúvam ich ako niekoho, kto by mi mapu krajiny, po ktorej sa chcem pohybovať, pohužval a roztrhal, aby som nestratil nič z poézie blúdenia. No mojím cieľom nie je blúdiť, ale premiestniť sa z jedného miesta na druhé. Poéziu vidím v ľahkosti uskutočnenia môjho zámeru, nie v blúdení. Ak budem chcieť blúdiť, pôjdem do bludiska. Tam si schuti zablúdím. No ja teraz nechcem blúdiť, a tak buď trpne počúvam, alebo sa rázne ohradím.

Snažiť sa mať porozumenie k hlupákovi je luxus, ktorý si nemôžeme vždy dovoliť. A keďže hlupák je hlupák, je takmer nemožné neuraziť ho, ak neakceptujete jeho vývody. Preto je zbytočné trápiť sa prílišnou ohľaduplnosťou. Jemu to nepomôže, naopak, môže mu pomôcť len rázne odmietnutie jeho argumentov, a vám to poškodí.

Cesta sebazpoznávania a poznávania, vnútorná cesta, ezoterika, nie je cestou úsmevu. Byť príjemný aj vtedy, keď sa človek do toho musí nútiť, môže byť síce slušné, no slušnosť v tomto prípade je viac pokrytectvom ako slušnosťou. Hlupáci zbožňujú pokrytco. Len múdry človek dokáže oceniť úprimnosť. A to vždy. Aj vtedy, keď ho raní. „Óho, niekde som urobil chybu!“ spozornie. S vďačnosťou tomu, kto ho na chybu upozornil, začne ju hľadať. Kde asi hľadá? U toho druhého? Samozrejme, že nie. Hľadá ju v sebe. Ak je dost bystrý a dôsledný, tak ju aj nájde. Vie totiž, že iba tak je možné zbaviť sa chýb a vyvarovať sa omylov.

Viem, že niektorí ľudia neradi čítajú moje knihy preto, lebo majú dojem, že sa vyvyšujem nad nich. Cítia sa dotknutí. Zdá sa im, že ich takouto komunikáciou znevažujem. Zdá sa im, akoby som hovoril povýšenecky, s predpokladom, že vedia menej ako ja. Prosím, nevylučujem to. Možno to tak naozaj je. Ako sa však vy správate k sebe samému? Nepoviete si občas: „Ach, ty hlupák, čo si to zas vyviedol?!“ A urazíte sa pritom na seba? Alebo len konštatujete fakt, ktorí ste postrehli? Čo myslíte, ako sa správam k Marianovi Repkovi, keď koná ako hlupák? Tak, ako sa správam k sebe, správam sa aj k vám, ktorí čítate. Takto aj rozprávam. Kto sa so mnou stretne na kus reči, ten nepočuje len uznanlivé „ach!“ a „och!“, ale občas aj menej lichotivé „ach!“ a „och!“. Minulý rok som bol na dvoch stretnutiach mimo Bratislavu, a čo sa udialo v prvej hodine, to bola kaskáda šokov. Potom mi nejakú tú hodinku trvalo vyviest ľudí z úľaku a pohoršenia. No napokon sme sa opäť zhodli. Našli sme spoločnú reč, vysvetlili sme si slovník. Cieľom týchto stretnutí bolo ozrejmiť si niektoré fakty z hľadiska skutočnosti, nie potvrdiť si navzájom ilúzie. Keby som to bol urobil, naše stretnutia by sa skončili možno v pohode, no nie v spokojnosti. Skončili by sa tak, ako keby som prišiel, rozdal čosi zabalené, každý by bol rád, no keby to rozbalil, zistil by, že takéto čosi už dávno má, a tak by to odložil, možno z úcty na pamiatku, aby mu to zavadzalo, alebo by to rovno zahodil. Ak však to, čo po rozbalení našiel, ešte nemá a páči sa mu to, nemusí to odkladať na pamiatku a už vôbec nie zahadzovať. Preto, že to je praktické, využije to.

Osobnosť je výmysel ľudského vedomia. V skutočnosti nič také, ako osobnosť, neexistuje. V skutočnosti preto niet ani toho, kto rozpráva a kto počúva. Dokonca aj pohyb je iba ilúziou. Všetko, čo vnímame, je iba výtvar nášho mozgu. Kto toto pochopí, nemôže nikoho uraziť. Kto to však nepochopil, toho urážajú aj veci. Stolička ho urazí, lebo mu pod zadkom zavrzgala, skriňa ho urazí, lebo sa o ňu udrel, auto ho urazí, lebo neštartuje, chodník ho urazí, lebo sa na ňom pošmykol a spadol. Aký div, keď takému človeku niečo poviete a urazí sa? Vedomie takého človeka nie je väčšie, ako vedomie stola. Treba sa mu tak vyhnúť, aby sme sa doň neudreli. Lebo drevo je predsa len tvrdšie ako telo. Takto teda rozlišujeme správne ako správne a nesprávne ako nesprávne. A vždy znovu a znovu pritom zisťujeme, že pomýliť sa bolí.

ROZHOVOR PO PIATOM SEDENÍ

Nie je zaznamenaný.

14. 11. 1995 – 6. sedenie

Všimnite si svoje telo, všimnite si, či niekde necítite väčšie napätie, takže to registrujete svojim vedomím. Telo by malo byť v pohode. Nevytvárame si však predstavu o tom, aká by tá pohoda mala byť. Nesnažíme sa relaxovať, čiže nepracujeme s predstavami. Je tu určitý fakt, že sme tu, že sme znehybneli, že v tomto znehybnení zotrávame a malo by nám byť zotrávanie v znehybnení úplne prirodzené, príjemné. Takže ho ani nevnímame ako činnosť.

Akceptujeme prostredie, v ktorom sme. Všetky zvuky, ktoré budú prichádzať, patria k tomu, čo práve teraz robíme. Nebudeme sa ich snažiť rozlišovať, či sú dobré alebo zlé, či sú na mieste alebo sú nevhodné. Budeme ich prijímať tak, ako prichádzajú. Bez hodnotenia, bez porovnávanía, bez predstáv, bez očakávania.

Sme uvoľnení a nechávame na seba pôsobiť informácie. Slová. Nebojujeme s nimi, ale vnímame ich bdelo. Teraz by nemalo zmysel, keby som povedal niečo, s čím nesúhlasíte a vy sa v duchu začnete so mnou hádať. Ja to nebudem počuť, nikto to nebude počuť, a vás to bude iba rušiť. Keď skončíme, potom mi o tom môžete povedať. Potom vás to už rušiť nebude a všetkým to môže pomôcť niečo si ujasniť.

Čiže zotrávame nehybní a nemáme s tým problémy. Zaujmemo postoj pozorovateľa a všimneme si myseľ. Tú priezračnú sklenenú guľu. Čiže naše vedomie registruje činnosť mysle. Ak prichádzajú myšlienky, ste si vedomí toho, že prichádzajú myšlienky. Vieme už čo je myšlienka, takže ju jasne dokážeme rozlíšiť. „Toto je myšlienka,“ sme si vedomí, keď sa objaví, „a toto je vnútorné ticho“, sme si vedomí, keď sa prejaví vnútorné ticho. Vnútorné ticho, to je nerozprávanie. Znamená to, že mlčíme vo svojej mysli tak, ako mlčíme navonok, v prejave. Nerozprávame. Okrem mňa tu je každý ticho. A také isté ticho by malo byť v mysli. Bez slov. Ten, kto dosiahne vnútorné ticho, veľmi presne vie, že ho dosiahol. Nemôže sa pomýliť. Ak sa vám ešte stane, že príde nejaká myšlienka, stačí si ju nevšimnúť. Ona odíde a neruší.

Komu sa podarí dosiahnuť vnútorné ticho, dostane sa do ríše predstáv. To je meditácia. Meditácia je veľmi príjemná. Takto pokojne naladení, v takomto pokojnom, príjemnom prostredí, nevyrušovaní, nemáme zlé predstavy. Vieme už, že predstava, to je minulosť a budúcnosť. Predstava nie je nikdy prítomnosť. Minule sme si vysvetlili, že keď si to jasne uvedomíme, prestaneme mať záujem o **predstavy**.

My teraz sedíme a chceme poznať, čo sa deje s naším mozgom. Chceme presne vedieť, ako pracuje, čo ho podmieňuje. Čo je príčinou toho, že vzniká myšlienka, čo je príčinou toho, že vznikajú predstavy, čo sa stane, keď myšlienky zaniknú a už ďalšie nevznikajú, čo sa stane, keď zaniknú predstavy a už ďalšie nevznikajú.

Povedali sme si tiež, že keď stratíme záujem o predstavy, keď všetky predstavy, dobré aj zlé, ktoré sa objavajú odmietneme, nerozvíjame, nechopíme, neživíme ich, neživené predstavy prestanú vznikať. A keďže my si nepredstavujeme minulosť,

nepredstavujeme budúcnosť, oslobodení od všetkých predstáv zotrávame v prítomnosti.

Povedali sme si tiež, že spokojnosť je možné dosiahnuť iba v prítomnosti. Spokojne zotrávame v tom, v čom práve sme. Môžeme spokojne vykonávať nejakú prácu, a nemáme predstavu o tom, že o chvíľku budeme robiť niečo zložitejšie, lebo táto je jednotvárna. Niečo zaujímavejšie, lebo táto nás nebaví. Ak tu táto predstava je, sme nespokojní, my sme stratili spokojnosť, ak však nemáme žiadne predstavy, pokojne vykonávame činnosť, ktorú práve vykonávame. Pokojne sa rozprávame s človekom, s ktorým sa práve rozprávame, a ne-
uvažujeme: „Skonči už konečne, ja chcem ísť niekam inde a rozprávať sa s niekým iným. Som nespokojný.“ Sme spokojní, lebo sa cítime príjemne. V prítomnosti veľmi jasne vnímame pocity. Spokojnosť sama je veľmi príjemný pocit.

Takže my sme sa naučili oslobodiť od myšlienok. Nemyslíme, keď nechceme myslieť. Nevycvičili sme sa. My sme pochopili, čo sú myšlienky. Ako vznikajú, ako zanikajú. Pochopili sme, že myšlienka môže byť veľmi dobrý sluha ale je veľmi zlý pán. Stali sme sa páni myšlienok. To isté sme spravili s predstavami. A teraz zotrávame v prítomnosti a sme spokojní, že dokážeme zotrávať v prítomnosti. Udržujeme si neustále spokojnosť, snažíme sa, no zrazu sa stretne so situáciou, pri ktorej si môžeme nahovárať čokoľvek, nie je dobrá a spokojnosť je preč. Zažívame bolesť, a to nie je pocit spokojnosti. Je to nepríjemný, bolestivý zážitok. Spokojnosť je preč. No pretože už tieto veci poznáme, chápeme, ako fungujú tieto princípy, keď ten zlý zážitok, keď tie zlé podnety zaniknú, rýchlo sa vrátíme späť ku spokojnosti.

Prosím, aby ste si teraz jasne uvedomili, o čo tu ide. Svetská spokojnosť je podmienená. Ak sú dobré podmienky, my sme spokojní, ak sú zlé podmienky, my stratíme spokojnosť. Nie je možné udržať si stabilne takúto spokojnosť. Darmo si budeme čokoľvek nahovárať, nefunguje to.

Prítomnosť nie je len spokojnosť. Prítomnosť je aj bolesť, hnev, strach, zúfalstvo, pocit nespravodlivosti. A my sme si toho vedomí, lebo si nič nenahovárime. Napriek tomu sme dosiahli veľa. My dokážeme zotrávať v prítomnosti. Nedokáže to veľa ľudí. Nikdy nie sú spokojní, azda chvíľočku, jasajú, a potom sú hneď nespokojní. Chcú jasat ešte viac. Cítia však, že sa to už nedá stupňovať a sú nespokojní.

Nám sa už toto nestáva. Nie sme chytení predstavami. Dokážeme zotrávať spokojní aj keď sú podmienky čo i len trošku vyhovujúce. Tí ostatní ani v najlepších podmienkach nezostanú dlho spokojní. Možno pár sekúnd... a potom ich niečo vyruší.

Do prítomnosti, do *teraz a tu*, sme sa dostali v priebehu piatich, šiestich hodín. Je to preto, lebo tu boli správne informácie. Môžete chodiť desať rokov na zenové cvičenia, a *teraz a tu* bude ešte stále sen. Môžete chodiť na jogu a budete zotrávať iba v meditácii. O tom, že *teraz a tu* existuje, nemusíte ani vedieť. Budete sa túlať po hviezdach, mať rôzne predstavy. My sme šli priamou cestou. Bez toho, že by sme vybočili čo len o krôčik mimo cestu. **Ríša pohybu, ríša myšlienok, ríša predstáv, ríša spokojnosti – prítomnosť.** (*Asi minútu-dve trvajúce ticho.*)

Všetci si uvedomujete čo vnímate, ako sa cítite. Nemáte o tom predstavu. To čo si uvedomujete, je fakt. Ono to tak naozaj je. To čo cítite, je fakt. Ono to tak naozaj je. No pri tom všetkom sme na niečo narazili. My sme si uvedomili, že spokojnosť nie je možné udržať. Nie je to neustály stav. Je to chvíľková spokojnosť, potom prejde, a keď sa vráti, tá spokojnosť pulzuje. To znamená že vzniká, mení sa a zaniká. Nie je v nej absolútna istota. Takže spokojnosť nie je to, čo naozaj hľadáme. Nie je to to najcennejšie, čo nám ten zlodej zobral. To čo nám podhodil, je teda opäť len „šmejd“.

Ríša prítomnosti je ríša pocitov. V tejto ríši nemá zmysel dlho zotrvať, a nikto tam ani dlho zotrvať nebude. Keď ju dosiahne, alebo sa vráti na úroveň meditácií, alebo pôjde ďalej a vykročí z ríše spokojnosti do tej ďalšej izby. Je dôležité, aby ste si uvedomili, že ezoterika, ozajstné sebaopoznávanie, začína až tu. Až doposiaľ to nebola ezoterika. Bolo to budovanie silného ega. Kráčali sme cestou výhod. My sme ovládli myšlienky. A to sú výhody. Ovládli sme predstavy. Zotrvať v prítomnosti, to je nádherná koncentrácia. A byť koncentrovaný a pritom spokojný je veľká výhoda oproti tým, ktorí to nedokážu realizovať. My sme si vybudovali silné ego, sebavedomie, sme spokojní. Naša cesta viedla úsekom svetských výhod. A teraz sme na rozhraní. Ďalej sa už nedá ísť. Cesta svetských výhod skončila. Sme v ríši pocitov. Ďalej budeme kráčať len ríšou pocitov. Ale tu na rozhraní si musíme jasne uvedomiť, čo je pocit. Jeho základné princípy, jeho základné rozdelenie, aby sme sa vedeli rozhodnúť, lebo vždy máme pred sebou len dve možnosti. Ak sme dôslední a dostali sme sa ku dverám ďalšej izby, alebo ich otvoríme a pôjdeme ďalej, alebo ich neotvoríme a uspokojíme sa s tým, čo poznáme.

Čo je podstatou pocitov? Alebo je pocit príjemný a taký pocit sa snažíme zosilniť, udržať si ho, taký pocit sa nám páči, alebo je pocit nepríjemný, a taký pocit sa snažíme prekonať, odstrániť, utiecť z takého pocitu, alebo máme indierentný pocit, necítíme sa ani príjemne, ani nepríjemne, chvíľočku to môžeme vydržať a potom sa to stane nepríjemným pocitom, jednoducho nás to nudí. Takže indierentný pocit sa mení na nepríjemný. Takže tu v podstate máme opäť len dva pocity. Príjemný a nepríjemný.

Svetská cesta je cesta svetských túžob a svetských starostí. Pokiaľ si sadneme, znehybnieme, odpútame sa od myslenia, odpútame sa od predstáv, no túžime po dobrých pocitoch, túžime sa zbaviť starostí, zotrávame stále na svetskej ceste. Ak chceme mať zdravé telo, je to svetská cesta, ak chceme mať výbornú pamäť, je to svetská cesta, ak chceme mať akékoľvek psychotronické schopnosti, je to svetská cesta. Ak chceme byť liečiteľmi, liečiť ľudí, je to svetská cesta. Je tu stále vedomé chcenie, my vedome niečo chceme, a to je svetská cesta, cesta výhod. Ak chceme byť dobrí, je to svetská cesta. Ak chceme byť známi, je to svetská cesta. Ak chceme byť láskaví, je to svetská cesta. Ak chceme byť múdri, je to svetská cesta. Kde je svetská cesta nedá sa hovoriť o ezoterike. Je tam len hľadanie výhod. Buď hmotných alebo duchovných. Všimnite si, že svet okolo nás kráča svetskou cestou. Zotráva v ríši vzniku, zmeny a zániku. Je to ríša smrti. Nie je možné uniknúť z tejto ríše. Svetská cesta nás z nej nevyvedie.

Vtedy, keď si jasne tieto veci uvedomíme, keď jasne pochopíme, že sa môžeme cítiť ako Budha, môžeme sa cítiť ako veľký jogín, guru, veľký majster, neporaziteľný bojovník, naše telo podlieha smrti, naše telo podlieha zraneniu, naše telo podlieha bolesti, naše telo ohrozuje choroba. Skôr alebo neskôr na niektorý z týchto pocitov narazíme, a to nebude príjemné.

Je dôležité poukázať na to, že nikoho nie je možné nútiť, aby vykročil ďalej. Ani mučením, ani veľkými výhodami to nikto nedokáže. A je veľmi dôležité poukázať aj na to, že sú veľmi hodnotní a vzácní ľudia, ktorí zotrávajú na svetskej ceste, ceste výhod, a napriek tomu sú soľou zeme. Sú to ľudia, ktorí sa vedia tešiť z toho, že prší, vedia sa tešiť z toho, že svieti slnko, vedia sa tešiť z rastlín, z peknej budovy, z architektúry, z knihy. Majú veľmi veľa záujmov, nikdy sa nenudia. Sú to veľmi príjemní ľudia.

Nikomu nie je možné zazlievať, že nekráča ďalej. Informácie, ktoré ste dostali, vám umožnia skôr alebo neskôr zotrávať v prítomnosti. Dnes si však naznačíme čosi aj o nadsvetskej ceste. Odteraz budeme rozprávať o nadsvetskej ceste. Ak budete niekto cítiť, že vám je to nepríjemné, bude tam veľa krutosti, že na to ešte nie ste, môžete aj v priebehu tohto cvičenia odísť, z tohto rozprávania odísť, alebo už nikdy nemusíte prísť. Upozorňoval som, že naše rozprávania sú len pre zdravých ľudí, pre silných.

V tomto bode sa rozhodujeme. My nechceme cítiť ani príjemný pocit, ani nepríjemný pocit, ani indiferentný pocit. Takže naše pocity – ich hodnota nás v tomto zmysle prestala zaujímať. Takýmto rozhodnutím vstupujeme na nadsvetskú cestu. Až tu začína ezoterika, vnútorná cesta.

Celým vedomím skúmame, bez strachu a veľmi pozorne, čo sa deje s mozgom, s telom, keď netúžime po žiadnom pociť. Zotrávame v prítomnosti a vnímame dych. Keď vdychujeme, sme si vedomí toho, že vdychujeme, keď vydychujeme, sme si vedomí toho, že vydychujeme. Keď nemyslíme na výdych, keď vdychujeme, keď nemyslíme na vdychovanie, keď vydychujeme. Takto zotrávame v prítomnosti. Počujeme zvuky, ale nehodnotíme ich. Vnímame polohu nášho tela, to všetko je prítomnosť.

Čo to je tá prítomnosť? Ako to pomenujeme, aby sme jasne formulovali to, čo sa deje, aby sme netápali? Ak počujeme, uvedomíme si to, že počujeme, to je zvuk, to je sluchový jav. Vznikne sluchové vedomie. Ak vnímame dych, je to hmatový jav, vznikne hmatové vedomie. Môžeme počuť vlastnú krv alebo cítiť, ako nám pulzujú cievy na sluchách. Hmatový jav, hmatové vedomie. Pociť polohy tela. Hmatový jav. Uvedomujeme si čas. Uvedomujeme si priestor. To je intelekt. Je to prejav intelektu. Takže my registrujeme javy. Nehodnotíme jav, či je dobrý alebo zlý, my ho chceme poznať. Iba si všímame. Nevytvárame vedomé chcenie, takže sú tu len pocity.

V tomto úseku nášho poznávania je vhodné povedať si o reťazi podmieneného vznikania. Pomôže nám pochopiť, čo práve robíme. To, čo sa deje.

Existuje nevedomosť. Nevieme, čo to je. Nevedomosťou pomenovávame všetko to, čo nevieme, preto je to nevedomosť. Ale pretože existuje nevedomosť, zaprí-

čiňuje to, že vznikne nevedomé chcenie. Keby nebola nevedomosť, nevedomé chcenie by nevzniklo.

Pretože vzniklo nevedomé chcenie, je príčinou toho, že vzniká pamäť. Pretože existuje pamäť, pretože vznikla pamäť, vytvorili sa podmienky na to, aby vzniklo rozlišovanie. Bez pamäti by sme nedokázali rozlišovať. Myslím, že tu sa už väčšina z vás zachytí. Už vie, o čo ide. Je nám jasné, že keby sme nemali pamäť, nerozlišovali by sme. Nemohli by sme porovnávať.

Keďže existuje rozlišovanie, je príčinou toho, že vzniká vedomie. My sme si vedomí toho, že rozlišujeme. Sme si vedomí toho, čo rozlišujeme. Takže rozlišovanie je príčinou vzniku vedomia.

Keď vzniklo vedomie, je príčinou toho, že vzniká telo a myseľ. Keď sme v bezvedomí, neexistuje pre nás telo a myseľ. Keď spíme, neexistuje pre nás telo a myseľ. Keď sme však vedomí, keď sa prebudíme, keď bdieme, existuje telo a myseľ.

Telo a myseľ je príčinou toho, že vznikajú zmyslové orgány. Keby nebolo tela a mysle, nebolo by zmyslových orgánov.

A zmyslové orgány sú príčinou toho, že vznikajú vnemy. Zrakový vnem, sluchový vnem, čuchový vnem, chuťový vnem, hmatový vnem a vnemy intelektu. Keby nebolo zmyslových orgánov, nevznikali by vnemy.

Pretože však sú zmyslové orgány a že vznikajú vnemy, vnemy sú príčinou toho, že vzniká pociťovanie. Máme príjemný pocit, indierentný alebo nepríjemný pocit. Keby sme nevnímali, nevznikali by pocity. Je to jasné.

Pretože vznikajú pocity, vzniká vedomé chcenie. My sa cítime príjemne, a vedome chceme, aby sme sa cítili príjemne naďalej. Cítime sa nepríjemne a vedome chceme, aby sme sa necítili nepríjemne. Aby tento nepríjemný pocit zanikol. Chceme ho zrušiť. Keby nebolo pocitu, nebolo by chcenie. A naše chcenie je vedomé. My to naozaj chceme.

A tu sme na rozhraní toho, čo práve teraz robíme. Od vedomého chcenia totiž nastupuje svetská cesta. Sme na hranici pocitov, a to čo bolo predtým je nadsvetská cesta. Tú budeme skúmať.

Niet inej možnosti, ako odstrániť nevedomosť, ktorá je príčinou toho všetkého, čo sme si teraz povedali, celej tej reťaze podmieneného vznikania. Čo sa však deje ďalej?

Pretože existuje vedomé chcenie, vzniklo, je príčinou toho, že vzniká lipnutie. My sa chceme zbaviť nepríjemného a lipneme na tom, trváme na tom, to je lipnutie. My si chceme udržať niečo príjemné, túžime to zažiť, lipneme na tom, trváme na tom. To je lipnutie. Keby nebolo vedomého chcenia, nevzniklo by lipnutie. Takže vedomé chcenie podmieňuje vznik lipnutia.

Na čom lipneme, to sa stáva. Lipnutie podmieňuje vznik stávania sa. A čo sa stáva, to sa zrodí. Bez stávania sa by nič nevzniklo. Všetko čo sa zrodí podlieha zmene.

A všetko čo podlieha zmene, čo sa zrodilo, očakáva zánik. Takže v konečnom dôsledku je dôsledkom podmieneného vznikania utrpenie. Nie je to teória, je to fakt.

My cítime, že chceme bývať v príjemnom prostredí. Takže vznikne vedomé chcenie, a my si chceme zadovážiť byt. Keďže si ho vedomo chceme zadovážiť, lipneme na tom. Vyvíjame k tomu úsilie, takže sa to stáva. A my nakoniec ten byt máme. Zrodil sa, vznikol, je tu byt a my bývame. Byt sa mení, treba všeličo opraviť, a nie je to konečné. Môže sa stať, že oň prídeme, a to je utrpenie. Že sa z nášho bytu, ktorý máme radi, vzdialime, do nejakého zlého miesta – to je utrpenie.

My si vedomo chceme niečo pomyslieť. Niečo formulovať. To je **vedomé chcenie**. Lipneme na tom, čiže naše vedomé chcenie sa okamžite nestratilo, nezaniklo, pretrváva to. To je **lipnutie**. A keďže na tom lipneme, **stáva sa to** a **zrodí** sa myšlienka. My si ju pomyslíme. Myšlienka sa **mení**, to už vieme, a napokon **zaniká**. Nie je možné udržať myšlienku. Nemusíme to, že sme stratili myšlienku vnímať ako utrpenie, ale je tu fakt, že myšlienka vznikla a zanikla.

Niektoré veci vznikajú v sekunde, niektoré sa realizujú roky. Ale princíp je rovnaký. Je tu pocit, potom vedomé chcenie, lipnutie, stávanie sa, vznik, zmena a zánik.

Naše telo vzniklo, mení sa a zanikne. Telo nám nemôže poskytnúť absolútnu istotu. Všetky naše vnemy vznikajú, menia sa a zanikajú, a my to ani nedokážeme postrehnúť, je to tak strašne rýchle. Niektoré áno, niektoré nie. Naše pocity vznikajú, menia sa a zanikajú. Takže ani vnemy, ani pocity nám nedajú absolútnu istotu. Nedajú nám stabilné bezpečie. Naša myseľ vzniká, mení sa a zaniká. Naše vedomie vzniká, mení sa a zaniká. V hlbokom spánku neexistuje, potom vznikne, všeličo ním prebehne, potom ideme spať a zanikne.

Vo svete prejavov neexistuje nič, čo by tomuto zákonu mohlo uniknúť. Takže v sedení skúmame tieto javy. Máme pred sebou mozaiku, skladajúcu sa z veľmi vela čiastočiek. Budeme musieť byť veľmi trpezliví, bez akéhokoľvek pocitu, aby sme z tých čiastočiek poskladali jasný obraz. Bolo by však nesprávne, keby sme prepadali zúfalstvu, aj keď sa nám možno bude zdať, že naša cesta je neschodná. Že doteraz sme išli rýchlo, jasne bol viditeľný efekt. Teraz však máme pocit, keď sme vstúpili na nadsvetskú cestu, že to nie je efektné. Ale to je len pocit, to nie je fakt. Nič z toho, čo sme predtým dosiahli sa nestratilo. Schopnosť zotrvať nehybní, keď chceme byť nehybní a hýbať sa, keď sa chceme hýbať, sa zachovala. Schopnosť rozprávať alebo mlčať sa zachovala. Schopnosť myslieť alebo nemyslieť sa zachovala. Schopnosť predstavovať si alebo zotrvať v prítomnosti sa zachovala. Takže nič sme nestratili. A my môžeme skúmať, uvedomovať si, spoznávať, že keď sa zbavíme svetských túžob a zotrávame bez svetských túžob v sedení, keď sa zbavíme svetských starostí a zotrávame bez svetských starostí v sedení, intuitívne, zábleskami zacítíme, že sme sa ocitli v ríši, kde dokážeme vnímať, ale nie zmyslami, niečím – nevieme to pomenovať – pokoj, ktorý nie je ničím podmienený. Po ničom netúžime, nič neočakávame a napriek tomu sme si vedomí – ako javu v našom vedomí – nadsvetského pokoja.

Aby nám bolo jasné, o čo tu ide. Existuje nezávislosť, nezávislosť na našom vnútri, nezávislosť na vonkajšom prostredí, nezávislosť na nikom, nezávislosť na ničom. Aj keď sa telo zničí, táto nezávislosť zostáva. Je nezničiteľná. Takže ten

zlodej nám zobral nesmrteľnosť a nekonečno. Teraz nám už nemôže nič podhodit, tak ako nám podhodil pohyb, myšlienku, predstavu a spokojnosť. Už ideme priamo po ňom. V prítomnosti, to je oblasť pocitov, sledujeme javy v sedení a potom vstávame a ideme do bežného života a pritom sledujeme pocity. Všímame si našu myseľ, či je čistá alebo nečistá. Existuje päť nečistôt mysle a tie si všímame. Prvou nečistotou je **túžba**, druhou nečistotou je **nenávisť**. Tretou nečistotou je **nepokoj**. Štvrtou nečistotou je **malátnosť** a piatou nečistotou je **nemiestna pochybovačnosť**.

Takže keď si uvedomíme túžbu, neživíme ju, neuchopujeme, sme si vedomí toho, že v našej mysli je nečistota. Keď si uvedomíme nenávisť, neživíme ju. Sme si vedomí toho, že v našej mysli je nečistota. Keď si uvedomíme nepokoj, neživíme ho. Sme si vedomí toho, že v našej mysli je nečistota. Keď si uvedomíme malátnosť, neživíme ju. Sme si vedomí toho, že v našej mysli je nečistota. Keď si uvedomíme nemiestnu pochybovačnosť, neživíme ju. Sme si vedomí toho, že v našej mysli je nečistota.

(Koniec pásky. Na konci bola rozvedená čistá myseľ. Táto téma sa však bude ešte veľakrát opakovať. Zopakuje sa aj počas nasledujúceho sedenia.)

KOMENTÁR K ŠIESTEMU SEDENIU

Ani neviem, kde som prišiel k termínu **nadsvetská cesta**. Zdá sa mi, že vyplynul priamo zo sedenia. Zrazu sa vo mne objavil a od tej chvíle, keď sa objavil, bol jasný a nezameniteľný. Pri jeho objasňovaní som ani na okamih nezaváhal.

Keď o tom dodatočne uvažujem, termín nadsvetská cesta celkom logicky vyplynul z toho, o čom sa na sedeniach hovorilo a čo sa skúmalo. Opustiť cestu svetských výhod znamená vstúpiť na nadsvetskú cestu. Tu sa nejedná ani o rébus križovatky. Betónová cesta končí, za ňou pokračuje asfaltová cesta. Nevystúpíte preto z auta, ani ho neotočíte. Je to tak? Nemusíte sa ani rozhodovať, či ísť vpravo, vľavo, alebo rovno. Cesta jednoducho iba pokračuje a ide stále rovno.

Čudujem sa len tomu, že na ňu nikto nenarazil. No asi nemohol. Keď sa každý túla kde kade, keď nejde tým smerom, nemôže na ňu naraziť. Preto bola stratená. Neznamená to však, že neexistovala. Ona existovala, len sme o nej nevedeli. My. My ľudia. Určite ešte existujú prvky, o ktorých nevieme, zvieratá, o ktorých nevieme, rastliny, o ktorých nevieme. Raz ich objavíme, tak ako sme už objavili veľa iných a ako sme teraz objavili aj zabudnutú, nepoužívanú a prachom zapadnutú nadsvetskú cestu.

V čom spočíva jej krutosť? Vo fakte, ktorý nie je veľmi ľahké stráviť. „Všetko, čo vnímame, podlieha zániku.“ Vedeli sme to aj predtým? Možno. No naozaj? Všetko čo vnímame. V tom je však zahrnuté aj každé slovo. Čiže neexistujú knihy, ktoré by nám mohli ponúknuť večnú pravdu. Všetky nám ponúkajú len relatívnu pravdu. Všetky. Vrátane kníh, ktoré považujeme za sväté! Cítite tú krutosť? Kto teda čerpá z knihy, nikdy nenarazí na nadsvetskú cestu a preto sa ani nikdy nedostane tam, kde už tento zákon neplatí. Nikdy svojim autíčkom nepríde do krajiny, kde je všetko večné a kde nič nezaniká. Nemôže tam prísť, keď ide cestou,

ktorá tam nevedie. Veľmi ľutujem, ale náboženstvo je založené na slove. Nábožensky zmysľajúci človek preto nadsvetskú cestu bezpečne minie. Nikomu o nej nemôže podať ani len tú najnepatrnejšiu informáciu. Je to tak. Pocit lásky. Pocit, ktorý si my ľudia tak veľmi ceníme, je tiež iba niečo, čo podlieha času. Ani láska nie je večná. Niet jediného pocitu, ktorý sme schopní vnímať a pritom by viedol k nekonečnu. Všetky križujú len svet vzniku a zániku. Neexistuje pocit, ktorý by nás zaviedol mimo ríšu smrti. Takže ani slovo, ani pocit. Ani to najsvätejšie slovo, ani ten najkrajší pocit. Pocit extázy. Kdeže! Každá extáza je konečná. Je spadnutá v čase. Čo nám teda ostáva? Hmota? Veci? Príroda? Vesmír? Žiaľ, ani tu neuspějeme. Ak sa staneme ľudstvom, budeme žiť tak dlho, ako ľudstvo. Je to dlhší život, ako je život jedinca – človeka. Ale ľudstvo vzniklo, teraz trvá a raz zanikne. Príroda – vesmír. Aj príroda má svoj počiatok. Hora, ktorá sa zdá večná, nie je večná. Vedci prišli na to, že kedysi tu nebola. Kedysi na mieste hory bolo more! Raz tam bude možno opäť more, alebo čosi iné, čo, to nik nevie, no zato každý súdny človek musí pripustiť, že raz, niekedy, hora, ktorá sa zdá večná, zanikne. Naša planéta Zem nebola. To už tiež vieme. A raz opäť nebude. Vesmír pulzuje, mení sa. Tento vesmír nie je nekonečný, vznikol a čaká ho zánik. Potom vznikne nový vesmír. Ak sa stotožníme s vesmírom, ak sa staneme vesmírom, nie teoreticky, ale fakticky, budeme existovať dlho. V porovnaní s planétou Zem neporovnateľne, nehovoriac o ľudskom živote, no napriek tomu raz príde okamih zániku. Takže nič, vôbec nič z toho, čo vnímame, nie je večné. Všetko čaká zánik. Ale... je to tak naozaj? Čo ak existuje niečo, čo nečaká zánik? Čo ak existuje niečo, čo nevzniklo, večne trvá, čo sa nemení, čoho sa žiaden pohyb netýka, a čo nezanikne? Môžeme to vylúčiť?

Nie. Nemôžeme vylúčiť, že niekde na Zemi existuje zviera, ktoré ešte nepoznáme. Ak nemôžeme vylúčiť takúto možnosť, ako by sme mohli vylúčiť, že existuje čosi, čo sa vymyká našim zmyslom? Bez prístrojov nevidíme infračervené svetlo, a predsa dnes bezpečne vieme, že existuje. Takže musíme pripustiť, že existuje niečo, čo nemôžeme vidieť. A existencia toho niečoho nie je pre nás teória, ale holý fakt.

Keby neexistovalo nekonečno, keby neexistovala večnosť, nemali by sme nádej dosiahnuť nekonečno a večnosť. Pretože však existuje nekonečnosť a večnosť, máme nádej realizovať nekonečno a večnosť. Môžeme sa stať tým, čo nevzniklo, čo je tu odjakživa, a čo nezanikne, bude tu stále. Svetská cesta však k nekonečnu a k večnosti nevedie. Ktorá cesta tam teda vedie?

Čo je teda za zdanlivou krutosťou? Nádej. Nádej na to, že unikneme zlu, biede, všetkej tej mizérii, s ktorou sa stretávame, že raz, ak budeme usilovní, prídeme do krajiny, v ktorej neexistuje ubližovanie, zákernosť, neporozumenie, závisť a bolesť. Za normálnych okolností nikto netúži zomrieť a predsa nás smrť bez milosti kosí. Musí to tak byť? Máme na výber? Existuje krajina, v ktorej neexistuje smrť? Vedie do tejto krajiny nadsvetská cesta? Ak áno, potom do nej vytrvalým kráčaním po nadsvetskej ceste určite prídeme. A ak nie? Potom sa stane aj nám to, čo sa už stalo miliómom iným. Že v tom prípade by bolo rozumnejšie užívať si život, pokiaľ žijeme? No čo ak užívať si

nadsvetkú cestu neznamená opustiť život? Čo ak tým, že budeme kráčať nadsvetskou cestou, vnesieme aj do života nadsvetskej výhody? Môžeme to vylúčiť?

Kto má odvahu, môže to skúsiť spolu s nami, lebo my sme našim autíčkom svetskú cestu opustili. Teraz, keď sme už na nadsvetskej, nemienime ani len pribrzdiť, nie to ešte zastaviť a otočiť sa nazad.

ROZHOVOR PO ŠIESTOM SEDENÍ

Nezachytený.

21. 11. 1995 – 7. sedenie

Pokojne sa ešte pohniezďte, aby ste mali istotu, že sedíte pohodlne a pevne. Sme si úplne vedomí toho, čo robíme. Sme bdelí, jasne vnímame okolie, jasne vnímame seba, chvíľočku si ešte zvykneme na prostredie. Uvedomujeme si, že si môžeme dovoliť, urobili sme si podmienky pre to, všímať si len pochody vo svojom vnútri. Všímať si myseľ, všímať si vedomie, všímať si, aká je činnosť živého mozgu. Mozog bude skúmať mozog.

Vedome sa teraz rozhodneme, že všetky zvuky, ktoré budeme vnímať, patria k tomu, čo robíme, a preto nás nebudú rušiť. Nehodnotíme zvuky, či sú dobré alebo zlé, akceptujeme ich také, aké ich vnímame. To znamená, že keby aj niekto zaspal, na tých okolo neho to nepôsobí rušivo. Všetko nás učí, nielen to, čo rozprávam, ale aj naše vlastné reakcie.

Všimnite si ešte telo. Či cítite v tele napätie. Či zotrúvate nehybní a či je vám táto nehybnosť príjemná. Na prvej úrovni poznávania sme si povedali o tom, že je možné vyslobodiť sa z nutnosti hýbať sa. To znamená, že keď sme sa vedome rozhodli, že sa nebudeme hýbať, dokážeme toto naše rozhodnutie realizovať. Nie sme človekom, ktorý si s dobrou vôľou povedal: „Ja sa nebudem hýbať,“ a potom vyvíjal úsilie k tomu, aby sa nepohol, no napokon už nemal dost síl a pohl sa. My zotrúvame nehybní preto, lebo sme sa rozhodli zotrúvať nehybní, nemusíme k tomu vyvíjať žiadne úsilie, naopak, museli by sme vyvinúť úsilie k tomu, aby sme sa pohli, a tak nám je nehybnosť príjemná, prirodzená, sme úplne prirodzene a spontánne nehybní. Je nám to tak prirodzené, ako je nehybnosť prirodzená skale.

Pokiaľ by sme cítili, že nehybnosť nám nie je prirodzená, že nás niečo tlačí, odstránime to čo vzbudzuje napätie a opäť znehybnieme. Ak urobený pohyb nedržíme v pamäti, nemôže nás rušiť. Je to niečo čo bolo, ale už to nie je. Prítomnosť je nehybnosť. Takže prvá úroveň je oslobodenie sa od nutnosti hýbať sa.

Druhé oslobodenie je oslobodenie sa od nutnosti myslieť. Vieme, že myšlienky, to sú slová, ktoré hovoríme vo svojej mysli. Vieme, že musíme vedome chcieť, aby sme vo svojej mysli rozprávali, tak ako musíme vedome chcieť, aby sme rozprávali nahlas, keď nahlas rozprávame. Povedali sme si všetko potrebné o myšlienkach. O tom, ako vznikajú, ako sa menia, ako zanikajú. Takže teraz sa dokážeme vedome rozhodnúť, že nechceme myslieť, a keďže poznáme princíp myslenia, dokážeme toto vedomé rozhodnutie aj realizovať. To znamená že sedíme a nerozprávame ani v duchu.

Keď dosiahneme vnútorné ticho, mlčanlivosť v našej mysli, vstúpime na tretiu úroveň, na úroveň predstáv. Vysvetlili sme si, že predstavy, to sú spomienky a je to fantázia. My si spomíname na to, čo bolo, ale už to nie je, a my si predstavujeme niečo, čo bude, ale ešte to nie je. Nikdy si nemôžeme predstavovať to, čo práve teraz zažívame. Keď tento fakt jasne pochopíme a pritom chceme poznať skutočnosť takú, aká je, prestaneme mať záujem na predstavách. Už nás nezaujímajú ani tá najkrajšia, najpríjemnejšia predstava, lebo vieme, že to je len minulosť alebo budúcnosť, ale že to nie je fakt.

Takto sa oslobodzujeme od predstáv, a takto oslobodení od predstáv vstupujeme do ríše prítomnosti. Je to ono slávne teraz a tu. Prítomnosť. Vnímame zvuky, vnímame čas, vnímame priestor, vnímame telo. Nepredstavujeme si nič z toho, iba to vnímame. Vnímame ten rozhovor (za dverami) alebo ten šuchot (v miestnosti), to je niečo, čo práve teraz, v tomto okamihu existuje. Vnímame to že sedíme ako niečo, čo práve v tomto okamihu realizujeme. Naozaj sedíme. Takže zotrvávame v prítomnosti a v prítomnosti cítime pokoj. Uvedomujeme si úplne jasne a bezozvyšku, že nikdy nemôžeme pocítiť pokoj v predstavách. V predstavách je vždy nespokojnosť. Keď sa objavia, to znamená, že nie sme spokojní s tým, čo práve teraz prežívame. Nie sme spokojní s bytím, v ktorom práve teraz existujeme. Možno sa nudíme, a tak si spomíname na niečo zaujímavé, čo sme zažili, to nie je spokojnosť. Môže to byť síce príjemné, môžeme cítiť šťastie, že si spomíname na niečo pekné, čo sme zažili, ale to nie je spokojnosť. To isté platí o budúcnosti. Môžeme očakávať, že zažijeme niečo, čo je príjemné, môžeme cítiť šťastie z toho, že to očakávame, ale to nie je spokojnosť, to nie je pokoj. Pokoj môžeme prežívať iba vtedy, keď jasne vnímame a nič neočakávame. Keď stretáme niekoho, s kým sa dobre cítime, sme spokojní. Keď vystúpime na výhľad, na miesto, kam sme chceli vystúpiť, a zrazu sme tam, sme spokojní. Spokojnosť je možno zažívať len v prítomnosti.

My sme si minule povedali, že tu, v tomto bode končí svetská cesta. Cesta výhod. Cesta svetských túžob a cesta svetských starostí. Zatiaľ nemáme na to, aby sme sa vydali na nadsvetskú cestu v bežnom živote. Aj keby sme sa dali zamurovať do jaskyne, nepôjdeme nadsvetskou cestou. Budeme očakávať zážitky, nejaké skúsenosti, poznatky, a to je svetská záležitosť. Zbytočne by sme sa klamali. Sme neúprimní alebo hlúpi, čo však v konečnom dôsledku vyznie narovnak. Na nadsvetskú cestu môže vstúpiť len ten človek, ktorý je dosť silný na to, aby si mohol dovoliť spochybníť všetko to, čo vníma svojimi zmyslami. Duševne labilný človek to nemôže spraviť. Poškodí si, stratí aj ten zvyšok síl k rovnovážnemu vnímaniu, ktoré ešte má. Vstúpiť na nadsvetskú cestu môžu iba pripravení ľudia. Nie je to cesta pre tých, ktorí pracujú iba srdcom a rozum pritom nepoužívajú. Nie je to však ani cesta pre tých, ktorí pracujú iba rozumom a srdce ich nezaujímajú.

Takže keď sme dosť silní a už nás nerušia myšlienky, čo sú starosti, svetské starosti, nerušia nás túžby, svetské túžby, zotrvávame bez myšlienok a bez predstáv iba v prítomnosti, takto nerušení môžeme skúmať prítomnosť. Keď počujeme nejaký zvuk, naše vedomie sa nenechá chytiť tým zvukom, tak že sa rozbehne preč alebo za ním.

Je to príjemný zvuk, tak ho chceme zosilniť, upevniť, lepšie uchopiť, alebo je to nepríjemný zvuk, a tak ho chceme potlačiť, ujsť od neho. Ak počujeme zvuk, tak sme si vedomí toho, že tu je takýto zvuk. Neuvažujeme, či je príjemný alebo nepríjemný, bdelo zachytíme, „je tu zvuk“ a to už je nadsvetká cesta. Cítíme telo, to že sedíme, ležíme, sme v nejakej pozícii, cítíme telo, ale nenecháme sa strhnúť úvahami o tele. O tom, ako nám bolo včera, predtým, o tom, ako nám bude zajtra, neskôr, to sú svetské starosti, to sú svetské túžby. Cítíme telo, sme si vedomí toho, že ho cítíme, a tým to končí. Žiadne vyhľadávanie zážitkov, žiadna túžba po extáze, žiadna túžba po osvietení, žiadna túžba po múdrosti. Keď sa objaví, sme si vedomí toho, že tento rušivý prvok nám znemožňuje jasne vnímať, byť bdelí, a tak ho nepodporujeme, neživíme.

Už minule sme si povedali, že spokojnosť, ktorá je obsiahnutá v prítomnosti, nie je trvalá. V sedení, keď nás nič neruší môžeme byť pokojní, ale keď potom vyjdeme na ulicu, do života, neudržíme si permanentne túto spokojnosť. Stretne sa s neúspechom, so zlým človekom, so zlom, a nie sme spokojní. Stretne sa s bolesťou, a nie sme spokojní. Žiadne pozitívne myslenie nám nepomôže, keď nám niečo rozdrví palec. Takže sme dosť inteligentní na to, aby sme pochopili, že spokojnosť v prítomnosti je iba relatívna. To nie je absolútna spokojnosť, to nie je absolútna istota. Takže nie sme spokojní s takouto relatívnou spokojnosťou.

Minule sme si povedali aj o reťazi podmieneného vznikania. Táto reťaz sa sprvu môže zdať ako nejaký výmysel. Budeme si ju opakovať dovtedy, až pokiaľ nezačneme jasne chápať, čo je reťaz podmieneného vznikania.

Povedali sme si, že na začiatku tejto reťaze je nevedomosť. Nikto nevie, čo je nevedomosť. Môžeme mať iba predstavu o tom, čo to je, ale to nie je skutočnosť. Je zbytočné, aby sme uvažovali o tom, čo je nevedomosť.

Táto nevedomosť, ktorú si nedokážeme teraz definovať, je však príčinou toho, že vzniká nevedomé chcenie. My s nevedomím chcením nič neurobíme. Zatiaľ ho nedokážeme zachytiť. Je niekde v nekonečne. Nemôžeme ho vidieť, ale nemôžeme ho ani cítiť.

Nevedomé chcenie je príčinou toho, že vzniká pamäť. Pamäť to znamená, že si pamätám čo bolo včera, čo bolo pred rokom, čo ma naučili v škole, čo mi povedal ten alebo onen, čo som čítal, videl, počul, to je pamäť. Pamäť všetci poznáme. Všimnite si už teraz, že pamäť je minulosť. Pamäť nikdy nie je prítomnosť.

Táto pamäť je príčinou toho, že vzniká rozlišovanie. Keby nebolo pamäti, čiže niečoho, čo nám umožňuje porovnávať, nerozlišovali by sme. My si pamätáme, aký je príjemný pocit, my si pamätáme, aký je nepríjemný pocit, a keďže si pamätáme rozdiel medzi príjemným a nepríjemným pocitom, ak cítíme nejaký pocit, rozlíšime: „Toto je príjemný pocit,“ alebo: „Toto je nepríjemný pocit.“ Takže pamäť je príčinou toho, že vzniká rozlišovanie.

Rozlišovanie je príčinou toho, že vzniká vedomie. Som si vedomý toho, že som rozlíšil dobrý pocit ako dobrý pocit. To je vedomie. Vidíte, že sú to úplne jednoduché veci. Hovoríme stále o faktoch, nie o teórii.

Rozlišovanie je teda príčinou toho, že vzniklo vedomie, a vedomie je príčinou

toho, že vzniká telo a myseľ. Sme si vedomí nášho tela. Keby nebolo vedomia, nevzniklo by naše telo. Sme si vedomí našej mysle. Keby nebolo vedomia, nevznikla by myseľ. Pamätáte si, ako sme vo vedomí, ktoré je väčšie ako myseľ, umiestnili postoj pozorovateľa, a ten nám umožnil pozorovať myseľ? Vedomie je príčinou toho, že vzniká telo a myseľ.

Telo a myseľ je príčinou toho, že vznikajú zmyslové orgány. Keby nebolo tela, nebolo by sluchového orgánu. Nepočuli by sme.

Keby nebolo zmyslových orgánov, nebolo by ani vnemov. Vnímanie je podmienené zmyslovými orgánmi.

Dôsledkom existencie vnemov je existencia pocítovania. Hmat, zmyslový vnem, vnímame pomocou zmyslového orgánu, a pocit. Tlak, teplo alebo zima, príjemný alebo nepríjemný pocit.

Pocítovanie je zas príčinou toho, že vzniká vedomé chcenie. My vedome chceme ten príjemný pocit zosilniť, udržať si ho. My to vedome chceme. Vedome sa chceme zbaviť nepríjemného pocitu. Vedome to chceme. Takže pocítovanie je príčinou toho, že vzniká vedomé chcenie.

Ak niečo vedome chceme, lipneme na tom, zotrávame na tom chcení, takže vedomé chcenie je príčinou toho, že vzniká lipnutie.

Keď na niečom lipneme, keď na niečom zotrávame, tak sa to stáva. Lipnutie je príčinou toho, že sa to stáva.

Čo sa stáva, to vznikne, to sa zrodí. Takže je tu vedomé chcenie, lipnutie, stávanie sa a vznik.

Čo vzniklo, podlieha zmene a zániku. Tento fakt budeme skúmať dovtedy, pokiaľ to nepochopí každá bunka nášho tela, každá bunka nášho mozgu.

Minule sme si v súvislosti s reťazou podmieneného vznikania vysvetlili, kde sa vlastne začína nadsvetská cesta. Vnímanie, pocítovanie, vedomé chcenie. Vnem si väčšinou nevedomujeme, v bežnom živote na to niet času. Uvedomujeme si až pocit. A tento pocit spustí vedomé chcenie, lipnutie, stávanie sa a zrodenie.

Nadsvetská cesta znamená, že sa vyberieme proti tejto reťazi, proti prúdu, ktorým tečie, k jej začiatku. My teraz vedome nič nechceme, takže tým sme tú reťaz zastavili. A sme bdelo sústredení na rozlišovanie vnímania. Okamžite, ako sa objaví v našom vedomí vedomé chcenie, niečo vedome chceme, nadsvetská cesta sa nám stratí. V bežnom živote nie je možné vstúpiť na cestu za zmyslové orgány, ale v sedení, keď sme pokojní, keď nemyslíme, keď nevytvárame predstavy, zotrávame v prítomnosti, môžeme jasne vnímať vnem. Aj pocit je vnem, ak ho už nevnímame ako vedomé chcenie, ak nič vedome nechceme. Vnem je všetko. Takže takto sedíme a skúmame našim živým mozgom náš živý mozog v priebehu jeho činnosti. Tu sa už nedá hovoriť o meditácii, nemôžeme nijako pomenovať to, čo robíme, lebo my iba sedíme a nič nechceme.

Sme v ríši javov, vnímame javy. Môžeme cítiť že sedíme, to je hmatový jav. Aby sme to cítili, musí tu byť telo. Musí tu byť teda niekto, kto to registruje a dotyk, a keď vznikne tento dotyk, objaví sa koncept, koncept tela, ktoré sedí. Ak cítime netrpezlivosť, je to jav. Nehodnotíme netrpezlivosť ako niečo, čo chceme

alebo nechceme, bdelo rozlišujeme: „Je tu netrpezlivosť.“ Keby sme ju chceli potlačiť, nespoznáme ju. My ju nepotláčame, sme si jasne vedomí toho, že: „Je tu netrpezlivosť.“ Naším vnútorným zrakom vidíme netrpezlivosť. Ak cítime pokoj, je to vnímanie, pokoj, nie sme šťastní že ho cítime, nechceme ho zosilniť, my ho len skúmame. Naše srdce ohmatáva ten pokoj. Náš rozum skúma ten pokoj. Bez akéhokoľvek priania. Len tak môžeme spoznať pokoj a nie vytvoriť si teóriu o pokoji. Takto teda vyzerá sedenie, v ktorom jasne skúmame všetky javy, všetky koncepty, bez vedomého chcenia, bez svetských túžob a bez svetských starostí.

Spočiatku to môže byť možno sekunda – dve takého skúmania. Bez akéhokoľvek zaváhania však každý okamžite vie, že je v tomto vnore, keď sa v ňom ocitol. Vie to podľa toho, že nič nechce, vedome nič nechce. Pokoj, ktorý cíti, nemá nič spoločné s pocitom. Je to za pocitom. Zotrváva bez chcenia. Takže reťaz podmieneného vznikania sa zastavuje pri vnímaní.

Potom sa môže objaviť nejaká predstava, nejaká tvorivá myšlienka. A tak človek zostupuje do ríše svetských túžob a starostí. Avšak vedomý si toho nerozvíja túto ríšu, ríšu svetských túžob a starostí, aj keď sa vracia z nadsvetskej cesty.

Len takéto úsilie vedie za smrť, za relativitu, za váhavosť.

V bežnom živote nie je možné kráčať a vnímať nadsvetskú cestu, no napriek tomu je možné a veľmi užitočné pre svetské výhody, byť si bdelo vedomý všetkých nečistôt mysle. Takže keď objavíme nečistotu mysle, neživíme ju, neuchopujeme, neospravedľujeme ju, odstraňujeme, odmietame, nepodporujeme.

Minule sme si povedali o nečistotách mysle, dnes si to opäť zopakujeme. Minule to bolo možno niečo nové, aspoň pre niektorých z vás, dnes to už nebude novinkou. Budeme to môcť skúmať preto trochu ľahšie, nebude to neznáme.

Existuje päť nečistôt mysle, neexistuje šesť a štyri nie sú úplné.

Prvá nečistota mysle je túžba. Druhou nenávisť. Tretou nepokoj. Štvrtou malátnosť. Piatou pochybovačnosť. Ľahšie sa nám bude orientovať, keď si ju spresníme a povieme si, že to je nemiestna pochybovačnosť.

Takže keď vo svojej myšli objavíme ktorúkoľvek z týchto nečistôt, sme si jasne vedomí, že to je nečistota mysle. Je to veľký nepriateľ. My sa s ním nemôžeme maznať. Neospravedľujeme nečistoty mysle, odstraňujeme ich.

Neživíme túžbu, aj keď pre vás bude spočiatku možno trochu zťažko rozkmotriť sa s túžbou. Túžba je lákavá. Takže neskôr sa k tomu ešte vrátíme. Zatiaľ nám však postačí informácia, že túžba – každá túžba – je nečistotou mysle.

Pochopiť, že nenávisť je nečistotou mysle, nebude pre nikoho problém. Nenávisť je zlá. Je evidentne zlá a naše srdce to jasne chápe. Náš rozum to takisto pochopí. Takže keď sa objaví nenávisť, nedáme jej dýchať. Benevolentnosťou, a to si môžeme životom overiť, pomaly vzrastá, nakoniec stratíme o nej akýkoľvek prehľad, úplne nás zachváti a zničí. Nenávisť je špina.

Nepokoj je nečistota mysle. Nervozita je nepokoj. Keď sa objaví, neživíme ju, musíme byť dosť bdelí, aby sme to postrehli včas. Nepokoj je príčinou toho, že sme urobili chybu, že sme netrafili kľučku a udreli sme sa. Nepokoj je špina. Nedá sa ničím ospravedlniť.

Malátnosť, tuposť – je špina. Nepodporujeme malátnosť.

Nemiestna pochybovačnosť je špina. My sme sa k niečomu rozhodli, chceme niečo uskutočniť a potom uprostred začneme o tom pochybovať. A tak to neuskutočíme a objaví sa nespokojnosť. „Keby som to bol spravil...“ „ale som to nespravil...“ A tak sa pochybovačnosť točí a nemá to konca. To je nemiestna pochybovačnosť.

V bežnom živote si nemôžeme vydýchnuť, keď raz nastúpime na nadsvetiskú cestu. Preto táto cesta naozaj nie je pre slabých ľudí. Vieme, čo nechceme, nechceme nečistotu mysle, to čo nechceme budeme odstraňovať. Nebudeme to robiť naopak, nebudeme kráčať pozitívnou cestou. Nebudeme chcieť mať čistú myseľ. My nevieme, čo je čistá myseľ. My si nedokážeme predstaviť, čo to je múdrosť, ktorá v konečnom dôsledku nahradí túžbu. Nie je možné predstaviť si múdrosť. Čokoľvek by sme si predstavili, bola by to len predstava v našom vedomí, nie skutočnosť. A my by sme realizovali nejakú predstavu v našom vedomí. Preto ktokoľvek nám čokoľvek o tom povie, poskytuje nám nesprávnu informáciu. Neexistuje guru, učiteľ, existuje len vlastné pochopenie. Táto cesta sa nedá zľahčiť.

Nevieme si predstaviť, čo to je porozumenie, ktoré v konečnom dôsledku nahradí nenávisť. Ale vieme, čo je nenávisť. Takže keď nenávisť bezozvyšku odstránime, porozumenie sa prejaví.

Nevieme si predstaviť čo to je pokoj, absolútny pokoj, ale vieme, čo je nepokoj. Takže odstraňujeme nepokoj. Keď ho bezozvyšku odstránime, objaví sa absolútny pokoj.

Nevieme si predstaviť, čo je absolútna bdelosť. Môžeme mať predstavu o tom, že to je niečo, v čom nás nič nemôže vyrušiť, prekvapiť. Ale to je len predstava. Vieme však, čo je malátnosť. Takže odstraňujeme malátnosť.

Nevieme si predstaviť, čo to je absolútna istota. Vieme však, čo to je pochybovačnosť. Ak doma, bdelo a vedome, zamkneme dvere do bytu, máme istotu, že sme tie dvere zamkli, nedopustili sme aby vznikla pochybovačnosť o tom, či sme to spravili, takto odstraňujeme pochybovačnosť.

Nikto z nás nebude schopný počas svojho bdelého vedomia dokonale dodržiavať odstraňovanie všetkých nečistôt. My budeme znovu a znovu porušovať naše úsilie, našu snahu, zaspávať, budeme malátni, budeme pochybovať o tom, čo robíme. Ale naša skúsenosť nám bude stále potvrdzovať, že to čo robíme je správne.

Túžba sa začne zmenšovať a my to postrehneme. Okamžite budeme vidieť výhody. Čím menej človek túži, tým viac má. A tak sa začne črtáť múdrosť.

Zistíme, že nenávisť nás nikdy neprivedie k ničomu pozitívnemu a tak sa nebudeme snažiť potlačiť nenávisť. My časom zistíme, že v nás nenávisť jednoducho nevzniká, lebo sme spoznali nenávisť ako nenávisť, ako špinu, ako zlo.

Keď pocítime nepokoj, jasne si budeme vedomí toho, že nepokoj je špina. Nebudeme ho nijako ospravedlňovať. Nebudeme sa maznať s nepokojom. Naše srdce nám dá k tomu súhlas a budeme čím ďalej tým viac cítiť stále väčší pokoj. Budeme ho šíriť okolo seba.

Bdelosť, nie tuposť nám začne dávať istotu. Nášmu srdcu sa bdelosť začne páčiť. To zvýši našu motiváciu.

A napokon neistotu budeme poznávať ako neistotu. Keď neisto kráčame, sme si vedomí toho, že neisto kráčame. Keď je naša reč neistá, sme si vedomí toho, že naša reč je neistá. Keď máme trému, je to neistota. A tak sa postupne zbavujeme neistoty.

My postupne zistíme, že keď pracujeme na ktorejkoľvek nečistote, pracujeme súčasne na všetkých nečistotách. Čistíme náš rozum a čistíme naše srdce. My sa nestávame dobrými preto, lebo sme sa rozhodli, že budeme dobrí, my sa stávame dobrými preto, lebo nerobíme zle. V konečnom dôsledku múdrosť zastrešuje čistú myseľ. Múdrosť je zdrojom porozumenia, pokoja, bdelosti a istoty. Tak ako túžba je zdrojom nenávisti, nepokoja, malátnosti a nemiestnej pochybovačnosti.

Dnes sme si teda utvrdili vedomie toho, čo je nadsvetuská cesta. Čo to je sedieť a kráčať nadsvetuskou cestou a čo to je žiť a bojovať proti nečistotám mysle. Máme správnu informáciu, vyvíjame správne úsilie, sme pritom správne všímaví, zotrvávame v tom, to je správna vytrvalosť, a keďže v tom zotrvávame dostatočne dlho – všimnite si, je to reťaz podmieneného vznikania – napokon sa dostaví správne pochopenie. A správne pochopenie sa odrazí v správnej reči, v správnom čine a v správnom živote.

KOMENTÁR K SIEDMEMU SEDENIU

Keď nepripravenému človeku začneme rozprávať o reťazi podmieneného vznikania, môže našu informáciu prijať ako zaujímavú teóriu alebo ju môže odmietnuť ako výmysel. Ani jedno ani druhé sa však jeho srdca nedotkne. Ak však o reťazi podmieneného vznikania povieme človeku, ktorý dokáže zotrvávať v prítomnosti, lebo sa oslobodil od nutnosti hýbať sa, myslieť a predstavovať si, intelektuálne bude síce reagovať presne tak, ako nepripravený človek, no srdcom pocíti pravdu obsiahnutú v tejto informácii.

Intuícia, osvietenie, múdrosť. Je na čase, aby sme si objasnili spomenuté pojmy. Pokúsím sa ich slovami vyjadriť, definovať ich, formulovať pojem intuícia, osvietenie a múdrosť tak, aby bol zjavný rozdiel medzi nimi.

Čo je teda intuícia? Ak takmer v nepostrehnuteľne krátkom okamihu postrehneme, že informácia, ktorú sme získali, je správna, správnosť informácie nám potvrdila intuícia. Denne ju každý z nás zažíva. Niektorí ľudia si ju však vôbec, alebo skoro nevšímajú, iní si z nej urobili dobrý obchod. Určite ste sa už stretli s psychotronicami. Psychotronici sú veľmi citliví, veľmi vnímaví a veľmi bystrí ľudia. Vedome pracujú s intuíciou. Čo necitliví ľudia vôbec nepostrehnú, to oni dokážu slovne formulovať. Právom im za to patrí slušný honorár. Ako však pociťujú intuíciu menej citliví ľudia? Na niečo si taký človek pomyslí, pritom mu myslou preblesne riešenie alebo odpoveď, no ak si toto riešenie alebo odpoveď logicky utriedi, nepasuje mu to medzi známe skúsenosti a vedomosti. Akosi to odtiaľ trčí. A tak si povie: „To je blbosť!“ Zariadi sa podľa logických úvah. No a po čase s pre-

kvapením zistí, že práve ten nelogický nápad bol správny. Ak nad tým nemávne iba rukou, ale si všimne sled niekoľkých intuitívne správnych zábleskov, stane sa vnímavý voči intuícii. Tak získa zdroj informácií, ktoré sú tupým ľuďom neprístupné, alebo aj keď ich náhodou zachytia, nedokážu sa nimi riadiť. Takže dosť citlivý, pripravený človek po informácii o reťazi podmieneného vznikania intuitívne vytuší, že táto reťaz podmieneného vznikania nie je ani teória ani výmysel, ale že to je fakt. „Takto to naozaj funguje,“ pomyslí si. No to ešte neznamená, že pochopil, lebo aj naďalej reaguje podmienene. No jeho pozornosť je už predsa len usmernená na všímavosť voči javom, ktoré mu boli dovtedy nedostupné. Bez tejto všímavosti by nebol nikto schopný rozoznávať ich navzájom. Kto nie je schopný rozoznávať javy, nemôže v rozoznávaní javov získavať skúsenosti a schopnosti.

A teraz: Čo je osvietenie?

Ak dostaneme správnu informáciu, pochopíme, že je správna, a vyvíjame k tomu, aby sme pochopili nielen správnosť informácie, ale aj jej obsah úsilie, tak sa môže stať, že zrazu nám svitne, ako to je v skutočnosti. Čiže naša skúsenosť nie je okamžiková, ale trvá. Možno niekoľko sekúnd, možno niekoľko minút. Čas nie je v tomto prípade dôležitý. Dôležité je trvanie. Nie záblesk charakteristický pre intuíciu. Počas trvania pochopenia, zotrávania v ňom, presne vieme, ako to je v skutočnosti. No keď osvietenie zanikne, keď sa nám stratí, ostala nám po ňom iba istota, že čosi sme vedeli, no už to nevieme. Už neveríme, že informácia je správna, ale vieme, že je správna, a nikto nás v tom nemôže zneistiť. Nedokážeme však nikomu vysvetliť, ako to je naozaj, nedokážeme to jasne formulovať, iba hmlisto priblížiť. Nedokážeme ani žiť podľa toho, čo sme vtedy chápali, lebo teraz to už nechápeme. Teraz je to už pre nás iba intelektuálny poznatok. Rozum vie, srdce zabudlo. Sme si vedomí konfliktu medzi intelektom a citom, preto sme nespokojní a snažíme sa dosiahnuť opäť osvietenie, harmóniu, istotu. So sklamaním však zisťujeme, že nie sme schopní dosiahnuť opäť osvietenie. Nevieme, čo bolo dôvodom toho, že sa nám to predtým podarilo, ako sa nám to podarilo, čo nášmu pochopeniu predchádzalo. Sme v situácii človeka, ktorého helikoptérou niekam preniesli, no cestu nepozná. Takže toto je osvietenie.

No a čo je múdrosť? Múdrosť je poznanie cesty k pochopeniu, takže kedykoľvek chceme, môžeme ho opäť realizovať. Múdrosť nám dáva istotu, napriek tomu však múdrosť nie je to najväčšie, čo môžeme ako ľudia dosiahnuť. Múdrosť totiž pulzuje. Stráca sa, objavuje, stráca sa. K tomu, aby sme v nej zotrávali, musíme vyvíjať úsilie. Preto je viac ako múdrosť oslobodenie. Až oslobodení od nevedomosti nestrácame múdrosť. Pretože ju nestrácame, nemusíme vyvíjať ani žiadne úsilie k tomu, aby sme si ju udržali. Keď sme zničili nevedomosť tak, že sme ju úplne vyťali, vyťali sme ju tak dôkladne, že už nemôže znovu narásť, dokončili sme to, čo sme ako ľudia mali dokončiť. Sme v situácii človeka, ktorý sa rozhodol napísať báseň, trápil sa, vyvíjal úsilie, opravoval ju, a napokon, vďaka svojej vytrvalosti ju napísal tak, že je úplne dokončená. Nemôže v nej zmeniť ani čiarku bez toho, aby ju nepokazil. A vie, že báseň je dokončená. Preto sa pohodlne

oprie o operadlo kresla a šťastný odpočíva. Dovtedy sa síce tiež mohol pohodlne oprieť, no jeho spokojnosť vyrušovali nové riešenia a nápady. Teraz ho už žiadne nové riešenie alebo žiaden nový nápad nemôže vyrušiť. Čo sa rozhodol urobiť, to aj naozaj urobil. Jeho odpočinok je preto naozaj dokonalý. No a toto je aj cieľ, ku ktorému smerujeme. Poznávame pohyb ako pohyb, poznávame reč, myšlienky a predstavy, poznávame prítomnosť ako prítomnosť, a poznávame javy naplňajúce prítomnosť. Poznávame podmienenosť javov, rozlišovanie, pamäť, nevedomé chcenie a nevedomosť samotnú. Takto spejeme k zrušeniu reťaze podmieneného vznikania, takže už opäť nevznikne, a my, oslobodení od reťaze, zotrávame spokojní v ničím nerušenom odpočinku. Pozor, nie skôr! Zastaviť sa po dosiahnutí nejakého čiastkového úspechu na ceste k dokonalosti znamená nedospieť k dokonalosti. Preto sme sa neuspokojili tým, že sme sa oslobodili od nutnosti hýbať sa, hovoriť, myslieť a predstavovať si. To, čo nás teraz púta, to je prítomnosť. Takže budeme skúmať ako sa oslobodiť z okov prítomnosti.

ROZHOVOR PO SIEDMOM SEDENÍ

Chcete sa niečo spýtať v súvislosti s tým, čo sme teraz robili?

„Ako to, že som si teraz necítil telo?“

Si si istý, že si si ho necítil?

„Áno, som si tým istý.“

Aké to bolo? Bolo to príjemné, alebo nepríjemné?

„Príjemné. Samozrejme.“

Postupne všetci prídeme k tomu, že si prestaneme cítiť telo. Odídeme z tela. Spejeme k tomu, aby sme nie náhodou, nejakým zážitkom vedeli odísť z tela, ale vedome odídeme z tela vždy, keď to budeme chcieť urobiť. Bude to jedna z veľkých výhod, ktoré získame. Lebo až vtedy, keď vedome odídeme z tela pochopíme, že telo nie sme my. Dovtedy sa budeme považovať za telo. A pokiaľ sa budeme považovať za telo, hoci aj podvedome, dovtedy si to, že sa už za telo nepovažujeme, že sa nestotožňujeme s telom, môžeme si nahovárať, že sme už od tela oslobodení, no nebude to pravda. Keď nám totiž niekto stúpi na otlak, budeme kričať: „Au!“. Potom už nie.

„Prečo sa sedenia robia pri zhasnutom svetle? Neláka to ľudí k spánku? Nie je to všetko potom zbytočné?“

Potme robíme sedenia preto, lebo k nim nepotrebujeme svetlo. Ich zmyslom je síce poskytnúť informácie, keď však niekto počas rozprávania zaspí, vôbec to nevadí. Aj tomu som rád. Odpočinite si. Či pri rozprávaní vnímal alebo odpočíval, jedno aj druhé má zmysel. Čokoľvek z toho sa relizovalo, naše sedenie nebolo zbytočné.

„Mohli by ste mi povedať, aký je význam a cieľ týchto prednášok?“

To, čo robíme, nepovažujem za prednášky alebo kurzy. Jednoducho iba sedíme. Počas sedenia rozprávam o veciach, ktoré si každý môže overiť. Môže pochopiť, že to tak je, ale môže si povedať aj: „Tento chlapík tu rozpráva hlúposti,“ a odíde preč. K čomu spejeme, to je oslobodenie. Čo je oslobodenie, o tom máme zatiaľ

len predstavy. Až keď realizujeme oslobodenie, až potom budeme s určitou vedieť, čo je oslobodenie. Dovtedy bude oslobodenie pre nás iba konceptom vytvoreným vo vedomí, no nie skutočným, ozajstným oslobodením.

(Väčšina otázok bola vďaka veľkej vzdialenosti opytujúceho sa od mikrofónu diktafónu tak slabo zachytená, že sa jej nedalo rozumiť. Niektoré som si vedel aspoň domyslieť. No túto otázku som si nevedel ani domyslieť. Skúste to – podľa odpovede – sami.)

K tejto otázke nedokážem zaujať stanovisko. Každý z vás je individuum sám o sebe. Môžem vám v niečom pomôcť tým, že rozprávam o veciach, o ktorých rozprávam. Mne trvalo roky, než som spomínané zákonitosti pochopil. Vám to môže trvať, na základe správnych informácií, dajme tomu pár hodín. Ale čo všetko sa pritom deje, to neviem. Je ešte veľa vecí, ktoré neviem. Nesnažím sa nikomu ublížiť. Vedome. Preto som vás už na začiatku upozornil, že som taký istý, ako ktokolvek z vás. Každý z vás reaguje iným spôsobom. Neexistujú dvaja ľudia, ktorí by reagovali navlas rovnako. Prečo? Lebo pamäť každého z nás je úplne inakšia. Máme iné poznatky, iné skúsenosti. Niet dvoch ľudí, ktorí by mali rovnaké poznatky a rovnaké skúsenosti. My preto neskúmame rozličnosti, to čo nás oddeľuje, skúmame to, čo nás spája. Princípy. Skúmame iba myslenie, nie to, ako myslíme. Každý z nás myslí o niečom inom. Má iné problémy. Každý z nás je schopný myslieť a keď má dost informácií, je schopný aj nemyslieť. Povedať si o princípoch je jediné, čo môžeme spraviť. Ako kto využije myslenie, to je na ňom. Ako využije nemyslenie je takisto na ňom. Ja iba hovorím o tom, čo sa stane, keď človek prestane myslieť. O tom, že potom sa objavia predstavy. Jasne začne vnímať predstavy. To je meditácia. A že stav bez myslenia je príjemný stav. Akonáhle sme zastavili myslenie, cítime sa príjemne. Vtedy nemáme starosti. Ale na neexistenciu starostí reaguje každý z vás svojsky. Preto na úrovni týchto reálií neexistuje učiteľ. Ani ja nikoho neučím. Podávam iba informácie. Nie je to nezodpovednosť, čo ma vedie k takémuto prehláseniu. Iba si uvedomujem, čo viem a čo neviem, a čo môžem a čo nemôžem.

Každý z vás učí sám seba. Tak ako ja učím sám seba. Nešiel som cestou niekoho, ani vy nejdete cestou niekoho. Skúmame jednoduché princípy a skúmame ich tak, aby sme ich do dôsledku pochopili. Každý z nás potom, po ich pochopení zistí, čo sa s ním stalo. Vidíte, že sa nedotýkam náboženstva. Čo to má spoločné s náboženstvom? Nerozvíjame tu nejaké budhistické teórie, nejaké kresťanské teórie. Ak by som to robil, znamenalo by to, že skúmame, ako myslíme. My však neskúmame obsah myslenia. Skúmame princíp myslenia. Skúmame princíp predstavovania si, cítenia, javov, rozlišovania, pamäti, vedomia a podvedomia. Vieme, že keď sme odstránili myšlienku, keď sme dosiahli vnútorné ticho, tak sme vstúpili niekam, kde sme predtým neboli. O toto nám ide. My objavujeme oblasti, ktoré nám boli dovtedy skryté. Nešprtáme sa donekonečna v tom, čo už poznáme. Tieto nové oblasti sa stanú reálnymi pre každého iba vtedy, keď ich objaví sám pre seba. Dovtedy nevie, o čom sa rozpráva. Môže si o tom vytvoriť iba predstavu, hypotézu, teóriu. Takto to teda je.

Moje informácie však majú predsa len určitú konkrétnu hodnotu. Odbremením vás od zbytočného blúdenia. Tak ako keď vám poviem, že z Bratislavy do Prahy je to po diaľnici, ak chcete ísť autom, najkratšia cesta, najrýchlejšia cesta. Nebudeme obchádzať kde-kade po dedinkách. Ukázať cestu, poradiť, to je to jediné, čo môžem spraviť. Všetko ostatné už závisí na vás.

Takže doposiaľ sme prišli k teraz a tu. Počas piatich sedení sme sem prišli. Naozaj sme neodbočili. Kráčali sme tak rýchlo a tak priamo, ako sa len dalo. Na svete neexistuje nikto, kto by pri zachovaní dôslednosti prešiel úsek, ktorý sme my prešli, rýchlejšie. Túto cestu už dokonale poznám. Nikto ju nemôže poznať lepšie, no všetci sa mi môžu vyrovnáť. V tomto zmysle ide o absolútnu rovnosť. Horšie to už bude ďalej. V ďalšom úseku som si už oveľa menej istý a mrzí ma, no nepôjdeme najschodnejšou možnou cestou. Vstupujeme na neprebádané územie. Mám pred vami určitý náskok, no nie dokonalú istotu. Jedno však s istotou viem: aj keď sa pomotáme, občas si zájdeme, nezablúdime a cieľ neminieme. Ale až tí po nás pôjdu najrýchlejším možným spôsobom.

„Čo si myslíte o ješitnosti?“

Kam by ste zaradili ješitnosť vy? Ja do túžby.

„Takže ješitnosť je nečistota?“

Som ješitný. Nieкто mi niečo povedal, som ješitný. Je to nečistota? Či to je túžba, nenávisť, nepokoj, kamkoľvek to človek zaradí, to nie je dôležité. Zase by sme neskúmali princípy, zase by sme odbočili. Odbočíme tam – odbočíme onam, to nemá koniec. Proste ješitnosť je nečistota. A my si povieme: „Päť nečistôt, čo to tu Repka trepal o piatich nečistotách? Je šesť nečistôt.“ To tiež nie je dôležité. Dôležité je to, že v nás, v našom srdci je niečo, čo nie je správne. Život nás usmerní, ukáže nám, že to naozaj správne nie je. Ak sa stretnem s niekým, kto má iný názor ako ja, a cítim k nemu nenávisť, alebo strach z neho, to predsa nie je správne. To nie je znakom toho, že som múdry. To je znakom toho, že som vystrašený. Že ten človek ma ohrozuje. Moja istota nie je taká, aby som ho mohol pokojne vnímať a snažiť sa ho pochopiť. Porozumieť mu. Ja ho chcem potlačiť. To, čo mi rozpráva. Lebo mi to berie istotu. Ide o tieto princípy. Nech čokoľvek rozprávam, sú to len slová. My sa snažíme ísť za slová. Čiže každý z nás musí inteligentne vnímať to, čo rozprávam. Nedržať sa povedaného slova. Nedomnievať sa, že to, čo bolo povedané, musí byť správne. Nie. To správne sa vlastne ani nedá povedať. V každom okamihu totiž vzniká úplne nová situácia. To si od nás vyžaduje inteligenciu. V tom je novosť. Nič neopakujeme. Aj to, čo poviem, a čo bolo v okamihu výpovede správne, po výpovedi už stratilo na hodnote. Všetko, čoho sa chytí pamäť je skreslené minulosťou. Podstata všetkého je v tom, čo ešte nevzniklo a čo už zaniklo. Ale o tomto si tiež povieme viac až neskôr.

Tí, ktorí tu dnes boli prvýkrát, musia si uvedomiť, že veľa informácií, ktoré boli už predtým dôsledne vysvetlené, sme preskočili. Určite im chýbali. Preto, ak v priebehu nášho stretnutia pocítite, že niečo z toho, čo sa tu robí vás oberá o viac istoty, ako ste schopní akceptovať, nerobte si násilie a pokojne odíďte. Ak

strácajú súvis, lebo vám predošlé informácie chýbajú, všetky sedenia sú zapísané. Nie je problém získať ich. Stačí poprosiť pani vedúcu, alebo kohokoľvek z Cultusu, výjdu vám v ústrety.

28. 11. 1995 – 8. sedenie

Pomrvte sa ešte, zahniezdite sa, nájdite si tú správnu pozíciu. Všimnite si svoje svaly, svoje telo. Ak je niekde veľké napätie, vedome ho uvoľnite. Nebuďte toporní. Ak už cítite, že sedíte pevne a sedíte pohodlne, vedome sa rozhodnite, že sa nebudete hýbať. Toto rozhodnutie nie je niečo, čo budeme za každú cenu dodržiavať. Ak budete cítiť, že napätie sa začne zvyšovať, že vás tlačia kosti alebo vás niečo tlačí, upravíte si pozíciu a opäť znehybniete. Ako som už povedal, pokiaľ to nedržíme v pamäti, tak nás to nemôže rušiť. Vy môžete z hlbokého vnoru zrakom vzhliadnuť, pozrieť sa, obzrieť si situáciu a potom sa okamžite dostať späť. Nie je to žiaden problém.

Tak ako vždy, chvíľočku si zvykneme na prostredie. Neutiekame sa do sedenia, do nejakých hĺbok, len odstraňujeme rušivé prvky a ono to všetko prichádza samé. Ten pokoj, istota, bdelosť.

Zhruba by sme mohli rozdeliť ľudí, ktorí budú teraz spolu s nami kráčať, na niekoľko skupín. Tak ako keď sa vyberieme na dlhú pešiu túru. Niektorí kráčajú rýchlejšie, niektorí pomalšie, niektorí unesú viac, niektorí nepotrebujú odpočívať. V prvom rade sa nesnažte porovnávať seba a mňa. Nie je dôležité, čo ja viem, ani čo rozprávam, zamerajte sa na seba. Každý skúma sám seba. Keď sa naučí o mne, nespozná seba, ak sa naučí o sebe, spozná aj mňa. Ak budete niekto cítiť, že stráca tempo, že ideme príliš rýchlo, ale pritom dôverujete tomu, čo sa tu robí, tomu, čo sa tu rozpráva, pokojne sa uvoľnite. Ak sa uvoľníte, možnože príde taký ľahučký hypnotický spánok, bude to ako keď si sadnete na povoz, keď už nevládzete kráčať a zviezete sa. Možno sa týmto povozom dostanete do krajiny, do ktorej by ste sa inak nedostali, inak by ste ju nevideli. Pomôže vám to ujasniť si cieľ. Ujasnený cieľ zosilní motiváciu. Nabudúce bude viac sily. A tí, ktorým nerobí problém udržať krok, nech kontrolujú srdcom. Srdce sa nikdy nepomylí. Keď je pokojné a keď je spokojné, je to v poriadku. Ak sa vzbúri, ak je nespokojné, tak ten kto rozpráva, nerozpráva pre vás dobre. Nepočúvajte ho. Alebo odíďte.

Takže sme uvoľnení. Sedíme alebo ležíme. Aj keď sedíme, naše priečne-pruhované svalstvo vyvíja len toľko energie, aby sme pokojne sedeli. Nie viac, nie menej. V tom je naša istota v sedení. V pozícii. Zotrvávame nehybní, a táto nehybnosť sa nám páči. Vieme už, ako sa oslobodiť od nutnosti hýbať sa a toto poznanie a schopnosť realizovať ho teraz využijeme. Úplne prirodzene, ľahučko, bez námahy. Sme nehybní. Nemusíme vyvíjať úsilie k tomu, aby sme zotrvali nehybní.

Takto nehybní ľahko registrujeme kontrast medzi myslou a telom. Je možné, že väčšina z vás prejde prvú oblasť, oblasť pohybu, a druhú oblasť, oblasť myšlienok v zlomku sekundy. Niektorí možno v oblasti myšlienok zotrývajú trošičku

dlhšie. Možno ich ešte trochu otravujú myšlienky, v duchu si ešte možno niečo povedia. Pokiaľ ostanú aj pritom pokojní, pokiaľ sa nezľaknú, myšlienky postupne odídu. Ak na oheň neprikladáme drevo, postupne dohorí. To isté robíme s myšlienkami. Keď oheň dohorí, keď pahreba vyhasne, tak o tom vieme, vidíme to. Takú istú istotu máme aj v myšlienkach. Keď zaniknú, keď nevznikajú, vieme so stopercentnou istotou, že naša myseľ je tichá, bez slov.

Ak je myseľ tichá, bez slov, môžu sa objaviť predstavy. Predstavy ako spomienky, predstavy ako fantázia. Predstavy niečoho čo bolo, nejaké úryvky z dnešného dňa, predstavy niečoho, čo môže byť. Nejaké úryvky zvyšku večera alebo zajtrajška. Opäť niektorí možno v zlomku sekundy preletia touto úrovňou, niektorí sa tam možno zdržia trochu dlhšie, niektorí v nej možno ostanú. Vieme už, že na úrovni predstáv je vždy nespokojnosť. Je to nespokojnosť s prítomnosťou. Predstavy znamenajú nespokojnosť, preto si spomíname, túžime po niečom, nie sme spokojní s tým, čo práve teraz je. Vymýšľame si, snívame, vedome snívame o niečom, čo je lepšie, krajšie ako to, čo práve teraz je. To je sféra predstáv, ríša predstáv. Až vtedy, keď prestaneme mať záujem o akékoľvek predstavy, keď prestaneme prikladať na ten oheň, ktorý horí z predstáv, tak oheň predstáv vyhasne. A keď vyhasne, presne to vieme, bez váhania, s úplnou istotou vieme, že predstavy vyhasli.

Ak v mysli nemáme slová, ak v mysli nemáme predstavy, dosahujeme prítomnosť. Prítomnosť je spokojnosť. Je tu pokoj, príjemné teplo, sme v príjemnej pozícii, cítime sa dobre, netúžime cítiť sa inak, sme spokojní, takže zotrávame v prítomnosti. My môžeme zotrávať v prítomnosti a pritom byť zameraní na prítomnosť, ktorá sa bude predlžovať, môžeme zotrávať v prítomnosti a pritom chciet získať lepšiu pamäť, teraz v prítomnosti, môžeme zotrávať v prítomnosti a pritom chceme byť zdravší, teraz v prítomnosti, môžeme zotrávať v prítomnosti a pritom chceme byť múdrejší, teraz v prítomnosti. To je svetská cesta. Je to vedomé chcenie a môžeme mať aj starosti, to sú svetské starosti. Máme starosti, či dosiahneme tú lepšiu pamäť, teraz v prítomnosti, to väčšie zdravie, teraz v prítomnosti. Prítomnosť je spokojnosť a spokojnosť je pocit. Ak si chceme udržať tento pocit, je tu vedomé chcenie. Kde je vedomé chcenie, tam je lipnutie. Kde je lipnutie, tam je stávanie sa. Kde je stávanie sa, tam je vznikanie. Spokojnosť chce väčšiu spokojnosť. To je svetská cesta.

Prítomnosť je však súčasne hranicou. Spokojnosť, príjemný pocit, ak ho pomenujeme ako príjemný pocit, ak ho vnímame ako príjemný pocit, ak si spokojnosť uvedomujeme ako príjemný pocit, to znamená že rozlišujeme medzi pocitom. Vieme že spokojnosť je príjemný pocit, takže spokojnosť sa nám páči. A vieme že nespokojnosť je nepríjemný pocit, takže nespokojnosť sa nám nepáči. Tu je hranica medzi svetskou a nadsvetskou cestou. Až vtedy, keď prestaneme mať záujem o spokojnosť, keď sa prestaneme báť nespokojnosti, prekračujeme túto hranicu a **vstupujeme na nadsvetskú cestu, kde nás už nezaujíma príjemný a nepríjemný pocit.**

Ríša, do ktorej vstupujeme, je ríša javov. Väčšina ľudí túto ríšu vôbec nepozná.

Je to ríša predtým, ako vzniká pocit. Je to priamo vnímanie. V jasných zábleskoch ho môžeme aj v bežnom živote občas zachytiť. Sú to určité telepatické prvky, je to určité predvídanie, niečo sa nám vybaví, nemá to vôbec súvis so zmyslovými orgánmi. Aj teraz, keď nemáme záujem zväčšovať spokojnosť a nebojíme sa ani straty spokojnosti, zotrávame v prítomnosti bez chcenia a bez starostí. Môžu sa však objaviť rôzne sily, prvky, ktoré sú zaujímavé. Môžeme v tomto stave vnímania javov preniknúť do priestorov, ktoré sú zmyslovým orgánom neprístupné, to znamená, že sme v ríši, kde nás fyzické telo prestáva obmedzovať.

Najbližšie k pomenovaniu toho, čo môžeme práve zažívať je termín astrálne telo. Je to opäť veľmi jednoduchý termín. Astrálne telo to sú naše podvedomé túžby, to je naše podvedomé chcenie, je to to, čo z nás ostáva po smrti. To čo nie je obmedzené fyzickým telom. Práve tu, na tejto úrovni, je veľmi dôležitá správna informácia. Väčšina informácií je totiž nesprávnych. Ak získame nesprávnu informáciu, budeme vyvíjať nesprávne úsilie. Naša všímavosť bude nesprávna, naša vytrvalosť bude nesprávna, naše pochopenie nebude správne. Ak budeme veľmi úprimní, veľmi bdelí, možno o mesiac, o rok, o dvadsať rokov prideme napriek nesprávnej informácii k poznatku, k pochopeniu, že informácia bola nesprávna. A tak sa vrátíme späť na priamu cestu, ale s veľmi veľkou stratou. Tomuto sa my vyhneme.

Správna informácia o astrálnom tele je tá, že astrálne telo je zlo. My ho budeme poznávať, skúmať, až pokiaľ nestratíme záujem budovať, posilňovať, udržiavať telo túžob a prianí. Ten zlodej, ktorý nám ukradol to najdôležitejšie, čo existuje, nám teraz podhodil veľmi pekný kúsok. Nemá zmysel aby sme ho zahodili a pritom naše srdce bude tiahnuť za ním. Nemôžeme mu utiecť, my ho budeme skúmať dovtedy, pokiaľ jasne nepochopíme, že to nie je to najdôležitejšie, čo nám ten zlodej ukradol. Že cestovanie vesmírom je len zážitok, že vystúpiť z tela a putovať po iných úrovniach ako duch je len zážitok, že získať telepatické schopnosti je len zážitok. Neurobíme chybu, ktorú robí 99 percent tých, ktorí kráčajú za poznaním, za oslobodením. Takže teraz sa pozrieme priamo, čo to je prítomnosť za pocitmi, v ktorej je už iba podvedomé chcenie, čo to je jav, aká je jeho hodnota, ako vzniká, čo ho podmieňuje, ako zaniká.

V prvom rade musíme byť dostatočne bystrí, pokojní a všímaví. Asi sa vám to nepodarí teraz, keď vám do toho rozprávam, preto je dôležité sadnúť si osamote. Sám, v tichu, priamo tieto veci realizovať. Takže keď to spravíte, uvedomíte si, že jav pozostáva zo štyroch prvkov na svetskej ceste a z troch prvkov na nadsvetskej ceste. Ktoré sú tie štyri prvky, z ktorých pozostáva jav na svetskej ceste? Je to zmyslový orgán, je to predmet, je to dotyk medzi zmyslovým orgánom a predmetom a následne koncept. Až koncept tvorí jav, jav vo vedomí. Zrakový jav, sluchový jav, čuchový jav, chuťový jav, hmatový jav a jav intelektu. Keď chýba predmet a je len zmyslový orgán, nevzniká jav. Nevznikne koncept, ktorý by sme si uvedomili, takže sa prejaví v našom vedomí. Ak existuje predmet, ale neexistuje zmyslový orgán, nevznikne dotyk. Keď nevznikne dotyk, nevznikne koncept. Jav vo vedomí sa neobjaví. Tieto faktory nie je možné zachytiť v psychologickom čase.

Na nadsvetskej ceste jeden z tých štyroch prvkov nepotrebujeme. Prvok, ktorý nepotrebujeme na nadsvetskej ceste je zmyslový orgán. Svetlo je zhasnuté, oči máte zavreté, nevytvárate si vedome žiadne predstavy, a napriek tomu môžete vidieť. Prosím, toto nie je nejaká teória, držíme sa stále faktov. Čiže je tu predmet, je tu dotyk a je tu koncept. V konečnom dôsledku jav. Zrakový jav. Tento jav nie je ničím obmedzený. Vy môžete vidieť niečo, čo ste videli, keď ste mali rok, alebo keď ste sa rodili, alebo ešte predtým. Môžete svojim vnútorným zrakom vidieť nejakú situáciu, na ktorú ste už vedome dávno zabudli. V ríši javov je všetko možné. Nepotrebujeme k nej telo, oči, uši, jazyk, nos ani pokožku, aby sme videli, počuli, cítili, vnímali. To znamená, že nás už telo neobmedzuje, a my sme v ríši, ktorá nám ponúka omnoho viac. Je možno vycvičiť sa a doslova odísť z tela, potom sa do tela vrátiť a zase odísť. Putovať kdekade. Putovanie vedomia nie je nič nereálne. My si môžeme uvedomiť – a je dôležité, aby sme to jasne pochopili – že sme sa zbavili nášho tela, našich priečne-pruhovaných svalov, oslobodili sa od pohybu, že sme sa zbavili myšlienok, slov, oslobodili sme sa od myšlienok, že sme sa zbavili predstáv, oslobodili sme sa od predstáv, že sme prestali túžiť po príjemnom a oslobodili sa od pocitov, my sme sa vzdali všetkého tohoto, a predsa sme získali omnoho viac ako to, čoho sme sa vzdali.

Keď poznávame sami seba, keď vstupujeme do hĺbky vlastného mozgu, neustále len získavame. Nie je problém vrátiť sa z nadsvetskej cesty na svetskú a opäť rozlišovať medzi príjemným a nepríjemným pocitom. Nie je problém začať si vedome predstavovať, začať vedome snívať, nie je problém začať myslieť, nie je problém začať rozprávať, nie je problém začať sa hýbať. Nič z toho sme nestratili. Aj keď teraz sme sa toho vedome vzdali, naoplátku sme získali omnoho viac. Priama cesta je pekná na každom svojom úseku. Je príjemná na každom svojom úseku. Je bezpečná na každom svojom úseku.

Ak zotrávame v ríši javov, naše telo odpočíva, ani ho nevnímame, naša myseľ odpočíva, úplne sme ju rozpustili, je tu len vedomie, a to je teraz veľmi široké, veľmi pružné. My môžeme vnímať na tejto úrovni to, že sedíme, takže sú tam štyri prvky, telo, ako hmatový orgán, hmatový zmysel, predmet, dotyk, koncept a teda jav. Uvedomíme si to, že sedíme. Ale súčasne môžeme byť niekde úplne inde, v inom priestore, v inom čase, takže nepotrebujeme k tomu telo, ale je tu len predmet, dotyk a koncept. Jav. To nie je predstava, je to pre nás fakt, že tam niekde, niekedy naozaj sme. Takto sa pohybujeme v ríši za zmyslami. Možno na okamžik, možno dlhšie, raz sme osobnosť z mäsa a kostí, a potom sme duch, ktorý nie je obmedzený telom.

Tak ako v predstavách, keď sme sa zbavili slov, vstúpili sme do veľmi príjemnej ríše. Nazvali sme ju meditácia. Meditovali sme bez toho, že by sme slovne niečo pomenovali. Bolo to príjemné. Určitý čas nám trvalo, než sme pochopili, že sa opäť točíme v kruhu, že takto môžeme prežiť zvyšok života a ďalej sa nedostaneme. Okrem toho sme si uvedomili, že tieto príjemné zážitky nás neuchránia pred zlom, s ktorým sa stretne v bežnom živote. Takže v ríši predstáv sme nenašli absolútnu istotu, len relatívnu istotu, nie absolútnu nezávislosť, len relatívnu nezávislosť. To

isté budeme musieť teraz preskúmať a pochopiť aj na začiatku našej nadsvetskej cesty, v ríši javov. Ponúk bude omnoho viac, zážitky budú omnoho krajšie. Pochopenie a poznatky budú omnoho hlbšie. Ale my sa budeme točiť opäť len v jednom kole. Neunikli sme z neho. My si musíme jasne uvedomiť, že aj ten najkrajší jav, aj ten najkrajší obraz alebo zvuk má len dočasné trvanie. Že vznikol, mení sa a zaniká. Keď toto jasne pochopíme, prestaneme sa tešiť na to, že sa budeme túlať časom alebo priestorom.

Naše tešenia sa a túžby vychádzajú z podvedomia. My už vedome nič nechceme. Ale dôsledkom toho, že tu to podvedomé chcenie je, je práve jav. A my budeme musieť s odvahou, priamo, bez akéhokoľvek nahovárania si preskúmať každý jav. Ani astrálne telo, duchovné telo, nám nedá absolútnu istotu, absolútnu bezpečie. Keď vstaneme z nášho sedenia, v ktorom sme sa mohli cítiť voľní ako vták, prispôsobiví ako voda, a vyjdeme do bežného života, zistujeme, že sme sa neoslobodili od bolesti. Zistujeme, že sme sa neoslobodili od strachu. Takže keď sme dosť bystrí, nie sme spokojní. Nie sme však ani zúfalí, aj keď si povieme: „Ja nechcem, aby sa v mojom vedomí čokoľvek prejavovalo. Žiaden vizuálny jav ma už nezaujímá, žiaden sluchový jav ma už nezaujímá, žiadna spomienka na nejaké reinkarnácie ma už nezaujímá, žiadne tušenie budúcnosti ma už nezaujímá, žiaden vhlad do zákonov vesmíru ma už nezaujímá, nič prejavené ma už nezaujímá.“ Napriek tomu však vznikajú vizuálne obrazy, počujeme zvuky, takže si jasne uvedomujeme, že nie sme schopní oslobodiť sa od javov. Nezáufame si však preto. Nepochybujeme o tom, že tak ako sme pochopili myšlienky a oslobodili sa tak od myšlienok, že tak ako sme pochopili predstavy a oslobodili sa tak od predstáv, pochopíme aj javy a oslobodíme sa od nich.

Možno počujete, že vonku prší, to je sluchový jav. Keby nebolo podvedomé chcenie, lebo vy to asi vedome nechcete počuť, nevznikol by sluchový jav. Takže prítomnosť sluchového javu je iba dôsledkom nášho podvedomé chcenie. Podvedomé chcenie je dôsledkom našej nevedomosti. Poznáme aj začiatok reťaze podmieneného vznikania. Vieme, že preto, lebo tu je podvedomé chcenie, vzniká pamäť, vieme že preto, lebo tu je pamäť, vzniká rozlišovanie, vieme že preto, lebo vzniklo rozlišovanie, vzniká vedomie, vieme že preto, lebo vzniká vedomie, vzniká telo a myseľ, vieme že telo a myseľ sú podmienkou vzniku zmyslových orgánov. A napokon tu je onen vnem. Počujeme zvuk, počujeme, že prší. Celá táto reťaz prebehla nepostrehnuteľne rýchlo. Nie je možné zachytiť ju zmyslovými orgánmi, ani myslou, vedomím, mozgom. A napriek tomu sme schopní ju priamo poznať. V ríši javov nám však môže stačiť priamy vhlad do toho, že ak počujeme, tak príčinou toho všetkého je nevedomé chcenie. Keď si to uvedomíme, prestaneme živiť jav.

V ríši javov ostaneme ešte aj nabudúce. Nikam sa neponáhľame. Cesta po ktorej kráčame je strmá. Preto ideme pomaly, krok za krokom. Zatiaľ je dôležité, aby ste v sedení každý sám odmietli akýkoľvek vedomý záujem, vedomú žiadosť, vedomé starosti. Aby ste dokázali zotrvať bez svetského chcenie a bez svetských starostí v sedení, lebo ste si na to vytvorili podmienky. Je dôležité, aby ste priamo skúmali javy. Či už sú to javy ktoré vznikajú na základe štyroch prvkov, alebo

sú to javy, ktoré vznikajú na základe troch prvkov, každý musíte starostlivo zvážiť a skúmať, či v sebe obsahuje nekonečno, či je to jav, ktorý nepodlieha vzniku, zmene a zániku. A keď zistíte, že to je jav, ktorý podlieha vzniku, zmene a zániku, neživíte ho, odmietnete. To je prvý vhlad nadsvetskej cesty. Vidíte, že to nie je nič zložité. Je to úplne jasné. Dá sa to povedať jednoduchými slovami. Informácia je úplná. Čo je však teraz potrebné, to je vyvíjať správne úsilie, zotrvať pritom všímaví, vytrvať vo všímavosti, až pokiaľ jasne nepochopíte, že každý jav podlieha biede prírodného zákona. Podlieha vzniku, podlieha zmene, podlieha zániku. Takže postupne prestanete mať záujem na akomkoľvek **jave**.

Prítom všetkom, po každom sedení, vchádzame do bežného života. V bežnom živote sa snažíme udržať čistú myseľ. Už vieme, že túžba je zlo. Každá túžba. Vieme že nenávisť je zlo. Vieme že nepokoj je zlo. Vieme že malátnosť je zlo. Vieme že nemiestna pochybovačnosť je zlo. Takže keď v sebe tento pocit objavíme, a vidíme, že sa prejavuje v činoch alebo slovách, neživíme ho, nepodporujeme. Snažíme sa ho zahatať vtedy, keď ešte máme dost síl, keď nás príliš nestrhol. Keď sa nám to darí, spontánne, bez toho, že by sme hľadali, objavuje sa múdrosť, ktorá prichádza, keď odíde túžba. Objavuje sa porozumenie, ktoré prichádza, keď odíde nenávisť, objavuje sa pokoj, ktorý prichádza, keď odíde nepokoj. Objavuje sa bdelosť, ktorá prichádza, keď odíde malátnosť. A objavuje sa istota, ktorá prichádza, keď odíde neistota. Takže takto bdelí zistujeme, že čistá myseľ sa nám páči, že čistá myseľ neobmedzuje nás, že čistá myseľ neobmedzuje ani druhých ľudí, a preto odmietame nečistotu mysle. Nespíme, keď sa objaví hnev, nečakáme, až sa rozrastie, až sa rozkričíme a začneme zúriť, ale v momente, keď sa objaví, my takto bdelí, ho zachytíme, odmietneme, odhodíme ako jedovatého hada. Sme všímaví. Pravá všímavosť je rozpoznanie zlých javov ako zlých javov. Pravé úsilie je odmietanie zlých javov a snaha o to, aby sme vzbudili dobré javy. Dobré javy rozvíjame a prítom sa snažíme, aby nevznikli zlé javy. Toto je pravá všímavosť a pravé úsilie v bežnom živote. Žiadna mystika, žiadne zastieranie, nič zložité a nepochopiteľné. Všetko je jasné, tak ako je jasné naše zameranie. *(Koniec pásky. Po chvíli bol aj koniec rozprávania.)*

KOMENTÁR K ÔSMEMU SEDENIU

Nie všetko, čo bolo v rozprávaní povedané, bolo povedané najlepšie. Nech však je čokoľvek akokoľvek povedané, vždy to je iba relatívne. Teda aj to najlepšie povedané slovo nemôže vyjadriť pravdu. Preto treba každý text vnímať s bystrou pozornosťou.

Sme ako zvierá, ktoré sa blíži k potrave s nedôverou a so strachom z okolia. Najprv robí veľké okruhy, potom stále menšie, až napokon siahne po potrave. My robíme tiež veľké okruhy, potom stále menšie a až napokon siahneme po pravde. Či je to najlepší možný spôsob, ako sa dostať k pravde, to musí posúdiť každý sám. Na čokoľvek však prideme, faktom ostane, že zatiaľ to takto funguje. A to ešte hovorím o človeku, ktorý kráča takzvanou priamou cestou. To znamená, že sa neustále približuje. Nevzdaluje sa.

Ak si dôkladne, s bystrou pozornosťou prečítate predchádzajúci text sedenia, nájdete v ňom z troch oporných bodov jeden viac rozvedený a jeden menej. Tretí oporný bod v tomto rozprávaní nebol spomenutý. Vysvetlím tieto oporné body. Doplnia informácie z ôsmeho sedenia.

Prvým oporným bodom je čistá myseľ. Myseľ bez túžby, bez nenávisťi, bez nepokoja, bez malátnosti a bez nemiestnej pochybovačnosti. Len o tom, ako dosiahnuť čistú myseľ, by sa dalo napísať niekoľko kníh. Dôsledne definovať čistú myseľ nie je možné. Definujte čistú vodu. Ak sa na ňu pozriete, už len to, že ste sa na ňu pozreli, jej dá vlastnosť, ktorá tam nebola a ktorá sa tam neudrží. Nikto okrem vás ju nevníma, preto každý definuje čistú vodu inými slovami. Definíciou čistej vody definujeme vlastné myslenie. Ak však nebudeme definovať čistú vodu, vzdáme sa úsilia definovať čistú vodu, a povieme iba: „Toto je čistá voda,“ môžeme si navzájom, ako jednotlivci porozumieť. Ak sa vzdáme definície čistej mysle a zhodneme sa iba na slovách: „Čistá myseľ,“ máme nádej vytušiť, o čo nám touto definíciou ide. Bez čistej mysle totiž nie je možné byť vnímavý. Nemôže byť vnímavý ten, kto túži, nemôže byť vnímavý ten, kto nenávidí, nemôže byť vnímavý ten, kto je nepokojný, nemôže byť vnímavý ten, kto je malátny, nemôže byť vnímavý ten, kto pochybuje.

Prosím vás, ako sa vám čítala predchádzajúca veta? Nezatúžili ste skrátiť ju? Nepomysleli ste si: „Človeče, čo zdržuješ? Nemôžeš napísať rovno len: Nemôže byť vnímavý ten, kto túži, nenávidí, je nepokojný, malátny a pochybuje?“ Ak vám myslou preletelo čosi takéto, potom ste nepokojný. Ak ste nepokojný, nemôžete byť vnímavý. Vaša myseľ je nečistá. To znamená, že stojíte na neistej pôde. Chýba vám opora. Dôsledkom toho je vonkajší a vnútorný konflikt. Niekomu nakričíte, pohádáte sa s niekym, čosi ukradnete, zaklamete, niekomu ublížite a niekto ublíži vám, ukradne vám čosi, oklame vás, urazí. Takže pôda, na ktorej stojíte, je naozaj neistá.

Ak človek pochopí čistú myseľ bez toho, aby si o čistej mysli vytváral teórie, zotráva v čistej mysli. Zotrávajúc v čistej mysli pociťuje istotu. Istota mu dáva pokoj, pokoj je zdrojom bdelosti, bdelosť je podkladom porozumenia a porozumenie sa javí ako múdrosť.

Múdrosť sa javí. Slovo jav nebolo použité náhodou. Druhou oporou človeka, ktorý pátra po pravde, je totiž rozoznávanie javov. Pokiaľ nerozozná správny jav od nesprávneho, dovedy bude riskovať, že si javy pomýli a zotrávajúc v omyle bude rozvíjať zlý jav a potláčať dobrý jav. Až vtedy, keď jasne rozozná zlý jav ako zlý jav, a dobrý jav ako dobrý jav, bude schopný odmietat zlé javy, pokiaľ sa objavili, a dbať na to, aby sa zlé javy neobjavovali. Až vtedy bude schopný podporovať vznik dobrých javov a ak dobré javy vznikli, zdokonaľovať ich a rozvíjať.

No a posledným, tretím oporným bodom človeka, ktorý siaha po pravde, je sila. S čistou myslou dokáže rozoznávať javy, no bez sily vytrvať v zdokonaľovaní dobrých javov nebude schopný rozvinúť ich až k dokonalosti. Bude síce chápať, no nebude vedieť. Kto z nás nechce byť dokonalý? A kto ním naozaj je?

Prosím vás, ak ste spokojní s tým, ako som vysvetlil oporné body, zamyslíte

sa nad tým, či vôbec existujú dobré javy. Pokiaľ budete vo svojich úvahách dôkladní, prekvapí vás zistenie, že dobré javy neexistujú. Takže celá tá pekná teória o oporných bodoch je humbuk. Každý jav je vo svojej podstate zlý, preto lebo vznikol na základe rozdeľovania, rozlišovania, porovnávania. V ríši javov niet jednoty. Sú v nej iba rozdiely. Kde sú teda tie oporné body? Nikde. Neexistujú. Sedíte na stoličke? Vidíte knihu? Kto sedí na stoličke? Kto vidí knihu? A kde je kniha? Nič z toho neexistuje. Všetko je humbuk. Je to tak?

Nechcem vás mýliť, len vás chcem upozorniť na to, aké ľahké je vás mýliť. Je to však zákonitý dôsledok toho, že nie my ľudia používame mozog, ale mozog používa nás ľudí.

Je to, čo som napísal, pravda?

Možno ste sa už na mňa naozaj nahnevali a strácate dôveru v písaný text. Je to dobrý jav alebo zlý jav? Že dobrý jav neexistuje? Kto to povedal? Je to váš názor alebo ste ho od niekoho prijali? Ak sedíte na stoličke, ako vás niekto môže zneistiť? Ako to, že ste zapochybovali o fakte, ktorý jasne vnímate? Toto som ja, tu je stolička, toto je kniha. Ja čítam knihu. Nikto vás v tom predsa nemôže zneistiť, ak ste normálny človek a nie nejaký neurotik. Preto vždy vychádzajte z faktov. Telo nie je predstava. Ak ho vnímate, je to fakt. Pre vás. V tomto je vaša istota teraz a tu. Čo bolo pred chvíľou, to nie je fakt, ale spomienka, čo si myslí niekto druhý o vašom tele, to je jeho fakt, nie váš. Nenechajte sa vyviesť z konceptu, lebo sa k pravde prestanete približovať. Budete od nej odchádzať, budete robiť stále väčšie oblúčky, budete na tom rovnako, ako zvieru, ktorého strach je väčší ako potreba jesť. Preto sa k jedlu ani nedostane. Čo takéto zvieru čaká? To isté, čo čaká toho, kto prepadne nemiestnej pochybovačnosti preto, lebo si nie je ničím istý. Kto si nie je ničím istý, odkiaľ má zobrať silu?

Predpokladám, že teraz je už každému jasné, čo to je bystrá pozornosť, a že bystrá pozornosť je jav, ktorý sa oplatí zdokonaľovať až k dokonalosti.

ROZHOVOR PO ÔSMOM SEDENÍ

Chcete sa niečo spýtať? Zarazilo vás niečo, pobúrilo vás niečo? Trepol som nejakú hlúposť? Alebo niečo je v nesúlade... prosto s vami, búrite sa proti tomu, povedal som niečo také?...

„Čo máme robiť vtedy, keď si uvedomíme nejaký zlý jav? Máme ho potlačiť alebo máme od neho utiecť?“

V tom momente, keď si človek uvedomí, že je tu zlý jav, tak ho nepodporuje, ale od neho ani neuteká. Musí naň priamo pozerieť. Ak sa objaví strach, to je zlý jav, tak sa nesnažíme zväčšiť ten strach, ale ani utiecť z toho strachu. Znie to strašne teoreticky. V podstate to je nanič, keď sa to takto povie. Nemáme inú možnosť, preto to skúmame v sedení.

V bežnom živote sa nám stane, že sa na nás môže vyrútiť pes. Je tu strach. Čo s tým? Je to to isté, ako keby som sem prišiel a začal špekulovať, čo budem vlastne rozprávať. Keď si spätne prepisujem to, čo som rozprával, tak sa čudujem,

kde sa to v tom Repkovi vzalo. Opäť tu platia prírodné aj duchovné zákony. Môžem pokojne rozprávať, lebo mám o čom rozprávať. Nehovorím na špičke toho, čo viem. To isté platí pri tom psovi. Možno že pred piatimi rokmi sa na vás vyrútil pes a vy ste boli bez seba od strachu. Ale medzitým ste robili sedenia, skúmali ste seba, skúmali ste, ako strach vzniká, a dnes sa na vás vyrúti pes, a vy pokojne čakáte. Viete, že pred ním neutečiete, lebo... bránka je ďaleko, pokojne čakáte. Pes príbehne, oňuchá vás a neuhryzne. Alebo vás uhryzne a reagujete nejakým iným spôsobom, ako by to bolo predtým. Preto robíme sedenia. Už priamo v akcii sa nič nenaučíme. Preto musíme využiť ten čas, keď máme podmienky. Keby prišla vojna, je koniec poznávaniu. Ale je mier. Lenže väčšina z nás ho využije len na to, aby sa dobre najedli, pozabávali, hľadali zážitky. No potom príde bieda a je zle.

Nečakáme. Okrem toho viete, že čím hlbšie ideme do vnútra seba, čím viac sami seba poznáme, tým lepšie poznáme druhých ľudí. Nie je možné poznať druhých ľudí lepšie, ako poznáme sami seba. To sa nedá. Ak poznáme sami seba dobre, a druhých ľudí teda tiež poznáme dobre, tak im môžeme rozumieť. V tomto je práve zodpovednosť, ktorú máme. Dost ma zaráža, že takýchto skupín, ako je naša, na svete veľa nie je – ak vôbec nejaká je. Čítam knižky o rôznych duchovných smeroch a zameraniach, a... je to nepochopiteľné, ale tí ľudia ani len nevstúpili na nadsvetiskú cestu. Nechápem, ako sa mohli dať chytiť hlúpostami. Jednoducho, to čo Budha povedal, je úplne jasné. A napriek tomu to 99 percent zarytých budhistov nechápe. Nevedia, čo povedal. O čo mu išlo. Vôbec mu nerozumejú.

Je to len preto, že teória človeku nepomôže. Preto čokoľvek tu poviem, nemá žiadny zmysel, ak si nesadnete a nie ste všímaví. Ak to nezhodnotíte, ak to neprejde cez vaše srdce. Je to len zabitý čas. Relatívne. Niečo sa uchová, možno že neskôr sa to objaví, ale koľko máme času? Možno že zajtra ochorieme na nejakú smrteľnú chorobu a už nebudeme schopní bojovať. Možno že zajtra nás niečo zmrzačí a to je koniec. Možno že zajtra sa politici chytia za vlasy a naše dobré podmienky sú preč. To môže byť okamžite.

Tak ako to ja zatiaľ viem a cítim to, že sme ľudia, je úžasná výhoda. Pravdepodobne to nie je ani žiadna náhoda. Je... možné, teraz rozprávam v oblasti výplodov, povedzme si, že sme sa vedome narodili preto, aby sme sa niečo naučili. A je smutné, že väčšina z nás si na to jednoducho nespomenie za celý život. Možno v okamžiku smrti im na chvíľku zableskne: „Ach, čo všetko som premeškal. Všetkým na toto som tu vlastne bol a nič z toho som nespravil!“

„Hovorili ste o éterickom tele a o iných podobných fenoménoch. Čo si o tom myslíte?“

Čo si o tom myslíte vy, teraz? Ale asi viete priamo, intuitívne priamo.

„Zdá sa mi to zbytočné.“

Ale prečo? Veď to je pekný zážitok. Je nádherné, keď vystúpите z tela a idete, kam chcete. Ale čo z toho?

„Nie je to poznanie.“

Prečo by nie? Je to poznanie zas ďalšej úrovne, ale nie je to oslobodenie.
„Takže o čo teda ide? O poznanie alebo o oslobodenie?“

Aj keď človek vstúpi na nadsvetskú cestu, to znamená, že už vedome nič nechce, aj tak sa vracia na svetskú cestu a aj nadsvetská cesta mu slúži neraz iba k tomu, aby získal výhody v tomto prejavennom vedomí. Vo svete prejaveneho vedomia. Je to také, že odskočím si a vrátim sa. Tam som nabral nejaký materiál, ktorý tu predám. Ak sa niekto naučí odchádzať z tela, cestovať v astrálnej sfére, a potom to dokáže sprostredkovať druhým ľuďom – dá sa to dobre predať. Dnes sa to už bežne robí. Čím ďalej, tým viac využívajú cestovatelia v iných sférach túžbu ľudí poznať. Lenže poznanie naozaj nie je oslobodenie. Poznanie je vždy viazané na pamäť. To bude ríša, do ktorej vstúpime, keď prejdeme za ríšu javov. Pamäť je vždy obmedzená. Či už je obmedzená v rámci vesmíru, vždy je obmedzená. Neoslobodíme sa, pokiaľ budeme závislí na pamäti. Za všetkým týmto je niečo, čo už vám nebudem vedieť povedať.

„Pamäť vesmíru je obmedzená?“

Áno. Pamäť vesmíru je práve tak obmedzená, ako každá iná pamäť. Platí to na všetko. Oslobodenie je stav úplnej nezávislosti. Ak som ešte závislý na tele, ak ho vnímam ako jeden z prvkov a niečo ma pritom bolí, tak v tom je závislosť. My si nedokážeme predstaviť, čo to je oslobodenie. Úplná nezávislosť. To sa nedá predstaviť. Dokonca to nemôžeme ani vytušiť. Ani osvietenie ešte nie je oslobodenie. Ak sme nastúpili na nadsvetskú cestu, ešte nás čaká strašne veľa práce. My sme vlastne len začali. No väčšina ľudí sa nedostane ani len za myslenie. Mnohí sa učia meditovať... strašne dlho sa učia meditovať. Čiže len dostať sa do sféry predstáv, bez myšlienok. My sme to preleteli ako blesk. Po troch sedeniach, po štyroch sedeniach sme boli priamo v meditácii. Bez nejakých veľkých problémov. A ideme ďalej. Nezastavili sme sa, nenechali sme sa strhnúť meditáciami, nenecháme sa strhnúť ani astrálnym cestovaním. Čokoľvek sa prejaví, budeme poznávať ako pominuteľné. Ako spadnuté do času. Ako obmedzené. A budeme hľadať to, čo nie je spadnuté do času, čo nie je obmedzené. Čiže to, čo nám ten potvorský zlodej ukradol, až pokiaľ ho nečapneme a nezoberieme si to späť.

5. 12. 1995 – 9. sedenie

Každý má teda svoju pozíciu, svoju polohu. Takú, v ktorej sa cíti príjemne, bezpečne. My zaujímame nehybný sed alebo nejakú inú nehybnú polohu preto, aby sme dokázali byť úplne bdelí. Mohol by som tieto veci rozprávať, informácie by plynuli a my by sme sa pritom mohli hýbať. Lenže to by znamenalo, že rozdeľujeme svoju pozornosť medzi pohyb tela a vnímanie. Naš intelekt, naše vedomie by vnímalo nielen to, čo rozprávam, informácie, muselo by vnímať aj pohyb. Ak robíme naraz dve veci, jedna z nich je robená horšie. Možno sú obidve robené horšie. Preto sedíme nehybní, takže môžeme zabudnúť na naše telo. Naše telo nás nerozptyľuje. Preto jasne vnímame každé slovo. Jasne si uvedomujeme, čo to v nás robí. Jasne cítime odozvu nášho srdca. To sú tie optimálne podmienky, ktoré sme si teraz vytvorili.

Je na mieste, aby som upozornil ešte na jednu vec. Tým že rozprávam, vás v určitom zmysle vyrušujem. Tým, že rozprávam, v určitom zmysle vyrušujem aj seba samého. Preto tu, pri týchto našich sedeniach, nejde o cvičenia. To čo získavame v sedeniach, to sú naozaj iba informácie. Je to poukázanie na to: „Táto cesta vedie tam. Netreba odbočiť vpravo ani vľavo, treba ísť rovno a teraz treba trochu zahnúť, no nenechať sa pritom zlákať nejakou inou cestou, lebo len táto cesta ide do cieľa.“ Nikto nemôže nikomu poskytnúť viac ako informácie. Táto informácia však nemusí byť podaná len slovom. Dokonalá informácia je komplexná. Je podaná mimikou, pohybom, životom. Každé slovo, ktoré poviem, je relatívne. Netreba sa chopiť toho slova, ako niečoho absolútneho, treba ho vnímať inteligentne, kriticky. Každé slovo je iba prejavom vedomia. Nikdy nie je absolútnom, neprejavovým vedomím. Ten kto rozpráva, nemôže zotrvať v najvyšších sférach, nevyrušovaný ničím, musí zostúpiť a rozprávať. Musí to mať všetko zmysel, takže vedomie sa tu prejavuje aj vo forme vedomej kontroly. Napriek týmto všetkým nevýhodám však majú slová veľmi veľké výhody. Keď mi niekto na rázcestí povie: „Táto cesta vedie k cieľu“, v zmysle môjho napredovania je to absolútne.

Takže teraz zotrávame nehybní, aby sme boli dostatočne bdelí a ničím nevyrušovaní. Nemáme problémy s nehybným zotrúvaním, preto lebo sme sa oslobodili od nutnosti neustále sa hýbať. Nehybnosť je nám príjemná. Je nám úplne prirodzená. Tak ako je nehybnosť prirodzená skale, domu, hore. Jasne však chápeme, čo myslíme pod slovom nehybnosť. Je to relatívne. Nemiestna pochybovačnosť znamená, že teraz začneme uvažovať: „Moje telo sa nehýbe, ale srdce sa hýbe a v bunkách sa to všetko melie, krv koluje, aká tam nehybnosť?“ Snažíme sa prenikať do sféry pred slovami. Ešte predtým než vzniknú. To je podstatné. V okamžiku vzniku slov sa to podstatné mení. Ak uchopíme slovo, nepochopíme o čo ide.

Všetci ľudia, ktorí sa oslobodili od podmienenosti, alebo aspoň dosiahli jednoty, ak rozprávali o týchto veciach, vždy rozprávali iným spôsobom. Inú reč si zvolili, boli tam iné prirovnania. Ak sa aj stretnú dvaja realizovaní ľudia, môžu byť prekvapení formou podania. Takíto ľudia sa o absolútne preto nerozprávajú. Rozprávajú sa o počasí. O bežnom živote. Každý kto o týchto veciach rozpráva, má svoj vlastný slovník. Určitým spôsobom pomenováva určité javy. Ak o týchto veciach chcem rozprávať, tiež musím mať nejaký slovník. Ale to je môj slovník, nie váš. Ak pochopíte tieto veci jasne, a budete rozprávať, budete mať zase svoj slovník. Takže slov sa nedržíme. Vieme dobre, že slová opúšťame už na úrovni myslenia. Že už aj na úrovni predstáv slová neexistujú. No napriek tomu na úrovni predstáv rozprávam v slovách o predstavách. V určitom zmysle to je nelogické a absurdné. Ale funguje to. Na úrovni javov, kde už neexistujú ani predstavy, čiže v ríši prítomnosti, teraz a tu rozprávam zase len v slovách. Treba si uvedomiť, v čom je sila slov a v čom je slabosť slov.

Takže dnes pôjdeme veľmi hlboko. Budem o tom rozprávať, bude to informácia, ale bude to len relatívne. Musíte pochopiť, čo sa stalo predtým, než boli tie slová

vyslovené. Vyžaduje si to inteligenciu, bdelosť, otvorenosť, tvorivosť.

V minulom sedení som rozprával o štyroch prvkoch, ktoré podmieňujú vznik javu na svetskej úrovni a o troch prvkoch, ktoré podmieňujú vznik javu na nadsvetskej úrovni. Jarko Petruf, jeden z nás, vycítil, že sa pohybujem na neistej pôde. Keď mi to po sedení povedal, zistil som, že som to nepostrehol ani sám. Až pri prehrávke, keď som prepisoval text, ujasnilo sa mi, o čo šlo. Začal som rozprávať o veciach, o ktorých som predtým nerozprával ani nerozmýšľal. V slovách som sa snažil ozrejmiť čo sa deje v javoch.

Povedal som, že na svetskej úrovni používame zmyslové orgány, zrak, sluch, čuch, chuť, hmat. Zmyslový orgán sa dotkne predmetu, takže sú tu tri prvky: zmyslový orgán, predmet a dotyk medzi nimi. Na základe toho vznikne štvrtý predmet, a to je koncept. Až koncept vnímame ako jav. Medzi tým však prebehol nejaký čas a skutočnosť sa zmenila. Takže to, čo vnímame ako jav, ako prejav vedomia, je už minulosť. Aj keď ubehlo len niekoľko desiatín sekundy, stotín sekundy. Ak sme poctiví v nazeraní, musíme uznať, že nie sme schopní zachytiť prítomnosť. Že v skutočnosti žiadna prítomnosť ani neexistuje.

Povedal som tiež, že na nadsvetskej ceste neexistuje zmyslový orgán. Je to naozaj relatívne a je to napadnuteľné logikou. Toto som si uvedomil, keď som to vyslovil. Dúfal som, že kontext všetko vyjasní, lebo na tejto úrovni potom neexistuje ani predmet. Ak neexistuje zmyslový orgán a neexistuje ani predmet, ako môže vzniknúť dotyk? A ak neexistuje zmyslový orgán a existuje len predmet, tiež nemôže vzniknúť dotyk. Napriek tomu však vzniká koncept. Toto je záludnosť slov. Preto nič neprijímajte ako pravdu. Ide o to, aby človek pochopil, čo sa chce slovami povedať. Je fakt, že my môžeme vnímať nejaké javy, nejaké vizuálne predstavy, ktoré však nevytvárame našou myslou. Našou vedomou vôľou. Oči máme zavreté, napriek tomu vidíme. Presnejšie by potom bolo, že existuje vnútorný zrak, že existuje vnútorný predmet, a medzi vnútorným zrakom a vnútorným predmetom vznikne reálny dotyk. Tak vznikne reálny koncept, a my jasne ako fakt vnímame nejaký prejav. Je možné, keď je človek dostatočne prázdny, aby uzrel vlastný pôrod, aby sa stal nejakou úplne inou bytosťou, ako je jeho telo, a aj tieto veci vníma tak jasne, ako fakt. Tak jasne, ako vníma predmety, keď sa v bežnom živote pohybuje medzi ľuďmi a vecami. Ako vidí stoličku, lampu alebo auto na ulici. Je dosť ťažké vysvetliť tieto veci, ale z kontextu, keď si zoberieme nie slovo za slovom, ale ako úhrn informácií, môžeme pochopiť, o čo tu ide. Preto, keď nás neruší pohyb, keď nás nerušia slová, keď nás nerušia predstavy, keď zotrývame v prítomnosti, môžeme vnímať omnoho širšie, ako rušení pohybom, rušení myšlienkami, slovami a rušení predstavami.

Prítomnosť je ríša javov. Donekonečna by sme sa mohli touto ríšou túlať, keby sme rozlišovali medzi jednotlivými javmi. Keby sme si podržali chcenie – hoci aj na duchovnej úrovni – keby sme živili telo túžob, to je to telo, ktoré sme si nazvali astrálne alebo duchovné telo, pokiaľ máme túžbu, hociako jemnú túžbu, uchopiť jav, ktorý vznikol v našom vedomí, pomenovať ho, rozvíjať alebo odháňať, dovedy nie sme schopní preniknúť za javy. Princíp, ktorý sme spoznali vo sfére

myšlienok a vo sfére predstáv funguje vo všetkých sférach. Vždy to máme preto o niečo ľahšie. Ťažšie je to v tom smere, že ide o stále jemnejšie veci. My teraz priamo, nie sprostredkované, úplne priamo skúmame vnemy, čiže niečo, čo bežne človek vôbec nepostrehne. Postrehne len pocit. Vieme, že v ríši javov, čo je prítomnosť, existuje šesť druhov javov. Je to zrakový jav, sluchový jav, čuchový jav, chuťový jav, hmatový jav a jav intelektu – mysle, čo je priestor a čas. Takže keď sa objaví zrakový jav, nezačneme skúmať, je to takýto zrakový jav, je to onaký zrakový jav, sme si vedomí len toho, že tu je zrakový jav. Keby sme začali zrakový jav skúmať, rozlišovať, keby sme ho pomenovali, spustil by sa program porovnávania a rozlišovania. Program kumulovania, naberania asociácií na úrovni javov. Takže my skúmame javy dovedy, pokiaľ nepochopíme, že nás už nezaujímajú, aký to je jav. Pokiaľ necítíme že sme úplne ľahostajní k druhu javu.

Pokiaľ máme svetské túžby a svetské starosti, darmo si budeme nahovárať, že nie sme závislí na jave, že už dokážeme byť ľahostajní k akémukoľvek javu. Nebude to pravda a naše srdce nám to jasne povie. Ak sme bdelí, pochopíme, že to nie je tak. Ak sa však dokážeme teraz, keď sedíme, alebo keď si doma sadneme a máme optimálne podmienky, úplne vzdať svetských túžob a svetských starostí, potom vidíme bezprostredne javy našim vnútorným zrakom. Vidíme ako vznikajú, ako sa menia, ako zanikajú. V tomto uvoľnení, v tejto jemnej vnímavosti, je obrovská kapacita tvorivosti. Je to ako explózia, zrazu vieme a pochopíme mnoho vecí. Zrazu vyriešime mnoho problémov. Zrazu vieme, čo máme spraviť, spomenieme si na veci, na ktoré sme už dávno zabudli a pritom sú dôležité na svetskej úrovni. Tak ako v meditácii sme tvoriví, dokážeme vytvoriť nové veci, lebo meditácia je za slovami, tak v ríši javov je tvorivosť mnohonásobne väčšia. V okamžiku, keď sa objaví niečo nové, niečo tvorivé, máme tendenciu chytiť sa toho. Je to veľmi lákavé. Ak to spravíme, nepokračujeme ďalej.

Môžeme vstať z nášho sedenia, môžeme ísť do bežného života, a problém, ktorý sme v duchu vyriešili na duchovnej úrovni, realizujeme na svetskej úrovni, v bežnom živote. Na druhý deň si znovu sadneme a je tu tendencia, že sa to bude opäť opakovať. Takže v tom môžeme byť zasa chytení. Sme si vedomí toho, že sme sa chytili na veľmi jemnej úrovni a veľmi vysokej úrovni – vo svete prejaveneho vedomia majú naše objavy veľkú cenu. Napriek tomu sa však musíme vzdať aj tejto tvorivosti. Ak to aj spravíme, stále nás ešte čaká pasca duchovného tela, éterického tela. My môžeme prechádzať bezčasovým priestorom, sú to úžasné zážitky, môžeme v sebe vzbudiť schopnosť vidieť prejavy vo veľkej dialke, je to pasca duchovných výhod. Ak sa do nej chytíme, nepokročíme už ďalej.

Pomôže nám teraz – na tejto úrovni – zosilniť našu motiváciu, našu dôveru. Ak si spomenieme, čo sa stalo, keď sme sa vzdali slov, keď sme zachytili medzeru medzi dvoma slovami, to prázdno, to nič, a potom sme tam vkĺzli a zistili sme, že to nie je prázdno, že to nie je nič, keď sme zachytili medzeru medzi dvoma predstavami, vzdali sme sa predstáv a vkĺzli sme do medzery medzi dvoma predstavami, ocitli sme sa v ríši prítomnosti. Ak už sme sa v ríši predstáv cítili nádhene uvoľnení, v ríši prítomnosti bol tento pocit ešte pevnejší. Navyše pribudla

ešte aj sebaistota. Vnútoraná sila sa zosilnila, srdce spevnelo. Takže my teraz môžeme predpokladať, že ak vkĺzneme do medzery medzi dvoma javmi, dostaneme sa do ríše, ktorá nám ponúkne ešte viac. Pokiaľ však bude naša túžba vnímať javy silnejšia, ako naša túžba nevnímať javy, nie je možné, aby sme prenikli do medzery, ktorá je medzi dvoma javmi. Až ak je naša túžba dostatočne silná, ak prevýši túžbu vnímať javy, zo sféry javov, z ríše javov, z tej miestnosti, v ktorej sú javy, prejdeme do ríše, do sféry, do miestnosti rozlišovania. My sme si hneď na začiatku vysvetlili a povedali celý postup oslobodzovania sa od podmieneného vznikania, od závislosti. Pohyb, reč, myslenie, predstavovanie si, pocitovanie, ríša javov, rozlišovanie a oslobodenie. Ako teda vyzerá ríša rozlišovania?

Pripomeňme si reťaz podmieneného vznikania. Jej začiatok. Nevedomosť, nevedomé chcenie, pamäť, rozlišovanie a vedomie. Čiže my rozlišujeme preto, lebo existuje pamäť. Keby neexistovala pamäť, nebolo by rozlišovania. Takže v ríši rozlišovania jasne vidíme našim vnútorným zrakom pamäť, jasne počujeme našim vnútorným sluchom pamäť, jasne čucháme pamäť, chutnáme pamäť, jasne ohmatávame pamäť. Ak sa objaví jav a už nás nezujíma, aký je to jav, uvedomíme si iba: „Je tu jav.“ Uvedomíme si súčasne aj to, že sa objavil iba preto, lebo tu bolo rozlišovanie. A že rozlišovanie tu bolo preto, lebo tu bola pamäť. A my už nemáme záujem podporovať rozlišovanie.

Tak ako na úrovni javov existuje váha žiadostivosti a váha nežiadostivosti, tak na úrovni rozlišovania existuje váha rozlišovania a váha nerozlišovania. Ak budeme živiť rozlišovanie, nemôžeme sa oslobodiť od rozlišovania. Nemôžeme dosiahnuť múdrosť, nemôžeme sa oslobodiť z reťaze podmieneného vznikania. Ak budeme podporovať rozlišovanie, pridávať na váhu rozlišovania, potom aj naďalej budeme zotrvať vo sfére, ktorá podlieha vzniku, zmene a zániku, ktorá podlieha zrodeniu, starnutiu, chorobe, bolesti, smrti a špine. Takže nepodporujeme váhu žiadostivosti, nepodporujeme váhu rozlišovania.

Tieto sféry, tieto ríše sa príliš prelínajú na to, aby nám do ríše rozlišovania nezasiahla ríša javov. Musíme vytvárať úsilie, musíme byť v tomto vytváraní úsilia dostatočne všímaví, musíme vytrvať v tejto všímavosti, ak chceme prísť k pochopeniu. To znamená že prikladáme na váhu nerozlišovania, podporujeme váhu nerozlišovania, vieme, že ak budeme zvelaďovať váhu nerozlišovania, dospejeme k jednote. Neexistuje žiadna iná cesta, žiaden iný spôsob.

Akýkoľvek koncept sa objaví, vieme, že je dôsledkom nevedomého chcenia. Odmietneme ho. Je tu teda schopnosť odmietat rozlišovanie. Ak sa táto schopnosť objaví, posilňujeme ju – zdokonaľujeme. Posilňovaním, zdokonaľovaním schopnosti nerozlišovať vzrastá naša sila. Keď sa objaví vzrast sily, posilníme vzrast sily, zdokonaľujeme ju. Ak budeme úspešní, pocítíme šťastie. Posilníme toto šťastie, zdokonaľíme ho. Ak sa objaví spokojnosť, keď sa objaví, posilníme ju, zdokonaľíme. Spokojnosť nám dá sústredenosť, aj túto sústredenosť budeme rozvíjať, zdokonaľovať. Sústredenosť nám pomôže dosiahnuť stav vyrovnanosti. Ak sa objaví, zdokonaľujeme stav vyrovnanosti, posilňujeme ho. A tak zotrývame bez priania a bez túžby v odmietaní prikladat váhu žiadostivosti a rozlišovania a v

posilňovaní, zdokonaľovaní váhy bezžiadostivosti, váhy nerozlišovania. Takéto správne úsilie podporované správnou všímavosťou, správnou vytrvalosťou, vedie k správne pochopeniu. Správne pochopenie sa v bežnom živote odzrkadlí v správnej reči, v správnych činoch, v správnom živote.

Pokiaľ rozlišujeme medzi javmi, pokiaľ vzniká dotyk, je to rozlišovanie. Keď je tu rozlišovanie, je tu aj pamäť. Pamäť je iba minulosť. Pamäť je obmedzená. Takže všetko čo vychádza z pamäti je obmedzené. Rozlišovanie je obmedzené, vedomie je obmedzené, telo a myseľ je obmedzená, zmyslové orgány sú obmedzené, vnemy sú obmedzené, pocity sú obmedzené, chcenie je obmedzené, lipnutie je obmedzené, a táto obmedzenosť speje k vzniku toho, čo podlieha zmene a čo očakáva zánik. A my predsa hľadáme niečo, čo je oslobodené od tejto biedy. Hľadáme niečo, čo nevzniklo, nemení sa a nikdy nezanikne.

Na zotrvávanie toho, čo vzniklo a čo sa prejavuje, sú potrebné štyri druhy potravy. Telesná a duchovná potrava, dotyk, vnútorný vývoj a ego. Pokiaľ bude náš vnútorný vývoj neustále pokračovať, pokiaľ ho neukončíme, úplne nedokončíme, takže zanikne, dovedy bude existovať utrpenie. Preto sme sa rozhodli ukončiť náš vnútorný vývoj. Keď sme sa rozhodli ukončiť ho, jasne chápeme, že každá túžba je nečistota. Každá túžba je zlá. Aj tá najkrajšia túžba nám bráni v oslobodení sa od podmienenosti. V tom je jej zlo. Takto sme si teda ozrejmili, že túžba je naozaj nečistotou a nie je to len nečistota mysle, je to aj nečistota srdca. Takže keď sa túžba objaví, neospravedľujeme ju nijakým možným spôsobom. Vnímame túžbu ako zlo, ako priepasť, ako výstrel z pištole, ako oheň do ktorého nám hrozí spadnúť. Takže nielen v sedení, ale aj v bežnom živote začíname vidieť širšie. Nepozeráme cez uzučký priezor na svet okolo nás. Pozeráme naň z výšky. Z výšky, odkiaľ vidíme súvislosti. Vidíme, čo čo podmieňuje, prečo sa čo deje.

Tým, že sme si ukázali ríšu rozlišovania a že je možné oslobodiť sa z tejto ríše, tým, že sme si vytvorili schodište, ktoré nám pomôže, umožnili sme nielen jednému z miliardy alebo z milióna oslobodiť sa z utrpenia, oslobodiť sa zo zla, ale všetkým ľuďom, ktorí o to majú ozajstný, úprimný zájem. Pohyb, reč, myslenie, predstavy, pocity, javy, rozlišovanie, oslobodenie...

(Koniec pásky. Rozprávanie ešte asi desať minút pokračovalo.)

KOMENTÁR K DEVIATEMU SEDENIU

Pôvodne som predpokladal, že v ríši javov sa budem pohybovať dlhšie. Že na to, aby som ju dôsledne rozviedol, budem potrebovať viacej sedení. No potom som pochopil, že v ríši javov sa budem pohybovať oveľa viac, ako len niekoľko sedení, lebo k javom sa budem neustále vracat. Súčasne som pochopil aj to, že už na tejto úrovni pochopenia je možné urobiť si výlet do ríše rozlišovania bez toho, aby to ľudí zmiatlo. Ba naopak, lepší výhľad dopredu bude každému len na úžitok.

Je tak trochu škoda, že dosť podstatná časť rozprávania sa stratila v nenávratne. Možno by nezaškodilo mať k dispozícii kvalitnejší magnetofón. No už sa stalo.

Aj tak som rád, že sme mali k dispozícii aspoň tento diktafón, lebo všetky sedenia, ktoré sme robili v Klube mladej rodiny a potom u Víťa pochodili rovnako, ako posledné minúty deviateho sedenia tu, v Cultuse.

ROZHOVOR PO DEVIATOM SEDENÍ

Nebol zachytený.

12. 12. 1995 – 10. sedenie

Každý zaujal svoju pozíciu. Nieкто sedí, nieкто leží, nieкто sa opiera. Nie je dôležité, v akej pozícii kto zotráva. Je dôležité, aby sa cítil príjemne, aby mohol zabudnúť na svoje telo, aby telo nebolo prekážkou vnímaniu. Aby ho nerozptyľovalo.

Chvíľočku si ešte počkáme, aby sme si zvykli, aby sme sa zohrali s prostredím. Možno máme za sebou ťažký deň, možno sme si sem zobrali nejaké starosti alebo radosti, počkáme až z nás opadnú. To, čo budeme teraz skúmať, je činnosť mozgu. Nebudeme riešiť nejaké naše starosti, individuálne, alebo vyhľadávať nejaké vnútorné individuálne pôžitky, budeme hľadať podstatu bez uhýbania, bez rešpektu.

Vysvetlili sme si, že existuje svetská cesta a existuje nadsvetská cesta. Ak sa vedome rozhodneme, že pôjdeme nadsvetskou cestou, nedokážeme to realizovať. Hľadali by sme iba výhody. Ak nie na materiálnej úrovni, tak určite na duchovnej. Na nadsvetskú cestu nastupujeme až pochopením. Nemôžeme k nej prísť naučením. Nič z toho, čo robíme nie je výsledkom učenia ani cvičenia. Oslobodzujeme sa tým, že pochopíme, čo je správne, takže naše srdce sa toho chopí a pochopíme, čo nie je správne, takže naše srdce sa vzoprie tomu, čo nie je správne. Pochopenie nemá nič spoločné s časom. Učenie si vyžaduje čas. Ak sa chcem naučiť jazyk, vyžaduje si to čas. Pochopenie je okamžité. Keď sme sa prvý krát dotkli horúcich kachiel, horúceho predmetu, okamžite sme pochopili, aký je dôsledok takéhoto dotyku. Nič sme sa nemuseli učiť. Na to, aby sme boli schopní pochopiť, čo sa stane, keď sa dotkneme horúceho predmetu, museli sme byť dostatočne pripravení. Možno to bolo v druhom, v treťom roku nášho života, možno už v prvom, keby to však bolo príliš skoro, tak by sme sa popálili, plakali a nič nepochopili. Takto musíme pristupovať aj k tomu, čo teraz robíme. Ku skúmaniu živého mozgu.

Našou najsilnejšou zbraňou je bdelosť a trpezlivosť. Sme trpezliví, pokiaľ ešte niečo nechápeme. Pokiaľ nám to uniká, trpezlivo čakáme. Trpezlivo sa usilujeme. Nepodliehame šťastiu a nešťastiu, neustálym výkyvom nálady. Bdelo si uvedomujeme každý krok na duchovnej úrovni. Keď to robíme, nemôže nás pochytiť apatia, skleslosť a zúfalstvo z pocitu, že nenapredujeme. Že naše úsilie je zbytočné. Že nemáme dost síl. Takže na všetko čo robíme sa pozeráme z dostatočného nadhľadu, z dostatočnej výšky. Tak, aby sme videli naraz čo najväčší úsek, čo najväčšie územie. Takýto pohľad nám umožní chápať. Keby sme pozerali zdola,

tak sa učíme. Časť po časti. Úsek po úseku. Ale unikajú nám súvislosti. O to nám nejde. To nie je priama cesta a nevedľa by ani k cieľu.

Takže existuje svetská cesta. Človek, ktorý žije bežným životom, uvedomí si, že podlieha hnevu, aj keď nechce podliehať hnevu, podlieha strachu, aj keď nechce podliehať strachu, podlieha nervozite, aj keď nechce podliehať nervozite, podlieha nešťastiu, aj keď nechce podliehať nešťastiu. Takýto človek nie je spokojný s daným stavom a tak nastúpi na cestu výhod.

Prvá úroveň, ktorou prejde, je úroveň pohybu a nehybnosti. Na tejto úrovni pochopením, čo je pohyb, čo ho podmieňuje, pochopením, čo je nehybnosť, čo ju podmieňuje, na tejto úrovni jasným rozlíšením, v čom spočíva aká výhoda a nevýhoda, dosahuje človek, ktorý hľadá svetské výhody, schopnosť zotrvať nehybný, bez napätia, úplne prirodzene. Táto schopnosť rozšíri jeho možnosti. Vykročil na cestu výhod. Dokáže zotrvať nehybný, keď chce byť nehybný, dokáže sa hýbať, keď sa chce hýbať, a ani jedno ani druhé mu nerobí problémy. Pokiaľ nedokázal zotrvať nehybný, bez napätia, hýbal sa aj vtedy, keď sa nechcel hýbať, nebol oslobodený od nutnosti hýbať sa. Túto úroveň sme si prešli v prvom sedení.

Ten, kto už dokáže zotrvať nehybný, bez problémov, úplne prirodzene, je schopný jasne vnímať činnosť mysle. V priebehu troch sedení sme si povedali všetko o mysli, o myšlienkach. Ak kráčame cestou, ktorá prináša výhody, vyhľadávame svetské výhody. Je evidentne veľkou výhodou dokázať nemyslieť, keď chceme nemyslieť, dokázať zastaviť myslenie, keď chceme zastaviť myslenie, dokázať zotrvať v nemyslení, keď chceme zotrvať v nemyslení. Ten, kto sa oslobodil od nutnosti myslieť, od nutnosti rozprávať si v slovách, kto dokáže zotrvať v tichu vo svojej mysli, zotráva počas vnútorného ticha neustále v meditácii. Jeho možnosti sa rozšírili, jeho pozornosť je pevnejšia. Sú to evidentné výhody oproti ľuďom, ktorí svoju myseľ neovládajú. Kto dosiahne oslobodenie sa od nutnosti neustále rozmyšľať, kto pochopí a spozná spôsob vlastného rozmyšľania, dokáže postrehnúť na druhom človeku, keď rozmyšľa. Hĺbkou sebapoznania poznávame druhých ľudí. To je ďalšia svetská výhoda. Naša reč, ktorá je odrazom myslenia, sa stane plynulejšia, rozvážnejšia, jasnejšia a my budeme vedieť posúdiť reč druhého človeka a podľa toho pochopiť, ako myslí. Keď sa stretne s niekým, kto ovládol myšlienky, kto sa oslobodil od myšlienok, spoznáme to podľa spôsobu jeho reči.

Ak dokážeme zotrvať v meditácii nielen v sedení, ale aj v bežnom živote, pravdepodobne nebudeme donekonečna opakovať meditáciu. Takže príde čas, keď zatúžime získať ďalšiu svetskú výhodu. Keď pochopíme, že meditácia to je minulosť a budúcnosť, ale nikdy nie prítomnosť, rozhodneme sa spoznať prítomnosť. A tak naša túžba spoznať prítomnosť sa stane postupne väčšou ako túžba spomínať si a fantazírovať. Naše srdce bude čoraz viac ťahať prítomnosť a odpudzovať minulosť a budúcnosť.

Keď dostatočne zosilnieme, keď budeme pripravení, raz, v jednom okamžiku pochopíme, aký je rozdiel medzi meditáciou a prítomnosťou. Keď to pochopíme,

spoznáme, akým spôsobom je možné vedome dosiahnuť prítomnosť, akým spôsobom je možné zotrvať v prítomnosti a tak sa oslobodíme od nutnosti neustále si predstavovať. Zotrvať v prítomnosti je veľmi veľká výhoda. Prítomnosť v sebe neobsahuje starosti, prítomnosť – to je spokojnosť. Prítomnosť v sebe neobsahuje rozptyľovanie. Ale prítomnosť nie je dokonalosť. Až keď pochopíme, že prítomnosť je tiež iba čas, čas prítomnosti, že je relatívna, že neustále vzniká a každým okamihom zaniká, až vtedy sme pripravení nastúpiť na nadsvetskú cestu nie preto, že sme sa k tomu vedome rozhodli, ale preto, že sme na to dozreli. Prišiel pre nás ten správny čas.

Takže keď si sadáme do sedení, keď sme si pripravili optimálne prostredie, keď nás nikto nevyrušuje, nikomu nemusíme na nič odpovedať, môžeme si dovoliť zabudnúť na telo, môžeme si dovoliť zavrieť oči, môžeme si dovoliť nepočúvať zvuky, nevšimáť si ich, tak my už nehľadáme výhody, žiadnu svetskú výhodu, nemáme starosti, žiadne svetské starosti sa nás nedotýkajú, a v tomto optimálnom naladení, zotrávajúc v prítomnosti, skúmame javy. Dosiahnutím tejto úrovne realizujeme prvý vnor. Už nič neočakávame, nič nechceme, nezaujato, s pokojným srdcom pozorujeme, ako javy vznikajú, ako sa menia, ako zanikajú. Vnímame telo, hmatový jav, našim vnútorným zrakom môžeme vidieť, zrakový jav, našim vnútorným zrakom môžeme vidieť hory, lúku, dom, človeka, situáciu, zrakový jav, a takisto na ostatných úrovniach zmyslových orgánov, na úrovniach sluchu, čuchu, chuti a intelektu, čo je priestor a čas, môžeme sa našimi vnútornými zmyslami dotýkať vnútorných predmetov. Prítomne stále zotrávame na úrovni hmoty. To je zotrávanie v prvom vnore. Pokojne, trpezlivo, sledujeme telo, sledujeme vnemy, sledujeme pocity, sledujeme rozlišovanie a sledujeme vedomie. Poznávame jednotlivé zložky ako jednotlivé zložky, vidíme, že všetko hmotné, čo vzniklo, podlieha zmene a očakáva zánik. Takto v prvom vnore, bez svetskej túžby, bez svetských starostí zotrávame pri sledovaní javov.

Medzi prvým a druhým vnorom nie je jasná hranica. Obidva sa prekrývajú. Druhý vnor je sledovanie duchovných javov. Je to skúmanie nášho duchovného tela, tela túžob a priání na podvedomej úrovni. Sledujeme, že duchovné telo, neobmedzené hmotou, môže voľne prenikať rôznymi ríšami. Neobmedzuje ho živly, neobmedzuje ho čas a neobmedzuje ho priestor. Pokojne, bez svetských túžob a svetských starostí zotrávame pri astrálnom tele. Nestotožňuje sa s ním. Poznávame, že tiež podlieha zmene, že vzniká a že ho očakáva zánik. Zotrávajúc v druhom vnore nadsvetskej cesty nenechávame sa strhnúť hlbokými spomienkami. Otvára sa pamäť rodu, otvára sa pamäť rasy, otvára sa pamäť národa, otvára sa pamäť ľudstva, otvára sa pamäť cítiacich bytostí. My prítomne pokojne zotrávame v druhom vnore a nenechávame sa strhnúť zážitkami. Zotrávame v pochopení, v poznaní na astrálnej úrovni. Pokiaľ túto schopnosť nezískame, bude nás neustále strhávať to nové, čo sa objavilo, bude neustále vznikať záujem. Naša pozornosť nebude spieť k zániku rozptyľovania. Naša pozornosť bude živiť rozptyľovanie. Bude živiť javy na duchovnej úrovni. Takto poznávame ríšu javov na hmotnej úrovni a ríšu javov na duchovnej úrovni. Takto sa teda oslobodzujeme z ríše javov.

Pochopením, že každý jav je nestály, strácame záujem o akýkoľvek ďalší jav. Naše srdce už nevyhľadáva ďalšie javy, ak sa aj objavia, odmieta ich. Uvedomíme si: „Je tu jav,“ ale už neskúmame, aký to je jav. Nepomenujeme ho, nerozoberáme, neživíme. A tak oslobodení z ríše javov vstupujeme do ríše rozlišovania, čo je tretí vnor. Na tejto úrovni sme si vedomí, že vznikol nejaký jav, sme si vedomí, že keď jav vznikol, musel tu byť nejaký zmyslový orgán, či už vonkajší alebo vnútorný, musel tu byť nejaký predmet, či už vonkajší alebo vnútorný, a medzi zmyslovým orgánom a predmetom musel vzniknúť dotyk. Následkom dotyku vznikol koncept a až tento koncept vnímame ako jav. Nie sme schopní vnímať elektrické impulzy a chemické impulzy medzi zmyslovým orgánom a predmetom, my sme schopní vnímať iba koncept, takže skutočnosť nám uniká.

Keď toto pochopíme, odmietneme rozlišovanie. Predbiehame vznik javu, snažíme sa, usilujeme sa správnym úsilím, aby jav nevznikol, a keď vznikol, aby nezotrval, neživíme, nepodporujeme, odmietame všetky javy. Sme si vedomí toho, že na prvej a druhej úrovni nášho vnoru, na hmotnej a na astrálnej, na duchovnej, existovala váha žiadostivosti a váha odriekania. Pokiaľ tu bola váha žiadostivosti, pokiaľ sme na ňu prikladali, dovtedy sa neustále objavovali javy, či už hmotné, alebo duchovné. Na úrovni rozlišovania, v treťom vnore, existuje váha rozlišovania a váha nerozlišovania. Keď prikladáme na váhu rozlišovania, ako dôsledok sa neustále objavujú javy. Takže odmietame váhu rozlišovania. Správnym nazeraním pochopíme, že každé rozlišovanie je zlo. Takže naše srdce ťahne k nerozlišovaniu. Len nerozlišovaním je možné dospieť k múdrosti, len nerozlišovaním je možné poznať to, čo je za rozlišovaním.

Trpezlivým skúmaním rozlišovania, trpezlivým odmietaním rozlišovania, sme schopní čím ďalej tým viac odmietať mnohosť a podporovať, vyhľadávať jednotu. Štvrtý vnor je ríša jednoty. Je to ríša, v ktorej neexistuje rozlišovanie. Keď ju dosiahneme, s istotou vieme, že sme ríšu jednoty dosiahli. Keď v nej zotrávame, s istotou vieme, že zotrávame v jednote. Len ten, kto vie, čo to je jednota, dokáže správne rozlišovať. Len ten sa dokáže zbaviť evidentného zla, lebo pochopil, čo je dôsledkom rozlišovania. Až dosiahnutím úrovne jednoty, až štvrtým vnorom, splynutím s jednotou, sa človek stáva naozaj človekom. Dovtedy sa za človeka iba považuje.

Ten, kto zotráva v jednote, v ríši jednoty, a pritom je dosť bystrý, jasne chápe, že opakom jednoty je nejednota. Preto sa neuspokojuje, nezaspí na tejto úrovni. Nenechá sa opantať tým nadzmyslovým šťastím a tak, neopantaný, oslobodzuje sa od jednoty a dosahuje piateho vnoru: neduality.

Slová tu máličko zlyhávajú, lebo my sme rozlišovanie vo štvrtom vnore zanechali, a napriek tomu existuje akési rozlišovanie aj v piatom vnore, v nedualite. Treba chápať, tak ako som minule povedal, to čo je pred slovami. To čo vyslovím, už nie je absolútna pravda, je to len relatívna pravda. Treba byť bystrý, pokojný a sebaistý, aby človek zachytil to, čo je pred slovami. Zotrávajúci v piatom vnore, v nedualite, poznávajúci, oslobodzujúci sa cítia, vníma hranice priestoru. Odmieta hranice priestoru. A tak postupne dosahuje ríše priestoru bez hraníc. V ríši priestoru

bez hraníc vníma, že vedomie je obmedzené, odmieta obmedzené vedomie, je sebaistý, pevnej viery, a tak sa oslobodzuje od ohraničeného vedomia a dosahuje ríše vedomia bez hraníc. Skúmaním vedomia bez hraníc pochopí, že tu nie je nič. A tak realizuje, dostáva sa do ríše nebytia. V ríši nebytia však ešte existuje jemné vnímanie. Prebúdajúc sa vníma ríšu nebytia. Preto síce zotrúva na hranici možného vnímania, nenechá sa však zlákať ani tým najjemnejším vnímaním. A tak odmieta vnímanie aj na hranici možného vnímania.

Len nemilosrdným odmietaním postupne realizuje poznávajúci oslobodenie od podmienenosti. Dostáva sa do ríše, kde niet pocitov, kde niet vnímania, kde nič nevzniká, kde sa nič nemení, kde nič nezaniká. A takto oslobodený splýva s podstatou, z ktorej všetko vzniká a do ktorej sa všetko, čo vzniklo, vracia. Jasne vidí svojim vnútorným zrakom, že je podstatou, z ktorej sa prejavuje všetko prejavované vedomie, že je neprejavovaným vedomím, v ktorom všetko vzniká a do ktorého všetko zaniká. Jasne vidí, že sa nikdy nenarodil a nikdy nezomrie. Takto sa rozplynie stotožňovanie sa s telom, takto sa rozplynie stotožňovanie sa s vnímaním, takto sa rozplynie stotožňovanie sa s pocitovaním, takto sa rozplynie stotožňovanie sa s rozlišovaním, takto sa rozplynie stotožňovanie sa s vedomím. A tak oslobodený získava správny názor a dokáže rozoznávať večné od toho, čo nie je večné a správne od toho, čo nie je správne. Bez akýchkoľvek pochybností, takže získava absolútnu istotu. Zotrúvajúc v absolútnej istote dosahuje absolútny pokoj. Nevyrušovaný ničím, dosahuje absolútnu bdelosť. Prebudeným vnútorným zrakom dosahuje absolútne porozumenie a chápanie všetkých súvislostí dosahuje múdrosť.

Ten, kto jasne realizuje neprejavované vedomie, zrušil spirituálny vývoj, ktorý živí astrálne telo. Čo malo byť vykonané, bolo vykonané. Ďalej už nie je možné ísť. Touto nadsvetskou cestou prešli všetci realizovaní pred tisícročiami a budú prechádzať všetci realizovaní o tisícročia neskôr. Táto nadsvetská cesta nie je obmedzená vesmírom, nevznikla a nezanikne.

Každý z nás teraz zotrúvame na tej úrovni, na ktorú sme už pripravení a ktorú sme už pochopili. Možno zotrúvame nehybní a je nám to príjemné, možno zotrúvame bez myšlienok, a je nám to úplne prirodzené, ľahké, bez námahy zotrúvame vo vnútornom tichu. Možno zotrúvame bez predstáv, v prítomnosti. Možno už netúžime po hmotných javoch, možno nás už neláka astrálne telo, telo túžob a priání na duchovnej úrovni, možno sme sa oslobodili od rozlišovania, možno zotrúvame v jednote, možno sme realizovali nedualitu, takto postupne, krok za krokom, úplne bezpečne smerujeme k oslobodeniu sa od akejkoľvek podmienenosti. Ak sa objaví nepokoj, pokojne ho skúmame. Je tu nepokoj, takto vyzerá. Ak sa objaví akákoľvek nálada, či už šťastie alebo nešťastie, lebo sa nám darí alebo nedarí, pokojne ju skúmame. Každá minúta sedenia je veľký krok vpred. Po každom sedení každý vstáva zmenený. A výsledok pochopenia každého sedenia sa odzrkadľuje v reči, v činoch, v živote.

Teraz, keď poznáme svetskú cestu ako svetskú a nadsvetskú cestu ako nadsvetskú, jasne vidíme ďaleko dopredu. Nekráčame ako rak, pospiatky. Máme oči

jasne otvorené, jasne vnímame, a tak vzrastá naša dôvera v našu silu, v naše pochopenie. Nespoliehame sa na slová druhých ľudí, nehľadáme útechu. Sami sebe sme svetlom. Sami sebe sme cestou. A keďže cieľ jasne vidíme pred sebou, nemôžeme ho minúť. Nenechávame sa strhnúť doprava ani doľava, necúvame späť. A tak správne poučení kráčame priamo. Vyvíjame k tomu úsilie, sme pri tom všímaví, vytrvávame vo všímavosti, takže prídeme k pochopeniu. A pochopenie sa odrazí na reči, na čine a na živote.

Prestanem rozprávať, ešte chvíľočku zotrávame nehybní a potom, podľa toho, ako sa vám bude žiadať, pomaličky sa každý sám uvoľníte, ponatahujete, a ukončíte naše sedenie. *(Koniec pásky aj rozprávania.)*

KOMENTÁR K DESIATEMU SEDENIU

Ak sedíte na úpäť vysokého vrchu, jasne ten vrch pred sebou vidíte, a pritom ste rozhodnutý vystúpiť na jeho vrchol, viete dobre, čo vás čaká. Viete, akú námahu si vyžiada výstup, no nepoznáte všetky možné nuansy výstupu.

Keď som rozprával o jednote, nedualite a o neprejavennom vedomí, rozprával som iba z pozície toho, kto je na úpäť vysokého vrchu. Ten vrch však nie je výmysel. Ten vrch je fakt. Existuje a je možné naň vystúpiť. Cesta spejúca k realizácii však napriek tomu nie je svetská. Neexistuje prejav, ktorý by nás priviedol do ríše neprejaveneho vedomia. Pri výstupe na tento vrch nám nepomôže zrak, sluch, chuť, čuch, hmat ani myseľ. Jeho vrchol vyčnieva nad oblakmi. Tam, kam nedovidíme. Ak však pochopíme skutočnosť, ak pochopíme, ako to naozaj je, potom získame odvahu vykročiť do ničoho, do hmly, a trpezlivým, opatrným šmátraním, prejsť cez tmavý úsek do svetla nad oblakmi.

ROZHOVOR PO DESIATOM SEDENÍ

Po prvý raz v živote sa mi podarilo prejsť celú cestu k oslobodeniu od začiatku až po koniec. No súčasne cítim, že som to takto urobil aj posledný raz. Predpokladám, že čosi takéto už viackrát robiť nebudem. Odteraz, keďže všetky rozprávania sa podarilo zachytiť, budem na tieto základné sedenia už iba nadväzovať s predpokladom, že každý, kto mal záujem pochopiť, si ich aspoň prečítal.

Ak budete mať záujem, môžeme sa takto v utorky aj naďalej stretávať až dovtedy, pokiaľ to bude mať zmysel. Budeme skúmať jednotlivé úrovne oslobodzovania sa z podmienenosti stále znovu a znovu. Budeme sa k nim vracáť, pozeráť sa na ne z rôznych pohľadov, ale... ak sem už v živote neprídete, čo je potrebné k tomu, aby ste sami realizovali neprejavené vedomie, to už viete. Je to tak, ako som minule povedal. Keď vám niekto odreže prst, alebo keď oň prídete, a keď vám ho šikovný chirurg prišije, než sa nervy zrastú, tak to dosť dlho trvá. Je to naozaj ten polrok, alebo rok. My sme teraz získali dosť informácií na to, aby sme dali možnosť spojiť rozum a srdce tak, aby boli celistvé. Aby tam to spojenie dorástlo. Ako šikovný chirurg sme si prišili hlavu k telu, ale vyžaduje si to teraz čas. Neexistuje milosť, ktorá by na nás zostúpila, a ktorá by to za nás spravila. Treba si všímať, čo človek robí, treba sa usilovať, treba si nájsť tých pár

minút každý deň a skúsiť, či vtedy, keď mám podmienky, dokážem sa zbaviť slov. Ak sa ich zbavím, či sa dokážem zbaviť predstáv. Lebo keď sedím, keď sa nehýbem, nepotrebujem ich. Ak napriek tomu prichádzajú, tak som otrokom predstáv. Je dôležité, aby si každý uvedomil, že nie je nejakým tvorcom, ktorý vymýšľa, že keď prichádzajú predstavy, nie je tvorivý. Tvorivosť je až úplne na konci. My nevieme, čo to je ozajstná tvorivosť. My sa hráme ako malé deti.

To znamená, že iba keď sa zbavíme predstáv a dokážeme zotrvať v ríši prítomnosti, počujeme tikot hodínok, mraučanie mačiek na dvore, dažďové kvapky, ak vonku prší, vnímame vlastné srdce, počujeme šum vlastnej krvi, jedine takto, zotrývajúc v prítomnosti, vnímame javy. Hmotné javy. Avšak dovedy, dokedy počujeme, aj keď nechceme počuť, nie sme oslobodení od hmotných javov. To znamená, že dovedy sme otrokmi hmotných javov. Že sme k nim pripútaní. Jasne to vidíme. Nič si nenahovárime a preto sa snažíme zbaviť tohto otroctva.

Ak sa ho zbavíme, je tu ešte stále sféra, ktorá je veľmi lákavá. Duchovná sféra, astrálna sféra. Je možné naozaj odísť z hmotného tela a nespútaný hmotným telom cestovať bez akéhokolvek obmedzenia, ale to je stále len ríša prejaveneho vedomia. Až keď pochopíme, že to je iba ríša prejaveneho vedomia, niečo, čo je spadnuté do času, prestaneme mať o to záujem. Musíme prestať rozlišovať, zbaviť sa rozlišovania, čo je veľmi ťažké, ale je to jediný spôsob, ako zažiť jednotu. Pokiaľ čokoľvek rozlišujeme, neexistuje jednota. Pokiaľ existuje pamäť, čo je rozlišovanie, tak sme neustále iba v minulosti. Ak cítim Ja a priestor okolo mňa, je to rozlišovanie. Som otrokom rozlišovania. Nevieť, čo to je jednota.

Keď neskôr, po pochopení a získaní sily príde jednota, keď ju prežívame, v jednote samotnej je obsiahnutá ešte dualita. Takže my nezastávame. Stále kráčame. Lebo aj po realizácii neduality nás čaká ešte cesta územím ďalších piatich ríš.

Nie je možné vymyslieť si nejakú inú cestu k oslobodeniu. Možno by som si rád vymyslel niečo originálne, žiaľ, to o čom som teraz rozprával, hovoril pred dvetisícpäťsto rokmi úplne jasne Budha. Vedel tieto veci ozrejmiť preto, lebo prišiel až na koniec. Existuje však dosť ľudí, ktorí prišli ďaleko, precítili jednotu, no neboli dosť bystrí na to, aby pochopili, že jednota je len pekné údolie, no nie koniec cesty. Alebo síce boli dosť bystrí, no už nemali silu ísť ďalej. Keď takí ľudia rozprávajú o nadsvetskej ceste, ich informácie bývajú často veľmi zmätené. Všimnite si, ak čítate Budhove reči, všetky sú dokonale jasné. Ak narazíte na zmätenú časť, to nie je Budha, to sú dodatky ľudí, ktorí nechápali, nechápavou myslou sa snažili vysvetliť toho, kto dospel ku koncu, kto dokončil spirituálny vývoj.

Vy ste už teraz schopní rozlíšiť správne od nesprávneho. Nie je možné, aby ste klesli. Na tejto ceste sa neklesá. Ak raz na ňu niekto nastúpi, ide neustále ďalej. Nie je to náhoda, že ste sem prišli. Dôležité však je, aby ste verili len vo vlastnú silu. Všetci ostatní vám môžu len poradiť. Sú síce úseky, na ktorých sa môžete zviezť, no posledné kroky takúto možnosť neposkytujú. Nemusíte však kráčať osamote. Môžeme kráčať spolu, spolu budeme zdolávať posledné metre vedúce k vrcholu, no aj keď spolu neznamená osamote, úsilie, ktoré každý z nás

musí vyvinúť, je jeho úsilie. Vytrvalosť, ktorú musí prejavíť, je jeho vytrvalosť. Zážitok z výhľadu tam na vrchole však budeme mať spoločný.

„Ako je to s pocitmi? Kedy je možné ovládnuť pocity?“

Pocity je možné ovládnuť, alebo presnejšie vyjadrené, oslobodiť sa od pocitov je možné až úplne naposledy. Dlho som mal problémy práve s pocitmi, lebo na úrovni pocitovania bola prítomnosť. Ako sme si povedali, v prítomnosti nás už nezaujíma dobrý alebo zlý pocit. Som si vedomý len toho, že tu je pocit. Ale to nie je zbavenie sa pocitov. To je len zbavenie sa vedomého chcenia mať dobrý, alebo vedomého chcenia nemať zlý pocit. Pocity sa človek zbavuje až vtedy, keď dôjde na úroveň posledného oslobodenia sa. Pocity je posledný prejav, ktorý vníma na hranici možného vnímania. Oslobodí sa od neho vtedy, keď prestane vnímať. Keď sa vedomie prestane prejavovať. Až vtedy sa objaví neprejavované vedomie, ktoré nie je ničím rušené. Ten, kto toto dosiahne a dokáže v tom zotrvať, nemôže byť ničím vyrušený. Musí to byť úžasné sledovať takého človeka, keď čokoľvek robí, čokoľvek hovorí. Tam neexistuje absolútne nič, čo by ho mohlo vyviesť z konceptu. Vyrušiť. Tomu sa už hovorí Pán Život. Ku tomuto vlastne spejeme. Všetko ostatné je menej. V našich schopnostiach je toto dosiahnuť. Pravdepodobne, ak budeme k tomu kráčať, a sme pomerne veľká skupina, ktorá to bude chcieť realizovať, budeme na tom veľmi zle. Veľmi ťažko sa prešlapáva tým prvým. Omnoho lepšie na tom budú tí, ktorí už budú mať vzor desiatich, dvadsiatich alebo sto ľudí. Tam už bude tá motivácia silná. Časom to bude celkom normálne, a bude tých ľudí veľa. A tak sa to zase začne meniť. Vo vesmíre je vždy cyklus rozširovania a zmršťovania. Prečo sa to začne meniť? Tí ďalší ľudia už nebudú mať takú silnú motiváciu, akú máme my, ktorí sme v tomto srabe, ktorý hlupáci okolo nás, a my ku nim ešte tiež patríme, robia. Zrazu tí ľudia, možno o sto rokov, budú v krásnom prostredí. Prečo by vyvíjali takéto obrovské úsilie, keď sa budú mať dobre? Takže ono optimálne prostredie sa postupne začne opäť kaziť, a všetko sa to zopakuje. Takže raz bude znovu taká mizéria, že zopár ľudí si povie: „Tak dosť, ja to musím prelomiť!“ Nájdu v sebe tú silu a urobia to. Strhnú so sebou ďalších a tí umožnia užívať si dobrého života nejakej inej generácii ľudstva, alebo bytostí, a toto sa stále opakuje. Čoho sa však všetky tieto amplitúdy nedotýkajú, to je nadsvetká cesta. Je nezničiteľná, nevznikla, nemení sa a nikdy nezanikne. Existovala aj predtým, než vznikol ten, kto by po nej mohol kráčať, a bude existovať aj potom, keď už nebude nikoho, kto by po nej kráčal. Najkrajšie na tom je však práve to, že tou cestou sme my všetci. Z nás pramení a do nás zaniká. Vo svojej podstate sme doslova nesmrteľní. Len sme na to akosi pozabudli.

ROZPRÁVANIE – 13. 12. 1995 v CULTUSE

Nech sa páči. Čokoľvek vám príde na um, pýtajte sa. Preto sme sa zišli.

„Chcela by som sa spýtať ohľadne duchovného srdca, ktoré ste spomínali, na to prerastanie srdca s rozumom. Ako to vidíte? Zdá sa mi, že na túto tému sa hovorí v Celestínskom prorocte a aj na prednáškach Emila Páleša som sa s niečím podobným stretla.“

Keď niečo pochopíme, čo je v okamžiku, tak to znamená, že sme to pochopili srdcom. Zatiaľ čo keď niečo uchopíme intelektom, rozumom, vyžaduje si to čas. To, čo sme uchopili, je dôsledkom analýzy.

V oblasti intelektu sme spravili toto: Zabili sme živú bytosť a začali sme ju pitvať, aby sme našli motorček, ktorý ju robil živou. A tak postupne odhadzujeme to, čo sme preskúmali, no nebolo tam to, čo hľadáme. Odhadzujeme končatiny, vnútornosti, hlavu aj trup. A neprestávame sa pritom čudovať. Ako to, že sme ten motorček, ktorý oživoval bytosť, nikde nenašli? Dokonca aj srdce, ktoré sme mali v rukách, bolo v našich rukách iba kusom mäsa. Kde sa podel život? Telo je na pohľad rovnaké, ako bolo vtedy, keď žilo, a predsa v ňom niečo podstatné chýba.

Zvyčajne si ľudia neuvedomujú, že skúmaním myšlienok sú na tom rovnako, ako bol na tom pred chvíľou človek hľadajúci zdroj života v mŕtvom tele. A už tobôž im nedôjde, že rovnako sú na tom aj vtedy, keď analýzou rozoberajú vedomie, ktorým si uvedomujú. V tom, čo umŕtvili, už nemôžu nájsť zdroj života. Nie je tam. Unikol.

Na to, aby prestali štvrtiť telo, myseľ a vedomie, musia rozumom pochopiť, že ak chcú spoznať živé telo, živú myseľ a živé vedomie, musia ich nechať žiť a skúmať živé. Keď si to ľudia uvedomia, vzdajú sa analýzy. Vtedy, keď sa človek vzdá analýzy, vykročí intelekt, rozum, v ústrety srdcu. A vtedy, keď srdce pochopí, že nie je len pumpou na krv, ale jeho ozajstnou podstatou je inteligencia, vykročí v ústrety rozumu.

Čo to znamená v praxi? Znamená to, že neanalyzujem, neumŕtvujem, nepoužívam pamäť, vzdávam sa pamäti, ale len bdelo vnímam. Vnímam bez žiadostivosti a bez strachu. V takomto vnímaní niet ničoho, čo by rušilo rovnováhu medzi rozumom a srdcom. Takéto vnímanie umožňuje srdcu a rozumu dohodnúť sa. Vtedy, keď sa to stane, čosi podstatné sa zmení preto, lebo zmizne rozdiel medzi srdcom a rozumom a tým aj múr, ktorý ich od seba oddeľoval. To rozštvrtené, umŕtvené telo ožije, to rozštvrtené, umŕtvené myslenie ožije a rovnako ožije aj to rozštvrtené, umŕtvené vedomie. A my zrazu s úžasom nachádzame motorček, ktorý im dáva život. S úžasom preto, lebo – akokoľvek to je paradoxné – tým motorčekom je nič väčšie ako nič, ničotnejšie ako nič. Je ním prázdno prázdnejšie ako prázdnota. Keď si povieme nič alebo prázdno, je to totiž menej, ako nepovedané, nepomenované, neformulované nič a prázdno.

Darmo sa teraz budete snažiť intelektom to, čo som vyjadril, uchopiť. Je to neuchopiteľné. No ak sa nebudete o nič usilovať, ponecháte voľnosť srdcu, umožníte mu stretnúť sa s rozumom. Možno už tušíte, že sa stretnú v tom priestore, kde je menej ako nič, v priestore, ktorý je prázdnejší ako prázdno. Je to jasné? Nie veľmi? Dobre, poďme na to inak.

Prizrieme sa pojmu oslobodenie. Čo v sebe vlastne obsahuje? Čo to je to oslobodenie? Ak sme problém nevyriešili odstránením analýzy, skúsime to naopak. Posilníme analýzu. Môžeme si proces oslobodzovania „rukolapne“ objasniť? Skúsime to.

Niektor ma reťazami priviazal k stĺpu. Tu niet čo uvažovať. Som priviazaný s tĺpu. Ak sa mi podarí zbaviť sa reťazí, oslobodiť sa od nich, budem opäť slobodný, nepriviazaný. Je to jasné? Takto sa prejavuje prerastanie srdca a rozumu na hmotnej úrovni. A podobne, keď nás strčia za mreže, veľmi rýchlo si uvedomíme, že sme za mrežami. Na duchovnej úrovni to už tak jednoznačné nie je. Duchovné mreže nevidíme. Preto sme presvedčení, že ani nie sú. Náš intelekt však môže teraz tým, že o tomto rozprávame, pochopiť, že duchovné mreže existujú. Lenže srdce ich ešte stále nevidí. Srdce sa správa nezávislo. Nevšíma si intelekt. Keď kráčame nejakou tmavou, nebezpečnou uličkou, môžeme si nahovárať, že všetko je v poriadku, nič sa nám nemôže stať, no ak zbadáme postavu blížiacu sa k nám, a ešte aj vykrikuje a správa sa čudesne, napriek nášmu akémukolvek ubezpečovaniu sa srdce poplašene rozbúši. Je to tak? Čiže tam intelekt jasne vníma, že všetko je v poriadku, ale srdce vie svoje. Darma mu čokoľvek nahováráme, ono si hudie svoje. A teraz, my intelektom pochopíme, že sme zviazaní. My sme zviazaní myšlienkami, my sme zviazaní pocitmi, my sme zviazaní všetkými vnemami, ktoré máme, to všetko sú reťaze, ktoré nás pútajú. My sme zviazaní tým, že sa považujeme za telo. Zrazu, oboznámení novými informáciami intelektom; rozumom pochopíme, že to tak nie je. Že nie sme zviazaní, iba sa sami zväzujeme. No srdce našu úvahu, naše rozumové zdôvodnenia neakceptuje. Preto sa bojíme, aj keď sa nechceme báť, a preto sa hneváme, aj keď sa nechceme hnevať. Keby záležalo iba na našom intelektu, tak si raz navždy povieme: „Odo dneška, od tejto chvíle, od tohto okamžiku, sa už nikdy nenahnevám, lebo som pochopil, že hnev mi nikdy nepomôže.“ Dokonca aj v bojovom umení bojujú ozajstní majstri bez hnevu v srdci. Preto sa dokážu adekvátne správať v každej situácii. Nič ich neruší. A my, takto oboznámení, rozumom pochopíme, že to tak naozaj je, čo však z toho, keď srdiečko má vlastný rozum? A tak, keď na nás niekto namieri samopal, zľakneme sa. Či chceme, alebo nechceme. Lenže s takýmto stavom závislosti nie sme spokojní. Nám ide o to, aby sme sa zbavili okov úplne. Aj tých, ktoré pútajú srdce. To je to prerastanie srdca s rozumom.

„A akou metódou je možné dosiahnuť tejto syntézy?“

O metóde sme si tiež povedali. V prvom rade sa musíme zbaviť toho, čo je najmarkantnejšie. Najmarkantnejšie je to, že sme závislí na pohybe. Ak sme nehybní, začneme byť nervózni. Sme nesvoji. Táto nervozita je človeku bežná. Ak niekomu prikážete, alebo niekto si sám povie: „Ja sa teraz nebudem pol hodiny vôbec hýbať,“ v prvom rade pocíti strach. Tak ako keď si dobrý bežec povie: „Dnes zabehnem svetový rekord.“ Už v tomto jeho rozhodnutí je obsiahnutý strach z úžasnej námahy, ktorá ho čaká. On dobre vie, čo za jeho rozhodnutím väzí. Podobne aj človek, ktorý si povie: „Ja sa teraz nebudem pol hodiny vôbec hýbať,“ pocíti strach. Nehýbať sa mu nie je bežné. Jemu je bežné, povedzme, nehýbať sa pár sekúnd, a potom sa ozve nuda a všetko možné, čo ho ovplyvní a núti k tomu, aby sa konečne pohol. Keďže sa však nehýbe aj napriek tomu, že čosi ho núti k tomu, aby sa pohol, tak v ňom vzniká napätie a strach. Vzniká v ňom nespokojnosť s tým, že sa nehýbe a konflikt, lebo sa chce nehýbať. On sa nehýbe

preto, lebo sa chce nehýbať. A to sme len na prvej úrovni oslobodzovania sa z reťazí, ktoré nás pútajú. Chceme sa ich však zbaviť. To znamená, že chceme získať možnosť slobodnej voľby. Chceme získať schopnosť ostať pokojní aj vtedy, keď sa nehýbeme. Tak, aby sa naše srdce nezľaklo. Ak to dokážeme, je to ten prvý nerv, ktorý narástol, tá prvá nová bunka, ktorá sa vytvorila. Koľko sa ich však bude musieť utvoriť, než sa spojí hlava so srdcom?

Skúsme však pokračovať. Po prvom úseku príde ďalší úsek. Keď už pre nás nie je problém nehýbať sa, sú tu tie myšlienky. Lebo my sme zvyknutí myslieť. Keď sa oslobodíme z nutnosti neustále myslieť, pustíme sa do boja s reťazou pútajúcou nás k predstavám, a tak ďalej tak, ako sme si o tom povedali v sedeniach. Takže toto som myslel pod tým, čo som nazval prerastaním spojenia, alebo vznikom spojenia medzi intelektom a srdcom. Až pokiaľ toto spojenie nevznikne, dovtedy bude intelekt oddelený od srdca a srdce bude oddelené od intelektu. Dovtedy nemôžu navzájom komunikovať bez sprostredkovateľa a teda okamžite.

„Sú k realizácii oslobodenia sa z okov potrebné meditácie? Mne sa zdá, že nie.“

Nie, ak pochopíte aj bez toho. Dôležité je pochopiť. Nieкто zoskočí z tretieho poschodia, a než dopadne, tak pochopí strašne veľa vecí. Možno sa poláme a potom zopár mesiacov má na to, aby si v hlave zrovnal to, čo pochopil, keď padal. Nieкто si v živote nesadne, ale bude pracovať tak zanietene, že zabudne na seba. Postupne mu začnú svitať základné zákonitosti. Takže neexistuje jeden spôsob. Tých spôsobov je toľko, koľko je ľudí. Preto aj to, čo sme si povedali o jednotlivých stupňoch oslobodenia, o schodoch vedúcich k oslobodeniu, aj to je iba niečo, čo som si iba vymyslel. Naozaj je to len výmysel. V skutočnosti to neexistuje, ale pre nás to môže byť fakt, ktorý nám pomôže k tomu, aby sme dosiahli schopnosti vzdať sa všetkého, lebo pokiaľ neustále niečo chceme, nemôžeme zistiť, čo je za chcením. Pokiaľ neustále niečo chceme, nemôžeme zistiť, čo sa stane, keď nič nechceme. Nedá sa to. Ako však chcením dosiahnuť toho, aby sme nechceli ani nechciet? Lebo bez chcenia, bez zámeru to tiež nejde. Takže to, o čo sa usilujeme, je nemožné. Napriek tomu však v našom úsilí musíme zotrvať. Musíme zaživa zomrieť. Musíme živým telom dosiahnuť ľahostajnosti mŕtveho tela. Musíme všetko zastaviť. Lenže na rozdiel od smrti, keď sa všetko naozaj zastaví a zložky dovtedy spájajúce osobnosť sa rozplynú, my dosiahneme stav, v ktorom nie sme a predsa sme. Vnímame nič, nevnímame ho však vnímaním. Vnímanie totiž tiež zaniklo. Toto je práve to, čo je najťažšie vysvetliť, ak je vôbec možné vysvetliť to. My v realizácii prázdnoty nemáme žiadne vnemy, a napriek tomu vnímanie. Sme bdelí. Ako si to ale priblížiť? Ako o tom povedať? Hľadám spôsob, preto sme sa aj stretli. Nestretli sme sa preto, aby som iba ja rozprával. To robím na sedeniach. Pýtajte sa. Budeme si vysvetľovať a objasňovať, aby sme sa pomocou slov dostali k tomu, čo nie je možné slovami vyjadriť.

„Ja by som sa chcel spýtať, či môžete porovnať tú úroveň, ktorú nám načrtávate, s úrovňou ľudí, ktorí sa tomu venujú v iných podmienkach. Dajme tomu celým svojim životom. Aké sú hodnoty, zážitky, aký máme predpoklad napredovať a

akou cestou treba íst? To je jedna otázka. Druhá otázka, kam ste sa vy osobne dostali svojimi zážitkami? Na akú úroveň?”

Podme najprv na tú druhú otázku. Kam až som sa dostal? Mohol by som vám teraz tvrdiť: „Som osvietený.“ Čo vám to dá? Mohol by som povedať aj: „Ja nič neviem.“ Po oboch odpovediach budete vedieť to isté. Ako však budete reagovať? Môže sa stať toto. Povieťe si: „Tak tento človek mi povedal, že je osvietený. Ja tomu verím. A keďže on to dosiahol, tak to dosiahnem aj ja.“ Ale môže sa stať aj to, že si povieťe: „Tento človek hovorí, že je osvietený, on to dosiahol, ale moja karma je taká, že ja to vlastne nemôžem dosiahnuť. On má dobrú karmu a bol vytrvalý, on to dosiahol.“ Stále je tam porovnávanie. Medzi mnou a vami. Toto porovnávanie vám znemožní, aby ste pochopili, o čo ide. Je to to isté, ako keď sa ja najem, a vy budete hladný. Takže čo Repka dosiahol, nie je z vášho hladiska dôležité. Dôležité je, čo ste dosiahli vy. Ja vám môžem dať len informáciu, ktorá vám pomôže. Usmerní vás na vašej ceste. Ak vám však moje informácie nepomáhajú, neusmerňujú vás správne, strácate o ne záujem bez ohľadu na to, čo som dosiahol. A naopak, ak vám pomáhajú, ak vás správne usmerňujú, máte o ne záujem aj keby som nič nedosiahol.

„Rád by som vedel, čo to osvietenie vlastne je. Zatiaľ to vôbec neviem.“

To je v poriadku. To nevie nikto, pokiaľ to nedosiahne.

„Ale nedá sa to ani popísať? Nie?”

Čoby nie. Dá. Len sa treba snažiť pochopiť informáciu, ktorá tu bola ešte pred jej formulovaním do slova. Keď to nejde, treba si všimnúť, čo oslobodenie nie je. To znamená, že osvietením, presnejšie oslobodením, lebo o to vám asi ide, zničí človek všetko zlo, ktoré v ňom ešte bolo. Tým pádom, že ho zničil, objaví sa dobro. Lebo dobro sa nedá dosiahnuť úsilým realizovať dobro. My totiž nevieme, čo to je dobro. My však vieme, čo je zlo. My vieme, že hnevať sa je zlé a môžeme si povedať, že nehnevať sa je dobré. Ale čo to je nehnevať sa? V skutočnosti to nevieme. Vtedy keď sa nehneváme, nemáme problémy, tak to ani nevnímame. Sme pokojní. Tam neexistuje hnev a nehnev. Ale keď sa hneváme, vtedy to jasne vieme. Takže keď sa objaví hnev, začne vzrastať, tak ho môžeme... (Názorná ukážka.) Áno, zaškrtiť, zničiť. To je tá negatívna cesta. Je praktickejšia. Takže keď toto spravíme so všetkým zlom, dostaví sa to, čo ste pomenovali ako osvietenie.

„Dobre, ale... ako to je medzi čistými a nečistými ľuďmi?”

Odpoveď je opäť v rozdeľovaní. Pokiaľ naša myseľ rozdeľuje, tak tu je naša myseľ a okolie. Pokiaľ tu je rozdeľovanie, tak sme nedosiahli ešte ani jednotu. To znamená, že musíme pochopiť, ako dôsledne nám rozlišovanie bráni v tom, aby sme realizovali jednotu. Takže každé rozlišovanie, ktoré sa objaví odstránime, nedržíme, neuchopíme. Ako to naozaj dôsledne urobíme, potom nás prestane zaujímať rozdiel medzi čistými a nečistými ľuďmi.

„Ja som to povedal skôr preto, aby ste mi vysvetlili, ako na to. Tak aby sme aj my mohli dosiahnuť to, čo vy.“

To som práve povedal.

„Ale je tu potom rozdiel, alebo nie je tu potom rozdiel?“

Rozdiel medzi čím?

„Tým že keď je niekto osvietený, alebo keď nie je niekto osvietený.“

Hmmm... je tam asi taký rozdiel, ako rozdiel medzi polročným dieťaťom a trojročným dieťaťom.

„No to asi tuším. Ale zhruba vy hovoríte o tej jednote.“

Áno.

„To ide proti sebe, viete? Ako to však dať teraz do súvisu?“

Keď človek dosiahne jednotu, tak zmizne jeho pamäť, a keď zmizne jeho pamäť, tak zmizne aj ego. Lebo pamäť a ego je jedno a to isté. No a tam, kde niet pamäti, niet protikladov.

„Dobre, ale ako žiť bez pamäte a bez ega vo svete, kde existuje pamäť a ego?“

Práve že vtedy sa žije dobre ešte aj v takom zlom svete, kde existuje pamäť a ego.

„Trebárs mám pamäť aj ego, keď ako teoreticky a logicky si myslím keď... keď to dosiahnem. A vy tvrdíte, že tú pamäť to ego nesmiem mať. Aspoň tak to chápem.“

Ja tvrdím, že pokiaľ človek používa pamäť, pokiaľ je zviazaný pamäťou, ako reťazami, o ktorých som už hovoril, tak dovedy nie je slobodný. Dovedy je otrokom pamäti.

„Rozumiem, chápem a súhlasím. Ale neviem si predstaviť, ako by som mohol fungovať bez pamäti.“

Nedá sa to predstaviť. To si nemôžeme predstaviť. Alebo inak povedané: my si síce môžeme niečo také predstaviť, ale to bude iba naša predstava. A my sa budeme snažiť, na základe pamäti toho, čo vieme, realizovať niečo, čo nevieme. Ale my to nerealizujeme. My realizujeme to, čo sme si predstavili. Ak budeme veľmi usilovní, tak realizujeme svoju predstavu. Ale to nebude skutočnosť. Potiaľ je v tom, že pamäť sa neustále pripomína. Čiže my... najľahšie sa to dosiahne v nehybnom sedení. Vtedy, keď všetko zrušíme, môžeme dosiahnuť aj to, že s tým všetkým zanikne aj pamäť. Ona nezanikne naraz. Najprv sa zbavíme pamäti ega, ja, pamäti individua. Ale práve v astrálnom ponímaní sa objaví väčšia pamäť, pamäť rodu. Čiže ešte tam je nejaká pamäť, za tou našou pamäťou je ešte ďalšia pamäť. Už to nie je pamäť Mariana Repku alebo Víta Filu alebo niekoho iného, už to je pamäť... povedzme, „my Slováci“, už je tam pamäť „my belosi“, je tam pamäť... „my ľudia“, a v rámci tejto pamäti sa ešte stále pohybujem. Je tam pamäť „Ja, cítiaca bytosť“. (My cítiace bytosti.) Je tam pamäť prejaveneho vedomia. Toto všetko musí zaniknúť. Lebo pamäť je minulosť a minulosť nás brzdí a podmieňuje.

„Dobre, teda ak raz dosiahnem, dajme tomu, teoreticky, toho osvietenia, dosiahnem ho naveky alebo sa to môže časom vytratiť, alebo ako to je potom? Lebo ja vidím rozdiel medzi meditačným a – dajme tomu – takým bdelym stavom, ako vy tvrdíte, čiže medzi ním a normálnym životom. Alebo to neplatí?“

Bavíme sa teraz o niečom, čo môžeme intelektuálne rozoberať z rôznych uhlov donekonečna. Stále bude o čom rozprávať. Napriek tomu to však skúsím formu-

lovať. Keď dosiahneme jednotu, my si ju neudržíme. My v sedení, keď nás nič neruší, dosiahneme stav jednoty. To znamená, že rozlišovanie zanikne. Jasne to vnímame. Rozlišovanie tu naozaj nie je. Necítim rozdiel medzi ja a prostredím. Všetko som ja. Alebo všetko je vo mne, alebo ja som vo všetkom. Proste tam rozdiel nie je. Zažívame pritom šťastie, ktoré je viac ako zmyslové šťastie. Najlepšie ho charakterizuje termín „nadsvetkové šťastie“. Je v ňom úžasná spokojnosť a neochvejná istota. Táto krásna eufória však časom skončí. Skončíme sedenie, a zas je tu ja. Ruka sa pohla, používame naše telo, vnímame, používame vnemy, pocity, stratilo sa to. Nie sme schopní si to uchovať. Ale vieme, že to existuje. Veľkou výhodou tých, ktorí nadsvetkové šťastie zažili, je oproti ľuďom, ktorí ho nezažili to, že ľudia so skúsenosťou sa už až tak veľmi nepovažujú za telo, v ktorom sa vnímajú. Ale ho používame. Vieme, teraz vnímam toto telo, že to je telo rozdielne od tela Víťa. Keď do tohto tela pichnem ihlu, tak ma to zabolí. Keď do Víťa, tak budem s ním súcitiť, ale nebudem kričať. Čiže znovu tu je rozdelenie. Ale vás teraz zaujímalo, či sa toto všetko, toto rozpustenie sa v jednote, môže nestratiť.

„Áno.“

Že nezabudnem na to.

To je ten stav, keď všetko podmienené zanikne. Čiže nestačí len jednota. Ako sme si to už v sedeniach vysvetlili, jednota je ešte cesta. Nie je to koniec. Až keď dosiahneme jednotu ešte stále máme kam kráčať. Cesta pokračuje. Takže ideme ďalej. Pred nami je dualita. V jednote je dualita. Lebo kde je jednota, tam je jedno a kde je jedno, tam musí byť aj niečo, čo je druhé. Kde je jeden bod, musí byť aj druhý bod. Musíme dosiahnuť bezbodovosť, nedualitu, aby sme sa oslobodili aj zo zovretia jednoty. Ešte aj potom sú ďalšie stupne oslobodenia. Až nakoniec, posledné čo realizujeme je to, že prestaneme vnímať. Zaniknú všetky pocity. No a keď zaniknú všetky pocity, potom objavíme svet za pocitmi. Všetko pochopíme bez obmedzenia, úplne inakším spôsobom, ako sme chápali doposiaľ. Ak to dôsledne pochopíme, tak potom sa to už nestratí. Keď sa to nestratí, zas sa vrátíme do bežného života, ale už nikdy sa nebudeme stotožňovať s telom, s vnímaním, s pocitmi, s rozlišovaním a s vedomím. To znamená, že sme uzrozumení s tým, že naše telo raz zanikne. To telo, ktoré používame, zanikne. To je úplne jasné a s tým si nerobíme problémy. Nemáme z toho ťažkú hlavu, je to normálny prírodný proces, prírodný zákon. Ale my nezanikneme, lebo my nie sme telo. My sme neprejavené vedomie, z ktorého to telo vzniklo a do ktorého to telo zase zanikne. Takže nás sa to netýka. Je to len otázka prejavu. Len... teraz intelektuálne to môžeme pochopiť. Nie je také ťažké pochopiť, že sme podstata, a nie to, čo sa z podstaty zrodilo, čo našimi zmyslami vnímame. Ale aj keď to my intelektuálne pochopíme a chápeme, naše srdce ostalo intelektom nedotknuté. Keď nás niekto ohrozí, alebo keď nám hrozí strata zamestnania, alebo keď nám niekto ohrozí dieťa, to rozdeľovanie tam stále bude. V tom je práve ono prerastanie. Než však pochopenie prerastie až do srdca tak, že sa napokon realizuje nielen v oblasti intelektu, ale aj priamo v srdci, celistvo, čoho dôsledkom je totálne

oslobodenie sa od podmieneného vznikania, vyžaduje si to čas. Ale je to dosiahnuteľné. A len keď si vytýčime tento konečný cieľ, len vtedy máme možnosť ho dosiahnuť. Ak si vytýčime čiastkový cieľ, tak dosiahneme len ten čiastkový cieľ, to čo sme si vytýčili. Lepšie to neviem vysvetliť.

„Ďakujem.“

„Z toho, čo ste teraz povedali, mi vychádza, že ego je vlastne naša pamäť, alebo súvisí s našou pamäťou, takže jednoduchšie to majú počítače, lebo sa jej dokážu rýchlo zbaviť.“

Áno.

„Ale... je tu určitý, akýsi model, toto celé. Ten model, o ktorom ste vy hovorili, o tej reťazi podmienenosti. Neviem, kto to prvý objavil, či to objavil Budha, alebo sa to traduje dlhšie, ale v podstate taká hlavná myšlienka toho je, že človek, keď sa narodí, dostáva síce od svojich rodičov alebo odkiaľsi nejaký program, ale stále sa nachádza v stave nevedomosti. A výsledný produkt, produkt nevedomosti, sa po určitej dobe prejaví. Hovorili ste, že keď má človek pol roka, tak nevie o tom, či je vedomý alebo nevedomý, ale postupom času sa v ňom niečo zrodí, čo je produkt nevedomosti.“

Áno.

„Ale ten produkt nevedomosti sa potom musí zrodíť u všetkých!“

Áno.

„A tento produkt nevedomosti, logicky vyjadrené, to je to poznanie – ja som.“

Áno.

„Čiže keď teraz hovoríme o našej stratégii, naša stratégia by mala byť taká, aby odstránila nevedomosť. Odstrániť nevedomosť znamená odstrániť sám seba. To je poznanie „ja som“. No... teda... logika nás k tomuto zavedie, pravda? Samozrejme, že tá istá logika nás potom dovedie k takým absurdnostiam, zdánlivým teda alebo... absurdnostiam.“

Nie je to absurdnosť.

„Ja netvrdím, že to je absurdnosť... Ešte som chcel povedať toľko, že keď sa ten pocit, alebo neviem či je to pocit, alebo to poznanie, ktoré je nielen produktom... jednak pamäť tam hrá, je tam nosná... hovorím, že tam sú aj tie všetky žiadosti, nevedomé, lebo tá nevedomá žiadosť, teda, to je v podstate tá základná žiadosť, žiadosť byť, existovať. Potom sa rozvetví ako strom, potom je už aj vlastník a potom je ja neviem čo ešte, obyčajne s tým sú potom problémy. No a toto prerastie do toho vedomého stavu. Čítal som jednu knihu v ktorej sa to vysvetľuje tak, že proste... toto poznanie „ja som“ je vlastne hmla, ktorá keď ustúpi, tak sa objaví skutočnosť. A teraz ide o to, akou taktikou ísť sám na seba? Ako si odštváť tú hlavu, že? To je ten súboj s tým drakom.“

My získame v určitom období svojho života poznanie, že sme. Dajme tomu že okolo toho roku.

„Troch.“

Alebo troch rokov. Časové vymedzenie nie je postačujúce. Podstatné je to, že v určitom období nášho života prestaneme nevedome chcieť a začneme chcieť

vedome. To znamená, že sa prejavilo niečo nové, to čo tu zatiaľ nebolo, niečo čo vzniklo. A my sa od tej chvíle stále považujeme za toto „ja som“, za toto „ja“. Ale pritom sme nepreskúmali, či naozaj sme týmto ja. To, čo my robíme, keď si uvedomíme, že niečo nie je v poriadku, je začatie o určitých samozrejmostiach pochybovať, začneme ich skúmať. Je to ono negatívne skúmanie, skúmanie toho, čo nie sme. Naozaj teda ide o negatívnu cestu. Neskúmame čo sme. Lebo to vieme. „Ja som, „ to považujeme za svoje poznanie. A teraz „čo som?“ Kde to „ja“ je? Takže skúmame. Je to v tele, to ja? Keby nám postupne urezávali z tela, takže by ostal len trup, to „ja“ by bolo stále rovnaké. Ten pocit „ja“ by sa nezmenil.

„Je to niečo nehmatateľné.“

Áno. Takže takto skúmame. Telo teda ja nie som. Už sme pochopili jednu dôležitú vec. Takže „ja som“ to nie je telo. Čo je teda to „ja som“? Keď spím, nič nevnímam. Nemyslím, tvrdo spím. Kde je to „ja som“? Nikde. Ono vlastne neexistuje. Potom začnem precitať a objaví sa. Kde bolo, pokiaľ som spal? Takže na tejto úrovni sa začnem od toho, čo cítim ako ja, ako fakt, trochu oddeľovať Uvažujem, čo to „ja“ vlastne je? Vieme, že každá myšlienka má svoj začiatok, má svoje priebeh a má svoj koniec. A tak si teraz poviem: „Ja mám myšlienku – ja som.“ Povedal som si ju, takto ako hovorím: „Ja som.“ To citujem doslova. Teraz táto myšlienka „ja som“ zanikla. Dokončil som túto vec. Kde je? Čiže myšlienka to nie je. To „ja som“. „Ja som“ cítim že je, cítim to ako fakt, ale myšlienka to nie je. Čiže myslenie nie som ja. Ak toto pochopíme, tak sa prestaneme stotožňovať s myslením. Potom sa už nebojíme, keď sme nehybní, odstrániť myslenie. Jasne cítíme, že „ja som“ tam stále je. Aj keď nemyslíme, „ja som“ existuje. My môžeme kráčať, môžeme pracovať, môžeme sa s druhými ľuďmi rozprávať a myslenie tam nie je. Čiže to ja nemá s myslením nič spoločné. Preto začneme myslenie slobodne používať. Začneme hravo rozmýšľať. Už vieme, že myslenie nie je ja. Tak ho používame ako stoličku, ako pero, ako tento diktafónik (beriem ho do ruky), slúži nám, keď chceme, tak ho vypneme (vypnem ho a opäť zapnem), a zapneme ho, keď chceme, aby fungoval. A keď nám to nebude fungovať, tak nám to nebude fungovať, potom nás to už až tak veľmi netrápi. Takže „ja som“ nie je ani myslenie. Teraz si ale môžeme povedať: „Niečo si predstavím. Mám nejakú predstavu, niečoho, trebárs toho že som? Je to predstava?“ Môžem si predstaviť seba? Môžem. Ja som v Mexiku, v Tibete, áno? Bol som tam, alebo tam budem, alebo som tam v predstave. Ale keď to zanikne, táto predstava, moje ja ostáva stále to isté. Nedotklo sa ho to. Čiže ja predstava nie som. Preto môžem predstavu pustiť a ja ostane stále rovnaké. Takže skúmam ďalej. Ak ja nie je predstava, potom sú vnemy ja? Ja teraz počujem, cítim svoje telo, vnímam, čiže „ja som?“ – je to ono? Ale, ak som dôsledný, držíme sa stále logiky, tak keď spím, nič nevnímam. Kde je potom ja? Zobudím sa a zase tu to ja je. Čiže aj keď som spal, nič som nevnímam, tak ja existovalo, ja sa to vôbec nedotklo. Ja nie je ovplyvniteľné ani vnímaním. Tak používam vnemy, úplne radostne, spokojne, lebo to... ja nie som. Ja som niečo iné ako vnemy. Keď nie som ani vnemy, nie som ani myslenie, čo teda som? Rozlišujem medzi druhým človekom a sebou. Keď sa však pozriem na nejakú nádhernú

panorámu v prírode, úplne sa v nej stratím, zabudnem na seba. Som tou panorámou. Potom si však spomeniem: „Aha, však to som ja, ktorý sa pozerá na tú krásnu prírodu. Ale... kde bolo potom moje ja, keď som zabudol na to, že som, keď som bol iba prírodou? Čiže ani rozlišovanie nie je ja! Čo som teda, keď nie som nič z tohto? Potom to ale znamená, že moje ja je nedotknuteľné. Ja som vlastne nekonečno.

„No ale tu je práve spor s logikou. Lebo viem, že ja niečo hľadám, no ja nie som.“

Áno. My musíme byť tak dôsledne logickí...

„Ale to nie je logika.“

My našu logiku v podstate rozšírime. Lebo pochopíme, týmto vylučovaním, čo nie sme.

„Vy ste hovorili, že ja nie som napríklad telo.“

Áno.

„Ale tá ruka, tá tu je, a k niečomu slúži. A tiež „ja som“ k niečomu slúži. Je to nástroj.“

Áno.

„Môžem povedať, že to nie je dobrý nástroj. Samozrejme...“

Je to idea. „Ja som“ je idea. Slúži k tomu, aby som si uvedomil, že ja som. A práve táto idea nás zotročuje. Ja je otrokár, ktorý ma zotročuje. Ja som. „Ja som“ však v skutočnosti neexistuje. Ja som si vymyslel, že ja som. V určitom období môjho života vzniklo toto ja, a ja sa toho teraz držím. Ale predtým ja nebolo. Keď som mal mesiac, tak vedomie „ja som“ neexistovalo. A napriek tomu som robil všetky biologické pochody, a mal som aj vnemy a... všetky tieto veci, hoci toto „ja som“ naozaj chýbalo.

„No ale... ako potom existuje, ako tu môže byť nekonečno, absolútne alebo čokoľvek, pretože to by sme sa potom museli stotožňovať s božstvom. Ja som boh. Keďže si poviem, že ja som absolútne, ja som nekonečno, potom si myslím, že som boh a to sa mi zdá byť nezmyslom.“

Určite to je nezmysel, preto lebo my sme viac ako boh. Boh je prejavené vedomie. Čokoľvek sa prejaví, podlieha času. Je to tak, akoby... akoby som spadol z tejto stoličky. Potom som spadnutý dolu. Všetko prejavené vzniklo. Preto je prejavené. Keď povieme o tom, že ja som nekonečno, tak to znamená, že to už nie je nekonečno. Keď niečo pomenujeme, už to nie je to, čo sme pomenovali. Keď poviem voda, to nie je voda. Keď pijem vodu, nehovorím voda. Pijem vodu. To znamená, že to čo my vnímame, to čo počujeme, to čo vidíme, to vlastne neexistuje. To čo existuje vždy (smiech z rozpakov v sále), to čo existuje vždy, čoho sa nič nedotkne, to je to, z čoho všetko vzniká. Povieme si, že to je nekonečno, už to nie je nekonečno. V okamžiku, keď pomyslíme na nekonečno, keď si predstavíme nekonečno, ak definujeme nekonečno, tak nekonečno tu už nie je.

„Ale prečo?“

Preto lebo už je to konečno. Už je to niečo, čo vzniklo. Ak poviem nekonečno, tak som vytvoril niečo, čo vzniklo, a v tom prípade to nie je nekonečno. Je to

niečo, čo zanikne.

„Takže toto je to hmotné. Hej?“

Aj duchovné. To nehrá rolu. Je to nejakým spôsobom prejavené.

„Teda všetko to, čo vnímame, sa prejavuje. A tým, že sa to prejavuje, len tým, že to vyslovím, to už je to prejavenie sa toho... toho slova, nekonečno napríklad. Tým že sa to prejaví, dôjde k prejavaniu, tým že došlo k tomu prejavu, tým že to vzniklo – nekonečno, slovo nekonečno, že to začalo, už to nie je nekonečno...“

„Ale čo to je nekonečno?“

„To je predsa jedno. Na tom nezáleží, čo to je.“

„To nie je jedno. To je rozdiel...“

„Ale nekonečno vzniklo a zanikne to, a tým pádom je to... môže to byť slovo, ty si predstavuješ niečo iné, ja si predstavujem niečo iné, ale vždy to je iba nejaká predstava niekoho, a už tým pádom to je niečo vytvorené myslou, vedomím, alebo to je jedno čím, pamäťou, a už tým to je konečné. Vlastne tým pádom to nie je nekonečnosť. V podstate. Lebo nekonečnosť je akože... to si nevieme predstaviť.“

„Ale to je...“

„Lebo akonáhle si to predstavím, tak to nie je...“

„Ale to je vzhľadom na nás. Ale keď to aplikujeme na vesmír, tak potom takáto formulácia neexistuje.“

„Akože neexistuje?...“

„No alebo niečo zoberieme že existuje, alebo že neexistuje. Takže čo to existuje, alebo neexistuje? Alebo existuje to tak, že to je jedno, či to existuje alebo neexistuje?“

„No práve v tom je tá naša nevedomosť. Lebo my nevieme rozlíšiť ani tieto dva stavy.“

„Ale podľa mňa to nie je nevedomosť, ale uhol pohľadu.“

„Áno, buď to niečo existuje, alebo neexistuje. Ale nevieme si predstaviť niečo medzi tým alebo za tým. To je samozrejmé.“

„A prečo? My si môžeme predstaviť čokoľvek. Čokoľvek si predstavíme, to je naša predstava.“

„A určite to vždy skončí. Takže to niekde začalo a už to má nejaký priebeh. Tým pádom to je vlastne už určené niečím.“

„A ja si myslím, že keby sme nemali predstavy, že by sme neexistovali. Že by sme zomreli. Teoreticky to je teda možné.“

„Treba to zistiť.“

Boli ste na sedeniach?

„Ja...“

Na tých desiatich, ktoré sme tu robili predtým?

„Áno, bol som.“

Na všetkých?

„Asi na štyroch... ak mám byť úprimný. Ale všetky tie šaláty mám kompletne.“

Všetky šaláty máte. Dobré. (Smiech.) No, my sme si prešli úroveň predstáv. Tam sme si jasne povedali: Predstava, to je minulosť alebo budúcnosť. Predstava,

ktorú vytvoríme vo svojej mysli, nikdy nie je prítomnosť. My nemôžeme zažiť prítomnosť, pokiaľ sme v predstavách. Až vtedy, keď pochopíme predstavu ako predstavu, ako minulosť a budúcnosť, a nie prítomnosť, vzdáme sa teda vedomej predstavy, dosiahneme prítomnosť. A teraz nám ide o ďalší krok. Pokiaľ existuje prejavované vedomie, dovtedy nemôžeme pochopiť, čo to je neprejavované vedomie. Takže my sa na tejto úrovni slov môžeme baviť o neprejavovanom vedomí ešte dvesto rokov. Medzitým všetci, kolkí sme tu, zomrieme. Nedostaneme sa ani o krôčik bližšie. To je práve tá pasca názorov, na ktorú upozorňoval Budha a Krišnamurti. My máme názor. Pokiaľ ho budeme mať, nepochopíme. Takže vzdávame sa názorov. Preto si, trebárs, sadneme, vzdáme sa všetkých predstáv a tým vplynieme do prítomnosti. Potom v prítomnosti skúmame javy a poznávame javy ako javy. Rozlišujeme hmotné javy od duchovných javov a uvedomujeme si pritom to nekonečné plynutie javov. Takže nás javy napokon prestanú zaujímať. Až vtedy, keď nás prestanú zaujímať javy, keď už neuchopujeme žiaden jav, dostávame sa do ríše rozlišovania. Lebo už nás teraz nezaujíma, aký to je jav, ale pretože rozlišujeme, vznikol jav. Ale rozlišovanie je tiež len niečo, čo nám bráni v tom, aby sme zistili, čo je za rozlišovaním. Čo sa stane, keď prestaneme rozlišovať.

„Tak spejeme k určitej jednote, k určitému vnútornému tichu, aby sme si uvedomili to, o čom ste hovorili.“

Áno. My nemôžeme spoznať, čo to je jednota, pokiaľ sa neoslobodíme od rozlišovania. Dovtedy budeme o tom schopní iba teoretizovať, budeme sa o tom s niekým rozprávať, môžeme sa s niekým hádať a môžeme ho trepnúť aj po hlave, keď sa nám nepodarí presvedčiť ho inak? Hej? Čo sa bežne robí! (Náboženstvo sa neraz poníži práve k tomuto. Ak ho nepresvedčím, tak ho zabijem, lebo ma ohrozuje. Ohrozil moju vieru.) Nám teraz ide o to, aby sme ako inteligentní ľudia prišli do tej ríše, v ktorej už rozlišovanie nie je. Keď tam dôjdeme, vtedy pochopíme, čo to je jednota a odvtedy nás už nikdy nerozhádže. Či ten človek rozpráva ako budhista, ako kresťan, ako hinduista, ako moslim, ako jehovista, akúkoľvek má vieru, my už vieme, lebo čítame v hĺbke jeho srdca, na akej úrovni sa pohybuje, a čo nám chce zobrať alebo dať.

„Dobre, ale ja si neviem teoreticky, ale ani prakticky predstaviť, ako k tomu dospejeme čiste iba rozumovým úsilým. Spomenuli ste, že na nejaký čas, hoci na hodinu, zabudneme na celý život a tak... ja neviem, lebo veď existujú aj rôzne techniky. Trebárs holotropné dýchanie a iné. Pri nich sa to dá fyzicky pocítiť. A ja si neviem predstaviť, či s tými koncentraciami by to bolo tiež možné...“

Existuje veľa techník, ktorými môžeme kus cesty preskočiť a dostať sa do oblasti... trebárs pamäti ľudstva. Čo nám to pomôže?

„Človeka to môže tešiť.“

Áno. My sa vrátíme zase späť do bežného života, no už s tým, že vieme: V mojom mozgu je schopnosť vnímať čokoľvek. Môžem poznať to, čo bolo pred tisíc rokmi.

„Ale... nemusí to tak byť. Lebo človek si to môže aj vsugerovať.“

Dobre. Pozor, aby sme sa nechytali na slová. Tu je potrebné byť veľmi opatrní. Čo sa stáva? Teraz nejde o to, čo sme dosiahli nejakým cvičením. Ide o to, či sme pochopili, ako sme sa k tomu, čo sme dosiahli, dostali. Pokiaľ sme nepochopili, ako sme sa k tomu dostali, tak sme závislí na cvičení. Musíme znovu prísť na holotropné dýchanie, znovu sa musí pustiť tá správna hudba a znovu musia byť pri nás ľudia, ktorí nám pomáhajú, a potom sa ja pomocou holotropného dýchania dostanem zase do stavu, v ktorom som bol predtým a ktorý mi rozšíril vedomie. Ale keď nebudem mať tieto podmienky, keď tu nebudú, tak sa tam nedostanem. A nám teraz ide o to, aby sme pochopili, prečo sme sa tam dostali. Takže si už nepustíme hudbu, nebudeme mať okolo seba asistentov, nebudeme robiť holotropné dýchanie. My budeme skúmať náš mozog bez toho, aby sme ho cvičili. Lebo my musíme pochopiť. Nie aby nás vždy niekto zobral, takto (ukážka) a preniesol nás do krajiny, do ktorej sme sa dostali pomocou toho holotropného dýchania, ale aby sme tam vedome mohli kedykoľvek prísť. Len to nám dá istotu. A len to nám dá nezávislosť na akomkoľvek cvičení. Podstata je pochopiť, nie vycvičiť sa.

„Dobre, ale väčšina javov v živote prechádza určitým cítením, je to dobré, je to zlé, je v tom určité úsilie. A teoretické pochopenie je dobré pre – dajme tomu – analytický mozog. Ale pochybujem, že by z toho mohol mať niečo obyčajný človek.“

Obyčajný človek má niečo z toho, keď už nie je nervózny a nemusí sa neustále pohybovať. To je výhoda, ktorú získa. Ak obyčajný človek nepotrebuje neustále v duchu rozprávať, získa vo svojej mysli pokoj. To je výhoda, ktorú získa.

„Dobre, ale tento pokoj možno získať jednoducho aj relaxáciou, alebo ak človek robí nejakú činnosť, ktorú má rád, alebo ho môže získať nejakou inou činnosťou.“

Áno, aj tak môže k tomu dospieť...

„Dobre, ale keď si, teoreticky, niečo naprogramujem, to je jedno akým spôsobom, a beriem na vedomie určité body, tak to ma viac oprávňuje, aby som sa nimi zaoberal, plnil ich? No aj pri tom môžu byť rôzne rozpory.“

Ved' nám ide práve o to, aby neboli žiadne body. Pokiaľ máme päť bodov k tomu, aby sme sa v niečom udržiavali, desať bodov, štyridsať alebo dvesto bodov, alebo dva body alebo jeden bod, vždy bude naše úsilie podmienené. Vždy budeme musieť splniť nejaký bod, aby sme čosi dosiahli. Vždy sa budeme musieť snažiť. Nám teraz ide o to, aby sme zotrvali bez akéhokolvek úsilia v pohode.

„Keď prestanem myslieť, tak zotrvám v pohode, ale keď chcem použiť myseľ na nejaký výkon, nejaké svoje predstavy alebo nejaké svoje chcenie, tak ako? To mi tiež, samozrejme, prinesie nejaký efekt, ale samozrejme človek žije tým, že rieši problémy.“

„Ja by som sa spýtal na jednu konkrétnu situáciu. Jedna vec je totiž... vy vravíte, že desať bodov, tak by som to prirovnal k autoškole. Kedysi ma učili, ako sa radia rýchlosti. Ja som sa to učil veľmi precízne, ale dnes to pre mňa nehrá rolu. Ja proste radím.“

„No ale práve o to tu ide, že niekto má určitý dar, vie ako sa dostať do týchto stavov...“

„Všetci máme rovnaký dar.“

„To nie je pravda. To je geneticky podmienené, sociálne podmienené.“

Kultúrne podmienené a práve o to ide, aby sme sa zbavili akejkoľvek podmienenosti.

„To áno, ale... ja fakt neviem pochopiť cestu, o ktorej sa tu hovorí. Ja osobne som teoreticky chápaný, a ja nemám voči tomu žiadne a priority nejaké...“

„Aby mi to nevypadlo, na chvíľku vás preruším. Tak napríklad, keď sme sa bavili o tom nekonečne, už len tým, že to pomenujete, vytvoríte si predstavu, tak to je už presne definované, už to nemôže byť nekonečno. Možno vo vašej mysli, možno že ste to nepovedali, ale vo vašej mysli, ak si to pomenujete, začnete si to predstavovať, hej? A už keď to má konkrétnu predstavu, tak už to nemôže byť nekonečno.“

„Ja si myslím, že naším želaním je práveže naučiť sa vystúpiť z toho obmedzenia. Ja si myslím, že tu kolega vlastne nadhodil ten postup, že on chce dôst niekam kde je možno... ale keď to je vysvetlené logicky, vetami a slovami, nevie dôst k tomu. Ja by som... ja sa chcem učiť tiež, prišla som sem s tým úmyslom, a samozrejme na základe tých zážitkov alebo vedomostí... že chcem na to nadviazať a ísť ďalej. Mne všetky tieto sedenia, všetko čo spolu robíme, vychádzajú z určitého bodu, alebo by som povedala... to že jeden z nás má schopnosť nás kus cesty v hypnotickom spánku odviezť a že niektorí túto možnosť využijú znamená, že sa nevyjadruje len slovami. Aj ja mám zážitky, ktoré sa nedajú vyjadriť slovami, ale nejako sa prenášajú... ja to neviem nazvať. Ale... kolega chce vysloviť nejakú myšlienku a ja som teraz toho toľko narozprávala...“

Nuž... nato sme tu.

„Ako prejsť všetkými tými stupienkami? Už mám telo strpnuté, uvedomujem si, že mi šija strpla, nohy mi strpli, chrbát mám ako z dreva, snažím sa, ale aj tak tam nedokážem dospieť... a neviem, ako sa zbaviť toho, čo mi v tom bráni. Potrebujem pomoc...“

Výhodou našich spoločných sedení je to, že nie každý človek si nájde čas, aby sa doma posadil a v nehybnom sedení zotrval. Zase z tých, ktorí si ten čas predsa len nájdu a zotrvalujú v nehybnosti, nie všetci majú dost síl a dost motivácie. Ešte majú v niektorých veciach príliš temno na to, aby sa dostali tak ďaleko, že ich motivácia, keď vstanú zo sedenia, je silnejšia ako predtým, keď si do sedenia sadali. Mnohým sa stáva, že si s dobrou vôľou sadnú a povedia si: „Ja budem meditovať.“ Ale po niekoľkých týždňoch, niekedy aj skôr zistia, že nepokročili, a tak stratia dôvod na to, aby si znovu sadali. Povedia si: „Prečo? Za ten čas, čo sedím ako päť peňazí a nič sa nenaučím, môžem urobiť takú a takú robotu.“ Keď človek nepostupuje ďalej, keď zo sedenia nevstane a nie je si jasne vedomý toho, že: „Tak, ako dobre že som sedel. Naučil som sa síce iba jednu vec, ale veľmi dôležitú vec, ktorú som predtým nechápal, teraz som ju pochopil. Takže na zajtra sa teším, znovu si sadnem, zas sa naučím ďalšiu vec.“

Každý deň, po každom sedení sa niečo naučím, takže tých milión častíc mozaiky, ktoré sú prázdne, sa mi postupne zaplňajú, a ja to už vidím. Vidím, ako sa zaplňajú a preto sa teším na každé ďalšie sedenie.“ To je motivácia, ktorá ho ženie. Ale ak túto motiváciu ešte nemá, tak trebárs príde sem, uvoľní sa a nechá sa odviezť. Postupne pritom jeho motivácia silnie, až napokon už nepotrebuje nikoho, aby ho vozil. Už si dokáže sadnúť a začne kráčať. Ak sa to stane, vyslovene to začnete cítiť. Každým dňom ste múdrejší a múdrejší. Ono to naozaj rastie a vidíte to. Je to evidentné.

„Takže to chceme. Ale práve chcenie je najväčšia bariéra k dosiahnutiu. Čím viac chcete, tým menšiu máte šancu dosiahnuť absolútne. Dobrá rada: Nechcete tak veľmi. Druhá vec, neviem či pán Repka bude so mnou súhlasiť. Meditácia. Meditácia nemusí byť nutne iba sedenie. Som presvedčený, že poznám ľudí, ktorí meditujú svoj život. Rozprávajú sa s ľuďmi, žijú, jazdia v aute, oni... oni meditujú každým dychom. Myslím si, že poznám takých ľudí. Minimálne jedného takého poznám. A ešte tretiu vec som povedal, ešte jednu výhodu, a to je absolútna výhoda toho všetkého. Ja sa vám to pokúsim priblížiť na konkrétnom príklade. Tak sme sa bavili o tom, že sa budete rozprávať s niekým iným. To môže byť niekto, kto sedí vedľa vás. A vy keď budete veľmi chcieť, keď ma dobre požiadate, tak prídem k vám a budem sa s vami rozprávať. Hej? Ale bude to len malinký krôčik, ja budem niekde úplne inde. Viete aká je výhoda toho, kto to rozpráva? To absolútne je ešte niekde úplne inde. Skúsím to, neviem, či sa mi to podarí správne vysvetliť, lebo keby sa ma teraz spýtali, čo ja viem: Dáš si kávu? Tak ja by som povedal: Viete čo, nemám chuť. Ale v skutočnosti si myslím, že by som si dal. Nemusím hovoriť pravdu. A obrovská výhoda je v tom, že pokiaľ sa viete rozprávať priamo, viete, ja môžem svojím ústam prikázať hovoriť niečo iné, ako je to, na čo myslím. Ale pokiaľ budeme na inej úrovni, tak ja vás nemôžem oklamať. A teraz, keď pôjdeme ďalej. Ak vás nemôžem oklamať, nemôžem vás raniť, nemôžem vám ublížiť, nemôžem vás podvieť. Hej? Takže ja vidím aj ten skok vo mne, mojim chcením urobím niečo inak, lebo verím tomu, že každý z nás je nakódovaný v princípe na dobro. Takže to je len otázka bariér, komplexov a čo ja viem, čoho ešte všetkého. Prečo sa chová inak? Určite sa vám stalo, že ste chceli urobiť niečo úplne iné, a pritom ste urobili niečo úplne iné. Hej? Veľakrát sa to stáva úplne bežne. A to sa už v tomto stave nemôže stávať. A v konečnom dôsledku si vlastne zrazu uvedomíte, že ak eliminujete to zlo, tak eliminujete zlo. Keď eliminujete zlo, tak vlastne pomáhate. Ja som strašne hľadal to slovo, ako vyjadriť slovo vesmír. Nie slovom. Hej? A nakoniec som sa dopracoval viete kam? K slovu láska. Nakoniec to tam všetko smeruje. A možno že celé to všetko, to je ... skupiny, to že to vôbec nazývam láska. Ale to je najbližšie možné ľudské slovo, ktoré dokáže vyjadriť to, čo tam je. K tomu to smeruje. A keď to k tomu bude smerovať, zrazu keď uvidíte nejakého, povedzme slepého, tak bude absolútne bežnou, normálnou vecou, nieže povinnosťou, slušnosťou alebo neslušnosťou, proste úplne prirodzene ho prevediete. Lebo tak to má byť. Nerozmýšľate nad tým. Hej? Keď niekto slepý bude prechádzať cez cestu, tak mu jednoducho pomôžete.“

„Verím tomu. Ale...“

„To je podľa mňa maximálna výhoda tohoto, čo tu sledujeme.“

„Jeden problém však ostáva, teda, aspoň pre mňa, ak ešte môžem... Nevieť si predstaviť, je to teoreticky pekné, nepochybujem o ničom, čo sa tu hovorí, ale neviem si napriek tomu predstaviť, ako je možné v reálnom živote využiť výhody, o ktorých tu hovoríme a ako uskutočniť kroky na ceste k tomu, čo sa tu navrhuje.“

„Ja by som ešte, ak dovoľíte, ale skutočne seriózne... chcete? Posledný krát. Viete čo vám poviem?“

„Potom si môžeme fakt sadnúť...“

(Smiech.)

„Ja si myslím, že to tak trochu aj sem patrí. Pred tromi rokmi som sedel so Šaňom a Šaňo ma presvedčil o tom, že dokážem sám pohnúť ihlou na vode. Neveril som mu. Čo blázníš, to sa nedá. No potom som prišiel na to, že sa to dá. Strašne som všeličo robil, strašne som rukami všeličo robil, strašne som sa koncentroval, robil som rôzne veci, a nič. Nedalo sa. Potom som však už ani nechcel, a to čo sa potom udialo, tak to do smrti nezabudnem. Čo len tá ihla vystrájala! Viete prečo to bolo? Pretože konečne som bol schopný koncentrovat sa na tú ihlu. Strašne som si chcel dokázať, že... lebo to je taká úžasná bariéra. To je skutočne neuveriteľná bariéra.“

„No... nie v tom je podľa mňa chcenie a nechcenie, či už teoretické alebo filozofické, ale v podstate. Tá cesta sú určité abstraktá, ktoré sa musia v určitej súvislosti akože zhmotniť. Ale čo keď ja považujem človeka za viac ako len abstraktne cítiaceho, teda chápaného abstraktá?“

„Ja by som chcela ešte v tejto súvislosti niečo počuť o astrálnom tele. Lebo, bola som v Spojených štátoch, v Kalifornii, a tam sme sa s týmto pojmom dosť zaoberali. A aj v Abdrušinovej knihe je spomínané astrálne telo, a že aj to má ešte rôzne úrovne, existuje vraj sedem stupňov, ktorými musí prejsť človek, aby sa zbavil všetkého toho... Takže to astrálne telo, aj keď sa zbavím túžob a želaní, ono tu stále je...“

Astrálne telo má túžby a želania, ináč by neexistovalo. Oheň je dobro. Keď mi je zima a rozložím si oheň, tak to je dobre. Zohrejem sa pri ňom. Ale keď zoberiem do ruky pochodeň, budem ju takto držať (ukážka) a vykročím proti vetru, tak ma ošlahá, spáli. Takže dobro sa zmenilo na zlo. Pokiaľ je táto možnosť, pokiaľ sa dobré môže zmeniť na zlé, tak sa nedá hovoriť o absolútnom dobre. Avšak to, čo sme sa my vydali hľadať, to je absolútne. Lebo aj telo je len relatívne dobré. Pomocou tela zažívame veľmi veľa príjemných chvíľ. Ale je tu možnosť, že sa to zvrhne, že telo nám spôsobí veľa nepríjemností. Takže je to naozaj iba relatívne dobro, nie je to absolútne dobro, nedá nám absolútnu istotu. Teraz sa cítim dobre, a o chvíľku, vonku sa môže niečo zomlieť, začne padať... ja neviem, nejako sa zmení počasie, a bude zle. S tým istým telom budem zažívať veľmi zlé a budem nešťastný z toho, že mám telo. Nám teraz ide o to, aby sme našli tú absolútnu istotu, ktorá tieto možnosti, že sa to dobré zvráti na zlé, vylúči. Astrálne telo je dobré. Do astrálneho tela sa však nedostanem tak, že môžem z tohto fyzického

tela vykľznuť a ísť do tela túžob a prianí, a v ňom kedykoľvek kamkoľvek putovať, pokiaľ nebudem schopný vzdať sa závislosti na tomto tele. Pokiaľ budem mať myšlienky, pokiaľ budem mať predstavy, pokiaľ budem túžiť po akomkoľvek hmotnom prejave. Čiže až keď hmotné javy zaniknú dostávam sa do astrálneho tela. Ale pokiaľ ma bude baviť cestovať v astrálnom tele, nedostanem sa ďalej. A to je zle. Dôjdem do polovičky cesty a ostanem v nej trčať. A to je zle. Takže keď si toto uvedomím, tak ma astrálne telo prestane zaujímať. Ja ho budem používať tak ako používam reč a myšlienky, keď chcem niečo formulovať. Ale musím získať slobodu odložiť reč, začať prestať rozmýšľať, alebo začať mlčať, prestať rozprávať, keď nechcem rozprávať. Pokiaľ nemám túto možnosť, tak som závislý na rozprávaní alebo na myslení. Takisto som závislý na astrálnom tele, pokiaľ ma astrálne telo púta. Až keď ma už nepúta, keď ma nedrží, keď ho odložím, až vtedy môžem ísť ďalej. Jednotu nie je možné dosiahnuť pokiaľ existuje pripútanosť k astrálnemu telu. Ruka môže vykonať dobrý a zlý čin, môže niečo uchopiť a môže niekoho udrieť. Astrálne telo nám môže pomôcť, oslobodíme sa od fyzického tela, a nádherne zrelaxujeme. Okrem toho astrálnym telom získame skúsenosti a vedomosti, ktoré sme doposiaľ nemali. Ale nikdy nebudeme vedieť, čo to je nebyť obmedzený vedomosťami a skúsenosťami. Budeme stále len rozširovať hranice svojho intelektu, ale nebudeme vedieť, čo to je inteligencia. Lebo inteligencia nie je závislá na pamäti. Nie je obmedzená skúsenosťami a vedomosťami.

„Keď mňa ale trápi, že pokoj, ktorý získam meditáciou, sa vždy stráca. Veľmi krásny zážitok, ktorý som raz mala pri meditácii, mi niekoľko mesiacov vydržal, ale hoci som sa usilovala, napokon sa stratil. Už som nebola schopná tak vnímať. Úplne to zmizlo.“

To je výborné.

„To je dobre? Áno?“

Na určitom duchovnom vývoji človeka vznikajú tendencie k tomu, aby získal sily, ktoré nie sú bežné. Získal schopnosti, ktoré nie sú bežné. To je zas ďalšia pasca, ktorá čaká na človeka, ktorý chce dôjsť k oslobodeniu. Lebo okamžite, ako sa chytí tých síl, začne na nich lipnúť. Trebárs lipnem na svojej schopnosti vidieť auru. Vďaka tejto schopnosti vidím, či je človek pokojný alebo nepokojný. Keď sa s niekym rozprávam, tak vidím, či ma chce podvieť alebo ma nechce podvieť. A mne sa to páči. Človeka to veľmi ľahko chytí a už by v tom chcel zotrvať. Chcel by, aby mu to zostalo. Može mať aj rôzne telepatické schopnosti. Môže mať schopnosti vplývať na druhého človeka. Začne sa s ním rozprávať a vnútorným pocitom ho programuje. On proste vidí, že ten človek začne fungovať tak, ako ho programuje. To sa mu páči. Toto je tiež pasca, do ktorej sa človek veľmi ľahko chytí. On dôjde na vysokú úroveň, a zrazu je schopný manipulovať s tisícmi ľuďmi. Je schopný manipulovať veľkou masou ľudí. To sa mu páči. Čiže jeho chcenie je ešte väčšie. Nemôže ísť za chcenie, lebo to chcenie vlastne vzrástlo. Je strašne veľké. To robia guruovia. Im sa to páči. On zrazu, kam sa pohne, tam pred ním zametajú, aby ani náhodou nevstúpil do výkalu, áno... proste

fúkajú, ofukujú si ich, a to sa im páči. No a práve toto je pre tých ľudí to najhoršie, s čím sa mohli stretnúť. Takýto guru by si mal otrieskať hlavu o múr, mal by strčiť tvár do toho výkalu, pred ktorým ho ušetrili, len aby sa mu to obskakovanie prestalo páčiť. Lebo iba tak bude schopný ísť zase ďalej. V podstate týto ľudia, ktorí tak ďaleko došli, nemajú ani právo na to, aby zhovadili spirituálnu cestu. A aby vďaka nim stratili všetci, ktorí ich nasledujú. Oni zablokujú nielen seba, oni zablokujú všetkých ľudí, ktorí im veria. Lebo oni síce môžu byť navonok veľmi cnostní, správajú sa takým spôsobom, že to imponuje. Nič ho nevyruší. Ale jemu, tomu guruovi, sa tá cnosť veľmi páči. On si na tom zakladá. K nemu sa ani iný náhľad na neho nedostane, lebo okolo neho je taká silná bariéra ľudí, ktorí ho uctieujú, že ten, kto by chcel povedať: „Ty si ale hlupák, kamarát,“ ten k nemu cez bariéru priaznivcov neprenikne. A tak niet nikoho, kto by ho upozornil, že začína smrdieť. Nikto mu nič také nepovie. Preto je takýto guru úplne, ale úplne stratený človek.

„Nesúvisí toto všetko so stratou bdelosti? Môže bdelosť vzrastať? Čiže pulzuje? Ako je to teda vlastne?“

Jednoducho. Bdelosť ide stále hlbšie. Sprvu si bdelý, keď si uvedomíš nejakú myšlienku, máš nejakú myšlienku, tak si uvedomíš to, že tu je táto myšlienka. Takže buď tú myšlienku uchopíš, alebo nie. Kráčaš po ulici, a niečo ti prišlo na myseľ. Keď si si to pomyslel, hneď si to uvedomíš. Buď to uchopíš, alebo nie. Čiže takto bdieš nad myšlienkami v bežnom živote. Potom ideš ešte ďalej. Ty si uvedomíš, že si sa na niekoho pozrel, áno, už teraz prešiel, a ty ho ešte vnútorným zrakom vidíš. Takže si si vedomý toho, že posilňuješ pamäť. Že používaš pamäť. A buď ju uchopíš alebo ju neuchopíš.

„No v tomto štádiu už potom neprichádzajú nijaké myšlienky alebo predstavy? Alebo jednoducho len určitý čas pretrvávajú a potom už, ako si povedal...“

Ani by nemali vôbec prichádzať. Čím ide človek hlbšie do týchto vecí, tým viac pochopí a tým menej myšlienok potom prichádza.

„Ale stále sú ešte tam...“

Nemali by prichádzať žiadne. Ak nejaká príde...

„Prakticky.“

Prakticky. Človek musí byť bdelý preto, aby si uvedomil: „V mojej mysli je myšlienka. Táto myšlienka by nebola vznikla, keby som nechcel, aby vznikla. Ona teraz zotráva v mojej mysli preto, lebo chcem, aby tam zotrávala.“ Ja sa nemôžem dostať ďalej, pokiaľ budem dovoľovať, aby v mojej mysli zotrávala myšlienka. Lebo zajtra si sadnem... Prosím? (Bola tu otázka.) To je bdelosť.

„Áno, ale je v tom určité... zdá sa mi, akoby v tom bolo násilie... Robím, robím... snažím sa rok alebo čo ja viem, ako dlho už, a napriek tomu sa myšlienky ešte stále objavujú.“

Pokiaľ pocituješ ako násilie to, že sa snažíš odstrániť myšlienky, znamená to, že si ešte nepochopil, čo sú myšlienky. V momente, keď to pochopíš, myšlienky prestanú vznikať. Čiže vznikanie myšlienok je ukazovateľom toho, že som nepochopil. Je to ako červená na semafore. Keď viem, že si na druhý deň sadnem, tak sa snažím mať už predtým čo najmenej myšlienok. Inak by som sa v sedení nedostal ďalej.

„Dobre, ale... v sedení to je v poriadku. Mne ide o praktický život. O toto sa mi jedná.“

Nedaj sa pomýliť, Palko, lebo ak ťa v praktickom živote otravujú myšlienky, tak v sedení ťa bude otravovať rozlišovanie. Jedno s druhým súvisí. Ak ťa už v praktickom živote myšlienky neotravujú, lebo si dost bdely na to, aby si ich nepovzbudzoval, aby si zvyk myslieť zmenil za zvyk nemyslieť, tak v sedení ťa už bude rozlišovanie otravovať oveľa menej. Lebo zvyk rozlišovať budeš postupne schopný vymeniť za zvyk nerozlišovať.

„Ale za akú dobu si to dosiahol ty? To ma zaujíma.“

Za akú dobu som to dosiahol ja nie je dôležité.

„Ale... aj tak by ma to zaujímalo.“

Pre teba je dôležité, kedy to dosiahneš ty.

„Nehnevaj sa, ale aj tak by som bol rád, keby si mi odpovedal.“

Dobre. Pokiaľ som spoznal myslenie, trvalo to dvadsať rokov. Ale ako som už neraz povedal, bolo to zbytočne dlhé obdobie tápania, lebo keď sa záležitosť s myslením riadne vysvetlí, tak to človek môže za pol roka nielen pochopiť, ale má aj silu oslobodiť sa od myslenia.

„Lebo pochopiť, to je... to musí jednoducho prijať. Pochopenie je dôležité, ale to trvá. Dost dlho to trvá.“

Pochopenie nie je nikdy otázka času. Pochopenie je vždy okamžité.

„A predsa ti to trvalo dvadsať rokov...“

Príprava na ten zlomok sekundy, čo je pochopenie, ktoré je bezčasové, môže byť dlhá. U mňa to trvalo dvadsať rokov, než som bol pripravený, aby som vôbec pochopil, ale u niekoho to môže trvať pár mesiacov, alebo pár týždňov, pár hodín.

„Tu by som bol veľmi, veľmi opatrný, práve s tým určovaním času!“

Čas naozaj nie je dôležitý, lebo každý má iný psychologický čas. Dôležité je to, že príde okamih, keď už prejdeš celú ulicu a si si jasne vedomý toho, že si nerozmýšľal.

„Áno, ale to je iba jedna ulica. Ale deň má dvadsaťštyri hodín. Rozumiete (ku všetkým), vždy sa tam nájde...“

Palko, nebuď chamtivec. (Smiech.) To je už chamtivosť. Je dôležité uvedomiť si, že tu je chamtivosť, a spoznať chamtivosť ako chamtivosť. V tom je obsiahnutá práve sila bdelosti. Preto je aj bdelosť taká silná zbraň. Bdelosť znamená, že viem: „Ja som prešiel jednu ulicu bez akéhokolvek rozmyšľania a na tejto druhej už rozmyšľam jedna radosť.“ Ale pozor! Ja som prešiel jednu ulicu! Ale pred pár rokmi (mesiacmi, týždňami) som to nebol schopný spraviť ani medzi dvomi alebo tromi krokmi!

„Takže to je chamtivosť. Hm.“

Áno.

„Ja by som sa chcel spýtať, keďže stále hovoríte o tom, čo s tým zrejme súvisí, aký je vzťah takejto duchovnej cesty k praktickým činnostiam v živote, a podľa môjho názoru a možno aj podľa názoru nejako duchovne zameraných ľudí...“

(Prerušenie.) Hovorte len o svojom názore. Dohodnime sa. Aby sme sa neplietli.

„Dobre. Predpokladajme, že som básnik. Tak potrebujem myslieť, potrebujem robiť v obrazoch. Hej? Preto potrebujem mať aj myšlienky, asociácie, predstavy. Táto duchovná cesta hovorí, že sa treba zbaviť myšlienok, asociácií, predstáv. Čo teraz? Ako to sklbiť s životom, alebo urobiť kompromis? Alebo... človek si musí vybrať.“

Žiaden kompromis neexistuje. Je to úplne jasné. Ak vy, ako básnik, chcete mať nejaký nový obraz, a nie obraz, ktorý ste vyčítali z nejakého iného básnika, ak chcete byť pôvodný básnik, tak sa musíte duchovne vyprázdniť. Nesmiete mať žiadnu predstavu. V tomto prázdnom priestore vznikne nový obraz.

„To je pravda, ale... iba teoreticky. Pretože na to, aby to bolo komunikatívne, musí to byť pochopiteľné. Tam platí obyčajne pravidlo, že jeden krok je to mimo. Takže to neobstojí.“

Nie. Obstojí. Proste ste nepočúvali ďalej alebo nedomysleli ďalej.

„A to je...“

To znamená spoznať odpoveď na otázku: „Čo sa stane, keď vznikne niečo nové?“ Z toho ničoho vznikne niečo nové. V tom momente, keď sa to stane, tak to viem a dokážem o tom rozprávať. Keď niečo pochopíte, tak to viete aj slovne formulovať. A tak básnik môže napísať krásny verš. Úplne nový, ktorý nikdy predtým nebol.

„Nemôže. Pretože keby to bolo iba nejaké alala lalalala, tak sa iba zasmejete a poviete: Aký to dadaizmus!“

Lenže nebude to alala lalalala, lebo každý básnik, ktorý napísal peknú vec, nám sa trebárs páči...

„Ale nie! Vždycky predsa uvažujeme v určitom jazyku, ale keď zabudneme na jazyk, tak ja to nazývam hlúposť. Tak...“

Nie... pokiaľ nedosiahnete...

„Mne ide o princíp. Mne tu nejde o to, aby som diskutoval, ale o princíp!“

„Snažte sa pochopiť. Snažte sa pochopiť, kam to všetko vedie.“

„Nie ja...“

„A hlavne aké dôvody...“ (Na tomto mieste je záznam nečitateľný, lebo k danej téme sa vyjadruje naraz viacej ľudí.)

„Vy sa musíte zbaviť starých myšlienok a starých predstáv...“

Áno, tak to všetci tvoriví ľudia aj robia. Vždy, keď prídeme na niečo nové, prišli sme na to len preto, že sme vkĺzli do medzery, do prázdna. Ono to odniekiaľ prišlo. Nevieme odkiaľ. Prišlo to z ničoho a my to ale dokážeme jasne formulovať. Dáme tomu výraz.

„Ja si myslím, že keď sa povie: „Nemaj predstavy“, tak tým pádom nám v podstate, ako to povedať, tak nám uniká život.“

„Ale naopak...“

(Ďalšie pripomienky a poznámky, nezrozumiteľné.)

„Ale je to veľmi pekné...“

(Rozprávanie medzi ľuďmi. Nemožné prepísať. Kakofónia. O utrpení, o dvoch stranách každej veci a iné.)

„Ja s vami súhlasím. Ja nemám nič proti tomu, ale, bohužiaľ, alebo našťastie, mne tu uniká podstata toho, na čo sa pýtam. Respektíve, mám tomu tak rozumieť, že neexistuje odpoveď?“

„Že sa to nedá?“

„Dobre ale... týmto som...“ (smeje sa). „Tak to som rovno mohol ostať doma a...“ (Všetci sa smejú. Potom opäť kakofónia hlasov.)

Dobre. (Atmosféra sa pomaly utišuje.) Môžem rozprávať? Tak teda: Načo vlastne takéto rozhovory existujú a v čom je ich zmysel? Oni sú, všetky takéto rozhovory, v podstate nezmyselné. Preto väčšina ľudí, ktorí dosiahli realizáciu, nič nerozpráva. Pravdepodobne ich bolo veľmi veľa. Omnoho viac, ako si myslíme. Boli to bežní ľudia, ktorých sme bežne stretávali. Považovali sme ich za neškodných dobrých ľudí. Nerozprávali o tom. O čom my rozprávame? Prečo som vôbec robil sedenia? Máme za sebou desať stretnutí, to je pätnásť hodín podávania informácií, a podať tieto informácie som sa rozhodol preto, aby som nemusel znovu opakovať to, o čom som už rozprával. Keď sme dnes začali rozprávať, boli ste na určitej úrovni pochopenia. No teraz, po deväťdesiatich minútach rozprávania, ste opäť len na tej istej úrovni, na akej ste boli pred deväťdesiatimi minútami. Nič sa nezmenilo. Znovu padajú tie isté otázky ako padali na začiatku. Preto sú rozhovory nezmyselné. Očakával som, že sa budete pýtať na vyššej úrovni. Aj tu taká tendencia bola. Vždy sa to však potom zvrhne, vždy sa nájde zopár ľudí, ktorí nepochopili o čo ide, a tí nás všetkých vytrvalo a zákonite vždy vracajú na štartovaciu čiaru. Znovu sme naspodku. Úplne na začiatku. Takto však môžeme rozprávať naozaj donekonečna. Odídeme odtiaľto takí istí, akí sme sem prišli. Preto na sedenia prichádzame určití a odchádzame iní, ako sme tam prišli. Mám totiž dosť času na to, aby som dôkladne a bezozvyšku vyložil jednu vec, a to len preto, lebo ostatní ľudia nemajú možnosť do toho zasiahnuť. Musia alebo iba trpne počúvať, alebo začnú chápať, no potom z toho aj naozaj niečo majú. Keby šlo iba o rozprávanie, tak ako to je teraz, tak po dvoch hodinách rozprávania sa veľmi ľahko dostaneme k tomu, čo som sa už pred dvoma hodinami usiloval vysvetliť. A zase, síce z iného uhla, ale porozprávam o tom istom. O ďalšie tri hodiny sa ma znovu spýta ten istý človek na tú istú vec, trebárs aj z iného pohľadu. Zase by som sa opakoval. Ten človek nepochopil, o čo ide. Nemohol to pochopiť. Aj keď sa snažil. Nebol na to ešte pripravený. Jednoducho to takto nefunguje. Takto to nejde. Preto vždy zdôrazňujem, že k pochopeniu je dôležité sadnúť si. Sadnúť si na zadok a znehybnieť. A tak, ničím nevyrušovaný, nehybný, môžem priamo skúsiť, čo sa stane, keď som nehybný. Nie rozprávať o tom, čo sa stane keď som nehybný. Skúsiť to. A potom rovnako bezprostredne zistiť, čo sa stane, keď znehybniem nielen telom, ale aj myslou. A tak ďalej. Zase by som rozprával to isté, čo som už hovoril v priebehu tých pätnástich hodín. Nech sa páči.

„No keď sme sa dnes stretli, začali ste našu diskusiu tým, že by sme si mali vytýčiť tému, o čom budeme rozprávať. Čo je našim cieľom. To, čo budeme skúmať, sme si formulovali ako absolútne. Dobre. Je to strašne jednoduché. Ja neviem, čo je na tom zložité. Ja som aspoň pochopil, že som absolútne. Ale celý

problém začína vtedy, keď sa s ním chcem stotožniť. Toto práve povedal Krišnamurti. So všetkým na svete sa dá stotožniť, len s absolútnom sa stotožniť nedá. My sa dokážeme stotožniť s predstavami, alebo zvyklosťami, alebo... so všetkým iným, len nie s absolútnom. Myslím že Krišnamurti bol ten, ktorý nehovoril, že si treba sadnúť, alebo neviem či aj... alebo hovoril, že aj on sedával tak hodinu denne?... To nie je dôležité. Podstatné je, že aj keď je to ťažké, mali by sme sa práveže so všetkým tým, s čím sa teraz stotožňujeme, nestotožňovať, a s čím sa nestotožňujeme, stotožňovať.“

Krišnamurti bol veľmi zaujímavý človek. Krišnamurti pochopil.

„Ale to, čo hovoril, nedáva zmysel. Nemať autoritu. Stále sa učiť. Nemať názor na veci. To sú vyhlásenia, ktoré sa normálnym ľuďom zdajú absurdné. Na čo tým chcel vlastne poukázať?“

Krišnamurti rozprával z pozície orla. Orol lieta a teraz rozpráva, čo všetko vidí z tej svojej výšky. A tie sliepky dole ho počúvajú. Môžu ho obdivovať, ale nikdy nebudú vidieť to, čo vidí on, lebo sú sliepky dole na zemi. Na čo zabudol Krišnamurti je to, že než sa stal orlom, tak bol najprv sliepkou. A že medzi tým prebehol nejaký čas. Bol tam nejaký vývoj. No on o tom vývoji nič nepovedal. On stále rozprával ako orol, ktorý všetko vidí a čudoval sa sliepkam, že nevidia to isté čo on. To bola chyba, ktorej sa dopustil. To dobré bolo to, že nám rozprával o niečom, čo by sme mohli vidieť aj my. Rozprával o tom úplne jasne. Hovoril o veciach, ktoré v tom momente, keď prejdeme tú cestu, ktorú prešiel on, pochopíme tak isto, ako on.

„Domnievam sa, že si s myslou netreba robiť problémy. Myslenie má, samozrejme, svoje opodstatnenie, ale netreba z neho robiť problém.“

„Keď sa chcem najesť, keď chcem ešte toto telo udržať pri živote, tak musím jesť. Musím si nejako zarobiť na živobytie, ale... nerobiť z toho... nerobiť ani z činu problém.“

Ale povedal Krišnamurti o tom, že myslenie k tomu, aby sme si zarobili na živobytie, nepotrebujeme? Alebo že myslenie mi bráni v tom, aby som sa dobre najedol? Povedal o tom, ako sa zbaviť myslenia? Povedal o tom, ako sa zbaviť všetkých tých predstáv, ako mi môžu narásť krídla, ako sa môžem naučiť lietať, vzlietnuť a potom bez problémov lietať? O tom nič nepovedal. On povedal: „Ja nerobím meditácie. Ja nesedím. Také blbosti.“ Zdá sa, že naozaj zabudol, že predtým, ako sa stal orlom, bol tiež sliepkou. A to, čo sme robili my na týchto desiatich sedeniach bolo to, že sme si dôkladne vysvetlili: „Takto vznikajú myšlienky.“ Povedali sme si všetko podstatné o myšlienkach, povedali sme si, ako sa oslobodiť od myšlienok, keď sa chceme oslobodiť od myšlienok. Tým pádom nám zosilneli krídla. My sme nimi mohli mávnuť tak, že sme sa vzniesli vyššie. Vzniesli sme sa do ríše predstáv. Povedali sme si presne, čo je v tej ríši predstáv. Ako predstavy vznikajú, ako sa menia, ako zanikajú. Čo je ich podstata, v čom je ich výhoda a čo je ich nevýhoda. Ako môžeme predstavy živiť, ako sa ich môžeme všetkých zbaviť. Čo sa stane, keď sa zbavíme všetkých predstáv. Tým sme si vytvorili schodíky, ktoré potrebujeme k tomu, aby sme aj my mohli bez

problémov výst' tak vysoko, že bez problémov uvidíme to, čo vidí ten, kto nám rozpráva.

„Prečo sa to musí takto rozkúskovať? Musí sa to takto rozkúskovať?“

Nič nemôžeš preskočiť, Paľko.

„Ja viem. Nejde o preskočenie. Ide o to, že robím to čo príde. To znamená, že keď príde vnem, je tu vnem, keď príde pocit, zaznamenám ho ako pocit, keď príde myšlienka, zaznamenám ju, ale... nerobím to, že čakám pol hodinu na nejakú predstavu alebo na nejakú myšlienku. Ale jednoducho to nerozkúskávam takto na myšlienky, predstavy, ale keď príde myšlienka, tak tu je myšlienka. Dajme tomu uvedomím si ju a pošlem ju preč, alebo useknem a idem ďalej, teraz príde nejaký pocit a tak ďalej, useknem, zaznamenám pocit, ako taký a idem zas ďalej, a tak ďalej. Prečo to takto rozkúskovať?“

Paľko, to, si teraz rozprával, to je výcvik. Ja sa zaznamenávaním cvičím v tom, aby som vedel čo zaznamenávam. Pozri sa Paľko. Ak chcem spoznať myšlienky, sústredím sa len na myšlienky. Nič inšie ma nezaujíma. Len tak sa dozviem o myšlienkach všetko. Pokiaľ však nespoznám všetko o myšlienkach, tak sa budú vracat a budú ma ovplyvňovať aj na všetkých ďalších úrovniach. Ja sa nezbavím myšlienok, pokiaľ ich dokonale nespoznám, bezozvyšku nespoznám, pokiaľ ich nedokážem úplne odstrániť aspoň v priebehu sedenia. Pokiaľ toto nedosiahnem, darmo budem zaznamenávať vnemy, darmo budem zaznamenávať predstavy. Môžem to robiť celý život. Celý život budem skákať ako koza z jedného miesta na druhé. O toto nám nejde. Toto nie je priama cesta. Možno vedie aj k cieľu, ale na ľudský život je príliš dlhá.

„Tu nejde podľa mňa o to zaznamenávanie. O to vôbec nie. Ale tým, že si to označíš a pomenuješ, a označíš to stále... čím ďalej, tým to označuješ presnejšie, tú myšlienku. Tu nejde o to že budeš stále označovať tých istých, aj keď každá myšlienka je iná, ale v podstate ich označíš, a stále presnejšie a presnejšie, a začínaš chápať a... a v tej myšlienke vidíš ten začiatok, aj ten priebeh aj koniec. Ale to nie je označovanie. To je jednoducho... sú to myšlienky. Lepšie povedané ty len sleduješ.“

Paľko, robí to možno desatisíce ľudí. Majú na to celý deň, nič inšie tí ľudia nerobia. Je to ich cesta. Ak sa niektorí z nich dostal na koniec, dobre. Ja o nich neviem. Ja som rozprával o tom, čo môžeme robiť my tu v bežnom živote, keď si nájdeme tú polhodinku alebo hodinku času. Poukázal som na to, aby sme sa vtedy venovali len tomu. Ukázal som cestu pre obyčajných ľudí, ktorí majú obyčajné starosti. Cesta budhistických mníchov je pre budhistických mníchov.

„Existuje veľa kníh, ktoré sa zaoberajú absolútnom, aj keď ho pomenovávajú všelijako inak. A existuje aj veľa kníh, ktoré sa zaoberajú podvedomím. O vzťahu vedomia a podvedomia. A mnohé z týchto kníh dôrazne upozorňujú pred tajomnými silami, s ktorými sa môžeme stretnúť a ktoré nám môžu veľmi poškodiť. Keď sa s takýmito informáciami stretne, čo s tým? Čo v takých prípadoch?“

Čo s tým? Rozprávame sa o neprejavennom vedomí, no pritom o neprejavennom vedomí nevieme nič. My sme sa rozhodli realizovať absolútno, no pritom nie sme na to pripravení. Preto nám nič z teórií, o ktorých ste sa zmienili, nepomôže. Niet

sa ani čoho báť. A naopak, ak sme pripravení, nikto nám nezabráni v tom, aby sme pochopili. Pokiaľ existuje strach, tak nie sme pripravení. Strach je pocit. Môže to byť aj predstava. Máme predstavu strachu. Ale my sme sa na určitej úrovni vzdialili od predstáv. Čiže strach už pre nás predstava nebude. Môže to byť len pocit. Ten pocit je aj na úrovni javov, aj na úrovni rozlišovania. Existuje v oboch týchto ríšach. Áno, je to nevedomé chcenie. Poznáme tú reťaz. Je tam nevedomosť, nevedomé chcenie a potom pamäť. My nemáme dosah na nevedomé chcenie, keď sme ešte chytení pamäťou. Pamäť plodí rozlišovanie. My nemôžeme robiť nič s pamäťou, ale rozlišovanie, to je čin. Rozlišujem. To je čin. Áno? A teraz čin robím, alebo nerobím. Pohnem rukou, alebo nepohnem rukou. Rozlišujem, alebo nerozlišujem. Myslím, alebo nemyslím. Predstavujem si, alebo si nepredstavujem. Vytváram javy, alebo ich nevytváram. To všetko je čin. Takže my musíme zničiť rozlišovanie. Musíme ho zničiť tak dôkladne, aby už žiadne ďalšie rozlišovanie nevznikalo. My nevytvárame tento čin, čin odstraňovania rozlišovania. Takto sa teda oslobodzujeme od rozlišovania. Čo to má spoločné so strachom?

„Čo to má spoločné so strachom? V takom okamihu človek vie, že sa vezie. A vie, že nie je pripravený.“

Kto je ten, kto vie, že sa vezie? A kto je ten, kto vie, že nie je pripravený? Nás to nezaujíma. Všetko to sú len javy. Astrálne cestovanie, astrálne telo. Kto je ten, kto vie, že nie je pripravený? Ale keď nás už ani toto nezaujíma, preto lebo sme sa oslobodili aj od duchovných javov, tak neexistuje nikto, kto by o tomto špekuloval. Je tu len rozlišovanie. Ale nie je tu ten, kto by rozlišoval. Toto je to, čo nám nikto proste nepovedal. Naopak, nepoznajúci, ale špekulujúci, do nás zasiali strach. Upozornili nás. Daj si pozor! Ja hovorím, že je zbytočné sa báť. Netreba si dávať na nič pozor. Pokiaľ sa človek zbaví vedomého chcenia a nadsvetká cesta začína len tam, kde sme sa zbavili vedomého chcenia, tak nemôžeme nič pokaziť. Celý ten proces úplne spontánne, pomaličky plynie. Nie rýchlo, pomaličky. Preto sme trpezliví, pokojne čakáme až sa zbavíme hmotných javov, až sa zbavíme duchovných javov, až sa zbavíme rozlišovania, až sa zbavíme jednoty, až sa zbavíme dualizmu, až sa zbavíme obmedzenia v priestore, až sa zbavíme obmedzenia vo vedomí, až sa zbavíme ríše nebytia, až sa oslobodíme aj od toho najjemnejšieho vnímania.

„Nie je zbavovanie sa násilné?“

Je. Násiliu sa nevyhneme. Na úrovni predstáv sa zbavujeme predstáv. Násilým. Len násilým dosiahneme to, že pochopíme. Keď však pochopíme, násilie sa rozplynie. Už ho nepotrebujeme. Nevzniká. Ale zato vzniká a existuje iné násilie. Ešte aj na úrovni rozlišovania je násilie. Ešte aj na hranici možného vnímania je násilie. Lebo ja sa snažím odstrániť aj možné vnímanie. My nič iné nerobíme, len sme neustále násilní. Teraz však, napriek týmto zákonitostiam, ja zásadový človek pevnej vôle, rozhodnem sa, že nebudem násilný a tak odstránim predstavy. Nie! Nedá sa to. Ja musím byť násilný. Ak rozoznám zlo ako zlo, musím zlo odstrániť, ak rozoznám dobro ako dobro, musím dobro posilniť. Toto je pravé úsilie. A v úsilí je vždy násilie.

„Ale prečo? Prečo tolko násilia? Nie je to zbytočne? Násilie nie je treba.“
Preto, lebo ho je treba.

„Ale ja túto potrebu byť násilná necítim.“

Evička, pocit je práve niečo, čo aj mňa poriadne zdržiavalo. Treba byť pozorný, lebo pocity sú to posledné, čo zanikne. Vieme už, že po myšlienkach a po predstavách príde prítomnosť. V prítomnosti sme sa rozhodli: „Ja už vedome nechcem nič dobré, vedome nechcem nič zlé.“ Čiže vzdávam sa pocitov. Vedome. Ale podvedomé pocity tu stále sú. S tým nemôžeme absolútne nič spraviť. Vzdávam sa vedomého chcenia, ale podvedomé chcenia sa nemôžem vzdať. Nemám naň dosah. Napriek tomu sa však musím oslobodiť aspoň od vedomého chcenia, lebo len vtedy vstupujem na nadsvetiskú cestu. Skôr nie. A tak, zbavený vedomého chcenia, vnímam javy a poznávam javy ako javy. Keď je to hmotný jav, vnímam ho ako hmotný jav. Keď je to duchovný jav, vnímam ho ako duchovný jav. Poznávam, že všetky javy sú v čase. Všetky vznikajú, všetky zanikajú, nie je možné, aby nejaký jav trval večne. Všetky podliehajú času. A ja sa pochopením tejto zákonitosti zbavujem túžby po javoch. Pocity tam stále sú. Ja cítim, že sa zbavujem túžby po javoch. Už to nie je vedomá túžba, ale je to túžba. V tom je zas zákernosť slov, proste, nemáme na to slovník, aby sme to jasne vyjadrili. Tak ako sa môžem vedome na vás pozrieť, môžem aj zavrieť oči a rovnako ostro vás vidím svojím vnútorným zrakom. No nie preto, lebo chcem. Nevytváram si predstavu. Jednoducho vás vidím. Nie som vizuálny typ. Nikdy som nevidel predstavy. Vidím vás nezávisle od chcenia, ale len v prípade potreby vyplývajúcej z celku. Ale vtedy vás vidím tak jasne, ako vás vidím teraz. Práve tento jav je tiež jeden z javov, ktoré je slovami ťažké objasniť.

„Dobre, ale... Potom, po nejakom čase, sa začnú pocity vracat.“

Nie. Už sa nevrátia.

„Toto je zaujímavé. Hovoríš, že ak už raz pocity zanikli, tak znovu nevzniknú? Nevrátia sa?“

Áno. Nemôžu sa vracat. Myšlienky už nevznikajú. Neexistuje to, aby v sedení vznikla myšlienka. Môže sa stať, že tam je náznak, že prichádza, jednoducho to prejde mimo a už to nie je. Nedržím to v pamäti, takže to nie je. Nevznikajú predstavy. Zaniknú. Vznikajú len javy, sledujem ich bez chcenia a bez túžby. Nemám žiadnu túžbu, nemám žiadne chcenie. Sledujem javy. Ako vznikajú, ako zanikajú.

„Aké javy?“

Všetko čo vnímaš. Sluchový jav, hmatový jav, sú to javy vo vedomí. Je to predmet, je to zmyslový orgán, dotyk medzi predmetom a zmyslovým orgánom, vznikne koncept a na základe toho jav. Až ten koncept vnímam ako jav. To ostatné sú pre mňa chemické a elektrické impulzy, ktoré jednoducho nevnímam.

„Táto cesta, o ktorej hovoríš, je teda priama a pokojná?“

Mala by byť, ak kráčame pozorne, priama a pokojná. Ak sme spadli do rokliny, do nepokoja, tak to znamená, že sme boli nevšímaví. Môže sa stať, človek je pokojný, správa sa pokojne, reaguje vždy pokojne, a zrazu príde okamih, príde

chvíľa, keď sa nepozná. Keď je ako taký víchor, keď zrazu zúri, kričí, s úžasom vníma sám seba ako dákeho netvora, čo hlúpo vyvádza, a predsa musí priznať: „To som ja, kto tu takto vystrája.“ Ľudia na mňa zdesene pozerajú – to je tá roklina. Niekde som urobil chybu. Učím sa. Snažím sa pochopiť čo sa stalo a čo sa deje. Aby som tomu v budúcnosti vedel predísť. Aby som vedel: „Pozor, ak pôjdem touto cestou aj naďalej, o chvíľu príde prudké klesanie, ktoré nezvládnem.“ Takže rýchlo odbočím na bezpečný terén.

„To je bežný život. A čo meditácie? Znamená to, že sedíš vždy v pohode? Nemáš krízové meditácie?“

Spočiatku môžu byť takéto krízy. Ale až teraz, keď o tom rozprávame si uvedomujem, že môžu byť. Lebo už niekoľko rokov také niečo nepoznám. Aj som zabudol, že existujú. Ja jednoducho viem, že každý deň, keď si sadnem, niečo sa naučím. Pochopím čosi, čo som doposiaľ nepochopil. Viem, že ešte nie som na konci, ale viem aj to, že sa úplne bezpečne blížim ku koncu cesty. Každým dňom kúsok prejdem. A vždy idem dopredu. Necúvam. To by som musel chcieť cúvať. Takže po určitom čase už človek v sedení nemá krízy. V bežnom živote sa im však až do posledného okamihu nemôže vyhnúť. Pokiaľ nedosiahne koniec, učí sa. A učí sa práve chybami. No na rozdiel od ľudí, ktorí na cestu seba poznávaní a poznania nevykročili, alebo ešte sú iba kdesi na jej začiatku, ten kto sa blíži ku koncu pociťuje ako chybu každý pohyb mysle a každé zastavenie vedomia. Odmieťa všetky hodnotenia, odmieťa každý názor. Takto sa človek na konci oddeľuje od mysle a od vedomia. *(Koniec pásky. Rozhovor trval ešte asi dvadsať minút.)*

KOMENTÁR K ROZHOVORU

Každý rozhovor má svoj účel. Nieкто sa s niekým rozpráva preto, aby sa pobavil, nieкто chce zas nieкого o niečom presvedčiť. Cieľom rozhovoru v Cultuse boli obojstranné informácie. Ja som sa dozvedel od ľudí, čo vedia, čo si myslia a čo sa chcú dozvedieť, a podľa svojich možností som potom rozprával. Dával som si pozor, aby som nikoho zbytočne neurazil, no bol som si vedomý toho, že napriek tomu nie je v mojich možnostiach nikoho ničím neuraziť. Pocit urážky je vždy vecou toho, kto sa urazil. Kto nič nevníma ako urážku, toho nie je možné uraziť. Na druhej strane som sa však nesnažil nikomu vyhovieť. Aj keď som väčšinou vedel, čo by chcel tazateľ počuť, nepovedal som mu to, ak to nebolo v súlade s mojimi znalosťami a skúsenosťou. Hovorili sme priamo, ako priatelia, bez obchodníckeho pochlebovania a taktizovania.

19. 12. 1995 – 11. sedenie

Každý sme pokojne zaujali svoju pozíciu. Prešli sme si svetskú cestu a prešli sme si nadsvetenskú cestu. Najprv si povieme ešte niečo globálne o svetskej ceste a o nadsvetskej ceste.

Nie je potrebné byť nejako príliš bystrý na to, aby sme pochopili, že na svetskej

ceste neustále získavame. Je to cesta, ktorá sa rozširuje. Tým, že sa oslobodíme od nutnosti hýbať sa, získame schopnosť zotrvať nehybní a sme pritom pokojní. Bez akéhokoľvek úsilia. To je veľká výhoda. Tým, že sme sa oslobodili od myšlienok, sme schopní rozmýšľať, ak chceme rozmýšľať, a nerozmýšľať, ak nechceme rozmýšľať. Opäť to robíme úplne prirodzene, bez akéhokoľvek úsilia, preto lebo sme spoznali myšlienky. Dokázať nerozmýšľať, nemať žiadne problémy a starosti je veľmi veľká výhoda. Ak dokážeme zotrvať v meditácii, nie len v sedení, ale aj v bežnom živote, je to opäť niečo, čo nám obohatí život. Naše možnosti sa neustále rozširujú. Každý to okamžite pochopí, keď to dosiahne, okamžite sa mu to zapáči, okamžite tu je dostatočne silná motivácia posilňovať schopnosť zotrvať v meditácii. Ten, kto sa oslobodí od vedomých predstáv, od predstáv mysle, zotráva v prítomnosti bez predstáv. Ak už bol meditatívny spôsob života veľmi príjemný, zotrávať v prítomnosti bez predstáv, prehľbí ten pokoj a tú istotu, ktorá bola už v meditácii. Naše schopnosti sa neustále rozširujú. Náš pokoj vzrastá. Naše sústredenie vzrastá. Naša schopnosť vnímať to čo je pekné vzrastá. Naša schopnosť rýchlo sa zbaviť toho, čo nie je pekné, vzrastá. Nedržíme si v pamäti prehru a neúspechy, takže na svetskej ceste neustále získavame.

Ak niekto dokáže zotrvať v prítomnosti, a keďže bol informovaný o tom, že schopnosťou zotrvať v prítomnosti je možné nastúpiť nadsvetskú cestu, takýto človek, už schopný, ale nie pripravený, bude mať tieto problémy. Bude ako človek, ktorý je pred jaskyňou a rozhodne sa, že do nej vstúpi. Spočiatku v tej jaskyni kráča vystretý, obzerá sa okolo seba a je to zaujímavé. Nie je tu už rozširovanie sa svetských výhod, ale zatiaľ mu to veľmi nevedí. No postupne sa jaskyňa zužuje a on už nemôže kráčať vystretý. Preto sa musí zhrbiť. Čím ďalej preniká, tým viac sa musí zohýňať, až napokon už musí kráčať po štyroch, lezie po štyroch. Jaskyňa sa neustále zužuje. To čo takýto človek, kráčajúci nadsvetskou cestou, ale nepripravený pociťuje, je vzrastajúca úzkosť. Napokon sa musí plaziť, a potom príde k miestu, kde už nepretlačí ani plecيا. Takto teda vyzerá nadsvetská cesta nepripraveného človeka.

Ak niekto dosiahne prítomnosť a dokáže zotrvať v prítomnosti, vie o nadsvetskej ceste a je pripravený, takisto vkročí do jaskyne a kráča vzpriamený. Cesta výhod to nie je. Ale on pritom nepociťuje úzkosť a zotráva vzpriamený aj na tom mieste, kde sa ten, kto nebol pripravený, už musel krčiť. Zotráva vzpriamený aj na tom mieste, kde sa nepripravený mohol dostávať dopredu len úplne zohnutý alebo po štyroch. Zotráva vzpriamený aj na tom mieste, kde sa nepripravený už musel plaziť. A na tom mieste, kde už nebol nepripravený schopný vtlačiť ani plecيا zotráva opäť pokojne vystretý, ľahko ním prechádza, a tak bez problémov, bez výkyvov príde až na koniec.

Teraz si rozoberieme, čo je príčinou toho, že niekto je pripravený kráčať nadsvetskou cestou a niekto ešte nie je. Takže každý z vás bude presne vedieť, na ktorom úseku cesty sa nachádza. Nebude sa ponáhľať, nebude netrpezlivý, nebude v predstavách ani v konceptoch predbiehať cestu. Preto sa nikomu z vás nestane, aby vošiel do jaskyne a potom sa musel krčiť, hrbiť, spúšťať na štyri a plaziť. Cesta k oslobodeniu je naozaj príjemná na začiatku, príjemná uprostred a príjemná na konci.

Dnes sa sústredíme na nepokoj prekonávaný poznaním. V prvom rade sa zameriame na reč – na rozprávanie. Ako malé deti sme sa naučili rozprávať a bolo to úžasné. Nebolo konca nášmu rozprávaniu. Nikto z nás, keď bol malý a naučil sa rozprávať, netúžil po tom, aby mlčal. Neustále sme rozprávali, pýtali sa, „džavotali“. Bolo krásne vedieť rozprávať. No v určitom veku sme pochopili, že k tomu, aby sme sa dohovorili s ľuďmi, s priateľmi, s rodičmi, so známymi, nestačí vedieť len rozprávať. K tomu, aby sme sa mohli s druhými ľuďmi dohovoriť, musíme vedieť aj mlčať. Takže sme spoznali, že schopnosť mlčať je rovnako dôležitá ako schopnosť rozprávať. Keď sme pocítili potrebu rozprávať, uvedomili sme si, že teraz nie je na mieste rozprávať, preto sme prekonalí túžbu rozprávať. Prehltli sme slová, mlčali sme, aby sme mohli počúvať, aby sme mohli porozumieť, aby sme mohli komunikovať. Takže takto sme sa stali všímaví k mlčanlivosti. Dovtedy sme boli všímaví len k rozprávaniu. Keďže sme boli všímaví k mlčanlivosti, rozoznávali sme, kedy rozprávame a kedy mlčíme. Keďže sme už rozoznávali, kedy rozprávame a kedy mlčíme, boli sme si toho vedomí, vzrastala naša sila mlčať, keď sme chceli mlčať. Keď naša sila mlčať vzrástla na určitú hranicu, pocítili sme šťastie z toho, že to dokážeme. Že dokážeme mlčať, aby ten druhý mohol rozprávať, aby sme ho mohli vypočuť, aby sme mu dali možnosť povedať nám niečo, aby sme sa niečo naučili. Toto šťastie, šťastie zo sily, nám prinieslo spokojnosť. Spokojnosť vyústila v trpezlivosť a trpezlivosť, sústredenosť, vyústila do vyrovnanosti. Takto vyrovnaní sme pochopili, že je správne vedieť mlčať. Takže mlčať nám už nerobilo problémy. Nie každý človek získal schopnosť mlčať. Sú ľudia, ktorí neustále rozprávajú. Môže sa stať, že stretnete človeka, nedávno som takého stretol v autobuse, a on nedokázal potichu rozmyšľať. Neustále rozprával. S niekým sa hádal, menil hlas, podľa toho, kto v ňom práve rozprával. Nebolo nič príjemné sledovať takéhoto človeka. Je úbohé byť takto postihnutý. Spoločnosť to tak vníma. Môžeme mať k takému človeku pochopenie, porozumenie, nesmejeme sa mu. Ale nechceli by sme byť na jeho mieste, pred takým človekom si dávame pozor. Lebo keď mu niečo povieme on o tom bude rozmyšľať nahlas. Ten, kto jasne pochopil silu mlčania, nemá problém s mlčaním. Dokáže mlčať, keď chce mlčať a rozpráva iba vtedy, keď chce rozprávať. Spoločnosť si váži ľudí, ktorí vedú počúvať.

Niektorí ľudia pochopili, že okrem schopnosti mlčať je dôležité vedieť zotrvať nehybní. Možno ste robili jogové cvičenia, hathajogu, pomalý pohyb, nehybnosť, pomalý pohyb. Spočiatku vám to možno robilo problémy, už aj pomalý pohyb sa zdal neprirodzeným, a zotrvanie v nejakej pozícii sa mohlo javiť ako niečo ťažké. Potom ste prešli na úplnú nehybnosť, chceli ste robiť koncentráciu alebo meditáciu, alebo ste priamo začali s koncentráciou alebo s meditáciou. A bolo vám jasné, že každý pohyb vás ruší. Takže takto sme začali byť všímaví k nehybnosti. Takto sme začali rozoznávať medzi nehybnosťou a pohybom. Časom naša sila zotrvať v nehybnosti vzrastala, lebo sme ju pestovali. Skúmali sme nehybnosť a skúmali sme pohyb. Čím ďalej tým viac sme začínali chápať, aká je výhoda nehybnosti. Ak naša sila zotrvať nehybní vzrástla na určitú hranicu,

pocítili sme radosť, šťastie z toho, že dokážeme zotrvať nehybní a nemáme žiadne problémy. Toto šťastie napokon vyústilo v spokojnosť, pokoj. Pokoj nám priniesol sústredenosť a sústredenosť viedla k vyrovnanosti. Takže my sme už potom zotrvali nehybní bez výkyvov. Boli sme vyrovnaní v zotrvaní v nehybnosti, lebo sme pochopili, čo je nehybnosť a pochopili sme, čo podmieňuje pohyb. Táto schopnosť neprišla zo dňa na deň ani z okamžiku na okamžik. Tá sila v nás musela vzrásť na určitú hranicu. Môže nám niekto povedať, že existujú rôzne cesty, ako dosiahnuť vyrovnanosť v nehybnosti, v skutočnosti však existuje len táto jedna jediná. Všímvosť, schopnosť rozoznávať, vzrast sily, pevnej vôle, šťastie, pokoj, sústredenosť a vyrovnanosť. Je to ako tok rieky z kopca do nížiny, pád skaly z výšky smerom nadol, rast stromu. Je to ako každý prírodný zákon. Duchovný zákon, spirituálny zákon je nezvratný. Niet si veľmi čo vyberať. Realizovať ho alebo nerealizovať. Slobodne sa rozhodneme, či sa zbavíme nutnosti hýbať, alebo nie. Slobodne sa rozhodneme, či z mostíka skočíme do vody alebo nie. Ale keď skočíme, tam už niet čo rozhodovať sa.

Tretia úroveň spirituálneho vývoja je úroveň myšlienok. Spoločnosť si váži ľudí, ktorí dokážu mlčať, a spoločnosť si váži ľudí, ktorí dokážu byť nehybní, vedia sa sústrediť, skoncentrovať. Spoločnosť však dosiaľ nepostrehla, aké je dôležité, aby ľudia vedeli nemyslieť. Na prvých dvoch úrovniach nás teda bude motivovať, v tej tretej sa musíme motivovať sami. Dokonca musíme urobiť niečo, čo je zdanlivo proti spoločnosti, proti normálnemu rozumu, proti konvenciám, zvyklostiam, kultúre a vede. Musíme sa vzoprieť vete: „Myslím, teda som.“ Pomôže nám k tomu správna informácia: „Je možné nemyslieť a zotrvať v nemyslení.“ Na základe takejto informácie, ktorú môžeme získať od niekoho, prečítať si niekde alebo jednoducho pochopiť, preto lebo to sami skúmame. Na základe takejto informácie získame poznanie, že existuje myslenie a existuje nemyslenie. A že nemyslieť neznamena byť hlúpy, tupý, že nemyslieť môže byť práve prejavom bystrosti – inteligencie. A tak začneme byť všímaví. Bez tejto všímavosti nie je možné spoznať myslenie. Keďže sme všímaví, jasne rozoznávame keď myslíme a jasne rozoznávame, keď nemyslíme. Takto poznávame, čo je myslenie a takto poznávame, čo je nemyslenie. Nedržíme sa toho, čo nám niekto povedal, všetko skúmame sami, overujeme si to. A týmto skúmaním vzrastá naša sila nemyslieť. Pokiaľ nie je dostatočne veľká, dovedy máme problémy s nemyslením. Raz sa nám darí nemyslieť, potom nie, najprv možno vôbec nevieme pochopiť, čo to je nemyslenie. Ale pokiaľ sa usilujeme, skôr či neskôr spoznáme nemyslenie a naša sila vzrastie tak, že pocítime šťastie. Bude to odmena za úsilie a bude to jasným znakom toho, že kráčame správne. Že naše úsilie je správne. A tak pocítime spokojnosť z toho, že kráčame správne. Dôsledkom spokojnosti bude správne sústredenie, vytrvalosť. Ak budeme toto sústredenie, túto vytrvalosť rozvíjať, dosiahneme vyrovnanosť. Takže už nebudeme kolísať medzi myslením a nemyslením. Ak sa rozhodneme nemyslieť, budeme vyrovnané zotrvať v nemyslení. Lebo sme spoznali myslenie ako myslenie a nemyslenie ako nemyslenie. Nemáme o tom vedomosti, nemáme o tom predstavy, nemáme o tom koncepty. My jasne

vieme, čo to je myslieť, jasne vieme, čo to je nemyslieť a tak v správny čas myslíme a v správny čas nemyslíme.

Len ten, kto dokáže vyrovnané zotrvať bez myslenia, bez akýchkoľvek pochybností, priamo, bezprostredne pozná, čo to je meditácia. Zotrývajúci v meditácii užíva meditáciu. Až pokiaľ nepochopí, až pokiaľ nejakým spôsobom nezíska informáciu, že je možné ísť ďalej, že meditácia nie je koniec. Že mozog človeka nemusí ustrnúť na meditácii. Keď sa toto stane, prebudí sa všímavosť. Takýto človek začne rozoznávať: „Teraz meditujem,“ čo je minulosť, spomienky, alebo budúcnosť, predstavy, „a teraz nemeditujem,“ čo je prítomnosť. Tým, že je schopný rozoznávať medzi meditáciou a prítomnosťou, vzrastá jeho sila zotrvať v prítomnosti. Ak táto sila vzrastie na určitú úroveň, už nemusí vyvíjať úsilie, ktoré je nepríjemné, pochopil, čo je meditácia a pochopil, čo je prítomnosť, takže jeho srdce sa prikloní k prítomnosti a bez problémov opustí meditáciu. Vzrastom takejto sily pocíti človek šťastie. Je šťastný z toho, že kráča priamo a že kráča po správnej ceste. Toto šťastie mu dá spokojnosť, je tu pocit spokojnosti. Kde je spokojnosť, tam je sústredenosť, a keď sa objaví sústredenosť, poznávajúci, oslobodzujúci sa, zdokonaľuje túto sústredenosť až k vyrovnanosti. Tým, že spozná prítomnosť ako prítomnosť, a bez výkyvov dokáže zotrvať v prítomnosti, oslobodí sa bez problémov od nutnosti predstavovať si.

Zotrývajúci v prítomnosti, uvedomí si človek, že tu je váha žiadostivosti, hnevu a násillia; a váha odriekania, pokoja a nenásillia. Týmto poznaním vznikne schopnosť všímať si váhu žiadostivosti, hnevu a násillia a váhu odriekania, pokoja a nenásillia. Všímavosťou vznikne schopnosť rozoznávať, takže jasne rozoznáva: „Je tu žiadostivosť,“ keď je tu žiadostivosť a jasne rozoznáva: „Je tu bezžiadostivosť – pokoj,“ keď je tu bezžiadostivosť, keď je tu pokoj. Vyvíja úsilie k bezžiadostivosti, zotrývajúci v tomto úsilí rozoznáva hmotné javy a zotrývajúci v tomto úsilí rozoznáva duchovné javy. Prekonaním svetských túžob a svetských starostí, získava silu oslobodzovať sa od hmotných javov pochopením, že každý hmotný jav podlieha zániku. Zotrývajúci bez svetských túžob a svetských starostí vyvíja úsilie oslobodiť sa od duchovných javov, od tela túžob a prianí. Pochopením iluzórnosti tejto astrálnej úrovne a tak schopný rozoznávať posilňuje silu bezžiadostivosti, jeho srdce sa prikláňa k bezžiadostivosti, a keď jeho sila vzrastie na určitú úroveň, pocíti šťastie. Získa poznanie, že kráča správnym smerom, že jeho úsilie je správne. Toto poznanie znásobí jeho silu, zväčší jeho šťastie a tak pocíti spokojnosť. Spokojnosť vyústi v správne sústredenie a správne sústredenie vyústi vo vyrovnanosť. A tak vyrovnané, bez výkyvov zotrýva v bezžiadostivosti úplne prirodzene.

Ten, kto dokáže zotrvať v bezžiadostivosti, toho už nič neláka na hmotnej ani na duchovnej úrovni, ten už nie je ničím rozptyľovaný, toho sa už nedotýkajú žiadne koncepty. Poznáva priamo pamäť, začína chápať, že pamäť je ego, že pamäť má mnoho úrovní, od individuálnej až po kolektívnu na úrovni rodu, rasy, národa, cítiacich bytostí a prejaveneho vedomia. Takýto človek získa schopnosť všímať si prejavy pamäti, takže keď sa objaví pamäť, potom vie: „Je tu pamäť,“ poznáva, že následkom pamäti je rozlišovanie a tak keď sa objaví rozlišovanie, všimne si

to: „Je tu rozlišovanie.“ Vidí, ako rozlišovanie speje k pomenovaniu, a ako v pomenovaní spustí celý ten program. Preto odmieta rozlišovanie. Na tejto úrovni vidí rozlišovanie ako zlo, vidí, že rozlišovanie, to je rozdeľovanie, to je neustále porovnávanie. Medzi mnou a tým druhým, medzi nami a tými druhými. Poznáva, že myseľ zotročená rozlišovaním, týmto porovnávaním, nie je slobodná. Je podmienená. A tak sa srdce takého človeka začne prikláňať k nerozlišovaniu. Neprikladá na váhu rozlišovania, prikladá na váhu nerozlišovania, lebo vie, že len nerozlišovanie speje k jednote, speje k oslobodeniu – k zrušeniu ilúzií. Speje k múdrosti. Tým, že takýto človek získal schopnosť rozoznávať rozlišovanie od nerozlišovania – vyvíja úsilie, a tak vzrastá jeho sila zotrvávať v nerozlišovaní. Keď vzrastie na určitú úroveň, pocíti šťastie, šťastie znásobí jeho silu, prispeje k spokojnosti, k pokoju, pokoj k pravej sústrednosti a pravá sústrednosť k vyrovnanosti. Tak vyrovnaný odmieta rozlišovanie ako zlo a poznáva nerozlišovanie, poznáva jednotu, ako podmienku k tomu, aby bol vyrovnaný ľudský – bez výkyvov.

Takže takýto je spirituálny zákon. Je tu všímavosť, je tu rozoznávanie javov, je tu sila, je tu šťastie, je tu pokoj, je tu sústrednosť a je tu vyrovnanosť. Naša slobodná voľa, ako voľa človeka je v možnosti rozhodnúť sa, či chcem spoznať mlčanie a oslobodiť sa od reči, či chcem spoznať nehybnosť a oslobodiť sa od pohybu, či chcem spoznať nemyslenie a oslobodiť sa od myslenia, či chcem spoznať nepredstavovanie si a dosiahnuť prítomnosť a či sa chcem zbaviť podmienenosti, rozlišovania a dosiahnuť jednotu. Keď sa rozhodneme, potom už na veci niet čo meniť. Zoskočili sme z mostíka a padáme do vody. Táto zákonitosť nám napokon dáva istotu, že nemôžeme minúť cieľ keď vieme o tom, že existuje, a keď sa naozaj rozhodneme. Keď si nemyslíme len, že sme sa rozhodli, ale sme sa aj naozaj rozhodli. Takéto poznanie nás zbavuje neistoty, netrpezlivosti, rozptýlenosti, takéto poznanie zosilňuje našu všímavosť, našu schopnosť rozoznávať javy, znásobuje našu silu a speje k šťastiu, k pokoju, k správnej sústrednosti a k vyrovnanosti.

To čo sme sa dnes rozhodli preskúmať, čo sme si chceli povedať, to sme si povedali. Dokončili sme to, čo sme začali. Kto chce, zotrváva ešte uvoľnený v skúmaní, všimnite si, kde stojíte na tejto ceste, pokojný, v pohode.

Prestanem rozprávať a keď sa vám zažiada rozhybať sa, každý sám sa rozhybe.
(Asi dve-tri minúty ticha.)

Tí, ktorí sa rozhodli pohnúť sa, povystierať sa, uvoľniť, všimnite si, že váš vnútorný pokoj pohybom nebol ovplyvnený. Je možné dívať sa a vnútorne byť nedotknutý, je možné hýbať sa a vnútorne byť nedotknutý. Takže niečo vo vás je pevné, nemenné, nedotknuteľné. Takto sa blížime k podstate toho, čo sa nemení a z čoho vznikajú všetky zmeny. (Koniec pásky a aj koniec sedenia.)

KOMENTÁR K JEDENÁSTEMU SEDENIU

Ak mal niekto dojem, že desiatym sedením skončila možnosť poskytovať ďalšie informácie, týmto jedenástym sedením si mohol overiť, že ešte stále je o čom a čo rozprávať.

Cesta z duchovného detstva do duchovnej dospelosti nie je ľahká. Prevažná väčšina takzvaných poznávajúcich nemá záujem o duchovné dospenie. Prevažná väčšina ľudí hľadá aj v duchovne iba svetské výhody. Mamička Zem, mamička Príroda, otecko Guru, otecko Prezident či Predseda vlády, otecko Riaditeľ alebo zamestnávateľ, otecko Národ a otecko Boh. Koľko ľudí sa však neutieka k mamičke a oteckovi, ale vedomí si svojho vývoja odbremenenia aj duchovných rodičov a odlúčením sa od nich berú na seba zodpovednosť dospelého človeka? Patríte k nim? Poznáte takých ľudí? Počuli ste o nich? Viete o nich? Zaujímate sa o nich? Ak sa aj o nich zaujímate, tak ako? Len preto, aby ste ich zatratili? Alebo máte záujem podporiť ich? Lebo ešte stále je v mase tendencia zničiť tých, ktorí sa vyčleňujú. Strach v sebe obsahuje veľmi veľkú energiu. Spomeňte si len, ako ste sa správali k vynikajúcemu žiakovi, keď ste boli školák? Ako sa dnes správate k vynikajúcemu spolupracovníkovi? Patríte k tým, ktorí sa mu podkladajú, aby z jeho úsilia získali nejaké výhody? ("Ak budem stolovať spolu s ním, tiež sa mi ujde.") Alebo patríte k tým, ktorí mu podrážajú nohy len preto, lebo samy nestačia a tak nemajú záujem ani o zväčšovanie rozdielu? No možno nepatríte ani k jedným ani k druhým. Možno vás úsilie vynikajúceho spolupracovníka pomkyna k vlastnému úsiliu. Nie ste rivali, zlepšujete sa spolu s ním. Takže si vlastne navzájom pomáhate.

Každý z vás najlepšie pozná sám seba. Nikomu nemienim nastaviť ani len zrkadlo, nie ho ešte meniť. Každý sa rozhoduje sám. K čomu je možné prinútiť telo človeka, k tomu nie je možné prinútiť ducha človeka. Na duchovnej úrovni však je možné byť šikovný a taký prefikovaný, že využijeme možnosť zmanipulovať človeka tak, že sám príde tam, kam chceme, aby prišiel. Preto buďte opatrní. Možno to aj ja robím. Neverte. Nikomu. Ani mne. Všetko, každú informáciu si sami overte. Pokiaľ budete dost vnímaví, citliví a pokojní, vaše srdce vám jasne povie, kadiaľ sa uberať. Kto kráča s otvorenými očami, nemôže zablúdiť.

ROZHOVOR PO JEDENÁSTOM SEDENÍ

Porozprávame sa o niečom z tohto? Tonko? Je to tak, ako si to chcel? *(Krčí plecami, naznačuje, že približne. Na začiatku sedenia bol rozhovor o tom, že na dnes nemáme tému. Všetko podstatné sme si povedali, niet o čom hovoriť. Tonko nadhodil tému, z ktorej potom vyplynul obsah informácií podaných počas sedenia.)*

Dnes, keď som si doma sám robil sedenie, mal som iné predstavy. Vedel som, o čom vám poviem, ale deň bol taký, že možnože po niekoľkých rokoch som sa znovu tak najedoval, až som sa hneval na veci. Bol to zvláštny pocit, keď sa objavil hnev, o ktorom som myslel, že sa už úplne vytratil. A predseda. Mýlil som sa. On ten hlúpy hnev tu zrazu proste bol. Taký... taký úplne sprostý, prirodzený, detský hnev. Dnes bolo toho na mňa akosi veľa. Aj pokiaľ človek dosiahne jednotu, ak ju dosiahne, pokiaľ sa neoslobodí úplne, tak ešte stále bude podmienený, ešte stále bude ovplyvňovaný. Preto je dôležité, aby čo najviac ľudí

dosiahlo jednotu, aby čo najviac ľudí spoznalo, čo to vlastne tá jednota je, aby to aspoň pre niekoľkých nebola len nejaká filozofická predstava, nejaká teória, čiže čosi, o čom sa dvaja filozofi iba rozprávajú.

Čo to je jednota? Jednota je pocit.

My sme si povedali, že existuje úroveň reči, úroveň pohybu, úroveň myšlienok, úroveň predstáv, úroveň prítomnosti, úroveň javov, úroveň rozlišovania a až potom sa vyšplháme k úrovni pocitov. Tam, kde sme dnes prišli, bola len jednota, ktorá predchádza zániku pocitov. Je to niečo, čo nastáva tesne po odstránení rozlišovania.

Zažiť jednotu je nádherné. Ak do nej vplyniete, môže sa vám stať, že kráčate, a zrazu v tom kráčaní nie je ego, nie je tam žiadne rozdeľovanie, ale je tam pocit. Vy cítite, že kráčate s takou istotou, ktorá sa dá len ťažko opísať. Každý krok, ktorý spravíte, je stopercentný. Nemôžete vkročiť na šmyklavú časť a pošmyknúť sa. To by ste museli chcieť, aby ste sa pošmykli. Sme ešte len na tej úrovni, keď sme sa zbavili rozlišovania. Dokonalosť ide ešte ďalej. Ešte aj v tom nerozlišovaní je pocit tej... istoty. Treba to skúsiť, čo to je. Keď to človek spozná, o čo sa vlastne jedná, naozaj na tých krokoch sa to najskôr prejaví. Tak ako nemyslenie. Keď sa oslobodíte od nutnosti myslieť, keď zrazu kráčate a nemáte žiadne myšlienky, je tam vnútorné ticho, úplne prirodzene zachovávané, tak ste si vedomí toho, že ste bez akýchkoľvek problémov. To je to krácanie v meditatívnom stave. Vy proste kráčate. Nie sú tam problémy. Nerozmyšľate. Toto bol ten prvý zlom. Kráčať a mať absolútnu istotu bol ten druhý. Ale nie je to ešte koniec. Na ten koniec kráčame spolu.

Trošku smutné je to, že táto nadsvetská cesta sa úplne stratila. Ako ľudstvo sme na ňu celkom zabudli. Väčšina ľudí, ktorí o duchovne rozprávajú, lebo ho sami skúmajú, zotrvali len na ceste výhod. Je trošku nelogické z hľadiska navyknutej logiky, že len vtedy dosiahneme väčšie výhody, aké sme schopní si predstaviť, keď nechceme mať žiadne výhody. Ale takto to proste funguje. Pokiaľ chceme byť zdravší ako sme, sme ovplyvnení našim chcením. To chcenie je bariéra. Nepustí nás ďalej. Dosiahneme len také zdravie, aké sme si predsavzali, že dosiahneme. Lenže zdravie je niečo, čo vzniklo, čo podlieha zmene a nie je možné donekonečna ho udržať. Zdravie je spadnuté do času. Až vtedy, keď to pochopíme, tak prestaneme lipnúť na zdraví. A ako naschvál, čo už človek nechce, to získava. Ale... a to už vie, iba dočasne. Večné zdravie neexistuje. Tak ako večný život. Vo svete prejavov neexistuje absolútno, vo svete pohybu existuje len pohyb. Nehybnosť existuje len vo svete nehybnosti, rovnako ako absolútno existuje len mimo svet, ktorý vnímame a ktorý sme si schopní uvedomovať. My musíme opustiť náš známy svet, svet, v ktorom sme doma, a vybrať sa „do sveta“, odísť z domu. Tak ako to robia „hlúpy“ Janovia v rozprávkach. Inak sa nevrátíme ako králi, ale skončíme ako lenivý Vasiovia, ktorí ostali čušať za pecou.

„V priebehu sedenia som cítil, akoby som bol a súčasne nebol. Je to dosiahnutie jednoty, o ktorej ste hovorili?“

Nie, preto lebo ste cítili, akoby ste boli aj neboli. Čiže bol v tom niekto. To

sú javy. Vy ste boli tak vysoko, že ste vnímali už iba javy. Byť je jav.

„Ale ja som tam nebol...“

Nebyť je takisto jav. Ani to ešte nie je jednota. V tom je práve problém s éterickým telom. Lebo je možné, aby sme sa naučili, naozaj naučili zabudnúť na toto telo, odísť z neho preč. Toto telo nás už potom neobmedzuje. Problém je v tom, aby sme nechceli takto odchádzať z tohto tela. Ak pochopíme, že správnejšie ako odchádzať z tela je zotrvať v ňom, zanikne v nás túžba odchádzať z tohto tela. Zotrávame v ňom. Práve toto zotrvávanie v tele nám umožní, aby sme jasne vnímali rozlišovanie. Keď my z tohto tela odídeme, trebárs na astrálnej úrovni, tak to je fantázia. Zrazu sme niekde, kde nám nikto nemôže ublížiť. Cítíme sa úžasne. Tam sme duch, ktorým môže prejsť meč a nedotkne sa ho. Ale keď my sa práve tejto výhody vzdáme a vrátime sa, zotrávame v tomto tele, z ktorého, keď ním prejde meč vytryskne krv, v tomto tele dokážeme jasne rozlišovať. V ňom je evidentný pocit bolesti a pokiaľ je možné, aby nám niečo spôsobilo bolesť, tak dovedy sa stotožňujeme s tým, čo je schopné cítiť bolesť. Dovedy sa stotožňujeme s telom. Možno teraz trochu predbieham, pozor, fantazírujeme, ale považujeme nad teóriou, že keď človek zomrie, tak astrálne telo, duch ostáva, hoci fyzické telo sa rozpadá. Buď sa vraciame znovu do tela, do nového tela, alebo sa na duchovej úrovni pohybujeme sto rokov, alebo dvesto, alebo tisíc, alebo mesiac, ale... po určitom čase sme pochopili, že sa nevyvíjame ďalej a chceme sa vyvíjať ďalej. Je to také niečo, ako keď sme zvládli myšlienky a zrazu sme boli v meditácii. A my sme pochopili, že to je nádherné. My sme cítili, že to je nádherné, my sme v tom zotrvali. My dokážeme meditovať, keď sme nehybní a dokážeme meditovať, keď pracujeme. Keď sa s niekým rozprávame – keď niečo vytvárame. Dost dlho trvá, než pochopíme, že tento stav je opäť len kolotoč na určitej úrovni. Je vyššie, ako sme boli predtým, ale opäť sme len v kolotoči. My sme z toho nevypadli. Pravdepodobne na tej astrálnej úrovni to pochopíme tiež a vrátime sa späť do tela. Toto telo je fantastická možnosť práve preto, lebo keď ho (*počuť zvuk úderu*) buchnem, tak ho to bolí. Ak takto buchnem do ducha, tak ho to nebolí. Tá motivácia v tomto tele je veľmi silná. Preto zotrávajúc v javoch, najprv sa zbavujeme hmotných javov. To nám umožňuje, aby sme začali vnímať duchovné javy, aby sme sa odpútali od tela. Ale až návratom späť do hmotných javov dokážeme odstrániť rozlišovanie. Len vtedy je možné dosiahnuť jednotu. Prosím vás, astrálny duch nevie, čo to je jednota. Ak toto pochopíme, tak nám bude ukradnutý nejaký astrálny duch a nejaké astrálne cestovanie a všetky tie hlúposti. Ak chceme vedieť, čo to je jednota a dosiahnuť jednotu, musíme sa zbaviť aj takých jemných túžob a prianí, ktoré vytvára náš duch. Stále je v tom rozlišovanie. Človekom sa človek stáva naozaj až vtedy, keď dosiahne jednotu. Keď zrazu necíti rozdiel medzi sebou a tým druhým človekom. Len vtedy je schopný tomu druhému neublížiť nie preto, že som si povedal: „Je to správne, je to morálne správne a je to eticky na úrovni, keď druhému človeku neublížujem.“ On mu proste nemôže ublížiť. To by musel byť masochista, ktorý reže do seba. Normálny človek nemôže ublížiť tomu druhému,

tak ako nebude ubližovať vlastnému telu. Až vtedy sa naozaj stáva človek človekom. Dovtedy je človek iba nebezpečné zviera. My sa ovládame. Sme ľudia, ktorí sa snažia druhým ľuďom neubližovať. Lenže niečo nás môže tak vytočiť, môže byť taká zlá situácia, zrazu sa nepoznáme. Nikto z vás nemá istotu, že ak v určitej situácii dostane do ruky samopal, nezačne strieľať do všetkého okolo seba. Či už to bude živé alebo neživé, človek alebo zviera, pokiaľ nezotrvá človek v jednote, dovtedy bude nebezpečný rovnako sebe ako aj druhým. Preto, aj keď stretnete človeka, ktorý sa správa veľmi kultivovane, veľmi pekne rozpráva, môžete ho roky poznať, neverte mu. Je to nebezpečné zviera, ktoré môže kedykoľvek zavrčať a uhryznúť. Ale neverte ani sebe. Nepovažujte sa za dobráka, ktorý by ani muče neublížil. „Ja som už taký dobrák, ja by som ani muče neublížil.“ Ste si istý, že dnes ste nezavrčali? A ste si istý, že zajtra neuhryznete? A do tretice, ste si istý, že vás to pozajtra nebude „sakramentsky“ mrziť?

(... počuť reč, hovorí muž.)

Dobre Jarko. Ak pôjdeš po ceste a niekto ťa prejde autom, on ťa nechcel prejsť, ale prešiel ťa. Na fakte, čo sa ti stalo, jeho úmysel nič nemení. Ty si proste dolámaný. Či mal poznanie, že nie je správne prejsť človeka, alebo nemal poznanie, že nie je správne prejsť človeka, z tvojho hľadiska to je úplne jedno. Nevedomosť nie je ospravedliteľná. Preto sme ľudia, aby sme si boli vedomí toho, že sme nevedomí. Neuspokojíme sa s tým, že sme nevedomí. Musíme vyvíjať úsilie k tomu, aby sme prestali byť nevedomí. A to je to, čo tu robíme. Všeobecne je však zaužívané, funguje to tak, že si mnoho krát povieme: „Však som len človek!“ To nie je ospravedlnenie. Práve preto, že som človek, nemôžem byť „len“ človek. Dnes ste mohli robiť všeličo a nemuseli ste byť tu. Keď si doma sadáte a ste nehybní, nemusíte to robiť. Ako to, že z tých päťdesiatich možností, ktoré máte, si vyberáte práve tú, že sa nehýbate? Prečo? Prečo je vo vás táto zodpovednosť a prečo nie je v druhých ľuďoch? Ako to, že túto povinnosť poznať seba samého, aby som prestal byť nebezpečný sebe a druhým nemajú politici? Je to nenormálne, je to nemorálne a predsa to celá naša spoločnosť akceptuje.

Práve dnes som sa stretol s tým, že sa rozprávalo o programátoroch. Keď programátor príde a pracuje pre nejakú firmu, tak za hodinu svojej činnosti si vyinkasuje tisíc korún. Pritom byť programátorom a poznať počítače, byť dobrý v počítačovej technike dokážu deti. Je to mechanická záležitosť. Štrnásť-pätnásť-ročné deti poznajú počítače tak, že štyridsať-päťdesiatroční nemajú šancu sa im vyrovnáť. Keď začnú v ranejšom veku, majú s tým problém. Neskôr, keď v tomto, čo sme začali vytrváme, budete schopní robiť programátora nie mechanického, nie strojom, ale živým ľuďom. Keby ste robili dnes, dostanete za hodinu takej činnosti možno pätnásť, možno tridsať korún. Takto hodnotí túto činnosť spoločnosť dnes. Ľudí, ktorí ju dokážu vykonávať, je v súčasnosti na území Slovenska možno desať. To som ešte optimista. Programátorov je niekoľko sto. Ale spoločnosť sa bude meniť. Musí sa meniť. Mechanická myseľ je neludská. Náhľad spoločnosti na všetko toto sa zmení vtedy, keď niekoľko ľudí príde na koniec cesty a bude jasné, čo tým dosiahli. Lebo, ako som povedal, už len keď zažívate jednotu, kráčate

bez rozlišovania, je to úplne iný spôsob kráčania, ako keď kráčate v rozlišovaní. Musíte to zažiť, aby ste vedeli, o čo sa jedná. No a sledovať takého človeka je pôžitok. Teraz si predstavte, ako takýto človek koná. Ako rozpráva. Predstavte si, že v nejakej spoločnosti vystúpi taký človek. Úplne s prehľadom, bez zaváhania vysvetlí do detailov veci, ktoré boli ľuďom nejasné tak, že v okamihu pochopia, o čo ide. Predstavte si, že v parlamente vystúpi politik, alebo vystúpia politici, ktorí strhnú všetkých ľudí, lebo bude jasné, v tom okamihu bude jasné, kto rozpráva zle a kto rozpráva správne. Ľudia budú schopní rozoznať dobré od zlého. Vtedy stúpne hodnota tých ľudí, ktorí tieto veci dokážu, ktorí tieto veci poznajú. A potom sa bude platiť nie tisíc korún za hodinu.

Toto však nie je dôvod, prečo na sebaopoznávaní a poznávaní pracujeme. Bude to iba dôsledok našej práce, tak ako keď hodíme kameň, dôsledkom nášho hodu je to, že padá smerom dolu. Čo nás motivuje, to je existencia zla. Existujú vojny. Existujú rozpory. Národnostné, náboženské. Tieto rozpory budú existovať dovtedy, pokiaľ určitá skupina ľudí jasne nepoukáže na to, že práve tieto rozpory sú zdrojom všetkého zla. Zdrojom toho, že si ničíme našu planétu, že si navzájom ubližujeme, že ubližujeme všetkému živému okolo nás – kvôli hlúpostiam. Preto je dôležité, aby sme pochopili, že to čo robíme má veľkú hodnotu. Že to má väčšiu hodnotu, ako keď si povieme: „Dnes pôjdem na sedenie a budem tam sedieť. Bude to asi predsa len lepšie, ako keď pôjdem na pivo.“ To čo robíme, má naozaj veľkú hodnotu. V podstate ožívujeme nadsvetskú cestu. Lebo len ona vedie k jednote a k oslobodeniu.

No... dost som sa narečnil.

(Slovám zachyteným v diktafóne veľmi nerozumieť.) „...o duchovnej, ľudí ktorí žijú okolo nás, alebo... nemáte... Darmo bude Marian Repka takto vykladať, keď...“ (Ani ďalej nerozumieť slovám.)

Áno. Marian Repka nebude môcť každému vykladať cestu. Ale každý z vás je v nejakej spoločnosti. Prichádza medzi ľudí. Vy ilustrujete túto cestu svojim životom. Svojim rozprávaním. Týchto ľudí bude čím ďalej, tým viac. Spoločnosť je pripravená. Naozaj je pripravená.

„Ako kde.“

Na celom svete. Tých ľudí, ktorí už len čakajú na to, aby takéto veci objavili, je veľmi veľa. Okamžite ich pochopia. Nedostane sa to zatiaľ ku každému, ale zo sto ľudí už dvaja ľudia jasne pochopia, o čo ide. To je obrovské množstvo. Je dôležité, aby sme čo najdôslednejšie realizovali oslobodenie od podmienenosti, aby sme sa čo najdôslednejšie oslobodili od retazí, ktoré nás pútajú. Sám som nedošiel na koniec. Keby som bol na konci, máte to omnoho ľahšie. Niektoré veci ešte neviem. Ale kráčam. Už nemám pochybnosti o tom, že ak budem nejaký čas ešte žiť, dôjdem na koniec. Ale vy už takisto nemôžete minúť cieľ. Vy už tú cestu jasne poznáte. Pritom sa neutiecame do nejakej askézy alebo do nejakého umelého života. To... že sme pochopili, sa vždy odzrkadlí v tom, že lepšie rozprávame, že lepšie konáme a že lepšie žijeme. Ľudia okolo nás to vidia.

Keď som sa dnes tak parádne najedoval, bol pritom kolega, ktorý ma takého

nepoznal. Pomohol mi. On je inak dosť necitlivý na takéto veci, no zrazu sa zmenil. Môj hnev ho zmenil. Snažil sa mi pomôcť a aj mi pomohol. Tým že sa poznávame, pomáhame poznávať sa aj druhým ľuďom. Úžitok z toho máme všetci. Nikto v tomto smere nepracuje len pre seba. Aj keby chcel, nefunguje to tak. Postupne si záležitosti budeme ozrejmovvať. Vždy z rôzneho hľadiska.

2. 1. 1996 – 12. sedenie

Pokojne zotrúvame v pozícii, ktorú sme si vybrali a postupne sa skamarátíme s prostredím. Vieme už čo chceme, prečo sme tu, ale vieme aj to, že keď si budeme vytvárať predstavy o tom, čo chceme dosiahnuť, obmedzí nás to. Preto si nevytvárame žiadne predstavy, pokojne sedíme. Neočakávame, že sa niečo naučíme, neočakávame, že niečo pochopíme. Pokojne sedíme. Zisk, ktorý okamžite máme, je ten pokoj, ktorý cítime.

Sme v príjemnom prostredí, sme v príjemnej spoločnosti, cítime sa v bezpečí. Ak sme si sem so sebou priniesli nejaké napätie, nejakú nervozitu, postupne tým pokojným zotrúvaním v nehybnosti z nás táto neistota, táto nervozita odchádza.

Vieme už, že existuje svetská cesta a vieme, že existuje nadsvetská cesta. Vieme aj, že pokiaľ v sebe máme nejaké túžby a pokiaľ v sebe máme nejaké starosti, dovedy sme chytení svetskou cestou, dovedy sa uberáme svetskou cestou. Ale vieme už aj to, v priebehu našich sedení sme to jasne spoznali, že rozhodnúť sa nemať svetské starosti a rozhodnúť sa nemať svetské žiadosti je len svetská žiadosť, svetské prianie. Preto pokiaľ tu sú žiadosti, iba ich vnímame ako žiadosti, nestotožňujeme sa s nimi, nebojujeme s nimi, nevšímame si ich. Pokiaľ sa objavujú starosti, nebojujeme s nimi, neodháňame ich, nevšímame si ich. Takže takto nevšímaví sa budeme usilovať o všímavosť. Je to nelogické, z hľadiska logiky to je hlúposť.

Možno že dnes sa pohráme trošku s logikou, s múdrosťou a hlúposťou, a s rôznymi pohľadmi.

Pravdepodobne ste sa už stretli so slovom metta. Láska. V mahájánovom budhizme je to veľmi proklamovaná činnosť. Ale v rôznych iných smeroch má takisto svoje výsadné miesto. Láska. Lásková myseľ. Žiada sa od nás, aby sme vysielali svoju dobrú vôľu, láskavú myseľ dopredu, dozadu, doprava, doľava, dole aj hore. Nikto z nás pritom nevie, čo to je láska. Má len predstavu o tom, čo je láska. Takže to čo vysielala okolo seba, dopredu, dozadu, doprava, doľava, dole aj hore, je jeho predstava o láske. Stretne sa s druhým človekom a ten tiež vysielala svoju predstavu o láske. S tretím, s desiatym. Ak začnú rozprávať o tom, čo je láska, môžu sa zhodnúť a nemusia. Ak konajú v súlade so svojou predstavou o láske, môžu sa zhodnúť a nemusia. Ak žijú naplňajúc svoju predstavu o láske, môžu sa zhodnúť a nemusia. Aj v tom prípade, že sa zhodnú, neznamena to, že sa navzájom pochopili. Takže takto ľudia, ktorí chcú realizovať lásku, vysielajú lásku okolo seba, aj napriek tomu, že nevedia, čo to je láska.

Človek, ktorý chce realizovať lásku, ktorý sa rozhodol, že ju bude vysielat

dopredu, dozadu, vpravo, vľavo, dole aj hore, že ju bude šíriť okolo seba, je vždy zmätený, keď sa stretne s násilím. On vysielal lásku dopredu, a vrátilo sa násilie, vyslal lásku dozadu a vrátilo sa násilie, vpravo aj vľavo pochodil takisto, dole aj hore tiež. Je zmätený. Takže si môže povedať: „Ja vysielam lásku, ale láska neexistuje. Vracia sa neláska. Ozvenou – odozvou je neláska.“ Jeho predstava sa mení. Potom však zachytí inú odozvu. Zľava sa ohlásí láska, zhora sa ohlásí láska, zozadu sa ohlásí láska, no zprava sa ohlásí zlo, zpredu aj zospodu sa ohlásí zlo. Takže musí korigovať svoj vzťah a jeho zmätok ešte viac vzrástol. Veľmi ťažké je zotrvať vo vysielaní lásky do všetkých strán, keď ozveny sú rôzne. Aj keď sa dlho zo všetkých strán vracia láska, skôr alebo neskôr sa ozve nenávisť, neláska, nepriateľstvo, zloba. Perfektný zmätok. Čím dlhšie zotrvala ozvena, ktorá bola v súlade s tým, čo človek vysielal, tým viac zabolí, keď potom narazí na zlo. Takže dnes sa prizrieme na cestu lásky. Prizrieme sa tomu tak, že pôjdeme negatívnou cestou. Nebudeme hľadať lásku, lebo nevieme, čo je láska, to je správna informácia. Budeme si všimnúť nelásku, násilie, lebo všetci dobre vieme, čo je neláska a čo je násilie.

Prejdeme si teraz jednotlivé úrovne a rozoberieme si násilie na každej úrovni. Pozrieme sa najprv na úroveň reči.

Ludia majú rôzne názory. Každý z nás má svoj názor na rôzne veci, na rôzne situácie, na rôzne činnosti. Žiada sa nám tento názor prejavíť. Keď vidíme zlo, chceme prejavíť svoj názor a povedať: „Je to zlo.“ Keď vidíme dobro, žiada sa nám prejavíť svoj názor a povedať: „Je to dobro.“ Považujeme za správne vyjadriť svoj názor. Považujeme za správne odmietnuť zlo a nesúhlasíť s ním. Mlčky. Pochváliť dobro, neodmietnuť ho mlčaním. Napriek tomu však mnohokrát mlčíme. Niekedy zo strachu, niekedy zo skromnosti, niekedy preto, lebo berieme ohľad na toho druhého. V princípe vždy ide o jedno a to isté. Sme násilní voči sebe. Bez násilia niet disciplinovanosti. Bez násilia nie je možné, aby sa dvaja ľudia porozprávali. Bez násilia nedokážeme počúvať. Takže násilie je z tohto hľadiska dobro. Ak sme prijali teóriu o vysielaní dobra na všetky strany, nemôžeme pochopiť, jasne vidieť, uvedomiť si, zistiť, že z určitého pohľadu je násilie vykonávané na reči dobro a nenásilie zlo. Takýmto vhladom zisťujeme, že teória, aj tá najkrajšia, obmedzuje. Bez násilia niet správnej reči, bez násilia v reči niet možnosti porozumieť si. V násilí je láska. Takýto je inteligentný pohľad na násilie.

Na úrovni pohybu vykonávame násilie na našom tele. Telo je stvorené pre pohyb a my sme teraz kruto násilní. Nehýbeme sa. Pre telo je nehybnosť rovná smrti a my ho nútime zotrvať v nehybnosti. Takto poníma nehybnosť každý, kto nepochopil, že je možné zotrvať v nehybnosti a necítiť pritom násilie. Všimnite si, aký veľký skok je medzi rečou a nehybnosťou. Na úrovni reči neprichádza pochopenie. Tam iba mudrujeme, rozumujeme o tom, že by sme mali mlčať, ak chceme počúvať. Ale na úrovni nehybnosti pochopíme, akým prínosom je oslobodiť sa od nutnosti neustále sa hýbať a okamžite, ako to pochopíme, násilie sa rozpustí, zmizne. Než sa to však stane, je tu veľké násilie. Môžeme prijať správnu informáciu o nutnosti nehýbať sa, intelektom túto infor-

máciu prijmem, ale srdce sa bráni. Tak vyvíjame úsilie zotrvať nehybní, sme násilní, sme agresívni voči telu. Všimame si, čo sa deje, keď sme nehybní, čiže podporujeme to násilie, zotrávame v tomto všímaní, udržiavame násilie, a tak ho stupňujeme až dovedy, pokiaľ pohyb a nehybnosť nesplynú v jednotu. Až vtedy sa vytratí násilie. Bez násilia by nebolo pochopenia, takže z tohto pohľadu je násilie dobro. Keby sme však neustále zotrávali v teórii, že chceme vysielat lásku dopredu, dozadu, vpravo, vľavo, dole a hore, nikdy by sme nepochopili, že medzi pohybom a nehybnosťou v skutočnosti nie je žiaden rozdiel. Takže aj na tejto úrovni jasne chápeme, ako nás teória, aj tá najkrajšia obmedzuje. Ako nám teória bráni v tom, aby sme pochopili o čo ide, aby sme videli skutočnosť takú – aká je.

Takže sme opatrní voči teóriám a sme opatrní voči vlastným názorom, lebo aj názor je teória, ktorou sami seba obmedzujeme. Musíme byť citliví, vnímaví, schopní ponímať veci z nadhľadu. Schopní vidieť naraz niekoľko faktov tak, aby sa nám zliali v jedno a nielen zadubene a hlúpo rozoberat fakt po fakte, ako by bol sám o sebe nejakou pravdou.

Takto vzrastá inteligencia a takýto je rozdiel medzi inteligenciou a intelektom. Intelekt, to je teória, to je názor, inteligencia je pochopenie bez toho, že by sme si vytvárali teórie alebo názory. Teória trvá, názor trvá. Nieкто nám môže ohroziť našu teóriu, náš názor a my pocítíme strach alebo agresivitu.

Ak takto vnímaví postúpime na úroveň myšlienok, všimneme si, že vykonávame veľmi veľké násilie na našej myslí, keď ju nútime aby nemyslela. My sedíme, nehýbeme sa, nerobí nám to už problémy, ale vnútorná reč je tu stále. Objavuje sa. Poznáme ten chaos na začiatku. Vieme, že ak sa od neho chceme odpútať, musíme ho len nezúčastnene pozorovat. Vyžaduje si to od nás úsilie. My znásilňujeme svoje myšlienky, svoju myseľ, svoje zvyky. Roky, desaťročia sme zvyknutí myslieť a teraz vykonávame veľké násilie, veľký nátlak na myšlienky, na myseľ. Odmietame myslenie, neživíme ho, pozorujeme ho ako nejaký cudzinec. Myšlienky sa snažia uchopiť nás, tak ako boli zvyknuté. Sú dezorientované z toho, aký k nim máme zrazu vzťah. Niet však inej cesty, ako cesty násilia. Musíme vytrvať v tomto násilí, zväčšovat ho, až pokiaľ sa myšlienky nespomalia a my ich nedokážeme rozoznávät jednu od druhej, až pokiaľ nespoznáme, ako myšlienky vznikajú, čo ich podmieňuje, čo ich živí, ako zanikajú, a pritom sme neustále násilní. Bezohľadne spejeme k tomu, aby sme sa odpútať od myšlienok. Až keď vytrávame v tomto bezohľadnom ničení myšlienok, až keď vytrávame v odsekávaní myšlienok, až keď nedoprajeme myšlienkam žiadnu živnú pôdu, žiadnu potravu, nič im nedáme, až keď myšlienky odumrú, zmiznú, keď ich zničíme, až keď sa staneme pánmi nad myšlienkami, keď ich ovládneme, až vtedy zanikne násilie. Zavládne poriadok. Dovedy diktovala myšlienka a my sme sa podriaďovali. Teraz diktujeme my a podriaďuje sa myšlienka. Takže keď chceme, myslíme, a keď chceme, nemyslíme. Bez ohľadu na to, čo chce myšlienka.

Ak by sme boli dôslední a tvrdo sa držali svojho predsavzatia vysielat lásku na všetky smery, neoslobodili by sme sa od myšlienok. Ale my sme neboli dôslední,

zabudli sme na naše pôvodné rozhodnutie, a to nám umožnilo, že sme sa oslobodili od myšlienok. Takže teraz sedíme, nemyslíme, žiadne myšlienky nám do mysle neprichádzajú, žiadne slová sa neobjavujú, no už nepocitujeme násilie. Je nám úplne prirodzené sedieť bez myšlienok. Je nám úplne prirodzené pracovať bez myšlienok, kráčať bez myšlienok, rozprávať bez myšlienok. Je nám to teraz prirodzené len preto, lebo sme boli dostatočne krutí. Ak sme dost bdeli, zistujeme, že myšlienky sa necítia preto zotročené. Pokojne nás poslúchajú a sú spokojné so vzťahom, ktorý nastal. Úplne sme zmenili hodnotu. Čo bolo hore je dole a naopak. Je to aj takto v poriadku. No dokázali sme to len preto, lebo sme pochopili, že keď to bolo naopak, nebolo to v poriadku. Pokiaľ sme to nechápali, neboli sme schopní vykonávať ono násilie na myšlienkach, na mysli. Dovtedy sme cítili, že to je v poriadku, keď myslíme preto, lebo nám myšlienky prišli na myseľ, že to je v poriadku, keď sme otrokmi myšlienok. Toto otroctvo sme dovtedy nepocitovali ako násilie. Bolo to normálne. Teraz, oslobodení od myšlienok, uvedomujeme si, že naše násilie bolo oprávnené. Myšlienky sme nezničili. Existujú. Čo sme zničili, to je naša závislosť na myšlienkach. Z tohto pohľadu je to kruté násilie, ktoré sme vykonávali na myšlienkach, na mysli dobré. Teória čo je dobré a čo je zlé je nesprávna. Názor na to, čo je dobré a čo je zlé, je nesprávny. Takto posilujeme našu inteligenciu v každom okamihu pochopiť čo je dobré a čo je zlé bez toho, aby sme si mali o tom vytvárať teórie a názory.

Keď sme sa oslobodili od myšlienok, vstúpili sme do meditácie, do sféry predstáv, do ríše predstáv, do izby predstáv, a pochopili sme, že pokiaľ sme zajatí predstavami, sme zajatí spomienkami a snívaním. Keď sme to pochopili, začali sme byť veľmi násilní, snažili sme sa odpútať od predstáv, aj od tých najkrajších. Boli sme všímaví. Keď sa objavila predstava, neživili sme ju. Vytrvali sme v tejto všímavosti, v tomto odmietaní a tak sme sa nakoniec oslobodili od predstáv. Opäť sme to celé poprehadzovali a zrazu to bolo opäť v poriadku. Nebyť tejto krutosti na predstavách, nebyť tohto stopercentného odmietnutia všetkých predstáv, nikdy by sme sa neboli dotkli prítomnosti. Pretože sme však boli násilní a odmietli všetky predstavy, vplynuli sme do prítomnosti. Pochopili sme, čo to je prítomnosť. Poznali sme ten pocit spokojnosti, v ktorom sa už nesnažíme vrátiť do minulosti alebo utiecť do budúcnosti. Takže na konci nášho násillia sme ho uvideli ako dobro. Ak by sme však boli zotrvávali vo vysielaní lásky na všetky strany, obmedzením touto teóriou, týmto predsavzatím, týmto názorom, nikdy by sme nezistili, aké to je: byť v prítomnosti. Naša cesta je cesta násillia. Ale my vieme, že násilie môže byť aj dobro.

Zotrvávame v prítomnosti na svetskej úrovni v bežnom živote, takže keď sa stretne teraz s násillím, neobmedzením teóriou nevnímame násilie obmedzene – predpojato. Vidíme násilie ako násilie, ale vidíme aj dobro obsiahnuté v tomto násillí. Učíme sa násillím. Násilie už nie je náš nepriateľ a tak sa ho prestávame báť. Len vďaka násilliu sme pochopili, čo to je prítomnosť.

Tu, na úrovni prítomnosti, sa opäť chystáme na jedno veľké násilie. My sa rozhodujeme odmietat žiadostivosť a preferovať odriekanie, čo je obrovské násilie.

To čo pociťujeme ako niečo úplne prirodzené, odmietame. Odriekame si rôzne pôžitky. Naše srdce sa búri a my sme násilní. Obmedzujeme svoje žiadosti v bežnom živote. To je násilie. Je to nepochopiteľné, lebo to robíme sami na sebe. Nikto nás k tomu nenúti. Ani spoločnosť, ani jednotlivci. Takže všetci ľudia, ktorí podliehajú teóriám, ktorí podliehajú názorom, nechápavo krúčia hlavou. To, čo robíme, je nelogické z ich pohľadu. Ak si dáme veľké úsilie a týmto ľuďom vysvetlíme cestu, ktorú sme prešli a cieľ ktorý sledujeme, možno že intelektom aspoň vytušia, o čom im rozprávame. Ale ich srdca sa to nedotkne. Nezmenia sa. Jediné, čím ich môžeme motivovať, je osobný príklad. Im sa to násilie nepáči, ale výsledky sa im môžu páčiť. Im sa vôbec nepáči, že by mali byť násilní k svojej reči, k svojim pohybom, k svojim myšlienkam a k svojim predstavám. Páči sa im však náš pokoj, naša istota, naša chápavosť, naša pohotovosť. Takže možno začnú menej rozprávať a viac počúvať, a možno že skúsia vykonávať násilie na svojom tele tak, že ho budú nútiť k nehybnosti.

My však vo vyvíjaní násilia pokračujeme ďalej. Sme násilní voči telu, sme násilní voči vlastnej osobnosti. Už nám nestačí to, že vnímame prítomnosť, my už odmietame aj prítomnosť. Skúmame hmotné javy, objavujú sa, opäť tu je chaos, skúmame duchovné javy, objavujú sa, opäť tu je chaos, a my sme násilní, odťahujeme sa od hmotných javov, odťahujeme sa od duchovných javov, nechceme s nimi mať nič spoločné. Takže v našom úsilí je násilie. Sme všímaví, aby sme zotrvali v násilí, a v tomto odhodlaní zotrvať v násilí zotrávame. Ak však doposiaľ stačilo byť bdelí na jednom bojovom poli, teraz nám už takáto bdelosť nestačí. Je tu hmotný jav, je tu duchovný jav a je tu rozlišovanie. Bojové pole hmotných javov je veľmi veľké, bojové pole duchovných javov je veľmi veľké, bojové pole rozlišovania je veľmi veľké, a my surovo, bezohľadne ničíme hmotné javy, ničíme duchovné javy, ničíme rozlišovanie. Sme veľmi násilní. Pochopili sme už, že vysielat lásku dopredu, dozadu, vpravo, vľavo, dole aj hore je nesprávna informácia. Veríme, že byť násilný voči hmotným javom, veríme, že byť násilný voči duchovným javom, veríme, že byť násilný voči rozlišovaniu speje k jednote. Vieme pritom, že táto viera je teória. My vykonávame niečo, čo je nelogické, čo je proti prirodzenému rozumu, musíme veriť aj neveriť súčasne. Keďže však nepodliehame žiadnej teórii, ani správnej ani nesprávnej, ale zotrávame v tomto úsilí, začíname chápať, že za všetkými teóriami je priestor. Že existuje niečo viac, ako teórie.

Takže keď vytrváme v našom násilí na hmotných javoch, na duchovných javoch a na rozlišovaní, takže sa odpútame od hmotných javov, od duchovných javov, takže sa odpútame od rozlišovania, vstúpime do ríše jednoty, ktorá nám bola dovtedy nedostupná. V realizácii jednoty pociťujeme nadšenie. Opäť sme však násilní. Odmietame aj nadšenie. Dôsledným odmietaním nadšenia, vytrvalým zotrúvaním v násilí proti nadšeniu dosahujeme neduality, v ktorej už nie je ani nadšenie. Dosahujeme stavu, ktorý nie je poškrvnený ani nadšením. No ani tu neprestávame s násilím. Pociťujeme ešte priestor, ktorý má hranice, takže ho ničíme. Ak ho zničíme, pocítíme ešte vedomie, ktoré je ohraničené. Aj to ničíme...

(Koniec pásky. Rozprávanie trvalo ešte asi dvadsať minút.)

KOMENTÁR K DVANÁSTEMU SEDENIU

Niektorí ľudia ma vzali za slovo, keď som povedal, že v priebehu prvých desiatich sedení získali všetky potrebné informácie. Ono to je v skutočnosti tak, ako so všetkým, čo sa povie. Áno aj nie, podľa toho, z akého uhlu na to pozeráme. Niektorí z tých, ktorí ma vzali za slovo a prestali chodiť na sedenia, môžu totiž časom zistiť, že neurobili práve najlepšie. Nie preto, že by informácie nepostačovali, ale preto, lebo sami nedokážu vyvinúť dost úsilia k neustálemu zvyšovaniu motivácie. Je len málo takých ľudí, ktorí dokážu celú cestu prešlapať sami. Väčšina ľudí potrebuje aspoň časť úseku šlapať v závese.

Na druhej strane sú zas ľudia, ktorý nedokážu šlapať v závese. Tí aj informácie, ktoré získali na sedeniach, získali ako nezávislí, osobnosť rozprávajúceho sa ich vôbec netýkala. Pokiaľ si svoju nezávislosť nepomýlili s pýchou, potom sa spolu v neprejavennom vedomí určite stretne.

K tomu druhému typu poznávajúcich niet čo dodať, no k prvému typu poznávajúcich by sa ešte niečo patrilo podotknúť. Jednak je ich rozhodne viac a jednak preto, že napokon budú tými, ktorí zmenia vedomie ľudstva. O čo ide? Ide o to, že hoci je poznávajúci správne informovaný, predsa len nemusí všetky informácie správne pochopiť. Taký človek býva neraz zmätený, pokiaľ ide o použitie správnych prostriedkov a vyhnutie sa nesprávnym prostriedkom. Pretože ten, kto iba neúplne pochopil, nedokáže sa vyhnúť tomu, aby nezavrhol správne prostriedky a nepoužíval nesprávne prostriedky. Hrozí mu, že sa tak veľmi odchyli od priamej cesty, že sa k nej už nedokáže vrátiť. Keďže informácie o správnej ceste poskytujem už niekoľko rokov, zisťujem, že aj tí, ktorí odišli s dôverou v seba, po rokoch sa vracajú obohatení o rôzne zákutia a malebné výhľady, ktoré nepoznám len preto, lebo z priamej cesty neschádzam. Hrdosť je síce pekná, môže byť aj čarovná, ale tiež je iba jedným zo zákutí a malebných výhľadov. Človek si odskočí, pokochá sa, odpočinie si, a potom sa vráti späť na cestu vedúcu k cieľu. Či človek po nej kráča sám, alebo v kolektíve, to nie je dôležité. Dôležité je dôjsť do cieľa. Pokiaľ sa dieťa narodí, všeličo sa udeje. Ale až keď sa narodí, získa schopnosť prejavovať sa v celej rôznorodosti bytia.

Možno je škoda, že aj z dvanásteho sedenia chýba zvyšok. Je to ako keď začnete kresliť kruh, no nedokreslíte ho. V tomto prípade síce bol dokreslený, no neostal zaznamenaný. Takže je na každom z vás, aby si ho dokreslil sám.

ROZHOVOR PO DVANÁSTOM SEDENÍ

Prišlo vám na myseľ niečo v súvislosti s tým, čo sme dnes robili?

Výhodou takýchto dlhých rozprávání, keď jeden si tu rozpráva a tí ostatní ho trpezlivo počúvajú, je to, že ten, kto rozpráva, má dost priestoru na to, aby dokončil rozprávanie. Môže aj zmlknúť, počkať si na pokračovanie, ktoré odkiaľsi príde a potom nerušene pokračovať. Nikto mu nevezme slovo. V bežnom živote to tak veľmi nie je. Ak niekomu niečo rozprávate a potom zmlknete, výsledkom vášho mlčania je rozprávanie vášho protajšku.

Asi pred dvoma týždňami sme sa tu stretli na spoločnom rozhovore, rozprávali sme sa, a pritom sa bežne stávalo, že niečo sme začali rozvádzať, (a nielen ja), no nedotiahli sme to do konca, lebo pôvodný námet narušila asociáciou podnietená nová myšlienka. Ak sa nejaký námet začne rozvádzať, to znamená, že vznikla nejaká otázka, a na tú otázku sa odpovedá, pokiaľ sme dost násilní, tak je možné, že ten, kto na otázku odpovedá a vie komplexne odpovedať, odpovie bezozvyšku, takže po jeho odpovedi nevznikne ďalšia otázka. Takýto úkaz sa však pri rozhovoroch málokedy objaví. Zvyčajne sa daný námet nerozvedie tak, aby bol úplne vyčerpaný, takže vznikajú ďalšie otázky. Okrem toho to, o čom my tu rozprávame a čo skúmame, je v takej hĺbke ľudskej psychiky, je to tak hlboko ponorené v každom z nás, že sa k tomu v bežnom rozprávaní neraz ani nedá dostať. Navyše sú v bežnom rozprávaní zvyčajne námety a otázky vyslovené len na úrovni toho, kto sa pýta. Takže už viete, aká je výhoda našich sedení. Je to výhoda toho násilia, ktoré vykonávam na vás tým, že vás „nútim“, aby ste hodinu alebo viac ako hodinu trpne počúvali čo vám tu rozprávam. Ale... predpokladám, že niečo na tom, čo rozprávam, predsa len bude. Že ak zvolený alebo nadhodený námet rozvediem do konca, tak sa dotkne nielen intelektu, ale aj srdca a ušetrí vás trochu od námahy, takže keď si zajtra sadnete, alebo keď si najbližšie sadnete a keď budete v bežnom živote všímaví k tomu, čo vlastne robíte, ako to robíte, čo rozprávate, ako rozprávate, načo myslíte, tak to budete mať o trochu ľahšie. To je zmysel toho, prečo sa tu vlastne stretávame. Nie je však pritom možné, aby ste sa niečo naučili. Je však možné, ak sa niečo správne vysvetlí, aby ste to pochopili.

Takže dnešný čas, ktorý nám vyčlenili, sme si vyčerpali. Chcete sa ešte niečo spýtať?

(Ženský hlas. Nerozumieť slovám.)

Všetko to je súčasne. To násilie aj nenásilie. Keď to pomenujeme násilie, tak už sme tomu dali formu, ktorá je však iba našou predstavou o tom, čo je to násilie. My vykonávame násilie, trebárs na deťoch, bez násilia nie je možná výchova. Poskákali by nám po hlave. Nevedeli by, čo so sebou. My sme násilní, ale práve v tom je láska. Keby sme neboli násilní, znamenalo by to, že ich nemáme radi.

Ak si nazveme násilie ako násilie, je to len preto, aby sme sa mohli porozprávať. Ale to už predsa vieme. Keď však pomenujeme niečo ako násilie, tak väčšina ľudí si predstavuje pod násilím niečo zlé. Znamená to pre nich robiť nasilu niečo proti sebe, robiť nasilu niečo proti tomu druhému. Nám teraz išlo o to, aby sme pochopili, že neexistuje ozajstné násilie. Čiže aj ten, kto na mňa strieľa pištoľou, ma učí. V konečnom dôsledku, aj keď mi urobí dierku do čela, ma učí. O toto nám teraz ide. Čiže my ako svetskí ľudia, so svojimi svetskými žiadosťami a svetskými starosťami, logicky neprijmeme takéto učenie. Ale ak chceme prísť na koniec tomuto všetkému, neostáva nám nič iné, len aby sme boli tak bystrí, aby sme pochopili aj to, že úder do nosa je dobro. Aj keď si zlomím nohu, aj to je dobré. No pokiaľ človek nie je dost bystrý, pokiaľ nie je všímavý, tak dovtedy vníma násilie len ako násilie, môžete ho znásilňovať koľko chcete, nič sa nenaučí,

nič nepochopí. Slovo násilie nás jednoducho mylí. Násilie totiž naozaj neexistuje. Ale keď si to tak zoberieme... keď o tomto fakte informujeme človeka s tupou myslou, tak si povie: „Násilie že neexistuje? Hm!“ a vašu informáciu potom patrične zhovadí. Urobí to preto, lebo nevie, čo všetko sa udialo predtým, než bol tento výrok vyslovený. Nevie, že než sa slovo dostane do jeho mozgu, prebehne veľmi veľa činností. Celá tá reťaz, ktorú už poznáme, prebehne od nevedomosti cez nevedomé chcenie a pamäť až ku slovu, ktoré podlieha vzniku, potom sa mení a nakoniec zaniká. My na tom lipneme, ako na čomsi nekonečnom. Chytíme sa toho. Nieкто nám povedal: „Násilie je toto.“ Nieкто nám povedal: „Násilie nie je toto,“ a my sa toho držíme. Žiaľ, ak chceme poznať podstatu, neostáva nám nič iné, len dostať sa ku všetkému, čo je predtým, než slovo vôbec vznikne. Už len keď si uvedomíte: Keby nebolo pamäti, nebolo by rozlišovania, a my si rozlišovanie vôbec neuvedomujeme, tam sa osobnosť ešte iba počala. Ešte stále je len pod úrovňou vedomia a väčšina ľudí si vedomie ako čosi samostatné nikdy neuvedomí. Väčšina ľudí si uvedomuje iba a vylúčne len telo a myseľ, no aj to hlboko za časovým objavením sa tela a mysle, čiže až po vzniku zmyslových orgánov, vnímania a cítenia. Až tu sa konečne zobudia a niečo začnú vedome chcieť – reťazové vznikanie sa pritom ešte stále valí ďalej a ďalej. Už len keď si uvedomíme, o akú obrovskú rýchlosť prejavov sa v tomto procese jedná, musíme uznať, ako ťažké je ľuďom povedať o nich pravdu. O tom, čo považujú za vnímanie evidentných faktov. Vráťme sa ešte k telu a mysli. Takže vzniklo telo a myseľ (tu sa tí najrýchlejšie prebúdzajúci najskôr uchytia). Vďaka vzniku tela a mysle vznikli zmyslové orgány. Keďže vznikli zmyslové orgány, ríša zmyslov, vzniklo vnímanie. Keďže vzniklo vnímanie, vzniklo pocitovanie. Keďže vzniklo pocitovanie, vzniklo vedomé chcenie. Keďže vzniklo vedomé chcenie, vzniklo stávanie sa. Keďže vzniklo stávanie sa, tak niečo vzniká. Tým niečim je v tomto prípade, ktorý sledujeme, slovo. Až toto slovo uchopíme ako niečo, čo vzniklo. Pritom ani len netušíme, čo všetko tomuto slovu predchádzalo. Preto musíme byť takí bystrí, takí všímaví, aby sme aj toto všetko PREDTÝM dokázali postrehnúť. Až v sedení však dosiahneme takú schopnosť, že ak vznikne rozlišovanie, zastavíme reťaz podmieneného vznikania skôr, ako vznikne vedomie. Takže vedomie nevznikne a my zotrávame v rozlišovaní.

9. 1. 1996 – 13. sedenie

Na začiatku sedenia bola reč o tom, ako nadhodené otázky budú určovať témy sedení. Dnešná otázka znie: „Ako sa zbaviť žiadostivosti konzumovať? Ako sa vysporiadať so žiadostivými chútkami?“ Rozoberieme si túto otázku a budeme hľadať odpoveď na ňu.

Počas sedenia bude robiť Víťo Fila fotografie ku knihe Nadsvetská cesta. Všetci sú uzrozmenejší o tom, že bude fotografovať a pohybovať sa po miestnosti a možno bude manipulovať so svetlom.

Sadnite si alebo si ľahnite, samozrejme každý tak, ako sa mu žiada. Môžete

zavrieť oči, potom vás nebude nič rušiť, môžete ich mať máličko pootvorené. Záleží od vás, ako vám je to prirodzenejšie. Nie je dôležité ani to, aby ste boli úplne vystretí. Môžete sa pokojne aj pokrčiť, pokiaľ je vám to príjemné. Dôležité je to, aby ste zaujali takú pozíciu, v ktorej sa cítite dobre, aby ste sa vedome rozhodli, že sa nebudete hýbať a aby v tom nebol boj. Aby nebol rozpor v tom, že vy ste sa síce vedome rozhodli nehýbať sa, ale vaše telo s tým vôbec nesúhlasí a vaše srdce s tým vôbec nie je spokojné. V tom prípade sa radšej občas trošičku pomrvte, len aby srdiečko ostalo pokojné. Je to viac, ako keď budete nasilu dodržiavať nehybnosť.

Nehybnosť je dobrou pomôckou preto, lebo kontrast medzi tým, čo skúmame – v tom bude stále pohyb – a nehybným telom nám umožňuje jasnejšie vnímať. Zreteľnejšie si budeme uvedomovať tému rozprávania. Nechajte chvíľočku plynúť svoj dych bez zasahovania doňho. Počkáme si, až sa skamarátíme s prostredím, s tým, čo robíme. Obrátíme svoju pozornosť dovnútra. Sledujeme, čo sa deje v tele, sledujeme, čo sa deje v mysli, sledujeme, čo sa deje vo vedomí. Všímajte si aj, čo s vami robia záblesky, keď Víto fotí, všímajte si všetko, čo sa vo vás odohráva. Teraz, keď sme nehybní, jasne to všetko registrujeme. Všetko nás učí. My sa necvičíme, čiže nechceme byť vnímaví ani nevnímaví, nechceme byť bystrí a už tobôž tupí. My sa necvičíme. My skúmame, čo sa s nami deje, keď sme čo najviac nehybní. Naša myseľ a naše vedomie funguje tým istým spôsobom, ako keď sa hýbeme, lenže vtedy nemáme možnosť to postrehnúť.

Takže predtým, než sme si sadli, povedal som, že sa prizrieme na žiadostivosť. Žiadostivé chůtky. Už vieme, ako efektívne skúmať všetky pohyby, ktoré sa v našom vnútri, v hĺbke nášho vedomia a našej mysli dejú.

Ak by sme teraz začali rozoberať jednu žiadostivosť po druhej, prešiel by týždeň a ešte stále by sme mali čo rozoberať. Našich päť zmyslových orgánov a šiesta myseľ nám neustále ponúkajú nejaké koncepty. Pocity, ktoré sú vždy v pozadí všetkého, čo sa odohráva, sú pritom akousi šedou eminenciou nášho vnútorného a vonkajšieho života. Tieto pocity nás usmerňujú v každej žiadosti. Buď je tu žiadosť zvelaďovať, zväčšovať, hromadiť, alebo žiadosť zmenšovať, unikať, odchádzať. Ak nám niekto ponúkne dobré jedlo, my ho ochutnáme a uvedomíme si, že nám chutí, že nám veľmi chutí, a že sme hladní, že chceme pokračovať v jedení, sme si vedomí toho, že tu je žiadostivosť a je to žiadostivosť, ktorá je príjemná, vzrušujúca. To jedlo je fantastické.

Táto žiadostivosť mohla vzniknúť tak, že sme vedome chceli, aby vznikla. My sme vedome hľadali niečo dobré pod zub, našli sme to a žiadostivo to konzumujeme. Alebo mohla táto žiadostivosť vzniknúť spontánne. My sme nič nehľadali a zrazu sme narazili na nejaké výborné jedlo. My sme prišli na návštevu, nič sme nečakali, a dostali sme nejaké veľmi dobré jedlo. Nad týmito vecami sa bežne nezamýšľame. Ak máme pred sebou dobré jedlo, máme naň chuť, sme hladní, tak ho jeme. Keď ho všetko zjeme, uspokojíme sa, keď je toho príliš veľa, už nevládzeme, takisto sa uspokojíme. Problém vzniká vtedy, keď tu je dobré jedlo, keď tu je aj hlad, keď tu je aj chuť, je tu žiadostivosť, ale my si povieme: „Tak

nie. Nebudem tolko jesť, lebo: pribral by som," alebo: „Je to síce dobré, ale nie je to zdravé.“ Vzniká konflikt. Pokiaľ tento konflikt nevznikol, niet sa čím zaoberať. Takže ak skúmame žiadostivosť, skúmame ju preto, lebo tu je konflikt. Je tu jedlo. Je tu chuť do jedla, ale je tu aj zábrana: „Nemalo by sa jesť.“

Ak vznikol konflikt, máme pred sebou len dve možnosti. Alebo zotrývame vo svojom rozhodnutí nevyhovieť žiadostivosti, odriekame si, to čo sa nám žiada, alebo zmeníme svoje rozhodnutie, podľahneme žiadostivosti a konflikt zanikne. Jeme a už sa tým netrápime. Takže konflikt zotrýva len vtedy, keď sa nad tým ešte trápime. My silou vôle, silou rozhodnutia odmietame žiadostivosť, uprednostňujeme odriekanie. Pokiaľ máme dost sily, pokiaľ máme v rezerve dost energie odriekať, dovtedy uspejeme. Ak sa však táto energia minie, ak už nemáme silu odriekať si, podľahneme žiadostivosti, neuspejeme.

To, čo sme teraz rozobrali, je na úrovni svetských túžob a svetských starostí. Je to na úrovni výcviku. Na tejto úrovni sa nič nenaučíme, ale môžeme sa vycvičiť, takže keď nám niekto niečo ponúkne, vyzerá to veľmi dobre, vonia to veľmi dobre, zbiehajú sa nám na to slinky, veľmi radi by sme to jedli, my vytrávame v odmietaní tohto jedla a nejeme. Môžeme sa vycvičiť, budeme cvičení ako psíkovia na cvičišti, alebo na nejakom hospodárstve. Keď pred psíka hodia kosť a pokiaľ pán nepovie: „Môžeš," tak sa jej nedotkne, aj keby sa mal hned zadusiť slinami. Toto je svetská cesta, cesta svetskej žiadostivosti a svetských starostí.

Keď však vstúpime na nadsvetskú cestu, keď nehľadáme výhody, keď netúžime byť štíhli alebo zdraví, keď iba skúmame skutočnosť a chceme ju poznať takú, aká je, tak nie je dôležité, či sme chopili žiadostivosť, podľahli jej a začali konzumovať, alebo sme jej dokázali vzdorovať a vytrvalo odmietame, zotrývame v odriekaní. Obe situácie nás učia. Ak vyhovíme žiadostivosti a konzumujeme, všímame si, ako sa naša chuť mení z tej veľkej chuti, až pažravosti, cez postupné nasýtenie až k pocitu sýtosti alebo odporu. Už viac nezjeme. Ani kúsok. Ani za všetky peniaze sveta. Takto sa učíme o žiadostivosti a vidíme, ako žiadostivosť vznikla, čo podmienilo jej vznik, ako sa menila, keď sme konzumovali, a ako zanikla. Sme si jasne vedomí toho, že žiadostivosť je niečo, čo má začiatok, priebeh a koniec. Nestotožňujeme sa preto so žiadostivosťou, nepovažujeme sa za žiadostivosť. Pokiaľ sme žiadostivosti nevyhoveli, dokázali sme si odriekať, nesiahli sme po tom jedle, po ktorom nám srdce až piští, všímame si túto silu, toto odriekanie. Aj ono vzniklo. Pred chvíľkou sme si ešte nič neodriekali. Mení sa. Raz je silnejšie, raz slabšie. A potom zanikne a my jeme, alebo je už jedlo z nášho dosahu. Jedlo je preč, takže si ho už nemusíme odriekať, už nám nikto nič neponúka. Aj odriekanie je niečo, čo vzniklo, čo sa vyvíjalo, a napokon zaniklo. Preto sa nestotožňujeme s odriekaním, nepovažujeme sa za odriekanie. Nelipneme na cnosti odriekania. Nehovoríme si, ani nemyslíme: „Aký som ja cnotný, že som si odriekol zákusok.“ Pokiaľ by vznikla takáto myšlienka, všimli by sme si, že pred chvíľkou tu nebola, teraz vznikla, my sme si ju povedali a už je preč. Môžeme si ju zopakovať, ale to je už ďalšia myšlienka. Tiež vznikla, povedali sme si ju a je preč. Takto nás všetko po vstupe na nadsvetskú cestu

učí o tom, čo má akú hodnotu. Takže zistujeme, čo je hodné pozornosti a čo nie je hodné pozornosti. Až pochopením širších súvislostí sa oslobodíme od pocitov žiadostivosti a odriekania. Pochopíme, že odriekanie je v konečnom dôsledku tiež iba žiadostivosť. Sme žiadostiví odriekať si.

Všimnite si teraz vašu žiadostivosť. Je tu. Každý z vás ju jasne cíti. Ak cítite nepokoj, je tu žiadostivosť oslobodiť sa od nepokoja a dosiahnuť pokoj. Ak cítite pokoj, je tu žiadostivosť zachovať si pokoj, zväčšiť ho. Čokoľvek cítime, všetko nám slúži k tomu, aby sme niečo pochopili, aby sme sa niečo naučili. V sedení, keď sme nehybní a žiadostivo sa snažíme, nestotožňujeme sa so žiadostivosťou, a preto nás nemôže sedenie nikdy sklamať. Vždy sa niečo naučíme. V bežnom živote každým pohybnom, každým slovom, každou minútou sa učíme o tom, čo je hodné pozornosti a čo pozornosti nie je hodné. Necvičíme sa v odháňaní toho, čo nie je vhodné pozornosti, necvičíme sa vo zväčšovaní toho, čo je vhodné pozornosti. Nezhŕňame poznatky, nezhrňame vedomosti, nezhrňame cnosť. Pokojní v každej situácii vidíme súvislosti a začíname chápať. Až vtedy, keď jasne pochopíme, čo je prospešné nám, čo je prospešné druhým ľuďom, čo je prospešné všetkým, budeme robiť to čo je prospešné bez toho, aby sme museli vyvíjať úsilie. Budeme to robiť úplne prirodzene, bez akéhokoľvek uvažovania, lahučko a samozrejme. Takže keď nám niekto ponúkne niečo, čo nie je prospešné pre nás, nepocítíme žiadostivosť. Ak nám niekto ponúkne niečo, čo nie je prospešné pre druhých, nepocítíme žiadostivosť. Keď pochopíme tento princíp, dokážeme ho uplatňovať rovnako prirodzene, spontánne a samozrejme vždy a vo všetkom.

Pochopiť, čo je správne a čo je nesprávne, vedieť to okamžite rozlíšiť, bez rozmyšľania, bez pochybností, dokážeme až vtedy, keď spoznáme podstatu. Preto nesmieme byť sklamaní, keď spočiatku chápeme len niektoré veci a niektoré nám ešte unikajú, takže musíme vyvíjať úsilie. Možno niektorí z vás pochopili, že fajčenie nie je hodné pozornosti. Nemusia preto vyvíjať úsilie k tomu, aby nefajčili, jednoducho nefajčia. Možno niektorí z vás pochopili, že krímiť sa mäsom nie je správne, takže sú vegetariáni bez akéhokoľvek úsilia. Možno niektorí z vás pochopili, že hovoriť pravdu je správne a klamať je nesprávne, takže hovoria pravdu bez akéhokoľvek úsilia. Možno niektorí z vás už pochopili veľmi veľa vecí a nemusia vyvíjať úsilie k tomu, aby museli prekonávať žiadostivosť. Tá žiadostivosť sa vôbec neobjavuje. Z hľadiska poznania skutočnosti takej aká je, nie takej, aká by mala byť, ako nám ju niekto vykreslil, ako sme si ju sami vykreslili, ako si ju predstavujeme, však nie je dôležité, čo sme pochopili a čo nie. Nie je dôležité, či fajčíme alebo nefajčíme, nie je dôležité, či jeme mäso alebo nejeme mäso, nie je dôležité, či hovoríme pravdu alebo klameme. Či sme cnostní v akomkoľvek smere, alebo necnostní, všetko je pomimutélné. Všetko toto nie je hodné pozornosti. Napriek tomu, pokiaľ nepochopíme, že len vtedy, keď budeme v súlade so sebou, so spoločnosťou, s prostredím, keď budeme v harmónii so svojím vnútrom a so svetom okolo nás, len vtedy vytvoríme predpoklady na správne sústredenie. Len vtedy, keď už nebudem túžiť po mravnosti, po eticky dobrých činoch, po správnej reči ale budeme spontánne mravní, spontánne budeme

vykonávať dobré činy, spontánne budeme správne rozprávať, len vtedy si vytvoríme predpoklady na správne sústredenie. Mravnosť nie je teória. V každom okamihu musíme zvážiť všetky informácie a pochopiť, čo je správne. V takejto mravnosti je múdrosť, v takejto mravnosti je inteligencia. Takáto mravnosť rozvíja sústredenie a sústredenie je hodné pozornosti. Takéto sústredenie je predpokladom na rozvíjanie múdrosti a múdrosť rozvinutá na základe takéhoto sústredenia nás oslobodzuje od nevedomosti, od omylov, od chýb a od zla.

Žiadostivosť nás teda učí. Máme chuť na zákusok a učíme sa. Ak nemáme zmrznutý mozog, skostnatený nejakými predstavami: „Toto je dobré, lebo to bolo dobré predtým,“ a: „Toto je zlé, lebo to bolo zlé predtým,“ učíme sa. Odriekanie nás učí, ak nemáme zmrznutý mozog a nehovoríme si: „Teraz sa vzdávam tejto žiadosti potláčaním. Tak som si to prečítal niekde, tak mi to povedali, tak to urobil ten alebo onen.“ Učíme sa. Ak toto pochopíme, začneme sa spoliehať na múdrosť v nás a nie na teórie. Keď pochopíme, že zdravé a silné telo nám umožní pokojne a s istotou sa sústrediť, a že toto sústredenie je hodné pozornosti, nebudeme sa zaoberať tým, čo pozornosti nie je hodné. Takže pokiaľ máme tendenciu jesť neustále sladkosti, táto tendencia z nás spadne. Pokiaľ musíme vyvíjať úsilie k tomu, aby sme zotrvali v nejakom úsilí, znamená to, že sme ešte niečo nepochopili. Nesmútime preto. Sme radi. Je tu niečo, čo nás učí. Tak neustále spejeme ku koncu nášho vývoja. Všetkým dobrým aj všetkým zlým čo nás stretne.

Všimnite si teraz svoj dych bez toho, aby ste ho ovplyvňovali. Všimnite si, či musíte vyvíjať úsilie k tomu, aby ste odvrhli žiadosti, ktoré vás rozptyľujú. Všimnite si, aký pocit vo vás vznikol, keď ste si uvedomili, že nedokážete zotrvať len pri sledovaní dychu. Ak vznikla rozladenosť, vznikla, mení sa a zanikne. Ak ste zistili, že dokážete zotrvať iba pri sledovaní dychu, a vznikla spokojnosť, vznikla, mení sa a zanikne. Takže stále sme rovnako pokojní, stále sa učíme, všetko nám pomáha.

Vedome sa teraz hlboko nadýchnite, ponatahujte sa, rozhybte sa.

Všimnite si, že keď máte pokojnú myseľ, tak cítite za čelom čosi ako studený vánok. Po takomto sedení, keď sme nič nerobili, len tak sme sedeli, ak neprechádzajú žiadne myšlienky, nie sú tu žiadne hodnotenia toho, čo sme robili, tak zotrávate stále osviežovaní studeným vánkom za čelom. Chladný mozog je niečo úžasné. To znamená, že máte pod kontrolou všetko a nič vám neuniká. Ak sa človek rozčertí, všetko mu uniká a mozog vrie.

V Klube mladej rodiny sme v našich záverečných stretnutiach robili aj prechádzky. Takúto prechádzku si urobíme aj dnes tu.

Postavte sa. (*Počuť vstávanie.*) Poprechádzame sa takto okolo. Pomaličky budeme kráčať, môžete kráčať v rovnakom smere ako ja, aby sme sa nestretávali, nezavadzali si, a uvedomte si, keď kráčate, či myslíte. Všimajte si, či v duchu rozprávate. Možno urobíte niekoľko krokov a vôbec nerozmýšľate. Všimnite si, že môžete pokojne kráčať a nerozmýšľať. Vidíte pritom, vnímate polohu svojho tela, pocity, dych, ale nemyslíte. Ak to zachytíte čo len na dvoch-troch krokoch, v tom momente si uvedomíte, že môžeme kráčať a nemusíme vôbec myslieť.

Teraz budeme chvíľočku kráčať a rozmýšľajte. Rozmýšľajte o čomkoľvek. A teraz sa rozhodneme zastaviť myslenie. Zastavíme ho. Čiže opäť kráčame a nerozmýšľame.

Možno to niektorým z vás robilo trošku problémy. Preto si opäť pomôžeme. Kráčame a mlčíme. Všetci mlčíme. Okrem mňa. Nikomu to nerobí problém. O chvíľočku budeme kráčať a budeme rozprávať. Budeme si trebárs hovoriť.: „Kráčam, kráčam.“ Takže ideme na to. „Kráčam, kráčam, kráčam... (Všetci hovoria).“
Stop!

Tento princíp funguje aj v mysli. Presne takto. Čiže aj keď sme si na pohľad stupídne hovorili: „Kráčam, kráčam,“ bolo to veľmi dôležité pre každého z nás. Tak, ako sme si rozprávali a zastali v rozprávaní, keď sme sa rozhodli urobiť to, tak môžeme používať naše myšlienky ak chceme a mlčať vo svojom vnútri, keď chceme mlčať vo svojom vnútri. Ak si raz toto uvedomíme, je koniec so slúžením myšlienkam. Od toho okamihu myšlienky slúžia nám.

Bolo by smiešne, keby k nám varecha pribehla a my by sme museli točiť rukou. Že? My miešame vtedy, keď chceme. Alebo keby k nám pribehol skrutkovač a my by sme museli skrutkovať. Siahneme po ňom vtedy, keď chceme. Bolo by smiešne, keby sme teraz kráčali a každý z nás by rozprával. Každý z nás by hovoril o tom, čo sa mu stalo v práci, čo urobí, keď príde domov, čo ho čaká zajtra a čo najbližšie či v lete. Bolo by to smiešne. Pravda? A predsa takýmto nenormálnym, smiešnym spôsobom ľudia myslia. Aj my sme to predtým robili presne tak.

Výborne. Teraz sa všetci pomaličky vrátíme na svoje miesta.

Bežný život nás učí. Všetko je len otázka správnej informácie. Dozvedeli sme sa o tom, že je možné žiť a nemyslieť. Takže teraz je na mieste správne rozhodnutie. Je na mieste rozhodnúť sa, že sa oslobodíme od neustálej nutnosti rozmýšľať. Potom je tu otázka správnej všímavosti. Ak sme sa raz rozhodli, tak si všímame, a keď zistíme, že nám to zase myslí, tak to zastavíme. Je to aj otázka správnej vytrvalosti. Chvíľočku sa nám bude dať zastavovať myšlienky, no potom si povieme: „Ale veď toto je strašne dôležitá myšlienka!“ a preto ju nezastavíme, ale budeme pokračovať v rozmýšľaní. Tak pozor. To nie! Zotrvávame v rozhodnutí, budeme vytrvalí v rozhodnutí. Preto zastavíme aj túto strašne dôležitú myšlienku. Ak neustúpime, ak budeme vytrvalí v rozhodnutí, tak skôr alebo neskôr pochopíme, že naozaj len od nás závisí, či myslíme alebo nie.

Máme ešte niekoľko minút. Urobíme si ešte jedno sedenie.

Opäť pokojní zotrávame v pozícii, ktorá nám je príjemná. Nie sme napätí, nič neočakávame, nič nechceme. Jasne vnímame, s istotou, dostatočne všímaví.

Prešli sme si cestu. Vieme, že existuje úroveň reči, úroveň pohybu, úroveň myšlienok, úroveň predstáv, úroveň prítomnosti, úroveň javov, úroveň rozlišovania, úroveň pocítovania a oslobodenie. Nahliadneme teraz do úrovne pocítovania. Pokiaľ budem teraz rozprávať, ťažko sa vám bude realizovať to, o čom budem rozprávať. Všimajte si informácie. Doma budete mať čas a možnosť overiť si ich, vyskúšať platnosť informácií.

Ak už nemáme záujem ani na hmotných javoch, ani na duchovných javoch, ak už nemáme záujem rozlišovať, zotrávame v úsilí nerozlišovať. Ak sme presvedčení, že sme vykročili na nadsvetskú cestu a obrátíme svoju pozornosť k jednému bodu, všetky ostatné, ktoré sa objavia, sú dôsledkami svetských prianí a svetských starostí. Ak si vyberieme sledovanie dychu a v priebehu sedenia iba sledujeme dych, sme si pritom vedomí, keď vdychujeme, že vdychujeme, keď vydychujeme, sme si vedomí toho, že vydychujeme, keď sme vydýchli, sme si vedomí toho, že sme vydýchli a keď sme vdýchli, sme si vedomí toho, že sme vdýchli. Keď dýchame hlboko, sme si vedomí toho, že dýchame hlboko. Keď dýchame plytko, sme si vedomí toho, že dýchame plytko. S takýmto zameraním, s takýmto správnym sústredením zotrávame v sledovaní dychu. Všetko, čo sa objaví mimo dych je dôsledkom svetskej túžby, svetskej žiadostivosti, svetského priania, alebo svetskej starosti. Zotrávajúc vo všímavosti toho, či si dokážeme udržať jednoliate sledovanie dychu, odmietame každé vyrušovanie ako niečo, čo sme nevolali, čo prišlo, aj keď sme to nechceli, takže to neživíme, nemáme o to záujem, odmietame to, rozpúšťame. Nie je to nič nové, lebo predtým sme takto odmietali myšlienky, predstavy a javy. Ak je tu dych ako jeden jediný bod a je tu ďalší bod, nejaký iný pocit, všimnite si, že pocit Ja, postoj pozorovateľa, vedomie toho, že sledujem dych, je druhý bod, že to je svetské prianie a že sú to svetské starosti. Takže ak sa niečo takéto objaví, nemaznáme sa s tým, neživíme to, nezaujímá nás žiadne Ja, je tu len dych. Ak takto správne sústredení vnímame dych a postrehneme, keď vdychujeme, že tu je nádych a keď vydychujeme, že tu je výdych, tak toto pomenovanie vyšlo z pamäti, a to je druhý bod. My sa snažíme držať, vyvíjame k tomu úsilie, a sme všímaví a vytrvalí len jedného jediného bodu, a to je dych. Ak ten dych vnímame ako výdych, je v tom čas, je v tom rozlišovanie, porovnávanie, to nie je jednobodovosť. Takže odmietame toto rozlišovanie, toto porovnávanie, túto pamäť, tento druhý bod bez toho, aby tam bolo vedomie toho, že odmietame druhý bod.

Tento stupídny návod, ako to robiť je jediný, aký môžeme dostať. Každý sám musí pochopiť, o čo tu ide. Každý sám musí zistiť, ako je možné byť všímavý bez všímavosti, byť si vedomý bez vedomia. Presnejšiu informáciu, ako takúto nepresnú a hlúpu informáciu nám nikto nemôže dať. Takže už tu, v realizácii jednoty, niet nikoho, kto by nám mohol pomôcť. Ale nemôžeme sa spoľahnúť ani na seba, lebo to by bol druhý bod.

Táto úloha je na úrovni intelektu neriešiteľná. Napriek tomu však každý, kto je dostatočne vytrvalý, kto vytrvá, kto má dostatočne jasnú motiváciu a chápe, postupne, ale neomylnne, dosiahne jednobodovosť. Realizuje ju. Dosiahne jednotu, realizuje ju. Nie je možné, aby jednobodovosť – jednotu, dosiahol ten, koho vyrušujú myšlienky, nie je možné, aby jednobodovosť – jednotu dosiahol ten, koho vyrušujú predstavy. Koho ešte vyrušujú myšlienky a predstavy, ten sa s nimi musí vysporiadať tak, pochopiť ich tak, aby už nemusel vyvíjať úsilie k tomu, aby dokázal zotrávať vo vnútornom tichu a bez predstáv. Zotráva v ňom úplne samozrejme, bez akýchkoľvek problémov.

Táto cesta postupného oslobodzovania sa od závislosti má svoje jasné hraničné kamene. Tu je ríša slov – vieme v ríši slov, tu je ríša pohybu – vieme v ríši pohybu, tu je ríša myšlienok – vieme v ríši myšlienok, tu je ríša predstáv – vieme v ríši predstáv, tu je ríša prítomnosti – vieme v ríši prítomnosti, tu je ríša javov – vieme v ríši javov, tu je ríša rozlišovania – vieme v ríši rozlišovania, tu je ríša pocitov – vieme v ríši pocitov a tu je ríša oslobodenia. Nikto sa pritom nemôže pomýliť. Každý jasne vie, kde sa práve nachádza. Práve toto mu dáva istotu, pokoj, toto posilňuje jeho bdelosť, zväčšuje jeho porozumenie a speje k múdrosti. Nikto, kto sa s úprimným úsilím vydal na cestu k oslobodeniu nemôže minúť cieľ. Ale nikto ho ani nedosiahne zo dňa na deň alebo z týždňa na týždeň.

Zopakujeme si. Ak si stanovíme – už ničím nerušení – len jeden bod, zotrávame v tom jednom bode, jasne si vedomí každého ďalšieho bodu, ktorý vznikne. Zvuk je ďalší bod, hmatový dotyk, hmatový pocit je ďalší bod, akýkoľvek koncept, ktorý vznikne vo vedomí je ďalší bod, všetky pocity, pocit toho, že sa nám darí, je ďalší bod, pocit toho, že sa nám nedarí je ďalší bod, pocit Ja, ktoré si je tohto všetkého vedomé, je ďalší bod, takže neživíme tieto body, nehľadáme mnohosť, hľadáme jednotu. Len takto je možné realizovať jednotu, prežiť ju a pochopiť.

V bežnom živote, tí, ktorí sú už na tejto úrovni, môžu si všímať pocity nie tak, že si privlastňujú pocity. Nie cítim netrpezlivosť, som netrpezlivý, ale iba tu je netrpezlivosť. To nie som ja, ten pocit. Ak sa objaví rozladenosť, je tu rozladenosť, ale to nie som ja, ten pocit. Je tu nejaká žiadostivosť, ale to nie som ja, tá žiadostivosť. Takto všímavý zreteľne vidí, ako pocit živí hodnotenie, pomenovanie a pomenovanie, hodnotenie speje k činu, k reči, k myšlienke alebo k predstave. Čokoľvek sa prejaví teda nie som Ja. Uvedomenie si nie som Ja. Ak to človek zachytí, pochopí, že Ja je niečo, čo nemá nič spoločné ani s telom, ani s vnemami, ani s pocitmi, ani s myslou, ani s vedomím. Že všetky tieto zložky vznikajú až dodatočne a všetky ďalšie kombinácie až potom, keď vznikli tieto základné zložky. Takto teda speje poznávajúci k absolútnemu oslobodeniu. Keďže každý dosiahne taký cieľ, aký si vytýčil, skôr alebo neskôr ho úprimne hľadajúci realizuje.

Zotrávame ešte chvíľočku potichu, prestanem rozprávať. **Budte všímaví.**

KOMENTÁR K TRINÁSTEMU SEDENIU

Z akéhokoľvek pohľadu a akýmkoľvek spôsobom sa pozrieme, vždy na konci vidíme jedno a to isté. Akoukoľvek cestou a akýmkoľvek spôsobom kráčame, vždy dôjdeme k jednému a tomu istému koncu. Každý, kto má správnu informáciu, môže o nej donekonečna rozprávať. Rozprávanie však je iba začiatok cesty. Koncom cesty je až pochopenie. Ak však ten, kto rozpráva, rozpráva nechápajúcemu, je bezmocný vo svojej snahe pomôcť mu. Každý si preto musí pomôcť sám.

Je takmer nemožné, aby človek pochopil hneď. Ak však niekto nepočúva, ak

nevyvíja úsilie k tomu, aby pochopil, nemá záujem pochopiť. Chce sa len baviť, hrať, chce sa zabávať. Ten kto vie nemá nikdy potrebu vysvetľovať. Vysvetľuje na požiadanie, ak niekto prejaví záujem. Preto, keď zistí, že niet záujmu, že sa niekto na niečo pýta len z nudy alebo z pocitu slušnosti, okamžite zmĺkne. Mnohí ľudia si však neuvedomujú, že nemajú záujem. Úprimne sú presvedčení o tom, že majú záujem. A tak sa potom nevedia vynačudovať tomu, že zdroj informácií zmĺkol. Veľakrát je v tom prípade na mieste nechať dotyčného radšej v domnienke, že ho ignorujeme z namyslenosti, lebo naše srdce pritom ostane pokojné, a nebolo by správne šokovať nechápavého informáciou o tom, že k získaniu správnych informácií ešte nedospel. Príde čas, keď dospeje. Potom bude na mieste v podávaní správnych informácií pokračovať. Je lepšie, keď nechápavý myslí zle o chápanom, ako o sebe. Aspoň z hľadiska ľudstva to je rozhodne prospešnejšie. Chápajúci už vie a nechápavý ostal nezablokovaný. Preto je možné, že raz sa prestane hrať a prejaví ozajstný záujem.

ROZHOVOR PO TRINÁSTOM SEDENÍ

Nekonal sa.

16. 1. 1996 – 14. sedenie

Každý zotrúvame v tej pozícii, ktorá nám je príjemná, v ktorej sme sa rozhodli, že budeme zotrúvať, a o ktorej vieme, alebo sa domnievame, že v nej dokážeme zotrúvať nehybní. Budeme sa snažiť byť nehybní kvôli tomu, aby sme sa nemuseli rozptyľovať pohybom tela. Na telo môžeme úplne zabudnúť.

Ak sme v pohodlnej pozícii a už nemáme neustále nutkanie pohybovať sa, v nehybnej pozícii zotrúvame úplne prirodzene, bez akejkoľvek námahy. Pokiaľ budete cítiť, že vás niečo tlačí, alebo vám je nepríjemné zotrúvať v tej pozícii, v ktorej ste, upravte si ju. Nemusíte sa báť, že vás to vyruší z vnoru, koncentrácie, alebo pohody, ktorú ste dosiahli. Aj pohyb sa dá spraviť v pohode, v pokoji, takže vonkajší pohyb neruší vnútorný pokoj. Tak ako som povedal, teraz, v tomto prvom sedení sa trošičku prizrieme ezoterickej ceste, ceste vnútorného vývoja každého z nás. Prizrieme sa, čo takáto cesta prináša pre nás, ako pre jednotlivca, či nás odcudzuje od ľudí, či je jej dôsledkom pocit samoty, osamotenía, kedy sa tieto pocity môžu objaviť a ako sa vyvíjajú.

Ten, kto postrehol, že jeho konanie nie je vždy správne, ten, kto postrehol, že jeho reč nie je vždy správna, kto vo svojom živote nachádza chyby a nedostatky, nie je spokojný s tými chybami a nedostatkami, nie je spokojný s tým, že niekedy koná nesprávne a nie je spokojný ani s tým, že niekedy nerozpráva správne, ten začne vyvíjať úsilie k tomu, aby sa vyvaroval nesprávnej reči, nesprávneho konania, aby sa vyvaroval chýb a omylov. V tom okamihu, keď sa rozhodne poznávať dobro ako dobro a zlo ako zlo, nastupuje na vnútornú cestu. Neexistujú dvaja ľudia, ktorí by išli po tej istej ceste. Nie preto, že tá cesta je rozdielna. Je rovnaká pre všetkých. Ale preto, že každý má za sebou iné skúsenosti,

inú minulosť, má iné vedomosti, iné predstavy a iný prístup k poznávaniu. Tak ako po peknej aleji kráčajú rôzni ľudia, no cesta samotná je stále rovnaká, tak je rôzna aj každá vnútorná cesta, aj keď navonok je stále rovnaká. Duchovné zákony, psychologické zákony sú všeobecne platné pre všetkých ľudí rovnako, ako prírodné zákony. Kameň padá zhora nadol, rovnako ako človek, zviera, alebo akákoľvek iná vec.

Takže každý, kto sa rozhodol spoznať seba samého, tak aby nebolo náhodou to, čo spraví, aby dokázal predvídať svoje konanie, aby sa mohol spoľahnúť na svoje konanie, každý takýto človek sa na prvom úseku svojej vnútornej cesty zblíži s ďalšími ľuďmi, ktorí majú ten istý cieľ. Možnože predtým, ako vstúpil na cestu sebapoznávania, bol samotár. Keď však vstúpil na cestu sebapoznávania, našiel spoločnú reč s ľuďmi, ktorí majú rovnaké zameranie ako on, takže už nie je sám. Chodí na jogu, na zenové cvičenia, k nejakému majstrovi, kam chodia rôzni ľudia, ale všetkým ide o jedno a to isté. Takýto človek získava istotu v skupine ľudí, no súčasne s touto istotou, ktorú získa v skupine ľudí, zväčší rozdiel, priepasť medzi sebou a skupinou, ktorá má ten cieľ ako on, a ľuďmi, ktorí nemajú záujem ako on a ľudia okolo neho. Takže takýto človek sa stane tým, ktorý cvičí jogu a svet ľudí rozdelí na jogínov a nejogínov. Stane sa tým, kto cvičí zen a svet ľudí rozdelí na zenistov a nezenistov. Príde medzi žiakov Mahešvaranandu a svet ľudí rozdelí medzi žiakov Mahešvaranandu a tých, ktorí nie sú jeho žiakmi.

Osamelý človek, predtým osamelý, sa zbavil samoty. Už nie je osamelý. Medzi svojimi ľuďmi, vo svojom kolektíve sa necíti osamelý. Keď je sám, vo svojom vedomí, vo svojich predstavách, vo svojich pocitoch má so sebou ľudí, medzi ktorých prichádza rád.

Ak človek nastupuje vnútornú cestu a nie je osamotený, nie je sám, žije v rodine ako syn, dcéra, ako manželka alebo manžel, nevyhne sa rozdeleniu ľudí. Ak členovia jeho rodiny nezdieľajú jeho záujmy, nepatria do okruhu tých, medzi ktorých chodí on. Rozdelenie, ktoré vytvoril jeho záujem, sa vzťahuje aj na rodinu. Ja chodím na jogu, ale otec, mama, brat alebo sestra, tých to vôbec nezaujíma. Keďže mňa zážitky a skúsenosti, ktoré som získal, podnecujú k tomu, aby som sa s nimi podelil, rozprávam o svojich zážitkoch, o svojich skúsenostiach úprimne a zo srdca. Ak mi rozumejú, stávajú sa súčasťou ľudí, v prítomnosti ktorých sa cítim dobre, ktorí ma povzbudzujú v sebapoznávaní a poznávaní. Ak mi však nerozumejú, odcudzujem sa im. Tak ostávam sám, osamotený v rodine, v práci, v nejakom kolektíve. Duchovný zákon nepozná výnimku. Každé rozdelenie so sebou prináša skupinu ľudí, ktorí sú mi blízky a od ľudí, ktorí netvorí tú skupinu, ktorá má rovnaký záujem ako ja.

Ak poznávajúci neustrnie, ak neostane len na úrovni snáh, ale kráča s dostatočným úsilím, dostatočne všímavý, dostatočne trpezlivý, takže pochopí, skôr alebo neskôr sa vyčlení zo skupiny, v ktorej sa predtým cítil bezpečne a dobre. Prestane sa považovať za jogína, za zenistu, za žiaka Mahešvaranandu, takže keď bol predtým osamelý, opäť sa stáva osamelý. Keď žil predtým v rodine a potom, keďže ho rodina nepodporovala, stal sa osamelým v rodine, alebo nebol osamelý

v skupine, ktorá mala rovnaký záujem ako on, teraz, po vyčlenení sa z tejto skupiny je osamelý nielen v rodine. Týmto pocitom sa nikto nevyhne. Každý prejde úsekom, v ktorom sa cíti veľmi sám. Už vie veľmi veľa vecí, ktoré tí druhí ľudia nevedia. Predtým si ľahko našiel spoločníkov, s ktorými sa mohol porozprávať a rozumeli si, teraz, na úrovni vyčlenenia sa z akéhokoľvek kolektívu nenachádza porozumenie ani medzi členmi iných kolektívov, ani v rodine, ani medzi kolegami na pracovisku. Keď začne rozprávať, ľudia mu nerozumejú. Je sám. Takýto človek bude sám až dotedy, pokiaľ bude pociťovať túžbu rozprávať, pokiaľ bude prikladať vnútornej ceste väčší význam, ako bežnému životu, priateľstvu, porozumeniu. Keď však prejde úsekom, kde získava obrovské množstvo informácií, ktoré nedokáže jasne formulovať, iba o nich vie, pokiaľ teda prejde týmto úsekom a vstúpi na úsek, v ktorom ho opustia túžby a chcenia šíriť svoje poznatky, opustí ho potreba poučovať ľudí. Prestane robiť rozdiely medzi tými, ktorí vedia a ktorí nevedia, porozumie, prečo ľudia konajú tak, ako konajú, prečo rozprávajú tak, ako rozprávajú, prečo žijú tak ako žijú. Toto porozumenie zotrie v jeho vedomí rozdiel medzi skupinami a medzi jednotlivcami. Tak ako na začiatku v okamihu, keď sa stal členom nejakej skupiny, lebo začal poznávať a bol zrelý stať sa členom kolektívu, stal sa členom kolektívu rovnako zmýšľajúcich, tak teraz, keď prestane ľudí rozdeľovať, je zrelý zbaviť sa samoty človeka, ktorý sa vyčlenil. Ak sa rozpráva, ak je v kontakte s niekým, kto konzumuje alkohol, a on ho nekonzumuje, nájde si spoločnú reč s týmto človekom, takže ich reč pomôže jemu, pomôže aj tomu druhému, pomôže obom. Ak sa stretne s niekym, kto je násilný, a on násilný nie je, nájde spoločnú reč medzi sebou a násilníkom. Takže potom komunikujú obaja tak, že má z toho osoh on, že má z toho osoh ten druhý, že z toho majú osoh obidvaja. Ak sa stretne s niekým, kto kráča vnútornou cestou, kto pozná, nájde si s ním spoločnú reč bez ohľadu na jeho cestu, takže komunikujú tak, že je to dobré pre neho, pre toho druhého – pre obidvoch. Takto v poznávajúcom vzrastá priateľskosť nie preto, že chce byť priateľský, ale preto, že rozumie, že chápe. Chápe osamelých a chápe tých, ktorí sú v skupine ľudí. Chápe rodinu, chápe priateľov, chápe kolegov, preto lebo pozná seba samého.

Teraz, keď máme tieto informácie, možno sa v nás objaví tendencia pomyslieť si: „Ja sa vyhnem samote, vyhnem sa týmto štádiám.“ Toto zameranie je však nereálne. Každý úsekom samoty prejde, lenže niekto sa zastaví, zotrúva v niektorom z týchto štádií a nikdy sa nedopracuje k priateľstvu – k porozumeniu. Cena týchto informácií je práve v tom: nezastať. Nezlaknúť sa samoty. Patrí k ceste. Ale neurobiť zo samoty cnosť, lebo to nie je cnosť. Samota, pocit osamotenía je dôsledkom nepochopenia, neporozumenia, je to hlúposť. Takže jasne bdely poznávame, keď konáme hlúpo, keď cítime hlúpo, ale súčasne vieme, že týmto obdobím, týmto úsekom musíme prejsť. Neprechádzame ním však so zaviazanými očami, šmátajúc okolo seba. Jasne vidíme samotu, jasne poznávame samotu, učíme sa zo samoty. Preto týmto úsekom neporozumenia prechádzame rýchlo. Nedramatizujeme ho, nelutujeme sa, akí sme my chudáci sami, nikto nám nerozumie. Aj samota nás učí. Keby sme takýmto úsekom nikdy neprešli, nebolo by možné, aby sme

rozumeli ľudom, ktorý ním práve prechádzajú. Keby sme sa s takými ľuďmi stretli a nemali by sme vlastnú skúsenosť, nenašli by sme takú reč, ktorá by bola dobrá pre nás, ktorá by bola dobrá pre nich, ktorá by bola dobrá pre oboch. Každý úsek, ktorý prechádzame, je správny, je dôležitý. Žiadnemu sa nemôžeme vyhnúť, žiaden nemôžeme preskočiť, nemá zmysel zo žiadneho utekať. Každý však môžeme prežiť, precítiť, spoznať a pochopiť. Múdri ľudia nie sú osamotení ani na pustom ostrove. Hlúpi ľudia sa cítia osamotení aj v mase ľudí.

Námet, ktorý sme si chceli rozobrať, sme si rozobrali. Ak bol dobre rozobraný, ak bol dobre pochopený, nevystáva ďalšia otázka. Pomaly sa rozhybte, alebo si lahnite, zmeňte pozíciu. *(Zažnutie svetla.)*

Dúfam, že vám nevaďí svetlo? Tak sa ponatahujte trochu a ponatahujeme sa ešte lepšie. Zacvičíme si Súrja namaskár. Poznáte toto cvičenie? Je to z jogy. Súrja namaskár znamená Pozdrav slnku. Kto ho nevie? Kto sa s ním ešte nestretol? Dobré. Ukážem, o čo ide. Nie je to nič zložité, a nebude ani dôležité, ako dobre ho zacvičíte. Dôležité bude to, čo si o tom povieme, to, čo sa môžeme naučiť z nejakej zostavy. Je to jednoduchá zostava.

Zacvičíme si ju prvýkrát spolu, druhýkrát tiež spolu a tretíkrát už každý sám.

Existujú rôzne varianty Súrja namaskár. Zacvičím ten, ktorý viem. Ten kto vie svoj variant, zacvičí si svoj.

Tak... zozbierame energiu. Tu je výdych, nádych, predklon s výdychom, ľavá noha dozadu, nádych, prehnutie chrbta, do pyramídy s výdychom, na kolená a mačací chrbát, nádych, do pyramídy s výdychom, ľavá noha dopredu, nádych a prehnúť chrbát, do predklonu, výdych, a opäť nádych, ruky spolu, výdych. A ešte raz. Nádych, výdych, noha do zadu, pyramída, chrbát, ľavá dopredu, tak.

Tretíkrát si to zacvičíme každý sám.

Čo je teda teraz dôležité? Prosím vás, všimnite si: „Myslím pritom alebo nie? Predstavujem si pritom alebo nie?“ Ak pritom myslím, tak si nehovorím: „Jaj, jaj, jaj, nemal som myslieť.“ Áno. Iba som si vedomý toho, že myslím. Na to mám sedenie, aby som skúmal, čo je myslenie. Ako je možné myslenie spomaliť, ako je možné myslenie spoznať, ako je možné myslenie zastaviť. Ak urobíme tie pohyby, urobíme sled pohybov, všimnite si, že vám môže pozornosť uniknúť.

Toto tretie si teda spraví každý sám. Všimajte si, čo sa pritom deje. Môže sa stať, že vám pritom myseľ uletí do toho, čo budete robiť, keď prídete domov. Všimnite si, keď sa to stane. Môže sa stať, že si spomeniete na to, čo ste robili. Alebo vyriešite nejakú matematickú úlohu, ktorú ste nemohli vyriešiť, lebo keď je človek uvoľnený, v momente prichádza tvorivosť. Uvoľnene cvičíte a prichádza to. Nemá. Nepodporujeme to, ale sme si vedomí, že to prišlo. Možno že niektorí z vás už s týmto nemajú problémy. Všimnite si, keď robíte jeden pohyb, či máte pred sebou, vo svojom vedomí už toto *(ukážka ďalšieho pohybu)*, aj keď ho ešte nerobíte.

„Ale keď chcem udržať sled...“

To vás ruší. Keď robím tento pohyb *(ukážka pohybu)*, je tu len tento pohyb – ale keď ho pozorujem, tak to už nie je koncentrácia. Už som vyrušený. Čiže

odcvičiť celú Súrja namaskár a nebyť rušený myšlienkou, predstavou ani konceptom je sprvu nemožné. Lenže my sme tu práve preto, aby sme sa to naučili. Aby sme sa naučili absolútnej koncentrácii bez toho, žeby sme pritom vyvíjali úsilie.

Takže teraz si to skúste zacvičiť a každý sám si všimnite, čo vás vyruší. Nejde pritom o precíznosť cvičenia, ide o to, aby sme porozumeli sebe. Tak nech sa páči. *(Každý cvičí.)*

Vyvstáva tu teraz otázka: „Dokážeme urobiť tento sled pohybov, alebo akýkoľvek iný sled pohybov, ako celok? Ako počítač? Bez emócií, bez predstáv, ničím nevyrušovaní?“ Ak nie, tak sme hlúpejší ako počítač. Ako stroj. Preto musíme spoznať všetko, čo nás v živote môže vyrušovať.

Výborne. Teraz si urobíme sedenie, kde sa na tento problém pozrieme zas z iného pohľadu. Takže sme sa trošičku rozhybali. To je dobre. Zaujmite opäť pozíciu, ktorá vám je príjemná. *(Zhasnutie svetla.)*

Zaujali sme každý svoju pozíciu. Všimnite si, teraz, keď sme urobili prvé sedenie, potom sme ho prerušili, zaoberali sme sa nejakou inou činnosťou, a opäť sme sa vrátili k sedeniu, na akej úrovni začínate toto druhé sedenie. Všimnite si, že tak ako ste končili prvé, tak uvoľnení, ste už aj na začiatku tohto druhého. Veľký rozdiel v tom nebude.

Táto časť sedenia sa bude týkať veľmi jemných vecí. Pokojne sledujte, nesnažte sa silou mocou pochopiť. Nedá sa to. Ak vám niečo unikne, nevracajte sa k tomu. Ak vám to nič nebude dávať, len sa pokojne uvoľnite. Je tu príjemná atmosféra, nemusíte ničomu rozumieť a aj tak získavate pokoj. Váš mozog odpočíva. Relaxuje.

Ak kráčame vnútornou cestou, sme tí, ktorí poznávajú všetky zákutia svojej psychiky. Po určitom čase nadobudneme dojem, že sme na hranici svojich možností. Dokážeme zotrvať nehybní, bez problémov, ale to je niečo pre nás úplne samozrejmé. Nejasáme preto, že sme teraz sedeli pol hodiny, trištvrte alebo hodinu nehybní, pre nás je to úplne normálne. Spoznali sme myslenie a v priebehu nášho sedenia sme zotrvali vo vnútornom tichu, bez vnútorného rozprávania, bez slov, ale pre nás to je niečo úplne samozrejmé. Spoznali sme predstavy, v priebehu nášho sedenia sme zotrvali nehybní, bez slov a bez predstáv, ale nejasáme preto. Pre nás to je niečo obyčajné, normálne. Zotrávame v prítomnosti, počujeme zvuky, cítime telo, vnímame dych, uvedomujeme si priestor, uvedomujeme si čas, uvedomujeme si zmeny, precítujeme rozlišovanie ale nejasáme preto, je to úplne normálne. Robíme to bežne. Vnímame javy. Rozlišujeme javy. Ale nejasáme preto. Nie je to po prvý raz, čo vnímame javy, čo rozlišujeme javy, takže po tej polhodine, trištvrte hodine, hodine v sedení vstávame nespokojní. Prečo sme vlastne sedeli, prečo sme zabíjali čas, keď sme robili to isté, čo predtým už veľakrát? Aký to má zmysel? Čítali sme knižky, počuli sme všelijaké teórie o tom, že existuje nejaký koniec, že existuje nejaká nirvána, nejaké oslobodenie. Ale kde? My si sadáme a máme dojem, že sme zaspali, že sme ustrnuli. Že zo sedenia sme vstali takí istí, ako sme si do sedenia sadali. To nás znechucuje.

Ak sa toto stáva, stáva sa to len z nedostatku informácií – správnych informácií.

Z nedostatku všímavosti – správnej všímavosti. Z nedostatku vytrvalosti – správnej vytrvalosti. A z nedostatku pochopenia – správneho pochopenia. (*Ďalej je text nezrozumiteľný.*)

KOMENTÁR K ŠTRNÁSTEMU SEDENIU

Informácie z druhého sedenia sa vinou techniky stratili. Nevadí, aj tak dobre. Možno že v niektorých hlavách sa teraz zrodila myšlienka: „Stratilo sa iba to, čo nemalo byť zachované.“ Nevadí, aj tak dobre. Zle začína byť až vtedy, keď sa tuposť vyhlási za osudovosť a keď sa hlúposť zabalí do papiera vyššej inštalácie.

ROZHOVOR PO ŠTRNÁSTOM SEDENÍ

Nezaznamenaný.

23. 1. 1996 – 15. sedenie

Na lístočkoch, ktoré som vám dal, bolo niekoľko otázok. Vypísal som si ich, takže na začiatku by sme si niečo povedali o týchto otázkach a potom uvidíme, čo ďalej.

Ferko B.: „**Ktoré osobnosti a knihy ti najviac pomohli na tvojej ceste?**“

Z nedávno zomrelých to je Krišnamurti a z dávnejšie zomrelých to bol Budha Šakjámuni. Knižky: Ak ste sa stretli s knižkou *Tázání po nemožném*, odporúčam vám prečítať si ju. Už vám táto knižka niečo povie. Ďalej: *Dvadsaťjeden budhových rečí*. Tých knižiek je strašne veľa. V každej knižke sa nájde niečo, čo vám pomôže k tomu, aby sa tá mozaika, ktorú si postupne skladáte zaplnila a aby ste videli, ako to vcelku vyzerá. Z jednej knihy to však nepôjde. Treba ich prečítať viac, urobiť si svoj názor a nájsť si svoje odpovede.

Či robím recenzie kníh v AISE, ktoré ma zaujali?

V časopise AISA robím recenzie kníh, ktoré musím robiť. Vydavateľ mi povie, ktorú recenziu chce, aby som spravil, tú potom spravím. Mám to šťastie, že sú to dobré knihy, takže mnohokrát som takto donútený prečítať si knižku, ktorú by som si inak neprečítal, a bola by to škoda.

Niečo o Krišnamurtim, prípadne o jeho knihách.

Už som sa zmienil o jednej knihe, ktorá u nás vyšla v češtine. Aj keď nebudete od Krišnamurtiho čítať nič iné, len túto jednu knihu, ale budete ju čítať až dotedy, pokiaľ nepochopíte, o čom hovorí, tak nie je potrebné čítať ďalšie jeho knihy. Prečítal som asi desať alebo pätnásť jeho iných kníh, ktoré vyšli v samizdatovom preklade, anglicky neviem, no táto kniha, ktorú vydalo Nakladateľstvo PRAGMA, je vynikajúca. Je najlepšia zo všetkých. Podarilo sa im spraviť z rozhovorov, ktoré sám Krišnamurti nevedel až tak plynule formulovať, čosi veľmi zrozumiteľné a jasné. Čo sa týka Krišnamurtiho, nie som kompetentný vyjadrovať sa o jeho osobnosti. Vedel viac, ako viem ja. Ale nebol dobrý učiteľ. Možno bol príliš inteligentný.

Je tu pán Martin B.?

(Neozval sa..)

A Tonko?

„Áno, tu som.“

Pardon... **„Je intuícia jeden zo zmyslov?“** Zmyslový orgán. Mysel je šiesty zmyslový orgán. Častou mysle je aj intuícia. Takže v tomto zmysle je intuícia jeden zo zmyslových orgánov. Ale o tom si budeme niekedy rozprávať. Budeme si rozprávať o tom, aká je náväznosť medzi intuíciou a osvietením, medzi múdrosťou a oslobodením. Bude to dlhšie rozprávanie. Niekedy si spravíme na to sedenie.

Potom tu sú ešte tri otázky. Nebudem menovať.

Je tu otázka: **„Mám problém nezaspieť.“**

Nezaspieť, predpokladám pri sedení. To predsa nie je problém. Ak niekto zaspí pri sedení, tak to je v poriadku. Niekolkokrát som to už povedal. Sleduje rozprávanie potiaľ, pokiaľ je schopný ho sledovať, ak sa uvoľní a zaspí, sleduje ho ďalej, len o tom nevie. Vedomie tam zostáva stále. Netreba si z toho robiť ťažkú hlavu, keď človek zaspí. Je to známkou toho, že sa tak uvoľnil a že tak dôveruje okoliu, že si to dovoľí. Človek nikdy nezaspí tam, kde sa cíti ohrozený. Kde sa cíti bezpečne, tam zaspí.

Okrem toho som už tiež povedal, že naša cesta je ako každá cesta. My kráčame, no nie každý v kráčaní vytrvá. Zaspánie je také zvezenie sa. Odpočiniem si a nechám sa zviezť. Tiež prejdem kusisko cesty, všeličo vidím, všeličo sa naučím, ale napokon treba zostúpiť. Je územie, na ktorom už neexistuje žiaden povoz, a tam si to už treba prekráčať naozaj po vlastných. Ale ak človek ešte nemá dost sily na to, aby prešiel niektorý úsek, tak sa chvíľočku zvezie. Zmysel to má. Dôležité je, aby odtiaľto odchádzal s tým, že niečo pochopil, niečo nové počul. Aby nemal dojem, ktorý by po odchode odtiaľto formuloval do vety: „To bola škoda, že som tam bol. Hodinu a pol som len tak stratil, mohol som robiť niečo iné.“ Ak si pospí, tak už je to v poriadku, už nestratil. Čiže nie je problém, keď niekto zaspí, nemalo by ho preto ani trápiť to, že zaspal.

Ďalšia otázka: **„Je pri nastúpení nadsvetskej cesty určitá dolná alebo horná hranica? Kedy môže začať mládež a deti?“**

Hranica nie je vo veku, hranica je v pochopení. Robil som cvičenia s deťmi a už šesť-sedem ročné deti dokážu zostať nehybné a vnímať, keď im rozprávam o myšlienkach. Už sedem-osem ročné deti sú schopné dosiahnuť vnútorné ticho. Sú schopné zastaviť myslenie a úplne hravo zotrvať vo vnútornom tichu. Nie je to pre nich nič nemožné. Tie deti, ktoré realizujú vnútorné ticho, dokážu ísť aj za predstavy aj za prítomnosť. Moja dcéra mala tri-štyri roky keď si oproti mne začala sadáť a sedela desať-pätnásť minút. Syn mal hádam desať rokov a chodil so mnou na zenové cvičenia, na ktorých bez problémov sedel dvakrát alebo trikrát po tridsať minút. Hranica vo veku nie je. My to práve preto prešlapávame, aby o niekoľko rokov už tie deväť-desaťročné deti boli omnoho ďalej, ako sme my teraz v poznaní vlastnej činnosti mysle a činnosti mozgu.

Tu je jedna zaujímavá otázka a nedá sa až tak ľahko vysvetliť: **„Je nadsvetská**

cesta v rozpore alebo má nejaké spoločné východiská s náboženstvom? Napríklad s katolíckym a iným?“

Bolo by to dlhé rozprávanie. Ale... pokúsím sa aspoň v krátkosti objasniť podstatu, aj keď niektoré veci, ktoré s tým súvisia, budem musieť vynechať. Idem z Bratislavy do Prahy vlakom. So mnou cestuje skupina ľudí, s ktorými si rozumiem. Máme rovnakú cestu. Jeden z nich je katolík, jeden je evanjelik, jeden je budhista, jeden je taoista, jeden je taký a onaký, je to skupinka rôznych ľudí. Keďže sme inteligentní ľudia a máme dobrú voľu, aj napriek tomu, že sme vyznávači rôznych náboženstiev, tak sa príjemne porozprávame. Lenže ja cestujem z Bratislavy do Prahy a oni mi všetci v Brne vystúpia. Takže zvyšok cesty cestujem sám. To je náboženstvo. Má svoju hranicu, na určitej úrovni končí a ďalej sa nedá ísť. Jednoducho sa nedá ísť ďalej, lebo slová už nestačia. Tvrdiem, že náboženstvo je dôležité v tom zmysle, že mnohokrát je tým prvým stupienkom, ktorý človeka dovedie k tomu, aby si uvedomil, že existuje aj niečo iné, ako hmota. Takže začne uvažovať o týchto veciach. Začne hľadať spoločnosť ľudí, ktorí uvažujú tiež týmto smerom, hľadajú týmto smerom, ak je však dôsledný v tom uvažovaní, tak sa nezastaví. Čiže náboženstvo má svoj klad v tomto smere a má svoje zápory. Nechcem sa nikoho dotknúť, ale zápor je v tom, keď sa stanoví hranica, bariéra, za ktorú nie je možné ísť. Ak chcete prísť k oslobodeniu, dnes si povieme opäť čosi v tomto zmysle, nedá sa svietiť, musíme prejsť za slová, musíme prejsť za predstavy a musíme prejsť za javy. Kniha, to je slovo, to je predstava, my si predstavujeme, čo čítame, a to je jav. Kniha samotná je jav. Kniha nám nemôže povedať viac. Má svoju obrovskú hodnotu, ale nemá v sebe obsiahnutú absolútnu hodnotu. Oslobodenie, to nie je nič iné, ako dosiahnuť absolútno. Človek musí dôjsť na koniec. Pravdepodobne len málokto z vás tuší, čo naozaj chceme. Postupne k tomu prídeme. Sám občas žasnem nad tým, do čoho sme sa vlastne pustili. To čo sa niekomu zdá, ako maximum toho, čo môže človek dosiahnuť, je v skutočnosti len východiskový bod k ozajstnému oslobodeniu. Existuje nekonečno, existuje nesmrteľnosť, a je dosiahnuteľné aj nekonečno a je dosiahnuteľná aj nesmrteľnosť. Nie v prenesenom slova zmysle, ale v takom zmysle, v akom to rozprávam. Pokiaľ tam neprídeme, pokiaľ sa nestaneme nesmrteľnými a nekonečnými, dovedy nie sme na konci.

Posledná otázka, alebo skôr konštatovanie: **„Potom, po dvadsiatej hodine sa už bojím ísť sama domov.“**

Už tu je praktická realizácia toho, čo skúmame. Odtiaľto vyjdeme von a ostávame priateľmi. Nemalo by sa stať to, že tu prežijeme hodinu a pol, a potom zabuchneme dvere a tí ostatní už pre nás neexistujú. Proste odídeme preč a zabudneme. Odchádzame preč a vidíme ísť odtiaľto preč ženu. Nenecháme ju ísť samú. Aj takto si navzájom pomáhamo. Keď sem príde medzi nás niekto, kto bude mať v úmysle dávať nám otázky, ktoré nás budú odvádzať od toho, k čomu spejeme, tak to všetci pocítime. Ak sem prichádzate s tým úmyslom, že chcete spoznať, čo sa v nás vlastne deje, čo vlastne sme, tak potom to aj spoznáme.

Poprosil by som tých, ktorí ešte nedali lístoček so svojim menom, aby ho aspoň

ku koncu odovzdali. Je možné, aj keď ste už lístoček dali, aby ste napísali nejakú otázku, ktorá vám príde na myseľ v priebehu nášho sedenia, alebo keď budeme končiť.

Urobíme si jedno dlhšie sedenie, ale urobíme si ho až po chvíli. Najprv si spravíme viac dynamickejšiu časť nášho stretnutia. Niečo také, čo v bežnom živote budeme môcť pozorovať a čo nám bude pomáhať k tomu, aby naše sedenia boli čím ďalej, tým lepšie.

Takže teraz by som vás poprosil, keby ste vstali.

Urobili sme si už aj chodenie. Minule sme si urobili cvičenie Súrja namaskár. Teraz budeme opäť chodiť. Tak by som vás prosil... budeme chodiť týmto smerom. Nič zložité, jednoducho len chodíme.

Čiže je to bežná činnosť, ktorú denne vykonávame. Chodíme. Nesnažte sa pritom robiť nič špeciálne. Jednoducho si všimnite, čo sa vo vás robí. Možnože teraz rozmýšľate o niečom, no nikto z nás nerozpráva. Okrem mňa. Budeme chvíľočku chodiť, nebudem rozprávať, a vy len sledujte, či dokážete robiť ten krok za krokom pokojne a pohodlne bez toho, že by ste vo svojej mysli formovali nejaké slová alebo myšlienky. Čiže vnútorne skúste prestať rozprávať a vydržať v nerozprávaní.

(Mlčanie.)

Teraz začínam opäť rozprávať. Všimli ste si, či ste kráčali a nerozprávali vo svojom duchu, alebo ste nejaké myšlienky nedokázali odohnať? Oni sa objavili a realizovali sa. V duchu ste rozprávali. Nikto z nás nevie, čo sa dialo v mysli toho druhého človeka, ale každý z vás presne vie, čo sa dialo v jeho mysli. Ak sa vám však podarilo kráčať a v duchu ste pritom vôbec nerozprávali, tak teraz už viete, že je možné kedykoľvek kráčať a nerozprávať. Je možné kedykoľvek pracovať a v duchu nerozprávať. Je možné robiť akúkoľvek činnosť a v duchu nerozprávať.

O chvíľku sa opäť odmlčím, no teraz sa sústredíme na predstavy. Vašou úlohou bude všimnúť si, či si niečo predstavujete. Či si spomeniete na to, čo ste dnes prežili alebo na nejaký dávnejší zážitok, alebo si predstavíte niečo, čo bude potom, keď skončíme toto naše stretnutie, alebo čo bude zajtra, čo bude o rok, čo bude o sto rokov. Či dokážete kráčať a nepredstavovať si nič.

(Dlhšie ticho.)

Takže teraz viete, keď ste kráčali a nemali ste žiadne predstavy, že ste nemali žiadne predstavy. Vnímali ste to, že kráčate, vnímali ste svoje telo, vnímali ste svoj dych, vnímali ste ľudí okolo seba, vnímali ste predmety, ktoré sú tu, vnímali ste prítomnosť. To, čo práve teraz vidíte, počujete, vnímate. Mohlo sa však stať aj to, že ste zachytili a všimli ste si, že vo svojej mysli máte spomienku alebo predstavu týkajúcu sa budúcnosti. V našich sedeniach, v prvých piatich sedeniach sme si rozobrali, čo robiť s myšlienkami a čo robiť s predstavami. Ako je možné dosiahnuť stav vedomia, v ktorom niet myšlienok a v ktorom niet predstáv. Komu chýbajú informácie, môže si ich vypýtať u pani vedúcej, lebo všetky sedenia sú napísané.

Teraz pôjdeme ešte o kus ďalej. Keď nemáte žiadne myšlienky, vnútorne ste

tichí, nemáte žiadne predstavy týkajúce sa minulosti alebo budúcnosti, vnímate len prítomnosť, môžu sa objaviť nejaké riešenia situácií. Váš mozog začne produkovať nejakú modelovú situáciu a hľadá spôsob, ako na ňu adekvátne reagovať. Nie je to situácia, ktorú práve teraz zažívate. Môže to byť však aj riešenie situácie, ktorú práve zažívate. Väčšinu ľudí riešenie situácie tak zaujme, že si ani neuvedomujú, čo robia. Ak však chcete spoznať fungovanie vlastného mozgu, dozvedieť sa o ňom čo najviac a dosiahnuť toho, aby ste sa vyvarovali absolútne akéhokoľvek omylu, musíte sa pokúsiť aj v bežnom živote kráčať a nemyslieť, kráčať a nepredstavovať si a kráčať a nič neriešiť. Je to veľmi ťažké. Je však možné nepripravovať sa na nič a existovať tak, že už v mysli nie sú nielen predstavy, ale ani koncepty. Vy kráčate a myseľ vôbec nepoužívate. Ste len bdelosť ktorá sleduje prejavujúce sa vedomie. Vidíte, počujete, ste v prítomnosti a zotrúvate v nej bez toho, že by vznikalo čokoľvek, čo nemá s prítomnosťou žiaden súvis. Akonáhle toto dosiahnete, zistíte to jasne zo studenej hmoty, z chladivého pocitu za čelom. To znamená, že inteligencia je činná, nie je to mŕtvy stav vedomia, ste veľmi pozorní, a cítite, pokiaľ to robíme v chôdzi, že každý váš krok je úplne stopercentný. Cítite každý sval vo svojej nohe a ovládate ho. Nič sa vám nemôže vymknúť spod kontroly. Nemôžete sa potknúť na banáne, ani keby ste naň stúpili. Nemôžete sa potknúť ani na hrbolatej ceste. Získate istotu, ktorá je neotrasiteľná.

No a teraz, v sedení, skúsime ísť ešte ďalej. No chvíľku budeme ešte kráčať. Ja nebudem rozprávať a vy sledujte, čo sa deje. Pokiaľ ešte prichádzajú myšlienky, vôbec sa netrápte tým, čo je za myšlienkami, predstavami a konceptami. Bolo by to zbytočné a mohlo by vás to odradiť. Pokiaľ prichádzajú myšlienky, snažte sa zbaviť myšlienky. Ak už neprichádzajú, ale prichádzajú predstavy, sledujte predstavy. Ak už neprichádzajú ani predstavy, sledujte koncepty objavujúce sa v mysli.

Takže ak teraz iba kráčam, no konceptuálne si pripravujem, čo budem hovoriť, keď budete vy sedieť a ja budem rozprávať, tak to znamená, že nemám istotu. Všetky koncepty sú znakom neistoty. Ak si toto uvedomíte, tak prestanete vítať koncepty. Prestanete vítať riešenia. Až potom je možné, aby prichádzali spontánne, v pravý čas a pravým spôsobom, takže potom už kráčate životom bez akéhokoľvek hádania, tápania, s istotou. Pokiaľ toto nedosiahneme, tak niečo sa nám podarí, niečo sa nám nepodarí, no o absolútnej istote nie je možné hovoriť.

Teraz pomaličky prejdeme na svoje miesta a pripravíme sa na sedenie.

(Usádzanie sa.)

Posadte sa pohodlne. Dajte si niečo pod nohy, lebo vám bude chladno, alebo si dajte topánky. Len si ich pokojne dajte. Nebudte naľahko, aby vám nebolo zima. Zmyslom našich sedení nie je to, aby sme sa otužovali. Cítte sa pohodlne. Pokiaľ by niekto musel odísť skôr, nerobte si násilie. Pokojne vstaňte a odídte. Pokiaľ by som rozprával niečo, čo vás nezaujíma, alebo sa vás vnútorne nepríjemne dotklo a nemáte záujem počúvať ďalej, pokojne odídte. Nikto nech si naozaj nerobí žiadne násilie. Pokiaľ si uvedomíte, že ste zaspali, že ste sa teraz zobudili, pokojne pokračujte v sledovaní. Všimnite si, ako ste reagovali na to, že ste

chvíľočku spali. Všetko nás učí. Neexistuje nič, čo by nás neučilo. Najviac nás učia neúspechy, najviac nás učia hlupáci, najviac nás učí zlý pocit. Dobrý pocit nás veľmi rád uspáva a dobrí ľudia nás veľmi často uchlácholia, takže zmäkneme. Všetko, čo sa nám stáva, nás učí. Čím horšie – tým lepšie. Ale to neznamená, že teraz si budem zlo vyhľadávať. Je toho dost aj bez toho.

Svetlo nepotrebujeme. Buď máte poloprivreté oči alebo úplne zatvorené.

Pokiaľ by sa vám žiadalo zakašľať, pokojne si zakašlite, aby ste necítili napätie. Čokoľvek spravíte, nemalo by to nikoho rušiť. Malo by ho to niečomu naučiť.

Všimnite si, či ste uvoľnení. Či vám vaše telo nie je prekážkou. Ak je vám prirodzené opierať sa, opierajte sa. Ak je vám prirodzené sedieť, sedte, ak je vám prirodzené, alebo práve sa vám žiada ležať, ležte. Poloha nie je dôležitá. Ak v priebehu rozprávania pocítite, že vám je nepríjemné zotrvať v tej pozícii, v ktorej ste, pokojne ju zmeňte. Môže to byť úplná zmena a môže to byť len čiastočná zmena. Viete každý sám, čo potrebujete.

Ak zotrávate nehybní, všimnite si, či vám je to príjemné alebo k tomu musíte vyvíjať úsilie.

(Dlhšie ticho.)

Počas tohto dlhšieho ticha ste si určite všimli pohyb. Telo je nehybné a napriek tomu je všade okolo nás pohyb. Pohyb je aj v našom tele. Pohyb je v našej mysli. Pohyb je v našom vedomí. Vznikajú pocity. Menia sa, zanikajú, vznikajú ďalšie. Vznikajú vnemy, menia sa, zanikajú, vznikajú ďalšie. Takže to, čo považujeme za osobnosť, za ja, sa skladá z niekoľkých zložiek. Je tu telo, jasne ho vnímame, uvedomujeme si. Ruky, nohy, trup, panva, hlava, telo. Sú tu vnemy. My vnímame to, že sedíme. Hmatový vnem. Počujeme zvuky. Sluchový vnem. Cítíme dych. To všetko sú vnemy. Čiže druhá zložka, z ktorej sa skladáme sú vnemy. Tretia zložka, z ktorej sa skladáme, sú pocity. Pocitujeme pohodu, alebo pocitujeme napätie, pocitujeme spokojnosť, alebo pocitujeme nespokojnosť, pocitujeme tlak, máme príjemný nepríjemný, indiferentný pocit, pocitujeme nudu, čiže tretia zložka, z ktorej sa skladáme, sú pocity. Štvrtá zložka, z ktorej sa skladáme, sú myšlienky. Pod myšlienkami teraz nemyslíme myslené slovo, myslenú vetu, pod myšlienkami rozumieme aj rôzne koncepty, predstavy, myšlienky, ktoré sa týkajú času. Myšlienky týkajúce sa predstavy, myšlienky v tom najjemnejšom zmysle sú všetko čo, rozlišujeme. Ticho a zvuk, to je myšlienková činnosť. Rozlišujeme medzi tichom a zvukom. Spokojnosť a nespokojnosť. Rozlišujeme medzi spokojnosťou a nespokojnosťou. Myšlienky, to je pomenovanie, ktoré sme si vytvorili na základe rozlíšenia. Štvrtá časť, z ktorej sa skladáme, sú myšlienky. Piata časť, z ktorej sa skladáme je vedomie. Sme si vedomí nášho tela. Sme si vedomí našich vnemov. Sme si vedomí našich pocitov. Sme si vedomí rozlišovania – činnosti mysle. A sme si vedomí toho, že sme si vedomí. Že si uvedomujeme. Takže piata zložka, z ktorej sa skladáme, je vedomie.

Ak sledujeme tieto zložky a hľadáme to, čo nepodlieha biele prírodného zákona, čiže my hľadáme to, čo nevzniká, nemení sa a nezaniká, to čo nepodlieha zrodeniu, starnutiu, chorobe, smrti, špine a bolesti, nemôžeme to nájsť ani v jednej

z týchto zložiek, z ktorých sa ako osobnosti skladáme. Vieme dobre, že telo sa zrodilo, starne, môže ochoriť, môže pociťovať bolesť, podlieha špine a očakáva ho smrť. Nerobíme si ilúzie. Ak sa stotožníme s telom, nevyhneme sa bolesti, rozpadu. Vnemy však takisto vznikajú, menia sa, starnú a zanikajú. Neexistuje nekonečný vnem. Každý vnem má svoj koniec. Pravdepodobne nikto z nás sa nestotožňuje s vnemami tak, že lamentuje preto, lebo teraz už nevníma tlak, ale vníma nejaký zrakový podnet. Nikomu z nás nerobí problém prechádzať od vnemu k vnemu. Lahko sa teda zbavujeme vnemov, ale len preto, že ak jeden vnem zanikol, očakávame ďalší vnem. Podľa možnosti, že bude aspoň taký dobrý, alebo ešte lepší, ako bol ten predchádzajúci. My sa síce nemusíme stotožňovať s vnemami, ale sme chytení do pasce vnemov. Vnemy podliehajú biede prírodného zákona. Vzniku, zmene, zániku. Ak sa tým istým spôsobom pozrieme na pocity, rýchlo pochopíme, že každý pocit má svoj začiatok, priebeh a koniec. Chvíľu sa cítime bezpečne, potom máme strach, potom máme radosť, potom máme pocit istoty, chvíľu sme sebavedomí a potom si neveríme. Pocity sa menia. Neexistuje pocit, ktorý by bol absolútny. Ani šťastie, ani takzvané „nekonečné“ šťastie nie je nekonečné. Akýkoľvek pocit si predstavíte, ak túto predstavu dovediete do konca, jasne zistíte, že každý pocit podlieha zmene a speje k zániku. Ak sa pozrieme na myseľ, na to neustále rozlišovanie a sme pritom dostatočne citliví, vnímaví, uvedomíme si, akú krátku životnosť má rozlišovanie. Zvuk zvonku: auto, zvuk za dverami: hovor, uvedomujeme si dych, vdychovanie a vydychovanie. Rozlišujeme medzi vdychovaním a vydychovaním. Rozlišovanie neustále vzniká a neustále zaniká. Neexistuje absolútne rozlišovanie, nekonečné rozlišovanie. Ak sa pozrieme na vedomie, sme si vedomí toho, že sedíme, taký je prejav nášho vedomia, sme si vedomí nášho tela, sme si vedomí vnemov, sme si vedomí pocitov, sme si vedomí rozlišovaní, sme si vedomí svojho chcenia, sme si vedomí pocitu Ja, sme si vedomí času, ničoho z toho však nie sme si vedomí neustále. Keď sme si vedomí času, nie sme si vedomí priestoru, keď sme si vedomí priestoru, nie sme si vedomí dotyku, keď sme si vedomí dotyku... a takto by sme mohli pokračovať ďalej. Čiže aj vedomie neustále vzniká, mení sa a zaniká. Čiže tých päť zložiek, ktoré súhrnne vnímame ako osobnosť, ako Ja, nemajú v sebe nič nekonečné. Všetkých päť zložiek podlieha zmene a speje k zániku. Ani jedna z týchto zložiek nás nemôže oslobodiť od tejto zákonitosti. Všetky sú chytením a pripútaním k prírodnému zákonu. Takže keď na to takto hľadíme, môže nás prepadnúť smútok, depresia, zúfalstvo. Nič nie je nekonečné, všetko je konečné. Nič nie je možné udržať si, každá taká snaha je márna.

Ak to tak vnímame, je to len preto, že sme neboli dost dôslední a nechali sme sa chytiť do rozlišovania. Vieme, že rozlišovanie vzniká, mení sa a zaniká. Ak sa stotožňujeme s rozlišovaním, zanikáme neustále s ním a vznikáme neustále s ním. Vieme aj o tom, že tým, keď niečo rozlíšime, spustíme reťaz podmieneného vznikania. Ak rozlíšime medzi dvoma bodmi, sme si toho vedomí, že vzniklo vedomie. Ak sme si toho vedomí, dali sme podnet na vznik myslenia. Najprv tu je vedomie, my si niečo uvedomíme a potom o tom rozmýšľame. Myslel. Kde

je myseľ, tam je telo. Kde je myseľ a telo, tam sú zmyslové orgány. Kde sú zmyslové orgány, tam je vnímanie. Kde je vnímanie, tam je pociťovanie. Kde je pociťovanie, tam je vedomé chcenie. Dobrý pocit chceme, zlý pocit nechceme. Takže na dobrom lipneme a na túžbe zbaviť sa zlého lipneme tiež. Kde je vedomé chcenie, tam je lipnutie. Kde je lipnutie tam je stávanie sa. Čo sa stáva, to sa nakoniec zrodí. Čo sa zrodilo, podlieha zmene a speje k zániku. V okamihu, keď rozlíšime medzi dvoma bodmi, spustíme celú túto reťaz podmieneného vznikania a táto reťaz podmieneného vznikania nás ovplyvní. My máme názor. Máme vedomosť, máme skúsenosť, preto lebo sme rozlíšili. Sme podmienení tým, čo sme v minulosti zažili. Takto podmienení pozeráme na nový zážitok, ktorý je prítomnosťou. Čiže pozeráme naň zaujato. Nie sme nepredpojatí, naopak, sme zaujatí. Pokiaľ sme zaujatí, nemôžeme vidieť skutočnosť takú aká je, môžeme len náhodou uhádnuť, čo máme povedať, čo máme spraviť. Nemôžeme mať absolútnu istotu. Takže v pozadí je neistota, pochybovačnosť.

Keď sme začali skúmať vedomie a myseľ, zistili sme, že je možné dosiahnuť vnútorné ticho, čiže prestať vo svojom vnútri rozprávať, a dosiahnutím vnútorného ticha sme získali schopnosť, ktorú sme predtým nemali. Keď sme ďalej skúmali myslenie, uvedomili sme si ríšu predstáv, ktorá sa objavila v okamihu, v ktorom sme zvíťazili nad myšlienkami, takže už myšlienky neprichádzali. My sme v tejto ríši predstáv nejaký čas zotrvali, až pokiaľ sme nechceli spoznať, čo je za predstavami. Ak sme sa už na to odvážili a realizovali sme prítomnosť, stav bez predstáv, zistili sme, že sme sa obohatili o novú skúsenosť, o nové vedomosti. Dokázali sme byť spokojní v prítomnosti. Zistili sme, že je možné vnímať aj takýmto pocitom, že existuje aj takáto spokojnosť.

Naša práca sa nám zatiaľ vždy oplatila. No a teraz, keď už netúžime ani po prítomnosti, keď už vidíme všetky zložky osobnosti ako konečné, ako nestále, keď už netúžime po tom, aby sme boli zdravší, keď už netúžime po príjemných vnemoch a nebojíme sa nepríjemných, keď netúžime po príjemných pocitoch a nebojíme sa nepríjemných pocitov, keď už vidíme aj rozlišovanie ako pohyb, čiže neustále vznikanie a zanikanie, keď už neveríme ani vedomiu, netúžime ani po absolútnom vedomí, začíname byť zvedaví, čo sa stane, keď zanikne rozlišovanie. Keď táto reťaz podmieneného vznikania už nevzniká. Keď už prítomnosť nevnímame cez minulosť, cez spomienky, cez pamäť. Všimnite si, že pokoj, hlboký pokoj, nemá nič spoločné s telom, ale ani s vnemom, že hlboký pokoj nemá nič spoločné s pocitom, že hlboký pokoj nie je podmienený rozlišovaním a že hlboký pokoj existuje niekde za vedomím. Že keď sa objaví telo, už tu nie je hlboký pokoj, ale len pokoj, keď sa objaví vnem, pocit, akékoľvek rozlíšenie, alebo vedomie, už tu nie je hlboký pokoj, ale len pokoj. Takže hlboký pokoj je za týmto všetkým a ničím z toho nie je ovplyvniteľný. Intuitívne, v jednom okamihu môžeme pochopiť, nie ako teóriu, ale ako fakt, že naša podstata je viac v tom hlbokom pokoji, ako v tele. Naša podstata je viac v tom hlbokom pokoji, ako vo vnemoch. Naša podstata je viac v tom hlbokom pokoji, ako v pocitoch. *(Diktafón sa s nečakaným a hlasným cvaknutím vypol. Rozprávajúci otočil kazetu a znovu zapol*

diktafón.) Naša podstata je viac v tom hlbokom pokoji, ako v rozlišovaní. Naša podstata je viac v tom hlbokom pokoji, ako vo vedomí.

Uvedomili ste si teraz, ako ste reagovali na zvuk vypnutia diktafónu? Na začiatku som povedal, že všetko nás učí. Neúspech nás učí, ak sme schopní chápať. Bolesť nás učí, ak sme schopní chápať. Strata nás učí, ak sme schopní chápať. Ak bedákame, tak nechápeme. Neučíme sa. Rozlíšili sme medzi dobrom a zlom, pomenovali sme zlo ako zlo a spustili sme tým reťaz podmieneného vznikania. Čo je minulosť. Takže sme sa nemohli nič naučiť. Vrátime sa k učeniu.

Ak jasne pochopíme, že všetko čo sa hýbe speje k zániku, naše srdce prestane písať po tom, čo sa hýbe a začne sa prikláňať k tomu, čo sa nehýbe. Nie preto, že to chceme, že sme sa tak intelektuálne rozhodli, ale preto, že sme pochopili, čo má väčšiu hodnotu. Všetko, v čom je pohyb, speje k zániku. Ak sa stotožníme s tým, v čom je pohyb, nevyhneme sa zániku. Nevyhneme sa prírodnému zákonu. V sedení, keď sme nehybní v akejkoľvek pozícii, keď sme si vytvorili podmienky a nikto nás neruší, keď nemusíme vidieť, počuť, ani vnímať, takto pripravení si všímame vnemy, ale nedržíme si ich. Uvedomíme si, je tu vnem, to znamená, že ho predchádza nejaký intelektuálny čin, čo je rozlíšenie, musela tu pracovať pamäť, čo je minulosť, takže ja sa neučím, spustil som reťaz podmieneného vznikania. Ak toto sledujeme, lebo už nemáme problémy s myslením ani s predstavami, lebo už po ničom netúžime a nemáme žiadne starosti, ak počas sedenia zotrávame v prítomnosti bez akéhokoľvek prania, tak našou všímavosťou postrehneme, keď niečo rozlíšime. Ak sme takto bdeli, realizovali sme člen prebúdzania – všímavosť. Snažíme sa túto všímavosť posilniť, zdokonaľiť, takže si jasne všímame každé rozlíšenie, ale nedovolíme, aby sa spustila reťaz podmieneného vznikania. Uvedomíme si: „Je tu rozlíšenie,“ nedržíme sa však rozlíšenia v pamäti, neživíme ho, nerozvíjame. Takto rozoznávame všetky javy a tak v nás vzniká člen prebúdzania rozoznávania javov. Ak zotrávame v rozoznávaní javov bez toho, aby sme sa nechali chytiť akýmkoľvek javom, jasne rozlíšime, sme všímaví, zachytíme to, rozlíšili sme nejaký jav a odmietneme ho. Počujeme nejaký zvuk a odmietneme ho. Cítíme nejaký tlak v našom tele, odmietneme ho. Vznikne v nás nejaký koncept, odmietneme koncept. Čokoľvek sa pohne, odmietneme to. Ak vznikne vedomie toho: „Ja robím takéto niečo,“ odmietneme to, lebo to je JA, ktoré vzniklo – je to pohyb. Na tejto úrovni každý jasne postrehne, ako strašne sme chytení telom, vnemami, pocitmi, myslou a vedomím. Tieto putá začne vnímať, chápať ako niečo zlé. Ako reťaze. **Čím menej ho pútajú javy, tým hlbší pokoj cíti, tým väčšiu istotu získa, tým jasnejšie je intuitívne prebleskovanie, poznanie, že za všetkým tým, čo neustále vzniká, mení sa a zaniká je niečo, čo nevzniká, čo sa nemení, čo nezaniká; čo je nekonečné, večné, ničím neobmedzené, čo nepodlieha biede prírodného zákona; čoho sa nedotýka zrodenie, starnutie, choroba, bolesť, smrť ani špina.**

Takže vnútorným pohľadom, čistým, ničím neovplyvneným, získava prebúdzajúci schopnosť rozoznávať čo je hodné pozornosti a čo nie je hodné pozornosti. Jeho srdce sa úplne prirodzene kloní k tomu, čo je hodné pozornosti, a už ho

nepúta to, čo nie je hodné pozornosti. Dych nie je hodný pozornosti, pocit pokoja nie je hodný pozornosti, pocit uvoľnenosti nie je hodný pozornosti, čokoľvek, čo rozlíšime, nie je hodné pozornosti. Takto pohrúžený bez prianí a bez túžby – tušenie sa mení v istotu, intuícia sa mení v osvietenie. Osvietenie je stav, v ktorom našim vnútorným pohľadom jasne vidíme, ako vzniká utrpenie a bieda, ako zaniká utrpenie a bieda, oslobodzujeme sa od utrpenia a od biedy múdrosťou. Takýmto pochopením sa do bežného života vraciame vždy istejší si tým, že nie sme telo, takže ho pokojne používame, že nie sme vnemy, takže pokojne vnímame, že nie sme pocity, takže pokojne cítime, že nie sme rozlišovanie, takže pokojne rozlišujeme, že nie sme vedomie, takže si pokojne uvedomujeme, preto však nelipneme na príjemnom a nemáme strach pred nepríjemným. Tým získavame hlboký pokoj, ktorý je mimo dosah prírody.

Možno cítite strnulosť z dlhej nehybnosti, všimnite si, či sa stotožňujete s tou strnulosťou, alebo to je len strnulosť, ktorá vznikla, ktorá podlieha času, takže ju cítite, ale nepovažujete sa za tú strnulosť. Všimnite si, keď sa vám to podarí, strnulosť tu je, ale už nie ste tou strnulosťou. Ste hlbokým pokojom, ktorý nemôže ovplyvniť žiaden pocit. Všimnite si pocit Ja, ako sa mení, všimnite si, že to je len pohyb, čiže niečo, čo vzniklo, podlieha zmene a zániku, že to nie je niečo nekonečné, ako sme sa možno predtým domnievali, takže naša podstata je niekde za tým ja. Čokoľvek rozlíšite, všetko je len dočasné.

O chvíľočku prestanem rozprávať. Zotrváme ešte nehybní. Pokúste sa o to. Možno niektorí z vás budú rušení myšlienkami. Všimajte si myšlienky, v tom hlbokom pokoji. Možno niektorí z vás už nebudú rušení myšlienkami, ale predstavami, všimajte si predstavy. Spomienka alebo predstava, čo bude o chvíľku, keď sa toto skončí. Všimajte si ten hlboký pokoj. Možno že niektorí z vás dokážu zotrvať v nestotožňovaní sa s ničím. Čokoľvek sa prejaví, všetko je mimo nich. Takže zotrávajú v odmietaní akéhokoľvek prejavu. Odmietajte mnohobodovosť a nakloňte svoje srdce jednobodovosti – jednote. *(Dlhšie mlčanie.)*

Komu sa žiada, pokojne môže zmeniť pozíciu. Môžete si ľahnúť, ak chcete, môžete sa pomrviť. Komu sa žiada, ešte zotráva v tom pokoji, ktorý dosiahol. Každý sám ukončí naše sedenie.

Dnešné rozprávanie bolo dosť náročné. Tí, ktorí ste tu dnes boli prvýkrát, berte to len ako námet. Aby to však ani pre vás nebola až taká strata, aj keď už je po ôsmej hodine, urobíme niečo, čo sa vám bude zdať možno praktickejšie.

Skúste vystrieť ruky. Vystrite ich a všimnite si, či máte nejaký názor na svoje vystreté ruky. Či máte nejakú mienku o tom, že máte vystreté ruky. Či máte vystreté ruky a máte len vystreté ruky, alebo za tým ešte niečo je. Všimnite si, že čokoľvek je za tým, vyrušuje to. Ak mám mienku o tom, že mám vystreté ruky, vyrušuje ma to. Ak mám mienku o tom, ako dlho môžem mať vystreté ruky a cítiť pritom pohodlie, vyrušuje ma to. Ak tu je Ja, niekto, kto má skúsenosť s tým, ako mal niekedy vystreté ruky, vyrušuje ma to. Ak porovnávam medzi sebou a tými druhými, ako to vnímajú alebo ako vyzerajú, vyrušuje ma to. Ak sa považujem za toto telo, vzniknú problémy. Ak sa stotožňujem s vnímaním, vzniknú problémy.

Ak sa stotožňujem s cítením, vzniknú problémy. Ak rozlišujem, mylí ma to, tak ako som už povedal. Ak sa stotožňujem s vedomím, mám mienku, vyrušuje ma to. Všimnite si, že ničím neotrasiteľný pokoj nemá nič spoločné s tým, čo robí telo. S tým, ako hodnotíme, čo sa okolo nás deje. Nie je možné zastaviť pohyb, ale je možné nebyť tým pohybom, oslobodiť sa od neustáleho vznikania a zanikania. Skúste si v duchu povedať, že ruky máte ťažké, že ich máte stále ťažšie a ťažšie. Uvidíte, čo to spraví. Skúste si teraz v duchu povedať, že ruky máte ľahké. Že sa cítite úplne v pohode. Okamžite ste si vedomí odrazu. Každý čin speje k niečomu. Skúste zavrieť oči a dosiahnuť takého pokoja, ktorý ste dosiahli v sedení, keď boli ruky voľne položené. Stačí, ak sa k nemu čo len trošičku priblížite, intuitívne pochopíte, že telo môžeme používať a necítiť sa telom. Náš život sa preto nestane menej intenzívny. Naopak.

Teraz pokojne otvoríte oči. Čím hlbšie vnikáme do princípov pohybu, tým krajší je náš život.

No a je na čase pohybať rukami. Rozhýbte si ich. Môžeme ich používať, ako chceme. Ak si vytvoríme o niečom mienku, vždy nás to obmedzí. My kráčame pochopením k oslobodeniu. Ale aj to pochopenie je obmedzenie.

Ďakujem za trpezlivosť.

KOMENTÁR K PÄTNÁSTEMU SEDENIU

Pätnáste sedenie bolo dost pestré. Odpovede na otázky, chôdza, dlhé nehybné sedenie a napokon martýrium so zdvihnutými rukami. „V živote som ešte nemal tak dlho zdvihnuté ruky,“ povedal jeden zo zúčastnených. Ale, priznám sa, že ani ja. Učíme sa za pochodu.

Keď prepisujem tento text, čítam ho a rozmyšľam o ňom, nejde mi do hlavy, odkiaľ sa vzal. Lenže aj vtedy, keď čítam Krišnamurtiho alebo Budhu, uvedomujem si, že to, čo čítam, nie je možné vymyslieť. Ak som u druhých narazil predtým na otázku, ktorú im ktosi položil, než som začal čítať ich odpoveď, uvažoval som, ako by som odpovedal ja. Napadali mi samé hlúposti. Aj to boli hlúposti s porovnaním s tým, ako odpovedali opýtaní. Teraz, po skúsenostiach s vlastným odpovedaním zisťujem, že všetky dobré formulácie vznikali v okamihu odpovede. Nebolo najprv slovo a potom reč. Vždy šlo o bezprostrednú, ničím necenzúrovanú reč. Slovo aj reč bolo jedno. Ak nie, ak sa objavila najprv myšlienka a až potom som ju vyslovil, odpoveď už nebola správna. Stáva sa to, no vtedy sa vraciam k pokoji, ktorý síce nepresne, ale predsa len najvýstižnejšie vyjadruje slovo ľahostajnosť. Je mi jedno, či odpoviem správne alebo nie, či ma ten, kto počúva bude naozaj počúvať alebo nie a je mi jedno aj to, či ma pochopí alebo nie. Keď totiž túto „ľahostajnosť“ stratím, slovu predchádza špekulácia, kalkulácia, snaha ulahodiť alebo akási podvedomá snaha o sebarealizáciu. Podľa toho potom vyzerá aj odpoveď.

Pri písaní to je ľahšie. Pri písaní sa dajú hlúposti veľmi ľahko vymazať. Ten, kto číta text, číta len dobrý text. O zlom nevie. Takúto možnosť však pri rozprávaní nikto nemá.

Spomínam si, že keď som kedysi písal, osem až desaťkrát som každý text prepisoval. Dnes vymením sem-tam slovo. Lahko, bez námahy urobím veľa práce, všetkých „Drakov“ som napísal v priebehu jedinej dovolenky. Predtým som na napísanie textu podobného rozsahu potreboval vždy niekoľko rokov. V určitom zmysle by som si zaslúžil väčšiu odmenu za práce predtým. Moje prózy sú dobré. To zlé z nich zmizlo. Dnes som schopný napísať na posedenie poviedku a za tri týždne román. Jediné, čo ma brzdí, je mechanická práca ruky. Pritom moja odmena je aj teraz, za takúto ľahkú prácu, aspoň rovnaká (no skôr väčšia). Nie je však moja skúsenosť všeobecná? Klavirista, ktorý hrá lahučko aj tie najťažšie pasáže, zarába ľahko a dobre. Je to spravodlivé? Organizátor, ktorý organizuje s prirodzenosťou ryby vo vode, zarába ľahko a dobre. Je to spravodlivé? Uvážte. Ak si zavoláte majstra, aby vám opravil vodovod, zaplatíte mu s ľahším srdcom, ak si zavoláte takého, ktorý sa pritom strašne zapotí, narobí, veľa bude skúšať, bude mu to trvať, ale napokon odvedie dobrú prácu, ako keď si zavoláte majstra, ktorý vám veselo si popiskujúc opraví vodovod za pár minút? Ak budete mať na výber, ktorého z týchto dvoch majstrov si zavoláte?

Niektorí ľudia sa ma pýtajú: „Je možné, ak spoznám seba, aby som potom aj viac zarábal?“ Nemyslím si, že niekto z tých, ktorí sa dočítali až sem, musí nad odpoveďou rozmýšľať. Slovo a myšlienka prišli určite spolu a hneď. Všimli ste si to?

ROZHOVOR PO PÄTNÁSTOM SEDENÍ

Nekonal sa.

PREDKOMENTÁR

Na úvod tohto stretnutia som nadhodil dve otázky. Každý sa mal zamyslieť nad tým, ako by na ne odpovedal. Mohol svoju odpoveď povedať aj nahlas, no túto možnosť napokon nikto nevyužil.

Aké to boli otázky?

Prvá: „Viete, akú najväčšiu chybu ste vo svojom živote urobili?“

Druhá: „Viete, ako ju môžete okamžite, alebo čo najrýchlejšie napraviť?“

Prosím, zamyslite sa aj vy nad tým, ako by ste odpovedali. Možno vás niečo impulzívne napadlo, preblesklo vám to myslou. Všimnite si, čo to bolo. Vráťte sa k tomu, neodmietnite to iba z toho dôvodu, že to mohol byť logický nezmysel.

Dobre, a teraz, keď už viete, aká bola vaša prvá reakcia, vyčleňte si trochu času a pouvažujte. Akú najväčšiu chybu ste vo svojom živote urobili a ako ju môžete okamžite, alebo čo najrýchlejšie napraviť?

...

Pouvažovali ste?

Ak áno, porovnajte svoju odpoveď so správnou odpoveďou:

1. Najväčšia chyba, akú sme vo svojom živote urobili, je tá, že **sme sa narodili.**
2. Túto svoju najväčšiu chybu môžeme okamžite, alebo čo najrýchlejšie odstrániť tak, že **zomrieme.**

Ako teda? Uhádli ste správne odpovede?

Posledné sedenie, ktoré bude v tejto knihe uvedené, si vytýčilo za úlohu rozobrať tieto dve otázky a odpovede. Uvidíme, či zlo je naozaj zlé a dobro naozaj dobré. Uvidíme, ako to je vlastne s tou existenciou dobra a zla.

Než prepíšem magnetofónový záznam šestnásteho sedenia, spomeniem ešte chodenie, ktoré som tentoraz nezaznamenal. Z predchádzajúcich dvoch chodení viete, čo bolo ich obsahom. V tomto treťom pribudla k pozorovaniu myšlienok a predstáv úloha pozorovať ego. Bolo treba všímať si, kedy sa prejavuje a ako. Čiže po dosiahnutí prítomnosti, nerušený myšlienkami ani predstavami, sledujúc len javy sprostredkované zmyslovými orgánmi: vidíme žinenku, žltý filc, na ktorom sedávame, stĺpy, závesy, ľudí okolo nás a tak ďalej, počujeme slová, zvuky za dverami a vonku, cítime pohodu a pokoj, alebo aké úsilie vyvíjame bdelosťou, vnímame chôdzu, uvedomujeme si pohyb. No a teraz do tohto všetkého príde ego. Ako zbadáme, že prišlo? Že sa – tiež ako jav – prejavilo? Začneme uvažovať. Nie slovami, nie v predstavách. My uvažujeme tak, že pomenovávame javy. Vidím žinenku, počujem pani vedúcu, ako na chodbe s niekým hovorí, cítim sa dobre, kráčam, a... A čo? Čo toto všetko znamená? Pomenovávanie je prejav ega. Ak si nedám pozor, ľahko sa rozvinie, nabalí, ako snehová guľa spustená z vršku, ak si nedám pozor, čoskoro po pomenovaní sa objaví predstava, spomienka na minulosť alebo čosi, čo sa týka budúcnosti. Ak si nedám pozor, zaujme ma a ja ju začnem rozvíjať. Začnem riešiť nejakú situáciu, začnem komusi čosi vysvetľovať, začnem... a už sú to slová, myslenie. Tak takto teda vzniká ego a takto sa rozvíja. Ako však zaniká ego? Tak, že odmietneme slová, odmietneme myšlienky a myslenie vôbec. Tak, že odmietneme predstavy, odmietneme riešenia a vysvetľovanie a vrátíme sa k prítomnosti. Čo robíme v prítomnosti? Dávame pozor, sme bdelí a vyvíjame úsilie k tomu, aby sme si uchovali bdelosť pri vnímaní javov. Dávame si pozor, aby sme ich nepomenovávali. Lebo len tak ich môžeme spoznať také, aké naozaj sú, a nie také, aké chceme, aby boli, alebo aké nechceme, aby boli. Takto si zachovávame bdelosť v bežnom živote, a takto sa pripravujeme na sedenie, v ktorom, takto pripravení, budeme schopní tri podmienky prebúdzania oživiť, oživené podporiť a podporené rozvinúť až k dokonalosti.

Teraz je už správny čas na záznam zo sedenia.

30. 1. 1996 – 16. sedenie

V tomto sedení budem vychádzať z predpokladu, že poznáte obsah prvých desiatich sedení, ktoré sme si spravili ešte minulý rok. Čiže viete podstatu o pohybe a nehybnosti, o myslení a nemyslení, o predstavách a nepredstavách, o prítomnosti, o javoch a o rozlišovaní.

V dnešnej chôdzi, keď sme sa prechádzali, som spomenul tri podmienky, ktoré treba rozvíjať a rozvinúť.

Prvou podmienkou, ktorú treba rozvíjať a rozvinúť, je čistá myseľ. Na túto prvú podmienku upozorňujú a kladú dôraz všetky smery a učenia, ktoré sa usilujú dosiahnuť niečo na poli sebapoznania a poznania. Vychádzajú z toho všetky

zákazy a príkazy, odporúčania a sľuby. V podstate sa dajú zhrnúť do piatich bodov, alebo presnejšie, do piatich nečistôt mysle.

Keď sa objaví nečistota mysle, a my to starostivo sledujeme, sme si vedomí nečistoty mysle, nepodporujeme nečistú myseľ, snažíme sa jej zbaviť, podporujeme opak nečistej mysle, čistú myseľ, snažíme sa ju rozvinúť.

Povedali sme si, že prvou nečistotou mysle je túžba. Čiže keď sa objaví v našej mysli túžba, rozmyšľame tak, že túžime; cítime tak, že túžime; vnímame tak, že túžime; potom sme si vedomí toho, že v našej mysli je túžba a že túžba je nečistotou mysle. Takže nepodporujeme túžbu. Spočiatku budeme pravdepodobne nepodporovať, nebude nám to robiť problém, túžbu niekomu ublížiť. Keď sa objaví, nepodporujeme ju, zvládneme ju. Možno sa objaví túžba klamať, aj s tým sa môžeme pomerne ľahko vysporiadať. Nejaký čas nám však bude trvať, než sa dostaneme k túžbe nepodliehať zmyselným žiadostiam. Ale aj keď zvládneme toto nepodliehanie zmyslovým žiadostiam, ešte stále objavíme v našej mysli túžbu, ako nečistotu. Je tu túžba žiť, túžba po cnosti, túžba po sebarealizácii, túžba po bytí, po existencii v nejakej forme. Tejto jemnej túžby, rozprestrenej, ťažko obmedziteľnej, sa zbavujeme najťažšie. Túžba dosiahnuť poznanie, túžba dosiahnuť realizáciu je tiež nečistotou mysle.

Tušíme už, že opakom túžby, ktorá je nečistotou mysle, je múdrosť. Múdrosť sa nedá dosiahnuť. Múdrosť sa objavuje, keď zmizne túžba. Túžba a múdrosť nemôžu byť spolu. Jedno ustupuje druhému. Ak sa jedno má narodiť, to druhé musí zomrieť. Najväčšia chyba, akú sme vo svojom živote urobili, je tá, že sme sa narodili. Odstrániť ju môžeme tak, že zomrieme. Ak si tieto dve vety aplikujeme na túžbu, prestanú byť také kruté a dostanú iný zmysel. Najväčšia chyba, akú sme vo svojom živote urobili, je tá, že sme dovolili túžbe, aby sa narodila. Tým, že sa narodila túžba, zomrela múdrosť, takže ak chceme odstrániť najväčšiu chybu, akú sme vo svojom živote urobili, musí zomrieť túžba, aby sa mohla narodiť múdrosť. Prvou nečistotou mysle je túžba.

Druhou nečistotou mysle je nenávisť. Vždy keď pocítíme nenávisť, nech už máme na to akýkoľvek dôvod, neospravedlňujeme pred sebou nenávisť. Sme si jasne vedomí toho, že nenávisť je nečistotou, nebahníme sa v tejto nečistote, očistujeme sa. Keď zmizne nenávisť, objaví sa porozumenie. Keď zomrie nenávisť, narodí sa porozumenie. Najväčšia chyba, akú sme vo svojom živote urobili, je tá, že sme dovolili, aby sa narodila nenávisť. Takže sa usilujeme, aby nenávisť čím skôr zomrela, lebo len tak sa môže narodiť porozumenie. Druhou nečistotou mysle je nenávisť.

Tretou nečistotou mysle je nepokoj. Nervozita je nepokoj. Keď si uvedomíme, že sme nepokojní, neživíme nepokoj. Myslíme takým spôsobom, aby sa nepokoj zmenšil, aby zmizol, vytvárame si také predstavy, aby sme nimi nepodporovali ďalší nepokoj. Takto sa zbavujeme nepokoja. Najväčšia chyba, akú sme vo svojom živote urobili, je tá, že sme dovolili, aby sa narodil nepokoj. Až vtedy, keď zničíme nepokoj, keď nepokoj zomrie, môže sa narodiť pokoj. Takže tretou nečistotou mysle je nepokoj.

Štvrtou nečistotou mysle je malátnosť. Malátnosť – tuposť. Rozlišujeme medzi malátnosťou a únavou. Nie je to ťažké, keď si uvedomíme, že malátnosť je tuposť. Nie je to fyzický stav, je to duševný stav. Ak si ju uvedomíme, nepodporujeme ju. Najväčšia chyba, akú sme vo svojom živote urobili, je tá, že sme dovolili, aby sa narodila malátnosť, aby sa narodila tuposť. Takže túto chybu môžeme odstrániť len tak, že zničíme malátnosť, že malátnosť zomrie, aby sa mohla narodiť bdelosť. Štvrtou nečistotou mysle je malátnosť.

Piatou nečistotou mysle je nemiestna pochybovačnosť. Ak sme sa raz rozhodli spoznať podstatu ako podstatu, dokázať rozlíšiť správne od nesprávneho, dávame si pozor, aby sme nepodľahli nemiestnej pochybovačnosti, aby sme nepodľahli neistote. Najväčšia chyba, akú sme vo svojom živote urobili, je tá, že sme dovolili, aby vznikla nemiestna pochybovačnosť, aby vznikla neistota. Takže sa snažíme zbaviť nemiestnej pochybovačnosti, neistoty. Keď zomrie neistota, narodí sa istota. Piatou nečistotou mysle je nemiestna pochybovačnosť.

Či ideme na lôžko a zaspávame, alebo sme sa práve prebudili, dávame pozor na čistotu mysle. Ak sa objaví nečistota, bojujeme s nečistotou. Nie sme apatickí, malátni, sme energickí, nedáme žiť nečistote. Keď sa sniekym rozprávame, keď vidíme nejaké situácie, dávame si pozor pred nečistotou mysle. Keď niekomu podávame ruku, keď sa s niekým zdravíme, keď od niekoho prijímame príkazy alebo keď niekomu dávame príkazy, dávame si pozor pred nečistotou mysle. Nezväčšujeme chybu, ktorú sme urobili, snažíme sa ju čo najrýchlejšie odstrániť. Takže keď sa v našej myslí objaví túžba, nepodporujeme ju. Keď sa objaví nenávisť, nepodporujeme ju. Keď sa objaví nepokoj, nepodporujeme nepokoj. Keď sa objaví malátnosť, nepodporujeme malátnosť. Keď sa objaví nemiestna pochybovačnosť, nepodporujeme nemiestnu pochybovačnosť. Každým okamihom svojho bdelého stavu vieme, či si udržujeme čistú myseľ alebo či sa nám to nepodarilo a v našej myslí je niektorá z nečistôt. Každým okamihom svojho bdelého stavu vieme, či máme dosť sily, alebo sme sa ešte nepresvedčili dostatočne o tom, že nečistota je nečistota a občas si ju zamieňame s čistou myslou. Dávame si pozor, či neospravedľňujeme túžbu, nenávisť, nepokoj, malátnosť a nemiestnu pochybovačnosť. Naše úsilie je namáhavé. Ale keď v ňom aspoň chvíľočku vytrváme, zistíme, že odmenou za túto námahu je čistá myseľ. Myseľ bez túžby, plná múdrosti, myseľ bez nenávisťi, plná porozumenia, myseľ bez nepokoja, plná pokoja, myseľ bez malátnosti, tuposti, čiže bdelá myseľ, a myseľ bez neistoty, čiže myseľ plná istoty. Čistá myseľ znamená múdrosť, porozumenie, pokoj, bdelosť a istotu. Aby sa mohla narodiť čistá myseľ, musí zomrieť nečistá myseľ.

Ak sme už dostatočne rozvinuli čistotu mysle, schopnosť udržiavať si čo najčistejšiu myseľ, potom jedna časť čistej mysle, bdelosť, môže obsiahnuť ďalšie časti cesty. Kde je bdelosť, tam je aj múdrosť, tam je aj porozumenie, tam je aj pokoj, tam je aj istota.

Takže takto bdieme nad telom, všímame si telo, vidíme jeho prednosti, vidíme jeho nedostatky. Nevytvárame si ilúzie o tele, ani ho nezatracujeme. Poznávame telo také aké je preto, lebo sme bdelí. Dávame pozor, aby bolo telo dostatočne

zdravé, dostatočne funkčné. Iba telo ktoré nebolí, prestávame vnímať. Ak nám pečeň dobre funguje, nevieme o tom, že máme pečeň. Vieme o tom len vtedy, keď nás začne bolieť. Pokiaľ pľúca správne fungujú, nevieme o tom, že máme pľúca, ale keď začneme kašľať, dobre o tom vieme. Pokiaľ nás brucho nebolí, nevieme o tom, že máme črevá. Ale keď nás bolí, dobre o tom vieme. Takže sa vyhýbame činnostiam, ktoré škodia telu. Spoznávame aj pohodlnosť ako zlo, návyky, ktoré škodia telu postupne odstraňujeme. Takto bdieme nad telom.

Poznávame vnem ako vnem, bdieme nad vnemom. Keď niečo vnímame, sme si vedomí toho, že to vnímame. Nesnažíme sa niečo si nahovárať, iba pokojne registrujeme vnem. Bdelosťou poznávame vnemy. Vidíme, ako vznikajú, ako sa menia, ako zanikajú.

Bdelosťou poznávame pocity. Príjemný pocit, nepríjemný pocit, indiferentný pocit. Všimame si, ako znovu vzniká tendencia udržať si príjemný pocit, ako v nás vzniká tendencia zbaviť sa nepríjemného pocitu a spoznávame indiferentný pocit, ako pocit bez podstaty. Bdelosťou sledujeme pocity, takže jasne vidíme, že vznikajú, menia sa a zanikajú. Nie je možné neustále si udržať žiaden pocit. Aj nepríjemný pocit, ktorého sme sa dlho nevedeli zbaviť, nakoniec zmizne. Takto poznávame pocity, poznávaním pocitov sa oddeľujeme od pocitov.

Pri sledovaní tela sme pochopili, že každé telo vzniká, mení sa a zaniká. Ak sme dovolili, aby vzniklo telo, urobili sme chybu. Bdelosťou zisťujeme, že vnemy vznikajú, menia sa a zanikajú, ak dovoľujeme aby vznikali vnemy, robíme chybu. Bdelosťou sme zistili, že pocity podliehajú tomu istému procesu, čiže ak dovoľujeme, aby vznikali pocity, robíme chybu. Mysľou sme teda pochopili, že nie je správne stotožňovať sa s telom, že nie je správne stotožňovať sa s vnemami, že nie je správne stotožňovať sa s pocitmi. Takto sa oddeľujeme od tela, od vnemov a od pocitov.

Ak bdelosťou sledujeme myslenie, vidíme neustály pohyb myslenia. Vidíme tú zmes myšlienok, ktoré neustále vznikajú, menia sa a zanikajú, vidíme tú zmes predstáv, ktoré neustále vznikajú, menia sa a zanikajú, vidíme tú zmes hodnotení, ktoré neustále vznikajú, menia sa a zanikajú, vidíme stanoviská, ako vznikajú, menia sa a zanikajú, takže touto bdelosťou poznávame myseľ ako niečo, čo podlieha zmene a speje k zániku. Preto prestávame lipnúť na myšli, na tom, čo myseľ vyprodukuje. Bdelosťou si stále viac a viac uvedomujeme, že sme urobili chybu, keď sme dovolili, aby vznikla myseľ. Vidíme myseľ ako zmes egoizmu, záujmov, strachu a tak sa prestávame stotožňovať s myšliou a oddeľujeme sa od mysle.

Bdelosťou spoznávame vedomie. Vidíme javy, pomocou ktorých sa vedomie prejavuje, obraz – zrkovový jav, zvuk – sluchový jav, vôňa – čuchový jav, chuť – chuťový jav, dotyk – hmatový jav, koncepty priestoru a času – intelektuálne javy. Takto bdelosťou sledujeme vedomie a čím ďalej, tým jasnejšie poznávame, že všetky javy, ktoré vznikli, podliehajú zmene a spejú k zániku. Týmto poznávaním sa oddeľujeme od javov.

Ak sa naša bdelosť dostatočne rozvinie, začíname chápať veci, ktoré sme

predtým nemohli pochopiť. Všímame si, preto lebo sme bdeli, preto lebo v nás vzrastá múdrosť, porozumenie zákonitostiam, pokoj a istota, všímame si a uvedomujeme, čo sa stalo, keď sme prerazili múr myšlienok. Boli tu myšlienky, neustále sme mysleli, a boli sme úplne presvedčení, stopercentne presvedčení, že tak to vždy bolo a tak to vždy musí byť. No potom sme skúmali myšlienky a tým skúmaním sme prišli k tomu, že sme objavili medzeru medzi dvoma myšlienkami. Objavili sme prázdno – dieru. Tak ako keď sa rodí nový život, zrodilo sa naše nové poznanie, naša nová skúsenosť. Odstránením myslenia sa narodila meditácia.

Ak sme boli dostatočne dlho bdeli v skúmaní meditácie, riše predstáv, skôr alebo neskôr sme postrehli medzeru medzi dvoma predstavami, čiže to zdanlivo kompaktné malo zrazu dieru. Ak sa tá diera dostatočne rozšírila, ak sa medzera medzi dvoma predstavami dostatočne rozšírila, zrodilo sa nové poznanie, zrodila sa nová skúsenosť a my sme sa ocitli v prítomnosti. Zažívali sme zrazu pokoj, ktorý nebol rušený spomienkami a fantáziou.

Teraz, keď na úrovni vedomia poznávame vedomie, vidíme neustále vznikanie javov, priebeh javov a zanikanie javov, máme spočiatku dojem, že javy, táto klenba javov nad nami je kompaktná. Vnímame dych, čas, telo, vedomie, pocit ja, priestor, vnímame to, čo považujeme za skutočnosť a zdá sa nám to kompaktné. Ak sa však držíme prítomnosti, po ničom netúžime, nemáme žiadne priania, uchováваме si čistú myseľ, nemáme žiadne starosti, iba bdelo pozorujeme vedomie, ako sa prejavuje, skôr alebo neskôr zistíme, že v tejto zdanlivo kompaktnej klenbe je diera.

Tu, na tejto úrovni sa rodia členy prebúdzania. Všimli sme si dieru vo vedomí, to je člen prebúdzania všímavosť. Každý člen prebúdzania je už na hranici tohto sveta a toho, čo je mimo tento svet. Ak sa objavil člen prebúdzania všímavosť, posilňujeme túto všímavosť, rozvíjame ju a zdokonaľujeme až k dokonalosti. Všímavosť podmieňuje vznik druhého člena prebúdzania. Je to člen prebúdzania rozoznávania javov. Už nás nezaujíma, aký jav vzniká, všímame si len, je tu jav. Ak sa táto schopnosť, schopnosť rozoznávať javy objaví, rozvíjame ju, zväčšujeme, zdokonaľujeme až k dokonalosti. Člen prebúdzania rozoznávania javov prebudí člen prebúdzania vôle, sily. Už sme schopní zotrvať v odstraňovaní a odmietaní všetkých javov. Ak sa táto schopnosť, táto sila objavila, rozvíjame ju, zdokonaľujeme až k dokonalosti. Zdokonalením člena prebúdzania vôle, sily, oslobodíme sa od tela, od vnemov a od pocitov. Toto oslobodenie zrodí štvrtý člen prebúdzania. Člen prebúdzania – nadšenie. Toto nadšenie nemá nič spoločné so svetským pocitom. Je to nadsvetské nadšenie. Nemá s týmto svetom nič spoločné. Nedotýka sa tela, nedotýka sa vnemov a nedotýka sa pocitov. Rozvíjaním tohto nadšenia, jeho zdokonaľovaním až k dokonalosti objaví sa člen prebúdzania pokoj. Je to nadsvetský pokoj. Nemá nič spoločného so svetom prejaveného vedomia. Cez dieru v klenbe prejaveného vedomia sa rodí oslobodenie. Rozvíjaním tohto pokoja, jeho zdokonaľovaním, objaví sa člen prebúdzania vytrvalosť. Je to nadsvetská vytrvalosť. Nemá nič spoločné s telom, nemá nič spoločné s

vnemami, nemá nič spoločné s pocitmi. Rozvíjaním vytrvalosti, zdokonaľovaním vytrvalosti prebúdzajú sa člen prebúdzania vyrovnanosť. Tak zomiera myseľ, ktorá pulzuje medzi šťastím a nešťastím, medzi dobrom a zlom, zomiera ego, to malé „ja“, a rodí sa veľké „JA“, podstata. Jasným pochopením, od koreňa vytíname túžbu, nenávisť, nepokoj, malátnosť a nemiestnu pochybovačnosť, takže sa rodí múdrosť, porozumenie, pokoj, bdelosť a istota. Správnym úsilým, správnou všímavosťou, správnou vytrvalosťou sme dospeli k realizácii. Najväčšiu chybu, akú sme vo svojom živote urobili, sme odstránili. Dovolili sme, aby sa zrodilo zlo, keď sme to pochopili, zlo zaniklo. Zomrelo. Dovolili sme, aby sa narodilo malé „ja“, ego. Keď sme malé „ja“, ego zničili, zrodila sa podstata. Takto vyzerá nadsvetská cesta, ktorá je dovŕšená, dokonaná, dokončená. *(Dlhšie mlčanie.)*

Ak človek vidí dopredu, potom presne vie, na ktorom úseku cesty sa nachádza. Má istotu: „Tento úsek, ktorý je za mnou, som už prešiel. Ním už nemusím prechádzať. Tento úsek, ktorý je pred mnou ešte prejdem. Čiže tak, ako som prešiel úsek, ktorý mám za sebou, prejdem aj úsek, ktorý ma ešte očakáva.“ Takže takýto človek už nepodlieha nemiestnej pochybovačnosti. Pokojne kráča. Bdely, s porozumením a s múdrosťou. Každý človek príde tam, kam chce ísť. Kto sa vyberie do džungle – príde do džungle, kto do ohňa – príde do ohňa, kto do vody – príde do vody, kto medzi zlých ľudí – príde medzi zlých ľudí. Kto sa vyberie k pokoji – dosiahne pokoj. Kto sa vyberie k istote – dosiahne istotu. Kto sa vyberie k nesmrteľnosti – dosiahne nesmrteľnosť. Kto chce spoznať nekonečno – spozná nekonečno. Každý príde... *(Koniec pásky.)*

KOMENTÁR K ŠESTNÁSTEMU SEDENIU

Tak ako sa nadsvetská cesta z pamäti ľudstva postupne vytratila, vytratili sa aj niektoré zásadné poznatky spojené s jej realizáciou. Jedným z nich je aj fakt, že ten, kto sa nezbavil nevedomosti, bude vždy iba človekom usilujúcim sa o oslobodenie z podmienenosti, no nikdy nie oslobodeným z podmienenosti. Bude sa snažiť byť mravný, no nebude mravný. Práve na tento fakt je veľmi dôležité upozorniť všetkých, ktorí sa na cestu k sebapoznaniu a poznaniu vydajú. Inak totiž hrozí, že sa vzdajú. „Ako to, že som stále taký a taký!“ zlostia sa a nechápu. Mali by preto vedieť, že pokiaľ budú na brehu biedy, vo svete biedy, neustále budú v biede. Až na tom druhom brehu, na brehu, kde niet biedy, až dosiahnutím iného sveta, akým je svet, ktorý vnímame zmyslami, sa človek oslobodzuje od pokušení. Dovtedy ich iba prekonáva, čo je strastné. Potom nemá pokušenia, preto nemusí nič prekonávať. Práve v tom spočíva dokonalosť. Taký človek dokonale leží, dokonale sedí, dokonale stojí, dokonale chodí, dokonale koná, dokonale rozpráva, dokonale žije. No nie preto, že sa o to usiluje. Robí to úplne prirodzene, bez akéhokoľvek vyrušovania. Takýto stav bytia nie je možné predstaviť si. Nevystihuje ho ani ten najkrajší pocit. Pre realizovaného človeka sa stáva život hrou. Nie je to však vždy dobrá hra. Na dobrú hru potrebuje hráč dobrého partnera. Ak ho však nemá a nenájde, netrápi sa tým. Ak je všetko hra, potom je tých hier nekonečne veľa. A nie ku každej je potrebný partner.

Prosím, aby ste sa teraz nikto nechytali slov. Snažil som sa len slovami vyjadriť to, čo nie je možné slovami vyjadriť. Darmo srdcu niečo ukážete. Srdce nemá oči. Neuvidí to. Ono to musí pocítiť.

Keď zomrel Budha, človek, ktorý nadsvetskú cestu realizoval, hneď sa našiel človek, ktorý z nechápavosti vyhlásil: „To je dobre, že Budha zomrel. Aspoň nás už nik nebude trápiť všelijakými príkazmi a zákazmi.“ Tomuto človeku nedošlo, že Budha nikoho nikdy ničím netrápil. Informoval len o faktoch, ktoré on poznal, no iní nepoznali. Fakty musí človek pochopiť. Nedajú sa naučiť. Naučiť sa dajú len teórie o faktoch. Onen nadsvetský pokoj, v ktorom Budha zotrval, nemohol nikto narušiť. Z toho pramenila jeho nadsvetská istota. Kto sa však úprimne neusiloval, kto hľadal len výhody, ten nemohol pochopiť, že príkazy a zákazy sú len odporúčania, to znamená, že ich zmyslom je iba to, aby podopierali človeka, pokiaľ ich potrebuje. Ak si zlomíte nohu, nejaký čas budete ku chôdzi potrebovať barle. Práve týmito barlami sú na duchovnej úrovni zákazy a príkazy. Až na nich je možné postaviť bdelosť a až bdelosť postavená na morálke umožňuje človeku pochopiť fakty.

Onen nechápavý človek nepochopil ešte jedno: Nepochopil to, že Budha nezomrel. Zomrelo len telo, rozplynuli sa zložky osobnosti toho, koho dnes poznáme pod menom Budha. No Budha je podstata každého z nás. Je to tak bez ohľadu na to, či to chápeme alebo nie. Všetci sme Budhovia, len o tom nevieme. No na tomto svete sa to ani nikdy nedozvieme. Až niekde za týmto svetom, mimo ten svet, pod ním či nad ním, rozdiel v orientácii je len výplodom nášho vedomia, podstatné je to, že mimo tento svet existuje iný svet, a že až v tomto svete môžeme zistiť bez akýchkoľvek pochybností, kto a čo vlastne sme.

Kto nepozná cestu mimo tento svet, tomu ani nenapadne, aby na ňu vykročil. Vy však už teraz o ceste mimo tento svet viete. Tým, že na ňu vykročíte, budete neustále iba získavať. Už od prvého kroku. Pravda, iba pokiaľ vám nevedí, že sa tým oslobodzujete od strachu. Že to nevedí? A od žiadostivosti? Strach a žiadostivosť je jedna a tá istá minca. Rub a líc. Nadsvetská cesta nie je ľahká. Je výborná, ale nie ľahká. Vyžaduje si úsilie, všímavosť a vytrvalosť. A všetko to v nadsvetskom množstve.

ROZHOVOR PO ŠESTNÁSTOM SEDENÍ

Predpokladám, že sa stretne aj na budúci týždeň. Ak by som však niekedy nemohol prísť, čo sa môže v budúcnosti stať, myslím si, že niektorí z vás by už vedeli motivovať sedenie.

Ak doma sedíte, tak z týždňa na týždeň máte viac a viac informácií. Je možné o nich porozprávať. Postupne istota v rozprávaní príde. Na takéto rozprávanie aj tak nie je možné pripraviť sa. To sa nedá. Ja neviem, čo poviem v tej piatej vete, možno že viem čo poviem v druhej alebo tretej, tak v globále viem čo poviem, ale ako to poviem, to neviem. Nedokážem si ani predstaviť, ako by som si mohol pripraviť rozprávanie, ktoré trvá hodinu alebo aj viac. Ale takto aj myslím. My poznáme princípy, nevieme však, aké myšlienky nám prídu na myseľ. Tak

sa aj rozprávame. My vieme, čo chceme povedať, ale nevieme slová, ktorými to povieme a predsa bežne rozprávame. Preto nie je treba mať strach, ak si sadne nejaká skupina ľudí a jeden z nich začne rozprávať.

Už vieme, ktoré informácie sú absolútne správne. Každý z vás môže o tom úseku, ktorý prešiel, s istotou rozprávať. Prešiel ho, pozná ho. To čo má pred sebou, o tom môže povedať: „Toto ešte skúmam, toto som ešte neprešiel, vidím, ako to vyzerá, ale všetko o tom neviem.“ No to čo má človek za sebou, to bezpečne vie. Tí z vás, ktorí ovládli myšlienky, spoznali myšlienky, bezozvyšku, môžu pokojne rozprávať o myšlienkach. Ak budú chcieť rozprávať o predstavách, môžu upozorniť ľudí, že tu už nie sú na istej pôde. Ale aj keď na to ľudia neupozornia, oni to vytušia. Nikto však nemôže nikoho nachytať na hruškách na úseku, ktorý už má za sebou. Nemusíte sa toho báť. Ten kto ovládol a spoznal myslenie, môže pokojne odovzdať správne informácie ľuďom, ktorý ich ešte nemajú.

Existujú tri zlomy. Dnes sme si ich zčasti vysvetlili. Bolo to v tom, čo som rozprával. Prvý zlom je preraziť myslenie. Nájsť tú dieru v kompaktnosti myšlienkového oblohy, preraziť ju. Ako raketa to preletíme. A sme mimo. Môžeme sa tam vrátiť kedy chceme, ale to už záleží od nás. Pokiaľ sme však pod nenarušenou oblohou myslenia, tak ňou nemôžeme preniknúť. Môžeme o tom len špekulovať, nič viac. Sme ako vták zavretý nie v jednej, ale vo viacerých klietkach. Keď z jednej vyletí, môže sa pohybovať už aj v druhej. Má väčší priestor, viac možností. Ak chce, môže sa vrátiť do prvej klietky, dvierka si nechal otvorené. Tá druhá mu umožňuje lietať vo väčšom priestore, všeličo tam spozná, všeličo, čo nebolo v prvej klietke, ale stále nie je slobodný.

Do tej tretej sa však nemôže dostať, ani keď chce. Iba ak prerazí kompaktnú oblohu predstáv, nájde si v nej dieru, dostane sa do tretej klietky – do klietky javov. Ale aj keď bude v tej tretej klietke, aj tak bude ešte len v klietke. Môže sa vrátiť do druhej klietky, kedykoľvek chce, môže sa vrátiť do prvej klietky, všetky tieto úrovne má k dispozícii, ale nemôže odletieť do priestoru, ktorý je za hranicou, ktorú mu vymedzuje tretia klietka. Čiže ak sa zbaví predstáv, on sa pohybuje v tej tretej klietke, v prítomnosti, musí preraziť oblohu vedomia. Ja a nie ja, dobro – zlo, príjemné – nepríjemné, dnes jasám, zajtra plačem. Musí dosiahnuť jednotu. Dosiahne ju vtedy, keď sa vzdá všetkého rozlišovania. Vtedy nájde dvierka vedúce von z tretej klietky, a keď ich nájde, stratí závislosť na tele, na vneme, na pocitoch, na mysli a na vedomí. Telo mu však ostáva. Ostáva ako taká mŕtvolka. Vždy keď spíme, keď hlboko spíme, prerazili sme všetky oblohy. Len o tom nevieme. Realizácia znamená, že sme pri plnom „vedomí“, že jasne vieme, čo sa deje. V skutočnosti sú totiž dvierka vo všetkých klietkach dokorán otvorené. Len to nevieme, alebo to nechceme vedieť. Ak to však už nielen vieme, ale to aj akceptujeme a využívame, potom sa už môžeme pohybovať na všetkých úrovniach. Bez problémov. To je to, o čo sa tu snažíme.

Existujú ľudia a nie je ich málo, ktorým môžete povedať: „Ste v klietke, ale dvierka sú otvorené.“ Oni odtiaľ nevyletia. Im je v klietke dobre. V tom prípade

im však nikto nemôže pomôcť, nikto ich odtiaľ nemôže vytiahnuť. Taká možnosť neexistuje. Nedá sa to. Aj keby ste chceli. Je to tak, ako keď sa niekto topí, vy mu podáte čosi, čoho sa môže chopiť, hoci palicu, no on sa jej nechopí. Radšej sa utopí. Prečo? Lebo väčšinou si títo ľudia ani neuvedomujú, že sa topia.

Prosím vás, ešte raz zdôrazňujem, ako veľmi zlé je myslieť si, že to, o čom rozprávam, je niečo, čo sa nedá uskutočniť. Netreba sa pred absolútnom cítiť ako malý človečik, ktorý sa na absolútno pozerá s otvorenou pusou. Treba sa do toho smelo a pokojne pustiť, pokojne vytrvať, nie je možné, aby sme nepochopili, čo vlastne sme. Za koho sa považujeme? Za telo? Za pocity? Za vnemy? Za myseľ? Všimli ste si, ako zarputilo sa považujeme za myseľ a za vedomie? Ja sa hýbem, Ja, to som Ja. To nie je len telo, to je vedomie, že Ja sa hýbem. A my sa práve za toto vedomie považujeme. Lenže nemáme pravdu. Nechali sme sa oklamať. Každú noc toto „naše“ vedomie zanikne. A my sa predsa ráno zobudíme.

ZÁVER

Týmto nadsvetská cesta končí. V texte knihy, ktorú ste práve dočítali, bolo formulované všetko potrebné k tomu, aby ten, kto bol pripravený pochopiť, mohol pochopiť a pochopil.

Prajem všetkým, ktorí pochopili, ale aj tým, ktorí ešte celkom nepochopili, no už aspoň tušia, aby sme sa čo najskôr stretli na druhom brehu. Čím viac nás bude, tým ľahšie sa bude prechádzať ostatným, a tým viac partnerov budeme mať na dobrú hru. Sú hry, v ktorých sa môžu zahrať šiesti, dvanásť, ale aj tak je zo všetkých hier najkrajšia tá, ktorú nazývame život. Táto hra má jednu veľkú výhodu: počet jej hráčov je totiž neobmedzený. Verím, čo čoskoro si ju budeme môcť zahrať spoločne.