

OSHO

Cítíte-li se příliš osaměle a chcete-li problémy, můžete je mít. Pokud bez strádání velmi trpíte, můžete je mít. Budou stále k dispozici, nebude však nutné je mít, nebude to nezbytné. Bude to vaše volba.



Klíč
k životu
v rovnováze

Vědomí

Přestaňte se snažit být dobří
Mnoho nemocí, jeden předpis
Napětí a uvolnění
Kořeny utrpení



eugenika



Osho: Bdelé vedomie (kľúč k životu v rovnováhe)

Pozn. V ďalšom sa výrazom myseľ rozumie bežná pojmová, premýšľavá myseľ;

výrazom "ne-myseľ" sa rozumie bežná myseľ bez prítomnosti myslenia;
výrazom bdelé vedomie sa rozumie vedomie bez prítomnosti bežnej mysle.

Predslov

Jednou z najdôležitejších vecí, ktoré o človeku treba pochopiť je, že človek spí. Dokonca aj vtedy, keď si myslí, že bdie. Jeho bdelosť je veľmi nevýrazná. Je taká nepatrná, že nemá žiadnu cenu. Jeho bdelosť je len pekným, ale celkom prázdny slovom.

Spíte v noci, spíte vo dne, od narodenia až do okamihu smrti sa mení len váš režim spánku, ale nikdy nie ste skutočne bdelí. Nenahovárajte si, že ste sa prebudili len tým, že ste otvorili oči. Kým sa vám neotvorí oči vnútorné, kým sa vnútri nenaplníte svetlom, kým neuzriete kto ste, dovedy si nenamýšľajte, že ste prebudení. To je najväčšia ilúzia, v ktorej ľudia žijú. A len čo raz prijmete názor, že ste už prebudení, potom neprichádza úsilie o prebudenie vôbec do úvahy.

Prvá vec, ktorú si musíte zapísať hlboko do srdca je, že spíte, tvrdo spíte. Snívate vo dne i v noci. Niekedy snívate s otvorenými očami, inokedy zo zatvorenými, ale snívate - ste snom. Ešte nie ste skutočnosťou.

Čokoľvek robíte vo sne, je samozrejme bezvýznamné. Čokoľvek si myslíte, nemá žiadny zmysel,

čokoľvek vytvárate, zostáva súčasťou vašich snov a nikdy vám nedovolí uzrieť to, čo naozaj je. Preto všetci buddhovia naliehali len na jedno: "Prebudte sa!" Celé ich učenie po všetky stáročia je možné zhrnúť do jedinej vety: "Buďte bdelí!" A títo buddhovia tiež vymýšľali metódy, stratégie, vytvárali prostredia a energie, ktoré vás šokom môžu priviesť k vedomiu.

Áno, kým nie ste šokovaní, otrasení v najhlbších základoch, neprebudíte sa. Spánok bol taký dlhý, že prenikol až k samému jadru vašej bytosti. Ste ním presiaknutí. Každá bunka vášho tela a každá nitka vašej mysle sa naplnila

spánkom. Nejde o nič bezvýznamné. Na to, aby ste sa stali pozorovateľmi, aby ste sa stali bdelymi, pozornými a ostražitými, je potom treba veľké úsilie.

Ak sa buddhovia celého sveta zhodnú na jedinej veci, bude to táto: človek, taký aký je, spí, a človek, taký aký by mal byť, by mal byť bdely. Bdelosť je cieľom, bdelosť je príchutou všetkého ich učenia. Zarathuštra/1/, Lao-c/2/, Ježiš, Buddha, Babaudin, Kabir/3/, Nanak/4/, všetci prebudení učili jedno jediné

- rôznymi jazykmi, rôznymi metaforami, ale ich pieseň je rovnaká. Rovnako ako je more slané, či ho ochutnáte na severe, na východe alebo na západe, je príchutou buddhovstva bdelosť. Ak si však budete mysliet, že už bdelí ste, nebudete vyvíjať žiadne úsilie.

Zo svojich snov ste si vytvorili náboženstvo, bohov, modlitby, rituály. Vaši bohovia sú súčasťou vašich snov rovnako ako všetko ostatné. Vaša politika je súčasťou vašich snov, vaše náboženstvo je súčasťou vašich snov, vaša poézia, maľby, umenie - všetko čo robíte. Pretože spíte, robíte veci v súlade so stavom svojej mysle.

Vaši bohovia sa od vás nemôžu líšiť. Kto ich tvorí? Kto im dáva tvar, farbu a podobu? Vy ich tvoríte, tesáte ich ako sochy. Majú oči ako vy, nosy ako vy, a aj mentalitu ako vy! Starozákonný Boh hovorí: "Som veľmi žiarlivý Boh!" A kto stvoril Boha, ktorý je žiarlivý? Boh nemôže byť žiarlivý, a ak je, čo by potom bolo zlé na žiarlivosti? Ak je žiarlivý dokonca Boh, prečo by ste si mali mysliet, keď žiarlite, že robíte niečo zlé? Žiarlivosť je predsa božská!

Starozákonný Boh hovorí: "Som veľmi hnevľivý Boh! Ak sa nebudete riadiť mojimi prikázaniami, zničím vás. Naveky sa budete smažiť v pekle. A pretože som veľmi žiarlivý, neuctievajte nikoho iného. To nestrpím!" Kto stvoril takého Boha? Jeho obraz ste museli stvoriť z vlastnej žiarlivosti, z vlastného hnevu. Je to vaša projekcia, váš tieň. Odrážate sa v ňom vy sami, nikto iný. A to isté platí pre všetkých bohov všetkých náboženstiev.

To je dôvod, prečo Buddha nikdy nehovoril o Bohu. Povedal: "Aký má zmysel hovoriť o Bohu s ľuďmi, ktorí spia? Budú počúvať v spánku. Budú snívať o všetkom, čo im poviete a vytvoria si vlastných bohov, ktorí budú celkom falošní, slabí, bezvýznamní. Takých bohov je lepšie nemať." Hovory o bohoch preto Buddhu nezaujímajú. Má záujem len o to, aby vás prebudil.

O jednom osvietenom buddhistickom majstrovi sa rozpráva nasledovný príbeh. Keď tento majster sedel večer na brehu rieky, tešil sa zo zurčania vody a vetra, ktorý šumel v korunách stromov, prišiel k nemu akýsi muž a spýtal sa ho:

"Môžete mi v krátkosti vyložiť podstatu vášho náboženstva?" Majster zostal ticho, akoby otázku ani nepočul. Pýtajúci sa povedal: "Nepočujete?"

Majster odvetil: "Počul som vašu otázku a aj som na ňu odpovedal! Ticho je tou odpoveďou. Zostal som ticho - tá odmlka bola moja odpoveď."

Nato muž povedal: "Takej záhadnej odpovedi nerozumiem. Nemohli by ste byť trochu zrozumiteľnejší?"

Vtedy majster napísal do piesku malým písmom "meditácia". Muž povedal: "To je o čosi lepšie, mám aspoň slovo o ktorom môžem rozjímať. Ale nemohli by ste to ešte trochu objasniť?"

Majster opäť napísal slovo "meditácia", tentoraz o čosi väčším písmom. Muž bol trochu v rozpakoch, zmätený, dotknutý a nahnevaný. "Napísali ste znova 'meditácia'? Nemôžete mi to ešte ozrejmiť?"

Majster teda napísal veľkým písmom "MEDITÁCIA".

Muž povedal: "Pripadáte mi šialený!"

Majster odvetil: "Už tak som sa znížil. Prvá odpoveď bola správna, druhá už menej, tretia ešte horšia a štvrtá veľmi nesprávna" - keď totiž napíšete MEDITÁCIA veľkými písmenami, urobili ste z nej boha.

Preto sa Boh píše s veľkým "B". Kedykoľvek chcete niečo stanoviť ako najvyššie, konečné, napíšete to veľkým písmom. Majster povedal: "Dopustil som sa chyby." Zmazal všetky slová, ktoré napísal, a povedal: "Všímajte si len moju prvú odpoveď - len tá je pravdivá."

Ticho je priestorom, v ktorom sa človek prebúdzá, a hlučná myseľ je priestorom, v ktorom človek zotrúva v spánku. Ak vaša myseľ stále šteboce, potom spíte. Ak však ticho sedíte, ak myseľ zmizne a vy počujete štebot vtákov a nie myseľ vnútri, ticho - zapískanie vtáka, švitenie, ak niet žiadnej mysle, ktorý by pracovala vo vašej hlave, len úplné ticho - potom sa vo vás prebudí bdelé vedomie. Neprichádza zvonku, vzchádza vo vás, rastie vo vás. Ak to tak nie je, potom vedzte, že spíte.

I. Pochopenie

Nikdy nepoužívam slovo odriekanie. Hovorím: "Tešte sa zo života, lásky, meditácie, nádhery sveta, extázy existencie - tešte sa zo všetkého! Transformujte svetské na posvätné. Premeňte tento breh na ten druhý, pretvorte zem na raj.

K určitému odriekaniu potom začne dochádzať nepriamo. Deje sa to však bez toho, aby ste to robili vy. Nie je to úsilie, je to dianie sa. Začnete sa zriekať svojich pochabostí, začnete sa vzdávať hlúposti. Začnete sa zriekať nezmyselných vzťahov. Začnete sa vzdávať práce, ktorá nenaplňala vašu bytosť. Začnete opúšťať miesta, kde nebolo možné rásť. Nevolám to však odriekaním, volám to pochopením, bdelym vedomím.

Ak v ruke poniesiete kamene a budete si myslieť, že sú to diamanty, nepoviem vám, aby ste sa tých kameňov zriekli. Len vám poviem: "Buďte bdelí a pozrite sa ešte raz!" Keď uvidíte sami, že nejde o diamanty, bude sa ich treba zriekať? Vypadnú vám z ruky samy. Ak ich budete chcieť niesť ďalej, budete v skutočnosti musieť vynaložiť veľké úsilie a uplatniť silnú vôľu. Nedokážete ich však niesť dlho. Len čo raz uvidíte, že sú nanič, že nemajú cenu, ste pripravení ich odhodiť.

Len čo sú vaše ruky prázdne, môžete hľadať skutočný poklad. A pravý poklad sa nenachádza v budúcnosti. Skutočný poklad sa nachádza práve tu a teraz.

O ľuďoch a krysiach

Bdelosť je cestou k životu.

*Hlupák spí, akoby už bol mŕtvy,
no majster je bdely a žije naveky.*

Pozoruje. Jeho myseľ je jasná.

Je šťastný! Vidí, že bdelosť je život.

Je šťastný, kráča po ceste prebudených.

S ohromnou vytrvalosťou medituje, hľadá slobodu a šťastie.

Guatama Buddha, Dhammapadam/5/

Žijeme bez toho, aby sme boli pozorní k tomu, čo sa okolo nás deje. Áno, v činnostiach sme sa stali veľmi výkonnými. V tom čo robíme fungujeme tak dobre, že na to nepotrebujeme žiadne bdelé vedomie. Stalo sa to mechanickým, automatickým. Pracujeme ako roboty. Už nie sme ľudia, sme stroje.

Georgij Gurdijev/6/ to opakoval znova a znova - človek, v stave v akom je, je strojom. Urazil tým mnoho ľudí, lebo sa nikomu nemôže páčiť, keď ho volajú strojom. Tie stroje chcú byť nazývané bohmi. Potom sa cítia šťastné a

pyšné. Gurdiev volal ľudí strojmi a mal pravdu. Ak sa budete pozorovať, zistíte, ako mechanicky sa chováte.

Hovorím, že ruský fyziológ Pavlov a americký psychológ Skinner/7/ majú na 99,9% pravdu keď veria, že človek je len nádherný stroj. Nie je v ňom žiadna duša. Prehliadli len nepatrný zlomok, do ktorého spadajú buddhovia - prebudení. Týmto vedcom však môžeme odpustiť, lebo Pavlov na buddhu nikdy nenarazil, stretol sa len s miliónmi ľudí ako ste vy.

Skinner študoval ľudí a krysy, a nenašiel žiadny rozdiel. Krysy sú jednoduché bytosti, ľudia sú o čosi zložitejší. Človek je veľmi sofistikovaný stroj, krysa je jednoduchý stroj. Krysy sa študujú ľahšie, aj preto ich psychológovia skúmajú. Študujú krysy a robia závery o človeku - a ich závery sú takmer správne. Všimnite si, že hovorím takmer, lebo tá desatina percenta je tým najdôležitejším úkazom, ktorý kedy nastal. Buddha, Ježiš, Mohamed - tých zopár prebudených sú skutočnými ľuďmi. Kde však B.F.Skinner môže nájsť buddhu? Rozhodne nie v Amerike.

Raz som počul:

Akýsi muž sa spýtal rabína: "Prečo sa Ježiš nerozhodol narodiť v Amerike dvadsiateho storočia?"

Rabín pokrčil plecami a odvetil: "V Amerike? To by nešlo. Po prvé, kde by tam našiel pannu? A po druhé, kde by tam našiel troch mudrcov?"

Aj keby B.F.Skinner buddhu dokázal nájsť, jeho predom vytvorené predsudky a názory mu nedovolia vidieť. Stále bude vidieť krysy. Nemôže pochopiť nič, čo nemôžu pochopiť krysy. Krysy však nemeditujú, krysy sa nestávajú osvietené. A Skinner považuje človeka len za vyššiu formu krysy. Stále však tvrdím, že o väčšine ľudí hovorí pravdu. Jeho závery nie sú chybné a buddhovia s jeho názormi na tzv. normálne ľudstvo budú súhlasiť. Normálne ľudstvo tvrdo spí. Dokonca ani zver nespí tak tvrdo.

Všimli ste si, ako sa pozorne rozhliada v lese, s akou ostražitosťou sa pohybuje? Videli ste, ako bystro pozoruje vták na strome všetko, čo sa okolo neho deje? Keď sa pohnete smerom k jeho teritóriu, je určitý priestor, ktorý je ochotný tolerovať. Stačí však jeden krok za jeho hranicu, a vták odletí. Čo sa jeho teritória týka, je neomylné ostražitý. Ak niekto do tohto teritória vojde, znamená to nebezpečenstvo.

Keď sa rozhliadnete okolo seba, budete prekvapení: zdá sa, že človek je najtvrdšie spiacim tvorom na svete.

Na aukcii, kde sa dražilo vybavenie exkluzívneho nevestinca, si jedna žena kúpila papagája. Dva týždne nechala klietku zakrytú v nádeji, že papagáj zabudne na svoj vulgárny slovník. Keď klietku napokon odkryla, papagáj sa rozhladol a povedal: "Árk! Nový domov. Nová pani." Potom prišla jej dcéra a papagáj dodal: "Árk! Nové dievky." A keď sa večer vrátil domov jej muž, papagáj *poznamenal:*
"Árk! Stáli zákazníci."

Človek žije v stave úpadku. To je vlastne význam biblického podobenstva o páde Adama, jeho vyhnaní z raja. Prečo boli Adam a Eva vyhnaní? Boli vyhnaní preto, lebo jedli ovocie zo stromu poznania. Boli vyhnaní, lebo sa stali mysl'ou a stratili svoje bdelé vedomie. Ak sa stanete mysl'ou, stratíte bdelé vedomie
- myseľ znamená spánok, myseľ znamená hluk, mechanickosť. Keď sa stanete mysl'ou, stratíte bdelé vedomie.

Preto všetko čo treba urobiť, je stať sa znova bdelým vedomím a stratiť myseľ. Musíte zo svojho systému vyhodit' všetko, čo ste nazbierali ako znalosti. To čo vás udržiava v spánku, sú znalosti. Preto, čím je niekto sčítanejší, tým tvrdšie spí.

Je mojím vlastným pozorovaním, že prostí dedinčania sú omnoho viac vedomí a bdelí než profesori na univerzitách a učenci v chrámoch. Učenci nie sú ničím iným než papagájmi. Akademici na univerzitách sú len zanesení hnojom posvätej kravy, sú naplnení celkom nezmyselným hlukom - majú len myseľ, žiadne bdelé vedomie.

Ľudia, ktorí pracujú s prírodou - farmári, záhradníci, drevorubači, rezbári, maliari - sú omnoho bdelejší než ľudia, ktorí zastávajú funkcie univerzitných profesorov, dekanov, prorektorov a rektorov. Pracujete s prírodou - a príroda je bdelá. Aj stromy sú bdelé. Forma ich bdelosti je samozrejme iná, ale sú veľmi bdelé.

Existujú vedecké dôkazy ich bdelosti. Keď prichádza k stromom drevorubač so sekerou v ruke a má v úmysle strom zoťat', všetky stromy, ktoré ho vidia prichádzať, sa chvejú. Je to vedecky dokázané, nevymýšľam si. Existujú prístroje, ktoré merajú, či je strom šťastný alebo nešťastný, smutný alebo v extáze, či má alebo nemá strach. Len čo príde drevorubač, všetky stromy, ktoré ho spozorujú, sa začnú triasť. Začnú si uvedomovať, že smrť je nablízku. A to drevorubač nezot'al ešte ani jeden strom, len prišiel.

A je tu ešte jedna vec, omnoho závažnejšia. Ak pôjde drevorubač so sekerou len okolo, bez úmyslu zoťat' strom, žiadny strom strach mať nebude. Je to ten istý drevorubač, s tou istou sekerou. Zdá sa, že jeho úmysel stínať, stromy ovplyvňuje. Znamená to, že stromy rozumejú jeho úmyslu, znamená to, že dekodujú samotné vibrácie jeho pocitov.

A bola pozorovaná ďalšia dôležitá vec: ak pôjdete do lesa a zabijete tam zviera, neotrasie to len okolitou zvieracou ríšou, ale aj stromami. Keď zabijete jeleňa, všetky jelene v okolí pocítia vibrácie vraždy a začnú smútiť. Začnú sa chvieť. Bezdôvodne majú zrazu strach. Nemuseli vidieť, že bol jeden z nich zabitý, ale akýmsi jemným spôsobom to na ne pôsobí - inštinktívne, intuitívne. Neovplyvňuje to však len jelene, ovplyvňuje to aj stromy, papagáje, tigre, orly, stebľá trávy. Došlo k usmrteniu, došlo k deštrukcii, prišla smrť - všetko v okolí je ovplyvnené. Zdá sa, že človek je tým, kto spí najtvrdšie.

O Buddhových sútrach/8/ treba hlboko meditovať, vstrebávať ich a nasledovať. Buddha hovorí: "Bdelosť je cestou k životu."

Žijeme len natoľko, nakoľko sme bdelo vedomí. Bdelé vedomie je rozdielom medzi životom a smrťou. Nie ste nažive len preto, že dýchate, že vám bije srdce. V nemocnici môžete byť fyziologicky udržiavaní pri živote bez akéhokoľvek vedomia. Vaše srdce bude stále biť, budete môcť dýchať. Môžete byť udržiavaní v takých podmienkach, že budete žiť roky - v zmysle dýchania, tlčúceho srdca a prúdiacej krvi. V súčasnosti sa v rozvinutých krajinách po celom svete dá nájsť veľa ľudí, ktorí v nemocniciach len vegetujú, lebo pokročilé technológie umožnili odložiť smrť na neurčito. Ak je toto život, potom môžete byť udržiavaní nažive. Lenže to nie je žiadny život. Len vegetovať, neznamená žiť.

Buddhovia majú odlišnú definíciu. Ich definícia vychádza z bdelého vedomia. Nehovoria, že ste nažive lebo dýchate, nehovoria, že ste nažive, lebo vám v žilách prúdi krv. Hovoria že žijete, keď ste bdelí. S výnimkou prebudených teda v skutočnosti nežije nikto. Ste mŕtvoly - chodiace, hovoriace, konajúce - ste roboty.

Bdelosť je cestou k životu, hovorí Buddha. Staňte sa viac bdelými, stanete sa viac živými. Sám život je Bohom - nejestvuje žiadny iný. Preto Buddha hovorí o živote a o bdelom vedomí. Život je cieľom a bdelé vedomie metódou, technikou, ako ho dosiahnuť.

Hlupák spí. A pretože spia všetci, všetci sú hlupáci. Neurážajte sa. Fakty treba podať také, aké sú. Fungujete v spánku. Preto tápete, preto robíte veci, ktoré robiť nechcete. Robíte veci, o ktorých ste sa rozhodli, že sa ich nebudete

dopúšťať. Robíte veci, o ktorých viete, že nie sú správne, a nerobíte veci, o ktorých viete, že správne sú.

Ako je to možné? Prečo nedokážete kráčať rovno? Prečo vždy skončíte na postranných cestičkách?

Prečo sa stále ocitáte na rózcestí?

Jedného mladého muža s príjemným hlasom požiadali, aby sa zapojil do divadelnej hry, hoci sa snažil vyhovoriť, že v takých situáciách sa vždy cíti veľmi nesvoj. Uistili ho, že to bude veľmi ľahké, prednesie len jeden verš a odíde do zákulisia. Pri predstavení už na javisko vyšiel vyvedený z miery odevom, do ktorého ho navliekli. Pri pohľade na hrdinku v bielych šatách, ležiacu na záhradnej lavičke mu úplne povolili nervy, celkom domotal text a musel s hanbou ujsť.

Práve k tomuto dochádza. Pozorujte vlastný život - všetko čo robíte je také zmätené a mätúce. Nie je vo vás žiadna jasnosť, žiadna vnímavosť. Nie ste bdelí. Nedokážete vidieť, nedokážete počuť - máte samozrejme uši, takže môžete počuť, ale vnútri nie je nikto, kto by rozumel. Máte samozrejme oči, takže môžete vidieť, ale vnútri niet nikoho. Vaše oči teda vidia a vaše uši počujú, lenže ničomu nerozumiete. A pri každom kroku zakopnete, pri každom kroku urobíte niečo zle. A pritom stále veríte, že ste bdelí.

Tú predstavu celkom odhodte. Odhodiť ju predstavuje veľký skok, lebo len čo raz odvrhnete predstavu "som bdelý", začnete pátrať a zháňať sa po spôsoboch a prostriedkoch, ako skutočne byť bdelý. Preto to prvé, čo si musíte zapamätať je, že spíte, tvdo spíte.

Moderná psychológia objavila niekoľko dôležitých skutočností. Hoci ide len o intelektuálne objavy, je to dobrý začiatok. Aj keď tieto objavy boli urobené intelektuálne, skôr či neskôr budú prežité v živote.

Veľkým priekopníkom bol Freud. Samozrejme nie buddhom, ale aj tak mužom mimoriadne významným. Bol totiž prvý, vďaka komu väčšia časť ľudstva prijala názor, že sa v človeku skrýva rozsiahle nevedomie. Vedomá myseľ tvorí len desatinu a nevedomá je deväťkrát väčšia.

Jeho nasledovník, Jung, potom zašiel ešte o kúsok ďalej, o kúsok hlbšie, a objavil kolektívne nevedomie. Za individuálnym nevedomím sa nachádza nevedomie kolektívne. Teraz je potrebný niekto, kto by objavil ešte jednu vec - existenciu kozmického nevedomia. Ja dúfam, že skôr či neskôr k tomu súčasné psychologické výskumy dospejú. Kozmické nevedomie je tým, o čom hovorili buddhovia.

Môžeme teda hovoriť o vedomej mysli, ktorá je veľmi nestála, a ktorá vo vašej bytosti zaujíma len nepatrnú časť. Za ňou sa nachádza podvedomá myseľ - hmlistá, matná, môžete počuť jej šepot, ale nedokážete mu rozumieť. Podvedomá myseľ je vždy za vedomou myslou a ťahá za jej nitky. Tretia v poradí je nevedomá myseľ, s ktorou sa stretávate len vo svojich snoch, alebo ak použijete nejakú drogu. Potom nasleduje kolektívna nevedomá myseľ. Na tú narazíte len vtedy, keď budete intenzívne skúmať svoju nevedomú myseľ - vtedy nájdete kolektívne nevedomie. A keď sa vydáte ešte ďalej, ešte hlbšie, dostanete sa ku kozmickému nevedomiu. Kozmické nevedomie je prírodou. Kolektívne nevedomie je všetkými ľuďmi, ktorí kedy žili až do tohto okamihu. Je vašou súčasťou. Nevedomie je vašim individuálnym nevedomím, ktoré vo vás spoločnosť potlačila, a ktorému nebolo dovolené sa prejaviť. Preto k vám v noci prichádza zadnými vrátkami vo vašich snoch.

Vedomá myseľ - budem jej hovoriť takzvaná vedomá myseľ, lebo je len takzvaná, nepravá. Je taká nepatrná, je to len malá iskrička, ale aj keď je len malou iskričkou, je dôležitá, lebo obsahuje semienko. Semienka sú vždy malé, majú však obrovský potenciál. Teraz sa otvára nová dimenzia. Rovnako ako Freud otvoril dimenziu pod vedomím, Šrí Aurobindo/9/ otvoril dimenziu nad vedomím. Freud a Šrí Aurobindo sú najvýznamnejšími ľuďmi tohto storočia. Obaja sú intelektuáli, ani jeden z nich nie je prebudený (pozn. prekl. u Šrí Aurobinda s tým nemožno súhlasiť), ale obaja preukázali ľudstvu neoceniteľnú službu. Vďaka nim sme si na intelektuálnej úrovni uvedomili, že nie sme takí malí, ako sa javíme na povrchu. Uvedomili sme si, že povrch v sebe ukrýva obrovské hlbiny a výšiny.

Freud išiel do hlbín, Šrí Aurobindo sa snažil preniknúť do výšin. Nad našou takzvanou vedomou myslou sa nachádza skutočná vedomá myseľ. Tú dosiahnete len prostredníctvom meditácie. Keď sa k vašej obyčajnej vedomej mysli pripočíta meditácia, stane sa skutočnou vedomou myslou.

Za skutočnou vedomou myslou leží nadvedomá myseľ. Pri meditovaní zažívate len jej záblesky. Meditácia je stále ešte tápaním v temnote. Áno, niekoľko okien sa otvorí, ale znova a znova padáte späť. Nadvedomá myseľ znamená samadhi (osvietenie) - dosiahli ste krištáľovo jasné vnímanie, dosiahli ste integrované vedomie. Teraz už nemôžete klesnúť späť, integrované vedomie je vaše. Zostane s vami dokonca aj v spánku.

Za nadvedomím sa nachádza kolektívne nadvedomie. To je to, čomu náboženstvo hovorí boh. Za kolektívnym nadvedomím leží kozmické nadvedomie, ktoré presahuje dokonca aj bohov. Buddha ho nazýval nirvána,

Mahávíra/10/ kajvalja, hinduistickí mystici mókša. Vy mu môžete hovoriť Pravda.

Toto je deväť stavov vašej bytosti. A vy žijete len v jej malom kútiku - v nepatrnej takzvanej vedomej mysli. Je to, akoby mal niekto palác, na ktorý celkom zabudol, začal žiť na verande a myslel si, že je to všetko čo má.

Freud i Šrí Aurobindo sú intelektuálni obri, priekopníci, filozofi, obaja so skvelými myšlienkami. Namiesto toho, aby sa študenti učili filozofiu Bertranda Russela, Alfréda North Whiteheada, Martina Heideggera či Jeana-Paula Sartra/11/, bol by omnoho lepšie, keby sa učili viac o Šrí Aurobindovi, lebo on je najväčším filozofom tohto storočia. Akademický svet ho však celkom opomína, celkom ho ignoruje. Je to preto, že stačí čítať Šrí Aurobinda a pocítite, že nie ste vedomí. On sám ešte nie je buddhom, ale aj tak vás privedie do rozpakov. Ak má pravdu, čo urobíte? Prečo neskúmate výšiny svojej bytosti?

Freuda prijímali s veľkým odporom, ale nakoniec ho prijali. Šrí Aurobindo ešte prijatý nie je. Dokonca mu nikto neoponuje, jednoducho ho ignorujú. A príčina je zrejmä. Freud hovorí o niečom pod vami - to nie je také trápne. Môžete sa cítiť dobre, lebo viete, že ste vedomí a pod vašim vedomím je podvedomie, nevedomie a kolektívne nevedomie. Tieto stavy sa nachádzajú pod vami, vy ste na vrchole, môžete sa cítiť skvelo. Ak však budete študovať Šrí Aurobinda, budete sa cítiť nepríjemne, dotknuto, lebo existujú vyššie stavy než ten váš - a ľudské ego nikdy nechce prijať, že existuje niečo vyššie než ono. Človek chce veriť, že je vrcholom, špičkou, Gaurišankarom/12/, Everestom - že nie je nič, čo by bolo vyššie než on.

Je to dobrý pocit. Keď popierate vlastné kráľovstvo, vlastné výšiny, cítite sa veľmi dobre. Uvážte, aké je to pochabé.

Buddha má pravdu. Hovorí: "Hlupák spí, akoby už bol mŕtvy, no majster je bdely a žije naveky." Bdelé vedomie je večné, nepozná smrť. Zomiera len to, čo vedomé nie je. Preto, ak zostanete nevedomí, ak sa neprebudíte, budete musieť znova zomrieť. Ak sa chcete zbaviť utrpenia z opätovného rodenia a zomierania, ak sa chcete vyslobodiť z večného kolobehu zrodov a smrtí, budete sa musieť stať dokonale bdelymi. Budete musieť vo vedomí stúpať vyššie a vyššie.

Tu nejde o uznanie intelektom, musí sa to stať vašou skúsenosťou, musí sa to stať vašou existenciou. Nehovorím, aby ste boli presvedčení filozoficky, lebo filozofické presvedčenie neprináša nič, nenesie žiadne ovocie. Právě ovocie získate len vtedy, keď vynaložíte veľké úsilie na to, aby ste sa prebudili.

Intelektuálne koncepcie však vo vás môžu vzbudiť túžbu, dychtivosť, vďaka nim si môžete uvedomiť potenciál, to, čo je možné. Môžete si uvedomiť, že nie ste len tým, čím sa zdáte byť - ste omnoho viac.

***Hlupák spí, akoby už bol mŕtvy, no majster je bdely a žije naveky.
Pozoruje. Jeho myseľ je jasná.***

Jednoducho krásne výroky. Pravda je vždy prostá a nádherná. Jednoduché výroky, no koľko toho obsahujú. Svety vnútri svetov, nekonečné svety.

Jediné, čo sa musíte naučiť, je bdelosť. Pozorujte! Pozorujte každý svoj čin. Pozorujte každú myšlienku, ktorá vám prechádza myseľou. Pozorujte každú túžbu, ktorá vás ovláda. Pozorujte dokonca aj nevýznamné pohyby - ako chodíte, hovoríte, jete, kúpete sa. Všetko pozorujte. Nech sa všetko stane príležitosťou na pozorovanie.

Nejedzte mechanicky, nepchajte sa len - buďte nanajvyš bdelí. Riadne a vedome prežívajte, a budete prekvapení, o čo všetko ste doteraz prichádzali, lebo každé sústo vám poskytne obrovské uspokojenie. Keď budete jesť s bdelosťou, jedlo sa stane chutnejším. Dokonca aj obyčajné jedlo chutí skvelo, keď ste bdelí. A keď bdelí nie ste, môžete jesť ten najchutnejší pokrm, no ten bude bez chuti, lebo nebude nikoho, kto by to pozoroval. Len sa napchávate. Jedzte pomaly, bdelo, každé sústo musíte požiť a vychutnať.

Ovoniavajte, dotýkajte sa, vnímajte vánok a slnečné lúče. Pozerajte na mesiac, staňte sa tichým jazierkom bdelosti, a mesiac sa vo vás bude zrkadliť s nesmiernou krásou.

Žite svoj život s neustávajúcou bdelosťou. Znova a znova na to budete zabúdať. Netrápte sa kvôli tomu, je to prirodzené. Po milióny životov ste nikdy neskúšali byť bdelí, preto je len prirodzené, že budete opätovne zabúdať. No len čo si spomeniete, znova pozorujte.

Pamätajte si jedno: len čo si uvedomíte, že ste zabudli, neľutujte, nermúťte a neodsudzujte sa, ináč budete len plytvať časom. Netrápte sa: "Zase som to nezvládol." Nemajte pocit: "Som nanič." Nikdy neľutujte minulosť! Žite v prítomnosti. Tak ste zabudli, no a čo? Bolo to prirodzené, je to zvyk, a zvyky zomierajú ťažko. Navyše, toto nie je zvyk, ktorý by ste získali v jednom živote. Je to zvyk, ktorý sa upevňoval milióny životov. Ak teda dokážete zostať bdelí čo i len na pár okamihov, buďte vďační. Tých pár okamihov je viac, než by sa zdalo.

Pozoruje. Jeho myseľ je jasná.

Keď pozorujete, dostavuje sa jasnosť. Prečo z bdelosti vzniká jasnosť? Lebo čím sa stanete bdejšími, tým menšia bude vaša uponáhľanosť. Stanete sa plynulejšími. Keď pozorujete, vaša rapotajúca myseľ rapoce menej, lebo energia, z ktorej sa stávalo rapotanie, sa obracia a rodí sa z nej bdelosť. Je to tá istá energia! Viac a viac energie sa zmení na bdelosť, a myseľ tak nedostane svoju výživu. Myšlienky sa preriedia, odľahčia. Pomaly, pomaličky začnú umierať. A len čo začínajú umierať myšlienky, prichádza jasnosť. Z vašej mysle sa stáva zrkadlo.

Je šťastný!

Keď má človek jasnú myseľ, je blažený. Zmätok je prvotnou príčinou utrpenia. Základom blaženosti je jasnosť. "Je šťastný! Vidí, že bdelosť je život."

Teraz vie, že smrť nejestvuje, lebo bdelosť nemožno nikdy zničiť. Až príde smrť, budete ju tiež pozorovať. Ak zomriete bdelí, pozorovanie nezomrie. Vaše telo sa rozpadne, obráti sa v prach, ale vaša bdelosť zostane. Stane sa súčasťou kozmického celku. Stane sa kozmickým vedomím.

V takých chvíľach proroci upanišád/13/ hovoria: "Aham brahmásmí - som kozmické vedomie." V takom stave vyhlásil al-Hillaj Mansúr/14/: "Ana'l haq! - som Pravda (Boh)!" To sú výšiny, na ktoré máte právo. Ak ich nedosahujete, môžete za to len vy sami. Nikto iný.

S ohromnou vytrvalosťou medituje, hľadá slobodu a šťastie.

Pozorne počúvajte tie slová! Kým na svoje prebudenie nevynaložíte všetko úsilie, nedôjde k nemu.

Čiastočné úsilie je zbytočné. Nesmiete byť len priemerní, nesmiete byť len vlažní. To vám nepomôže.

Vlažné úsilie je odsúdené na neúspech.

Transformácia prebehne len vtedy, keď na ňu vynaložíte všetku energiu. K alchymistickej premene dôjde, až keď naplno vriete. Vtedy sa odparíte. Potom začnete stúpať. Nevšimli ste si? Voda tečie nadol, para stúpa nahor. Deje sa to isté: nevedomie klesá nadol, bdelé vedomie stúpa nahor.

Nahor je synonymom pre dovnútra a nadol je synonymom pre smer von. Bdelé vedomie smeruje dovnútra, nevedomie von. Nevedomie vyvoláva váš

záujem o čosi druhé - veci, ľudí, ... Nevedomie vás udržiava v úplnej temnote. Vaše oči sú obrátené na druhých. Nevedomie je zdrojom akejsi vonkajškivosti, robí vás extrovertnými. Bdelé vedomie vytvára obrátenosť dovnútra, robí vás introvertnými. Vtáhuje vás čoraz hlbšie dnu.

A hlbšie a hlbšie znamená aj vyššie a vyššie. Hlbšie a vyššie rastú súčasne ako strom. Vy len vidíte, ako strom rastie nahor, no nevidíte korene, ktoré rastú nadol. Najprv však musia rásť korene nadol, až potom môže strom rásť nahor. Ak bude chcieť strom dosiahnuť nebo, bude musieť zapustiť korene do najväčšej možnej hĺbky. Strom rastie súčasne v oboch smeroch. Rovnako bdelé vedomie rastie nahor a súčasne zapúšťa korene do vašej bytosti.

Korene utrpenia

Utrpenie je stavom nevedomia. Trpíme, lebo si neuvedomujeme čo robíme, o čom premýšľame, čo cítime, a preto si v každom okamihu odporujeme. Naše činy idú jedným smerom, myslenie druhým a pocity sú opäť niekde inde. Rozpadáme sa, sme stále viac a viac roztrieštení. A to je utrpenie - strata integrity, strata jednoty. Celkom sme stratili stred, máme len okraje. A život, ktorý nie je harmonický, bude utrpením, balvanom, ktorý treba nejako niesť. V najlepšom prípade môže človek túto bolesť zmierniť. Liekov proti bolesti sú tisíce.

Nie sú to len drogy a alkohol, aj takzvané náboženstvo funguje ako ópium. Ľudí omamuje. Všetky náboženstvá sú samozrejme proti drogám, lebo samy obchodujú na rovnakom trhu. Sú proti konkurencii. Keď budú ľudia brať ópium, asi nebudú pobožní. Nebudú mať potrebu byť pobožnými. Našli svoje ópium, tak prečo by sa mali starať o náboženstvo? Ópium je lacnejšie, je v ňom menej účasti. Ak ľudia fajčia marihuanu alebo berú LSD a iné chemicky pripravované drogy, prirodzene nebudú pobožní, lebo náboženstvo je veľmi primitívna droga. Preto sú všetky náboženstvá proti drogám.

V skutočnosti nie sú proti drogám ako takým. Tým skutočným dôvodom je, že drogy sú konkurenciou. A ak zabránite ľuďom, aby užívali drogy, potom zákonite padnú do pasce kňazom, lebo to bude jediná cesta, ktorá im ostane. Je to monopolizácia - na trhu zostane len ich "ópium" a všetko ostatné sa stane ilegálnym.

Ľudia žijú v utrpení. Vedú z neho len dve cesty: začať meditovať a stať sa pozornými, bdelými, bdelo vedomými. Je to drina. Vyžaduje to guráž. Druhou cestou je objaviť niečo, čo vás urobí ešte menej vedomými než ste, aby ste svoje živorenie necítili. Nájsť niečo, čo vás urobí celkom necitlivými, nejakú

omamnú látku, nejaký liek proti bolesti, ktorý vás urobí takými bezvedomými, že budete môcť do svojho bezvedomia utiecť a celkom zabudnúť na svoje úzkosti, muky a bezvýznamnosť.

Táto druhá cesta nie je skutočnou cestou. Urobí vaše utrpenie len o niečo príjemnejším, o niečo znesiteľnejším a ľahším, ale nepomôže vám - netransformuje vás. K jedinej transformácii dochádza prostredníctvom meditácie, lebo meditácia je jedinou metódou, ktorá vás urobí bdelymi. Pre mňa je meditácia jediným pravým náboženstvom. Všetko ostatné je podfuk. Existujú rôzne značky "ópie" - kresťanstvo, hinduizmus, islám, džinizmus, buddhizmus - sú to však len rôzne značky. Nádoba je odlišná, ale obsah rovnaký: všetky tieto "ópiá" vám pomáhajú nejako sa prispôbiť utrpeniu.

Ja sa vás však snažím priviesť za utrpenie. Netreba sa mu prispôbovať. Jestvuje možnosť celkom sa od neho oslobodiť. No táto cesta je trochu namáhavá. Je to výzva.

Musíte si začať pozorne uvedomovať svoje telo a to, čo s ním robíte.

Raz si prišiel kráľ vypočuť Buddhov ranný príhovor. Sedel priamo pred Buddhom a stále hýbal palcom na nohe. Buddha prestal rozprávať a pozrel na kráľov palec. Keď sa naň pozrel, kráľ ním prestal hýbať.

Buddha sa ho spýtal: "Prečo to robíš?"

Kráľ odvetil: "Keď si prestal hovoriť a pozrel sa na môj palec, len vtedy som si uvedomil, čo robím. Ináč som si toho nebol vedomý."

Buddha povedal: "Je to tvoj palec a nie si si ho vedomý? Potom môžeš aj zabiť človeka a nebyť si toho vedomý!"

A práve takto boli zavraždení ľudia a vrah si nebol ničoho vedomý. Veľa vrahov na súde celkom poprelo, že by vraždili. Najprv sa myslelo, že jednoducho klamú, ale najnovšie sa zistilo, že nie. Zabíjali v stave bez vedomia. Boli v tej chvíli takí rozzúrení, takí nahnevaní, že boli posadnutí svojím hnevom. A keď ste rozzúrení, začne vaše telo do krvi vylučovať určité omamné látky. Zúriť znamená byť dočasne šialený. A človek na to celkom zabudne, lebo nebol ani trochu vedomý. Takto sa ľudia zamilovávajú, zabíjajú, páchajú samovraždy, konajú všetko možné.

Prvým krokom k bdelému vedomiu je pozorovanie svojho tela. Pomaly, pomaličky si človek začne uvedomovať každé svoje gesto, každý svoj pohyb. A ako si ich začne uvedomovať, začne sa diať niečo zázračné: veľa vecí, ktoré ste

predtým robili, jednoducho zmizne. Vaše telo sa viac uvoľní, zharmonizuje, začne v ňom prevládať hlboký mier, pulzovať jemná hudba.

Potom to isté treba urobiť s myšlienkami - začnite si uvedomovať svoje myšlienky. Sú jemnejšie než telo a samozrejme aj nebezpečnejšie. Len čo si začnete uvedomovať myšlienky, budete prekvapení, čo sa vnútri vás deje. Ak si budete zapisovať všetko, čo sa vo vás v každom okamihu odohráva, čaká vás veľké prekvapenie. Nebudete tomu ani veriť: "Toto sa deje v mojom vnútri?" Píšte len desať minút. Zatvorte okná i dvere, zamknite sa, aby nikto nemohol vstúpiť a mohli ste byť celkom úprimní. Zapáľte si aj oheň, v ktorom budete môcť papier so svojimi poznámkami spáliť, aby sa to okrem vás nikto nedozvedel. A potom buďte celkom úprimní - píšete všetko, čo vás napadne. Nevysvetľujte to, nemeňte, ani neupravujte. Spíšete to na papier otvorene, napíšete to presne také, aké to je.

Po desiatich minútach si to prečítajte - vnútri uvidíte šialenú myseľ! Neuvedomujete si, že celé toto šialenstvo vo vás neprestajne plynie ako spodný prúd. Ovplyvňuje všetko významné vo vašom živote. Má vplyv na všetko, čo robíte i čo nerobíte, ovplyvňuje úplne všetko. Váš život je jeho výsledkom!

Preto treba tohto šialenca zmeniť. A zázrakom bdelého vedomia je, že nemusíte robiť nič iné, len si začať pozorne uvedomovať. Samotné pozorovanie ho zmení. Pomaly, pomaličky šialenec zmizne. Pomaly, pomaličky sa začnú myšlienky chovať podľa určitého vzoru: prestanú byť chaotické a začnú byť v súlade s vesmírom. Potom opäť zavládne hlboký mier.

A keď bude vaše telo a myseľ v klude, uvidíte, že sa tiež zladili, že je medzi nimi most. Už nebežia každé iným smerom, necválajú na chrbtoch dvoch rôznych koní. Po prvý raz nastane zhoda a táto zhoda vám nesmierne pomôže v práci na treťom kroku, ktorým je začať si uvedomovať svoje pocity, emócie, nálady. To je tá najjemnejšia a najťažšia vrstva. Po uvedomovaní si myšlienok, je to ďalší krok. Aby ste si začali uvedomovať svoje nálady, emócie a pocity, je potrebné ešte o čosi pozornejšie vedomie.

Len čo si budete uvedomovať svoje telo, myšlienky a emócie, spoja sa do jedného celku. A keď sú tieto tri jedným, keď fungujú v dokonalej zhode a hladko spolupracujú, môžete počuť hudbu všetkých troch - stal sa z nich orchester. Potom príde aj to štvrté. To nemôžete spôsobiť, to sa stane spontánne - je to dar (od) celku. Je to odmena pre tých, ktorí pozorujú telo, myseľ a emócie.

Tým štvrtým je najvyššie vedomie, ktoré z človeka robí prebudeného. Začne si uvedomovať vlastné bdelé vedomie - to je tým štvrtým. To z človeka robí

buddhu, prebudeného. A len keď sa človek takto prebudí, spozná, čo je blaženosť. Telo pozná rozkoš, myseľ pozná šťastie, srdce pozná radosť. To štvrté pozná blaženosť. Blaženosť je cieľom a bdelé vedomie je cestou k nemu.

Vlastné svety

Herakleitos/15/ raz povedal:

Keď bdejú, sú ľudia k tomu, čo sa okolo nich deje, rovnako nepozorní a zábudliví ako počas spánku. Blázni, aj keď počujú, sú ako hluchí. Hodí sa na nich, že kdekoľvek sú, vlastne chýbajú. Človek by nemal konať, ani hovoriť akoby spal. Bdelí majú jeden spoločný svet, spiaci každý svoj vlastný. Keď bdieme, všetko čo vidíme je smrť, keď spíme, sen.

Herakleitos sa dotýka najväčšieho problému človeka - aj keď bdie, človek tvrdo spí. Spíte keď spíte, ale spíte aj keď bdiete. Čo to znamená? - hovorí to totiž Buddha, Ježiš aj Herakleitos.

Vyzeráte celkom bdelo, ale je to len zdanie. Hlboko vnútri tvrdo spíte. Dokonca aj práve teraz vnútri spíte. Tisíce myšlienok plynú a vy si neuvedomujete čo sa deje, nie ste si vedomí toho, čo robíte. Pohybujete sa, ako sa pohybujú ľudia v spánku.

Iste ste sa stretli s niekým, kto sa v spánku pohybuje - urobí to či ono, a potom sa vráti naspäť do postele. Hovorí sa tomu námesačnosť. Mnoho ľudí v noci vstane a pohybuje sa, oči otvorené dokorán. Môžu chodiť, dokážu nájsť dvere. Prídu do kuchyne, niečo zjedia, vrátia sa späť a zase si ľahnú. Keď sa ich na to ráno spýtate, nič si nepamätajú. V najlepšom prípade si uvedomia - ak sa budú snažiť si spomenúť - že sa im v noci snívало o tom, ako išli do kuchyne. Bol to však nanajvýš sen, a aj ten je ťažké si znova vybaviť.

Veľa ľudí spáchalo zločin. Mnoho vrahov na súde tvrdí, že o ničom nevedia, že si nepamätajú, že by niekedy niečo také urobili. Neznamená to, že by klamali, nie. Psychoanalytici objavili, že títo ľudia nepodvádzajú, neklamú. Hovoria úplnú pravdu. Spáchali vraždu akoby vo sne, spáchali ju v hlbokom spánku. Tento spánok je hlbší než bežný spánok. Je ako opitost': je možné sa trochu pohybovať, trochu čosi porobiť, aj byť trochu bdely - ale opitý. Neviete presne čo sa deje. Čo ste urobili v minulosti? Dokážete si presne spomenúť, prečo ste urobili to, čo ste urobili? Niečo sa vám stalo? - boli ste bdely, keď sa to prihodilo? Zamilujete sa, a nevíete prečo. Nahneváte sa, a nevíete prečo.

Samozrejme si nájdete výhovorky, zdôvodníte všetko čo urobíte, ale zdôvodňovanie nie je bdelé vedomie.

Pôvodný zmysel slova hriech neznamená niečo zlé spáchať, znamená len niečo opomenúť, postrádať - nebyť prítomný, urobiť niečo bez vedomia prítomnosti - to je jediný hriech. A jediná cnosť? Keď niečo robíte, byť pritom dokonale bdelý - Gurdijev tomu hovorí sebauvedomovanie, Buddha byť bdelo pozorný, Krišnamurti/16/ bdelé uvedomovanie si, Kábir sárati - byť prítomný! To je všetko čo treba, nič viac.

Nemusíte nič meniť, a aj keď sa budete snažiť, nepôjde vám to. Snažili ste sa na sebe zmeniť veľa vecí. Uspeli ste? Koľkokrát ste sa rozhodli, že sa už nenahneváte? Čo sa stalo s vaším rozhodnutím? Len čo príde tá chvíľa, ste zase v pasci, rozčúľite sa, a potom čo váš hnev doznie, opäť robíte pokánie. Stal sa z toho začarovaný kruh: nahneváte sa, potom sa kajáte, a následne ste pripravení sa znova nahnevať.

Pamätajte si, že aj vtedy, keď sa kajáte, nie ste vedome prítomní - pokánie je tiež časťou hriechu. Preto sa nič nedeje. Snažíte sa a snažíte, robíte veľa rozhodnutí a skladáte veľa sľubov, ale nič sa nedeje - zostávate rovnakí, ako keď ste sa narodili, ani trochu ste sa nezmenili. Nie, že by ste sa nesnažili, nie, že by ste sa nesnažili dostatočne, skúšali ste to znova a znova. Neuspeli ste, lebo to nie je otázka úsilia. Väčšie úsilie nepomôže. Je to otázka bdelosti, nie úsilia.

Keď ste bdelí, veľa vecí jednoducho odpadne samo, nemusíte ich odhadzovať. V bdelom vedomí niektoré veci nie sú možné. A to je moja definícia, nemám žiadne ďalšie kritériá. Ak ste bdelo vedomí, nemôžete sa zamilovať (upadnúť do (stavu) lásky/17/) - v takom prípade by to bol hriech. Môžete milovať, vtedy to nebude pád, ale vzostup. Prečo používame výraz upadnúť do lásky (zamilovať sa)? Je to pád, padáte, nestúpate. Ak ste bdelo vedomí, pád je nemožný - dokonca ani do lásky. To je nemysliteľné. S bdelým vedomím je to nemožné, s bdelým vedomím do lásky stúpate. A vzostup do lásky je niečo celkom iné, než do nej upadnúť. Padnúť do lásky je ako sen. Ľuďom, ktorým sa to stalo, sa ich stav zrkadlí v očiach, je to, akoby spali hlbšie než ostatní, akoby snívali, akoby boli opití. Môžete to spoznať na ich očiach, lebo v nich majú ospalosť. Ľudia, ktorí do lásky stúpajú, sú celkom odlišní. Môžete vidieť, že už nesnívajú. Stoja realite tvárou v tvár, jej prostredníctvom rastú.

Keď do lásky upadnete, zostanete dieťaťom, keď do nej vystúpate, dospejete. A po čase z lásky nevznikne vzťah, ale stane sa stavom vášho bytia. Potom to

nie je tak, že by ste niečo milovali, a niečo nie. Jednoducho ste láskou. Zdieľate sa s každým, kto k vám príde. Dávate svoju lásku všetkému, čo sa deje. Dotknete sa kameňa a dotýkate sa ho, akoby ste sa dotýkali tela svojej milej. Pozriete na strom a dívate sa naň, akoby ste sa dívali do tváre svojho milého. Stane sa to stavom bytia. Nepadli ste do stavu lásky, teraz ste láskou. A to je stúpanie, nie pád.

Láska je nádherná, keď prostredníctvom nej stúpate, a stáva sa nemravnou a ošklivou, keď prostredníctvom nej padáte. Skôr či neskôr zistíte, že taká láska je naozaj jedovatá. Stalo sa z nej otroctvo. Ste v nej polapení, vaša sloboda bola potlačená, vaše krídla pristrihnuté, už nie ste voľní. Vlastníte a dovoľujete, aby niekto vlastnil vás. Stávate sa vecou, a z človeka, do ktorého ste sa zamilovali, sa snažíte vec urobiť.

Pozrite na manželov: z oboch sa stali veci, už nie sú ľuďmi. Snažia sa vlastniť jeden druhého. Vlastniť však možno len veci, nie bytosti. Ako môžete vládnuť človeku? Ako ho môžete zmeniť na majetok? To je nemožné! No manžel sa snaží vlastniť manželku a manželka sa snaží o to isté. Potom dochádza ku konfliktom, obaja sa v podstate stávajú nepriateľmi. Ničia jeden druhého.

Raz do kancelárie vedúceho cintorína vstúpil Mula Nasredín/18/ a nariekal: "Viem, že moja žena je pochovaná na vašom cintoríne, ale nemôžem nájsť jej hrob."

Vedúci vzal zoznam a spýtal sa: "Ako sa volá?"

Mula odpovedal: "Nasredínová."

Vedúci pozrel do zoznamu a povedal: "Žiadna pani Nasredínová tu nie je, mám tu len nejakého Mulu Nasredína. Je mi ľúto, zdá sa, že v zozname je chyba."

Mula Nasredín odvetil: "To nie je chyba. Kde je ten hrob Mulu Nasredína? Všetko je totiž na moje meno."

Dokonca aj hrob jeho ženy!

Vlastníctvo ... každý sa snaží vlastniť svojho milého, svoju milú. To už nie je láska. Len čo niekoho vlastníte, v skutočnosti nenávidíte, ničíte, zabíjate, ste vrahmi. Láska by mala dávať slobodu. Láska je sloboda. Láska bude milého robiť stále slobodnejším, láska bude dávať krídla a otvárať nekonečné nebo. Nemôže sa z nej stať väzenie alebo ohrada. Takú lásku však nepoznáte, lebo

vzniká len vtedy, keď ste bdelo vedomí. Taká kvalita lásky prichádza len vtedy, keď je prítomné bdelé vedomie. Vy poznáte lásku, ktorá je hriešna, lebo pochádza zo spánku.

A tak je to so všetkým, čo robíte. Dokonca aj keď sa snažíte robiť niečo dobré, ubližujete. Pozrite na ľudomilov, reformátorov spoločnosti, takzvaných revolucionárov: vždy ubližujú, sú to tí najškodlivejší ľudia na svete. Je však ťažké rozoznať, v čom spočíva ich škodlivosť, lebo sú to dobrí ľudia, ktorí vždy preukazujú druhým dobro - je to ich spôsob, ako druhých uväzniť. Ak im dovolíte, aby vám preukázali nejaké dobro, privlastnia si vás. Začnú vám masírovať nohy, a skôr či neskôr zistíte, že sa ich ruka naťahuje po vašom krku! Začínajú od nôh, ale skončia pri krku, lebo sú nevedomí. Nevedia, čo robia. Naučili sa trik - ak chceš niekoho vlastniť, preukazuj mu dobro. Dokonca si ani neuvedomujú, že sa tento trik naučili. Budú však škodiť, lebo čokoľvek čo sa snažia, niekoho alebo niečo vlastniť, nech je toho meno alebo forma akákoľvek, je bezbožné a hriešne.

Vaše kostoly, chrámy a mešity na vás spáchali hriech, lebo sa stali vlastníckmi, stali sa vládcami. Každá cirkev je proti náboženstvu, lebo náboženstvo je sloboda! Prečo sa to teda deje? Ježiš sa vám snaží dať slobodu, krídla. Čo sa stane potom, akú rolu v tom hrá cirkev? Ježiš žije v úplne odlišnej úrovni bytia, v úrovni bdelého vedomia. Tí, ktorí ho počúvajú, tí, ktorí ho nasledujú, žijú na úrovni spánku. Čokoľvek počujú a vykladajú, vykladajú prostredníctvom svojich snov. A čokoľvek vykonajú, bude hriechom. Kristus vám dáva náboženstvo, a potom ho ľudia, ktorí spia hlbokým spánkom, pretvoria v cirkev.

Satan raz sedel veľmi smutne pod stromom. Okolo prechádzal akýsi svätec. Pozrel na satana a povedal: "Hovorí sa, že nikdy nespíš, že vždy kdesi vystrájaš nejakú neplechu. Čo tu robíš pod stromom?"

Satan sklúčene odvetil: "Vyzerá to tak, že moju prácu prebrali kňazi a ja nemám čo robiť, som celkom bez práce. Niekedy rozmýšľam o samovražde, lebo tí kňazi si počínajú veľmi dobre."

Kňazi si počínajú veľmi dobre preto, lebo zamenili slobodu za väzenie, pravdu za dogmy - všetko z úrovne bdelého vedomia zmenili na úroveň spánku.

Snažte sa presne pochopiť, čo tento spánok je, lebo ak dokážete vycítiť, čo je jeho podstatou, už ste sa začali prebúdzat' - už ste na ceste, ktorá z neho vedie von. Čo je tým mechanizmom? Aký je jeho modus operandi?

Mysel' sa vždy nachádza v minulosti alebo v budúcnosti. Nedokáže byť v prítomnosti, je to pre ňu celkom nemožné. Ak ste v prítomnosti, myseľ nejestvuje, lebo myseľ znamená premýšľať. Ako môžete v prítomnosti premýšľať? Môžete premýšľať o minulosti. Tá sa už stala vašou súčasťou a myseľ na ňu môže spomínať. Môžete premýšľať o budúcnosti. Tá ešte nenastala, ale myseľ o nej môže snívaj. Mysel' teda dokáže dve veci. Buď sa vracaj do minulosti, kde má nesmierny priestor, v ktorom sa môže pohybovať, alebo unikať do budúcnosti, kde je opäť nekonečný priestor, kde je možné si predstavovať a snívaj. Ako ale môže myseľ fungovať v prítomnosti? V prítomnosti nejestvuje žiadny priestor, v ktorom by sa mohla pohybovať.

Prítomnosť len rozdeľuje minulosť a budúcnosť, je jednoducho len deliacou čiarou. Nie je v nej žiadny priestor. V prítomnosti môžete len byť, nemôžete premýšľať, lebo na premýšľanie potrebujete priestor. Myšlienky vyžadujú priestor, sú ako predmety. Myšlienky nie sú duchovné, lebo dimenzia duchovna začína až v neprítomnosti myšlienok. Myšlienky sú hmotné predmety, hoci veľmi jemné, a každý hmotný predmet potrebuje priestor.

V prítomnosti nemôžete premýšľať. V okamihu, keď sa dáte do premýšľania, už ide o minulosť. Vidíte vychádzať slnko. Vidíte ho a povie: "Aký nádherný východ slnka!" Ide však už o minulosť. Keď vychádza slnko, nejestvuje priestor dokonca ani na to, aby ste povedali: "Aké nádherné!", lebo len čo to vyslovíte, stala sa už z vášho zážitku minulosť. Mysel' na ňu spomína. Ako môžete premýšľať presne v momente keď svitá, presne v okamihu, keď slnko vychádza? Čo si môžete myslieť? Môžete s vychádzajúcim slnkom byť, nemôžete však premýšľať. Pre vás je tam priestoru dosť, pre vaše myšlienky však nie.

V záhrade uvidíte nádherný kvet a povie: "Nádherná ruža." - v tej chvíli už s tou ružou nie ste, už ide o spomienku. Keď je tam kvet a ste tam aj vy, obaja prítomní jeden pre druhého, ako môžete premýšľať? Nie je na to priestor. Ten priestor je taký tesný - v skutočnosti tam žiadny nie je - že dokonca vy a tá ruža nemôžete existovať ako dvaja, lebo ani pre dvoch tam nie je miesto, môže tam byť len jedno.

To je dôvod, prečo ste v dokonalej prítomnosti kvetom a kvet vami. Keď nie je prítomné myslenie, kto je kvetom a kto pozorovateľom? Pozorovateľ sa stáva pozorovaným. Hranice sa zrazu strácajú. Zrazu ste prenikli do kvetu a kvet do vás. Náhle nie ste dvoma - ste jedným.

Keď začnete rozmýšľať, opäť sa stanete dvoma. Ak nepremýšľate, kde je dualizmus? Keď ste s kvetom a nerozmýšľate, je to hovor, nie rozhovor. Ak ste

so svojím milým či milou, je to hovor, nie rozhovor, lebo nejestvujú dvaja. Keď sedíte vedľa svojho milého a držíte ho za ruku, vtedy len existujete. Nepremýšľate o dňoch minulých ani budúcich - ste tu a teraz. Byť "tu a teraz" je také nádherné a intenzívne, že touto intenzitou nedokáže preniknúť žiadna myšlienka.

Brána prítomnosti je úzka. Súčasne do nej nemôžu vstúpiť ani dvaja, len jeden. V prítomnosti nie je nič iné než rozmýšľanie v obrazoch. Oboje je predmetom, oboje je hmotné.

Keď ste bez rozmýšľania, v prítomnosti, ste po prvý raz duchovní. Otvára sa nová dimenzia - tou dimenziou je bdelé vedomie. Pretože ste tú dimenziu nepoznali, Herakleitos hovorí, že spíte, že nie ste bdelí. Bdelé vedomie znamená byť v prítomnosti tak dokonale, že nejestvuje žiadny pohyb smerom k minulosti ani budúcnosti - všetok pohyb ustáva.

To neznamena, že by ste sa stali statickými. Začína nový pohyb v hĺbke. Jestvujú dva druhy pohybu, a to je aj význam Ježišovho kríža - symbolizuje dva pohyby, križovatku. Jeden pohyb je lineárny - pohybujete sa po priamke od jedného predmetu k druhému, od jednej myšlienky k druhej, od jedného sna k druhému, ... - pohybujete sa horizontálne po priamke. To je pohyb v čase. Takto sa pohybujú tí, ktorí tvrdo spia. Môžete sa pohybovať ako kyvadlový autobus, tam a späť, po priamke.

Jestvuje však aj iný pohyb, ktorý sa odohráva v celkom inej dimenzii. Tento pohyb nie je horizontálny, ale vertikálny. Nepohybujete sa z A do B a z B do C. Pohybujete sa z A do hlbšieho A: z A1 do A2, ... - nadol alebo nahor.

Len čo sa zastaví myslenie, započne nový pohyb. Klesáte do hlbiny, je to ako pád do priepasti. Ľudia, ktorí intenzívne meditujú, sa skôr či neskôr k tomu bodu dostanú. Vtedy sa v nich prebudí strach, lebo majú pocit, akoby sa otvorila bezodná priepasť. Máte závrat, máte strach. Radi by ste sa držali starého pohybu, ktorý poznáte. Ten nový je ako smrť.

To je význam Ježišovho kríža - je to smrť. Presun od horizontály k vertikále je smrť, skutočná smrť. Je to však smrť len z jedného pohľadu, z druhého ide o vzkriesenie. Zomierate, aby ste sa narodili. Zomierate v jednej dimenzii, aby ste sa narodili v druhej. Na horizontále ste Ježišom, na vertikále sa stávate Kristom.

Ak sa pohybujete od jednej myšlienky k druhej, zotrúvate vo svete času. Ak sa presuniete do prítomnosti, nie k myšlienkam, premiestnite sa do večnosti. Nie ste statickí - nič v tomto svete nie je statické, ani nemôže byť - vzniká nový

pohyb, pohyb bez motivácie. Pamätajte na tieto slová. Po horizontále sa pohybujete kvôli motivácii. Musíte niečo dosiahnuť - peniaze, slávu, moc alebo Boha. Pohyb s motiváciou znamená spánok.

Pohyb bez motivácie znamená bdelé vedomie - pohybujete sa, lebo pohyb je rýdzim šťastím, životom, lebo život je energiou a energia pohybom. Pohybujete sa, lebo energia je potešením. Váš pohyb nemá žiadny iný dôvod. V skutočnosti nikam nejdete, vlastne nejete vôbec, len sa tešíte z energie. Mimo pohybu samého neexistuje žiadny cieľ. Pohyb má svoju vnútornú hodnotu, nie vonkajšiu.

Buddha žije, Herakleitos žije, i ja žijem, dýcham, ale pohybujeme sa odlišne, bez motivácie. Pred niekoľkými rokmi sa ma ktosi spýtal: "Prečo pomáhate ľuďom v meditácii?"

Povedal som mu: "Je to moje potešenie. Nie je žiadne preto - jednoducho ma to teší." Tak ako niekoho baví siať v záhrade semená a čakať na kvety, ja sa teším, keď kvitnete vy. Je to záhradníčenie. Ak niekto kvitne, je to rýdze potešenie. A ja ho zdieľam. Nie je v tom žiadny cieľ. Ak neuspejete, nebudem znechutený. Ak nerozkvitnete, je to tiež v poriadku, lebo rozkvet nemožno vynútiť. Púčik nemôžete otvoriť násilím - vlastne môžete, ale tým ho zničíte. Môže to ako rozkvet vyzeráť, ale nie je.

Celý svet, celá existencia sa pohybuje do večnosti. Mysel' sa pohybuje v čase. Existencia sa pohybuje smerom nahor a nadol, myseľ vpred a späť. Mysel' sa pohybuje horizontálne, to je spánok. Ak sa dokážete pohybovať vertikálne, je to bdelé vedomie.

Zotrývajte v prítomnosti. Preneste sa úplne do prítomnosti. Nedovoľte, aby sa vám do toho plietla minulosť, nedovoľte, aby vám do toho vstupovala budúcnosť. Minulosť už nejestvuje, je mŕtva. A ako hovoril Ježiš: "Nechajte mŕtvych, nech pochovajú svojich mŕtvych." Minulosť už nejestvuje, prečo sa o ňu staráte? Prečo ju prežívate stále dokola? Ste blázni? Už neexistuje, je len vo vašej mysli, je len spomienkou. Budúcnosť ešte nenastala - prečo teda o nej premýšľate? Ako môžete premýšľať o niečom, čo ešte nenastalo? Ako si to môžete naplánovať? Čokoľvek pre to urobíte, nič z toho sa nestane. Potom budete nespokojní. Celok má svoj vlastný plán. Prečo sa proti nemu snažíte stavať tie svoje?

Existencia má vlastné plány, je múdrejšia ako vy - celok je múdrejší ako časť. Prečo sa hráte na to, že ste celkom? Celok má vlastný osud, vlastné naplnenie. Prečo sa o to staráte? Navyše všetko čo vykonáte bude hriechom, lebo vám bude unikať okamih - prítomný okamih. A ak sa z toho stane zvyk -

čo sa stáva, lebo ak vám začne prítomnosť unikať, začnete si na to zvykať - keď príde budúcnosť, opäť ju premeškáte, lebo keď príde, už to nebude budúcnosť, ale prítomnosť. Včera ste rozmýšľali o dnešku, lebo vtedy to bol zajtrajšok. Teraz je dneškom a vy opäť rozmýšľate o zajtrajšku, a až ten príde, stane sa zase dneškom, lebo všetko, čo existuje, existuje tu a teraz. Nič nemôže existovať ináč. A ak vaša myseľ hľadá utkvelo a neprestajne k zajtrajšku, kedy budete žiť? Zajtrajšok nikdy nepríde. Prítomný okamih vám bude stále unikať - a to je hriech (jeho pôvodný význam).

V okamihu, keď nastúpi budúcnosť, nastúpi čas. Zhrešili ste proti existencii, unikla vám prítomnosť. A stalo sa z toho nemenné, automatické pravidlo - prítomnosť vám stále uniká.

Prichádzajú za mnou ľudia zo vzdialených krajín. Keď sú doma, tak o mne rozmýšľajú a myšlienky na mňa ich vzrušujú. Čítajú, rozmýšľajú a snívajú. Keď prídu sem, začnú myslieť na svoj domov. Vo chvíli, keď prídu, sú už na ceste späť! Začnú myslieť na svoje deti, manželky, prácu, na to a ono, na tisíc najrôznejších vecí. A ja vidím celú tú nezmyselnosť. Až budú späť, budú opäť myslieť na mňa. Uniká im prítomnosť, a to je hriech.

Keď ste so mnou, buďte so mnou, buďte úplne so mnou, aby ste sa naučili nový pohyb, aby ste dokázali cestovať do večnosti a nie v čase. Čas je svet a večnosť je Boh. Svet je horizontálne, Boh je vertikálne. Existuje bod, kde sa oboje stretáva, horizontála s vertikálou - v tom bode bol ukrižovaný Ježiš, a tým bodom je "tu a teraz". Z "tu a teraz" sa môžete vydat' dvoma smermi: prvý vedie do sveta, do budúcnosti, ten druhý k Bohu, do hĺbky.

Buďte čoraz viac vedomí, čoraz viac pozorní a všímaví k prítomnosti.

Čo máte robiť? Ako to dosiahnuť? Spíte totiž tak tvrdo, že aj z toho môžete urobiť sen. Môžete z toho urobiť objekt na rozmýšľanie, proces rozmýšľania. Môžete sa kvôli tomu stať takými napätými, že nebudete môcť byť v prítomnosti len kvôli svojmu napätiu. Prílišné premýšľanie o tom, ako byť v prítomnosti vám nepomôže. Ak sa niekedy vrátite do minulosti (a vy sa budete vracáť, lebo ste tak fungovali príliš dlho), alebo začnete rozmýšľať o budúcnosti, okamžite sa budete cítiť previnilo za to, že ste spáchali hriech.

Necíťte sa previnilo. Pochopte svoj hriech, ale necíťte zaň vinu. To je veľmi jemné. Keď začnete cítiť vinu, tak ste nič nepochopili. Starý návyk sa rozbieha nanovo. Teraz sa cítite previnilo, lebo vám unikla prítomnosť. Rozmýšľate však o minulosti - tá prítomnosť už totiž prítomnosťou nie je. Je to už minulosť a vy za ňu cítite vinu. Prítomnosť vám stále uniká.

Zapamätajte si preto jedno: kedykoľvek si uvedomíte, že ste zašli do minulosti alebo do budúcnosti, nič si z toho nerobte. Jednoducho sa vráťte do prítomnosti a nerobte z toho problém. Je to v poriadku! Len prived'te vedomie späť do prítomnosti. Nepodarí sa vám to miliónkrát. Dokonalosť nedosiahnete ihneď. Môže sa to stať, ale nie z vašej vôle. Ide o tak dlho zažitý spôsob chovania, že ho nedokážete zmeniť hneď teraz. Ale nemajte obavy, existencia sa nikam nenáhli. Večnosť môže čakať večne. Nevytvárajte okolo toho napätie.

Kedykoľvek pocítite, že ste sa zabudli, vráťte sa späť. To je všetko. Necítte sa previnilo. To je trik mysle, znova hrá svoju hru. Neľutujte sa. Keď budete rozmýšľať, vráťte sa jednoducho späť k tomu, čo robíte. Kúpete sa, jete, prechádzate sa, ... - vráťte sa k tomu späť. V okamihu, keď si uvedomíte, že nie ste "tu a teraz", vráťte sa naspäť - prosto, bez viny. Ak sa budete cítiť previnilo, nič ste nepochopili.

Stal sa hriech, no nejestvuje žiadna vina - môže to byť pre vás ťažké. Len čo máte pocit, že je niečo zle, okamžite sa začnete cítiť previnilo. Mysel' je veľmi, veľmi vychytralá. Keď budete cítiť vinu, začala sa hra - na novom ihrisku, ale hra je tá istá. Ľudia za mnou chodia a smutne hovoria: "Stále na to zabúdame. Snažíme sa, ale vydržíme to len niekoľko sekúnd. Sme bdelí, uvedomujeme si sami seba, a potom je to zase preč - čo máme robiť?" Nič nemôžete "robiť"! Tu vôbec nejde o "robenie". Jediné, čo môžete robiť, je nevytvárať pocit viny. Jednoducho sa len vracajte späť.

Vracajte sa nie s vážnym výrazom, s mohutným vypätím, ale jednoducho, bez pocitu viny, nerobte z toho problém. Večnosť totiž nemá problémy - všetky problémy existujú len na horizontálnej rovine. Aj tento problém je na horizontálnej rovine. Vertikálna rovina nepozná problémy. Je to rýdza radosť bez akýchkoľvek úzkostí, obáv, čohokoľvek. Buďte prostí a vráťte sa späť.

Veľakrát sa to nepodarí, to je isté. Nelámte si s tým však hlavu, jednoducho je to tak. Síce veľakrát zlyháte, ale o to nejde. Nevenujte príliš pozornosť tomu, koľkokrát ste sa museli vrátiť. Pamätajte si, že dôraz by sa nemal klásť na to, že ste zlyhali, ale na to, že ste si vždy znova spomenuli. Tešte sa z toho. To, že na seba zabúdate, je samozrejme v poriadku. Ste ľudia a premnoho životov ste žili na horizontálnej rovine, a preto je to prirodzené. Krása je v tom, že ste sa veľakrát vrátili späť. Zvládli ste nemožné, tešte sa z toho!

Počas dňa sa zabudnete tisíckrát, ale tisíckrát sa vrátite späť. Začnete fungovať novým spôsobom. Toľkokrát ste sa vrátili, že si už pomaly začínate zvykať na novú dimenziu. Čoraz viac budete schopní zostať vo vedomí prítomnosti a čoraz menej sa budete musieť vracat' späť. Intervaly vášho

zabúdania budú stále kratšie. Menej a menej budete zabúdať, viac a viac rozpamätávať - vstupujete na vertikálu. Jedného dňa potom horizontála zrazu zmizne. Bdelé vedomie prítomnosti sa zintenzívni a horizontála sa rozplynie.

To je skrytý význam výrokov Šankaru/19/, Véd a hinduistov o iluzórnosti tohto sveta. Lebo len čo sa bdelé vedomie prítomnosti stane dokonalým, tento svet - svet, ktorý ste vytvorili zo svojej mysle - jednoducho zmizne. Ilúzia existuje len preto, že spíte, že ste nevedomí.

Je to ako sen. V noci sa pohybuje vo sne a vtedy je to veľmi skutočné. Pomysleli ste si niekedy vo sne: "Toto nie je možné."? Vo sne máte pevnú vieru, vo sne nie je nikto skeptický, dokonca ani Bertrand Russel. Nie, vo sne je každý ako dieťa, ktoré verí všetkému, čo sa deje. Vo sne vidíte, ako k vám prichádza vaša žena a zrazu sa z nej stane kôň. Ani na okamih si nepoložíte otázku: "Ako je to možné?"

Sen je dôvera, je to viera. Vo sne nemôžete pochybovať. Len čo začnete mať vo sne pochybnosti, porušíte pravidlá. Keď pochybujete, sen sa začne rozplývať. Stačí, aby ste si raz uvedomili, že ide o sen - a zrazu sa z toho stane šok, sen sa roztriešti a vy budete celkom prebudení.

Svet, ktorý vidíte okolo seba, nie je skutočný. Nie, že by neexistoval, existuje, vidíte ho však cez závoj spánku. Je medzi vami bez-vedomie. Dívate sa na svet a vykladáte si ho po svojom. Ste ako opití.

Raz Mula Nasredin dobehol k výťahu. Bol namol a obsluha sa práve chystala zatvoriť dvere, no jemu sa ešte podarilo vopchať dnu. Výťah bol preplnený. Každý si všimol, aký je Mula opitý. Jeho dych páchol. Mula sa snažil stát čelom k dverám a tváriť sa akoby nič, ale sa mu to nedarilo. Každý sa naňho díval a rozmýšľal aký je opitý. Mula to vedel a cítil sa trápne. A tak, keď už nevedel, čo robiť, zrazu vyhlásil:

"Určite vám vrta v hlave, prečo som zvolal túto schôdzu."

Ráno bude Mula v poriadku. Bude sa smiať ako vy. Všetci Buddhovia sa smiali, keď sa prebudili. Ich smiech je ako rev leva. Nesmejú sa vám, ale celému vesmírnemu žartu. Žili vo sne, v spánku, celkom omámení túžbou, a cez túžbu hľadeli na existenciu. Po ich prebudení to však už nebola skutočná existencia. Bola to len projekcia ich spánku.

Beriete celú existenciu ako premietacie plátno, a potom naň premietate obsah svojej mysle. Vidíte veci, ktoré tam nie sú, a nevidíte tie, ktoré tam sú. A myseľ

má vysvetlenie na všetko. Keď budete mať pochybnosti, myseľ vám ich vysvetlí. Myseľ vytvára teórie, filozofie, systémy, len aby bola spokojná, že všetko je v poriadku. Zmyslom všetkých filozofií je zaistiť, aby život vyhovoval, aby to vyzeralo, že je všetko v poriadku, aby nič nebolo zle - no keď spíte, je zle všetko.

Prišiel za mnou jeden muž, otec krásnej dcéry. Bol veľmi utrápený. Povedal mi: "Každé ráno je mojej dcére trochu zle. Navštívil som už všetkých lekárov a tí hovoria, že je všetko v poriadku. Čo mám robiť?"

Tak som mu povedal: "Chod' za Mulom Nasredinom. Je to múdry muž a všetko vie, lebo som ho nikdy nepočul povedať: 'Ja neviem.' Chod' za ním."

Sledoval som ho, aby som videl, čo Nasredin povie. Nasredin zavrel oči, rozjímal nad problémom, potom oči otvoril a spýtal sa: "Dávaš jej mlieko keď ide spať?"

Muž odpovedal: "Áno."

Nato Nasredin povedal: "Potom viem, v čom je problém: keď jej dávaš mlieko, tvoja dcéra sa celú noc prevaľuje zboka nabok, a preto sa z mlieka stane smotana. Zo smotany maslo, z masla tuk, z tuku cukor a z cukru alkohol - a ráno má potom samozrejme opicu."

A tým sú všetky filozofie: vysvetlením vecí. Vysvetlením vecí, ktoré sa vysvetliť nedajú. Snažia sa predstierať, že vedia niečo o tom, čo nie je známe. Robia však život vyhovujúcim. Môžete lepšie spať, sú ako sedatíva.

Pamätajte si rozdiel medzi filozofiami a zbožnosťou: filozofia je sedatívum, zbožnosť je šok. Filozofia vám pomáha dobre spať, zbožnosť vás vyvádza zo spánku. Zbožnosť nie je filozofia - je to technika, ktorá vás vyvádza z bezvedomia. A všetky filozofie sú technikami, ktoré vám pomáhajú dobre spať. Dávajú vám sny, utópie.

Zbožnosť vám všetky sny a utópie berie. Zbožnosť vás privádza k pravde - ale pravda je možná len vtedy, keď nesnívate. Snívajúca myseľ nemôže vidieť pravdu. Snívajúca myseľ premení na sen aj pravdu.

Všimli ste si to niekedy? Nastavíte budík, lebo chcete vstať o štvrtej, aby ste chytili vlak. Ráno potom budík zazvoní a vaša myseľ začne vytvárať sen: sedíte v chráme a zvonia chrámové zvony. Tým sa všetko vysvetľuje. Budík už nie je problém, nemôže vás zobudiť. Okamžite ste si ho vysvetlili!

Myseľ je prefíkaná. A psychoanalytici sú zmätení, ako myseľ tak bleskove vysvetlenie vytvorí. Veď je to také zložité! Myseľ to musela naplánovať

predom! Ako sa zrazu ocitnete v kostole či chráme kde zvonia zvony? Zazvoní budík a okamžite máte vo sne vysvetlenie. Snažíte sa budíku vyhnúť, nechce sa vám vstávať, nechce sa vám vstávať do takého chladného rána. Mysel' hovorí: "To nie je budík, to si v chráme." Všetko je objasnené, spíte ďalej.

Presne to robia filozofie. A preto je ich toľko, lebo každý potrebuje iné vysvetlenie. Vysvetlenie, ktoré pomôže zaspať niekomu inému, nepomôže vám. Práve o tom hovorí Herakleitos v tejto pasáži. Pokúste sa mu porozumieť:

Keď bdejú, sú ľudia k tomu, čo sa okolo nich deje, rovnako nepozorní a zábudliví ako počas spánku.

V spánku si neuvedomujete, čo sa okolo vás deje. Ale uvedomujete si to, keď bdiete?

Bolo konaných mnoho výskumov. Deväťdesiatosem percent správ, ktoré k vám prichádzajú, myseľ nenechá nikdy vstúpiť - až deväťdesiatosem percent. Len dve percentá môžu vstúpiť a aj tieto dve percentá myseľ interpretuje. Ja niečo poviem, vy počujete niečo iné, vysvetlíte si to tak, aby to nenarušilo váš spánok. Mysel' vám okamžite poskytne vysvetlenie. Nájdete preň vo svojej mysli miesto a myseľ ho vstrebá. Stane sa súčasťou vašej mysle. Preto prehliadate buddhov, kristov, herakleitov a ostatných. Stále k vám hovoria, stále vám rozprávajú, že niečo objavili, že niečo prežili. Len čo vám to ale povedia, okamžite si to vyložíte po svojom.

Aristoteles bol Herakleitom veľmi znepokojený. Usúdil, že Hrakleitos jednoducho musí trpieť nejakou poruchou osobnosti. Zaškatuľkujete si ho, lebo vám nevyhovuje, lebo vás znepokojuje. Herakleitos musel Aristotelovi veľmi ležať v žalúdku, lebo Aristoteles sa pohybuje na horizontále, je majstrom tohto pohybu, a Herakleitos sa vás snaží zvrhnúť do priepasti. Aristoteles sa pohybuje v rovine suchej logiky a Herakleitos sa vás snaží zvrhnúť do mystéria. Je nutné nejaké vysvetlenie. Aristoteles vyhlasuje: "Tento muž trpí nejakou poruchou - biologickou, fyziologickou, poruchou osobnosti. Prečo by ináč trval na paradoxe? Prečo by trval na mystériu? Prečo by trval na tom, že medzi dvoma protipólmi existuje harmónia? Protipóly sú protipóly, medzi nimi harmónia nie je. Život je život a smrť je smrť - nedajú sa miešať dohromady. Zdá sa, že ten chlap je popletený."

Lao-c' bol tiež taký. Lao-c' povedal: "Zdá sa, že okrem mňa je každý múdry a veľmi chytrý, len ja som hlupák!" Lao-c' je jedným z najväčších a najmúdrejších ľudí, ktorí sa kedy narodili, no medzi vami sa cíti ako hlupák.

Lao-c' hovorí:

"Zdá sa, že všetci rozmýšľajú tak jasne, len ja som praštený."

To, čo Aristoteles hovoril o Herakleitovi, hovorí Lao-c' o sebe. Lao-c' hovorí: Ak niekto počúva moje učenie bez mysle, stane sa osvieteným. Ak niekto počúva moje učenie cez myseľ, potom nájde vlastné vysvetlenie, ktoré so mnou nemá nič spoločné. Keď niekto počúva, no pritom nepočúva, potom sa smeje mojej hlúposti." A myseľ tohto typu je myseľou väčšiny ľudí. Lao-c' hovorí: "Ak sa vám väčšina ľudí nesmeje, vedzte, že čosi musíte hovoriť zle. Niečo pravdivé hovoríte len vtedy, keď sa vám väčšina smeje. Šanca, že ste múdrom človekom existuje len vtedy, keď si väčšina myslí, že ste blázon."

Pre Aristotela je Herakleitos praštený. Aj vám tak bude pripadať, lebo Aristoteles ovládol všetky univerzity, všetky fakulty na svete. Dnes vás všade učia logiku, nie mystérium. Všade vás učia byť rozumnými, nie mystickými. Každý je vedený k tomu, aby bol jednoznačný. Ak chcete byť jednoznační, musíte sa pohybovať po horizontále, kde A je vždy A, B vždy B, nikdy A nie je B. Ale v tajomnej priepasti vertikály sa hranice stýkajú a splývajú. Muž je ženou a žena mužom, dobré je zlé a zlé je dobré, tma svetlom a svetlo tmou, život smrťou a smrť životom. Všetky hranice sa dotýkajú a splývajú.

Preto je Boh mystériom a nie sylogizmom/20/. Tí, ktorí sa snažia dokázať Boha, len usilujú o nemožné. Boha dokázať nemožno. Dokazovať sa dá len na horizontále.

To je význam dôvery: spadnete do priepasti, zakúsíte ju, zmiznete v nej - a viete. Viete až v okamihu, keď prestane existovať myseľ, skôr nie.

Nech ste prítomní kdekoľvek, je to presne to miesto, kde chýbate. Môžete byť niekde inde, len nie tam, kde ste. Kdekoľvek ste, vlastne tam nie ste.

V starých tibetských písmach sa hovorí, že Boh k vám prichádza často, ale nikdy vás nenájde tam, kde ste. Zaklope na dvere, ale hosťiteľ nie je doma, vždy je niekde inde. Ako vás môže Boh nájsť? Netreba za ním chodiť, buďte doma a on si vás nájde. Hľadá vás rovnako, ako vy hľadáte jeho. Len buďte doma, aby vás našiel, až príde. Príde miliónkrát, zaklope, čaká pri dverách, ale vy tam nikdy nie ste.

Herakleitos hovorí:

Blázni, aj keď počujú, sú ako hluchí.

Hodí sa na nich, že kdekoľvek sú, vlastne chýbajú.

To je spánok: chýbať, nebyť prítomný pre prítomný okamih, byť niekde inde.

Raz sedel Mula Nasredin v kaviarni a rozprával o svojej štedrosti. A keď Mula rozpráva, preháňa ako každý, lebo zabúda na to, čo hovorí. Zrazu sa ktosi spýtal: "Nasredin, keď si taký štedrý, prečo nás nikdy nepozveš domov? Ani raz si nás ešte nepozval na obed. Čo povieš?"

Nasredin bol taký unesený, že celkom zabudol na svoju ženu, preto povedal: "Ideme, hneď teraz!" Čím viac sa blížili k domovu, tým bol triezvejší. Potom si spomenul na svoju ženu a dostal strach - tridsať ľudí na návštevu. Tesne pred domom navrhol: "Počkajte! Všetci viete, že mám ženu. Všetci máte tiež ženy, takže mi rozumiete. Chvíľu počkajte, nechajte ma ísť napred a pripraviť ju, potom vás pozvem ďalej." A zmizol v dome.

Hostia čakali, čakali a čakali, ale Mula nechodil a nechodil. A tak zaklopali. Nasredin povedal svojej žene, čo sa stalo, že sa príliš rozhovoril o svojej štedrosti. Žena mu povedala: "Pre tridsať ľudí nič nemáme, a teraz neskoro už nič nezoženiem."

Nasredin jej povedal: "Urobíš toto: až zaklopú, len pôjdeš a povieš im, že Nasredin nie je doma."

Keď zaklopali, vyšla jeho žena von a oznámila: "Nasredin nie je doma."

Odpovedali jej: "To je čudné, lebo sme s ním prišli. Vošiel dnu, ale von sme ho ísť nevideli, a to nás tu na schodoch čaká tridsať. Musí byť doma. Choď dnu a nájdí ho. Musí sa niekde schovávať." Žena sa vrátila dnu a spýtala sa: "Čo budeme robiť?"

Nasredin vyšiel von a povedal: Ako to myslíte, že musí byť doma? Mohol predsa odísť zadnými dverami!"

Je to možné, stáva sa vám to každý deň. Nasredin vo svojej úvahe na seba celkom zabudol - to sa stalo.

Logika je správna, argument je správny, len Nasredin zabudol, že to hovorí on sám.

Nie ste prítomní. Nie ste prítomní ani pre svet, ani pre seba. To je spánok. Ako potom môžete počuť? Ako potom môžete vidieť? Ako potom môžete cítiť? Ak nie ste prítomní tu a teraz, všetky dvere sú zatvorené. Ste mŕtvi, nežijete. Preto Ježiš znova a znova opakoval svojim poslucháčom: "Kto má uši, nech počuje! Kto má oči, nech vidí!"

Herakleitos musel nájsť veľa takých, ktorí počúvajú, ale nepočujú, ktorí sa dívajú, ale nevidia, lebo ich domy sú celkom prázdne. Pán nie je doma. Oči sa

dívajú, uši počúvajú, ale pán dnu nie je. Oči sú len okná, nemôžu vidieť, ak sa cez ne nedívate vy. Vy musíte stáť pri okne, len vtedy vidíte.

Celé telo je ako dom, a myseľ si cestuje. Pán je stále niekde na cestách a dom zostáva prázdny. Život vám zaklope na dvere - môžete ho volať Boh či akokoľvek chcete, na mene nezáleží, volajte ho hoci existencia - zaklope vám na dvere, klope bez prestania, ale nikdy vás doma nenájde. To je spánok.

Človek by nemal konať ani hovoriť akoby spal.

Konajte a hovorte s plným vedomím, a potom v sebe spozorujete obrovskú zmenu. Už len skutočnosť, že ste bdelí, zmení vaše konanie. Nebudete môcť spáchať hriech. Nie, že by ste sa museli kontrolovať, nie! Kontrola je chabou náhražkou bdelého vedomia, ktorá veľmi nepomáha. Ak ste bdelí, nemusíte kontrolovať hnev, v bdelom vedomí hnev nikdy nevzniká. Nemôžu existovať spolu. Žiarlivosť v bdelom vedomí tiež nikdy nevzniká. V bdelom vedomí veľa vecí jednoducho mizne - všetko, čo je negatívne.

Je to presne ako svetlo. Ak je vo vašom dome svetlo, akoby tam mohla byť tma? Jednoducho zmizne. Ak sa vo vašom dome svieti, ako môžete zakopnúť? Ako môžete naraziť do steny? Je tam svetlo, vidíte kde sú dvere. Jednoducho k nim prídete a nimi prejdete. Keď je vo vašom dome tma, zakopávate, tápete, padáte. Hnev nie je ničím iným než zakopnutím. Žiarlivosť nie je ničím iným než tápaním v tme. Všetko čo je zlé, nie je zlé samo osebe, ale preto, že žijete v temnote.

Ak sa chce Ježiš hnevať, môže. Môže hnev využiť. Vy ho využiť nedokážete, hnev využíva vás. Ak bude Ježiš cítiť, že to bude dobré a prospešné, môže využiť čokoľvek - on je majstrom. Ježiš sa môže hnevať bez toho, aby sa hneval. Veľa ľudí pracovalo s Gurdijevom, a ten bol hrozný. Keď sa zlostil, zlostil sa strašne, vyzeral ako vrah. Bola to však len hra, situácia, ktorá mala niekomu pomôcť. Pozrel sa na niekoho iného, a okamžite, bez nejakého prechodu, sa usmieval. A znova sa pozrel na človeka, na ktorého sa hneval, a opäť bol rozzúrený a vyzeral hrozivo.

Je to možné. Keď ste bdelí, môžete využiť čokoľvek. Ak ste bdelí, stáva sa elixírom aj jed. Ale ak spíte, aj elixír sa stáva jedom - záleží len na tom, či ste bdelí alebo nie. Činy neznamenajú nič. Na činoch nezáleží. Vy, vaše bdelé vedomie, to, či ste bdelo vedomí, bdelí, na tom záleží. Nejde o to, čo robíte.

Raz za veľkým buddhistickým majstrom Nagardžunom prišiel zlodej. Chcel sa duchovne rozvíjať, ale tak, aby pritom nemusel prestať kraďnúť, lebo to by nedokázal.

Nagardžuna ho prijal a povedal: "Môžeš robiť čo chceš, musíš však dodržať jedinu podmienku - musíš byť bdely."

Zlodej to sľúbil a odišiel. Po troch týždňoch sa vrátil a povedal: "Je to ťažké. Keď som bdely, nemôžem kraďnúť. Keď kradnem, bdelé vedomie zmizne."

Nagardžuna povedal: "Musíš sa rozhodnúť, či ti bdelé vedomie zato stojí."

Muž odpovedal: "Otvoril som pokladnicu a mohol som sa stať najbohatším mužom na svete. No keď som sa stal bdelym, diamanty vyzerali ako obyčajné kamene. Keď sa bdelé vedomie stratilo, zase tam bol poklad, dokonalá ilúzia. Mám stratiť sám seba? Nakoniec som sa rozhodol, že mi to za to nestojí."

Len čo raz spoznáte bdelé vedomie, nič sa mu nevyrovná - spoznáte najväčšiu blaženosť v živote. Veľa vecí potom zrazu odpadne. Stanú sa hlúpyimi, nezmyselnými, zbytočnými. Stratí sa motivácia, zmizne túžba, sny sa rozplynú.

Človek by nemal konať ani hovoriť akoby spal. To je jediný kľúč.

Bdelí majú jeden spoločný svet, spiaci každý svoj vlastný.

Sny sú súkromné, celkom súkromné. Nikto nemôže vstúpiť do vášho sna. Nemôžete svoj sen zdieľať so svojim milým. Manželia spia na jednej posteli, ale snívajú osobitne. Je nemožné zdieľať sen, lebo sen nie je nič - ako môžete zdieľať nič? Musíte snívať samostatne.

Preto kvôli spiacim, kvôli toľkým spiacim existuje toľko svetov. Máte svoj vlastný svet. Keď spíte, žijete obklopení svojimi myšlienkami, predstavami, snami a túžbami. Vždy keď sa stretnete s niekým iným, stretnú sa dva svety - ide o zrážku svetov. Pozor na to!

Vezmime manželov. Nehovoria, muž rozmýšľa o práci a plate. Žena o tom, čo si oblečie. Vo vnútri majú svoj súkromný svet, ale ich súkromné svety sa niekde stretávajú, či skôr na seba narazia, lebo ženine šaty závisia na plate muža a plat muža musí zaistiť šaty ženy. Žena hovorí 'miláčik', ale za tým slovom sú šaty, rozmýšľa o nich. 'Miláčik' neznamena to, čo je v slovníku, lebo vždy, keď žena povie 'miláčik', je to len pozlátka, a muž okamžite dostane strach. Nedáva to samozrejme najavo, lebo pri slove 'miláčik' nemôžete

prejavovať strach. Povie: "Čo je drahá?" Má však strach, lebo myslí na svoj plat a vie, že sa blížia Vianoce a hrozí nebezpečenstvo.

Pýtala sa žena Mulu Nasredina: "Plačem, nariekam, roním slzy a ty sa ani nespýtaš prečo."

Nasredin odvetil: "Pýtať sa je veľmi drahé. Už som tú chybu v minulosti urobil veľmi často. Slzy nie sú slzami - skrýva sa za nimi veľa vecí - nové šaty, dom, nábytok, auto. Slzy sú len začiatkom."

Je nemožný každý dialóg, lebo vnútri existujú dva svety. Je možný len konflikt.

Sny sú súkromné, pravda súkromná nie je. Pravda nemôže byť súkromná, nemôže byť moja alebo vaša, kresťanská, hinduistická, indická alebo grécka. Pamätajte si, že všetko súkromné musí patriť do sveta snov. Pravda je ako jasné nebo, je pre všetkých, je len jedna.

Preto keď hovorí Lao-c', Buddha, Herakleitos, môžu sa líšiť jazykom, no na myslí majú to isté, poukazujú na to isté. Nežijú vo vlastných svetoch. Ich vlastný svet zmizol s ich snami, túžbami - s ich myšliou. Mysel' má vlastný svet, bdelé vedomie nie. Bdelí majú jeden spoločný svet. Všetci tí, ktorí bdejú, majú jeden spoločný svet, ktorým je existencia. A všetci tí, ktorí spia a snívajú, majú svoje vlastné svety.

Ten svoj svet musíte odhodiť. To je jediné zrieknutie sa, ktoré od vás žiadam. Nehovorím, aby ste opustili ženu, zamestnanie alebo peniaze, nehovorím, aby ste čokoľvek opustili. Hovorím len, aby ste opustili svoje vlastné svety snov. To je pre mňa sanjása/21/. Pôvodne sanjása znamenala opustiť svet, opustiť viditeľné. Človek opustí ženu a deti a odíde do Himalájí.

Ale o to vôbec nejde. To nie je svet, čo máte opustiť. Ako ho môžete opustiť? Aj Himaláje patria k tomuto svetu. Svet, ktorého sa skutočne treba zrieknuť je myseľ, súkromný svet snov. Keď sa ho zrieknete, potom ste ako v Himalájach, aj keď sedíte na trhovisku. Ak sa ho nezrieknete, vytvoríte si vlastný svet aj v Himalájach.

Ako môžete utiecť sami pred sebou? Nech sa vydáte kamkoľvek, budete vždy so sebou. Nech pôjdete kamkoľvek, budete sa chovať rovnako. Pomery sa môžu líšiť, ako sa však môžete líšiť vy? Aj v Himalájach budete stále spať. Aký je rozdiel v tom, či spíte v Bostone, Londýne alebo v Himalájach? Budete snívať bez ohľadu na to, kde sa budete nachádzať. Odhod'te snívanie! Staňte sa bdelymi! Sny zrazu zmiznú a s nimi všetko trápenie.

Keď bdieme, všetko, čo vidíme, je smrť, keď spíme, sen.

To je naozaj nádherné. Vždy keď spíte, vidíte sny, ilúzie, príznaky - svoje vlastné výtvory, svoj vlastný svet. Čo vidíte, keď bdiete? Herakleitos hovorí: "Keď bdiete, vidíte okolo seba smrť."

Možno preto nechcete vidieť. Možno snívate a vytvárate okolo seba oblak snov, aby ste sa nemuseli postaviť zoči-voči realite smrti. Pamätajte však, že človek sa stane zbožným až vtedy, keď sa stretne so smrťou, skôr nie.

Keď sa stretnete so smrťou, keď jej hľadáte do tváre, keď sa nevyhýbate, neuhýbate, neutekáte, keď okolo seba nevytvárate mrak - keď sa dívate smrti do očí - zrazu si uvedomíte, že smrť je život. Čím hlbšie idete do smrti, tým hlbšie idete do života, lebo, ako hovorí Herakleitos, protiklady sa stretávajú a prelínajú, sú jedným.

Pamätajte, že keď sa snažíte utekať pred smrťou, budete utekať aj pred životom. Preto vyzeráte ako mŕtvoly. Je to paradox: ujdete smrti - a zostanete mŕtvi; postavíte sa jej, stretnete sa s ňou - a ožijete. V okamihu, keď sa smrti postavíte tak hlboko, tak intenzívne, že začnete cítiť, že zomierate - keď pocítite smrť a dotknete sa jej nielen na povrchu, ale aj vo svojom vnútri - príde kríza. To je Ježišov kríž, kríza zomierania. V tomto okamihu zomriete v jednom svete, vo svete horizontály, vo svete mysle, a ožijete vo svete druhom.

Ježišove vzkriesenie nie je fyzickým javom. Nie je to vzkriesenie tohto tela, je to vzkriesenie do inej dimenzie tohto tela. Je to vzkriesenie do inej dimenzie iného tela, tela, ktoré nikdy nezomrie. Fyzické telo je dočasné, to druhé je večné. Ježiš vstal z mŕtvych do iného sveta, do sveta pravdy. Vlastný svet zmizol.

V poslednej chvíli Ježiš hovorí, že má obavy, že je znepokojený. Dokonca aj taký človek ako Ježiš má pri umieraní obavy. Hovorí Bohu, volá: "Čo mi to robíš?" Rád by sa držal horizontály, rád by sa držal života - aj taký človek ako Ježiš. Preto sa necíťte previniť. Aj vy by ste sa radi držali horizontály, života. Je to človek v Ježišovi - a Ježiš je človekom viac než Buddha či Mahávira. Je to človek - postaví sa smrti a má obavy a volá, ale nevracia sa späť. Nepadá. Ihneď si uvedomí o čo žiada a povie: "Staň sa vôľa tvoja!" - uvoľní sa a odovzdá. Koleso sa ihneď otočí - už nie je na horizontále, vstúpil do vertikály, do hĺbky. Tam je vzkriesený vo večnosti.

Zomrite pre čas, aby ste boli vzkriesení vo večnosti. Zomrite pre myseľ, aby ste ožili v bdelom vedomí. Zomrite pre myslenie, aby ste sa narodili do bdelého vedomia.

Herakleitos hovorí: "Všetko čo vidíme, keď bdieme, je smrť." Preto, aby sme sa tejto skutočnosti nemuseli postaviť, žijeme v snoch, v spánku, pod sedatívami, narkotikami, omamnými látkami. Je však nutné sa jej postaviť. Keď sa jej postavíte, stane sa z nej pravda. Keď utekáte, žijete v klame. Keď sa jej postavíte, stane sa z nej brána k pravde. Tou skutočnosťou je smrť, tej sa treba postaviť. A pravda bude životom, večným životom, životom v hojnosti, životom, ktorý nikdy nekončí.

Bdelé vedomie a bytie v strede

Najprv musíte pochopiť, čo sa myslí bdelým vedomím. Keď sa prechádzate, uvedomujete si veľa vecí: obchody, ľudí, dopravu, všetko okolo. Uvedomujete si veľa vecí okrem jednej, a tou ste vy sami. Neuvedomujete si sami seba! Toto vedomie "ja" volal Gurdijev sebauvedomovaním. Gurdiev hovorí: "Vždy, nech ste kdekoľvek, uvedomujte si seba."

Nech robíte čokoľvek, neprestávajú vnútri robiť jednu vec, stále si uvedomujete, že to robíte vy sami - keď jete, prechádzate sa, počúvate, hovoríte, ... Keď sa hneváte, od okamihu, keď sa hnev objaví, uvedomujete si, že sa hneváte. Toto stále pripomínanie si "ja" vo vás vytvára veľmi jemnú energiu. Vaša bytosť sa začína kryštalizovať.

V bežnom stave ste len beztvarym vrecom - len zmesou mnohého bez akéhokoľvek stredu, davom ktorý nemá vodcu a ktorý sa stále mení a prelieva. Vodcu z vás robí bdelé vedomie.

No keď hovorím vodca, nemám na mysli dozorca. Keď hovorím budte vodcom, mám na mysli, aby ste sa stali prítomnosťou, neustálou prítomnosťou. Nech robíte čokoľvek, neustále si uvedomujte, že 'ste'.

Tento prostý pocit samého seba, to, že človek 'je', vytvára "stred". Stred ticha, klúdu, stred vnútorného majstrovstva. Je to vnútorná sila. A keď hovorím vnútorná sila, myslím to doslova. Preto hovoria buddhisti o ohni vedomia, lebo je to oheň. Keď začnete byť bdelí, začnete v sebe cítiť novú energiu, nový oheň, nový život. A len vďaka tomuto novému životu, tejto novej sile, novej energii, sa rozpustí mnoho vecí, ktoré vás ovládali. Už nemusíte s nimi bojovať.

Musíte bojovať so zlosťou, svojou lakomosťou a sexom, lebo ste slabí. V skutočnosti zlosť, lakomosť, ani sex nie sú problémom, problémom je slabosť. Len čo sa vnútorne posilníte, len čo získate pocit vnútornej prítomnosti, toho,

že ste, skoncentrujú sa vaše energie a skryštalizujú v jednom bode a zrodí sa "Ja". Pamätajte, že sa zrodí "Ja", nie ego ("ja"). Ego je falošný pocit "Ja". Aj keď žiadne "Ja" nemáte, stále veríte, že ho máte, že ním ste - to je ego.

Maulungpútra, hľadajúci pravdu, prišiel raz za Buddhom, ktorý sa ho spýtal: "Čo hľadáš?"

Maulungpútra odvetil: "Hľadám seba. Pomôž mi."

Buddha ho požiadal, aby mu sľúbil, že urobí všetko, čo mu povie.

Maulungpútra sa dal do plaču a povedal: "Ako to môžem sľúbiť? Ja ešte neexistujem, nemám žiadne Ja, ktoré môže sľúbiť. Môžem len povedať, že sa budem snažiť."

Buddha odpovedal: "Maulungpútra, keby si mi dal svoj sľub, vedel by som, že nie si skutočný hľadajúci 'Ja', lebo taký musí vedieť, že jeho 'Ja' ešte nejestvuje.

Keď 'Ja' existuje potreba hľadania nevzniká, ego sa rozplynulo."

Ego je falošná predstava niečoho, čo vôbec nejestvuje. "Ja" znamená stred, ktorý môže dávať sľuby. Tento stred je vytváraný neustálou, trvalou bdelosťou. Vždy si uvedomujete, čo robíte - že sedíte, že idete spať, že prichádza spánok, že zaspávate. Snažte sa byť bdelo vedomí v každom okamihu a pocítite, že sa vo vás rodí stred. Všetko sa odteraz vzťahuje k tomuto stredu.

Zvyčajne stred nemáme. No niekedy sa v strede cítime, hlavne vo chvíľach, keď nás k bdelosti vedú okolnosti. Keď zrazu nastane nebezpečná situácia, začnete v sebe vnímať stred, lebo v nebezpečenstve sa stávate bdelými. Keď vás chce niekto zabiť, nemôžete v tej chvíli rozmýšľať. Nemôžete byť bez bdelého vedomia. Všetka vaša energia sa skoncentruje do stredu a daná chvíľa znehybnie. Nemôžete ísť do minulosti ani do budúcnosti, prítomný okamih sa stáva všetkým. A vtedy si neuvedomujete len vraha, začnete si uvedomovať aj seba. V tej chvíli začnete v sebe vnímať stred.

Preto majú nebezpečné športy svoju príťažlivosť. Spýtajte sa niekoho, kto stúpil na vrchol Mount Everestu. Keď naň po prvý raz vystúpil Hillary, musel v sebe náhle cítiť stred. A ak bol niekto po prvý raz na mesiaci, musel cítiť to isté, náhly stred. Preto má nebezpečenstvo pôvab. Vediete auto, idete čoraz rýchlejšie, až sa rýchlosť stane nebezpečnou. Potom už nemôžete rozmýšľať, myšlienky sa zastavia. Nemôžete snívať, nemôžete si predstavovať. Prítomnosť znehybnie. V takej nebezpečnej chvíli, keď každú sekundu môže prísť smrť, si v seba zrazu začnete uvedomovať stred. Nebezpečenstvo má pôvab len preto, že sa vďaka nemu občas cítite v strede.

Nietzsche niekde vyhlasuje, že vojny musia pokračovať, lebo len vo vojne býva vnímané "Ja", stred, lebo vojna je nebezpečná. A len čo začne byť smrť reálna, keď je blízko, život sa stane intenzívnym a vy ste v strede. Kedykoľvek si uvedomujete sami seba, spočívate vo svojom strede. Ak je to len vplyvom okolností, potom vo chvíli, keď sa situácia zmení, stred sa rozplynie.

Nesmie to preto byť len vplyvom okolností, musí to nastať zvnútra. Preto sa snažte byť bdelí pri každej bežnej činnosti. Skúste si to pri sedení na stoličke - uvedomujte si toho, kto sedí. Zatvorte oči, ponorte sa do hĺbky a vnímajte sami seba.

Eugen Herrigel/22/ študoval u zenového majstra. Tri roky študoval lukostreľbu, až sa v nej stal majstrom. Dosiahol stopercentnú presnosť, no majster mu aj tak stále hovoril: "Počínaš si dobre, ale to nestačí."

"Strieľam predsa na sto percent presne", odpovedal Herrigel, "čo ešte očakávate? Ako môžem ísť ešte ďalej?"

Hovorí sa, že zenový majster odvetil: "Nezaujímam sa tvoja streľba a presnosť, zaujímaš ma ty. Keď šíp opúšťa tvoj luk, neuvedomuješ si sám seba. Keď napínaš luk, musíš napínať aj svoje vedomie. Nevadí, keď minieš vonkajší terč, nesmieš však minúť vnútorný terč, a to ty robíš."

Pre západnú myseľ je ťažké si to predstaviť. Vyzerá to ako nezmysel.

Onedlho začal byť Herrigel rozčarovaný a jedného dňa povedal: "Je to nemožné. Keď na niečo mierite, musíte myslieť len na cieľ a na terč a na všetko ostatné zabudnúť."

Zenový majster ho však stále nútil, aby vytvoril druhý cieľ vnútri, že šíp musí mať dva hroty a musí mieriť na vonkajší aj vnútorný cieľ - na "Ja".

Herrigel vyhlásil: "Odchádzam. Pripadá mi to nemožné. Nedá sa to splniť."

V ten deň, keď sa rozhodol odísť, prišiel sa s majstrom rozlúčiť, no majster práve vyučoval niekoho iného. Tak si sadol a pozeral. Videl ako majster mieri, a zrazu si začal uvedomovať jeho vedomie s dvoma hrotmi. Herrigel bol s majstrom tri roky a staral sa len o vlastný výkon a nikdy si príliš nevšimol toho muža, to, čo robil. Teraz si to uvedomil. Spontánne prišiel k majstrovi, vzal luk zamieril na terč a vypustil šíp. A majster povedal: "Výborne! Po prvý raz si to zvládol. Som šťastný."

Čo zvládol? Po prvý raz bol vo svojom strede. Bol tam cieľ, ale aj on - prítomný.

Preto nech robíte čokoľvek, nemusí to byť práve lukostreľba, vždy buďte ako s dvoma hrotmi - nezabúdajte na to, čo sa deje vonku, ale ani na to, čo sa odohráva vnútri.

Lin-t'i/23/ raz prednášal, keď sa ho ktosi spýtal: "Odpovedzte mi len na jedinú otázku: 'Kto som?'". Celá sála stíchla. Lin-t'i zišiel z pódia, prišiel k pýtajúcemu sa, pozrel mu do očí a povedal: "Mňa sa nepýtaj. Ponor sa hlboko do vnútra a zisti, kto sa to pýta, nájdi zdroj svojej otázky."

Hovorí sa, že muž zatvoril oči, stíchol a zrazu bol osvietený. Otvoril oči, zasmial sa, dotkol sa majstrových nôh a povedal: "Dali ste mi odpoveď. Kládol som tú otázku každému a dostal som veľa odpovedí. Nič z nich sa nepotvrdilo, až vy ste mi dali odpoveď."

Čo sa stalo? Muž zatvoril oči a uviedol sa do stredu. Zrazu bol v strede, zrazu si uvedomil najvnútornejšie jadro.

Toto jadro treba objaviť a bdelé vedomie je metódou na jeho objavenie. Čím viac ste nevedomí, tým ďalej ste sami od seba. Čím ste viac bdelo vedomí, tým bližšie sa dostávate k sebe. Ak je bdelosť vedomia dokonalá, ste v strede, keď je slabá, ste na okraji a stred je celkom zabudnutý. To sú dve cesty, ktorými sa môžete vydať.

Môžete ísť preč od stredu, vtedy mierite k stavu nevedomia - napríklad, keď sa dívate na film alebo počúvate hudbu, ale aj keď čítate Bhagavadgítu, Bibliu či Korán a zabudnete na seba.

Nech robíte čokoľvek, keď si dokážete na seba spomenúť, blížite sa k stredu. Jedného dňa sa náhle ocitnete v strede. Máte energiu. Tá energia je ohňom. Celý život, celá existencia je energiou, ohňom. Dnes by ju možno nazvali elektrinou.

Konajte bdelo. Je to dlhá a namáhavá cesta a je ťažké byť bdely čo i len na sekundu, lebo myseľ sa neustále túla. Nie je to však nemožné. Je to náročné, ťažké, ale nie nemožné. Je to dostupné každému. Treba len úsilie, maximálne úsilie. Nič by sa nemalo vynechať, nič by nemalo zostať nepreskúmané. Bdelému vedomiu by ste mali obetovať úplne všetko. Až vtedy objavíte vnútorný plameň. Je tam.

Keby niekto hľadal, v čom sa zhodujú všetky náboženstvá, ktoré kedy existovali či budú existovať, našiel by jediné - bdelé vedomie.

Ježiš rozpráva príbeh. Pán veľkého domu odchádzal a povedal svojim sluhom, aby boli neustále bdelí, lebo sa môže kedykoľvek vrátiť. Musia byť preto bdelí dvadsaťštyri hodín denne.

Pán sa môže vrátiť kedykoľvek! Keď je stanovený nejaký pevný okamih, môžete spať. Môžete robiť čokoľvek a byť bdelí len v danú dobu. Pán však povedal, že sa môže vrátiť kedykoľvek, musia preto bdieť vo dne v noci. To je podobenstvo života. Človek musí byť bdely nepretržite. Nevie, kedy nastane náhla udalosť. Môže urobiť len jediné - byť bdely a čakať.

Bdelé vedomie je technikou, ako sa uviesť do stredu, ako dosiahnuť vnútorný oheň. Je tam, skrýva sa, no možno ho objaviť. A len až ho objavíme, budeme spôsobilí vstúpiť do chrámu, skôr nie.

Môžeme sa však klamať pomocou symbolov. Symboly majú poukazovať na hlbšie skutočnosti. Je však možné ich zneužiť, aby sme oklamali sami seba. Môžeme páliť kadidlo, uctievať vonkajšie predmety a cítiť sa spokojne, lebo sme niečo vykonali. Môžeme sa cítiť zbožne bez toho, aby sme sa zbožnými stali. Práve to sa deje. Ľudia si myslia, že sú zbožní len preto, že bez vnútorného ohňa uctievať vonkajšie symboly.

Idete po ulici a nie ste schopní urobiť pár krokov bez toho, aby ste sa nestali nevedomými. Stále znova na seba zabúdate. Zahľadíte sa do výkladu a zabudnete na seba. Nieкто okolo vás prechádza, vy sa naňho pozriete a zabudnete na seba.

Snažte sa, aj keď spočiatku budete neúspešní. Budete zlyhávať znova a znova, ale aj vaše neúspechy vám budú nápomocné. Môžu vám ukázať, akí ste nevedomí. Keď si uvedomíte, že ste nevedomí, už ste dosiahli určité bdelé vedomie. Len čo si blázon uvedomí, že je blázon, vydáva sa na cestu k zdravému rozumu.

II. Mnoho chorôb, jeden predpis

Snažíte sa nehnevať, toľkokrát ste sa už rozhodli, ale dochádza k tomu stále. Snažíte sa nebyť chamtiví, ale stále znova padáte do pasce. Vyskúšali ste všetko možné, aby ste sa zmenili, ale nezdá sa, že by sa niečo udialo. Ste stále rovnakí.

Ja hovorím, že existuje prostý kľúč - bdelé vedomie. Nemôžete uveriť, že by mohlo pomôcť len bdelé vedomie, keď nič nepomáha? Kľúče bývajú malé, no dokážu otvoriť aj veľký zámok.

Keď sa ľudia pýtali Buddhu: "Čo máme robiť, aby sme sa nehnevali, neboli chamtiví, posadnutí jedlom či sexom?" Buddhova odpoveď bola vždy rovnaká: "Buďte bdely. Vneste do svojho života bdelé vedomie."

Jeho žiak Ánanda bol zmätený. Stále znova počúval problémy všetkých možných ľudí, no recept bol vždy rovnaký. Preto sa spýtal: "Prichádzajú s rôznymi trápeniami, niekto s chamtivosťou, niekto s jedlom, niekto so sexom a ďalší ešte s čímśi iným, ale tvoj recept je stále rovnaký!?"

Buddha odvetil: "Ich ťažkosti sú rôzne rovnako, ako rôzni ľudia mávajú rôzne sny."

Keď dvetisíc ľudí upadne do spánku, budú mať dvetisíc snov. Keď však prídu za mnou a spýtajú sa, ako sa svojho sna zbaviť, liek bude vždy rovnaký: prebudiť sa! Možno tomu hovoriť bdelé vedomie, sebaopozorovanie, sebauvedomovanie alebo meditácia - sú to rôzne názvy toho istého lieku.

Analytik a pozorovateľ

Západ pristupuje k problému tak, že o ňom rozmýšľa a snaží sa nájsť jeho príčiny, vracať sa do jeho minulosti, vytrhnúť problém aj s koreňmi na samom jeho počiatku. Západný prístup chce zbaviť myseľ všetkej podmienenosti, opraviť ju, opraviť telo, odstrániť všetky odtlačky, ktoré zostali v mozgu. Psychoanalýza sa vracia do spomienok, pohybuje sa späť. Hľadá, kde je pôvod vášho problému - či napríklad nevznikol vo vzťahu s matkou pred desiatkami rokov, keď ste ešte boli dieťaťom.

No ani psychoanalýza príliš nepomáha, lebo nejestvuje len jeden, ale milióny problémov. Môžete sa vrátiť do minulosti jedného problému, nazrieť do histórie svojho života a nájsť príčiny. Môžete odstrániť jeden problém, sú ich však milióny. Keď sa začnete zaoberať každým problémom, aby ste vyriešili problémy jedného života, budete potrebovať milióny životov. To je neuskutočniteľné. A v každom z tých miliónov životov, v ktorom budete riešiť problémy toho jediného, budú vznikať problémy ďalšie, a tak stále dokola. Problémy vás budú do seba zaťahovať čím ďalej tým viac. To je absurdné!

A rovnaký psychoanalytický prístup sa využíva pre telo: rolfing/24/, bioenergetika a ďalšie modely sa snažia odstrániť odtlačky z tela. Opäť sa musíte vracať do minulosti tela. Na oboch prístupoch, ktoré pracujú podľa rovnakej logiky, je jedna vec istá - daný problém pochádza z minulosti, a preto sa s ním treba nejako vysporiadať v minulosti.

Myseľ človeka sa vždy snažila o dve nemožné veci. Prvou je náprava minulosti - tá však možná nie je. Minulosť sa odohrala, nemôžete sa do nej skutočne vrátiť. Keď premýšľate o svojom návrate do minulosti, vraciate sa v najlepšom prípade do spomienok na ňu. Nie je to skutočná minulosť, len

spomienka. Minulosť už nejestvuje, a preto sa nedá napraviť. To je jeden z neuskutočniteľných ľudských cieľov a človek preň veľmi trpel. Chcete napraviť minulosť - ako ju môžete napraviť? Minulosť je absolútna. Minulosť znamená, že všetky možnosti určitej veci sú uzavreté, uskutočnili sa. Teraz už nejestvujú žiadne možnosti, ako minulosť napraviť, odčiniť, prerobiť. S minulosťou nemôžete urobiť nič.

A druhou neuskutočniteľnou predstavou, ktorá vždy opantávala ľudskú myseľ, je snaha zaistiť si budúcnosť - to opäť nie je možné. Budúcnosť je niečo, čo ešte nenastalo. Nemôžete to zaistiť. Budúcnosť je nezaistiteľná, budúcnosť je stále otvorená.

Budúcnosť je čírym potenciálom, kým nenastane, nemôžete si byť istí ničím. Jediným faktom je minulosť - odohrala sa. V súčasnosti sa s ňou už nedá nič robiť. Človek stojí v prítomnosti medzi minulosťou a budúcnosťou a stále rozmýšľa o nemožnom. Chce mať zaručenú budúcnosť, zajtrajšok, to však nie je možné. Nechajte tieto slová vstrebať do svojho srdca čo najhlbšie: je to nemožné. Nemrhajte prítomným okamihom v snahe zaistiť si budúcnosť. Budúcnosť je neistota, to je samotná jej podstata. A neplytvajte svojím časom, aby ste sa obzerali späť. Minulosť sa odohrala, je to mŕtva záležitosť. Nemôžete s ňou nič urobiť. Maximálne ju môžete znova interpretovať, to je všetko, minulosť zostane rovnaká. No práve to robí psychoanalýza.

Psychoanalýza a astrológia - astrológia sa snaží nejako zaistiť budúcnosť, psychoanalýza sa snaží prerobiť minulosť. Ani jedna z nich nie je vedou. Ani jedno nie je možné, no obe majú milióny stúpencov, lebo človeku sa to tak páči. Chce si byť istý budúcnosťou, preto zájde za astrológom, poradí sa s I-ťingom/25/, alebo navštívi vykladača kariet. Existujú tisíce spôsobov ako sa dať obráť a oklamať. Potom sú ľudia, ktorí tvrdia, že dokážu zmeniť minulosť - aj za nimi človek zájde.

Len čo tieto veci odhodíte, oslobodíte sa od všetkého bláznovstva. Už nepotrebuje psychoanalytika ani astrológa. Viete, že minulosť skončila a vy ste s ňou hotoví, a budúcnosť ešte nenastala, a až nastane - uvidíme, teraz sa nedá nič robiť. Mohli by ste len ničieť prítomný okamih, čo je jediný skutočný okamih kedy existujete.

Západ sa stále zaoberá problémami a tým, ako ich riešiť. Západ berie problémy vážne. A keď postupujete podľa určitej logiky, podľa daných predpokladov, vyzerá tá logika bezchybne.

Nedávno som čítal vtip:

Veľký filozof a známy matematik v jednej osobe letí lietadlom. Sedí a rozmýšľa o závažných matematických problémoch, keď zrazu kapitán ohlásí: "Ospravedľňujeme sa, budeme mať menšie meškanie. Vypadol nám jeden motor a letíme len na tri motory."

Za desať minút sa ozve: "Obávam sa, že sa naše meškanie predĺži, lebo nám vypadli ďalšie dva motory a zostal nám len jeden."

Filozof sa nakloní k najbližšiemu spolucestujúcemu a povie: "Prepána! Keď nám vypadne aj ten posledný, budeme tu trčať celú noc!"

Keď rozmýšľate v určitej línii, samotný jej smer vám umožní rôzne veci - aj tie absurdné. Len čo beriete ľudské problémy vážne, keď začnete o človeku rozmýšľať ako o probléme, prijali ste určitý predpoklad, dopustili ste sa prvého chybného kroku. Môžete sa potom tým smerom vydať a ísť ďalej a ďalej. Je toľko kníh a štúdií o mysli a psychoanalýze. Len čo Freud otvoril dvere určitej logike, tá ovládla celé storočie.

Východ má úplne iný postoj. Po prvé hovorí, že žiadny problém nie je vážny. V okamihu keď to poviete, je na deväťdesiatdeväť percent po probléme. Celý váš náhľad naň sa zmení. Po druhé potom Východ tvrdí, že problém existuje, lebo sa s ním stotožňujete. Nemá nič spoločné s minulosťou. To, že sa s ním stotožňujete, je jediný problém. To je aj kľúč k vyriešeniu všetkých problémov.

Dajme tomu, že ste napríklad prchkí. Ak pôjdete k psychoanalytikovi, povie vám: "Vráťte sa do minulosti ... ako hnev vznikol? V akých situáciách sa stále viac formoval a odtlačal do vašej mysle? Budeme musieť všetky tieto odtlačky odstrániť. Budeme musieť vašu minulosť celkom vyčistiť."

Keď pôjdete k východnému mystikovi, povie vám: "Myslíte si, že ste hnev, cítite sa s týmto hnevom stotožnení - v tom je problém. Až sa nabudúce zase nahneváte, buďte toho len pozorovateľom, svedkom. Nestotožňujte sa s hnevom. Nehovorte: 'Hnevám sa.' Dívajte sa naň, akoby sa odohrával na televíznej obrazovke. Pozerajte na seba, akoby ste sa dívali na niekoho iného."

Ste čisté vedomie. Keď sa okolo vás sformuje mrak hnevu, len ho pozorujte a zostaňte bdelí, aby ste sa s ním nestotožnili. V tomto to je. Len čo sa to naučíte, už nebudete mať toľko "problémov", lebo kľúč, ten istý kľúč, odomkne všetky zámky. Platí to pre hnev, chamtivosť, aj sex. Platí to pre všetko, čoho je schopná ľudská myseľ.

Východ hovorí, aby ste sa jednoducho nestotožňovali. Spomeňte si - to má na mysli Gurdijev, keď hovorí o uvedomovaní si "ja". Pamätajte, že ste len pozorovateľmi, nestrannými svedkami, buďte bdelí - to hovorí Buddha.

Uvedomujte si, že okolo vás pláva mrak. Možno ten mrak naozaj prichádza z minulosti, no to je bezvýznamné. Musí mať nejakú minulosť, lebo nemôže prísť sčista-jasna.

Musí vychádzať z určitej postupnosti udalostí, to však nie je podstatné. Načo sa tým vzrušovať? Práve teraz, v tomto okamihu, sa od neho môžete oddeliť. Môžete sa od neho odstrihnúť, môžete ten most zbúrať práve teraz.

Návrat do minulosti vám nepomôže. Napríklad pred tridsiatimi rokmi vznikol hnev a vtedy ste sa s ním stotožnili. Od tej minulosti sa však nemôžete oddeliť - minulosť už neexistuje! Môžete sa však s ňou prestať stotožňovať teraz, v tomto okamihu, a celý sled vašich minulých hnevov prestane byť vašou súčasťou. Nebudete sa musieť vracat' a naprávať to, čo vaši rodičia, spoločnosť a cirkev vykonali - bolo by to úplným plytvaním vzácnou prítomnosťou. Najprv vám to ničilo mnoho rokov a teraz vám to má znova zničiť prítomnosť? Môžete z toho jednoducho vyklíznúť rovnako, ako sa had zvlieka z kože.

Minulosť a podmienenosť minulosťou existuje - existuje však buď v tele alebo v mozgu. Nejestvuje vo vašom bdelom vedomí, lebo bdelé vedomie nie je možné podmieniť. Bdelé vedomie zostáva slobodné, sloboda je jeho najnútornejšou kvalitou, sloboda je jeho podstatou. Môžete to vidieť - toľko rokov potláčania, toľko rokov určitého vzdelávania, no v tejto chvíli, keď sa na to dívate, už nie je bdelé vedomie stotožnené. Keby ste sa naozaj stali potlačenými, kto by si uvedomoval? Možnosť bdelo si uvedomovať by nejestvovala.

Ak dokážete povedať: "Strávil som dvadsať rokov v šialenom vzdelávacom systéme", potom je istá jedna vec: ešte nie ste šialení. Systém zlyhal, nefungoval. Nie ste šialení, lebo dokážete za šialený považovať celý ten systém. Šialenec nevidí, že je šialený. Len zdravý človek vidí, že ide o šialenstvo. Je treba zdravý rozum, aby ste nazerali na šialenstvo ako na šialenstvo. Tých dvadsať rokov šialeného systému zlyhalo. Zlyhalo všetko represívne podmieňovanie. Nemohlo mať úspech - úspech má len do tej miery, do akej sa s ním stotožňujete. V každom okamihu môžete stáť bokom - podmieňovanie je prítomné, nehovorím že nie, nie je však už súčasťou vášho vedomia.

Na bdelom vedomí je krásne, že dokáže vyklíznúť z čohokoľvek. Nejestvujú preň žiadne prekážky, žiadne hranice. Pred sekundou ste boli Angličanmi, no len čo pochopíte nezmyselnosť nacionalizmu, o sekundu neskôr už Angličanmi nie ste. Nehovorím, že sa zmení vaša biela pokožka, tá zostane stále rovnaká. Ale už sa nestotožňujete s jej belosťou, už nie ste proti čiernej. Vidíte, aké je to

hlúpe. Nehovorím, že len čo zbadáte, že už nie ste Angličanmi, prestanete hovoriť po anglicky. Angličtina bude stále vo vašej pamäti, ale vaše bdelé vedomie vykĺzlo, stojí na kopci a díva sa do údolia - Angličan teraz leží mŕtvy v údolí, kým vy stojíte vysoko nad ním, nezávislí, nedotknutí.

Celú východnú metodológiu možno zredukovať na jediné slovo: pozorovanie. A celú západnú metodológiu možno zredukovať na jedinú vec: analyzovanie. Keď analyzujete, chodíte stále dokola. Keď pozorujete, vystúpili ste z kruhu.

Analýza je začarovaný kruh. Ak ju preskúmate naozaj detailne, budete jednoducho zmätení - ako je to možné? Ak sa napríklad pokúsite vrátiť do minulosti, kde skončíte? Kde presne? Keď sa vraciate do minulosti, kedy napríklad začala vaša sexualita? V štrnástich? A to prišla len tak zčista-jasna? Musela sa už chystať v tele - takže kedy? Keď ste sa narodili? Ale nepripravovala sa už, keď ste boli ešte v matke? Takže kedy, v okamihu vášho počatia? Ešte predtým však bola polovica vašej sexuality vyvinutá vo vajíčku vašej matky a druhá v spermii vášho otca. A pokračujte ... kde skončíte? Budete sa musieť vrátiť až k Adamovi a Eve! A dokonca ani tam to nekončí. Budete sa musieť vrátiť až k samotnému Bohu-Otcovi. Prečo vlastne stvoril Adama?

Analýza bude vždy polovičatá, preto nikdy nikomu skutočne nepomôže. Nemôže pomôcť. Trochu vás prispôsobí vašej realite, to je všetko. Je to určité prispôsobenie sa, pomôže vám nepatrne porozumieť vašim problémom, ich pôvodu, tomu, ako vznikli. A toto nepatrné intelektuálne pochopenie vám pomôže v tom, aby ste sa lepšie prispôbili spoločnosti. Zostanete však tým istým človekom. Prostredníctvom analýzy nedochádza k transformácii, k radikálnej zmene.

Pozorovanie je revolúcia. Je to radikálna premena do samých koreňov. Dáva vzniknúť úplne novej ľudskej bytosti, lebo vyvádza vaše vedomie zo všetkého podmienenia. Podmienenie je v tele a bežnej mysli, ale bdelé vedomie zostáva nepodmienené. Je čisté, vždy čisté. Je panenské, jeho panenstvo nemožno znesvätiť.

Východný prístup vás vedie k tomu, aby ste pamätali na toto panenské bdelé vedomie, na túto čistotu, nevinnosť. Východ kladie dôraz na nebo, Západ na mraky. Mraky majú pôvod. Keď budete chcieť vypátrať odkiaľ pochádzajú, budete sa musieť vrátiť k oceánu, potom k slnečným lúčom a odparovaniu vody, k ich formovaniu, dažďu, zase odparovaniu, ... a budete chodiť dokola v kruhu. Západný prístup vás robí čoraz viac všímavými k mrakom, trochu vám pomáha, no neprivádza vás k uvedomovaniu si vášho najvnútornejšieho jadra.

Budete si uvedomovať svoj vonkajší okraj, okraj cyklónu, no vy musíte nájsť jeho stred, a to je možné len pozorovaním.

Pozorovanie nezmení vašu podmienenosť, nezmení vaše telo. Dá vám však skúsenosť, že presahujete telo, všetko podmienenie. A v tej chvíli druhého brehu, v tej chvíli transcencie, nejestvuje žiadny problém - pre vás nie.

Potom je to na vás. Ak niekedy budete prahnúť po probléme, môžete vstúpiť do tela a mysle, mať problém a tešiť sa z neho. Ak ho nechcete, môžete zostať mimo. Problém zostane ako odtlačok v tele a mysli, vy však budete bokom a ďaleko od neho.

Tak funguje buddha. Aj on používa napríklad pamäť, ale nestotožňuje sa s ňou. Ja napríklad používam reč. Keď ju musím používať, používam myseľ a všetky odtlačky, ale ako kontinuum, nie som myseľou. Je prítomné moje bdelé vedomie. Preto som stále pánom a myseľ je stále služobníkom. Keď ju zavolám, príde. Jej služby sú k dispozícii, nemôže však vládnuť.

Problémy, všetky odtlačky v tele a mysli, teda budú naďalej existovať, ale len ako semienko - budú v nich potenciálne. Ak sa cítite príliš osamelo a chcete problémy, môžete ich mať. Budú stále k dispozícii, nebude však nutné ich mať, nebude to nevyhnutné. Bude to vaša voľba.

Hovorili sme, že človek môže žiť dvoma spôsobmi: buď zo svojho okraja alebo zo svojho stredu. Okraj patrí egu, stred patrí bytiu. Ak žijete v egu, ste vždy vo vzťahu k okoliu, lebo okraj sa vzťahuje k okoliu. Pozorovanie je technikou, ako sa uviesť do stredu.

Žiadny váš čin nie je akciou, ide vždy len o reakciu - reagujete na niečo, čo sa vás stalo. Keď vychádzate z okraja, nekonáte, všetko je reakciou, nič nevychádza z vášho stredu. Istým spôsobom ste len otrokmi okolností. Nič nerobíte, skôr ste donútení robiť.

Zo stredu sa celá situácia úplne zmení. Zo stredu začínate konať. Po prvý raz začínate existovať nie ako podmienení, ale vlastným pričinením.

Buddha prechádza dedinou. Niektorí ľudia sú veľmi pobúrení jeho učením. Urážajú ho, nadávajú mu. Buddha ticho počúva a potom povie: "Ak ste skončili, dovoľte mi ísť ďalej, čakajú ma v ďalšej dedine. Ak ešte niečo máte na srdci, dokončíte to, keď pôjdem naspäť."

Ľudia odpovedia: "Urážali sme ťa, nadávali. Nepovieš nič?"

Buddha odvetil: "Dnes už nereagujem. Môžete ma urážať, vaše činy sú vaša vec, ale ja už nereagujem, nemôžete ma prinútiť, aby som niečo urobil. Už nie som otrokom, stal sa zo mňa slobodný človek. Konám zo svojho stredu, nie z

okraja, a vaše urážky sa môžu dotknúť len okraja, nie môjho stredu. Môj stred je vždy nedotknutý."

Vy ste dotknutí preto, že žiadny stred nemáte. Ste len okrajom, stotožňujete sa s ním. Okraja sa dotkne všetko, všetko čo sa stane. Keby ste mali stred, mohli by ste zostať bokom, nedotknutí, mali by ste od seba odstup, odstup od svojho okraja - bol by odstup medzi vami ("ja") a vašim "Ja". A tento odstup nemôže nikto iný narušiť, lebo nikto nemôže preniknúť do vášho stredu. Vonkajší svet sa vás môže dotknúť len na okraji.

Preto Buddha hovorí: "Dnes som v strede. Predtým by to bolo iné. Keby ste ma boli urážali, reagoval by som. Dnes už len konám."

Jasne pochopte rozdiel medzi reakciou na niečo a akciou. Milujete niekoho, lebo niekto miluje vás. Buddha vás tiež miluje, no nie preto, že by ste vy milovali jeho. Na tom mu nezáleží. Nezáleží na tom, či ho milujete alebo nenávidíte, miluje vás, lebo je to čin, nie reakcia. Čin vychádza z vás, reakcia bola od vás vynútená. Spočiniť vo svojom strede znamená, že ste začali konať sami.

A ešte jedno si pamätajte: keď konáte (zo stredu), váš čin je vždy totálny. Ak reagujete, nikdy totálny byť nemôže. Reakcia je vždy čiastočná, zlomkovitá, lebo ak jednáme zo svojho okraja, t.j. keď na niečo reagujem, nemôže to byť totálne, lebo do toho nie som zapojený celý. Je do toho zapojený len môj okraj, a preto to nemôže byť totálne. Preto, ak milujete zo svojho okraja, nemôže byť vaša láska nikdy totálna, ale vždy je len čiastočná. A to znamená veľa, lebo ak bude láska čiastočná, zvyšný priestor bude vyplňať jej protipól, nenávisť. Ak bude čiastočná vaša láskavosť, zvyšný priestor vyplní krutosť. Ak bude čiastočná vaša dobrota, čo vyplní zvyšok? Ak bude čiastočný váš Boh, budete na vyplnenie zvyšku potrebovať diabla.

To znamená, že čiastočný čin si bude zákonite odporovať, bude v rozpore sám so sebou. Moderná psychológia hovorí, že milujete i nenávidíte zároveň. Vaša myseľ je obojživelná, protichodná, lebo ten istý predmet milujete i nenávidíte. A ak je prítomná láska i nenávisť, bude prítomný aj zmätok, jedovatý zmätok. Vaša láskavosť sa prelína s krutosťou, dobročinnosť so zlodejstvom a z vašej modlitby sa stáva druh násilia. Aj keď sa budete snažiť byť na okraji svätí, vaša svätosť bude nutne podfarbená hriechom. Na okraji bude všetko protichodné.

Vaše činy sú totálne len vtedy, keď konáte zo stredu. A keď je čin totálny, má svoju krásu. Keď je totálny, deje sa okamih čo okamih (každý okamih je

novým uvedomovaným si prítomným okamihom bez vzťahu k minulému; vytvárajú súvislé vedomie "teraz"). Keď je totálny, nenesiete si spomienky - nemusíte! Ak je len čiastočný, je rozptýlený, pokračuje.

Napríklad jete. Keď budete jesť čiastočne, budete po zjedení svojho skutočného jedla jesť ďalej v mysli. Vaše jedenie bude pokračovať. Len totálna udalosť môže mať počiatok a koniec. Čiastočná udalosť je len nepretržitým sledom bez počiatku a konca. Ste doma, ale priniesli ste si so sebou obchod i trhovisko. Ste v obchode, ale priniesli ste si so sebou domov i domáce problémy. Ani v jedinom okamihu nie ste a nikdy nemôžete byť totálni, lebo stále toho toľko so sebou vláčite. Je to ťarcha, meravá ťarcha v mysli i na srdci.

Totálny čin má začiatok a koniec. Je atomický, nejde o sled udalostí. Udeje sa, a viac tu nie je. Ste od neho celkom oprostení. V opačnom prípade človek pokračuje len vo vychodených koľajach, myseľ sa stáva zabehanou. Pohybuje sa stále dokola, v začarovanom kruhu. Pretože minulosť nikdy neskončila, prechádza do prítomnosti, pokračuje a prelína sa s budúcnosťou.

Takto si čiastočná, bežná, okrajová myseľ, vlastne so sebou nesie svoju minulosť - a minulosť je obrovská! Minulosť je obrovská aj vtedy, keď neberiete do úvahy minulé životy. Roky nádherných i nepríjemných skúseností, ale skúseností neukončených - nič nie je ukončené, preto so sebou neustále vláčite niekoľkoročnú minulosť, ktorá je už mŕtva. Táto mŕtva minulosť sa vrhne na jediný okamih prítomnosti - a samozrejme ho zabije!

Ale takto nemôžete žiť. S tou minulosťou na chrbte sa žiť nedá. Každý prítomný okamih je taký nový a jemný, že ho tento mŕtvy balvan zabije. Vaša minulosť zabíja vašu prítomnosť, a len čo je prítomnosť mŕtva, stáva sa súčasťou vášho bremena. Kým prítomnosť žije, nie je vašou súčasťou, tou sa stáva až vo chvíli, keď zomrie, keď ju zabije vaša mŕtva minulosť. Tak to je.

Len čo začnete konať zo svojho stredu, každý váš čin je totálny, atomický, ucelený. Udeje sa a viac tu nie je. Ste od neho celkom oslobodení. Môžete sa pohybovať bez bremena, nezaťaženi. Až vtedy môžete žiť v novom okamihu, ktorý existuje neustále - a to tak, že k nemu pristupujete nanovo. Nanovo k nemu však môžete pristupovať len vtedy, keď so sebou nevlečiete žiadnu minulosť.

A minulosť so sebou budete musieť vláčiť, ak bude nedokončená - lebo myseľ má sklón všetko dokončovať. Ak počas dňa niečo zostane nedokončené, budete o tom v noci snívať. V okamihu, keď sa to zavříši, myseľ sa od toho oslobodí. Dovtedy sa k tomu myseľ bude musieť neustále vracat'.

Všetko čo robíte - láska, sex, priateľstvo - všetko je nedokončené. A kým zostávate na okraji, nemôžete to urobiť totálnym. Ako teda spočinúť vo svojom strede? Ako dosiahnuť tento stred, aby ste neboli na okraji? Tou technikou je pozorovanie.

Pozorovanie je nanajvýš dôležité. Existujú stovky techník, ako sa dostať do stredu, ale pozorovanie bude nutne základnou súčasťou každej z nich. No nie je len technikou.

Hoci o pozorovaní sa dá hovoriť ako o čistej technike, napríklad Jiddu Krišnamurti o ňom takto hovorí, je to, ako hovoriť o duchu bez tela - nemôžete ho cítiť, nemôžete ho vidieť. Duch je prítomný vo všetkom a možno ho cítiť práve prostredníctvom tela. Pritom, samozrejme, duch nie je telom. Každá technika je len telom, dušou je pozorovanie. Nemôžete hovoriť o pozorovaní, ktoré je nezávislé na akomkoľvek tele, akejkolvek hmote. Vtedy sa stáva celkom abstraktným. Preto, hoci Krišnamurti prednášal bez prestávky pol storočia, všetko čo hovorí je také čisté, odtelesnené, že si človek myslí, že rozumie, ale jeho porozumenie je len koncepciou.

V tomto svete neexistuje nič vo forme čistého ducha. Všetko existuje v tele. Pozorovanie je dušou všetkých duchovných techník a všetky techniky sú len rôznymi telami.

Preto najprv musíme pochopiť, čo pozorovanie je, a potom ho môžeme pochopiť prostredníctvom nejakého tela, nejakej techniky.

Poznáme myslenie, a človek preto musí začať od myslenia, aby spoznal, čo znamená pozorovanie. Musí začať od toho, čo pozná. Myslenie poznáme - myslenie znamená posudzovanie, hodnotenie, kategorizovanie. Niečo vidíte a posudzujete. Uvidíte kvet a buď poviete, že je pekný, alebo poviete, že pekný nie je. Začujete pieseň, a buď sa vám páči alebo nie. Buď niečo uznávate (prijímate), alebo to zavrhuje (odmietate). Myslenie je posudzovanie - v okamihu, keď ste začali mysliť, začali ste posudzovať.

Ak nemáte posudzovať, potom je myslenie nemožné, vtedy môžete len zostať bdieť, rozmyšľať nemôžete. Majme kvet a ja vám poviem: "Pozrite naň, ale nerozmyšľajte." Čo urobíte? Keď nie je dovolené myslenie, čo môžete robiť? Môžete len pozorovať, môžete len byť bdieť. Môžete si kvet len uvedomovať. Môžete sa len k skutočnosti postaviť čelom - je tu kvet. Vtedy sa s ním môžete stretnúť. Keď nie je dovolené myslenie, nemôžete povedať: "Je pekný. Nie je pekný. Je zvláštny, taký som ešte nevidel." Nemôžete povedať vôbec nič. (Dokonca ani len si uvedomiť: "kvet je tam a ja som tu.") Slová sa nedajú použiť, lebo každé slovo v sebe nesie hodnotenie. Každé slovo je

súdom. Reč je zaťažaná posudzovaním. Reč nikdy nemôže byť nestranná. Len čo ste použili slovo, vyniesli ste súd.

Ak ste prítomní bez myslenia, ak na niečo len pozeráte, je to pozorovanie. Pozorovanie teda znamená pasívne uvedomovanie si. Myslenie je aktívne, niečo robíte. Nech vidíte čokoľvek, niečo s tým robíte. Nie ste pasívni, nie ste len zrkadlom. A len čo niečo robíte, potom ste tú vec zmenili.

Vidím kvet a poviem: "Je pekný." - zmenil som ho. Čosi som naň uvalil. Nech je ten kvet čímkoľvek, pre mňa je to teraz kvet plus môj pocit jeho krásy. Teraz je ten kvet vzdialený. Stojí medzi nami môj pocit z posúdenia, moje hodnotenie jeho krásy. Už pre mňa nie je rovnaký, jeho kvalita sa zmenila. Vstúpil som doň - môj súd prenikol do skutočnosti. Viac než skutočnosť je to teraz fikcia.

Pocit, že ten kvet je pekný, nepatrí jemu, ale mne. Vstúpil som do skutočnosti. Skutočnosť už nie je panenská, pošpinil som ju. Moja myseľ sa teraz stala jej časťou. Povedať, že sa moja myseľ stala jej časťou znamená, že sa jej časťou stala moja minulosť. Ak totiž poviem: "Tento kvet je pekný", znamená to, že som ho ohodnotil na základe svojej minulej znalosti. Ako môžete povedať, že tento kvet je pekný? Vďaka svojim minulým skúsenostiam, minulého pochopenia toho, že niečo také je pekné - ohodnotili ste ho v súlade so svojou minulosťou.

Myseľ predstavuje vašu minulosť, vaše spomienky. Minulosť vstúpila do prítomnosti. Zničili ste panenskú skutočnosť a teraz je pokrivená. Kvet už nejestvuje - kvet ako realita sama osebe už nejestvuje. Znečistili ste ju, zničili. Vaša minulosť sa postavila medzi vás. Interpretovali ste - to je myslenie. Myslieť znamená vnášať minulosť do prítomnej skutočnosti.

Preto vás myslenie nemôže nikdy doviest' k pravde, lebo pravda je panenská a je nutné k nej pristupovať v jej dokonalej čistote. Len čo so sebou prinesiete minulosť, ničíte ju. Potom ide o interpretáciu, nie o realizáciu skutočnosti. Prekrútili ste ju, nepoškvrnenosť sa stratila.

Myslieť znamená prinášať minulosť do prítomnosti. Pozorovanie znamená neexistenciu minulosti, to, že jestvuje len prítomnosť.

Pozorovanie je pasívne. Nič nerobíte, len ste! Len ste prítomní. Kvet je prítomný, vy ste prítomní - vtedy jestvuje vzťah pozorovania. Ak je prítomný kvet a namiesto vás celá vaša minulosť, ide o vzťah myslenia. Vnášate myseľ do prítomnosti. No len čo minulosť prenikne do prítomnosti, prítomnosť ste celkom premeškali. Keď poviete: "Tento kvet je nádherný", stala sa z toho naozaj minulosť, ide už o minulú skúsenosť. Uvideli ste, posúdili ste.

Pozorovanie je vždy prítomnosť - to, čo je. Preto ak stále myslíte, nikdy nespoznáte, čo je pozorovanie.

Začať pozorovať znamená prestať myslieť. Pozorovanie je zastavenie myšlienok.

Čo teda robiť? Myslenie je náš dlhodobý zvyk. Stala sa z neho automatická, mechanická záležitosť. Nie je to tak, že by ste rozmýšľali vy. V súčasnosti to nie je vaše rozhodnutie, je to mechanický zvyk - nedokážete robiť nič iné. Len čo je prítomný kvet, spustí sa myslenie. Nemáme žiadne neverbálne skúsenosti, len malé deti ich majú. Neverbálna skúsenosť je ozajstná skúsenosť. Verbalizovať znamená od skúsenosti utekať.

Len čo poviem, že je kvet pekný, kvet predou mnou zmizne. Teraz sa zaoberám svojou myslou, nie kvetom. Zaoberám sa predstavou kvetu vo svojej mysli, nie kvetom samým. Kvet je teraz obrazom v mysli, myšlienkou v mysli, môžem ho porovnávať so svojimi minulými skúsenosťami a posudzovať ho. Už však nejestvuje.

Keď odievate veci do slov, ste pred skúsenosťami uzavretí. Keď ste bdeli bez slov, ste otvorení, zraniteľní. Pozorovanie predstavuje neustále otváranie sa skúsenostiam, žiadne uzatváranie.

Čo robiť? Tento mechanický zvyk tzv. myslenia (verbalizovania) je treba nejako zmeniť. Preto sa snažte všetko čo robíte, robiť bez slov. Je to ťažké, namáhavé a spočiatku to vyzerá úplne nemožné. Ale nemožné to nie je - je to len ťažké. Idete po ulici, bez slov. Keď len idete, hoci len niekoľko sekúnd, uzriete iný svet - svet bez slov, skutočný svet, nie svet mysle, ktorý v sebe človek stvoril.

*Ktosi sa spýtal majstra Bokudžu (veľký zenový majster): "Aká je vaša cesta?"
Bokudžu odvetil: "Moja cesta je veľmi prostá - keď mám hlad jem. Keď som ospalý, spím."*

*Pýtajúci sa bol zmätený a povedal: "Ja tiež jem a tiež spím, každý to robí."
Bokudžu odpovedal: "Keď ješ ty, robíš všetko možné, len neješ. A keď spíš, robíš všetko možné, len nespíš. Keď jem ja, tak len jem. Keď spím, tak len spím. Každý čin je totálny."*

Ak ste bez slov, každý čin sa stáva totálnym. Preto, keď napríklad jete, snažte sa jesť bez akejkoľvek verbalizácie v mysli, bez rozmýšľania. Len jedzte, a vtedy sa jedenie stane meditáciou - lebo keď jete bez slov, stanete sa pozorovateľmi.

Ak verbalizujete, stanete sa mysliteľmi. Ak ste bez slov, automaticky budete pozorovateľmi. Snažte sa teda všetko vykonávať bez slov - ticho choďte, jedzte, kúpte sa alebo sed'te. Len sed'te, staňte sa sedením. Nerozmýšľajte. Tak sa aj prosté sedenie či chôdza stane meditáciou.

Zase ktosi požiadal Bokudžu: "Dajte mi nejakú meditačnú techniku."

Bokudža povedal: "Môžem ti dať techniku, ale nebudeš schopný meditovať, lebo dokážeš vykonávať techniku len s myslou, ktorá hovorí."

Vaše prsty sa môžu posúvať po ruženci, no stále môžete rozmýšľať. Ak sa vaše prsty pohybujú po ruženci bez rozmýšľania, stáva sa z toho meditácia. Potom naozaj nie je potrebná žiadna technika. Celý život je technikou.

Bokudžu teda povedal: "Bude lepšie, keď budeš so mnou a budeš sa na mňa dívať. Nepýtaj sa na metódu, len ma pozoruj a spoznáš."

Ten chudák sa díval sedem dní. Bol stále zmätenejší. Po siedmich dňoch povedal: "Keď som prišiel, bol som menej zmätený než teraz. Sedem dní som sa na vás stále díval - čo som mal vidieť?"

Bokudžu odpovedal: "Potom si sa nedíval. Keď chodím, tak len chodím - videl si to? Keď si mi ráno priniesol čaj, len som ho vzal a vypil - len vypil, díval si sa? Nejestvuje žiadny Bokudžu - len pitie čaju. Díval si sa? Ak si sa díval, potom si musel cítiť, že Bokudžu nejestvuje."

Toto je veľmi jemné - ak je totiž prítomný mysliaci, je prítomné ego. Potom ste Bokudžom alebo niekým iným. Ak je však prítomná len činnosť bez slov, bez myslenia, potom ego nejestvuje.

Preto Bokudžu hovorí: "Naozaj si sa díval? Bokudžu nejestvoval - len pitie čaju, prechádzka v záhrade, ..." Nahromadené myšlienky, navrhšené spomienky vytvárajú pocit ega ("ja"), toho, že ste.

Urobte nasledovný pokus: odstrihnite od seba celú svoju minulosť - všetky spomienky. Neviete, kto sú vaši rodičia, nevíete, ku komu patríte - k akej krajine, náboženstvu, rase. Neviete, kde ste chodili do školy, či ste vôbec chodili do školy. Jednoducho odstrihnite celú minulosť - a skúste si povedať, kto ste. Nedokážete si spomenúť, kto ste! Očividne ste - ale kto? V tej chvíli nedokážete vnímať nejaké "ja".

Ego je len nahromadenou minulosťou. Ego je vašimi zhustenými, skryštalizovanými myšlienkami.

Preto Bokudžu hovorí: "Ak si sa díval, ja som nejestvoval. Existovalo pitie čaju, ale nie ten, kto pije. Existovalo prechádzanie sa v záhrade, ale nie ten, kto sa prechádza. Existovala činnosť, ale nie ten, kto ju konal."

Pri pozorovaní nejestvuje žiadny pocit "ja", pri myslení áno. Ak sú teda tzv. myslitelia hlboko zakorenení vo svojich egách, nie je to náhoda. Umelci, myslitelia, filozofi, učitelia - ak sú egoistickí, nie je to náhodou. Čím viac máte myšlienok, tým väčšie máte ego.

Pri pozorovaní ego nejestvuje. No k tomu dochádza len vtedy, keď dokážete prekonať reč. Reč je prekážkou. Reč je potrebná na komunikáciu s ostatnými, nie na komunikáciu so sebou. Je to užitočný nástroj, vlastne najužitočnejší nástroj. Len vďaka reči mohol človek vytvoriť spoločnosť, svet. Kvôli reči však zabudol na seba.

Reč je naším svetom. Keď na okamih človek zabudne na reč, čo zostane? Kultúra, spoločnosť, hinduizmus, kresťanstvo, komunizmus - čo zostane? Nezostane nič. Stačí, aby sme len z existencie vyňali jazyk, a celé ľudstvo so svojou kultúrou, civilizáciou, vedou, náboženstvami a filozofiou sa rozplynie.

Reč je komunikáciou s ostatnými, len komunikáciou. Je užitočná, ale nebezpečná, lebo vždy, keď je nejaký nástroj užitočný, je v rovnakej miere aj nebezpečný. Nebezpečenstvo reči spočíva v tom, že čím viac sa k nej myseľ uchýľuje, tým viac sa vzdáľuje od stredu. Človek preto potrebuje jemnú rovnováhu a jemné majstrovstvo, aby sa dokázal k reči uchýľovať, ale aj ju opúšťať, odchádzať od nej.

Slová predstavujú myseľ, pozorovanie znamená odchod od reči, predstavuje stav ne-mysle, nemyslenia. Vyskúšajte si to! Je to úsilie na dlhú dobu a nič sa nedá predvídať. Skúste to však a vďaka úsiliu zažijete chvíle, keď reč zrazu zmizne. A vtedy sa otvorí nová dimenzia. Uvedomíte si odlišný svet, svet simultánnosti, svet "tu a teraz", svet ne-mysle, svet skutočnosti.

Reč sa musí stratiť. Preto sa snažte vykonávať bežné činnosti a pohyby tela bez reči. Buddha túto techniku používal na pozorovanie dychu. Hovorieval svojim žiakom, aby pozorovali dych - len pozorovali každý nádych a výdych. Aby ho len prežívali - bez slov. Vnímajte svoj nádych, pohybujte sa s ním, nechajte svoje bdelé vedomie, aby sa s ním ponorilo do hĺbky. A potom ho nechajte vyjsť. Neustále sledujte svoj dych. Buďte bdelí!

Buddha vraj povedal: "Nepremárnite ani jediný dych. Ak premeškáte jediný dych fyziologicky, budete mŕtvi, a ak premeškáte jediný dych vo vedomí, utečie vám stred, budete mŕtvi vnútorne." Buddha hlásal: "Dych je nutný pre život tela a vedomie dychu je nutné pre život vnútorného stredu."

Dýchajte a buďte bdelí! A ak sa snažíte uvedomovať si svoj dych, nemôžete myslieť, lebo myseľ nedokáže naraz myslieť aj pozorovať, nedokáže robiť dve veci súčasne. Pozorovanie je jav diametrálne odlišný od myslenia, preto nemôžete vykonávať oboje. Rovnako ako nemôžete byť súčasne živí aj mŕtvi, rovnako nemôžete súčasne spať i byť hore, nemôžete súčasne ani myslieť a pozorovať. Niečo pozorujte - a myslenie sa zastaví. Začnite myslieť - a pozorovanie zmizne.

Pozorovanie je pasívnym bdelým vedomím bez akejkol'vek vnútornej činnosti. Samotné bdelé vedomie je činnosťou.

Raz bol Mula Nasredin veľmi ustaraný, veľmi zamyslený. Každý, kto mu pozrel do tváre, mohol pozorovať, že sa stráca v myšlienkach, že je napätý a sklúčený. Jeho žena sa začala znepokojovať: "Čo ti je, Nasredin? Na čo myslíš? Čo ťa trápi, prečo si taký ustaraný?"

Mula otvoril oči a povedal: "Mám ten najvyšší problém. Rozmýšľam o tom, že keď zomriem, ako spoznám, že som mŕtvy? Nepoznám smrť, lebo niečo poznať znamená, že si to spoznal už predtým. Vidím ťa a viem, že si to ty, lebo ťa poznám. Smrť ešte nepoznám, a až príde, ako ju spoznám? To ma veľmi trápi. Až budem mŕtvy, nebudem sa môcť nikoho spýtať, nebudem môcť pozrieť do žiadneho písma, nepomôže mi žiadny učiteľ."

Jeho žena sa zasmiala a povedala: "Trápiš sa zbytočne. Keď príde smrť, každý to okamžite spozná. Až si pre teba príde smrť, budeš studený ako ľad."

Mulovi sa uľavilo, lebo teraz mal v určité vodítka, kľúč.

Za dva či tri mesiace rúbal v lese drevo. Bolo chladné ráno a všetko bolo studené. Zrazu pocítil svoje studené ruky a spomenul si. Povedal: "Dobre! Prichádza smrť, som ďaleko od domova a nemôžem o tom nikomu povedať. Čo mám teraz robiť? Zabudol som sa spýtať ženy."

Potom si ale spomenul. Videl už veľa mŕtvych, a tak si pomyslel: "Je dobré si ľahnúť". Všetci mŕtvi, čo videl, ležali, tak si ľahol tiež. Samozrejme, že bol ešte viac studený, bola mu ešte väčšia zima - naozaj si preňho prichádzala smrť. Jeho somár odpočíval vedľa stromu. Dva vlky, ktoré si mysleli, že je Mula mŕtvy, napadli somára. Mula otvoril oči, uvidel to a pomyslel si: "Keby som žil, to by ste si k môjmu somárovi dovoliť nemohli. Ale mŕtvi nemôžu nič robiť. Mŕtvi môžu len pozorovať."

Ak pre svoju minulosť zomriete, ak pre ňu zomriete dokonale, potom môžete len pozorovať. Čo iné môžete robiť? Pozorovať znamená zomrieť pre svoju minulosť - pre spomienky, myšlienky, pre všetko. Čo potom v prítomnom

okamihu môžete urobiť? Môžete len pozorovať. Nemôžete posudzovať, lebo posudzovať je možné len na základe minulých skúseností. Nemôžete hodnotiť, lebo hodnotiť môžete len na základe minulého hodnotenia. Nemôžete rozmýšľať, lebo rozmýšľať je možné len vtedy, keď je prítomná minulosť, keď ju vnesiete do prítomnosti. Čo teda môžete robiť? Môžete pozorovať.

V starých sanskrtských textoch je učiteľ označovaný ako smrť - áčárja mrtju. V Katha upanišade je Načikétas poslaný do učenia za Jamom, bohom smrti. A keď Jama, boh smrti, Načikétasa pokúša: "Vezmi si kráľovstvo, bohatstvo, slony, kone, ...", Načikétas hovorí: "Prišiel som, aby som sa dozvedel, čo je smrť, lebo kým nebudem vedieť čo je smrť, nebudem vedieť, čo je život."

Preto bol učiteľ v dávnych dobách považovaný za toho, kto sa môže pre žiaka stať smrťou - toho, kto vám môže pomôcť zomrieť, aby ste sa mohli znova zrodiť. Nikodém sa pýtal Ježiša: "Ako dosiahnem Božie kráľovstvo?" Ježiš odvetil: "Kým niekto najprv nezomrie, nemôže dosiahnuť nič. Kým sa niekto znova nezrodí, nemôže dosiahnuť nič."

A toto znovuzrodenie nie je udalosť, je to neustály proces. Človek sa musí v každom okamihu rodiť znova. Nie je to tak, že by ste sa raz znovuzrodili a odvtedy to bolo v poriadku a vybavené. Život je neustále rodenie a aj smrť je nepretržitá. Raz musíte zomrieť (pre minulosť), lebo ste ešte vôbec nežili (v prítomnosti). Keď (už) žijete, potom budete musieť zomierať v každom okamihu - zomierať pre minulosť, nech bola akákoľvek, rajom či peklom. Zomrite pre minulosť a buďte noví, mladí (začínajúci, nezaťažení) a znova sa zrodíte do prítomného okamihu.

Napätie a uvoľnenie

Hypnotizéri objavili základný zákon, ktorý volajú zákonom obráteného účinku. Ak sa o niečo budete usilovne snažiť bez toho, aby ste rozumeli princípu, výsledkom bude pravý opak.

Je to, ako keď sa učíte jazdiť na bicykli. Skoro ráno idete po pokojnej ulici, žiadna premávka, a vedľa cesty uvidíte pätník. Len si tam stojí. Cesta je široká, pätník malý, ale vy dostanete obavy: čo keď prídete práve k tomu pätníku a vrazíte doň. V tej chvíli zabudnete na širokú cestu. Aj keby ste išli so zaviazanými očami, nie je pravdepodobné, že by ste do toho pätníka narazili. S otvorenými očami však celá cesta upadá do zabudnutia. Začali ste sa sústreďovať, pätník priťahuje vašu pozornosť. Máte veľký strach, chcete sa pätníku vyhnúť. Zabudli ste, že idete na bicykli, zabudli ste na všetko. Zaujíma vás len to, ako sa vyhnúť pätníku.

Zrážka je v tej chvíli nevyhnutná, do pätníka zákonite narazíte. A potom sa budete čudovať: "Tak som sa snažil do neho nevraziť." To, že ste doň narazili je v skutočnosti kvôli tomu, že ste sa tak snažili. Čím viac sa približujete, tým viac sa snažíte vyhnúť. Ale čím viac sa snažíte vyhnúť, tým viac sa na pätník sústreďíte. Pätník získa magickú príťažlivosť, hypnotizuje vás. Stáva sa z neho magnet.

To je základný životný zákon. Veľké množstvo ľudí sa snaží vyhnúť mnohým veciam a tie veci sa ich zmocňujú. Keď sa snažíte, nemôžete sa tomu vyhnúť. To nie je spôsob, ako sa tomu vyhnúť.

Buďte uvoľnení. Nesnažte sa vyvíjať prílišné úsilie, lebo bdelosť môžete dosiahnuť len uvoľnením, nie prostredníctvom usilovnej snahy. Buďte pokojní a tichí.

Čo je vaše napätie? Je to vaše stotožnenie sa s rôznymi myšlienkami, predstavami, obavami - zo smrti, straty, úpadku koruny, so všetkými možnými strachmi. To je vaše napätie, ktoré ovplyvňuje aj vaše telo. Aj to sa stáva napätým, lebo telo a myseľ nie sú dve oddelené veci. Telo a myseľ sú jedným systémom, preto ak sa dostane do napätia myseľ, stane sa napätým aj telo.

Môžete začať s bdelým vedomím. Bdelé vedomie vás potom odvedie od bežnej mysle a stotožnenia s ňou. Telo sa začne prirodzene uvoľňovať. Už nie ste pripútaní a napätie vo svetle bdelého vedomia nemôže existovať.

Môžete začať aj z druhého konca. Len sa uvoľnite, nechajte všetko napätie odísť, a keď sa uvoľníte, budete prekvapení, že vo vás vzniká bdelé vedomie. Je to neoddeliteľné. Kým však budete môcť začať s relaxáciou, ktorá vás privedie k bdelému vedomiu, budete musieť uvoľniť napätie mysle i tela. Začínať od bdelého vedomia je jednoduchšie. Začínať relaxáciou je trochu ťažšie, lebo aj úsilie o uvoľnenie vytvára isté napätie.

Existuje jedna americká kniha - ak chcete nájsť nejaké hlúpe knihy, Amerika je tým pravým miestom. Keď som uvidel názov tej knihy, nechcel som tomu veriť. Volá sa: Musíte sa uvoľniť. Ale ak je tam 'musíte', ako sa môžete uvoľniť? 'Musíte' vás urobí napätými. Samotné to slovo okamžite vytvára napätie. 'Musíte' je ako Božie prikázanie. Ten človek, čo napísal tú knihu, asi nevie nič o uvoľnení a jeho zložitosti.

Na Východe sme nikdy nezačínali s meditáciou od uvoľňovania. Začínali sme od bdelého vedomia. Uvoľnenie potom príde samo, nemusíte si ho priniesť. Ak si ho musíte priniesť, bude prítomné určité napätie. Uvoľnenie by malo prísť samo od seba. Len vtedy to bude skutočné uvoľnenie.

Ak však chcete, môžete začať aj od relaxácie, len to neskušajte podľa amerických radcov. Keď sa jedná o zmysel zážitkov vnútorného sveta, je Amerika tým najmenej vyspelým miestom na Zemi. Európa je o čosi vyspelejšia, no Východ hľadal vnútorné "Ja" tisíce rokov. Amerika je stará len päť storočí, a päť storočí nie je v živote národa ničím, preto Amerika predstavuje pre svet to najväčšie nebezpečenstvo - atómové zbrane v rukách detí. Rusko sa bude chovať rozumnejšie, lebo je to starobylá krajina, ktorá prešla všetkými skúsenosťami dlhej minulosti. Amerika nemá minulosť. Každý pozná meno svojho otca, praotca, prapraotca. Tam ich rodokmeň končí. Amerika je len dieťa, vlastne ani nie dieťa, je ešte len v maternici. V porovnaní s krajinami ako India alebo Čína, bola Amerika práve počatá. Je nebezpečné dať takým ľuďom atómové zbrane.

Existujú politické, náboženské, spoločenské a ekonomické problémy a všetky tie problémy vás mučia. Začínať relaxáciou je ťažké, preto sme to na Východe nerobili. Ak však chcete, potom mám istú predstavu, ako by ste mali začať. Pracoval som s ľuďmi so Západu a uvedomil som si, že sa líšia, že nepoznajú východný prúd bdelého vedomia. Vychádzajú z inej tradície, ktorá žiadne bdelé vedomie nepoznala.

Hlavne pre ľudí zo Západu som vytvoril meditácie, ako je dynamická meditácia/26/ alebo gibberish/27/. Ak chcete začať od relaxácie, potom je potrebné vykonávať tieto meditácie ako prvé. Odstránia z vašej mysle a tela všetko napätie a relaxácia je potom ľahká. Netušíte, koľko toho v sebe držíte, ani že je to príčinou vášho napätia.

Je ťažké vykonávať meditáciu gibberish v meste, lebo by susedia zošaleli. Začnú volať políciu a sťažovať sa, že im ničíte život. Netušia, že keby sa doma pridali, vystúpili by zo šialenstva, v ktorom žijú. Oni si však svoje šialenstvo ani neuvedomujú. Meditácia gibberish totiž spočíva v tom, že každý má dovolené nahlas hovoriť, čo mu príde na um. Bola veľká zábava počúvať, aké nezmysly a absurdnosti ľudia hovoria - bol som totiž jediným divákom. Neboli dané žiadne iné obmedzenia, len že sa nesmeli dotknúť nikoho iného. Ináč mohli robiť, čo chceli. A ľudia robili všetko možné. Niektorí stáli na hlave, niektorí zo seba strholi všetko oblečenie a celú hodinu pobiehal okolo nahý.

Istý muž predom mnou sedával každý deň, a len čo začala meditácia, najprv sa usmial už len nad predstavou, čo sa chystá robiť. Potom zdvihol svoj telefón a predával a nakupoval akcie - celú hodinu bol na telefóne. Kútikom oka ma pozoroval, ale vyhýbal som sa pohľadu naňho, aby som mu nenarušoval meditáciu.

Všetci robili prečudesné veci, ktoré v sebe držali. Na konci meditácie bolo vyhradených desať minút na relaxáciu, a v tých desiatich minútach ste mohli vidieť ľudí padať na zem - bez akéhokoľvek úsilia, lebo boli úplne vyčerpaní. Pretože zo seba vyhádzali všetky smeti, mali určitú čistotu a relaxovali.

Ľudia za mnou prichádzali a hovorili: "Predĺžte tých desať minút, lebo za celý život sme nezažili také uvoľnenie, takú radosť. Nikdy sme si nemysleli, že by sme niekedy pochopili, čo je bdelé vedomie, ale cítili sme, že prichádza."

Keď teda chcete začať s relaxáciou, prejdite najprv procesom katarzie - dynamickou meditáciou alebo gibberish.

Možno neviete, odkiaľ slovo gibberish pochádza. Pochádza od sufistického mystika Džabbara. Bola to jeho jediná meditácia. Každému, kto prišiel, povedal: "Posaď sa a začni." A ľudia vedeli, čo má na mysli. Nikdy nehovoril, nikdy neprednášal, len vyučoval gibberish.

Raz za čas predviedol ľuďom malú ukážku. Pol hodiny vykladal najrôznejšie nezmysly v jazyku, ktorému nikto nerozumel. Vlastne to nebol jazyk, vykladal ľuďom, čo mu prišlo na myseľ. To bolo jeho jediné učenie - a tomu, kto ho pochopil, jednoducho povedal: "Posaď sa a začni."

Džabbar však mnohým ľuďom pomohol celkom sa stíšiť. Ako dlho dokážete pokračovať? - až sa myseľ vyprázdni. Pomaly, pomaličky, hlboká ničota ... a v tej ničote plameň bdélého vedomia. Je prítomný stále, obklopený vašim drmolením (mysle). To drmolenie je treba odstrániť, je to váš jed.

To isté platí pre telo, lebo aj vaše telo má v sebe napätie. Začnite vykonávať akékoľvek pohyby, ktoré chcete robiť. Nemali by ste ho regulovať. Ak chce tancovať, behať, skákať, váľať sa po zemi, tak by ste to nemali 'robiť', ale mu to jednoducho dovoliť. Povedzte telu: "Si voľné, rob čo chceš", a budete prekvapení: "Panebože! Telo chcelo robiť to všetko a ja som to potláčal, a to bolo to napätie."

Začínať od bdélého vedomia však je oveľa ľahšie. Hlavne pre tých, ktorí sú schopní porozumieť procesu uvoľňovania, čo je veľmi jednoduché. Celý deň ho používate v spojitosti s predmetmi, autami, dopravou - prežívate ho predsa v mestskej premávke! A tá je absolútne šialená.

Pre pár dňami som čítal o Aténach. Vláda tam usporiadala týždennú súťaž pre vodičov taxíkov. Traja taxikári, ktorí budú najlepšie dodržiavať pravidlá premávky, mali byť ocenení. V celých Aténach však nemohli nájsť ani jedného takého taxikára! Až ku koncu našli jedného, ktorý jazdil podľa pravidiel, a už sa náhlili k nemu s trofejou. Keď však ten zbadal, že sa k nemu blíži polícia,

odfrčal na červenú! Kto stojí o zbytočné problémy? A tak sa ocenenia nerozdali a Atény si žijú veselo ďalej ako vždy.

Používate bdelé vedomie bez toho, aby ste si to uvedomovali, ale len v súvislosti s vonkajšími objektami.

Rovnaké vedomie musíte použiť aj pre "vnútornú premávku". Len čo zatvoríte oči, uvidíte premávku myšlienok, emócií, snov a predstáv. Okolo vás sa začne miháť všetko možné. Robte vo vnútornom svete presne to isté čo robíte vo vonkajšom, a stanete sa pozorovateľmi, svedkami. A byť pozorovateľom je taká obrovská, taká nadprirodzená radosť, že len čo ju raz zažijete, budete sa tomu chcieť venovať čoraz viac.

Nie je to otázka nejakej meditačnej polohy, nie je to spojené so žiadnym chrámom, kostolom či synagógou. Keď sedíte v autobuse alebo vo vlaku a nemáte čo robiť, len zatvorte oči. Ochráni vás to pred únavou z hľadania von a poskytne vám to dostatok času, aby ste pozorovali sami seba. Také chvíle sa stanú chvíľami najnádhernejších zážitkov. A ako bude bdelé vedomie pomaličky rásť, celá vaša osobnosť sa začne meniť. Od nevedomia k bdelému vedomiu je velikánsky skok.

Myseľ a meditácia

Keď je myseľ bez myšlienok, je to meditácia. Myseľ je bez myšlienok v dvoch stavoch - buď v hlbokom spánku, alebo v meditácii. Ak ste bdelí a myšlienky zmiznú, ide o meditáciu. Ak sa myšlienky vytratia a vy si prestanete uvedomovať, ide o hlboký spánok.

Hlboký spánok a meditácia majú niečo spoločné a niečo rozdielne. Spoločné je, že v oboch týchto stavoch myšlienky miznú. Rozdielom je, že v hlbokom spánku sa stráca aj vedomie, v meditácii zostáva. Hlboký spánok plus bdelé vedomie sa teda rovná meditácii. Ste uvoľnení ako v hlbokom spánku, no napriek tomu bdelí, dokonale bdelí, a to vás privádza k bráne mystérií.

V hlbokom spánku sa presúvate do ne-mysle, ale nevedomky. Neviete kam ste boli odnesení, hoci ráno cítite účinok a výsledok. Ak išlo o naozaj krásny, hlboký spánok bez snov, ktoré by vás rušili, budete sa ráno cítiť svieži, odpočnutí, živí, opäť mladí a naplnení elánom a energiou. Nemáte však potuchy, ako sa to stalo, kam ste odišli. Upadli ste do akejsi hlbokkej kómy, akoby ste dostali narkózu a potom boli prenesení do nejakej inej roviny, odkiaľ ste sa vrátili svieži, mladí, odpočnutí.

V meditácii k tomu dochádza bez narkózy. Meditácia znamená, že je človek uvoľnený rovnako ako v hlbokom spánku, no napriek tomu je bdely. Udržte si bdelé vedomie - myšlienky nechajte zmiznúť, no bdelé vedomie si musíte zachovať. Nie je to ťažké, len ste to nikdy neskúšali. Je to ako s plávaním: ak ste to neskúsili, vyzerá to ťažké. A vyzerá to aj nebezpečne, nemôžete pochopiť, že ľudia dokážu plávať, lebo vy sa len topíte! Len čo to raz vyskúšate, príde to samo, je to veľmi prirodzené.

Jeden japonský vedec experimentálne dokázal, že šesťmesačné dieťa je schopné plávať. Musí sa mu len dať príležitosť. Je to, akoby schopnosť plávať bola vrodená. Musíme jej len dať príležitosť a ona sa prebudí. Len čo sa raz naučíte plávať, už to nikdy nezabudnete. Aj keby ste neplávali päťdesiat rokov, nemôžete to zabudnúť, pretože je to prirodzené.

Meditácia je podobná, je to niečo vrodené. Aby sa spustila, treba pre ňu len vytvoriť priestor, dať jej šancu.

Čo je myseľ? Nie je to vec, ale udalosť. Vec má svoju podstatu, myseľ je len proces. Vec je ako kameň, udalosť je ako vlna - existuje, ale nemá vlastnú podstatu, je to len záležitosť medzi vetrom a oceánom, proces, jav. Keby mala vlastnú podstatu, nemohla by sa rozplynúť. Ak vlastnú podstatu nemá, môže zmiznúť bez jedinej stopy.

Keď sa vlna rozplynie do oceána, čo po nej zostane? Nič, ani stopa. Preto tí, ktorí dosiahli poznanie hovoria, že myseľ je ako vták, ktorý letí po oblohe - nezanecháva po sebe žiadnu stopu. Vták letí, ale nezostane po ňom žiadna cestička, žiadny odtlačok.

Myseľ je len proces. V skutočnosti myseľ nejestvuje - len samé myšlienky, ktoré sa pohybujú tak rýchlo, že si myslíte, že ide o čosi súvislé, a aj to tak vnímate. Príde jedna myšlienka, príde druhá, ...

prestávka medzi nimi je taká krátka, že ju nedokážete zbadat'. A tak sa myšlienky spájajú a vytvára sa z nich kontinuum, a kvôli tejto kontinuite si myslíte, že myseľ existuje.

Existujú myšlienky, no žiadna myseľ, rovnako ako existujú atómové častice, ale žiadna hmota. Myšlienka je časticou mysle. Podobne dav - dav existuje z jedného pohľadu, z druhého nie. Existujú len jednotlivci, ale mnoho jednotlivcov dokopy vyvoláva pocit, že sú jedným. Národ existuje aj neexistuje - sú v ňom len jednotlivci. Jednotlivci sú časticami národa, komunity, davu.

Myšlienky existujú, ale myseľ nie. Myseľ je len zdaním. Keď ju skúmate podrobnejšie, rozplynie sa. Potom sú ešte prítomné myšlienky. No len čo sa myseľ rozplynie a existujú len jednotlivé myšlienky, vyrieši sa zrazu veľa vecí.

Prvou z nich je, že okamžite spoznáte, že ste ako nebo a myšlienky sú ako mraky na ňom - priplávajú a odplávajú. Keď zmizne myseľ, okamžite príde vnem, že sa už do myšlienok nezapájate - myšlienky existujú, plávajú cez vás ako mraky po nebi. Môžu, lebo vy ste nezmernou prázdnotou. Nemajú žiadnu prekážku, žiadnu zábranu. Neexistuje žiadna stena, ktorá by im bránila, nie ste obohnaní múrom. Vaše nebo je nekonečné, myšlienky prichádzajú a odchádzajú. A len čo začnete vnímať, že myšlienky prichádzajú a odchádzajú, a vy ste len ich pozorovateľom, svedkom, ovládli ste myseľ.

Myseľ nie je možné ovládnuť v normálnom zmysle slova. Ako ju možno ovládať, keď nejestvuje? A kto ju bude ovládať? Za myseľou nikto nie je - a keď hovorím, že za myseľou nikto nie je, myslím tým, že za myseľou 'existuje nikto, ničota'. Ak niekto bude ovládať myseľ, potom to bude len jej časť, fragment mysle, ktorý ovláda iný fragment. To je ego.

Myseľ sa takto ovládať nedá. A nejestvuje nikto, kto by ju ovládal. Vnútorne prázdnota môže pozorovať, nie ovládať. Môže sa len dívať - samotný pohľad je ovládaním, samotné pozorovanie, sledovanie, sa stáva ovládaním, lebo myseľ sa rozplynie.

Je to, ako keď utekáte, lebo ste dostali strach, že vás niekto sleduje. A ten niekto nie je nič iné, len váš tieň. Čím rýchlejšie utekáte, tým viac je vám v päťach. Vôbec nezáleží na tom, ako rýchlo bežíte, tieň sa vás drží. Vždy keď sa obzriete, je za vami. To nie je spôsob, ako mu ujsť, a nie je to ani spôsob ako ho ovládnuť. Zastavte sa, podrobne ho preskúmajte, a on sa rozplynie, lebo v skutočnosti nejestvuje (sám osebe). Je len nedostatkom svetla.

Myseľ nie je ničím iným, len nedostatkom vašej prítomnosti. Ak ticho sedíte a skúmate svoju myseľ, jednoducho sa rozplynie. Myšlienky zostanú, tie existujú, ale myseľ nenájdete.

Len čo však myseľ zmizne, dôjde aj k druhému vnemu: budete môcť vidieť, že myšlienky nie sú vaše. Samozrejme že prichádzajú, niekedy u vás aj chvíľu pobudnú, ale potom odídu. Môžete byť ich odpočívadlom, nevznikajú však vo vás. Všimli ste si niekedy, že ani jediná myšlienka nemá svoj pôvod vo vás? Ani jediná neprišla z vašej bytosti, myšlienky vždy prichádzajú zvonku. Nepatria vám - potulujú sa bezprizorne, bez domova. Len si niekedy vo vás odpočinú, ako odpočíva mrak na vrchole kopca. Potom sa zase samy zdvihnú a odídu. Nemusíte nič robiť. Keď len pozorujete, dosiahli ste kontrolu.

Slovo kontrola nie je príliš vhodné, lebo slová nie sú vhodné. Slová patria mysli, svetu myšlienok. Slová nemôžu byť príliš prenikavé, lebo sú povrchné. Slovo kontrola nie je veľmi vhodné, lebo nie je nikto, kto by kontroloval, a nie

je koho kontrolovať. Pomáha však dočasne pochopiť jednu vec: ak intenzívne pozorujete, je myseľ ovládaná - zrazu ste sa stali jej pánmi. Myšlienky sú prítomné, ale už vám nevládnú. Nemôžu vám nič urobiť, len prichádzajú a odchádzajú. Vy ste stále nedotknutí ako lotosový kvet uprostred dažďa - kvapky dopadajú na jeho okvetie, ale sklzávajú po nich, ani sa ich nedotýkajú. Lotos je stále nedotknutý.

Preto sa lotos stal na Východe taký významný, taký symbolický - najväčší symbol, ktorý vzišiel z Východu. Nesie v sebe celé posolstvo východného myslenia. Hovorí: "Buďte ako lotos. Zostaňte nedotknutí - a ste pánmi."

Z jednej strany je teda myseľ ako vlny - nepokoj, pohyb. Keď je oceán pokojný a tichý, vlny na ňom nie sú. Keď je rozbúrený, keď sa na ňom vzdúvajú obrovské vlny a hladina je jedným veľkým chaosom, vtedy myseľ z istého pohľadu existuje. Toto všetko sú metafory, ktoré vám len majú pomôcť pochopiť určitú kvalitu, ktorú nie je možné vyjadriť slovami. A sú poetické. Keď sa do nich budete snažiť vcítiť, tak im porozumiete. Keď sa ich však budete snažiť pochopiť logicky, ich zmysel vám unikne.

Myseľ je rozbúreným vedomím, rovnako ako vlny rozbúreným oceánom. Prišlo niečo cudzie - vietor. Niečo zvonku zapôsobilo na oceán či vedomie, vietor alebo myšlienky, a nastal chaos. Chaos je však vždy na povrchu - vlny sú vždy na povrchu. V hĺbke žiadne vlny nie sú, lebo do hĺbky sa vietor nedostane, všetko sa deje len na povrchu. Keď sa presuniete z povrchu do vnútra, dostanete sa do stredu. Zrazu môže byť povrch stále rozbúrený, ale vy už rozbúrení nie ste. Dosiahli ste kontrolu.

Celá veda meditácie nespočíva v ničom inom než v (dostrednom) sústreďení, presunutí sa k stredu, zakorenení v strede a zotrvaní v ňom. A odtiaľ sa celý náhľad mení. Vlny môžu stále búriť, ale k vám už nedosahujú. Teraz vidíte, že vám nepatria, je to len konflikt s čímsi cudzím na hladine.

A len čo sa budete dívať zo stredu, konflikt onedlho ustane. Zakrátko sa uvoľníte. Onedlho prijmete skutočnosť, že silný vietor samozrejme existuje a vlny stále vznikajú, no vy sa už nebojíte, a keď sa nebojíte, môžete si užívať aj vlny. Nie je na nich nič zlé.

Problém nastáva vo chvíli, keď ste na hladine aj vy. Ste v malej loďke na hladine a začne fúkať silný vietor a celý oceán začína šalieť - potom samozrejme máte strach, ste vydesení na smrť! Ste v nebezpečenstve. Vašu loďku môžu vlny kedykoľvek prevrhnúť, kedykoľvek môže prísť smrť. Čo môžete so svojou loďkou robiť? Ako môžete niečo ovládať? Keď začnete s vlnami bojovať, budete porazení. Boj nepomôže, budete musieť vlny prijať. Ak

dokážete vlny prijať a nechať svoju malú loďku, aby plávala s nimi, a nie proti nim, potom v skutočnosti nie ste v nebezpečenstve. Vlny sa vzdúvajú a vy sa s nimi jednoducho zmierite. Jednoducho prijmete, že budete plávať s nimi, nie proti nim. Stanete sa ich súčasťou. Potom nastane obrovský pocit šťastia.

To je celé umenie surfovania - plynúť s vlnami, nie proti nim. Plynúť s nimi natoľko, že sa od nich nebudete odlišovať. Zo surfovania sa môže stať skvelá meditácia. Môže vám poskytnúť záblesky vnútorného "Ja", lebo to nie je boj, ale uvoľnenie. Len čo to raz spoznáte, môžete sa tešiť aj z vln - a môžete to spoznať, keď sa na všetko budete dívať zo svojho stredu.

Je to, akoby ste boli v lese, zatiahlo sa, začalo sa blýskať a vy sa snažíte dostať domov, no stratili ste cestu. To sa odohráva na povrchu. Hľadáte domov, bezpečie domova, ... - a zrazu tam ste. Sedíte vnútri a hľadáte na dážd' - teraz si ho môžete užívať. Teraz sú aj blesky krásne. Prší, vy sa tešíte, blýska sa a hrmí a vy máte radosť, lebo ste vnútri v bezpečí.

Len čo sa dostanete do stredu, rozradostí vás čokoľvek, čo sa odohráva na povrchu. Celé to teda nie je vecou boja na povrchu, ale skôr procesom vkĺznutia do stredu. Potom dochádza k ovládnutiu, ktoré nastáva spontánne, keď ste v strede. Dosiachnutie stredu vo vedomí je ovládnutím mysle.

Preto sa nesnažte myseľ kontrolovať - slová dokážu klamať. Nikto ju nemôže kontrolovať, a tí, čo o to usilujú, sa zbláznia. Stanú sa z nich neurotici, lebo snaha o kontrolu mysle nie je ničím iným, než snahou jednej časti mysle o kontrolu druhej časti mysle.

Kto ste? Kto sa snaží kontrolovať? Ste tiež len vlnou - samozrejme zbožnou - ktorá sa snaží kontrolovať myseľ. Existujú aj hriešne vlny - sex, zlosť, žiarlivosť, snaha privlastniť si druhého, nenávisť - milióny hriešnych vln. A existujú aj zbožné vlny - meditácia, láska, súciti. Všetky sú však na povrchu - zbožné či hriešne, na tom nezáleží.

Skutočné náboženstvo spočíva v strede a v pohľade, ktorý z neho vychádza. Sedíte "doma" a dívate sa na svoj povrch - všetko sa zmení, lebo váš pohľad je nový. Zrazu ste pánmi. Máte takú kontrolu, že v skutočnosti môžete nechať povrch bez kontroly. Toto je jemné - máte takú kontrolu, že vaše korene siahajú tak hlboko a hladina vás neznepokojuje, že si v skutočnosti môžete užívať aj vlny a búrku. Je to nádherné, poskytuje to energiu a silu, nie je sa čoho báť. Len slabí sa strachujú kvôli myšlienkam. Len slabí si robia hlavu s myšliou. Silní jednoducho všetko vstrebú a sú o to bohatší. Silní nikdy nič neodmietajú.

Odmietanie vychádza zo slabosti - máte strach. Silní radi vstrebávajú všetko, čo život ponúka. Zbožné, hriešne, morálne, nemorálne, božské, diabolské - je

to jedno. Silný človek vstrebáva všetko - a je o to bohatší. Má úplne odlišnú hĺbku, akú obyčajní pobožní ľudia mať nemôžu - tí sú slabí a na povrchu.

Pozorujte obyčajných ľudí, ktorí chodia do chrámu, mešity či kostola. Vždy nájdete veľmi povrchných ľudí, ľudí bez hĺbky. Zmrzali sa, lebo zamietli časti samých seba. Sú istým spôsobom paralyzovaní.

Na mysli ani myšlienkach nie je nič zlé. Ak je niečo zlé, je to lipnutie na povrchu - vtedy totiž nepoznáte celok a zbytočne trpíte kvôli častiam a čiastočnému vnímaniu. Treba vnímať celok, a to len zo stredu, lebo zo stredu sa môžete dívať všade naokolo, na všetky strany, na celú krajinu svojej bytosti. A tá je obrovská. V skutočnosti je rovnako veľká ako krajina existencie. Len čo ste raz v strede, začnete sa čoskoro stávať širšími a širšími, väčšími a väčšími, až nakoniec nebudete o nič menší než celok.

Z iného uhla pohľadu je obyčajná myseľ ako prach, ktorý sa usadzuje na šatách pútnika. A vy ste putovali milióny životov a nikdy ste sa neomyli. Usadilo sa na vás prirodzene veľa prachu, na tom nie je nič zlé, musí to tak byť. Usadili sa na vás vrstvy prachu a vy si myslíte, že tieto vrstvy sú vašou osobnosťou. Natol'ko ste sa s nimi stotožnili, žili ste s týmito vrstvami prachu tak dlho, že vyzerajú ako vaša koža. Stotožnili ste sa.

Myseľ je minulosť, spomienky - prach. Každý ho musí nazbierať, lebo keď putujete, zbierate prach. No netreba sa s ním stotožňovať, zjednotiť sa s ním, lebo ak sa s ním zjednotíte, budete mať problém, lebo vy nie ste prach, ale bdelé vedomie. Omar Chajjám/28/ hovorí: "Prach v prach." Keď človek zomrie, čo sa stane? - prach sa obráti v prach. Ak ste len prachom, všetko sa naň obráti, nezostane nič. Ste však naozaj len prach, vrstvy prachu, alebo je vnútri vás niečo, čo zďaleka prachom nie je, čosi, čo vôbec nie je pozemské?

Je to vaše bdelé vedomie, vaše bdelé uvedomovanie si. To je vašim bytím, a prach, ktorý sa okolo bdelého vedomia nazbiera, je vašou myšliou.

S týmto prachom sa dá nakladať dvoma spôsobmi. Bežný, "pobožný" spôsob je šaty vyčistiť a poriadne vydrhnúť. To však veľmi nepomôže, lebo vaše šaty boli také špinavé, že sa celkom vyčistiť nedajú. Naopak, môžete ich len ešte viac zašpiniť.

Mula Nasredin ma raz navštívil, a ako viete, rád si vypije. Pri jedle, pri pití čaju sa mu triasli ruky, všetko mu padalo na šaty, až boli celé špinavé. Povedal som mu: "Zájdí do obchodu a niečo si kúp, aby si mohol šaty vyčistiť."

Išiel. Keď sa po týždni znova objavil, jeho šaty boli ešte v horšom stave než predtým. Spýtal som sa čo sa stalo, či nebol v obchode. Mula odpovedal: "Bol

som tam a ten čistiaci prostriedok fungoval výborne. Všetky škvrny od čaju a od jedla sú preč. Teraz len potrebujem nejaký iný prostriedok, lebo po tom prvom zostali škvrny."

Pobožní ľudia vás zásobujú mydlami, chemickými prostriedkami a návodmi, ako špinu vyprať, ale tie po sebe zanechajú vlastné škvrny. Preto sa nemorálny človek môže stať morálnym, no aj tak zostane napríklad oplzlým - teraz je však oplzlý morálne. No niekedy je to ešte horšie ako predtým.

Nemorálny človek je v mnohých ohľadoch nevinný, menej egoistický. Morálny človek má všetku svoju nemorálnosť v mysli a ešte k tomu niečo pridal - všetky tie moralistické, puritánske, svätuškárske a egoistické postoje. Má pocit, že je nadradený, že je vyvolený. Všetci pôjdu do pekla, len on do neba. A všetka nemorálnosť zostáva vnútri, lebo myseľ nemôžete kontrolovať z povrchu. Nie je ako, jednoducho to nejde. Existuje len jediná kontrola, a tou je pohľad zo stredu.

Myseľ je ako prach, ktorý sa nazbieral za milióny pútí. Skutočne zbožný prístup, radikálny zbožný prístup, oproti bežnému, je šaty jednoducho vyhodiť. Neobťažujte sa s ich praním, nedajú sa vyprať. Len sa z nich vyvlečte ako had zo starej kože a ani sa neobzrite.

Z ďalšieho uhla pohľadu je bežná myseľ v istom zmysle minulosťou, pamäťou, nazbieranými skúsenosťami. Všetkým, čo ste kedy urobili, čo ste si kedy pomysleli, po čom ste kedy túžili, o čom ste kedy snívali - všetkým, celou vašou minulosťou, vašou pamäťou. A kým sa nezbavíte pamäti, nedokážete myseľ ovládnuť.

Ako sa zbaviť pamäti? Je stále prítomná, drží sa vás, v podstate ste tou pamäťou. Ako sa jej teda zbaviť? Kým ste, okrem svojej pamäti? Keď sa vás spýtam kto ste, poviete mi svoje meno - to je vaša pamäť. Vaši rodičia vás pred časom takto pomenovali. Dám vám otázku: "Kto ste?", a vy vykladáte o svojej rodine, rodičoch, vzdelaní, tituloch, práci, ... - to je vaša pamäť.

Keď sa vás spýtam: "Kto ste?", potom, ak sa naozaj pozriete do svojho vnútra, vaša jediná odpoveď môže byť: "Neviem." Všetko čo poviete, budú len spomienky, nie vy. Jediná skutočná, autentická odpoveď môže znieť, že neviete, lebo poznanie samého seba je až tou poslednou vecou. Ja môžem povedať, kto som, ale nepoviem. Vy neviete, ale odpoveď máte pripravenú. Tí, ktorí vedia, o tom mlčia. Keď odložíte všetku pamäť a všetku reč, nedokážete povedať kto ste. Môžem do vás nazrieť, môžem urobiť gesto. Môžem s vami byť celou svojou bytosťou - to je moja odpoveď. Nemôžem vám však

odpovedať slovami, lebo čokoľvek sa povie slovami, bude časť pamäti, mysle, ale nie bdelého vedomia.

Ako sa zbaviť spomienok? Pozorujte ich. A stále si pamätajte: "Toto sa mi síce prihodilo, nie som to však ja." Samozrejme ste sa narodili v nejakej rodine, ale to nie ste vy. Prihodilo sa vám to, bola to udalosť mimo vás. Nieкто vám dal meno. To je užitočné, ale vy ním nie ste. Máte, prirodzene, aj telo, ale nie ste ním. Telo je len domovom, v ktorom práve bývate. A telo vám dali rodičia - je to dar, nie vy.

Pozorujte a rozlišujte. Na Východe sa tomu hovorí vivéka, rozlišovanie - neustále rozlišujete, až príde okamih, keď odstránite všetko, čím nie ste. V tomto stave budete zrazu po prvý raz stáť tvárou v tvár sami sebe, stretnete sa so svojím bytím. Stále oddeľujte identity, ktorými nie ste - svoju rodinu, telo, myseľ. V prázdnote, ktorá nastane vo chvíli, keď sa zbavíte všetkého čím nie ste, sa zrazu vynorí vaše bytie. Po prvý raz sa stretnete sami so sebou a toto stretnutie sa stane ovládnutím.

Myslenie sa nedá zastaviť - nie, že by sa nezastavovalo, ale nedá sa zastaviť. Zastavuje sa samo. Treba, aby ste ten rozdiel pochopili, lebo ináč sa môžete v honbe za mysl'ou zblázniť.

A aj keby sa vám myslenie podarilo na krátky čas násilne zastaviť, nebude to žiadny úspech, lebo tých niekoľko okamihov bude prakticky mŕtvych, bez života. Môžno budete cítiť nejaký kl'ud, ale nie ticho. Vynútený kl'ud totiž nie je tichom. Za týmto kl'udom, hlboko v nevedomí, totiž potlačená myseľ stále pracuje.

Spôsob, ako myseľ zastaviť, teda nejestvuje. Mysleľ sa však zastavuje, to je isté. Zastavuje sa sama od seba.

Čo teda robiť? Táto otázka je dôležitá. Pozorujte, len buďte svedkami. Nesnažte sa myseľ zastavovať. Nie je nutné vyvíjať proti nej nejakú aktivitu. Kto by ju vlastne vyvíjal? Bola by to zase len myseľ, ktorá by bojovala sama so sebou. Rozdelili by ste myseľ na dve časti: jedna by sa snažila byť vodcom, ktorý sa pokúša zabiť svoju druhú časť, čo je absurdné. Je to nezmyselná hra, ktorá vás môže dohnať k šialenstvu. Nesnažte sa myseľ či myslenie zastaviť, len ho pozorujte, prijmite ho. Dajte mu úplnú slobodu. Nechajte myseľ pobiehať, ako bude chcieť. Nijako sa ju nesnažte kontrolovať, buďte len jej pozorným pozorovateľom.

Je to nádherné! Mysleľ je jedným z najkrajších mechanizmov. Veda zatiaľ nedokázala vytvoriť nič, čo by sa mysli podobalo. Mysleľ je stále vrcholným

dielom, takým zložitým, takým neskutočne mocným, s toľkými možnosťami. Pozorujte ju! Užívajte si ju!

A nepozorujte ju ako nepriatelia, lebo keď sa dívate na myseľ ako na nepriateľa, nemôžete ju pozorovať. Už máte predsudky, už ste proti. Už ste usúdili, že je na nej niečo zlé - už ste urobili záver. A kedykoľvek na niekoho pozeráte ako na nepriateľa, nedívate sa nikdy príliš hlboko, nepozeráte do očí, uhýbate.

Pozorovať myseľ znamená dívať sa na ňu s hlbokou láskou, s hlbokým rešpektom, úctou, lebo myseľ je Božím darom. Nie je na nej nič zlé - na myslení nie je nič zlé. Je to krásny proces, rovnako ako ostatné procesy. Mraky, ktoré plávajú po nebi, sú nádherné, prečo by teda nemohli byť krásne myšlienky, ktoré plávajú po vnútornom nebi? Stromy, ktoré začínajú kvitnúť, sú nádherné, prečo by teda neboli krásne myšlienky, ktoré kvitnú vo vašej bytosti? Prekrásna je aj rieka, ktorá smeruje k oceánu, prečo teda nie je nádherný prúd myšlienok, ktorý ide v ústrety neznámemu osudu? Nie je to nádherné? Dívajte sa s hlbokou úctou. Nebuďte bojovníkmi, buďte milencami.

Pozorujte jemné nuansy mysle, náhle nádherné obraty. Nečakané skoky, hry, ktoré myseľ stále hrá, sledujte sny, ktoré tká - predstavy, spomienky, tisíce projekcií, ktoré vytvára - pozorujte. Keď budete takto stáť bokom, vzdialení (a predsa prítomní), bez účasti, začnete čoskoro vnímať ... Čím viac sa prehĺbi vaše pozorovanie, tým viac sa prehĺbi vaše bdelé vedomie. Začnú vznikať prestávky, medzery. Jedna myšlienka odznela, a kým druhá ešte neprišla, nastala medzera. Odplával jeden mrak, pláva sem ďalší, a medzi nimi je medzera.

V týchto medzerách po prvý raz zažijete záblesky ne-mysle. Ochutnáte ne-myseľ - môžete tomu hovoriť chuť zenu, taa či jogy. V týchto krátkych prestávkach je zrazu nebo jasné a svieti slnko. Svet je náhle plný tajomstiev, lebo všetky bariéry sa zrútili, zmizol závoj z vašich očí. Vidíte jasne, prenikavo. Celá existencia spriehľadnela.

Spočiatku budú tieto prestávky veľmi vzácne, veľmi sporadické. Poskytnú vám však záblesky toho, čo je samádhi. Malé ostrovčeky ticha - prídu a zase zmiznú, ale teraz už viete, že kráčate správnym smerom. Začnete pozorovať. Prechádza okolo myšlienka a vy ju pozorujete. Nastáva prestávka, medzera, a vy ju pozorujete. Slnečný svit je prekrásny, no aj mraky sú nádherné. Teraz si nevyberáte. Nemáte myseľ, ktorá by lipla. Nehovoríte: "Chcel by som len prestávky." To je hlúpe, lebo len čo začnete lipnúť na túžbe po prestávkach,

opäť ste sa "rozhodli proti" mysleniu. A vtedy tieto prestávky miznú. Nastávajú len vtedy, keď máte odstup, keď stojíte bokom. Nastávajú, nemôžete ich vyvolať. Vyskytujú sa, nemôžete si ich vynútiť. Nastávajú spontánne.

Stále len pozorujte. Nechajte myšlienky prichádzať a odchádzať kamkoľvek chcú ísť. Nič nie je zlé! Nesnažte sa manipulovať, nesnažte sa riadiť. Dovoľte myšlienkam, aby sa pohybovali celkom slobodne. A vtedy začne dochádzať k dlhším prestávkam. Budete požehnaní malými satori/29/. Niekedy uplynú minúty a nepríde jediná myšlienka. Žiadna premávka - úplné, nerušené ticho.

Len čo začne dochádzať k dlhším prestávkam, začne sa vo vás prebúdzat' nová jasnosť. Budete mať jasnosť, vďaka ktorej nebudete schopní vidieť len vonkajší svet, ale aj vnútorný. Pri prvých krátkych prestávkach medzi myšlienkami uvidíte jasne do sveta - stromy budú zelenšie než doteraz, bude vás obklopovať nekonečná hudba, hudba sfér. Zrazu budete v nepopísateľnej a tajomnej Božej prítomnosti. Bude sa vás dotýkať, hoci ju nebudete môcť uchopiť. Bude na dosah, no predsa mimo neho. Pri dlhších prestávkach dôjde k tomu istému aj vnútri. Zrazu vás prekvapí zistenie, že Boh nie je len vonku, ale aj vnútri. Nie je len vo videnom, je aj v tom, kto vidí - vnútri i vonku.

Nelipnite však ani na tomto. Lipnutie je potravou pre činnosť mysle. Nezaujaté pozorovanie je spôsobom, ako ho zastaviť bez toho, aby ste sa o to snažili. A keď sa začnete tešiť z týchto blažených okamihov, vaša schopnosť udržať si ich dlhšie sa zdokonalí. Nakoniec sa jedného dňa stanete pánmi. Keď potom chcete rozmýšľať, rozmýšľate. Keď sú potrebné myšlienky, využívate ich. Keď potrebné nie sú, nechávate ich odpočívať. Nie je to tak, že by myseľ prestala existovať - myseľ existuje, ale môžete ju používať alebo nemusíte. Je to vaše rozhodnutie, rovnako ako rozhodujete o svojich nohách: keď chcete behať, tak ich používate, keď behať nechcete, len odpočívate - nohy však existujú. Rovnako tak stále existuje aj myseľ.

Keď k vám hovorím, používam myseľ - neexistuje žiadny iný spôsob, ako hovoriť. Keď odpovedám na vaše otázky, používam myseľ - neexistuje žiadny iný spôsob. Musím reagovať a komunikovať a myseľ je nádherným mechanizmom. Ak s vami nehovorím a som sám, nejestvuje žiadna myseľ - je to totiž médium, prostredníctvom ktorého komunikujem. Keď sedím osamote, nie je potrebná.

Vy nenechávate myseľ odpočinúť, preto sa stáva priemernou. Keď ju používate nepretržite, je unavená, lebo beží neustále. Pracuje vo dne v noci - vo dne rozmýšľate, v noci snívate. Aj keď budete žiť sedemdesiat či osemdesiat rokov, bude pracovať bez prestávky.

Pozrite sa na jemnosť a výdrž mysle, je taká jemná! Malá hlava môže obsahovať všetky knižnice sveta. Všetko čo bolo kedy napísané, môže obsahovať jedna malá myseľ. Kapacita mysle je obrovská - a v takom malom priestore! Nenarobí ani veľa hluku, a akým je služobníkom! Keď budete umierať, vaše telo bude možno staré, ale myseľ bude stále mladá. Jej kapacita bude rovnaká. Ak myseľ používate správne, potom jej kapacita s vekom niekedy dokonca rastie, lebo čím viac toho viete, tým viac rozumiete. Čím viac ste toho zažili, tým schopnejšou sa stáva vaša myseľ. Vo chvíli umierania je všetko vo vašom tele pripravené zomrieť - až na myseľ.

Pretože myseľ ešte nie je pripravená zomrieť, hovoríme na Východe, že opúšťa telo a vstupuje do inej maternice. Myseľ sa rodí znova. A len čo raz dosiahnete stav ne-mysle, potom už nebudú nasledovať žiadne nové zrodenia. Vtedy jednoducho zomriete a v okamihu vašej smrti sa všetko rozpustí - vaše telo, myseľ - a zostane len vaša pozorujúca duša. Tá sa nachádza mimo čas a priestor. Zjednotíte sa s existenciou, už od nej nebudete oddelení, lebo oddelenie vychádza z mysle.

Myseľ však nemožno zastaviť násilne, preto nebuďte násilní. Pohybujte sa s láskou, s hlbokou úctou, a začne sa to diať samo od seba. Vy len pozorujte a nenáhlite sa.

Moderná myseľ je veľmi uponáhľaná. Chce metódy, ako sa okamžite zastaviť. Preto sú drogy príťažlivé. Užitím chemikálií, drog, môžete myseľ prinútiť, aby sa zastavila, ale váš postup je opäť násilný. To nie je dobre, lebo je to deštruktívne. Prostredníctvom drog možno dokážete myseľ zastaviť, ale potom sa drogy stanú vašim pánom, nie vy. Vymenili ste len šéfa a tá zmena bola k horšiemu. Teraz vám budú vládnuť drogy, budú vás vlastniť.

Meditácia nie je úsilím, ktoré smeruje proti mysli. Je cestou, ako myseľ pochopiť. Je láskavým spôsobom pozorovania mysle, človek však samozrejme musí byť trpezlivý. Myseľ, ktorú si nesiete v hlave, sa tvorila po stáročia, po tisícročia. Vaša malá myseľ v sebe nesie všetky skúsenosti ľudstva. A nielen ľudstva - aj zvierat, vtákov, rastlín, kameňov. Prešli ste všetkými týmito skúsenosťami. Všetko čo sa až do tohto okamihu odohralo, sa udialo aj vo vás.

Vo svojej mysli nesiete všetky skúsenosti existencie, no hovoriť, že je vaša, nie je vlastne správne. Myseľ je kolektívna, patrí nám všetkým. Moderná psychológia sa k tomu blíži, hlavne Jung. Psychológia začína vnímať čosi ako kolektívne nevedomie. Naše telá sú jasne oddelené, mysle už tak nie, mysle sa prekrývajú - a naše duše sú jedno.

Ja nemám odlišnú dušu, ani vy nemáte odlišnú dušu. V samotnom strede existencie sa stretávame a sme jedno. Tým jedným je Boh - je miestom, kde sa všetci stretávajú. Medzi Bohom a svetom - svet znamená telá - sa nachádza myseľ.

Myseľ je mostom, mostom medzi telom a dušou, medzi svetom a Bohom. Nesnažte sa ju zničiť!

Veľa ľudí sa ju snažilo zničiť prostredníctvom jogy, prostredníctvom telesných pozícií a dychu - to vyvoláva vnútri jemné chemické zmeny. No je to chybné využívanie jogy. Keď napríklad stojíte na hlave v polohe šíršasána/30/, môžete myseľ zničiť veľmi ľahko. Prúdi vám totiž do hlavy príliš veľa krvi - ako záplava. Mechanizmus mozgu je jemný. Zaplavujete ho krvou a jemné tkanivá odumrú. Preto nikdy nenarazíte na inteligentného jogína. Jogíni sú viac-menej hlúpi. Telo majú zdravé, silné, to je pravda, ale ich myseľ je jednoducho mŕtva. Neuvidíte ani záblesk inteligencie. Uvidíte len veľmi robustné, skoro zvieracie telo, človek sa vytratil.

V stoji na hlave vháňate do hlavy krv prostredníctvom zemskej príťažlivosti. Hlava potrebuje krv, ale v malom množstve a pomaly, nie formou záplavy. Proti sile zemskej príťažlivosti tečie do hlavy krvi málo a pokojne. Ak jej prúdi priveľa, je to deštruktívne.

Joga sa využívala a využíva na zabitie mysle. Aj dych je možné využiť na zabitie mysle. Existujú rytmy dychu, slabé vibrácie dychu, ktoré môžu byť pre jemnú myseľ kruté. Ich prostredníctvom je možné myseľ zničiť. To sú staré triky. Tie najnovšie teraz poskytuje veda: LSD, marihuana a ďalšie. Skôr či neskôr bude k dostaniu stále viac prepracovaných drog.

Ja nie som pre zastavovanie mysle. Som prívržencom jej pozorovania. Myseľ sa zastaví sama. Ak sa niečo stane bez násilia, má to svoj prirodzený vývoj, svoju krásu. Môžete donútiť kvet, aby sa otvoril, môžete vytiahnuť okvetné lístky z puku, otvoriť ho násilu, ale zničíte tým krásu kvetu. Bude skoro mŕtvy, nemôže vydržať vaše násilie. Bude zomierať. Keď sa otvorí vlastnou silou, sám od seba, bude žiť.

Myseľ je vaším rozkvetom, preto ju nijako nenúťte. Som proti všetkej sile a všetkému násiliu, a hlavne proti násiliu, ktoré je namierené proti vám.

Len pozorujte, v hlbokkej modlitbe, láske, úcte, a uvidíte, čo sa stane. Zázraky sa dejú samy od seba.

Nie je treba ťahať ani tlačiť.

Ako zastaviť myslenie? Ja hovorím, aby ste len pozorovali, aby ste boli bdeli a opustili predstavu o zastavovaní, lebo ináč táto predstava zastaví prirodzenú transformáciu mysle. Kto ste, aby ste zastavovali?

V ideálnom prípade si to užívajte - všetko je v poriadku, dokonca aj keď vašou myslou prechádzajú takzvané nemorálne myšlienky, nechajte ich prechádzať. Všetko je v poriadku. Stále ste nezaujatí, nedošlo k žiadnej ujme. Je to len fikcia, dívate sa na vnútorný film. Nechajte ho a on vás zakrátko privedie do stavu ne-mysle.

Pozorovanie teda nakoniec vyvrcholí do ne-mysle.

Ne-mysel' nie je proti mysli, ne-mysel' je za myslou. Ne-mysel' nepríde, ak zabijete a zničíte myseľ. Ne-mysel' sa dostaví, keď porozumiete mysli tak dokonale, že myslenie už nebude potrebné a nahradí ho vaše porozumenie.

Vychodená koľaj a koleso

Zdalo by sa, že sa človek nachádza v prítomnosti. Je to však len zdanie. Človek žije v minulosti. Prítomnosťou prechádza, ale stále je zakorenený v minulosti. Prítomnosť naozaj nie je časom pre bežné vedomie, preň je skutočným časom minulosť. Prítomnosť je len prechodom, dočasným prechodom od minulosti k budúcnosti. Minulosť je skutočná, budúcnosť tiež, prítomnosť však pre bežné vedomie skutočná nie je.

Budúcnosť nie je ničím iným než predĺženou minulosťou. Budúcnosť nie je ničím iným než znova a znova plánovanou minulosťou. Zdá sa, akoby prítomnosť neexistovala. Ak o nej budete rozmýšľať, vôbec ju nenájdete, lebo vo chvíli, keď ju nájdete, bude už preč. Pred sekundou, keď ste ju ešte nenašli, bola v budúcnosti.

Pre buddhovské vedomie, pre prebudenú bytosť, existuje len prítomnosť. Pre bežné, nevedomé vedomie, ktoré je ospalé ako námesačník, je skutočnou minulosť a budúcnosť, ale prítomnosť nie. Len keď sa človek prebudí je prítomnosť skutočná a minulosť a budúcnosť sa stávajú neskutočnými.

Prečo je to tak? Prečo žijete v minulosti? Pretože myseľ nie je ničím iným než nahromadenou minulosťou. Mysleľ je pamäťou - vaša myseľ je všetkým, čo ste kedy v minulosti urobili, všetkým, o čom ste kedy snívali, čo ste si kedy predstavovali, čo ste kedy chceli urobiť, ale nemohli. Mysleľ je čímsi mŕtvym. Keď sa dívate prostredníctvom mysle, nikdy prítomnosť nenájdete, lebo prítomnosť je život, a k životu sa nikdy nedostanete prostredníctvom niečoho mŕtveho.

Mysleľ je ako prach na zrkadle. Čím viac je na zrkadle prachu, tým menej zrkadlo odráža. A ak je vrstva prachu hrubá ako na vás, potom zrkadlo neodráža vôbec nič.

Prach sa usadzuje na každom, ale on sa na vás nielen usadzuje, vy na ňom ešte aj lipnete. Myslíte si, že je to poklad. No minulosť je preč, prečo teda na nej lipnete? Nedá sa s ňou už nič urobiť, nemôžete ju vrátiť, nemôžete ju napraviť. Prečo na nej lipnete? Nie je to poklad. A keď lipnete na minulosti a myslíte si, že je pokladom, potom ju vaša myseľ samozrejme bude chcieť v budúcnosti znova a znova prežívať. Vaša budúcnosť nemôže byť ničím iným než pozmenenou minulosťou - trochu vylepšenou, trochu prikrášenou, ale rovnakou, lebo myseľ nedokáže rozmýšľať o neznámom. Myseľ dokáže plánovať len to známe, to, čo poznáte.

Zamilujete sa do nejakej ženy a tá žena zomrie. Ako teraz nájdete inú ženu? Ďalšia žena bude len pozmenenou podobou vašej mŕtvej ženy. To je jediný spôsob, ktorý poznáte. Čokoľvek v budúcnosti urobíte, nebude ničím iným než pokračovaním minulosti. Niečo trochu môžete zmeniť, záplata sem, záplata tam, ale prevažná časť zostane celkom rovnaká.

Keď Mula Nasredin ležal na smrteľnej posteli, ktosi sa ho spýtal: "Nasredin, keby si dostal nový život, čo by si zmenil? Nasredin so zavretými očami uvažoval, zvažoval, hľbal. Potom otvoril oči a povedal: "Keby som dostal nový život, urobil by som si prostriedkom vlasov cestičku. Vždy som si to prial, ale môj otec bol proti. A keď otec zomrel, vlasy boli už také navyknuté, že sa uprostred rozdeliť nedali."

Nesmejte sa! Ak sa niekto spýta vás, čo by ste urobili so svojím životom znova, budú to rovnako malé zmeny ako táto. Manžel s trochu iným nosom, manželka s trochu iným zovňajškom, väčší alebo menší dom - to však nie je nič iné, než cestička prostriedkom hlavy, maličkosť, nič podstatné. Podstata vášho života zostane rovnaká. Urobili ste to už veľakrát. Váš život zostal rovnaký. Veľakrát ste dostali život. Veľakrát ste žili. Ste veľmi starí. Nie ste na Zemi noví, ste starší než Zem, lebo ste žili aj na iných Zemiach, na iných planétach. Ste starí ako existencia - tak to má byť, lebo ste jej súčasťou. Ste prastarí, ale stále znova opakujete ten istý postup. Preto to hinduisti volajú kolesom života a smrti - kolesom, lebo sa stále opakuje - spice kolesa sa točia nahor a potom nadol, a opäť nahor ...

Myseľ je minulosť a myseľ plánuje samu seba, preto vaša budúcnosť nebude ničím iným, než vašou minulosťou. Všetko čo ste urobili - dobré či zlé, to či ono - všetko čo robíte, utvára svoje opakovanie. Taká je teória karmy. Ak ste sa hnevali predvčerom, vytvorili ste určitú možnosť na to, aby ste sa hnevali aj včera. Potom ste to zopakovali, dodali ste hnevu viac energie. Nechali ste

hnevlivú náladu, aby zakorenila hlbšie a zaliali ste ju. Dnes ju zopakujete s ešte väčšou silou, s ešte väčšou energiou. A zajtra budete opäť obeťou dneška.

Každý čin, ktorý vykonáte, na ktorý dokonca len pomyslíte, má tendenciu trvať naďalej a vytvára vo vašej bytosti kanál. Začne z vás odsávať energiu. Hneváte sa, potom sa vaša zlá nálada vytratí a vy si myslíte, že sa už nehneváte - mýlite sa. Keď hnev pominul, nič sa nestalo. Koleso sa otočilo, a spica, ktorá bola hore sa dostala dolu. Pred niekoľkými minútami bola zlosť na povrchu, teraz klesla do nevedomia, do hlbín vašej bytosti. Bude čakať, až znova nastane jej čas. Ak ste podľa nej konali, posilnili ste ju, predĺžili ste jej život. Opäť ste jej dodali silu, energiu. Prežíva ako semienko v pôde, čaká na vhodnú príležitosť a obdobie a potom vyklíči.

Každý čin, každá myšlienka predlžuje svoju existenciu. Len čo s nimi spolupracujete, poskytujete im energiu. Skôr či neskôr sa z nich stane zvyk. Budete tak konať, no nebudete konajúcimi. Budete tak konať len zo sily zvyku. Ľudia hovoria, že zvyk je druhá prirodzenosť. To nie je prehnané. Naopak, je to slabý výraz! Zvyk sa nakoniec stane prirodzenosťou a prirodzenosť sa prepadne na druhé miesto. Z prirodzenosti sa stane len príloha či poznámka pod čiarou, kým zvyk sa stane hlavným textom knihy.

Žijete prostredníctvom zvyku, to znamená, že v podstate zvyk žije prostredníctvom vás. Pretrváva, má vlastnú energiu. Samozrejme čerpá energiu z vás, lebo ste s ním spolupracovali v minulosti a spolupracujete s ním aj teraz. Zakrátko sa zvyk stane pánom, kým vy budete len služobníkom, tieňom. Zvyk bude prikazovať, nariaďovať a vy budete len poslušným sluhom. Budete ho musieť poslúchať.

Hinduistický mystik Eknath sa raz vydal na púť. Púť mala trvať minimálne rok, lebo Eknath chcel navštíviť všetky sväté miesta v krajine. Byť s Eknathom bola samozrejme česť, a tak s ním cestovalo tisíc ľudí. Prišiel aj mestský zlodej a povedal: "Viem že som zlodej a nie som hoden, aby som bol členom vašej zbožnej družiny. Dajte mi však šancu. Rád by som sa vydal na púť."

Eknath povedal: "Bude to ťažké, lebo jeden rok je dlhá doba, a ty by si mohol začať okrádať ostatných. Môžeš robiť problémy. Upusti od tej myšlienky."

Ale zlodej bol neodbytný. Povedal: "Na rok prestanem kradnúť, ísť však musím. Sľubujem vám, že celý rok nikomu nič neukradnem." Eknath teda súhlasil.

Už po týždni však nastali ťažkosti: z batožín ľudí sa začali strácať veci. A ešte záhadnejšie bolo, že ich nikto nekradol - veci zmizli z jednej batožiny, ale za niekoľko dní sa našli v batožine niekoho iného. Ten, u koho sa našli, vždy tvrdil: "Ja som nič nevzal. Naozaj neviem, ako sa tie veci dostali do môjho vaku."

Eknath mal podozrenie, preto jednej noci predstieral spánok. Bol však hore a pozoroval. Uprostred noci sa zjavil zlodej a začal premiestňovať veci z batožiny jedného pútnika do batožiny niekoho iného. Eknath ho pristihol pri čine a povedal: "Čo to robíš!? Dal si mi sľub!"

Zlodej odpovedal: "Svoj sľub dodržiavam. Nič som neukradol. Je to len môj starý zvyk. Ak uprostred noci niečo nevyvediem, nemôžem spať. A nespáť celý rok? Majte so mnou súcit. Veď nekradnem. Veci sa vždy nájdu. Len sa premiestnia od jedného k druhému."

Zvyky vás nútia robiť isté veci, ste obeťami. Hinduisti tomu hovoria karma. Každý čin, ktorý zopakujete, alebo aj každá myšlienka - lebo aj myšlienka je jemný čin v mysli - sa stávajú čoraz mocnejšími. Potom ste v zovretí toho činu. Ste v tom zvyku uväznení. Žijete život väzňov, otrokov. A toto väzenie je sotva badateľné. Je vystavané z vašich zvykov, návykov a činov, ktoré ste vykonali. Obklopuje vaše telo a ste v ňom polapení, ale neustále si nahovárate, že ste tými, ktorí konajú.

Psychológovia robili experimenty a došli k rovnakým záverom ako východná ezoterická psychológia: človek je obeťou, nie pánom. Psychológovia umiestnili ľudí do úplnej izolácie, so všetkým pohodlím. Dostali všetko čo potrebovali, ale neprišli do kontaktu so žiadnou inou ľudskou bytosťou. Žili v izolácii v klimatizovanej cele - žiadna práca, žiadne starosti, žiadne problémy. Tie isté zvyky však pokračovali.

Jedného rána jeden z nich zrazu zistil, že sa v ňom prebúdzajú zlosť, tentoraz bez akejkoľvek príčiny, lebo mal zaistené pohodlie a nemusel si s ničím lámať hlavu. Pre zlosť neboli žiadne dôvody.

Je to vo vás. Niekedy sa bez akejkoľvek príčiny zrazu dostaví smútok, a inokedy sa človek cíti šťastne, až euforicky. Človek zbavený všetkých spoločenských vzťahov, izolovaný, v úplnom pohodlí, ktorého každá potreba je naplnená, prechádza všetkými náladami, ktorými prechádzate vy pri vzťahoch. To znamená, že príde niečo zvnútra a vy to hodíte na niekoho iného. Je to len zdôvodnenie, výhovorka.

Či sa cítite dobre alebo zle, tieto pocity sú len bublinami z vášho nevedomia, z vašej minulosti. Nikto okrem vás za ne nenesie zodpovednosť. Nikto vás

nemôže rozhnevať a nikto vás nemôže urobiť šťastnými. Šťastnými, nahnevanými i smutnými sa stávate sami. Kým si toto neuvedomíte, zostanete navždy otrokmi.

Ovládnutie vlastného ja prichádza s tým, ako si človek uvedomí, že je plne zodpovedný za všetko, čo sa mu deje. Nesie bezvýhradnú, plnú zodpovednosť za všetko, čo sa udeje.

Spočiatku z toho budete smutní a sklúčení, lebo keď môžete zodpovednosť hodiť na niekoho iného, máte dobrý pocit, že ste v práve. Čo môžete robiť, keď sa vaša žena chová tak protivne? Musíte sa hnevať. Dobre si však pamätajte, že vaša žena sa chová protivne kvôli mechanizmom vlastného vnútra. Nie je nepríjemná na vás. Keby ste tam neboli vy, bola by nepríjemná na vaše dieťa. Keby tam nebolo dieťa, trieskala by taniermi. Niečo by musela urobiť, lebo zloba sa blíži. Bola to len náhoda, že vás žena našla čítať noviny a začala na vás byť protivná. Bola to len zhoda okolností, boli ste v nevhodnej chvíli poruke.

Nehneváte sa preto, že je vaša žena nevlúdna, mohla tú situáciu len podporiť. Dala vám len možnosť, aby ste sa hnevali, výhovorku pre zlosť, ale zlosť sa už prebublávala na povrch. Keby tam nebola vaša žena, hnevali by ste sa celkom rovnako na niečo iné, ale k zlosti dôjsť muselo. Bolo to niečo, čo prišlo z vášho nevedomia.

Každý nesie zodpovednosť, plnú zodpovednosť za svoje bytie a chovanie. Spočiatku z toho budete sklúčení, lebo ste si vždy mysleli, že chcete len byť šťastní - ako by ste mohli byť zodpovední za svoj smútok? Odjakživa túžite po blaženosti, ako sa teda môžete hnevať sami na seba? Preto hádzate zodpovednosť na druhých.

Pamätajte, že keď budete hádzať zodpovednosť na druhých, zostanete navždy otrokmi, lebo nikto nemôže zmeniť niekoho iného. Ako sa to dá? Zmenil vôbec niekedy niekto niekoho? Niekoho zmeniť je jedným z najnenaplnenejších želaní na svete. Nikto to nikdy nedokázal. Je to nemožné, lebo druhí žijú vlastným pričinením. Môžete na nich hádzať zodpovednosť, ale nemôžete ich zmeniť. A pretože na nich hádzate zodpovednosť, nikdy nevidíte, že hlavnú zodpovednosť nesiete vy sami. Hlavná zmena musí prebehnúť vo vašom vnútri.

Takto ste chytení do pasce: ak si začnete myslieť, že ste zodpovední za všetky svoje činy, za všetky svoje nálady, prepadne vás spočiatku depresia. Keď dokážete touto depesiou prejsť, začnete sa čoskoro cítiť ľahko, lebo ste sa oslobodili od ostatných. Teraz môžete pracovať sami za seba. Môžete byť slobodní, môžete byť šťastní. Ak je nešťastný a neslobodný celý zvyšný svet, nevadí. Oslobodením je prestať hádzať zodpovednosť na druhých, oslobodením je poznanie, že plnú zodpovednosť nesiete vy. Veľa vecí potom bude možné uskutočniť okamžite.

Nech sa vám deje čokoľvek, sledujte to, ponorte sa do toho hlbšie. Keď cítite smútok, len zatvorte oči a pozorujte ho. Čoskoro sa dostanete k príčine. Možno budete musieť cestovať dlho, lebo sa to týka celého tohto života. A nielen tohto, ale aj mnohých predošlých životov. Nájdite v sebe tie mnohé poranenia, ktoré vám spôsobujú bolesť a kvôli ktorým sa cítite smutní - tie poranenia sú živé, ešte nezaschli. Návrat ku zdroju, od následkov k príčine, ich vylieči. Ako a prečo táto metóda lieči?

Keď sa vraciate späť, v prvom rade prestanete hádzať zodpovednosť na druhých. Keď to robíte, idete smerom von, snažíte sa nájsť príčinu v niekom inom: "Prečo je moja žena protivná?" - a následne toto prečo začne prenikať do chovania vašej ženy. Prvý krok ste namierili nesprávnym smerom a celý proces teda bude chybný.

"Prečo som nešťastný? Prečo sa hnevám?" - zatvorte oči a urobte z toho hlbokú meditáciu. Lahnite si na podlahu, zatvorte oči, uvoľnite telo a vnímajte, prečo sa hneváte. Zabudnite na svoju ženu, to je výhovorka. Ponorte sa do seba hlbšie, preniknite do hnevu. Využite hnev ako rieku. Splývajte s hnevom, a hnev vás zanesie do vnútra. Ucítite v sebe drobné poranenia. Vaša žena vám pripadá protivná, lebo sa vo vás dotkla nejakého drobného poranenia, niečoho, čo vám spôsobuje bolesť. Napríklad ste si celý život mysleli, že nie ste pekní, že je vaša tvár škaredá - vo vašom vnútri je to poranenie. Ak je vaša žena nahnevaná, pripomenie vám vašu tvár. Povie: "Pozri sa do zrkadla!" - niečo, čo vám spôsobuje bolesť. Poranenie je stále živé.

Zatvorte oči, vnímajte hnev, nechajte ho povstať v celej plnosti, aby ste ho celkom videli, aby ste videli, čím je. Potom sa pomocou tej energie vráťte do minulosti, lebo tam pramení váš hnev. Samozrejme že nemôže pochádzať z budúcnosti, lebo tá ešte nenastala, a nepochádza ani z prítomnosti. To je celý uhol pohľadu karmy: váš hnev nemôže pochádzať z budúcnosti, lebo tá ešte nenastala, a nemôže pochádzať ani z prítomnosti, lebo vôbec nevíete, čo prítomnosť je. Prítomnosť poznajú len prebudení. Vy žijete len v minulosti, takže váš hnev musí prameniť niekde vo vašej minulosti. Poranenie musí byť niekde vo vašich spomienkach. Vráťte sa. Možnože nenájdete len jedno poranenie, môže ich byť veľa, malé i veľké. Ponorte sa hlbšie a nájdite prvé, prvotný zdroj vášho hnevu. Ak sa budete snažiť, dokážete ho nájsť, lebo tam je. Je tam, celá vaša minulosť tam stále je. Je ako stočený film, ktorý vás čaká vo vašom vnútri. Rozviniete ho a začnete sa naň dívať. To je proces návratu k prvotnej príčine. A v tom je aj krása toho procesu: keď sa dokážete vedome vrátiť späť, keď dokážete vedome precítiť svoje poranenie, toto poranenie bude okamžite zahojené.

Prečo sa zahojí? - lebo ho vytvára nevedomie, neuvedomovanie si. Keď došlo v minulosti k poraneniu, stalo sa to v stave nevedomia, stalo sa súčasťou nevedomia, spánku. Ak sa vedome vraciate späť a dívate sa naň, bdelé vedomie pôsobí ako hojivá sila.

Vrátiť sa znamená vrátiť sa vedome k veciam, ktoré ste vykonali v nevedomí. Vráťte sa, lebo samotné svetlo vedomia lieči, je liečivou silou. Všetko čo dokážete vyniesť do vedomia, sa zahojí a už vás nebude zraňovať.

Človek, ktorý sa vracia späť, oslobodzuje minulosť. Minulosť potom prestáva pôsobiť, človek už nie je v jej zajatí a minulosť je uzavretá, nemá už v jeho bytosti miesto. A až vtedy, keď vo vašej bytosti minulosť nenachádza miesto, ste prístupní prítomnosti, skôr nie.

Potrebujete priestor, lebo minulosť je smetiskom mŕtvych vecí, je jej vo vás toľko, že už vo vás nie je žiadne miesto, do ktorého by mohla vstúpiť prítomnosť. A to smetisko plánuje a sníva o budúcnosti, takže jednu polovicu miesta zaplní to, čo už nie je, a druhú to, čo ešte nenastalo. A prítomnosť? Tá len čaká predo dvermi. Preto pre vás nie je prítomnosť ničím iným len prechodom od minulosti k budúcnosti, čímisi prechodným.

Uzavrite minulosť, lebo kým ju neuzavriete, žijete neskutočný život. Vlastne nejestvuje, lebo vašim prostredníctvom žije minulosť, to, čo je mŕtve vás neustále prenasleduje. Vráťte sa späť, kedykoľvek máte príležitosť, kedykoľvek sa vo vás niečo deje. Šťastie, nešťastie, smútok, zlosť, žiarlivosť - zatvorte oči a vráťte sa späť. Čoskoro sa v týchto návratoch stanete zdatnými. Čoskoro budete schopní sa vracieť v čase späť a veľa poranení sa tak otvorí. Len čo sa vo vás poranenie otvorí, nezačnite niečo robiť. Nie je treba niečo robiť. Len sa nezaujato dívajte, sledujte, pozorujte, dajte mu energiu svojho pozorovania. Dívajte sa naň bez akýchkoľvek súdov, lebo ak začnete súdiť, ak poviete: "Takto sa to nemalo stať", poranenie sa opäť uzavrie. Bude sa musieť ukryť. Kedykoľvek niečo odmietate, myseľ sa to pokúša skryť. Tak vzniká vedomé a nevedomé. V opačnom prípade je myseľ jednotná, nie je treba žiadne rozdelenie. Vy ale odmietate a vtedy sa myseľ musí rozdeliť a ukryť veci do temnoty, aby ste ich nevideli a nebolo treba odmietat'.

Neodmietajte, nehodno ť te. Buď te len pozorovate ľ mi, nezaujate ý mi svedkami. Nep nepotláčajte. Len pozorujte a dívajte sa. Dívajte sa so súcitom a poranenie sa zahojí.

Nepýtajte sa ma, prečo je to tak - je to prirodzené. Je to presne to isté, ako že sa voda varí pri sto stupňoch. Nikdy sa nepýtate, prečo sa nevarí

pri deväťdesiatich. Jednoducho je to tak, niet o tom pochybností a otázky sú nepodstatné.

To isté platí pre vnútorný svet. Ak sa nezaujate, súcitné vedomie priblíži k poraneniu, toto poranenie sa rozplynie - vyparí. Nie je v tom žiadne prečo. Je to jednoducho prirodzené, tak to je, tak to funguje. Keď to hovorím, hovorím to zo skúsenosti. Vyskúšajte si to, tiež budete môcť túto skúsenosť získať. To je cesta.

III. Vedomie v činnosti

človek, ktorý spí, nemôže byť v ničom totálny. Jete, no nie ste pri tom plne prítomní. Máte tisíce myšlienok, tisíce predstáv, len sa mechanicky napchávate.

Buďte vo svojich činoch totálni! A keď ste totálni, vtedy musíte byť bdelí. Nikto nemôže byť totálny bez toho, aby bol bdelý. Byť totálny znamená nemať žiadne iné myšlienky. Keď jete, tak len jete, ste vtedy celkom "tu", prítomní. Jedlo sa stalo všetkým: už sa len nenapchávate, vychutnávate si to. Telo, myseľ aj duša sú v súlade a vo všetkých troch vrstvách vašej bytosti panuje harmónia, hlboký súlad. Vtedy sa z jedla stáva meditácia. Rovnako z chôdze, z rúbania dreva, z nosenia vody, z varenia. Bezvýznamné činnosti sa zmenia, stávajú sa z nich činy, ktoré žiaria svetlom.

Začnite zo stredu

Treba, aby ste pochopili, že ticho nie je súčasťou mysle. Preto vždy, keď sa povie: "Má tichú myseľ", je to nezmysel. Myseľ nemôže byť nikdy tichá. Samotným bytím mysle je anti-ticho. Myseľ je hlukom, nie tichom. Ak je človek naozaj tichý, potom musíme povedať, že nemá žiadnu myseľ.

Tichá myseľ je protirečenie. Ak myseľ existuje, nemôže byť tichá. A ak je tichá, potom už nejestvuje. Preto zenoví majstri nikdy nepoužívajú výraz tichá myseľ, ale ne-myseľ. Ne-myseľ je ticho. V okamihu, keď je prítomná ne-myseľ, nemôžete cítiť telo, lebo myseľ je kanálom, cez ktorý telo vnímate. Ak je prítomná ne-myseľ, nemôžete mať pocit, že ste telom. Telo pre vedomie zmizne - nejestvuje myseľ ani telo, len rýdze bytie - a ticho je jeho príznakom.

Ako toto ticho dosiahnuť? Ako v tomto tichu prebývať? Pre toho, kto hľadá ticho, je toto najväčší problém, lebo nič z toho čo môžete urobiť, vás nikam nedoviedie, pretože to nie je záležitosť činnosti. Určite ste videli polohu, v ktorej sedí Buddha. Môžete zaujať rovnaká polohu ako on, ale bude to vaša

činnosť. Buddhovi sa však táto poloha "prihodila". Nebola príčinou jeho ticha, bola skôr jeho vedľajším produktom.

Ak myseľ nejestvuje, ak je bytosť úplne tichá, telo ju nasleduje ako tieň. Zaujme určitú polohu - tú najuvoľnenejšiu, najpasívnejšiu. Nemôžete to však urobiť obrátene. Nemôžete najprv zaujať polohu a potom prinútiť ticho, aby nasledovalo. Pretože vidíme Buddha sedieť v určitej polohe, myslíme si, že keď budeme túto pozíciu opakovať, tiež sa dostaví vnútorné ticho. To je však chybný postup. V Buddhovi sa vnútri najprv niečo udialo, a až potom nasledovala táto pozícia.

Pozrite sa na to cez vlastnú skúsenosť: len čo sa začnete hnevať, vaše telo zaujme určitý postoj. Vaše oči zčervenejú, začnete sa určitým spôsobom tváriť. Vo vašom vnútri je zlosť, a potom príde na rad telo - nielen navonok, ale aj vnútorne. Zmení sa chemická rovnováha celého vášho tela. Krv prúdi rýchlejšie, ináč dýchate, ste pripravení bojovať alebo utiecť. Najprv sa však odohrá hnev, až potom príde na rad telo.

Začnite z opačnej strany, nechajte sčervenieť oči, zrýchlene dýchajte, robte všetko čo cítite, že robí telo, keď sa hneváte. Môžete to hrať, ale nedokážete v sebe vyvolať hnev. Herec to robí stále. Keď hrá rolu niekoho zamilovaného, robí všetko, čo robí telo, keď je vnútri láska. Láska tam však nie je. Herec si možno bude počínať lepšie než vy, ale láska sa nedostaví. Môže sa zdanlivo hnevať, viac než sa vy hneváte v skutočnosti, je to však len hrané. Vnútri sa nedeje nič.

Kedykoľvek začnete zvonku, vytvoríte umelý stav. To skutočné sa vždy deje najprv v strede, a potom

vlna dosiahne aj na okraj. Najvnútornejší stred je v tichu. Začnite od neho.

Čin vychádza len z ticha. Ak nie ste tichí, kým neviete, ako ticho sedieť alebo ticho stáť v hlbokkej meditácii, potom všetko čo robíte nie sú činy, ale reakcie. Reagujete. Nieкто vás urazí, "stlačí tlačítko" a vy reagujete. Ste nahnevaní, vrhnete sa naňho - to voláte činom? Uvedomte si, že to nie je čin, je to len reakcia. Ten človek je manipulátorom a vy ste manipulovaní. "Stlačil tlačítko", a vy ste zafungovali ako stroj. Rovnako ako keď stlačíte vypínač a sa rozsvieti alebo zhasne svetlo. To vám ľudia robia - zapínajú vás a vypínajú.

Keď k vám nieкто príde a pochváli vás, nafúkne sa vám ego a vy sa cítite skvelo. A potom príde nieкто, kto vás prepichne a budete splasnutí ležať na zemi. Nie ste svojimi pánmi. Ktokoľvek vás môže uraziť a rozosmútiť, nahnevať, podráždiť, otráviť, vyvolať vo vás agresiu či zúrivosť. A ktokoľvek vás môže velebiť a spôsobiť tak, že sa budete cítiť na vrchole, cítiť takí veľkí, že v porovnaní s vami bol Alexander Veľký nula. Konáte podľa manipulácií ostatných. To nie je skutočné konanie.

Spomeňte si na príhodu s Buddhom, keď ho urážali - nereagoval. Keď vás niekto urazí, musíte sa stať príjemcom, musíte prijať to čo hovorí, aby ste mohli reagovať. Keď neprijímate, keď ste stále nezaujatí, udržiavate si odstup a ste pokojní, čo môže robiť?

Buddha povedal: "Keď niekto hodí do rieky zapálenú pochodeň, zostane zapálená, kým sa nedotkne hladiny. V okamihu, keď spadne do rieky, oheň je preč - rieka ho uhasí. Stal som sa riekou. Hádzete na mňa urážky - horia, keď ich hádzate, ale v okamihu, keď ku mne doletia, zhasne ich plameň v mojom klúde. Hádzate trne - a z tých sa pri páde do mojich uší stávajú kvety. Moje činy vychádzajú z mojej pravej podstaty."

To je spontánnosť. Vedomý človek, človek s porozumením, koná. Človek, ktorý je nevedomý, mechanický, automatický, reaguje.

A nie je to tak, že by vedomý človek len pozoroval. Pozorovanie je len jedným z aspektov jeho bytosti

- nekoná bez pozorovania. Nechápte to zle, lebo napríklad celá India zle pochopila ľudí ako bol Buddha, a preto sa celá krajina stala nečinnou. Stala sa lenivou, neschopnou, lebo si myslela, že všetci veľkí majstri hovoria: "Ticho sed'te." India stratila energiu, vitalitu, život. Stala sa celkom hlúpou, neinteligentnou, lebo inteligencia sa zostruje len vtedy, keď konáte.

A keď konáte okamih čo okamih zo svojho bdélého vedomia, začne sa vo vás prebúdzat' vysoká inteligencia. Začnete sa ligotať, žiariť, začnete svietiť. Nastane to prostredníctvom dvoch vecí: pozorovania a činnosti, ktorá z neho pramení. Ak sa z pozorovania stane nečinnosť, páchate samovraždu.

Pozorovanie by vás malo priviesť k novému druhu činnosti. Do činnosti sa vnesie nová kvalita. Pozorujete, ste úplne pokojní a tichí. Vidíte podstatu okolností a z tohto poznania "odpovedáte". Vedomý človek odpovedá, nereaguje. Jeho činy sa rodia z jeho vedomia, nie ako reakcia na vašu manipuláciu. V tom je rozdiel. Preto pozorovanie a spontánnosť nie sú nezlučiteľné. Pozorovanie je počiatkom spontánnosti, spontánnosť predstavuje naplnenie pozorovania.

Ozajstný človek, s porozumením, koná - koná fantasticky, koná totálne, koná v prítomnom okamihu, zo svojho bdélého vedomia. Je ako zrkadlo. Normálny, nevedomý človek nie je ako zrkadlo, je ako fotografická doska. Aký je rozdiel medzi zrkadlom a fotografickou doskou? Fotografická doska, len čo je raz exponovaná, je nepoužiteľná. Prijme odtlačok, ktorý sa do nej zaznamená, poniesie v sebe obraz. Nezabudnite, že obraz nie je realita, lebo realita sa stále vyvíja. Môžete ísť do záhrady a vyfotografovať si ker ruží. Fotografia bude rovnaká zajtra, pozajtra, ... Vráťte sa a pozrite sa na ker - ten už rovnaký nebude. Život nikdy nie je statický, stále sa mení. Vaša myseľ funguje ako

kamera, stále zbiera fotografie - je to fotoalbum. A potom podľa týchto fotografií reagujete. Tak v zhode so životom nie ste, lebo všetko čo robíte, je zle. Nikdy to "nesedí".

Jedna žena ukazovala svojmu dieťaťu rodinné album a narazili na fotografiu krásneho muža - husté vlasy, brada, mladý, prekypujúci životom. Dieťa sa spýtalo: "Kto je ten ujo?" Žena odpovedala: "Čo ho nepoznávaš? To je tvoj otecko!"

Dieťa neisto povedalo: "A kto je ten plešatý ujo, čo s nami žije?"

Fotografia je statická. Zostáva taká, nikdy sa nezmení.

Bežná, nevedomá myseľ funguje ako fotoaparát, je ako fotografická doska. Bdelá, meditatívna myseľ funguje ako zrkadlo. Neprijíma do seba žiadny odtlačok, zostáva stále celkom prázdna. Zrkadlo odráža všetko, čo sa pred ním objaví. Keď stojíte pred zrkadlom, odráža vás. Keď odídete, už vás neodráža. Ak sa doň pozrie niekto iný, odráža jeho. A keď pred ním nestojí nikto, neodráža nikoho. Je vždy v súlade so životom.

Naučte sa ticho sedieť, staňte sa zrkadlom. Ticho robí z vášho vedomia zrkadlo a vtedy v každom okamihu konáte, odrážate život. Nenesiete vo svojej hlave fotoalbum. Vaše oči sú jasné a úprimné, máte jasnosť, vidíte a ste vždy v súlade so životom. To je pravý spôsob života.

Buďte spontánni

Keď konáte, konáte vždy cez svoju minulosť. Konáte podľa skúseností, ktoré ste nazbierali, konáte podľa záverov, ku ktorým ste v minulosti dospeli. Ako takto môžete byť spontánni?

Vládne vám minulosť a vy kvôli nej nedokážete vidieť prítomnosť. Vaše oči sú naplnené minulosťou a dym minulosti je taký hustý, že vôbec nevidno. Ste skoro slepí, slepí kvôli tomu dymu, slepí kvôli minulým záverom, slepí kvôli vedomostiam.

Človek s mnohými vedomosťami je tým najzaslepenejším človekom na svete. Pretože jeho činy vychádzajú zo znalostí, nevidí, ako sa veci skutočne majú. Koná len mechanicky. Niečo sa naučil, a z toho sa v ňom vytvoril šablónovitý mechanizmus, podľa ktorého koná.

Boli kedysi dva chrámy, ktoré medzi sebou súperili. Obaja kňazi sa navzájom tak neznášali, že keď sa stretli, ani na seba nepozreli.

Každý kňaz mal chlapca, ktorý mu posluhoval a vybavoval rôzne pochôdzky. Kňaz prvého chrámu povedal svojmu chlapcovi: "Nikdy sa nebav s tým druhým chlapcom. Tí ľudia môžu byť nebezpeční."

Ale chlapci sú chlapci. Jedného dňa sa stretli na ceste a chlapec z prvého chrámu sa spýtal toho druhého: "Kam ideš?"

Ten odpovedal: "Kam ma vietor zaveje." Zrejme v chráme počúval zenové učenia.

Prvý chlapec bol prekvapený, že sa nezmohol na odpoveď a cítil sa zahanbený. Pomyslel si: "Môj master mal pravdu, nemal som s ním hovoriť."

Išiel za svojím majstrom a povedal mu, čo sa stalo.

Majster povedal: "Veď som ti vravel. Ale vieš čo? Až zajtra príde a odpovie: 'Kam ma vietor zaveje',

spýtaj sa: 'A kam ideš, keď neveje vietor?'"

Na druhý deň čakal na rovnakom mieste a keď chlapec prišiel, zase sa spýtal: "Kam ideš?"

Lenže druhý chlapec povedal: "Na trh pre zeleninu."

Čo teraz s naučenou filozofiou?

Život je práve taký, nedokážete sa naň pripraviť, neustále sa mení a vždy vás zaskočí. Preto je život zavádzajúci pre každého človeka s mnohými vedomosťami. Taký človek má na všetko pripravenú odpoveď - z Bhagavadgíty, Koránu, Biblie, Véd. Nabíľoval si odpovede. Lenže život sa nikdy nepýta na to isté, preto učený človek nikdy neuspeje.

Buďte rozhodní

Mysel nikdy nie je rozhodná. Nie je to vec mysle jedného či druhého človeka. Mysel je nerozhodnosť. Mysel kolíše medzi dvoma opačnými pólmi a snaží sa nájsť, ktorý z nich je tou správnou cestou. Je to, akoby ste sa snažili nájsť dvere so zatvorenými očami. Budete váhať - vydať sa tadeto alebo tamtade? Vždy budete v stave buď-alebo. Taká je podstata bežnej mysle.

Jedným z významných dánskych filozofov bol Sören Kierkegaard. Napísal knihu "Buď - alebo". Bola to jeho životná skúsenosť, lebo sa nikdy nemohol v ničom rozhodnúť. Vždy, keď sa rozhodol pre jednu cestu, pripadala mu správna tá druhá. Neoženil sa, hoci mal príležitosť. Rozhodoval sa, až zomrel slobodný.

Žil len štyridsaťdva rokov a stále argumentoval, diskutoval, ale nenašiel odpoveď, ktorú by bolo možné považovať za konečnú, ktorá by nemala svoj rovnocenný protipól. Nikdy sa neodhodlal stať profesorom, hoci na to mal tie najlepšie predpoklady - vydal veľa kníh, ktoré sú moderné aj po sto rokoch. Ale nedokázal podpísať žiadosť - kvôli buď-alebo - rozšíriť univerzitné rady alebo nie? Po jeho smrti sa v jeho izbe našla nepodpísaná žiadosť.

Jeho otec predal všetky obchody a peniaze uložil na účet, aby každý mesiac mohol dostávať nejakú sumu peňazí, aby mohol aspoň prežiť. A v deň, keď si vybral pravidelnú sumu a všetky peniaze sa práve minuli, sa pri návrate domov na ulici zrútil a zomrel. S poslednou sumou! Konečne urobil správnu vec - lebo čo za mesiac?

Písal knihy, ale nevedel sa rozhodnúť, či ich vydať. Zanechal veľa cenných, no nevydaných kníh. Každá preniká hlboko do podstaty vecí. Nech písal o čomkoľvek, dostal sa až k samým koreňom - génius, no génius mysle.

S mysl'ou je problém, a čím bystrejšiu myseľ máte, tým väčší problém bude. Menej chápacích myslí sa to tak netýka. Je to myseľ génia, ktorá je zakliesnená medzi dvoma polaritami a nedokáže sa rozhodnúť a cíti sa v neistote.

Hovorím vám, že neistota je podstatou mysle. Kolísat' medzi dvoma odlišnými protipólmi je jej prirodzenosťou. Kým od nej nepoodstúpíte a nestanete sa pozorovateľmi všetkých jej hier, nebudete nikdy rozhodní. A hoci sa napriek myslí rozhodnete, budete ľutovať, lebo tá druhá polovica, pre ktorú ste sa nerozhodli, vás bude prenasledovať: možno to bola tá správna voľba a táto je chybná. A nie je spôsob ako to spoznať. Možnože voľba, ktorú ste zavrhlí bola lepšia, ale aj keby ste sa rozhodli pre ňu, situácia by bola rovnaká.

Myseľ je v podstate počiatkom šílenstva. A keď v nej budete príliš ponorení, tak vás k nemu doženie.

U nás v dedine som býval oproti zlatníkovi. Sedával som oproti jeho obchodu a zistil som, že má čudný zvyk: zamkol svoj obchod a potom dvakrát či trikrát zaťahal za zámok, aby zistil, či je naozaj zamknuté. Jedného dňa som sa vracal od rieky a zlatník práve zamkol svoj obchod, ako vždy skontroloval zámok a išiel domov.

Povedal som mu: "Myslím, že ste neskontrolovali zámok", hoci som videl, že to urobil.

Odpovedal: "Čože? Asi som zabudol, musím sa vrátiť." Vrátil sa a zámok znova skontroloval.

Stala sa z toho moja zábava. Kamkoľvek išiel, napríklad na trh, išiel som za ním a povedal som mu:

"Čo tu robíte? Neskontrolovali ste zámok!"

Pustil zeleninu a povedal: "Hneď sa vrátim, najprv musím skontrolovať zámok."

Veril mi, lebo som vždy sedel pred jeho domom.

Postupne sa o tom všetci dozvedeli, takže kdekoľvek prišiel, ľudia mu hovorili: "Kam idete? Skontrolovali ste si zámok?"

Nakoniec sa na mňa nahneval a povedal: "Musíš o tom všade hovoriť?"

Odvetil som: "Nepočúvajte ich, nech si hovoria, čo chcú."

On na to: "To sa povie, nepočúvajte. Ak majú pravdu, som stratený. To nemôžem riskovať. Aj keď kdesi vnútri viem, že som ho skontroloval, nedokážem si byť istý."

Mysel' si nie je ničím istá. Ak budete stáť medzi dvoma polaritami mysle, v neistote - stále pred rozhodnutím či niečo urobiť alebo nie - zbláznite sa. Než sa to stane, vyskočte von a pozrite sa na myseľ zvonku.

Uvedomujte si myseľ, jej svetlé i temné stránky, to dobré i zlé. Nech ide o akúkoľvek polaritu, len si ju uvedomujte. Výsledkom tohto uvedomovania budú dve veci: po prvé poznanie, že nie ste mysl'ou, a po druhé, že bdelé vedomie má rozhodnosť, ktorá myslí chýba.

Mysel' je vo svojej podstate nerozhodná a vedomie je vo svojej podstate rozhodné. Preto každý čin, ktorý vychádza z bdelého vedomia je totálny a bez ľútosti.

Ja som vo svojom živote ani raz znova nerozmýšľal, či by niečo iné nebolo lepšie. Nikdy som neľutoval. Nikdy som si nepomyslel, že som urobil nejakú chybu, lebo nezostal nikto, kto by také veci hovoril. Moje činy vychádzajú z môjho bdelého vedomia a to je celá moja osobnosť. Nech sa stane čokoľvek, je to jediné možné. Svet si môže hovoriť, že je to dobré alebo zlé, to je jeho vec. Môj problém to však nie je.

Bdelé vedomie vás teda vyvedie z neistoty. Namiesto toho, aby ste tápali medzi dvoma polaritami mysle, sa nad ne povznesiete a budete môcť vidieť, že sú polaritami len vtedy, keď ste ponorení v myslí. Ak stojíte mimo nej, s prekvapením zistíte, že sú len dvoma stranami tej istej mince - problém rozhodnutia nikdy nejestvoval.

S bdelým vedomím získavate jasnosť, totalitu, uvoľnenie - rozhoduje vo vás existencia. Nemusíte rozmýšľať o tom, čo je správne a čo zlé. Existencia vás vezme za ruku a vy sa pohybujete uvoľnene. To je jediný správny spôsob. A je to jediná cesta, ako môžete byť duševne v poriadku. V opačnom prípade budete stále v zmätku.

Søren Kierkegaard je teda veľkým mysliteľom, ale ako kresťan nemal žiadnu koncepciu bdelého vedomia. Dokáže rozmýšľať, a to veľmi hlboko, ale nedokáže byť tichý, prítomný a pozorovať. Ten chudák nikdy nepočul o pozorovaní, o sledovaní, o bdelom vedomí. Jediné o čom sa dopočul bolo rozmýšľanie a do neho vložil celú svoju genialitu. Dokázal vytvoriť veľkolepé knihy, ale nedokázal si vytvoriť veľkolepý život. Žil v naprosto biednom stave.

Dokončujte každý okamih

Prečo sú potrebné sny? Ak ste chceli niekoho zabiť, ale nezabili ste, zabijete ho vo svojom sne. Nehovorím, že máte ísť a toho človeka zabiť, aby ste nemuseli o tom snívať! Pamätajte si však toto: ak chcete niekoho zabiť, zatvorte sa do izby, meditujte o zabíjaní a vedome ho zabite. Keď hovorím: "Zabite ho", mám tým na mysli, aby ste zabili napríklad vankúš. Urobte z neho podobizeň toho človeka a zabite ho. Toto vedomé úsilie, táto vedomá meditácia, vám poskytne hlboký vhľad do vašej bytosti.

Majte na pamäti jedno: dokončujte každý okamih. Prežívajte každý okamih tak, akoby už nemal nastať žiadny ďalší. Len tak ho dovediete do konca. Vedzte, že smrť môže prísť kedykoľvek. Táto chvíľa môže byť vašou poslednou. Precitujte: "Keď musím niečo urobiť, musím to urobiť úplne tu a teraz!"

Počul som príbeh o jednom gréckom generálovi. Z nejakého dôvodu bol kráľ proti nemu. V deň generálových narodením došlo na kráľovskom dvore k nevydarenému spiknutiu. Generál slávil svoje narodeniny s priateľmi, keď zrazu popoludní prišiel kráľov pobočník a oznámil generálovi: "Kráľ sa rozhodol, že dnes večer o šiestej máte byť popravený. Buďte pripravený."

Boli tam jeho priatelia, hrala hudba. Pilo sa, jedlo a tancovalo. Mal narodeniny. Táto správa zmenila celú atmosféru. Všetci zosmutneli. Generál však povedal: "Teraz nebuďte smutní, lebo toto budú posledné chvíle môjho života. Dokončíme teda tanec, ktorý sme začali, dokončíme našu oslavu. V budúcnosti by sme ju už dokončiť nemohli. A nelúčte sa so mnou v takej smutnej nálade, lebo ináč bude moja myseľ stále znova túžiť po živote a bude ju ťažiť prerušená hudba a prerušená slávnosť. Dokončíme ju teda. Teraz nie je čas skončiť."

Aj keď to bolo ťažké, kvôli nemu tancovali. On sám tancoval s ešte väčšou energiou a ešte väčšou radosťou, akoby tam celá spoločnosť ani nebola. Jeho žena plakala, on však tancoval ďalej, ďalej hovoril so svojimi priateľmi. Bol taký šťastný, že sa posol vrátil ku kráľovi a povedal mu: "Ten muž je

výnimočný. Vypočul si vašu správu, ale nie je smutný. Prijal to celkom nepochopiteľne. Smeje sa a tancuje, raduje sa a hovorí, že keďže sú to jeho posledné chvíle a nemá žiadnu budúcnosť, nemôže ich premárniť, musí ich prežiť."

Sám kráľ sa išiel pozrieť, čo sa tam robí. Každý bol smutný, každý plakal. Tancoval, pil a spieval len generál. Kráľ sa ho spýtal: "Čo to robíš?"

Generál odvetil: "Mojou životnou zásadou bolo, aby som si bol neustále vedomý, že smrť môže prísť kedykoľvek. Vďaka tomu som každý okamih prežil tak naplno, ako sa len dalo. Dnes ste to však vyjasnili. Som vás vďačný, lebo až doteraz som si len myslel, že smrť môže prísť kedykoľvek. Bola to len myšlienka. Kdesi v pozadí sa skrývalo presvedčenie, že k tomu nedôjde hneď v nasledujúcom okamihu. Existovala budúcnosť. Vy ste mi však budúcnosť definitívne vzali. Tento večer je posledný. Život je teraz taký krátky, že ho nemôžem odkladať."

Kráľa to veľmi dojalo a stal sa žiakom toho muža. Povedal: "Uč ma! Takto by sa mal žiť život, to je umenie. Nauč ma, ako žiť v prítomnom okamihu!"

Odkladáme. A z toho odkladania sa stáva vnútorný dialóg, vnútorný monológ. Neodkladajte. Žite práve "tu a teraz". A o čo viac budete žiť v prítomnosti, o to menej budete potrebovať to neustále stráženie sa, to neustále rozmýšľanie. Jestvuje len kvôli odkladaniu - a my odkladáme úplne všetko. Stále žijeme v zajtrajšku, ktorý nikdy neprichádza a ktorý ani prísť nemôže. To čo prichádza, je vždy dnešok, a my ho neustále obetujeme zajtrajšku, ktorý neexistuje. Ďalej myseľ rozmýšľa o minulosti, ktorú ste zničili a obetovali niečomu, čo neprišlo. A potom opäť odkladá kvôli zajtrajškom.

Myslíte si, že to čo ste dnes zmeškali, doženiete niekedy v budúcnosti. Nedoženiete! Toto neustále napätie medzi minulosťou a budúcnosťou, toto neustále premeškávanie prítomnosti, predstavuje vnútorný hluk. Kým neustane, nemôžete sa ponoriť do ticha. Preto, po prvé, snažte sa byť v každom okamihu totálni.

A po druhé, vaša myseľ je taká hlučná preto, lebo si stále myslíte, že to robia ostatní, že vy za to zodpovednosť nenesiete. Preto si myslíte, že v lepšom svete - s lepším mužom či ženou, s lepšími deťmi, domom, krajom, ... - bude všetko v poriadku a vy budete tichí. Ako by ste mohli byť, keď si myslíte, že zlé je všetko okolo vás?

Keď uvažujete takto, ak je takáto vaša logika, potom ten lepší svet nikdy nepríde. Svet je všade rovnaký, všade sú rovnakí susedia, rovnaké ženy a muži,

rovnaké deti. Môžete si vytvoriť ilúziu, že niekde existuje nebo, lenže všade je len peklo - s takouto mysl'ou je peklo všade. Mysel' je peklo.

Raz večer sa Mula Nasredin a jeho žena vrátili domov a ich dom bol vykradnutý. Mulova žena začala kričať a nariekať a potom povedala Mulovi: "To je tvoja vina! Prečo si neskontroloval, či je zamknuté, kým sme odišli?"

To sa už okolo nich zbehli všetci susedia. Jeden sused povedal: "Vždy som to čakal. Prečo si to nečakal

ty? Ako si mohol byť taký ľahkomyselný!" Druhý sused sa pridal: "Tvoje okná boli otvorené. Prečo si ich nezavrel, kým ste odišli?" Tretí povedal: "Zámky na dverách sú staré. Prečo si ich nevymenil?" Všetci zval'ovali vinu na Nasredina. Ten povedal: "Počkajte! Ja za to nemôžem."

Všetci susedia sa zborovo spýtali: "A kto teda?"

Mula odvetil: "Hádam ten zlodej, nie?"

Mysel' neustále obviňuje niekoho iného. Mulova žena vinila Mulu Nasredina, všetci susedia vinili Mulu Nasredina, a pretože on nemohol zvaliť vinu na nikoho z prítomných, tak ju zvalil na zlodeja.

Neustále zval'ujeme vinu na iných. Dáva nám to iluzórny pocit, že nie sme zlí. Zlý je niekto iný, niekde inde. Tento postoj je jedným zo základných postojov našej mysle. Za všetko môže niekto iný a keď nájdeme obetného baránka, sme v pohode. Odhodili sme svoje bremeno.

Hľadajúcemu však takéto myslenie nepomôže, naopak, je prekážkou. Musíte si uvedomiť, že nech je situácia akákoľvek, nech sa vám deje čokoľvek, nesiete za to zodpovednosť vy, nikto iný. Keď ste zodpovední sami, môžete niečo urobiť. Ak je zodpovedný niekto iný, nemôžete urobiť nič.

To je rozdiel medzi zbožnou a bezbožnou mysl'ou. Bezbožná mysel' si vždy myslí, že zodpovednosť nesie niekto iný - zmeňte spoločnosť, zmeňte pomery, zmeňte ekonomické podmienky, zmeňte politickú situáciu, niečo zmeňte a všetko bude v poriadku. Všetko sme zmenili už toľkokrát, no v poriadku nie je nič. Zbožná mysel' hovorí, že kým máte takú mysel', potom nech bude situácia akákoľvek, budete v pekle, budete v mizernom stave. Nebudete schopní dosiahnuť ticho.

Prijmite zodpovednosť. Buďte zodpovední, lebo len vtedy môžete niečo urobiť. Niečo urobiť môžete len sami so sebou. Nemôžete zmeniť nikoho iného na svete, len seba. To je jediná mysliteľná revolúcia. Jediná mysliteľná transformácia je tá vaša. O tej však môžeme uvažovať len vtedy, keď cítime, že zodpovednosť nesieme my sami.

Prestaňte sa snažiť byť dobrí

Jediným hriechom je stav bez bdelého vedomia a jedinou cnosťou je bdelé vedomie. Čo sa neurobí v bdelom vedomí, je hriechom. Čo sa urobí prostredníctvom bdelého vedomia, je cnosťou. Ak ste bdelo vedomí, nemôžete vraždiť, ak ste bdelo vedomí, je nemožné, aby ste boli násilní. Nie je možné znásilňovať, kraďnúť, mučiť. Len vtedy, keď prevláda nevedomie, vstupujú do vás v jeho temnote všetci nepriatelia.

Buddha povedal: "Kým je v dome svetlo, zlodej sa mu vyhýba, kým bdie strážnik, zlodeji sa o nič nepokúsia. A kým sa po dome pohybujú ľudia a dom sa neponoril do spánku, nemôže zlodej do domu vniknúť, ani o tom uvažovať."

Podobne je to s vami: ste domom bez svetla. Bežný človek funguje mechanicky - homo mechanicus. Človekom ste len podľa názvu, ináč ste vycvičeným, zručným strojom a všetko, čo urobíte, bude zle. Naozaj všetko čo urobíte, lebo keď ste nevedomí, ani vaše cnosti nebudú cnosťami. Ako môžete byť cnostní, keď ste nevedomí? Za vašou cnosťou bude veľké, obrovské ego.

Dokonca aj vaša svätosť, ktorú ste nacvičili a s veľkou námahou a úsilím rozvinuli, bude zbytočná. Neprinesie totiž prostotu ani pokoru, ani ten skvostný zážitok Boha, ku ktorému dochádza len vtedy, keď sa rozplynie ego. Budete žiť úctyhodný život svätého, ale budete rovnako úbohí ako ktokoľvek iný - vnútorne prehnití, vnútri budete nezmyselnou existenciou. To nie je život, to je živorenie. Vaše hriechy budú hriechmi a vaše cnosti tiež budú hriechmi. Vaša nemorálnosť bude nemorálnosťou a vaša morálnosť tiež bude nemorálnosťou.

Neučím morálku a neučím cnosti, lebo viem, že bez bdelého vedomia je to len samolúboosť a pokrytectvo. Robia vás falošnými. Neoslobodzujú vás, nemôžu vás oslobodiť. Práve naopak, spútavajú vás.

Stačí jediné: tým hlavným kľúčom je bdelé vedomie. Odomyká všetky zámky existencie. Bdelé vedomie znamená, že žijete každým okamihom, bdelí, každú sekundu si uvedomujete sami seba i všetko, čo sa okolo vás deje. Ste ako zrkadlo, ktoré všetko odráža - a odrážate tak dokonale, že každý čin, ktorý sa zrodí z tohto odrazu, je správny, lebo je v súlade, v harmónii s existenciou.

V skutočnosti čin nevzniká vo vás, nie ste jeho konateľom. Vzniká v dokonalom kontexte, sú doň zapojené všetky okolnosti, vy aj všetci ostatní. Z tejto celistvosti sa rodí čin. Nie je to váš čin, vy ste sa nerozhodli, že ho takto vykonáte. Nie je to vaše rozhodnutie, váš nápad, nie je v tom vaša osobnosť. Nevykonávate ho, len ho nechávate, aby sa stal.

Je to podobné, ako keď sa ráno prechádzate a na cestičke stretnete hada. Nemáte čas rozmýšľať, môžete len zrkadliť. Nemáte čas, aby ste sa rozhodli,

čo urobiť - okamžite uskočíte! Všimnite si slovo okamžite - nestratíte ani jediný okamih. Okamžite uskočíte nabok. Neskôr sa môžete posadiť pod strom a rozmýšľať o tom čo sa stalo, čo ste vykonali, a byť spokojní, ako ste to dobre zvládli. V skutočnosti ste to však nezvládli vy - stalo sa to. Vyšlo to tak zo všetkých súvislostí. Vy, had, nebezpečenstvo smrti, sebazáchova, je v tom zapojených tisíc vecí. Celá situácia vyvolala čin. Vy ste boli len prostredníkom.

Taký čin odpovedá. Nie ste jeho konateľom. Z náboženského pohľadu by sa dalo povedať, že ho za vás vykonal Boh. Celok konal prostredníctvom časti.

To je cnosť. Taký čin nebudete nikdy ľutovať. A je to naozaj oslobodzujúci čin. Len čo sa raz stane, je u konca. Opäť môžete slobodne konať. Nebudete ho vláčiť vo svojej hlave. Nestane sa súčasťou vašej psychologickéj pamäti, nezanechá vo vás žiadne poranenie. Bol taký spontánny, že po ňom nezostane ani stopy. Taký čin sa nikdy nestane vašou karmou. Nikdy na vás nezanechá ani škrabnutie. Čin, z ktorého sa stáva karma nie je skutočným činom, ale reakciou - reakciou, ktorá vychádza z minulosti, z pamäti, z myslenia. Vy rozhodujete, vy si vyberáte. Nevychádza z bdélého vedomia, ale z nevedomia. Je to úplný hriech.

Celým mojím posolstvom je to, že nepotrebuje charakter, ale bdelé vedomie. Bdelé vedomie je skutočné, charakter je umelý. Charakter potrebujú tí, ktorí nemajú bdelé vedomie. Keď máte oči, nepotrebuje slepeckú paličku, aby ste našli cestu, nemusíte pred sebou šmátrať. Keď vidíte, nepýtate sa ostatných, kde sú dvere.

Charakter je potrebný, lebo ľudia sú nevedomí. Charakter je len mazivo. Pomáha vám, aby ste svoj život viedli plynule. Gurdijev hovorieval, že charakter je ako nárazník na železničnom vagóne alebo tlmič na aute. Presne to je charakter - tlmič nárazov.

Ľuďom sa káže, aby boli pokorní. Keď sa naučíte byť pokorní, je to ako tlmič nárazov. Tým, že sa naučíte byť pokorní, budete sa môcť chrániť pred egami ostatných. Nebudú vás natoľko zraňovať. Ak ste egoistickí, budete stále zraňovaní, lebo ego je veľmi citlivé, a preto zakryjete svoje ego prikrývkou pokory. Pomáha to, dáva vám to určitú vyrovnanosť, nijako vás to však netransformuje.

Moja práca spočíva v transformácii. Je to alchymistická škola. Chcem, aby ste sa zmenili z nevedomých na bdelo vedomých, prešli z temnoty do svetla. Nemôžem vám dať charakter. Môžem vám dať len vhľad, bdelé vedomie. Želal by som si, aby ste žili v každom okamihu, a nie podľa šablóny, ktorú vám dám ja alebo spoločnosť, cirkev či štát. Želal by som si, aby ste žili podľa slabej žiary svojej bdelosti, podľa vlastného bdélého vedomia.

Charakter znamená, že máte pripravené určité odpovede na všetky životné otázky, takže v každej situácii reagujete podľa scenára, a preto to nie je skutočná odpoveď, ale len reakcia. Človek s charakterom reaguje, bdelo vedomý človek odpovedá: okamžite vstrebá do seba situáciu, odrazí realitu takú, aká je, a podľa toho odrazu spontánne koná. Človek s charakterom reaguje, vedomý človek koná. Človek s charakterom je mechanický, funguje ako robot. Má vo svojej mysli počítač naplnený informáciami. Na niečo sa ho spýtate, a z jeho počítača vylezie pripravená odpoveď.

Vedomý človek koná v prítomnom okamihu, nie podľa minulosti či spomienok. Jeho odozva má svoju krásu, prirodzenosť a je v súlade s danou situáciou. Človek s charakterom vždy zlyhá, lebo život sa neustále mení, nikdy nie je rovnaký. A vaše odpovede sú stále rovnaké, nevyvíjajú sa - nemôžu sa vyvíjať, sú mŕtve.

V detstve vám niekto niečo povedal a vo vás to zostalo. Vyrástli ste, život sa zmenil, ale odpoveď, ktorú vám dali rodičia, učitelia alebo kňazi, vo vás zostala. A ak sa niečo stane, budete konať podľa odpovede, ktorú ste dostali pred desiatkami rokov. Lenže za tie desiatky rokov pretieklo Gangou veľké množstvo vody, je to úplne iný život.

Herakleitos povedal: "Nevstúpiš dvakrát do rovnakej rieky." A ja vám hovorím: "Do rovnakej rieky nevstúpíte dokonca ani raz, tak tečie rýchlo."

Charakter je nehybný, je to kaluža špinavej vody. Bdelé vedomie je rieka.

Preto svojim poslucháčom nedávam žiadne pravidlá, podľa ktorých by sa mali chovať. Dávam im oči, aby videli, bdelé vedomie, aby zrkadlili, dávam im bytie, ktoré je ako zrkadlo, aby boli schopní odpovedať na akúkoľvek situáciu, ktorá nastane. Nedávam im žiadne podrobné informácie, čo majú robiť a čo nie. Nedávam im žiadne desatoro príkazaní. Keď začnete dávať príkázania, potom sa nemôžete zastaviť u desiatich, lebo život je omnoho zložitejší.

Buddhistické písma obsahujú tridsaťtritisíc pravidiel pre buddhistického mnícha. Na akúkoľvek situáciu, ktorá kedy môže nastať, majú pripravenú odpoveď. Ale ako si máte zapamätať tridsaťtritisíc pravidiel chovania? Človek, ktorý je dostatočne schopný na to, aby si zapamätal toľko pravidiel chovania, bude dostatočne šikovný aj na to, aby si vždy našiel cestičku von. Ak nebude niečo chcieť urobiť, nájde si cestičku. Ak bude chcieť niečo urobiť, nájde si ju tiež.

O jednom kresťanskom svätcovi som počul, že ho niekto udrel do tváre, lebo počas rannej prednášky povedal: "Ježiš hovorí, že keď vás niekto udrie na jedno líce, nastavte mu druhé." Akýsi muž to chcel vyskúšať, a tak tomu

svätcovi dal poriadne zaucho. Svätec slovo dodržal a nastavil mužovi druhé líce. Ten mu vylepil ešte jednu. No potom bol prekvapený, lebo svätec sa naňho vrhol a začal ho tak biť, až kričal: "Čo to robíte? Ved' ste..."

Svätec odpovedal: "Áno, ale tretie líce nemám, teraz som slobodný a budem robiť čo chcem, lebo Ježiš o tom nič viac nehovorí."

Koľko pravidiel môžete pre ľudí vytvoriť? Je to hlúpe, nezmyselné. Podľa nich môžu byť ľudia zbožní, aj keď zbožní nie sú: vždy si nájdú medzierku, ako sa takým pravidlám a prikázaniám vyhnúť. Vždy si nájdú zadné dvierka. Charakter vám v tom najlepšom prípade môže dať navonok falošnú masku - a dokonca ani nie navonok: len trochu poškriabte svojich svätých a uvidíte zviera, ktoré sa za nimi skrýva. Na povrchu vyzerajú krásne, ale len na povrchu.

Nechcem, aby ste boli povrchní. Chcem, aby ste sa naozaj zmenili. K ozajstnej zmene však dochádza prostredníctvom stredu vašej bytosti, nie prostredníctvom okraja, povrchu. Charakter je nalakovaním povrchu, bdelé vedomie je transformáciou k stredu.

Len čo začnete vidieť svoje nedostatky, začnú opadávať ako suché listy. Viac už nemusíte robiť nič iné. Stačí ich vidieť, uvedomovať si ich. V tomto vedomí sa začnú rozplývať, začnú miznúť.

Človek opakuje nejakú chybu len vtedy, keď si jej nie je vedomý. Aby ste mohli opakovať rovnaké chyby, je nutný stav bez bdelého vedomia - hoci sa budete snažiť zmeniť, budete sa dopúšťať rovnakej chyby v nejakej inej podobe, v inej forme. Chyby majú všemožné veľkosti a podoby! Vymeníte ju, nahradíte, ale nedokážete ju zanechať, lebo hlboko vnútri ju ako chybu nevidíte. No druhí ľudia by vám vedeli rozprávať ...

Preto si každý myslí, aký je krásny, inteligentný, cnostný, zbožný - a nikto s ním nesúhlasí! Je to prosté, dívate sa na ostatných, vidíte ich realitu, ale o sebe máte predstavy, nádherné predstavy. Všetko, čo o sebe viete, je viac-menej výmysel. S realitou to nemá nič spoločné.

Len čo človek zbadá svoje nedostatky, nastane radikálna zmena. Preto všetci buddhovia v minulosti vyučovali jediné - bdelé vedomie. Neučia vás charakter - charakter učia kňazi, politici, ale nie buddhovia. Buddhovia vás učia bdelé vedomie, nie svedomie.

Svedomie je trik, ktorý na vás ostatní nastražili - hovoria vám, čo je správne a čo nesprávne. Vnucujú vám svoje predstavy a vnucujú vám ich od samého detstva. V čase, keď ste boli takí nevinní, zraniteľní a tvárni, že vás mohli ovplyvniť, že vám mohli niečo vštiepiť, tak vás podmieňovali - od samého

počiatku. Tomuto podmieneniu sa hovorí svedomie a toto svedomie ovláda celý váš život. Svedomie je stratégiou spoločnosti, ako vás zotročiť.

Buddhovia učia bdelé vedomie. Bdelé vedomie znamená, že čo je správne a čo nesprávne sa neučíte od ostatných. Nie je treba sa od niekoho učiť, stačí sa len ponoriť do svojho vnútra. Čím hlbšie idete, tým väčšia časť vedomia je oslobodená. Len čo dosiahnete stred, ste takí naplnení svetlom, že temnota zmizne.

Keď do izby prinesiete svetlo, nemusíte tmu vyháňať. Prítomnosť svetla stačí, lebo tma je len nedostatok svetla. A rovnako sú nedostatkom svetla aj všetky vaše pochabosti a bláznovstvá.

Istý muž, prezlečený za Hitlera, prišiel za psychiatrom. "Nič mi nechýba", povedal. "Mám najväčšiu armádu na svete, peňazí koľko chcem, všetok luxus, aký si len dokážete predstaviť." "V čom je teda problém?", spýtal sa psychiater. "V mojej žene", odpovedal muž. "Myslí si, že je pani Nováková."

Nesmejte sa tomu chudákovi. Nie je to nikto iný než vy.

Prišiel zákazník ku krajčírovi a videl, ako zo stropu visí za ruku nejaký muž.

"Čo tam robí?", spýtal sa krajčír.

"To si nevšímajte", odpovedal krajšír, "myslí si, že je žiarovka." "Prečo mu teda nepoviete, že nie je?", pýtal sa prekvapený zákazník. "Mám vari pracovať potme?", odvetil krajčír.

Len čo si uvedomíte, že ste šialení, už šialení nie ste. To je jediné kritérium duševného zdravia. V okamihu, keď si uvedomíte, že ste hlúpi, stali ste sa múdrymi.

Delfská veštiareň vyhlásila Sokrata za najmúdrejšieho muža na svete.

Ľudia mu to bežali zvestovať. Sokrates odvetil: "To je nezmysel. Viem, že nič neviem."

Doniesli to delfskej veštiarne. Veštkyňa sa zasmiala a povedala: "Preto je najmúdrejší. Vie, že nevie."

To, že sa dívame smerom von, je súčasťou ľudskej prirodzenosti. Pozorujeme všetkých, okrem seba. Preto toho vieme viac o ostatných než o sebe. O sebe nevieme nič. Nesledujeme, ako funguje naša myseľ, nie sme vnútri bdelí.

Potrebujete sa otočiť o stoosemdesiat stupňov. Na tom je založená celá meditácia. Musíte zatvoriť oči a začať pozorovať. Spočiatku nájdete len temnotu. Veľa ľudí dostane strach a hrnie sa von, lebo vonku je svetlo.

Áno, vonku je svetlo, lenže toto svetlo vás neosvieti, toto svetlo vám vôbec nepomôže. Potrebuje vnútorné svetlo, svetlo, ktorého zdroj je v samom vašom bytí, svetlo, ktoré nezatienuje ani smrť, svetlo večné. A vy ho máte, máte v sebe ten potenciál! Narodili ste sa s ním, ale schovávate ho. Nikdy sa doň nedívate.

Pretože ste sa von dívali po stáročia, po mnoho životov, stal sa z toho mechanický zvyk. Dokonca aj v spánku sa dívate von, lebo sny sú odrazom vonkajšieho sveta. Keď zatvoríte oči, začnete opäť fantazírovať alebo rozmýšľať, čo znamená, že vás opäť zaujímajú ostatní. Stal sa z toho taký mechanický zvyk, že by ste mohli zazrieť kto ste.

Spočiatku je to ťažký boj, veľká drina. Je to síce ťažké, ale nie nemožné. Ak ste rozhodnutí, ak ste oddaní vnútornému skúmaniu, potom k tomu skôr či neskôr dôjde. Musíte sa len stále prekopávať, nepretržite bojovať s temnotou. Onedlho ňou prejdete a vstúpite do ríše svetla. A toto svetlo je skutočné, omnoho skutočnejšie než svetlo slnka či mesiaca, lebo všetky vonkajšie svetlá sú pominuteľné, dočasné. Dokonca aj Slnko jedného dňa zomrie. Nielen malé lampy vyčerpajú svoj zdroj a ráno pohasnú, ale aj Slnko so svojimi nezmernými zdrojmi každým dňom umiera. Skôr či neskôr sa z neho stane čierna diera. Zomrie a už nebude vyžarovať žiadne svetlo. Nech by žilo akokoľvek dlho, nie je večné. Vnútorné svetlo je večné, nemá počiatok ani koniec.

Nemám v úmysle vám vykladať, aby ste zanechali svoje chyby, aby ste boli dobrí, aby ste zlepšili svoj charakter. Vôbec nie. Váš charakter ma vôbec nezaujíma. Zaujíma ma len vaše bdelé vedomie.

Staňte sa viac bdelými, viac vedomými. Noste sa do svojho vnútra hlbšie a hlbšie, kým nenájdete stred svojej bytosti. Žijete na okraji, a na okraji je vždy rozruch. Čím hlbšie sa budete noriť, tým hlbšie ticho zavládne. A počas týchto zážitkov ticha, svetla a radosti sa váš život začne presúvať do inej dimenzie. Chyby a nedostatky začnú miznúť.

Preto si nelámte hlavu s chybami, omylmi a nedostatkami. Starajte sa len o jedno - všetku svoju energiu nasmerujte k jedinému cieľu, k tomu, ako sa stať viac vedomými, ako sa stať viac prebudenými. Ak do toho vložíte všetku svoju energiu, nevyhnutne sa to stane. Máte na to právo.

Morálka sa zaoberá dobrými a zlými vlastnosťami. Podľa merítok morálky je dobrým človekom ten, kto je čestný, pravdovravný, spoľahlivý a dôveryhodný.

Bdelo vedomý človek nie je len dobrým človekom, je omnoho viac. Pre dobrého človeka je dobrota všetkým. Pre bdelo vedomého človeka je dobrota len vedľajším produktom. Ak si bdelo uvedomujete vlastné bytie, dobrota vás nasleduje ako tieň. Potom sa nemusíte vôbec snažiť, aby ste boli dobrí, dobrota sa stáva vašou prirodzenosťou. Ste dobrí rovnako, ako sú stromy zelené.

"Dobrý človek" však vôbec nie je nutne bdelo vedomý. Jeho dobrota je výsledkom veľkého úsilia, bojuje so zlými vlastnosťami - s túžbou klamať, kraďnúť, s falošnosťou, nepoctivosťou, násilnosťou. Toto všetko je v dobrom človeku len potlačené a môže to kedykoľvek prepuknúť.

Dobrý človek sa môže na zlého zmeniť veľmi ľahko, lebo všetky zlé vlastnosti v ňom existujú, len sú latentné, potlačené silou. Ak sa taký človek prestane snažiť, tieto vlastnosti v jeho živote okamžite prepuknú. Jeho dobré vlastnosti sú len nacvičené, nie prirodzené. Usilovne sa snaží, aby bol čestný, úprimný, aby neklamal, Je to úsilie, je to únavné.

Dobrý človek je stále vážny, lebo sa bojí všetkých zlých vlastností, ktoré v sebe potlačil. A je vážny, lebo hlboko vnútri si želá, aby bol za svoju dobrotu odmenený, uctievaný. Túži, aby bol vážený, úctyhodný. Vaši takzvaní svätí sú väčšinou len dobrými ľuďmi.

Existuje len jediný spôsob, ako presiahnuť "dobrého človeka", a to vnieť do svojej bytosti viac bdelého vedomia. Bdelé vedomie nie je treba vypestovať, už vo vás je, musí len byť prebudené. Keď ste úplne prebudení, potom všetko čo robíte je dobré, a to čo nerobíte, je zlé.

Dobrý človek musí vynakladať ohromné úsilie, aby konal dobre a vyhýbal sa zlu. To zlé ho neustále zvádza. Je to voľba: v každom okamihu si musí vyberať to dobré a nevyberať si to zlé. Vezmite si napríklad človeka ako je Mahátma Gándí - je to dobrý človek, celý život sa usilovne snažil, aby bol na strane dobra. Ale dokonca aj vo veku sedemdesiatich rokov mával erotické sny a prežíval veľké muky: "Čo sa týka doby, keď som bdelý, dokážem sa od sexu celkom oprostiť. Čo ale môžem robiť, keď spím? Všetko, čo cez deň potlačím, sa v noci vráti."

Ukazuje to na jednu vec, a síce na to, že to nikam neodišlo. Je to vo vašom vnútri, vyčkáva to. Vo chvíli, keď sa uvoľníte, vo chvíli, keď zanecháte svoje úsilie - a uvoľniť sa a prestať sa snažiť, aby ste boli dobrými, musíte minimálne v spánku - zo všetkých zlých vlastností, ktoré ste potláčali, sa stanú vaše sny. Vaše sny sú vašimi potlačenými túžbami.

Dobrý človek je v nepretržitom konflikte. Jeho život nie je radostný, nedokáže sa smiať na celé kolo, nedokáže spievať a tancovať. Neustále všetko posudzuje. Jeho myseľ je plná posudzovania a odsudzovania, a pretože sa sám usilovne snaží, aby bol dobrý, súdi ostatných podľa rovnakých merítok. Nedokáže vás prijať takých, akí ste. Dokáže vás prijať len vtedy, ak zodpovedáte jeho kritériám dobroty. A pretože nedokáže prijímať ľudí takých, akí sú, odsudzuje ich. Všetci vaši svätí neprestajne každého odsudzujú. Pre nich ste všetci hriešnikmi.

To nie sú vlastnosti naozaj zbožného človeka. Naozaj zbožný človek neposudzuje ani neodsudzuje. Vie, že žiadny čin nie je dobrý a žiadny čin nie je zlý, že bdelé vedomie je dobré a stav bez neho je zlý. Môžete dokonca urobiť niečo, čo celému svetu bude pripadať dobré, ale zbožnému človeku nie. A môžete vykonať niečo, čo všetci, okrem zbožného človeka, budú odsudzovať. Skutočne zbožný vás odsudzovať nemôže - pretože ste nevedomí, potrebujete súcitiť, a nie súdy. Žiadne odsudzovanie - nezaslúžite si peklo, nikto si nezaslúži peklo.

Len čo dosiahnete dokonale bdelé vedomie, otázka voľby nejestvuje - robíte jednoducho všetko, čo je dobré. Robíte to prirodzene, rovnako, ako vás bez úsilia sprevádza váš tieň. Keď bežíte, tieň beží tiež. Ak sa zastavíte, tieň sa zastaví tiež - no na jeho strane žiadne úsilie nie je.

Nemožno si myslieť, že bdelo vedomý človek je rovnaký ako dobrý. Je tiež dobrý, ale ináč, z iného pohľadu. Nie je dobrý preto, že by sa o to snažil. Je dobrý, lebo je bdelo vedomý. A v bdelom vedomí sa zlé, všetko to odsudzovanie, rozplýva rovnako ako temnota vo svetle.

Náboženstvá sa rozhodli, že zostanú len morálne. Sú to etické pravidlá. Sú užitočné pre spoločnosť, ale nie pre vás, nie sú užitočné pre jednotlivca. Sú vymoženosťou civilizácie, ktorú vytvorila spoločnosť. Keby všetci začali kraďnúť alebo klamať, život by sa samozrejme stal nemožným. Keby každý podvádzal, nemohli by ste vôbec existovať. Na najnižšej úrovni teda spoločnosť morálku potrebuje. Je pre spoločnosť prínosná, nie je však náboženskou revolúciou. Neuspokojte sa len s tým, že budete dobrí.

Zapamätajte si, že ste sa dostali do bodu, v ktorom o tom, čo je dobré a čo zlé, nemusíte rozmýšľať. Samotná vaša bdelosť, samotné vaše bdelé vedomie vás vedie k tomu, čo je dobré, preto nič nepotláčajte. Mahátmu Gándhího by som nenazval bdelo vedomým človekom, len dobrým - a on sa naozaj usilovne snažil o to, aby bol dobrý. Nespochybnujem jeho úmysly, bol však dobrotou posadnutý.

Vedomý človek nie je ničím posadnutý, nemá žiadnu posadnutosť. Je jednoducho uvoľnený, pokojný, tichý a vyrovnaný. Všetko čo vykvitne z jeho ticha je dobré. Je to vždy dobré - žije v bdelom vedomí, bez výberu.

Prekročte normálnu predstavu dobrého človeka. Nebudete dobrí, nebudete zlí. Budete jednoducho pozorní, bdelo vedomí, a potom, nech sa stane čokoľvek, bude to dobré. Dalo by sa povedať, že v dokonale bdelom vedomí dosahujete pravú zbožnosť a dobro je len jedným jej nepatrným vedľajším produktom.

Aby ste jedného dňa mohli nájsť Boha, učí vás náboženstvo, ako byť dobrý. To však možné nie je, lebo žiadny len dobrý človek nikdy pravú zbožnosť nenašiel. Ja učím pravý opak: nájdite zbožnosť a dobro príde samo od seba. A keď dobro príde samo od seba, je krásne, pôvabné, úprimné a skromné. Nežiada žiadnu odmenu na tomto ani na onom svete. Je svojou vlastnou odmenou.

IV. Experimenty v pozorovaní

Ľudia pozorujú len iných, nikdy sa neobťažujú pozorovať sami seba. Je to to najpovrchnejšie pozorovanie. Každý pozoruje, čo robí niekto iný, ako sa oblieka, ako vyzerá, ... Pozoruje každý, nie je to nič, čo by ste do svojho života museli vnieť ako nové. Toto pozorovanie je treba len prehĺbiť, odvrátiť od ostatných a nasmerovať ku svojim vnútorným pocitom, myšlienkam, náladám, a nakoniec k pozorovateľovi samému.

Vo vlaku sedí žid oproti kňazovi. "Povedzte mi, vaša ctihodnosť", vraví žid, "prečo nosíte límček naopak?"

"Pretože som otcom", odvetí kňaz.

"Ja som tiež otcom, a límček tak nenesím."

"No", povie kňaz, "ale ja som otcom tisícov."

"Potom by ste", odpovedá žid, "mali možno nosiť naopak nohavice."

Ak ide o ostatných, sú ľudia veľmi všímaví.

Dvaja muži si vyšli na prechádzku, a zrazu začalo pršať.

"Rýchlo", vraví jeden, "otvor dáždnik".

"To nepomôže", vraví druhý, "môj dáždnik je samá diera."

"Tak načo si ho so sebou bral?"

"Myslel som, že nebude pršať."

Lahko sa smeje absurdnému konaniu druhých, ale smiali ste sa niekedy sami sebe? Pristihli ste sa niekedy, ako robíte niečo absurdné? Nie, seba si vôbec nevšímáte. Všímáte si len ostatných, no to vám nijako nepomôže.

Načasujte sa do bezčasovosti

Keď pred seba položíte hodinky so sekundovou ručičkou a budete ju sledovať, budete prekvapení - nedokážete to ani minútu. Možno pätnásť, dvadsať sekúnd, maximálne tridsať, a potom na to zabudnete, stratíte sa v nejakých iných predstavách. A potom si zrazu spomeniete, že ste sa snažili nezabudnúť. Byť bdely čó i len na minútu je ťažké, preto si človek musí uvedomiť, že to nie je len detská hra. Keď sa budete snažiť uvedomovať si drobné životné udalosti, musíte mať na pamäti, že veľakrát na to zabudnete. Odbehnete k niečomu inému. No až si spomeniete, necítte sa previnilo, lebo je to jedna z pascí.

Keď sa začnete cítiť previnilo, už sa nedokážete vrátiť k uvedomovaniu si, ktoré ste nacvičovali. Netreba cítiť vinu a ľútosť, je to prirodzené, stáva sa to každému hľadajúcemu. Berte to tak, lebo ináč vás polapí ľútosť a pocity viny, že nie ste schopní zostať bdelo vedomí čó i len na pár okamihov a neustále zabúdate. Žiadna vina, žiadna ľútosť, len čó si spomeniete, že ste zabudli čó robíte, vráťte sa jednoducho späť a začnite znova. Nenariekajte a neplačte nad rozliatym mliekom, to je hlúposť.

Džinistický majster Mahávira bol prvým človekom v dejinách, ktorý spočítal, že ak človek dokáže zostať bdely nepretržite štyridsaťosem minút, stane sa osvieteným. Nikto mu v tom nedokáže zabrániť. Len štyridsaťosem minút - lenže je to ťažké aj štyridsaťosem sekúnd!

Bude to nejaký čas trvať, ale pomaly si začnete uvedomovať, že dokážete byť bdelí stále dlhšie - možno na minútu, možno na dve - a budete mať veľkú radosť, že ste bdelí tak dlho. Ale nenechajte sa tou radosťou polapiť, nemyslíte si, že ste niečo dosiahli, lebo sa z toho stane prekážka. Práve takto sa človek stratí - niečo malé dosiahne a myslí si, že už je to v suchu.

Pokračujte v úsilí pomaly, trpezlivo. Nemusíte sa náhliť, máte k dispozícii celú večnosť. Nesnažte sa to urýchliť. Netrpezlivosť vám nepomôže. Bdelé vedomie nie je ako sezónne kvety, ktoré vyrastú za šesť týždňov a potom sú preč. Bdelé vedomie je ako libanónsky céder, ktorý rastie stovky rokov, ale vydrží tisíce a dosahuje výšku aj šesťdesiat metrov.

Bdelé vedomie rastie pomaly, ale rastie. Človek len musí byť trpezlivý.

Ako bude bdelé vedomie rásť, začnete cítiť veľa vecí, ktoré ste predtým necítili. Začnete napríklad vnímať, že máte v tele napätie, ktoré ste si predtým nevedomovali, lebo je jemné. Teraz je však prítomné vaše bdelé vedomie a vy toto jemné, nepatrné napätie cítite. Keď vnímate napätie v ktorejkoľvek časti tela, uvoľnite ju. Až bude celé vaše telo uvoľnené, bdelé vedomie porastie ešte rýchlejšie, lebo tieto napätia sú prekážkami.

A ako vedomie ešte trochu povyrastie, s prekvapením zistíte, že nesnívate len v spánku, že snívanie pokračuje pod povrchom dokonca aj keď bdiete. Pokračuje tesne pod hranicou vašej bdelosti - v ktoromkoľvek okamihu zatvorte oči a uvidíte, ako okolo vás, ako mrak po nebi, pláva nejaký sen. Ale až vtedy, keď sa stanete o niečo viac bdelo vedomými, budete môcť vidieť, že vaša bdelosť stále nie je skutočným prebudením. Za vašimi viečkami sa vznáša sen - ľudia tomu hovoria denné snívanie. Ak sa na chvíľu uvoľnia v kresle a zatvoria oči, sen sa ich okamžite zmocní. Začnú si myslieť, že sa stali prezidentom, alebo že robia niečo veľkolepé, alebo čosi iné, o čom vedia, že vo chvíli, keď snívajú, je to absolútny nezmysel. Vďaka bdelému vedomiu si uvedomíte vrstvy snov, ktoré snívate počas svojho bdelého stavu. A ony sa potom začnú rozplývať rovnako, ako keď do tmavej miestnosti prinesiete svetlo a začne sa rozplývať tma.

Neviditeľný dotyk

Nech budete robiť čokoľvek, prechádzať sa, sedieť, jesť, alebo nebudete robiť vôbec nič, len dýchať, odpočívať a relaxovať, nikdy nezabúdajte, že máte byť len pozorovateľmi.

Budete na to zabúdať znova a znova. Pohltí vás nejaká myšlienka, pocit, emócia, nálada, niečo vás z pozorovania vytrhne. Uvedomte si to a vráťte sa späť do svojho stredu pozorovania.

Urobte z toho nepretržitý vnútorný proces. Budete prekvapení, ako sa zmení kvalita celého vášho života. Môžem pohnúť rukou bez toho, aby som ju pozoroval, ale môžem ňou aj pohnúť a celý pohyb z vnútra veľmi bdelo sledovať. Tie pohyby sú celkom odlišné. Prvý pohyb je mechanický ako pohyb robota, druhý pohyb je vedomý. A ak ste bdelo vedomí, vnímate svoju ruku zvnútra. Ak bdelo vedomí nie ste, poznáte ju len zvonku.

Pretože nie ste pozorovateľmi, poznáte svoju tvár len zo zrkadla, zvonku. Začnite ju pozorovať, pocítite ju zvnútra - a pozorovať zvnútra je neobyčajná skúsenosť. Pozvoľna sa začnú diať zvláštne veci. Myšlienky sa rozplynú, pocity zmiznú, vytratia sa emócie a obklopí vás ticho. Ste ako ostrov uprostred

oceána ticha. Ste len pozorovateľmi, akoby v strede vašej bytosti horel plameň a celých vás prežaroval.

Spočiatku to bude len vnútorná skúsenosť. Pomaly však táto žiara začne presahovať vaše telo a jej lúče začnú dosahovať k ostatným ľuďom. Budete prekvapení a šokovaní, že ostatní ľudia, ak budú aspoň trochu citliví, si okamžite uvedomia, že sa ich dotklo čosi neviditeľné. Keď sa pozorujete a napríklad sa za niekoho postavíte, je skoro isté, že sa bez akejkoľvek príčiny zrazu otočí, obzrie. Keď sa pozorujete, vaša bdelosť začne vyžarovať a zákonite sa človeka pred vami dotkne. A keď sa ho dotkne čosi neviditeľné, obzrie sa. A vy môžete byť tak ďaleko, že naňho ani nedosiahnete rukou.

Môžete si vyskúšať nasledujúci pokus: posaďte sa vedľa niekoho, kto spí, a len ho pozorujte. Ten človek sa náhle zobudí, otvorí oči a rozhliadne sa, akoby sa ho niekto dotkol.

Časom začnete tento dotyk prostredníctvom lúčov aj vnímať. To je to, čomu sa hovorí vibrácia. Nie je to nič hmatateľné. Druhý človek to cíti, a aj vy budete cítiť, že ste sa ho dotkli.

Výraz byť dotknutý (nielen v negatívnom zmysle) je veľmi príznačný. Používate ho bez toho, aby ste chápali, čo znamená, keď poviete, že sa vás niekto dotkol. Nemusí povedať ani slovo. Možno okolo vás len prešiel. Mohol vám len pozrieť do očí a vy sa takým človekom cítite dotknutý. Nie je to len slovo, skutočne k tomu dochádza. A tieto lúče potom začnú vyžarovať k ľuďom, zvieratám, rastlinám aj kameňom, a vy jedného dňa zistíte, že sa zo svojho vnútra dotýkate celého vesmíru.

Vipassaná

Buddhovou cestou bola vipassaná, čo znamená pozorovanie. A Buddha vymyslel jednu z najlepších metód aké existujú, metódu pozorovania dychu. Len pozorovanie dychu. Dýchanie je také jednoduché a prirodzené a prebieha dvadsaťštyri hodín denne. Nemusíte vyvíjať žiadne úsilie. Keď budete opakovať mantru, vtedy budete musieť vyvíjať úsilie, budete sa musieť nútiť. Keď budete vyslovovať "Ram, Ram, Ram", budete sa musieť stále snažiť. A zákonite na to veľakrát zabudnete. Okrem toho je slovo Ram opäť niečo, čo vychádza z mysle, a nič, čo vychádza z mysle vás nemôže priviesť za myseľ.

Buddha objavil niečo úplne iné. Len pozorujte svoj dych - nádych, výdych.

Sú štyri štádiá, ktoré treba pozorovať. Ak ticho sedíte, začnite svoj dych len sledovať, vnímať. Nádych je prvým štádiom. Len čo sa

nadýchnete, dych sa na chvíľku zastaví - to je druhé štádium. Potom sa dych obráti a začnete vydychovať - to je tretie štádium. A keď celkom vydýchnete, dych sa opäť na okamih zastaví - to je štvrté štádium. Potom sa začne cyklus dychu odznova. Ak dokážete pozorovať tieto štyri štádiá dychu, budete prekvapení, ohromení, aký je tento jednoduchý proces zázračný - vďaka tomu, že sa ho nezúčastní myseľ. Pozorovanie nie je vlastnosťou mysle. Pozorovanie je vlastnosťou duše, bdelého vedomia. Pozorovanie v žiadnom prípade nie je mentálnym procesom. Keď pozorujete, myseľ sa zastaví, prestane existovať. Áno, spočiatku veľakrát na pozorovanie zabudnete, myseľ sa vráti a opäť začne hrať svoje

staré hry. Ale kedykoľvek si to uvedomíte, nemusíte sa cítiť previnilo, jednoducho sa len vráťte nazad k pozorovaniu, znova a znova sa vracajte k pozorovaniu svojho dychu. Pozvoľna sa vám do toho obyčajná myseľ bude miešať čoraz menej.

A ak dokážete pozorovať svoj dych nepretržite štyridsaťosem minút, dosiahnete osvietenie. Veru, len štyridsaťosem minút. Myslíte si, že to nie je ťažké. Naopak, je to veľmi ťažké. Za ten čas sa veľakrát stanete obeťou mysle!

Ale pomaly to do seba vstrebávate. Je to umenie, nie vec praxe. Tých pár chvíľ, kedy ste bdelí, je totiž takých neuveriteľne krásnych, takých neskutočne radostných, že len čo ich raz zažijete, budete sa znova a znova chcieť vrátiť späť - z nijakých iných pohnútok, len pre číru radosť z bytia v prítomnosti dychu.

Pamätajte, že to nie je práca s dychom ako v joge - pranajáma. Pri vipassáne nemeníte prirodzený rytmus svojho dychu. Nenadychujete zhlboka, ani nevydychujete ináč než obvykle. Dýchate celkom normálne a prirodzene. Celé vaše vedomie sa musí sústrediť na jediné - na pozorovanie.

A keď dokážete pozorovať svoj dych, môžete začať pozorovať aj iné veci. Keď idete, môžete pozorovať ako idete, keď jete, môžete pozorovať ako jete. A celkom na koniec dokážete pozorovať aj ako spíte. V deň, keď budete schopní pozorovať ako spíte, sa prenesiete do iného sveta. Telo spí a vnútri jasným plameňom horí svetlo. Vaša bdelosť je nedotknutá. Potom pozorujete dvadsaťštyri hodín denne. Naďalej robíte najrôznejšie veci, pre vonkajší svet sa nič nezmenilo, ale pre vás sa zmenilo všetko.

Zenový majster niesol vodu zo studne a akýsi jeho nadšený obdivovateľ, ktorý sa o ňom dopyčul a pricestoval zďaleka, aby ho navštívil, sa ho spýtal: "Kde môžem nájsť majstra tohto kláštora?" Myslel si, že tento tu je služobníkom, ktorý nosí vodu - predsa nenájdete buddhu, ktorý by nosil vodu zo studne, nenájdete buddhu, ktorý by zametal podlahu.

Majster sa usmial a povedal: "Ja som ten, koho hľadáš."

Obdivovateľ nemohol uveriť. "Toľko som o vás počul, ale nedokážem si predstaviť, že nosíte vodu zo studne."

Majster odpovedal: "To je ale to, čo som robieval, kým som sa stal osvieteným. Nosil som vodu zo studne, rúbal drevo. Robieval som to predtým a robím to stále. Pod' so mnou, budem rúbať drevo, dívaj sa na mňa."

"Pred osvietením ste to robili, po osvietení robíte to isté - v čom je rozdiel?"

Majster odpovedal: "Rozdiel je vnútri. Predtým som všetko robil v spánku, teraz to robím vedome. Činnosti sú rovnaké, ale ja už rovnaký nie som. A pretože nie som rovnaký, nie je pre mňa rovnaký ani svet."

Transformácia musí byť vnútorná. To je skutočné zrieknutie sa: starý svet zmizol, lebo zmizlo staré bytie.

Nočná zmena

Snívanie a bdelosť sú dve celkom odlišné veci. Vyskúšajte si jedno: každú noc, až budete zaspávať, až budete napoly bdelí a napoly spať, až budete pomaly upadať do spánku, opakujte si: "Dokážem si uvedomiť, že je to len sen."

Opakujte si to kým nezaspíte. Bude to trvať nejaký čas, ale jedného dňa sa začudujete: len čo táto myšlienka klesne hlboko do vášho nevedomia, budete sen pozorovať ako sen. Už vás nebude držať vo svojej moci. A pomaly, ako sa vaše vaše pozorovanie zintenzívni, sny sa rozplynú. Sú veľmi nesmelé, nechcú, aby ich niekto pozoroval. Existujú len v temnote nevedomia. Len čo pozorovanie vnesie dovnútra svetlo, sny sa začnú vytrácať.

Pokračujte teda v tomto cvičení a môžete sa zbaviť snov. A prekvapí vás, aké to má následky. Po prvé, až sa sny stratia, vaša myseľ nebude počas dňa tárať ako predtým. Po druhé, bude viac v prítomnosti, nie v budúcnosti či v minulosti. Po tretie, vzrastie intenzita, totalita vašich činov.

Snívanie je ako choroba. Je nevyhnutné, lebo človek je chorý. Keď dokážete svoje sny celkom odhodiť, dosiahnete nové zdravie, nové videnie. Časť vašej

nevedomej mysle sa stane vedomou a budete tak silnejšou osobnosťou. Nech urobíte čokoľvek, nebudete to nikdy ľutovať, lebo to urobíte s takým bdelým vedomím, že ľútosť nebude mať žiadny zmysel.

Pozorovanie je tým najväčším kúzlom, aké sa môžete naučiť, lebo môže započat' transformácia celej vašej bytosti.

Keď začnete pozorovať svoje sny, zistíte, že máte päť rôznych typov snov. Prvým typom sú jednoducho nezmysly - a tisíce psychoanalytikov sa týmito nezmyslami zaoberajú. Je to jednoducho nanič. Dochádza k tomu preto, že počas dňa, počas vašej celodennej práce, nazbierate spústu smetí. Rovnako ako sa usadzuje prach na tele a potrebujete sa umyť, usadzuje sa prach aj v mysli. A pretože nie je spôsob ako ju umyť, má myseľ automatický mechanizmus, ktorým sa zbavuje všetkého prachu a smetí. Sen nie je ničím iným než zvráteným prachom, ktorého sa myseľ zbavuje. To je prvý typ snov a súčasne ten najrozšírenejší - skoro deväťdesiat percent. Nevenujte im príliš pozornosť. Ako sa vaše bdelé vedomie bude rozširovať, spoznáte, že je to prach.

Druhým typom snov je niečo ako uspokojovanie potrieb. Existuje veľa potrieb, prirodzených potrieb, ale kňazi a takzvaní náboženský učitelia otrávilí vašu myseľ. Nedovolia vám uspokojiť ani vaše základné potreby. Celkom ich odsúdili a toto odsúdenie sa prenieslo na vás. Preto lačniete po mnohých svojich potrebách a tieto vyhladované potreby sa domáhajú svojho uspokojenia. Sny druhého typu sú len uspokojovaním potrieb. Nech ste svojej bytosti odopreli kvôli kňazom a travičom čokoľvek, bude sa to vaša myseľ pokúšať nejako uspokojiť vo vašich snoch.

Človek by sa mal dívať na potrebu, nie na význam. Význam pochádza z vedomej mysle, potreba z nevedomia - a takto sny druhého typu vznikajú. Ignorujete svoje potreby a myseľ ich potom uspokojuje v snoch. Prečítali ste si "múdre" knihy, a myslitelia vás otrávilí. Vytvarovali vašu myseľ do určitej podoby. Už nie ste otvorení samotnej existencii, zaslepili vás filozofie, prestali ste si všímať svoje potreby. A tieto potreby vyvierajú a tryskajú na povrch v snoch, lebo nevedomie nepozná filozofie. Nevedomie nepozná význam, zmysel. Nevedomie pozná jediné - to, čo vaša bytosť potrebuje uspokojiť. Preto si nevedomie vynúti sny. To sú sny druhého typu. Je veľmi užitočné im porozumieť a meditovať o nich. Nevedomie sa vám totiž snaží povedať: "Nebud' hlúpy! Budeš kvôli tomu trpieť. Nenechaj svoju bytosť hladovať. Nepáchaj pomalú samovraždu tým, že budeš zabíjať svoje potreby."

Pamätajte si: túžby pochádzajú z vedomej mysle, potreby z nevedomej. A rozdiel medzi nimi je veľmi podstatný, je veľmi dôležité, aby ste ho pochopili. Nevedomie nepozná túžby, nestará sa o ne. Čo je túžba? Túžba je výsledkom vášho myslenia, vášho vzdelania a podmienenia. Chceli by ste byť prezidentom

- nevedomie sa tým netrápi. Nevedomie nemá záujem, aby bolo prezidentom, nevedomie zaujíma len to, ako byť spokojnou, organickou jednotou. Vedomá myseľ však hovorí: "Staň sa prezidentom, a ak kvôli tomu, aby si sa ním stal, musíš obetovať svoju lásku, potom ju obetuj. Ak musíš obetovať svoje telo, obetuj ho. Ak musíš obetovať svoj odpočinok, obetuj ho. Najprv sa staň prezidentom." Alebo túžba nahromadiť veľké bohatstvo - to je vedomá myseľ. Nevedomie nepozná bohatstvo, nevedomie pozná len to prirodzené. Je nedotknuté spoločnosťou, je ako zvieratá, vtáci či stromy. Nevedomie nebolo podmienené ani spoločnosťou, ani politikmi. Je stále nepoškvrnené.

Počúvajte sny druhého typu a meditujte o nich. Povedia vám, aké sú vaše potreby. Ak chcete byť skutočne blažení, uspokojte svoje potreby a nestarajte sa o túžby. Ak chcete byť nešťastní, ignorujte potreby a nasledujte túžby. Takto ste sa stali nešťastnými.

Človek, ktorý počúva svoje potreby a koná podľa nich, je ako rieka, ktorá tečie do oceána. Rieka nehovorí či má tiecť na východ alebo na západ. Len hľadá cestu. Západ či východ, na tom nezáleží. Rieka, ktorá tečie do oceána, nepozná žiadne túžby, pozná len svoje potreby. Preto sú zvieratá také šťastné. Nič nemajú, no napriek tomu sú šťastné. A vy máte toľko vecí a ste nešťastní? Veď aj zvieratá vás predčia vo svojej kráse a blaženosti. Čo sa to deje? Zvieratá nemajú vedomú myseľ, ktorá by ovládala a manipulovala ich nevedomie. Sú nerozdelené.

Sny druhého typu vám môžu veľa odhaliť. S týmito snami začínate meniť svoje vedomie, začínate meniť svoje chovanie, svoje životné návyky. Počúvajte svoje potreby, počúvajte všetko, čo vám nevedomie hovorí.

Nikdy nezabudnite, že nevedomie má pravdu, lebo obsahuje múdrosť vekov. Prežili ste milióny životov. Vedomá myseľ patrí tomuto životu. Bola vzdelaná na školách a univerzitách, vytvarovali ju rodina a spoločnosť, do ktorých ste sa narodili. Nevedomie však v sebe nesie skúsenosti zo všetkých vašich životov. Je v ňom vaša skúsenosť z čias, keď ste boli kameňom, keď ste boli stromom, keď ste boli zvieratám - nesie v sebe všetko, celú vašu minulosť. Nevedomie je nesmierne múdre, kým vedomá myseľ je nesmierne hlúpa, lebo vychádza len z tohto života, je veľmi mladá, nemá žiadne skúsenosti. Nie je vyspelá. Nevedomie je nekonečnou múdrosťou. Počúvajte ho.

Celá západná psychoanalýza nerobí nič iné, len počúva sny druhého typu a mení podľa nich vaše životné šablóny. Psychoanalýza pomohla mnohým ľuďom. Má svoje obmedzenia, ale pomáha, lebo minimálne táto časť, počúvanie snov druhého typu, robí váš život uvoľnenejším a menej napätým.

Nasleduje tretí typ snov. Prostredníctvom týchto snov s vami komunikuje nadvedomie. Sny tretieho typu sú vzácne, lebo s nadvedomím sme stratili

všetok kontakt. Nadvedomie však stále prichádza, lebo je vaše. Možno sa stalo oblakom a odplávalo na nebo, rozplynulo sa, možno je naozaj ďaleko, ale stále je vo vás zakotvené.

Posolstvo z nadvedomia je vzácne. Začnete ho vnímať až vtedy, keď sa stanete veľmi bdelymi. Ináč sa stratí v prachu, ktorý myseľ v snoch vyklopáva, a v uspokojovaní želaní, o ktorých myseľ sníva - vo veciach nedokončených, potlačených. No len čo sa stanete bdelymi, bude žiariť ako diamant - úplne odlišný od všetkých ostatných kameňov.

Ak dokážete nájsť a vnímať sen, ktorý prichádza z nadvedomia, pozorujte ho. Meditujte o ňom, lebo vám bude radiť, povedie k vášmu majstrovi. Povedie vás k spôsobu života, ktorý pre vás bude vhodný, povedie vás k správnej disciplíne. Taký sen sa stane múdрым sprievodcom vo vašom vnútri. Prostredníctvom vedomej mysle môžete nájsť majstra, ale taký majster nebude nič viac než učiteľ. Aj pomocou nevedomia môžete nájsť majstra, ale taký majster nebude viac než milenec - zamilujete sa do istej osobnosti, do istého typu. Len nadvedomie vás môže do viesť k správne mu majstrovi. Ten potom nie je len vašim učiteľom. Nie ste pobláznení tým čo hovorí, nie ste pobláznení tým, aký je. Je to skôr naopak. Nadvedomie vás vedie a napovedá vám, že vám tento človek bude vyhovovať, že vám poskytne pravú príležitosť k rastu, že sa pre vás môže stať úrodnou pôdou. Potom je štvrtý typ snov. Tieto sny prichádzajú z minulých životov. Nie sú príliš vzácne, prichádzajú často. Vaše vnútro je však v úplnom chaose a nedokáže rozlišovať. Nie ste v ňom prítomní, aby ste rozlišovali.

Na Východe sme s týmito snami intenzívne pracovali. Vďaka nim sme narazili na fenomén reinkarnácie. Vďaka týmto snom si pomaly začnete uvedomovať svoje minulé životy - vraciate sa späť, naspäť časom. Potom sa vo vás začne veľa vecí meniť. Ak si dokážete spomenúť, aj keď len vo sne, kým ste boli v minulom živote, veľa vecí stratí svoj význam a veľa nových vecí ho získa. Váš celkový vnútorný obraz sa zmení.

V priebehu minulého života ste nahromadili obrovské bohatstvo a zomreli ste ako boháči, ale hlboko vnútri ako žobráci. A v tomto živote robíte to isté. No zrazu sa váš vnútorný obraz zmení. Keď si dokážete spomenúť čo ste robili a ako sa to všetko stratilo, keď si dokážete spomenúť na niekoľko svojich životov, budete prekvapení, že ste nikdy neurobili nič nové. Zistíte, že stále znova a znova opakujete to isté, že ste ako zaseknutá gramofónová platňa, chodíte v začarovanom kruhu, začínate a končíte rovnako. Opakovane ste hromadili bohatstvo, opakovane ste sa snažili dosiahnuť moc, opakovane ste nadobudli zbytočne veľa vedomostí. Znova a znova ste sa zamilovávali a vždy znova vám láska priniesla rovnaké trápenie. Ako môžete zostať rovnakí, keď

vidíte, že sa to neustále opakuje? Váš život sa zrazu zmení. Nedokážete už zostať v starých vychodených koľajach.

Preto sa tisíce rokov ľudia na Východe pýtajú: "Ako vyviaznúť z tohto kolobehu života a smrti?" Zdá sa, že je to stále znova rovnaký príbeh, jeho opakovanie. Keď to neviete, myslíte si, že robíte čosi nové a veľmi vás to vzrušuje. No ja vidím, že stále dokola len opakujete to isté.

Idete stále rovnakou cestou. Pretože zabúdate na minulosť, cítite toľko vzrušenia. Len čo si spomeniete, všetko vzrušenie opadne. Pri tom rozpamätaní sa dochádza k sannjase. Sannjasa znamená usilovanie o to, aby ste sa dostali z vychodených koľají, aby ste vyskočili z kolobehu. Znamená, že si poviete: "Dost', stačilo! Tohto starého nezmyslu sa už odmietam účastniť. Končím." Sannjasa je dokonalé vystúpenie z kolobehu - nie zo spoločnosti, ale z vášho vlastného kolobehu života a smrti. To je štvrtý typ snov.

A potom je piaty, posledný typ snov, ktorý smeruje do budúcnosti. Tieto sny sú vzácne, veľmi vzácne, nastávajú len niekedy - keď nie ste blokovani, keď ste dokonale otvorení, pružní. Minulosť i budúcnosť vrhajú tieň, odrážajú sa vo vás. Ak budete schopní si uvedomovať svoje sny, jedného dňa si uvedomíte aj túto možnosť - že do vás nazerá budúcnosť. Zrazu sa otvorí dvere a budúcnosť s vami začne komunikovať.

To je teda päť typov snov. Moderná psychológia chápe ten druhý a často si ho pletie s prvým. Zvyšné tri typy sú prakticky neznáme.

Ak meditujete a začnete si v snoch uvedomovať svoje vnútorné bytie, začne sa diať veľa ďalších vecí. Po prvé, o čo viac si budete uvedomovať svoje sny, o to menej budete zakrátko presvedčení, že realita v čase, keď bdiete, je skutočná. Preto hinduisti hovoria, že svet je ako sen.

Zatiaľ je to práve naopak. Pretože ste absolútne presvedčení, že svet, ktorý vás obklopuje počas bdenia, je skutočný, myslíte si, že sú skutočné aj vaše sny. Žiadny človek, ktorý spí, nemá pocit, že by jeho sen nebol skutočný - počas snívania vyzerá dokonale, celkom reálne. Ráno samozrejme poviete, že to bol len sen, ale o to nejde, lebo ráno už používate inú myseľ. Táto myseľ vôbec nebola pozorovateľom, táto myseľ len "začula nejaké fámy". Táto vedomá myseľ, ktorá sa ráno zobudí a tvrdí, že to všetko bol len sen, nebola vôbec pozorovateľom, ako teda môže niečo tvrdiť? Začula len nejaké fámy.

Je to, akoby ste spali a dvaja ľudia spolu hovorili a vy ste v spánku začuli sem-tam nejaké slovo, lebo tí dvaja sa bavili veľmi hlasno. Zostane vo vás len mišmaš. Práve to sa deje - kým nevedomie sníva a dochádza k obrovskej aktivite, vedomá myseľ spí, začuje šepot a ráno tvrdí: "Nič z toho nie je skutočné, bol to len sen."

Keď snívate, považujete to za celkom skutočné. Dokonca aj absurdné a nelogické veci vám pripadajú skutočné, a to preto, že nevedomie nepozná logiku. Vo sne idete po ulici a vidíte, ako sa k vám blíži kôň. A zrazu kôň nie je koňom, ale stane sa z neho vaša žena. Vaša myseľ sa nespýta: "Ako je to možné?"

Nevznikne žiadny problém, neobjaví sa žiadna pochybnosť. Nevedomie nepozná pochybnosti. Veríte dokonca aj takému absurdnému úkazu. Ste presvedčení o jeho skutočnosti.

Len čo si začnete uvedomovať svoje sny a vnímať, že ide naozaj o sny, nastáva pravý opak - nič nie je skutočné, je to len dráma mysle, psychodráma. Ste javiskom, hercom aj scenáristom, ste režisérom, producentom aj divákom - nikto iný tam nie je, je to len výtvor mysle. Len čo si to začnete uvedomovať, zmení sa kvalita celého sveta v čase, keď ste hore. Potom uvidíte, že aj vtedy ide o to isté - na väčšom javisku, no sen je rovnaký.

Hinduisti tomuto svetu hovoria aj mája - iluzórny, snový výplod mysle. Myslia tým, že svet je neskutočný? Nie, nie je neskutočný, lenže keď sa k nemu primieša vaša myseľ, vytvoríte si vlastný, neskutočný svet. Nežijeme v rovnakom svete. Každý žije vo svojom. Existuje toľko svetov, koľko existuje myslí. Keď hinduisti hovoria, že tento svet je májou, myslia tým, že mája je realita plus myseľ. Realitu, to, čo je, nepoznáme. Realita plus myseľ je ilúzia, mája.

Keď sa niekto dokonale prebudí, keď sa stane buddhom, spozná realitu bez mysle. Potom je to Pravda, Brahma/31/, Najvyššie. Pridajte k tomu myseľ a zo všetkého sa stane sen, lebo je to myseľ, čo vytvára sny. Odstráňte myseľ a nič nemôže byť snom - zostane len skutočnosť vo svojej krištáľovej čistote.

Myseľ je ako zrkadlo. V zrkadle sa odráža svet. Tento odraz nemôže byť skutočnosťou, odraz je len odrazom. Keď prestane jestvovať zrkadlo, odraz zmizne - vtedy môžete vidieť skutočnosť. Je spln, hladina jazera je pokojná. Odráža sa v nej mesiac a vy sa ho snažíte chytiť. Práve toto robia všetci už po mnoho životov - snažia sa chytiť mesiac v zrkadle jazera. Samozrejme sa vám to nikdy nepodarí, lebo to možné nie je. Musíte zabudnúť na jazero a pozrieť sa presne opačným smerom. Tam je mesiac. Myseľ je jazerom, v ktorom sa svet stáva iluzórnym. Je jedno či snívate so zatvorenými alebo otvorenými očami. Keď je prítomná myseľ, potom všetko čo sa deje je snom.

Keď budete meditovať o snoch, bude toto prvou vecou, ktorú si uvedomíte.

Ako druhé si uvedomíte, že ste pozorovateľmi: odohráva sa sen, ale vy nie ste jeho súčasťou. Nie ste časťou svojej mysle, presahujete ju. Ste v mysli, ale nie ste myslou. Dívate sa cez ňu, ale nie ste ňou. Používate ju, ale nie ste ňou. Zrazu ste pozorovateľmi, už nie myslou.

A toto pozorovanie je konečným, najvyšším uvedomením. Potom už nezáleží na tom, či prebieha sen, či spíte alebo ste hore - zostávate pozorovateľmi. Ste stále vo svete, ale svet už do vás nemôže vstúpiť. Predmety sú prítomné, ale myseľ nie je v predmetoch a predmety nie sú v mysli. Nastúpi pozorovateľ - a všetko sa zmení.

Len čo si to osvojíte, je to ľahké. Normálne vám to pripadá ťažké, skoro nemožné. Ako byť bdely počas snívania? Zdá sa to byť nemožné, ale nie je. Keď sa budete každú noc pri zaspávaní snažiť o to, aby ste zostali bdeli a zaspávanie pozorovať, bude to trvať od troch do deviatich mesiacov.

Pamätajte však, že sa nesmiete snažiť byť bdeli v aktívnom slova zmysle, ináč nebudete môcť zaspať. Pasívna bdelosť - rozptýlená, prirodzená, uvoľnená, ako keď sa dívate kútikom oka (len všetkými smermi). Nebuďte príliš aktívni - len pasívne vedomí, nevzrušujte sa tým príliš. Akoby ste sedeli na brehu rieky, rieka tiekla a vy ju len pozorovali. Jedného dňa potom na vás spánok bude padať ako temný plášť, ako temný závoj, akoby zapadalo slnko a nastávala noc. Rozprestrie sa všade okolo vás, ale vo vašom vnútri stále horí plameň. Pozorujete - ticho, pasívne. A potom sa rozbehne snový svet. Bude sa odohrávať mnoho hier, mnoho psychodram a vy budete stále pozorovať. Pozvoľna získate schopnosť rozlišovať, t.j. budete vedieť, o aký typ sna sa jedná. Jedného dňa si potom zrazu uvedomíte, že je to rovnaké, ako keď bdiete. V kvalite nie je žiadny rozdiel. Celý svet sa stal iluzórnym. A keď je svet iluzórny, je skutočný len pozorovateľ.

Doslov

Meč na niti

Veľký mudrc raz poslal svojho hlavného žiaka na dvor kráľa Džanaku, aby sa naučil to, čo mu ešte chýbalo.

Mladík sa spýtal: "Ak ma nemôžete učiť vy, ako ma to môže učiť nejaký Džanaka? Vy ste veľký mudrc, on je len kráľom. Čo vie o meditácii a poznaní?"

Mudrc odvetil: "Len poslúchni, choď za ním a pokloň sa mu. Nemysli si, že ty si sannjásin/32/ a on len obyčajný hospodár, ktorý žije vo svete, že je svetský a ty duchovný. Zabudni na to všetko. Posielam ťa za ním, aby si sa niečo naučil, takže dočasne bude on tvojím majstrom. Potrebuješ iné prostredie, a Džanakov dvor a palác ti poskytne to správne prostredie."

Mladík neochotne išiel. Bol brahmanom, z najvyššej kasty. A kto bol ten Džanaka? Bol bohatý, mal veľké kráľovstvo, čo však mohol naučiť brahmana?

Brahmani si vždy myslia, že len oni môžu učiť ľudí. A Džanaka nebol brahmanom, bol kšatrijom, príslušníkom kasty bojovníkov. Sú považovaní za druhých po brahmanoch. Brahmani sú prví, najprednejšia, najvyššia kasta. Pokloniť sa tomu mužovi? Je proti indickému mysleniu, aby sa brahman poklonil kšatrijovi.

Ale majster mu to kázal a on to musel urobiť. Mladík neochotne išiel a neochotne sa poklonil. A keď sa poklonil, naozaj sa na majstra hneval, lebo mu to bolo nepríjemné. Na kráľovskom dvore tancovali krásne ženy, ľudia popíjali víno a Džanaka sedel medzi nimi. Mladík v sebe cítil veľký odpor, no aj tak sa poklonil.

Džanaka sa zasmial a povedal: "Nemusíš sa mi klaňať, ak máš v sebe taký odpor. A nebuď zaujatý skôr, než ma spoznáš. Tvoj majster ma dobre pozná, preto ťa sem poslal, aby si sa niečo naučil. Toto však nie je cesta ako sa niečo naučiť."

Mládenec odpovedal: "Majster ma sem poslal, prišiel som, ale ráno sa vrátim, lebo nevidím, že by som sa tu mohol niečo naučiť. Neprišiel som sem učiť sa piť víno, dívať sa na tanečnice a všetky tie neresti."

Džanaka sa stále smial: "Si unavený, zostaň na noc, odpočiň si a ráno môžeš ísť. Kto vie, možno ťa noc naučí to, kvôli čomu ťa sem tvoj majster za mnou poslal."

Bolo to záhadné. Ako a čo by ho mohla noc naučiť? Zostal teda. Kráľ sa mu postaral o jedlo a pitie a dal pripraviť najlepšiu izbu v paláci.

Mládenec však celú noc nemohol zaspať, lebo keď pozrel nahor, videl, že nad jeho hlavou visí na tenkej niti obnažený meč. Bolo to nebezpečné, lebo meč sa mohol každú chvíľu odtrhnúť a zabiť ho. Aby sa teda vyhol prípadnej nehode, zostal celú noc bdieť. Ráno sa ho kráľ spýtal: "Ako si sa vyspal, mal si pohodlie?"

Mládenec povedal: "Pohodlie, pohodlie - ale čo ten meč! Bál som sa, že sa pri najmenšom závane vetra odtrhne a bude po mne!"

Kráľ odpovedal: "Bol si unavený, mohol si sa vyspať, no predsa si nemohol spať. Prečo? Nebezpečenstvo bolo obrovské, bola to otázka života a smrti. Preto si bol bdely a ostražitý. A to je aj moje učenie. Môžeš odísť, alebo niekoľko dní zostať a pozorovať ma."

Hoci sedím a predo mnou tancuje tanečnica, dávam pozor na obnažený meč nad sebou. Je neviditeľný a volá sa smrť. Nedívam sa na tanečnice. Ako si ty nemohol vychutnať pohodlie svojej izby, nepijem ani ja víno, len si uvedomujem smrť, ktorá môže nastať v ktoromkoľvek okamihu. Stále si uvedomujem smrť, a preto som pustovníkom aj napriek tomu, že žijem v paláci.

Tvoj majster ma pozná a rozumie mne aj môjmu poznaniu. Preto ťa sem poslal. Ak tu niekoľko dní zostaneš, presvedčíš sa sám."

Chcete vedieť, ako sa stať viac vedomým? Začnite si viac uvedomovať, aký je život neistý. Smrť môže nastať kedykoľvek - v nasledujúcej sekunde môže zaklopať na vaše dvere. Ak si myslíte, že budete žiť večne, môžete zostať nevedomí. Ako ale môžete žiť nevedomí, ak je vám smrť neustále nablízku? To je nemožné! Život je prchavý, mydlová bublina - jedno pichnutie a je navždy preč. Ako môžete zostať nevedomí?

Naplňte bdelym vedomím každý svoj čin.

Existujú vo vás dve úrovne: úroveň mysle a úroveň ne-mysle. Alebo to poviem takto: úroveň, na ktorej ste na okraji svojej bytosti, a úroveň, na ktorej ste v strede svojej bytosti.

Každý kruh má stred - možno ho poznáte, možno ho nepoznate. Možno vás ani nenapadne, že tam je. Musí tam však byť. Ste okrajom, ste kruhom a preto máte stred. Bez stredu by ste nemohli existovať, no vaša bytosť má jadro.

V tomto strede ste už buddhom, tým ktorý sa vrátil domov. Na okraji ste vo svete - v myšli, v snoch, v túžbach, v úzkostiach, v tisíckach hier.

Zákonnite nastanú chvíle, keď uvidíte, že ste na niekoľko okamihov boli ako buddha - rovnaký pôvab, rovnaké vedomie, rovnaké ticho, rovnaký svet blaženosti, milosti a požehnaní. Prídu také chvíle - záblesky vášho stredu - nebudú trvalé, znova a znova budete vyvrhnutí na okraj. A budete sa cítiť hlúpo, smutne, znechutene, bude vám chýbať zmysel života, lebo existujete na oboch úrovniach, úrovni okraja i stredu.

Pomaly však získate schopnosť veľmi plynule prechádzať z okraja do stredu a naopak - rovnako ako vchádzate do domu a zase z neho vychádzate. Nevytvárate žiadny dualizmus. Nehovoríte: "Som pred domom, ako môžem vojsť?" Nehovoríte: "Som vnútri domu, ako môžem vyjsť von?" Jednoducho chodíte von a vraciate sa dnu.

Rovnako sa bdelo vedomý človek, človek s poznaním, presúva z okraja do stredu a zo stredu na okraj. Nikdy nikde neprilipne. Z "trhoviska" do "kláštora", z extroverta na introverta - stále sa presúva, lebo tieto dve polarities sú jeho krídlami. Nestoja proti sebe. Musia byť vyvážené v opačných smeroch, lebo ak sú krídla na jednej strane, vták nemôže vzlietnuť do neba. Musia byť v rovnováhe, musia byť na opačných stranách, aj keď patria a slúžia tomu istému vtákovi. Váš vonkajšok a vaše vnútro sú vašimi krídlami.

Dobre si to zapamätajte, lebo myseľ má tendenciu uľpievať. Sú ľudia, ktorí sú zafixovaní na "trhovisku". Hovoria, že sa odtiaľ nedá dostať, že nemajú čas meditovať. Vyhlasujú, že aj kedy čas mali, nevedia, ako majú meditovať. Hovoria, že neveria že môžu meditovať, že sú svetskí - ako môžu meditovať? Sú materialistickí - ako môžu meditovať? Vyhlasujú: "Bohužiaľ sme extroverti, ako sa môžeme ponoriť do svojho vnútra?" Vybrali si len jedno krídlo. Z toho, prirodzene, pochádza ich pocit márnosti.

Potom sú ľudia, ktorí už majú sveta po krk a utekajú z neho, utekajú do kláštora, do Himalájí, stanú sa sannjásinmi, mníchmi, začnú žiť osamote, donútia sa k životu v introverzii. Zatvoria oči, zatvoria všetky svoje dvere i okná, začnú byť ako Leibnitzove monády/33/. Bez okien - a potom sa nudia.

Na "trhovisku" boli otrávení, unavení, znechutení. Stával sa z toho blázninec, nemohli nájsť chvíľu klúdu. Bolo tam príliš veľa vzťahov a málo voľna, málo priestoru na to, aby boli sami sebou. Veci ich pohlcovali, strácali svoje bytie. Boli čoraz viac materialistickí, čoraz menej duchovní. Strácali smer, strácali samotné bdelé vedomie, ktorým sú. Ušli. Otrávení, znechutení. Teraz sa snažia žiť osamote, žiť introvertný život, no skôr či neskôr ich to začne nudiť. Vybrali si druhé krídlo, ale zase len jedno. Je to nevyvážený život. Podľahli rovnakému omylu na opačnom póle.

Nie som zástancom toho, ani onoho. Želal by som si, aby ste dosiahli také schopnosti, že dokážete zostať na "trhovisku" a napriek tomu meditatívni. Želal by som si, aby ste komunikovali s ostatnými, aby ste milovali, aby ste nadväzovali milióny vzťahov, lebo tie vás obohacujú, ale aby ste aj tak boli stále schopní zatvoriť dvere k sebe a občas si vziať od všetkých vonkajších vzťahov voľno, aby ste nadviazali vzťah so svojím bytím.

Nadväzujte kontakty s ostatnými, ale nadväzujte kontakt aj sami so sebou. Milujte ostatných, ale milujte aj seba. Vyrazte do sveta. Svet je nádherný, dobrodružný, je to výzva, obohacuje vás. Nepremárnite tú príležitosť! Kedykoľvek svet zaklope na vaše dvere a zavolá vás, vyrazte. Vyjdite bez strachu, lebo nemáte čo stratiť, môžete len všetko získať. Ale nestráťte sa. Nepokračujte stále ďalej a ďalej a nestráťte sa. Občas sa vráťte domov. Občas zabudnite na svet - to sú chvíle pre meditáciu. Ak sa chcete stať vyrovnanými, mali by ste každý deň vyvažovať vonkajšie vnútorným. Vonkajšok aj vnútro by mali nieť rovnakú ťarchu, aby ste sa vnútri nikdy nestali nevyrovnanými.

To je význam slov zenového majstra, ktorý hovorí: "Prechádzajte cez rieku, ale nedovoľte, aby sa voda dotkla vašich nôh." Buďte vo svete, ale nebuďte svetskí. Buďte vo svete, ale nedovoľte, aby svet bol vo vás. Keď sa vrátite domov, vráťte sa tak, akoby celý svet zmizol.

Hotei, zenový majster, išiel cez dedinu. Ľudia ho poznali ako Smejúceho sa Buddhu - stále sa smial. Niekedy sa však so zavretými očami posadil pod strom a nesmial sa, dokonca sa ani neusmieval. Bol dokonale tichý a sústredený. Ktosi sa ho spýtal: "Ty sa nesmeješ, Hotei?"

Otvoril oči a povedal: "Pripravujem sa."

Pýtajúci sa tomu nerozumel: "Čo tým myslíš?"

Hotei odvetil: "Musím sa na smiech pripraviť. Musím si oddýchnuť. Musím sa ponoriť do vnútra, musím zabudnúť na celý svet, aby som sa mohol vrátiť osviežený a znova sa mohol smiať."

Ak sa chcete naozaj smiať, budete sa musieť naučiť aj plakať. Keď nedokážete plakať, prelievať slzy, nebudete schopní sa smiať. Človek, ktorý sa smeje, je aj človekom, ktorý plače - je vyvážený. Šťastný človek je aj tichým človekom, extatický človek je aj človekom, ktorý spočíva v strede. Ide to ruka v ruku. A z tejto previazanosti polarít sa rodí vyvážené bytie. A to je cieľ.

O autorovi

Osho je súčasný mystik, ktorého učenie ovplyvnilo milióny ľudí každého veku a všetkých spoločenských vrstiev. Londýnske noviny Sunday Times označili Osha za jedného z tisícky tvorcov dvadsiateho storočia, a indické noviny Sunday Mid-Day za jedného z desiatich ľudí - spolu s Gándhim, Nehruom a Buddhom - ktorí zmenili osud Indie.

O svojej vlastnej práci Osho hovoril, že pomáha utvárať podmienky pre zrod novej ľudskej bytosti. Často túto novú ľudskú bytosť charakterizoval ako Zorba Buddhu - bytosť schopnú si užívať pozemské radosti ako Grék Zorba a súčasne schopnú dosiahnuť tichý klúd Guatama Buddhu. Všetkými aspektami Oshovho diela sa ako červená niť tiahne vízia, ktorá obsahuje nadčasovú múdrosť Východu a najvyšší potenciál západnej vedy a technológie.

Osho je známy aj svojím revolučným príspevkom vede o vnútornej transformácii, ktorým je jeho prístup k meditácii, zohľadňujúci zvýšené tempo súčasného života. Jeho jedinečné aktívne meditácie sú navrhnuté tak, aby najprv uvoľnili z tela a mysle nahromadený stres, a potom bolo ľahšie prežívať bezmyšlienkový a uvoľnený stav meditácie.

Meditačné stredisko (Oshova medzinárodná komúna)

Oshova medzinárodná komúna, meditačné stredisko, ktoré Osho založil v Indii ako oázu, v ktorej by jeho učenie mohlo byť uvádzané do praxe, každoročne priťahuje tisíce návštevníkov z viac ako stovky krajín celého sveta.

Nachádza sa v Pune, asi stošesťdesiat kilometrov juhovýchodne od Bombaja. Meditačné stredisko sa rozkladá na viac ako na tridsiatichdvoch ároch predmestia lemovaného stromami, ktorému sa hovorí Koregaonský park. Stredisko má svoju ubytovňu pre obmedzený počet návštevníkov, ale v blízkom okolí sa nachádza množstvo hotelov.

Všetky programy v stredisku sú založené na Oshovej vízii kvalitatívne novej ľudskej bytosti, ktorá sa dokáže nielen s radosťou zúčastňovať každodenného života, ale vie sa aj ponoriť do ticha. Väčšina programov prebieha v moderných klimatizovaných zariadeniach a pozostáva z krátko či dlhodobých meditačných kurzov a seminárov, ktoré sa zameriavajú na všetko - od tvorivého umenia až po holistické liečenie, transformáciu osobnosti a zenový prístup k športu a rekreácii. Programy prebiehajú celoročne, súčasne s celodenným rozvrhom Oshových aktívnych meditácií.

Kaviarne a reštaurácie na území strediska podávajú tradičnú indickú stravu a ponúkajú výber z medzinárodných jedál, pričom všetka zelenina je organicky pestovaná na farme, ktorá patrí stredisku. Stredisko má aj svoju vlastnú zásobáreň filtrovanej vody.

Pre viac informácií navštívte internetovú stránku www.osho.com, kde nájdete najbližšie Punske informačné centrum (Pune information Center).

Poznámky

/1/ zakladateľ zoroastrizmu (zaratuštrizmu) zo 6. storočia p.n.l.

/2/ autor základného textu taoizmu, Kaninickej knihy, o ceste Tao a jej sile (4.-3. storočie p.n.l)

/3/ indický básnik a mystik (1440-1518)

/4/ zakladateľ sikhizmu (1469-1583), pokúšajúceho sa zladit' učenie hinduizmu a islamu

/5/ zbierka veršov pripisovaná Buddhovi - jeden z najprekladanejších buddhistických textov

/6/ rusko-americký mystik a duchovný učiteľ

/7/ I.P.Pavlov (1849-1936) - ruský fyziológ, objaviteľ podmienených reflexov
B.F.Skinner (1904-1990) - americký behaviorista, ktorý ovplyvnil smerovanie psychológie 20. storočia

- /8/ Buddhove naučenia v ľudovom štýle
- /9/ bengálsky duchovný učiteľ, básnik a filozof, propagátor integrálnej jogy
- /10/ Buddhov rovesník (540-468 p.n.l) zvaný Džina, zakladateľ džinistickej komunity
- /11/ B.A.W. Russel (1872-1970) - anglický filozof , logik, esejista a sociálny kritik - známy prácami z matematickej logiky a analytickej filozofie
A.N.Whitehead (1861-1947) - anglický matematik, logik a filozof, spolupracovník B.A.W. Russela
M.Heidegger (1889-1976) - nemecký filozof, zakladateľ existenciálnej fenomenológie
J-P. Sartre (1905-1980) - francúzsky existencialista presadzujúci slobodu jednotlivca, s plnou zodpovednosťou za svoje rozhodnutia a činy
- /12/ indický výraz pre Mount Everest
- /13/ komentáre k Védam - najstaršie asi zo 7. storočia p.n.l.
- /14/ významný sufistický mystik, ktorý bol za svoj výrok popravený
- /15/ grécky filozof (6.-5. storočie p.n.l) - zakladateľ metafyziky
- /16/ významný indický duchovný učiteľ (1895-1986)
- /17/ anglické "fall in love" - zamilovať sa (doslova upadnúť do lásky)
- /18/ ústredná postava vtipov a príbehov v arabských krajinách
- /19/ indický filozof (okolo r. 800) - zakladateľ jednej zo škôl védanty
- /20/ logická schéma od dvoch predpokladov k záveru s rovnakou stavbou ako predpoklady
- /21/ pôvodne zrieknutie sa sveta, u Osha spojenie svetského a duchovného
- /22/ nemecký filozof praktizujúci v Japonsku zenovú lukostrelbu
- /23/ zenový majster - Rinzai - podľa japonského prepisu mena
- /24/ liečebná metóda zosúladenia ľudskej bytosti s gravitáciou

/25/ klasická čínska kniha, tzv. Kniha premien (najstaršie časti z 12.-11. storočia p.n.l)

/26/ dynamická meditácia má päť fáz, každá v trvaní asi desať minút:

1. fáza - hlboké dýchanie
2. fáza - prejavenie potlačených emócií
3. fáza - skákanie na päťach s rukami nad hlavou, pri dopade na päty sa vysloví mantra HU
4. fáza - tretia fáza sa náhle ukončí po dopade na päty - stuhnutie v polohe pri dopade a pozorovanie vnútorného priestoru vytvoreného predošlými fázami
5. fáza - uvoľnenie a prejavenie vďaka existencii za túto meditáciu - napríklad tancom

/27/ (džiberiš) - drmolivý

/28/ perzský sufistický mystik, astronóm a básnik (1048-1112)

/29/ výraz pre osvietenie v zenovom buddhizme (samadhi v hinduizme)

/30/ stoj na hlave v hathajoge

/31/ konečná, najvyššia skutočnosť

/32/ ten, kto opustil svet a nastúpil cestu oslobodenia

/33/ nemecký filozof (1646-1716); Leibnizova monáda - najjednoduchšia netelesná jednotka existencie

end.