

. 10. 7 způsobů jednání s pocity a kde hledat ticho – 4.1.2021

Předcházející část: [Co tedy dělat pro zvýšení úrovně vědomí a co si opakoval Dr. Hawkins.](#)

Záznam devátého on-line meetingu ze 4.1.2021 na téma: 7 způsobů jednání s pocity a kde hledat ticho.

Video obsahuje tyto texty:

04jan2021: HONZA:

Vítám všechny sledující i účinkující na prvním letošním on-line mítingu! Přeji Vám do nového roku, co si vy přejete každý pro sebe. Pro některé úspěšné praktikování devíti vět, které je cestou k vyšším stavům vědomí. Děkuji, že jste.

Pro vás, co jste tady dnes poprvé, se zmíním o možnostech programu, který pro on-line mítingy zdarma používáme.

Co nás dnes čeká? Přečteme si

- 1) Motto skupiny a upozornění.
- 2) Opakování, jak dosáhnout vysoké úrovně vědomí.
- 3) Souhrn, jak se dá jednat s pocity.
- 4) Kde tedy to ticho hledat? A opět, proč Dr. Hawkins.
- 5) závěr – diskuse a odpovědi na vaše dotazy.

HONZA:

1) Poněvadž se tato stránka, ze které přistupujeme na on-line meeting, zabývá jenom dílem Dr. Hawkinse, přečteme si světově používané **motto** pro takové setkání. Ti, kteří text vidí před sebou, nabádáme je, aby si text s námi hlasitě četli, jak je to děláno při živých setkáních.

Text budeme číst při vypnutých mikrofonech, aby zvuk nebyl rušen případnou zpětnou vazbou přes reproduktory. Takže začneme.

Juraj nám text přečte ve slovenském překladu a hned na to Julo přečte anglický originál.

Najděte si texty – v chatu a začneme. Juraji, ty si zapni mikrofon a máš slovo.

JURAJ :

Motto: „Orientácia a oddanosť tejto skupiny je k učeniu Dr. Davida Hawkinsa. Zámerom tejto skupiny je slúžiť ako nástroj najvyššej duchovnej Vôle, mať

príležitosť byť v kruhu rovnako zameraných a podporovať zvyšovanie si vedomia v mene služby Bohu, svojej Bytosti a ľudstvu.“

„This group is aligned with and devoted to the teachings of Dr. David Hawkins. The intent for the group is to serve as a vehicle of Divine Will, an opportunity to keep holy company, and support our advancement of consciousness in service of God, the Self and mankind.“ (Keď vymyslíte výstižnejší preklad, tak sem s ním).

František nám přečte upozornění:

FRANTIŠEK: Upozornění:

– Pokud nesouhlasíte s tímto mottem, pak prezentovaný materiál může být pro vás znepokojující, a proto byste se mu raději měli vyhnout a odtud odejít.....

– Jste na správné stránce, když chcete mít stále klid a NE pravdu!

– Věty, které tady při čtení děl Dr. Hawkinse odezní, jsou volně přeloženy Julem. Diskuze pak, ale zrcadlí různé úrovně lidského vědomí jednotlivých hovořících.

2) HONZA: Jako první je tu krátké opakování, jak dosáhnout vysokou úroveň vědomí (*anglický text byl již uveden minule*).

Přečte nám jej Mirek.

MIREK:

zkrácená verze:

Jsem **definitivně** rozhodnutý, že **chci mít pořád klid**, proto jedním se **stále přítomným odpouštěním a láskyplností** a jsem přitom **ochoten všude vidět nevinost**. **Zanechávám všechny svoje ostatní touhy**. Tím, že uvolňuji a **nechci vlastnit** ani jednu myšlenku, pocit, touhu a skutek, **mysl se utiší**, čímž se mé **příběhy začnou zkracovat**, a rozpadávat se **v průběhu vytváření**, takže nakonec **zmizí energie** provázející samotný proces myšlení. No a prostě to dělám **furt**.

3) HONZA: Dále pro vás máme doplněný souhrn, jak se dá jednat s pocity. Františku, máš opět slovo:

FRANTIŠEK: Upozornění – body 4, 5, 6 a 7 seřadil Julo, jak si myslí, že to souhlasí s Dr. Hawkinsem. Body 6 a 7 jsou osvíceným stavem.

1- **svalením** pocitu **na** vámi vytvořenou umělou **situaci**, tedy mysl vytvoří událost „tam venku“, na které si uleví. Místo toho, abychom si přiznali tento pocit jako náš, promítáme jej do světa a na lidi kolem nás. Prožíváme pocit, jako by patřil „jim“. „Oni“ se pak stanou nepřitelem. (*B9: the mind will create an event “out there” upon which to vent. Instead of feeling it, we project it onto the world and those around us. We experience the feeling as if it belonged to “them.” “They” then become the enemy*).

2- anebo **vybouchnutím**, pocit je uvolňován slovním projevem, řečí těla nebo předváděním se v neutuchajícím množství našich venkovních projevů a pouličních

demonstracích. Tento způsob je nezdravý pro rodinnou pohodu a zaručí vám doma peklo. (B9: *the feeling is vented, verbalized, or stated in body language, and acted out in endless group demonstrations*).

3- anebo **útěkem**, což znamená vyrobáním množství nepřetržitých horečnatých aktivit, například neustálými společenskými styky, mluvením, posíláním textových zpráv, čtením, přehráváním hudby, workoholismem, cestováním, prohlížením památek, nakupováním, přejídáním, hazardními hrami, chozením do kina, polykáním pilulek, užíváním drog a vyhazováním si z kopýtka na večírcích. (B9: *An endless variety of pursuits, constant frantic activities: the endless socializing, talking, texting, reading, music playing, working, traveling, sightseeing, shopping, overeating, gambling, movie-going, pill-taking, drug-using, and cocktail-partying*).

4- anebo **uvolněním pocitu**, tedy uvědoměním si tohoto pocitu, nechat ho vyvstat, zůstat s ním, dovolit mu probíhat, aniž bychom ho chtěli změnit nebo cokoli s ním udělat. Znamená to prostě připustit přítomnost tohoto pocitu a zaměřit se na vypouštění energie za ním. (B9: *Letting go involves being aware of a feeling, letting it come up, staying with it, and letting it run its course without wanting to make it different or do anything about it. It means simply to let the feeling be there and to focus on letting out the energy behind it*).

Rozhodněte se prožívat tento pocit, přesně jak ho prožíváte a tím mu přestanete odporovat. (Z videa o Tichu na naši stránce: *You choose to experience this feeling as you experience it and in so doing you let go of resisting it*).

Návod Dr. Hawkinse, co si říkat: Ó, Pane, ať jsem dnes takový, jaký jsem, z Tvé milosti jsem rozhodnutý být, jakým jsem. (Někde od Hawkinse: *Oh, Lord, whatever I am today, by Thy grace do I choose to be that which I am*).

5- anebo **zlikvidováním**, kdy pocit vidíte jako důsledek nesouladu vašeho stanoviska s tím, co je pozorováno. Na místo babrání se s výplody svých představ by bylo víc prospěšné tyto pocity zlikvidovat odhalením jejich původu, kterým je zdánlivost vnímání. (B2: *Rather than 'getting in touch' with these fermentations of illusion, it would be more beneficial to liquidate them by uncovering their source as perception itself*).

6- anebo **přesunem** do ztotožnění se ze schopností, která umožňuje tyto emoce prožívat, tedy na uvědomování. Přesuneme si svoje uvědomování a ztotožňování se s chápáním formy jako něco objektivní, do uvědomění si subjektivity jako jediné Reality (s velkým R). Je to stání se tím, z čeho vaše vědomí vychází, tedy tiché pole, podklad, pohár, filmové plátno, obrazovka, ve kterém se to děje. (B3: *Identify with that quality, capacity, or condition of ever present subjectivity which is experienced as an underlying awareness*). Ztotožněte se s kvalitou, schopností nebo stavem vaši všudypřítomné subjektivity, kterou pociťujete jako podklad vašeho uvědomování si.

7- anebo **Bytím**, To, co jsem, je ještě před vědomím. To, co jsem, je schopnost mít vědomí. Jsem nekonečný potenciál, ze kterého pramení vědomí. Jsem možnost stát se vědomím. To, co jsem, je nad existencí. (Z June2002 lecture: *That which I am is before consciousness. Which I am is the capacity for consciousness. I am the infinite potentiality out of which consciousness arises. I am the potentiality to*

become conscious. That which I am is beyond existence).

4) HONZA: Přesouváme se k bodu 4. Kde to ticho hledat? Z knihy „I“, str.48 – následně do českého jazyka přeložená jako Já, realita a subjektivita. Katka nám přečte tu připravenou část od Jula, ve které se popisuje ticho. Katko, máš slovo.

KATKA:

Pozorování odhalí, že pocity a myšlenky vyvstávají a opadávají jako tóny hudby. Pokud je pozornost zaměřená striktně na přítomný okamžik, je vidět, že myšlenka vyvstává z jakési beztvaré zamlžené prvotní matrice. Při vyvstávání je ještě poměrně nevytvořená, jako vrůst přicházející vlny. Posléze tato nedefinovaná a stále nevytvořená prvotní myšlenka začne nabírat formu a přitahovat energii tak dlouho, než konečně dosáhne vrcholu plně vytvořená, kdy přitahuje komentář, souhlas anebo nesouhlas, významy a vzpomínky s ní vztažené. Nyní je v plné síle, přičemž ji doprovázející emoce dodávají hybnost. Jen, co dosáhne hřebenu, začne opadávat a postupně ztrácí definici a formu, upadávajíc do minulosti.

Jestliže to, co si někdo myslí o sobě, je zaostřeno na počátek vlny, tato osoba nikdy nežije v realitě, ale stále žije v očekávání diktovat následující okamžik. Proto ji neustále trápí budoucnost. Pokud je pozornost zaostřena na opadávání vlny, pak to, co si o sobě myslíme, že jsme, má tendenci držet se minulosti a brblat. S určitou praxí je možné se přesně zaostřit jen na lámající se hřeben vlny, kdy v tomto okamžiku neexistuje ani minulost, ani budoucnost a také ani lítost nad minulostí a ani touha předpovídat budoucnost. Všechno je pozorováno tak, jak to je. Bez brblání a očekávání dokonce zmizí i iluze „přítomného okamžiku“. Realita je vlastně „vždy“ a „furt“, bez „ted“ a „tehdy“.

Vzdávání se je neustálý proces neodporování anebo držení se zuby nehty přítomného okamžiku, čili je to proces neustálého odevzdávání přítomného okamžiku Bohu, nejvyšší duchovní bytosti. Takže pozornost je zaostřena na **proces** odevzdávání a nikoli na **obsah** toho, co se odevzdává.

B3: Observation reveals that feelings and thoughts rise and fall away like a musical note. If focus is rigorously directed to this exact instant, a thought will be seen to arise out of a rather vague, primordial matrix. As it begins to rise, it is relatively unformed, like the swell of an approaching wave. Then the vague and as yet illformed primordial thought begins to take form and attract energy until it finally crests in full form where it attracts commentary, agreement and disagreement, associated meanings, and memories. Now it is in full force, with associated emotion giving it momentum. No sooner does it crest than it begins to decline and gradually lose definition and form, fading into the past. If the focus of the sense of 'me' is on the rising crest, the person never lives in reality but is constantly poised with the expectation of control of the next instant. They are therefore constantly concerned with the future. If the focus is on the back of the falling wave, then the 'me' tends to cling to the past and editorializing. With some practice, the focus can be precisely narrowed to only the breaking crest of the wave, for in that instant, there is neither past nor future and neither regret for the past nor longing for nor anticipation of the

future. Everything is witnessed to be as it is. With no editorializing or anticipation, even the illusion of 'now' disappears. Reality is actually 'always' and continuous, with no 'now' or 'then'. Surrender is a constant process of not resisting or clinging to the moment but instead, continuously turning it over to God. The attention is thus focused on the process of letting go.

HONZA: Teď vám pustím přes reproduktory audio na vysvětlení, na co se soustředit při chytání ticha!!!

A few chosen sentences from Jun 2004 lecture from Dr. Hawkins, available on Veritaspub.com

To transcend the mind. The mind is always very busy. Everybody complains when they meditate. They are not able to get the mind to be silent. I think you should forget about making the mind silent. Forget all about that. You can't make the mind silent. No. What you do, you look elsewhere.

*Now, the misinterpretation of the Buddha's writings is that the glimpse of eternity is between two thoughts. That is a mistranslation. Mistranslation. **It is not between two thoughts. It does not happen that way.***

JULO: Zopár vybratých viet z lekcí z júna 2004 od Dr. Hawkinsa, k dispozícii na Veritaspub.com

Povzniesť sa nad myseľ. Myseľ je vždy veľmi zaneprázdnená. Pri meditovaní sa všetci na to sťažujú. Nie sú schopní prinútiť myseľ, aby bola ticho. Myslím si, že máte zabudnúť na to, aby ste si utíšili myseľ. Jednoducho na to zabudnite. Myseľ nemôžete utíšiť. Nie. Čo máte urobiť je to, že hľadáte inde.

Nesprávna interpretácia Buddhového učenia je, že náhľad do večnosti sa nachádza medzi dvoma myšlienkami. To je neprávny preklad. Nesprávny preklad. **Nenachádza sa medzi dvoma myšlienkami. Tak to tak nefunguje.**

Vysvětlení M-pole:

(Dr. Hawkins o M-poliach; Preklad: Julo)

Sheldrake's morphogenetic fields (generation of form fields): Sheldrakove morfogenetické polia (polia generovania formy): Morhpé = shape/tvar; Genesis = evolution/evolúcia;

B4/d28: Rupert Sheldrake (Sheldrake, 1981) formulated the principle that form occurs first within the field of consciousness, so that „**morphogenic patterns plus intention are essential to activating potentiality into actuality.**“ Current string theory postulates that the ultimate substratum of all that exists in the universe consists of a universal energy, so all that can be said to exist arises out of a common substrate. The possibility of the transformation from potentiality to actuality is provided by the infinite power of the primordial substrate of all existence, which alone has the power to transform the unmanifest into the realm of the manifest (cal. level 1,000).

Rupert Sheldrake (v 1981) formuloval princíp, že forma sa najprv objaví v poli vedomia. Aby **sa** zo svojich možností **táto forma prejavila v pozorovateľnej skutočnosti, sú popri zámere nevyhnutné aj neviditeľné organizačné vzory**, nazývané v odbornej literatúre **M-polia**, ktoré pôsobia ako formo-tvorné šablóny. Súčasná tzv. „teória strún“ predpokladá, že prvotný substrát všetkého, čo existuje vo vesmíre, sa skladá z univerzálnej energie. Takže všetko, o čom sa dá povedať, že existuje, vyvstáva zo spoločného substrátu. Nekonečná moc pra-substrátu všetkej existencie, ktorá, ako jediná, má moc premeniť nezobrazené do zobrazeného (v angličtine kal. úroveň 1000) poskytuje možnosť premeny nezobrazených možnosti na pozorovanú skutočnosť.

B1/d153:

These invisible organizing patterns act like energy templates to establish forms on various levels of life. It is because of the discreteness of M-fields that identical representations of a species are produced. **Something similar to M-fields also exists in the energy fields of consciousness and underlies thought patterns and images—a phenomenon termed “formative causation.”** ... When Roger Bannister broke the four-minute mile, he created a new M-field. The belief system prevailing in human consciousness had been that the four-minute mile was a limit of human possibility. Once the new M-field was created, many runners suddenly began to break the four-minute mile records. This occurs every time mankind breaks into a new paradigm, whether it is the capacity to fly (an M-field created by the Wright Brothers), or the capacity to recover from alcoholism (an M-field created by Bill W., the founder of Alcoholics Anonymous). Once an M-field is created, everyone who repeats the accomplishment reinforces the power of that M-field. We are all familiar with the fact that new ideas often seem to arise in the minds of several far-removed people at the same time. Somehow, the M-field acts as an organizing principle, like a sort of general magnetic attraction. An M-field does not have to move anywhere. It is a standing energy field that is everywhere present. **Once it is created, it exists as a universally available pattern throughout the invisible universe.**

Tieto neviditeľné organizačné vzory, M-polia, sa správajú ako šablóny vytvárania rozličných prejavov života. Rozškatuľkovanosť týchto M-polí umožňuje vytváranie identických kópií toho istého druhu. **Niečo podobné ako M-polia existuje aj v energetických poliach vedomia a je podkladom myšlienkových návykov a predstáv – nazývané v odbornej literatúre “formative causation”, asi preložené ako „formatívna príčinnosť.“** Tým, keď bežec Roger Bannister ubehol jednu mílu pod štyri-minúty, vytvoril nové M-pole. Dovtedy sa verilo, a teda bolo zapísané v ľudskom vedomí, že ubehnúť jednu mílu za štyri-minúty predstavuje hranicu ľudských možností. Akonáhle sa vytvorilo toto nové M-pole, veľa bežcov začalo zrazu lámať štyri-minútové rekordy. K tomuto javu dochádza zakaždým, keď ľudstvo preklenie niečo „nemožné“, napríklad schopnosť lietať (M-pole vytvorené Wright Brothers), alebo schopnosť zotaviť sa z alkoholizmu (M-pole vytvorené Bill W., zakladateľom Alcoholics Anonymus). Pritom, akonáhle je nejaké M-pole vytvorené, každý, kto zopakuje jeho úspech, ho tým zosilní. Všetci sme už počuli, že podobné nové ideí sa často odrazu objavia v mysliach rôznych ľudí geograficky vzdialene od seba

oddelených. M-pole pôsobí akosi ako organizátor, podobne ako je to pri priťahovaní magnetom. Pritom sa M-pole nemusí nikam hýbať. Je to stacionárne energetické pole, ktoré je všade prítomné. **Akonáhle je vytvorené, už existuje ako všeobecne dostupná šablona v celom neviditeľnom vesmíre.**

B1/d73: In a holographic universe, the achievements of every individual contribute to the advancement and well-being of the whole.

V holografickom vesmíre prispievajú úspechy každého jednotlivca k pokroku a prospechu celku.

B3/d285: **Thoughts exist independently of the brain. The brain is activated by thoughts.**

Myšlienky existujú nezávisle od mozgu. Mozog je aktivovaný myšlienkami.)

JULO: Prezentácia, jak to teda funguje, čo je pokračovaním tejto júnovej lekcie: Myseľ sa nedá utíšiť v medzere medzi myšlienkami, ale pred tým, než myšlienky vzniknú...

Dr. Hawkins, CD z júna 2004. Highlights @ 40:00 – 57:00; Preklad Julo.

Takže, príde prvá (A)myšlienka, potom ďalšia (B) myšlienka, potom ďalšia myšlienka (C). Čo teda ľudia robia je, že tu (C \leftrightarrow D) udrú päťou do stola a pozerajú, či na tomto mieste dokážu zastaviť príchod ďalšej myšlienky. Je to **chybná interpretácia** Budhovho učenia, čo *môžem potvrdiť osobným rozhovorom s Buddhom*, a spočíva v tom, **že záblesk večnosti je medzi dvoma myšlienkami**. *Koľko ľudí o tom čítalo? Medzi dvoma myšlienkami. Koľko ľudí sa pozeralo medzi dve myšlienky? Koľko ľudí zahliadlo večnosť medzi dvoma myšlienkami? Veru tam to nie je. Je to nesprávny preklad. Nesprávny preklad. Nie je to medzi dvoma myšlienkami.* To je newtonovský prístup príčinnosti, kde A \rightarrow spôsobuje B \rightarrow , spôsobuje C. Je to teória myslenia biliardových guľí. To sa tak neodohráva.

Odohráva sa to podobne ako keď lietajúce ryby vyskakujú z mora. Táto lietajúca ryba A nespôsobuje túto lietajúcu rybu B. V skutočnosti sa to odohráva nasledujúco: z ničoty, toto je ničota (čiara), z ničoty $|^{\wedge}$ vzniká A, z ničoty $|^{\wedge}$ vzniká B, z ničoty $|^{\wedge}$ vzniká C. Každá z nich vyletuje nezávisle od seba.

Dôvod, prečo to nemôžete zastaviť, je ten, že blokovanie tuto na tomto mieste \leftrightarrow , ako vidíte, nebude mať vôbec žiadny účinok, pretože toto D nepochádza z tohto A \leftrightarrow B \leftrightarrow C. Ak D pochádza odtiaľto $|^{\wedge}$ (čiara), zameriavate svoju pozornosť na nesprávne miesto. Takže pri tom nepochopení Budhovho učenia sa tu ľudia sústreďujú \leftrightarrow a snažia sa tam zachytiť túto večnosť. Ako v aute, snažíte sa ju zachytiť medzi dvoma telefónnymi stĺpmi. „Robím to už 34 rokov a stále nie som osvietený“. „Počujem ťa. Rob to ďalších 100 rokov, a ani tak nebudeš osvietený“. Nie, čo sa stane je, že keď to budete robiť ďalších 100 rokov, Boh sa nad vami zľutuje. Pošle vám niekoho, kto vám povie, „Pre pána Jána, človeče, je to tu dole $|^{\wedge}$, nie tam hore \leftrightarrow “. „Ach, a to mi hovoríš až po 14 životoch?“ „Nuž, áno, mal si veľa

zlej karmy, ktorú bolo treba odpracovať“. Dobrú karmu si treba zaslúžiť. Ľudia to neradi počujú! Oh. **Možnosť, to je dar, ale skutočná skúsenosť je zvyčajne evolučná.**

Dobre teda, takže si povedzme, (čiara), že toto je veľká nádrž ticha, toto je tichá beztvará energia. Z tejto tichej beztvarej energie vzniká myšlienka. Najprv ako nejasné, prvotné nič, akýsi psí pocit. Potom sa to postupne, a môžete to sledovať, stáva konkrétnejším psom, potom sa to stane starým Dunčom, potom tým, ako ho zrazil autobus, ako všetci plakali – a vyvinie sa z toho jeden dlhý, smutný a strašidelný príbeh. Tomuto sa hovorí premýšľanie. S tým sa ľudia stretávajú, keď sa snažia meditovať.

Teda pole vedomia je tiché. Z neho vzniká každá myšlienka, a to samostatne. Zdá sa, že sú v súlade. Súlad je vo vašej mysli. Res Interna. Nesúvisia. Myslíte si, že vytvárajú zrozumiteľný príbeh. Je to tak pre vás, ale vy ste si ho vymysleli!

Je tu ešte ďalší vplyv na pole (ABC), ktorý dodáva zmysluplný súlad, a to sú Sheldrakeové hmoto-tvorné polia. Je to tuhľa, ABC. Toto |^ potom premietate do postupnosti a nazvete ju ABC. Zmysluplnosť je tu hore (ABC). Tu dole nie je zmysluplnosť $A \leftrightarrow B \leftrightarrow C$ a táto (čiara) je bez zmyslu. Súlad s rybami by vyzeral tak, že akoby ste mali veľký magnet na ryby a keď sa ryby vyhadzujú z mora, priťahuje ich tento magnet. Ale to až potom, čo vyskočili z mora.

V ničote je myseľ tichá – je to miesto na ktoré sa máte sústrediť, a to môžete robiť stále. *Ja sa zameriavam práve na to, práve teraz. V tejto mojej mysli sa nedeje vôbec nič. Nerád to priznávam, ale nič sa tam nedeje.* Ak sa sústredíte sem (čiara), ako to robím práve v tomto okamžiku, tu som (pod čiarou), tu sa nič nedeje. Pole tieto myšlienky vyťahuje, pretože hovorenie sa deje samo. *Po ceste sem sa ma niekto pýtal, že o čom dnes budem hovoriť. Povedal som, ako to mám vedieť. Nemám poňatia, čo sa bude diať. Ako by som to mal vedieť?* Toto je miesto, kde dávate pozor (čiara) – **pozeráte sa tesne pred myšlienkou**, tesne pred. **Nenechajte sa vcucnúť myšlienkami.** Myšlienky sú ako malé magnety. Zamerajte sa práve sem (čiara). Táto myšlienka hovorí: „Pozri sa na mňa, som taká roztomilá“; táto myšlienka hovorí: „Ach jaj, ach jaj“. Nenechajte sa nimi vcucnúť. **Úlohou týchto myšlienok je vás vtiahnuť do ich melodrámy**, pretože ak sa na myšlienky prestanete pozeráť, stanete sa osvietencami a ich dni sú zrátané. Nezamestnané ego.

Teda pri neustálom vzdávaní sa a uvoľňovaní, sa vaša kapacita to dokázať zvyšuje. Prečo? Pretože tieto $A \leftrightarrow B \leftrightarrow C$ majú určitú príťažlivosť zvädzavosti a naivný človek, bez duchovného tréningu, sa ľahko nechá vtiahnuť do príbehu starého Dunča, ako ho zrazilo, ako sme všetci plakali, celá tá melódia. Duchovne nevytríbená osoba teda potrebuje tréning, aby sa dokázala od toho odlepiť a ignorovať zvädzanie, pôvab, erotiku, alebo nech už je to čokoľvek.

Spôsob, akým tu žijete (čiara), je ten, že každá z týchto myšlienok, tak, ako vzniká, sa postupne zosilňuje. Keď sledujete, ako myšlienky vznikajú, uvidíte, že postupne narastajú, vrcholcia a potom opadávajú späť do mora. Ak sa snažíte mať veci pod kontrolou, tak žijete na prednej časti vlny. Takíto ľudia vždy žijú život

v očakávaní, vyťahovaní sa, strachu, paranoje a plánovania. Podobne ako hudobná nota, ktorá vystúpi na vrchol a v okamihu, keď ju počujete, sa už stráca.

A ľudia, ktorí žijú v minulosti, sa nemôžu zmieriť so starým Dunčom. Existujú ľudia, ktorí celý život smútia za stratou spred mnohých rokov. Sú pripútaní k minulosti. Je to spôsob, ako sa vyhnúť realite súčasnosti.

Takže pomocou duchovného tréningu a metód môžete znížiť |^ príťažlivosť, zvodnosť fascinácie myslenia. Teraz si už ale pritom si uvedomíte, že prichádzajú z ničoho. Takže ak sa sústredíte práve sem (čiara), zameriavate sa na more a nie na ryby. **Nesmiete sa dať nachytať na ich vábenie, na novinku** lietajúcich rýb. Nie. Neustále sa sústredíte na more. Táto ryba vyletí (A|^), táto ryba vyletí (B|^), táto ryba vyletí (C|^). Všetky vyletujú z mora nezávisle od seba. Ale v mori sa nič nedeje.

More je pokojné a tiché. Toto je ticho (čiara). Nedá sa vedieť, čo za zvuk bude tu (A <-> B <-> C), kým ho tieto uši nepočujú. Neviem, čo budem hovoriť. Prečo? Pretože sa to deje samo. Pretože namiesto toho, aby to vychádzalo zo zámeru a predpisu, pole prinesie to, čo je polu vrodené. Pole vytvorené skupinou ako táto, **automaticky vyťahuje** z hovorca pospevovanie alebo informácie, ktoré potrebuje. *Ako by som mohol vedieť, čo potrebuje? To by som mohol len tušiť. Tým, že som to počul, predpokladal by som, že pole, ktorým ste vy, a tento ja tu – že toto pole vyťahuje to, čo je vrodené polu a je v súlade s polom. Súhlasíte? Nehovorím o golfe, lukostreľbe, šerme. Pravdepodobne teda pole vyťahuje duchovné informácie, a nie golf.*

Ako vás myseľ udržuje zaneprázdnených? Toto (A <-> B <-> C) je váš televízor v hlave. (Snímka14 =) Politizuje, moralizuje, idealizuje, hypotetizuje, romantizuje, kritizuje, emocionalizuje, dramatizuje, katastrofizuje, robí z vás obeť, racionalizuje, fantazíruje, infantilizuje, intelektualizuje, mentalizuje, okúzľuje, démonizuje, koristí a teoretizuje.

Faktom je, keď to sledujete, a je to tak, že vo vašej mysli sa nič nedeje. **Práve teraz je vaša myseľ tichá. Počuje** tieto veci (A <-> B <-> C), to je všetko. Ale vaša myseľ nič nerobí ani nič nehovorí. Akože **registruje**. Takže to máte niečo ako rezonančnú dosku, ktorá zachytáva vibrácie toho, čo sa deje, ale sama o sebe je ticho. Môžete to rozpoznať pri meditácii – jedno bodovou koncentráciou mysle.

Ak ste pravidelnou duchovnou prácou oslabili okúzľovanie myšlienkami a ich príťažlivosť (A <-> B <-> C), ľahšie si udržíte pozornosť práve tu (čiara). Vidíte, toto je ako magnet (A <-> B <-> C), ktorý vás priťahuje – „pozrite sa na krásny príbeh“, „krásna nahá dáma“, „pozrite sa na nadpis“. Chce vás vytiahnuť z mora, ktoré je tiché (čiara) a zapojiť vás do svojej zábavy. Z toho žije.

Duchovným tréningom si teda vyviniete určitý úmysel. **Takýto úmysel vás vytiahne z tejto príťažlivej sily. Ak je vašim zámerom zažiť realitu neviditeľného poľa vedomia, z ktorého vychádza myslenie, začnete si to čoraz viac uvedomovať.** Je to teda skôr zameranie sa na periférne ako na centrálné videnie. Je to akoby si uvedomenie si atmosféry tejto miestnosti. Atmosféru toho, čo sa deje. A nenechať sa vcucnúť niekým, kto sa pohráva s gombíkmi vedľa vás. Je to, akoby ste kráčali svetom v duchovne zamyslenom stave, vedomí si celkovej atmosféry vášho okolia,

pretože táto celková atmosféra zahŕňa v sebe históriu, zahŕňa evolúciu. Ak napríklad idete okolo katedrály Notre-Dame, Louvers alebo nejakého starého kostola a ak to robíte v duchovne zamyslenom štýle, uvedomujete si energiu ich výstavby, ich vzniku, a ich vnútorný architektonický štýl. Je to takmer akoby ste to videli vo svojej mysli. Preto si začnete viac uvedomovať energetické polia a nie ich obsah.

Pri čítaní som sa pomýlil a po prvej strane som prečítal prvé dva odstavce z tretej, až potom druhú stranu. Nuž čo.

..... Ďakujem.

HONZA: Ukážka, jak jiní učitelé chápou, kde je ticho. Wayne Dyer – jeho pohled. Co nesedí s Dr. Hawkinsem a nedovede vás k osvětlení. Opět audio.

A few chosen sentences from CD: „Getting in the Gap“ – gap between thoughts: beg. of track 1, and track 2 from 1:15 for 1 minute.

*It has been said that it is the space between the bars that holds the tiger and it's the silence between the notes that makes the music. **It is out of the silence, or the gap, or that space between our thoughts that everything is created, including our own bliss.***

*I am going to ask you now to put all your attention on the word OUR. Place your attention on the word OUR and see it appearing on the screen of your mind. Now I would like you move your attention off of the word OUR and onto the word FATHER. See the word FATHER appearing before you. Now what I'd like you to do is slip back into the space between those two words in your mind. Go back now to the space between OUR and FATHER and just rest there. Now I would like you to **repeat the sound of GOD, the sound of Á, japa, while in the gap.***

JULO: Zopár vybratých viet z Wayne Dyer z meditačného návodu na CD:

Hovorí sa, že je to práve priestor medzi mrežami, ktorý drží tigra a že je to práve ticho medzi notami ktoré robí hudbu. **Je to práve z ticha, alebo z medzery, alebo ešte ináč povedané z priestoru medzi našimi myšlienkami, z čoho sa všetko vytvára, vrátane našej blaženosti.**

Teraz vás idem požiadať o upútanie celej vašej pozornosti na slovo OTČE. Sústreďte sa slovo OTČE a uvidíte toto slovo na obrazovke svojej mysle. Teraz, prosím, presuňte vašu pozornosť zo slova OTČE na slovo NÁŠ. Uvidíte pre sebou slovo NÁŠ. Teraz vás žiadam sa sklízuť v mysli naspäť do medzery medzi tými dvoma slovami. Vráťte sa do priestoru medzi OTČE a NÁŠ a ostaňte v ňom. Teraz si prajem, **aby ste opakovali zvuk Boha, čo je zvuk Á, japa, počas toho, kým ste v tej medzere.**

Wayne Dyer má výborné knihy a veľa dobrých filmov, ktoré sa oplatí vidieť Ďakujem.

HONZA: A to byla opět ukážka, proč studovat učení Dr. Hawkinse. Na základě vědomostí z našich předešlých setkání doufám, že jsme nebyli překvapení.

Dnes jsme měli větu, kterou si můžeme říkat:

Ó, Pane, ať jsem dnes takový, jaký jsem, z Tvé milosti jsem rozhodnutý být, jakým jsem.

(Oh, Lord, whatever I am today, by Thy grace do I choose to be that which I am).

HONZA: A to je konec, připravených textů, začíná diskuse a odpovědi na otázky...

Rovnou se Jula zeptám, jak chápat tu větu, kterou si máme říkat, protože zní poněkud kostbatě a někomu nemusí dávat smysl.

Co navrhuje, abychom vylepšili, aby vám to lépe pasovalo, lépe s vámi rezonovalo?

Pište, prosím, případné náměty na mail uvedený v záhlaví stránek.

Následující část: [Subjektivita, Objektivita a Realita + praktické rady na jednání.](#)