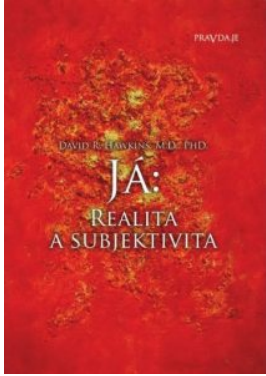


Kapitola 2: Duchovní informace a praxe

Předcházející část: Kapitola 1: Učitelé a studenti

<p>JÁ: REALITA A SUBJEKTIVITA</p>	<p>Práva na vydávání překladů knih Dr. Davida R. Hawkinse mají v ČR s SR dvě společnosti – Nakladatelství Pravda.je a Pragma. Nevytváříme vlastní e-shop, ale můžete náš web a naše společné neziskové akce a setkání podpořit zakoupením knihy na stránkách vydavatele. Námí vytvořené družstvo EVOLUCE, které je účetně pořadatelem neziskových akcí a setkání, získá z takto zakoupené knihy příspěvek na svoji činnost. Při objednávání stačí ve třetím kroku, kdy vyplňujete „Informace o vás“ rozkliknout „Zadat poznámku pro prodejce“ a napsat text „evoluce“. □ Doprava i platba je přizpůsobena pro Českou i Slovenskou republiku. Vydalo nakladatelství PRAVDA.Je – 2020</p>
	
<p>Přesměrovat a objednat knihu...</p>	

Otázka: Jsou všechny informace, které byly poskytnuty, dostačující?

Odpověď: Na určité úrovni ano, jsou dostačující, ale může jich být i více. Paradoxně, pokud se člověk drží podstaty, nic z toho není potřeba. Tyto informace jsou určeny pro tradiční duchovně hledající, kteří jsou tak během staletí inspirováni a pak pokračují zkoumáním, vyhledáváním a uváděním získaných informací do života. K dispozici je také cesta náhlého osvícení, ke kterému může dojít zdánlivě spontánním způsobem, nebo jako výsledek meditace nebo nějaké duchovní praxe, nebo pouze v přítomnosti osvíceného učitele.

Velkého skoku ve vědomí lze dosáhnout po hlubokém odevzdání se Bohu. Toto zažili v naší společnosti lidé, kteří se dostali „na dno“. Vědomě se odevzdali Bohu a tím se začali transformovat. Ze dna pekla, paradoxně, je nebe blízko. Vidíme to v tzv. konverzi, když bývalý odsouzeníhodný „hříšník“ je přeměněn v klidného, milujícího a téměř svatého člověka. Vězni často přejdou prostřednictvím významného zážitku transformace do opaku své bývalé existence. Tato náhlá osvícení se také objevují současně se zkušeností zážitku blízké smrti. Takto může dojít k překročení mnoha úrovní vědomí najednou. Často tomu předchází dlouhé období vnitřní agonie. Skutečná konverze je potvrzená významným skokem při kalibrování úrovně vědomí.

Když jsou duchovně orientovaní lidé vystaveni informacím, které zde byly poskytnuty, vykazují změnu v naměřené úrovni vědomí. Před a po každé přednášce se kalibruje úroveň vědomí diváků a obecně vykazuje zvýšení v průměru mezi deseti až čtyřicet body pro publikum jako celek. To se může lišit jednotlivě, od čtyř bodů až po stovky bodů. Ve skupině se však projevují velké odlišnosti kvůli „karmické zralosti“.

Většina duchovních uchazečů prochází různými fázemi, které se mohou pohybovat od

zoufalství až po velkou radost nebo dokonce extázi. Existují také dlouhá období, kdy se zdá, že se nic neděje a osoba cítí, že se nikam nedostává. Ta se střídají s obdobími, která se jeví jako stagnace, frustrace, sebeobviňování a dokonce i beznaděje. Všechna tato období v rámci celého procesu jsou normální.

Stálost a obětavost přináší úspěch. Cesta je jednodušší, pokud je k dispozici skutečný učitel nebo specializovaná skupina. Cesta k nedualitě závisí především na věnování se meditaci a oddanosti, vytrvalosti a vnitřní disciplíně k dosažení potřebné „jednotnosti vědomí“. Pokud duchovní aspirant oddaně usiluje o Boha skrze nezištnou kapitulaci ega, nemusí nutně pochopit jeho strukturu.

Minulá karma, která je pro aspiranta neznámým faktorem, má rovněž velký vliv. Proto se člověk nemůže porovnávat s ostatními, nebo očekávat nějakou náhlou událost, podobnou té, k jaké došlo u známého učitele Ramana Maharshi. Jako obyčejný teenager najednou upadl a cítil, že umírá. Přešel do stavu jednoty a tiché blaženosti, který kalibruje na více než 700. Následkem toho nebyl schopen mluvit po dobu dvou let. Kdybychom zkoumali tento příběh testováním svalů, zjistíme, že strávil mnoho předchozích životů v duchovním úsilí a jeho zdánlivě náhlé osvícení v tomto životě bylo vlastně plodem předchozího snažení a odhodlání.

Otázka: *Takže není nutné znát informace?*

Odpověď: Pokud se držíme podstaty, odpověď je ne. Především to, co bylo poskytnuto, je vysvětlení vedoucí k mnohem snazšímu rozpuštění myšlení a víry. Prostě víte, že dvojice protikladů jsou pouze artefakty postojů bez inherentní reality a jsou jedním z nástrojů, které jsou potřebné. Toto prohlášení může být méně srozumitelné, nicméně pomáhá s vysvětlením. Jakmile je vysvětlení pochopeno, může být odloženo. Stejně tak při prosté meditaci člověk může objevit a vědět, že Já je podstata a zdroj vědomí a podvědomí. Množství požadovaných informací, které dokážou usnadnit duchovní evoluci, závisí také na původní úrovni vědomí hledajícího. Lidé s úrovní 200+, 300+ a 500+ často žádají jen málo vysvětlení. Mají hlubokou důvěru v odhalené pravdy a přistoupili k jejich přímému použití.

Průměrný vzdělaný uchazeč má však úroveň 400+ a obvykle vyžaduje mnohem podrobnější vysvětlení. Úroveň 400 je obtížná na překonání logiky, intelekt a rozum jsou v mysli silně usazeny a velmi houževnatě se drží.

Otázka: *Kdo je „pokročilý“ hledající?*

Odpověď: Pokročilejší uchazeč slyšel, že nežijeme jen „teď a tady“, a že tím nese odpovědnost za vše, co se stane. Vše, co se děje, odráží to, co jsme konali v minulosti a v minulých životech. Tedy, náhoda je vyloučena. Postoj „nevinné oběti“, se všemi jejími podvodnými „výmluvami“ je tak odhalen. Přítomnost je tedy výsledkem toho, co nebylo dříve řešeno, co bylo odmítnuto a zatlačeno do podvědomí. Podíváme-li se do nitra, najdeme tam zdroj protivenství, je tam, kde jej lze řešit a opravit. Víra je určující pro to, co zažíváme. Nejsou k dispozici žádné vnější „příčiny“. Z podvědomí vystupují utajené šablony jednání. Jedná se o základní naprogramování, ve kterém si prostě zapisujeme svou litanii nesnází a trápení a pak ji jen převádíme do protikladů, které „musíme řešit“.

Představa, že

„Mě lidé nenávidí“ pochází z vlastní vnitřní nenávisti.

„Lidé se o mne nezajímají“ je narcistickou absorpcí štěstí druhých a snahou získat zájem ostatních.

„Nikdo mne nemá rád“ pochází z toho, že nedávám lásku ostatním.

„Lidé jsou na mě hrubí“ pochází z nedostatku srdečnosti k ostatním.

„Lidé na mne žárlí“ vychází z vnitřní žárlivosti na ostatní.

Takže pokud my převezmeme odpovědnost za to, že jsme autory našeho světa, blížíme se ke stavu, ve kterém je možné zjednat nápravu. Tím, že milujeme druhé, zjistíme, že jsme obklopeni láskou a milostí. Když bezvýhradně podporujeme život bez očekávání zisku, život nás na oplátku podporuje.

Když opustíme zisk jako motiv, život reaguje s nečekanou velkorysostí. Když vnímáme tímto způsobem, tak se v životě každého oddaného duchovního aspiranta začnou dít zázraky. Harmonie se projevuje jako nečekaný objev, náhodná příhoda nebo štěstí a nakonec zjistíme, že se jedná o navracející se vlnky toho, co jsme vyslali.

Otázka: *A co jednoduchost?*

Odpověď: Jednoduše stačí mít důvěru v osvědčeného učitele, nebo cestu a být oddaný Bohu. Vše je nezpochybnitelné a jednoduché, základní duchovní pravda odhalí překážky.

Stačí se upřímně zasvětit, stát se služebníkem Pána a zeptat se, co je jeho vůle. Odpovědi se objevují samy, aniž je nutné je formulovat. Být jednoduše „duchovní“ znamená záměr. Pokud člověku není jasné rozhodnutí nebo směr, vždy může použít svalové testování pro vyjasnění. Testování je opravdu skvělý dárek, kterým se lze dovědět, co je to pravé či správné.

Otázka: Co když nemám zkušenosti s testováním svalů nebo nemám žádného partnera?

Odpověď: Zkouška svalů je především rozšířená mezi holistickými praktiky mnoha disciplín a pomáhá profesím. Existuje také mnoho organizací, které vedou seznamy praktiků s jejich různorodým zaměřením. Navíc existují četné knihy o tématu a množství informací na internetu pod heslem „kineziologie“.

Někteří lidé dokážou samostatně testovat pomocí „0“, tvořeného palcem a prstem jedné ruky a pak testováním síly potřebné k otevření kroužku tahem pomocí ukazováčku druhé ruky. Udržujete-li v mysli pravdivé prohlášení, je obtížné kroužek „0“ roztáhnout. Nepravdivé prohlášení dělá kroužek slabý a prsty lze snadno ukazovákem roztrhnout. (Poznámka překladatele: V praxi se ukázalo, že tento systém je u nás spolehlivý až u lidí s hodnotou 500+.)

Na mapě vědomí (viz příloha B) jsou úrovně vědomí popsány doslovně, aby bylo možno identifikovat přibližnou úroveň jakéhokoli postoje nebo emocí. Účelem popisu

těchto úrovní je, že poskytují určitý směr a kontext pro pochopení povahy vědomí.

Prostřednictvím vnitřní poctivosti lze docela dobře odhadnout vlastní úroveň vědomí tím, že identifikujeme převládající postoje a pozice. Takže pokud jsme vždy rozzlobeni nebo vidíme nespravedlnosti, pak hněv / pýcha bude pravdivou úrovní, s níž bychom se mohli identifikovat.

Tato úroveň se snadno překročí ochotou opustit odsuzování a uvědoměním, že jde jen o postoje mysli. Postoj, který charakterizuje tuto úroveň, je „Není to fér, že Bůh miluje všechny“. Podle tohoto postoje se člověku zdá, že dobří lidé si přeci zaslouží více.

Otázka: *Existuje něco takového jako „duchovní zásluha“?*

Odpověď: Spravedlnost je v univerzu neodmyslitelná kvalita jeho podstaty. Nekonečnému, bezčasovému všezahrnujícímu poli vědomí nic neunikne. Důsledky jsou automatické, spontánní a zaručené samotnou strukturou stvoření. Všichni jsou v určitém bodu učebního procesu ve vývoji vědomí, a každá úroveň má své vlastní charakteristiky. Tyto charakteristiky jsou vrozené poli vědomí a nezávisí na osobní libovůli. Nejsou „dány“ nebo „odebrány“. Duše je autorem svého vlastního osudu vlastní volbou a výběrem. Každý tíhne ke své vlastní úrovni. Duchovní paradoxy se mohou objevit v reakci na duchovní volbu; například, duchovní uchazeč touží po lásce a radosti, ale tento záměr spouští zábrany a znemožňuje jejich projevení. Ti, kteří se oddávají míru a lásce, automaticky vytahují z podvědomí vše kruté, nemilosrdné a nenávistné, aby se to vyléčilo. To může způsobit zděšení až do doby, než je odsuzování nahrazeno soucitem a odpuštěním. Bylo to právě toto, co zablokovalo lásku a radost, takže člověk může být vděčný, že tyto odrazující prostředky byly použity k výchově jako dostupné duchovní nástroje.

Tento proces vývoje vědomí, ve kterém člověk překonává překážky, se může občas zdát být bolestivý, ale to je přechodné. Chyby se objevují, ale jsou řešitelné a jsou dávány do souvislostí z vyššího porozumění. Tento proces se zkrátí a je méně bolestivý, pokud si uvědomíme, že obvyklé odpovědi nejsou čistě osobní, ale jsou součástí lidského dědictví. (To je dobré si uvědomit. Zdá se mi to docela důležité. – pozn. překladatele A. Mareš.)

Vše, co v sobě odsuzujeme, je odhalováno v téměř každém televizním dokumentu o zvířecím životě. Vidíme jeho zdroj, vidíme milostnost zvířat v její naivitě, a pak si uvědomujeme, že stejné motivy vznikají i v nás ze stejné úrovně naivity. Když člověk přijímá strukturu a obsah myšlenkových vzorů spolu s jejich původem, lze vidět, že jsou předvídatelné.

Ve skutečnosti žádné myšlenky o sobě nebo druhých nemají jakoukoli realitu. Všechna naše tvrzení jsou chybná a představují naprogramované postoje.

Všechna pozitivní prohlášení o něčích hodnotách nebo zásluhách jsou rovněž založena na fikci. Právě Já je neviditelné a nemá charakteristiky, jež lze posuzovat. Nemá žádné popsatelné kvality a vůbec nemůže být předmětem žádných adjektiv. Já jen „je“ a je mimo slovesa, příslovce a přídavná jména. Dokonce ani nic „nedělá“.

Otázka: Nevypovídají však kalibrované úrovně vědomí o hodnotě úsudku nebo zásluh? Není tedy úroveň 500 lepší než 400?

Odpověď: Měřítka neznámá „lepší než“, což je program ega. Měřítka pouze označují pozice nebo umístění, které zase označují přidružené charakteristiky. Velký strom není „lepší než“ malý strom. Takže úroveň vědomí označuje pozici na křivce učení a fázi vývoje vědomí. Radost ze života pochází z naplnění potenciality na každé dané úrovni. Každá úroveň má své odměny a ty jsou skutečně stejné pro každou osobu.

Naplnění cíle je samo-obohacující, pokud je cíl výsledkem žádoucího směru. Pak život věnovaný Bohu je nekonečně sebenaplňující, zatímco naopak život věnovaný ziskům je plný nástrah a utrpení.

Lidské vědomí postupovalo v dějinách velmi pomalu. To bude nyní pravděpodobně zrychleno a duchovnost v běžném životě více vítězí. Dokonce i podnikatelský svět zjistí, že zahrnutí duchovních hodnot je velmi výhodné a zdravější, když je odráží.

Prosperita se měří nejen v dolarech, ale i v potěšení z účasti. Duchovní hodnoty jsou přístupny všem. Potvrzení je zřejmé, například: měli bychom chránit naše pracovníky, protože se o ně staráme a ne kvůli tomu, že když tak neučiníme, bylo by to porušením morálky a přineslo by to pokárání od OSHA.

Je třeba poznamenat, že mnoho podniků a vládní byrokracie má tendenci ke kalibraci na 202. Z této kalibrace lze předpokládat, že mají integritu především proto, že jsou donuceni zákonem. Naše instituce se nevyznačují milosrdenstvím a odpuštěním, nebo laskavostí. Mnohé zřejmě fungují na špatné úrovni; jsou charakteristicky bez humoru a mají tendenci být nadřazení vůči svým zaměstnancům a veřejnosti. Neosobnost se zdá být současným stylem; například automatický hlasový stroj reaguje na volání čísla 800 nikoliv vřelým „ahoj“ plochým, studeným vzkazem. Svět podnikání potřebuje lidské teplo, lidskou přítomnost, srdečnost a péči. Zdá se divné, že majitelé mnoha milionů dolarů si nemohou dovolit telefonní recepční za deset dolarů na hodinu.

Historicky se lidstvo bolestivě obávalo teokracie a odvolávání se na bohy buď při vládě, nebo v obchodě. Ústava Spojených států je však docela slušně sofistikaovaná v tom, že jasně rozlišuje mezi spiritualitou, která v jednoduchém jazyce popisuje pouze všechny známé lidské ctnosti, a náboženstvím, které je sektářské a proto nedemokratické.

Paradoxně, svoboda „od“ náboženství umožňuje svobodu v „náboženství“.

Pokud duchovní ctnosti nejsou označeny jako takové, mohou být vítány ve všech úrovních společnosti beze strachu a se zjevným přínosem. Dokud Božství zůstává anonymní, může se Bůh v klidu proplétat zadními dveřmi společenského života, jeho institucemi a velkými korporacemi.

Když se tak stane, přináší to souvislosti, v nichž se domněnky přeskupují v pevná fakta, s depolarizací a snížením nepřátelství mezi polarizovanými frakcemi. Tak je vidět, že navzdory tomu, že jsou démonizovány, velké korporace poskytují i □

samotný základ pro náš každodenní život, zaměstnání pro velké množství lidí a příjmy, které podporují celou sociální strukturu. Laskavost a zájem o druhé a jejich blahobyt je nejlepší věc v praxi.

Otázka: *Jaký aspekt vědomí by měl být „procvičován“ pro cestu mysli?*

Odpověď: Sledování záměru zdokonalilo jednoznačnost mysli. Tou je schopnost pro koncentraci a neochvějnou fixaci na záměr. Takové konání je svobodnou volbou a výsledkem rozhodnutí a je tedy zcela odlišné od náboženské posedlosti nebo úzkostlivosti. K dosažení této kvality je zapotřebí soustředění, intenzivní motivaci a oddanost. To představuje plný závazek k úkolu a jeho neúnavné následování. Takto získaná schopnost může být použita jak v praxi formální meditace, tak v každodenním životě. Zaměření se na konkrétní předmět, zatímco probíhá účast v každodenním životě je obecně nazývána rozjímání. (Tato věta mi sem logicky nepatří, nejraději bych ji vynechal pozn. A.M.). To lze provést dvěma různými způsoby, v závislosti na okolnostech nebo situacích v současném životě. Dokonalý aspirant se může přepnout, jak to životní situace vyžaduje. Metody se liší především svým zaměřením, jedna je zaměřena na kontext a druhá na obsah.

První způsob provedení je rozostřený, kontemplativní styl, představující posun směrem od centrálního vidění k perifernímu vidění. Při této praxi si je člověk neustále vědom svého celkového okolí, aniž se zaměří na něco konkrétního, v čem by byl angažován. Tato metoda není vhodná, přinejmenším na začátku, pro takové situace, které vyžadují pozornost na přítomnost a účast, jako je například řízení automobilu. Později lze tuto metodu používat téměř nepřetržitě. Pozornost zůstává pevně v obvodovém zorném poli, bez upřednostňování či odmítnutí toho, co je vidět nebo slyšet, a tak se rozvíjí odstup a objektivita. Najednou si člověk uvědomuje úplnost a jednotu všeho, co existuje, a to, že každý prvek je dokonalým výrazem jeho vlastní podstaty. Ukazuje se, že vše probíhá v perfektním klidu a úplné harmonii.

V tomto cvičení se záměr a soustředění cílí na periferní vidění a nikoli na myšlenky nebo úsudky o tom, co je vidět.

Po nějaké době se najednou stanete pozorovatelem a pak se stáváte samotným vědomím, které funguje spontánně a neosobně, aniž byste se „zapojili“. Postoj svědka odstraní „osobní“ iluzi vědomí. Dochází k překročení vnímání, které je nahrazeno duchovní vizí. Cvičení je snadné a odhaluje jednotu všeho, co existuje jako integrované a harmonickou dokonalost a krásu milosti. Všechno se pohybuje spontánně, a nic nezpůsobuje nic jiného. Je to harmonický tanec vesmíru.

Existuje další cvičení, které je stejně obohacující, ale oproti předcházejícímu je vhodné pro práci v náročných podmínkách každodenního světa. V tomto případě je bezpodmínečné stoprocentní fixování centrálního zorného pole na současnou zamýšlenou akci. Lze to přirovnat k míření na cíl. Během tohoto cvičení se začínají zastavovat myšlenky a pozornost je plně zaměřena na detaily vybrané činnosti. Ačkoli se pozornost může přesunout z jednoho objektu na jiný, podle toho jak to vyžaduje vykonávaná činnost, kvalita absolutní pozornosti a zaměření zůstává stejná (tj. obsah). Nelze vybrat „to“ nebo „ono“ jako důležitější, než to

ostatní. Je jedno, zda se jedná o obchod za deset tisíc dolarů, nebo jen oloupání brambor. Všechny činnosti jsou stejně důležité.

Nelze se držet naprogramovaných myšlenek. Jak se říká, k zasypaní příkopu je každá lopata stejně důležitá a odhodlání k činnosti musí být absolutní a úplné. V pravý čas se schopnost uvědomění stává neosobní. Neexistuje nic, co „děláte“. Postoj svědka se stává vlastním postojem a vše co je pozorováno, se děje samo. Všechny akce se dějí spontánně a bez námahy.

Obě metody odhalují skutečnost, která stojí za formou. Dochází k poznání, že tělo není „já“ a tělo se tak stane jen dalším předmětem na obrázku. Takové uvědomění se také často vyskytuje spontánně ve sportu nebo při usilovném cvičení např. joggingu. Když se v člověku zlomí bariéra předsudku, aktivita se náhle stává nenamáhavou a sama se objevuje. Může se to stát také při manuální práci. Když člověk přestane odporovat, může pokračovat bez námahy, i když ostatní pracovníci už odpadli kvůli vyčerpání. Když jednou zjistíme, jak lze bariéru překonat, můžeme to aplikovat na každou situaci.

V tomto životě byl tento objev učiněn, když jsem ještě jako dospívající pracoval ve skladě a stohoval velmi těžké kartony. Po zhruba dvanácti hodinách se objevila bariéra „nemůžu“, ale pak najednou vystoupila náhlá inspirace jak to absolutně bezvýhradně vyřešit, došlo k zatnutí zubů a absolutnímu odmítnutí bariéry, která se poté rozbila. Téměř okamžitě a úžasně se krabice staly skoro stejně lehkými jako peří a práce se změnila v radostnou, bez úsilí.

K objevení podstaty bojových umění Zen došlo za jiné situace. Navštěvoval jsem nějakou dobu školu karate s velmi schopným učitelem, a ačkoli cvičení už byla zvládnuta, základní jádro, které mělo být objeveno, stále chybělo. Celá disciplína bojových umění se opravdu zdála být meditací, ale základní realizace stále nebyla zjištěna. Stalo se zřejmým, že taková cesta může trvat i mnoho let, takže lekce byly opuštěny a karate praxe byla zastavena.

O několik let později vznikla potřeba v přeplněném chovu slepic zachytit specifickou nemoc kuřat, která potřebovala lékařskou pomoc. Při vstupu kuřata zachvátila panika a létala hystericky kolem. Vzduch byl plný létajících kuřat, prachu a hlasitého skřehotání. Cílové kuře bylo prakticky nedosažitelné, nešlo ho chytit nebo izolovat z hejna. Najednou se jako fokus objevil absolutní záměr. Osobní „já“ zmizelo a jako cíl v teleskopu zbraně bylo vidět jen kuře. Veškerý odpor zmizel do prázdného prostoru, akce vypukla a kuře bylo chyceno s absolutní přesností.

Tajemství bojových umění se odhalilo spontánně a s velkou jasností. Časové zpoždění mentace chybělo a význam byl při jeho objevení okamžitě jasný. Toto prozření může být nazýváno zenem každodenního života a toto zaostření mysli je dokonalé.

Řada takových technik je dobře známá a představuje důležitý aspekt mnoha duchovních škol. Náhlé osvícení, někdy nazývané „satori“, může být buď přechodné, nebo převládá jako trvalý osvícený stav. V obou případech se tato zkušenost nikdy nezapomene.

Každý může úspěšně meditovat bez nutnosti se připojit k duchovní organizaci s jejími formalitami. Obě techniky jsou použitelné pro meditativní praxi. První je věcné zaměření na periferní vidění. Vynechává centrální zaměření a namísto toho je věnována pozornost převažujícímu stavu a celkovým podmínkám, bez selektivity. Neexistuje žádný dosažitelný cíl. Všechny programy, jako například „dosažení satori“, jsou opuštěny. V podstatě jde o opuštění, vše pouze „je“. Vše je bez mentace. Osvícení, které nakonec nastane, odhaluje Božskou podstatu, která se projevuje jako vědomé vědomí vrozeného aspektu Já.

Naproti tomu existuje praxe, která je analogická centrálnímu nebo makulárnímu vizuálnímu zaměření. Místo snahy se vyhnout funkci obsahu sledovaného objektu se paradoxně udržuje intenzivní absolutně soustředěná pozornost na specifika jeho formy. Je to spíše jako zenové chytání kuřat. Existuje absolutní vyloučení všeho, kromě samotného předmětu pozornosti.

Zatímco v tradiční meditační praxi jsou myšlenky ignorovány, tak v této praxi se rozhodneme je mít soustředěné a ne jim odolávat. Předěl mezi vědomím / pozorovatelem a tím, čím je pozorovaný případ, se rozpustí. Bylo zjištěno, že neexistuje žádné „ty“, které je absorbováno ve formální koncentraci; proto je pozorovateli tím, co sleduje; oba jsou stejní. Obě praxe mají za následek přesah duality a rozpuštění iluzorní separace předmětu a objektu. Takže je odhalena Jednota reality.

Praxe soustředěného nebo periferního vidění v každodenním životě nebo neformální meditace obchází mentální obsah a systémy víry.

Existují meditační centra, která odmítají všechny popisné nálepky, například buddhistické nebo křesťanské.

Lze je navštěvovat a meditovat. Tak se odhaluje, že Pravda je univerzální a mimo všechna popisná označení. Všechna pojmenování nastavují očekávání, která se pak stanou omezeními, bariérami a iluzorními cíli. Stanovit cíl pro meditaci je jako nastavení cíle „být tím, čím jste“ nebo „zkusit hlubší relaxaci“. (Tak lze uzříť hodnotu tradičního Zen koanu, tj. krátkého iracionálního příběhu obsahujícího nelogickou „hádanku“, která osvobozuje mysl od zavedených konceptů.)

Otázka: *Je možné pro duchovní pokrok obcházet všechny informace a pouze dělat popsané duchovní praktiky?*

Odpověď: Ano. Slepá víra, pravdivé učení a bezúhonnost učitele, plus věnování se a dodržování jednoduché praxe jsou to, co se požaduje. Zatímco někteří studenti mají tuto schopnost pro víru a důvěru a postupují rychle, většina běžných duchovních hledajících již mnoho četla a má zkušenosti s různými duchovními skupinami a semináři. V důsledku toho mají mnoho otázek a požadavků na informace k řešení problémů. Mnoho duchovních hledajících je poměrně erudovaných a nahromadili obrovské množství duchovního vzdělání od velkého počtu různorodých zdrojů a doufají ve sladění všech různých údajů. To, co skutečně hledají, je vnitřní zkušenost reality, která byla dosud nedosažitelná.

Někteří hledající „byli všude, slyšeli všechno a navštívili každého“, ale stále

jsou nespokojeni, protože duchovní realizace dosud nenastala. Někteří lamentují, ztratili odhodlání, myslí si, že jsou beznadějní. Tito hledající potřebují dát své různorodé informace do souvislostí tak, aby jim sloužily, než aby se staly ohromujícím rezervoárem zajímavých, ale zatím neúčinných údajů. To obvykle znamená, že uchazeč nahromadil data uvnitř intelektu, ale dosud nevznikla subjektivní zkušenost. Základní struktura ega zůstává neporušená, ačkoli jeho obsah byl vylepšen. Zděšení této skupiny nenaplněných uchazečů je v naší společnosti založeno na výkladu, že k dosažení cíle je nutné mnohem tvrdší studium. S uvědoměním toho, že intelekt už není užitečným nástrojem, ale bariérou, dospívá hledající ke zralosti, která je nezbytná pro zaměření cesty k Bohu pomocí překonání mysli, ať už skrze srdce nebo cestou vědomí.

Častým problémem neúnavných duchovně hledajících je to, že nemají učitele s dostatečně vysokou úrovní vědomí, tj. takovou, jehož aura má moc katalyzovat transformaci informací na subjektivní vědomí / zkušenost. Skutečně osvícený učitel poskytuje prostřednictvím aury kontext s vysokou energií, který osvětluje a aktivuje studentův obsah mentálního těla na vyšší duchovní těla. Osvícený učitel poskytuje vyzařování, potřebné k aktivaci pomocí moci Milosti, k usnadnění transformace intelektuálních dat na subjektivní osobní zkušenosti. Vysoká energie frekvence aury učitele působí jako nosná vlna, která překoná kapacitu studentovy aury.

Je opravdu jednoduché vykonat obě cesty současně, tj. „cestu srdce“ a „cestu mysli“. Lze začít technikou centrálního, intenzivního zaostření nebo periferního zaměření, jak je popsáno výše, a aplikovat je v každodenním životě a meditativní praxi. Navíc se k tomu přidává cesta srdce, rozhodnout se být bezpodmínečně milující vůči všemu, s čím jste se setkali. To znamená, že člověk se musí naučit milovat dokonce i odpadky.

Když se nahlíží správně, odpadkové nádoby jsou nejen milé, ale také krásné a dokonalé. Všechny bloky milující povrch věcí musí být odstraněny. Mysl musí být vycvičena tak, aby si uvědomila, že jediný důvod, proč vidí staré odpadky jako odpudivé, je kvůli svému vnitřnímu naprogramování.

Jak člověk medituje nad odpadkovou nádobou, uvědomí si, že v realitě, neexistuje taková věc jako „odpad“. Místo toho například uvidíme, že existuje slupka melounu, a ve chvíli, kdy byla na stole, byla nazývána jídlem. Nyní, když se ocitla v odpadkové nádobě, nějak záhadně změnila svůj název na „odpad“. Vlastně je to jen stále kůra melounu. Vedle nevinného melounu je kus rozbité skořápky. Bez ohledu na to, co říkáte, je to stále jen jedna nevinná rozbitá skořápka.

Vedle ní leží hezký plastový obal, který byl následně roztrhán, otevřen a zmačkan, ale v podstatě je to stále jen hezký, šikovní kus plastu. Nyní, když jsou všechny seskupeny a umístěny do odpadní nádoby, mohou být najednou odmítnuty s epitetem, že to jsou „opravdové odpadky“.

Pokud je vnitřním záměrem vidět milost všech věcí, potom vše, co existuje, má svou vlastní integritu a identitu a všechno si stejně zaslouží být oceněno pro službu lidstvu.

Vodní meloun představuje práci zahradnictví. Jeho pěstování a dodávky poskytují příjem. Spotřeba vajec znamená, že kuřata žijí a vytvořila další celý průmysl. Dozvíme se, že překlopení do pozitivity nám umožňuje vidět hodnotu všeho, co existuje a jeho láskyplnost ve všech svých projevech. To, zda myš, která běží vedle odpadkové nádoby, je považována za rozkošnou nebo odpudivou, závisí na pozorovateli.

Snadnější a rychlejší cvičení než „odpadky“ může též poskytnout cvičení Zen, například „Kleenex Zen“. Pokud soustředíme pozornost mimo „hygienický účel“ ubrousků Kleenex, uvidíme krásu a milost podoby dalšího ubrousku, vyčnívajícího z krabice. Začíná vypadat jako elegantní socha, ne nepodobná nádhernému křídlu nebo zvlnění hladiny oceánu.

Když krása a laskavost starých odpadků dokáže odhalit jejich podstatu, duchovní uchazeč může tvrdit, že je na dobré cestě. Krásný tanec Kleenexu je výron Boží pravdy, která pokračuje dále, jak se člověk blíží cíli.

Otázka: *Upřesněte pojmy „obsah“ a „kontext“ a jejich vztah.*

Odpověď: Jedná se o kritickou otázku, která vede k samotným dveřím k pravdě. Oba jsou svévolné, ale velmi důležité výrazy, které skutečně označují úhel pohledu a jsou užitečné, dokud nedojde k jejich překročení.

„Obsah“ je libovolný bod zaměření, jako například množství dat, nebo podoba, která je zahrnuje.

„Kontext“ je souhrn všech věcí, s implicitními nebo specifikovanými hranicemi, nebo vůbec bez hranic, jako Bůh nebo celý vesmír. Například můžete vybrat konkrétní hvězdu (hvězdička „A“), poté se zbytek galaxie nebo celá obloha, včetně její evoluce v čase, stává kontextem, který zahrnuje také pozorovatele. Pokud je vybrána další hvězda pozorování (hvězda „B“), potom se objeví hvězda „A“ zahrnutá do celkového kontextu hvězdy „B“. Tím pádem, obsah a kontext nejsou samostatné díly, ani nejsou vlastními vlastnostmi, nýbrž reflektují vědomí pozorovatele. Stejně tak pojmy „lineární“ a „nelineární“ jsou kategorie myšlení a body intelektuálního odkazu. Forma obsahuje ne-formu a její substrát není od ní oddělen. Vědomí jako takové je všudypřítomné, ale informace registrované povědomím jsou důsledkem zaměření.

V transcendentním stavu je vše kontinuální a název nebo označení je pouze pohled, protože nic není vlastně odděleno. Vše je samozřejmé a samo vyzařující, a nemůže být adekvátně popsáno pomocí slov. „Tančící Šiva“ je zkušenostní, ne konceptí.

V běžném stavu vědomí je „já“ ega obsah, zatímco vědomí / Bůh / Já je kontext. Neklasifikovaný kontext má často větší vliv na výsledek než viditelný obsah.

Následující část: [Kapitola 3: Duchovní očištění](#)