

# SUR\_9. Jednobodovosť zameranie mysle

Předcházející část: SUR\_8. Čo znamená 'vzdanie sa' z hľadiska posledných metrov finišu pred osvietením?

Pre českú a slovenskú on-line skupinu <hawkins.support>. Editované 05mar2022  
Nasledujúce preložil a vyčákal Julo z angl. orig.: Dr R Dávid Hawkins, „Discovery of the Presence of God“, 2006, str. 125

## Jednobodovosť {zamerania} mysle

Základ {tohto prístupu, s ktorým sa chceme skamarátiť} sa popisuje ako nami vedome zvolený proces {voľného prietoku myslou zachyteného obsahu}, ktorý sa často pletie s pojmom 'sústrediť sa'.

Namiesto toho {'sústredenia sa' na obsah} sa tu jedná o dôsledok zaostrenia sa {na nechávanie odplachtenia každého myslou zachyteného obsahu}, a nie úsilia {zaostrenia sa na ten zachytený obsah}, na čo nabáda pojem 'sústrediť sa'. Ide vlastne o rozhodnutie 'umožniť' {odplachtenie obsahu}, a nie 'robiť' {štrúranie v obsahu}, {jin, nie jang}. Zahŕňa to ochotu vzdať sa, buď držania sa, alebo {, na druhej strane,} vyhýbania sa prehliadke svedkovaných javov, bez ohľadu na to, či je ich pôvod v nás (myseľ/emócie), alebo mimo nás (zdanlivosť vnímania / zmysly).

Je len potrebné zanechať príťažlivosť k, alebo averziu voči, prechádzajúcim javom. Pojem 'sústrediť sa' vedie k 'úsiliu' ega zamerať sa na obsah, ktorý je lineárny; namiesto toho by uvedomovanie si malo ustúpiť od obsahu (predstáv, myšlienok, nápadov, pocitov, atď.) {a nasmerovať sa} na samotné nelineárne pole rámca.

Tento postoj nás vedie bližšie k otázke 'kto' pozoruje. S vnútornou úprimnosťou potom človek zistí, že neexistuje 'kto', ale namiesto toho je to 'čo' – čo je nezávislá črta {vedomia}, ktorá svedkuje.

Od toho, {čo pozoruje, (a tým aj od svedkovaných javov)} sa dá odpútať

na základe stiahnutia zámeru niečo so {svedkovanými} javmi 'robiť',

ako napríklad ⇒ vytĺkať pôžitok alebo ⇒ nejakú emóciu.

Presnejší názov pre tento prístup {jednobodovosti zamerania mysle} je

'nebodovosť {zamerania} mysle', a to v tom zmysle, že

ide o našu voľbu/rozhodnutie nezaostrovať {' a hľadať

situácie’},

a tak sa nenechať vtiahnuť do účasti na prechádzajúcich javoch.

Človek, jednoducho, svojou voľbou, dovoľuje {‘difúzne’} svedkovanie {predvchádzajúcich a prechádzajúcich javov na obrazovke mysle}, namiesto úsilného jednobodového zaostrenia {a nenechá sa nachytať na kaviarenský ponuku tém, ponúkajúcich sa všednému ja na uchmatnutie} (...).

Predchádzajúce z angl. originálu: Dr R Dávid Hawkins, „Discovery of the Presence of God“, 2006, str. 125

Následujúci časť: SUR\_10. Ostrá Hrana Britvy: Zostávať na Vrchole Vlny