

# SUR\_2. Aký je najjednoduchší postup na meditovanie?

Předcházející část: SUR\_1. – 9 Hlavných črt duchovného prístupu SK

Pre českú a slovenskú on-line skupinu <hawkins.support>. Editované Julom 05mar2022. Nasledujúce preložil a vyčákal Julio z angl. orig.: Dr. Dávid R. Hawkins, „Synopsis and Study Guide to P vs. F“, Part III, str. 2

## Aký je najjednoduchší spôsob na meditovanie?

Všetka duchovná pravda sa nachádza v každom duchovnom koncepte; je iba potrebné úplne pochopiť *jeden jediný {duchovný} princíp*, aby sme porozumeli všetky a dospeli k Poznaniu Skutočnosti. Zvoľte si jeden duchovný princíp či nástroj, a neúnavne ho uplatňujte, až do jeho úplného vyčerpania: ⇒ odpúšťanie, alebo ⇒ láskavosť, uplatňované do úplnosti, {alebo} ⇒ 3. krok z 12-krokového programu {‘Anonymní Alkoholici’, AA}, {alebo} ⇒ čokoľvek. Potom tento {vami zvolený prístup} uplatňujte na každúčkú myšlienku, pocit, konanie, správanie, a to bez výnimky.

Stačí jediný skalpel na rozpitvanie celého ľudského tela, a stačí jediný duchovný skalpel {, teda jeden duchovný princíp,} na odseknutie sa od ega. Spočiatku si to vyžaduje úsilie na prekonanie vrodeneho odporu, ale keď sa ochota {‘to robiť’} zdokonalí, a to postupným vzdávaním sa, {tento} nástroj ožije svojim vlastným životom – {tu potom} už neexistuje všedné ja, ktoré by to robilo.

Napokon si uvedomíme, že tento nástroj je usmerňovaný niečím iným ako osobným všedným ja. Pravdu ‘nenájdem’, takže je ju márne ‘hľadať’. Božskosť sa odhalí sama, bez námahy {, po odstránení stanovísk}. Je to záležitosť pripravenosti sa na to {odhalenie}, a to agóniou umierania všedného ja a našich osobných {všedného ja} plánov. Telo je ‘ono’, karmická, kľúčikom naťahovacia hračka, ktorá si sama od seba vykračuje svojim vlastným osudom; na toto {kráčanie} vôbec nikdy nepotrebovala ‘mňa’. Ako mohla takáto myšlienka vôbec vyvstať a prevládať?

Duch a srdce sú jedno. Je to srdce, ktoré je zajedno s Bohom, nie myseľ. Objaviť svoje srdce znamená objaviť Boha.

**Aký je najjednoduchší postup na meditovanie?** Myslím si, že by ste mali len sedieť s mierne zdvihnutými a vystrčenými rukami, nie aby ste prijímali, ako je to tradíciou v {tzv.} západných krajinách, ale naopak, aby ste vyžarovali to, čo by ste dali svetu a ľudstvu. V tichom sede, s vystrčenými rukami, akoby ste chceli požehnať svet, sa stávate sprostredkovateľom Boha a vyžarujete bezpodmienečnú

lásku. Dávate všetko, čo ste nekonečne schopný dávať. [Ste vyžarovacou anténou.](#)

Začnete modlitbou, niečo podobné ako povedal Svätý František {z Assisi}:

*„Ako tvoj služobník, Ó Pane, dávam to, čo si mi dal.“*

Pritom, ako to robíte, sa prebudíte k tomu, za čím svet volá {o pomoc}, a automaticky to vyžarujete, a zrazu prídete k poznaniu, kto ste. Je to všetko bez slov. Môže to {však} trvať roky, kým vám to trkne. Je to jednoduché a priamočiare ako laser. Stanete sa zásadným laserovým lúčom.

Pokračujete v tom a to, čo ľudstvo potrebuje, sa vám odhalí, a to, čo ľudstvo vo svojej vlastnej prirodzenosti je, sa vám odhalí, a napokon aj to, čo je Skutočnosťou Vášho Ja-Bytia sa zaskvie v Absolútnej Súladnej Dokonalosti.

Myseľ je utíšená. Všetko existuje z titulu svojej vlastnej podstaty, a spontánne sa skvie {, prejavuje}. Neexistuje 'tu' alebo 'tam', ani subjekt a objekt, ani 'ja' a 'ty'. Nič nezapríčiňuje niečo iné. Všetko je už {také}, aké je, {aké to má byť}. Niet rozkúskovanosti. Všetko je {zliate} v jednom.

A nie je nič úžasnejšie, ako spätný návrat domov k svojmu Zdroju.

Predchádzajúce z angl. originálu: Dr. Dávid R. Hawkins, „Synopsis and Study Guide to P vs. F“, Part III, str. 2

Následujúcí část: SUR\_3. – 1 Postup na dosiahnutie vysokého stavu uvedomovania