



AWAKEN THE WORLD

Video Transcriptions

Inner Worlds, Outer Worlds

Part 4: Beyond Thinking



awakentheworld.com

Video transkripcija - Hrvatski

Unutarnji svjetovi, vanjski svjetovi – 4. dio: Izvan razmišljanja

Život, sloboda i potjera za srećom. Živimo živote goneći sreću u vanjskom svijetu, kao da se radi o nekom proizvodu. Postali smo robovi vlastitim željama i žudnjama. Sreća nije nešto što se može goniti ili kupiti kao jeftino odijelo. To je Maja, iluzija, beskrajna igra oblika.

U budističkoj tradiciji, Samsara - beskonačni ciklus patnje, ovjekovječuje se žudnjom za zadovoljstvima i nesklonošću prema boli. Freud je to nazvao principom zadovoljstva. Sve što činimo je pokušaj stvaranja zadovoljstva, da bi smo dobili nešto što želimo, ili da bi smo odbacili ono što je nepoželjno. Čak i jednostavni organizam poput papučiće radi istu stvar. To se zove reakcija na podražaj. Za razliku od papučiće, ljudi imaju više izbora. Slobodni smo razmišljati, a to je srž našeg problema. Razmišljanje o onome što želimo se otelo kontroli. Dilema modernog društva je u tome što težimo razumijevanju svijeta, ali ne u smislu arhaične unutarnje svijesti, već tako da zbrajamo i ocjenjujemo ono što opažamo kao vanjski svijet na znanstveni način, pomoću misli.

Razmišljanje je samo dovelo do još razmišljanja i još više pitanja. Težimo poznavanju najdubljih unutarnjih sila koje stvaraju svijet i vode ga. Ali smatramo da je ta bit izvan nas samih, da nije živa i svojstvena našoj prirodi. Poznati psihijatar Carl Jung je rekao: "Onaj koji gleda izvan sebe - sanja, onaj koji gleda unutar sebe - budi se." Nije pogrešno željeti biti budan, sretan. Ono što je pogrešno jest da tražimo sreću u vanjskim stvarima, jer se ona može pronaći samo unutar sebe.

Na konferenciji Techonomy u Lake Tahoe u Kaliforniji, 04.08.2010., Erich Schmidt - direktor Google-a, spomenuo je zaprepašujuću statistiku: Svaka dva dana stvorimo toliko informacija koliko smo stvorili od početka civilizacije pa do 2003. godine - To je oko 5 egzabajta (10^{18}) podataka. Nikada u ljudskoj povijesti nije bilo toliko razmišljanja i nikada nije bilo toliko zbrke na planetu. Da li je moguće da svaki puta kada se dosjetimo rješenja nekom problemu stvorimo još dva problema? Čemu sve to razmišljanje ako nas ne vodi do veće sreće? Jesmo li sretniji? Jesmo li složniji? Jesmo li veseliji zbog sveg tog razmišljanja? Ili nas to izolira, odvaja od dubljeg i značajnijeg životnog iskustva? Razmišljanje, djelovanje i obavljanje moraju se uravnotežiti sa postojanjem. Na poslijetku mi smo ljudska bića, ne ljudska djela.

Želimo i promjenu i stabilnost istovremeno. Naša srca počela su se odvajati od spirale života, zakona promjene, kako nas je razmišljanje sve više vodilo prema stabilnosti, sigurnosti i zadovoljavanju osjetila. Promatramo ubijanja, tsunamije, potrese i ratove sa morbidnim očaranjem. Neprestano pokušavamo zaokupiti svoj um, ispuniti ga informacijama. Televizija se emitira na svim mogućim uređajima. Igre i zagonetke. Tekstualne poruke. I sve moguće trivijalnosti. Dopuštamo si opčinjenost sa beskrajnom strujom novih slika, informacija, novih načina da mučimo i zadovoljimo osjetila. Za vrijeme tihog poniranja unutar svojeg bića možemo pronaći da je život nešto više od onoga što smatramo stvarnim, da živimo u svijetu gladnih duhova. Beskonačno žudeći, nikada zadovoljni. Stvorili smo vrtlog podataka koji leti okolo planeta da bi omogućio još više razmišljanja, još ideja kako popraviti svijet, popraviti probleme koji postoje samo zato jer ih je stvorio um. Razmišljanje je stvorilo cijelu ovu veliku zbrku u kojoj se sada nalazimo. Vodimo ratove protiv bolesti, neprijatelja i problema.

Paradoks je u tome što sve čemu se odupiremo, ustraje. Što je veći naš otpor, ono čemu se odupiremo postaje snažnije. Poput vježbanja mišića, ojačavamo ono čega se želimo riješiti. Što je onda alternativa razmišljanju? Koje još mehanizme ljudi mogu koristiti kako bi preživjeli na ovom planetu? Dok se zapadnjačka kultura posljednjih stoljeća usredotočila na istraživanje fizičkog, koristeći misao i analiziranje, druge drevne kulture su razvile jednako sofisticirane tehnologije za istraživanje unutarnjeg prostora. Gubitak povezanosti sa našim unutarnjim svjetovima stvorio je neravnotežu na planetu.

Drevni aforizam "spoznaj sebe" zamijenili smo sa željom da iskusimo vanjski svijet oblika. Odgovor na pitanje "Tko sam ja" ne znači opis onog što piše na tvojoj posjetnici. U Budizmu, čovjek nije sadržaj svoje svijesti. Vi niste samo skup misli i ideja jer iza misli je onaj koji promatra te misli. Imperativ "Spoznaj sebe" je Zen koan, nerješiva zagonetka. S vremenom, um će se iscrpiti pokušavajući pronaći odgovor. Kao pas koji lovi svoj rep, samo je identitet ega onaj koji želi pronaći odgovor, svrhu. Istina o tome tko smo ne treba odgovor jer su sva pitanja stvorena od strane egoističnog uma. Vi niste svoj um. Istina ne leži u više odgovora, već u manje pitanja. Joseph Campbell je rekao: "Ne vjerujem da ljudi traže smisao života onoliko koliko traže iskustvo življenja."

Kada su Budu upitali: "Što si ti?", jednostavno je rekao: "Ja sam budan." Što znači biti budan? Buda ne može točno odgovoriti jer je cvijetanje svakog pojedinca drugačije. Ali ipak kaže da to znači kraj patnje. Svaka velika religijska tradicija koristi naziv za stanje budnosti. Raj, Nirvana, ili Moksha. Tihi um je sve što trebamo da bi smo shvatili prirodu toka. Sve ostalo dogoditi će se kada se um utiša. U toj mirnoći bude se unutarnje energije i funkcioniraju bez našeg truda. Taoisti kažu da Chi slijedi svijest. U mirnoći počinjemo čuti mudrost biljaka i životinja, tihe šapate u snovima, i spoznamo suptilne mehanizme kojima se ti snovi materijaliziraju. Tao te Ching naziva takav način života "wei wu wei" - "Činiti, a ne činiti."

Buda je spominjao "srednji put" kao put koji vodi do prosvjetljenja. Aristotel je opisao zlatni rez - sredinu između dva ekstrema kao put prema ljepoti. Bez previše ili premalo truda. Yin i yang u savršenoj ravnoteži. Pojam Maje ili iluzije u Vedanti ukazuje da ne doživljavamo samu okolinu nego njenu projekciju koju stvaraju misli. Jasno je da nam misli omogućuju da iskusimo svijet vibracija na određeni način, ali naša unutarnja smirenost ne mora biti uvjetovana vanjskim događanjima. Vjera u vanjski svijet koji je neovisan o onome koji ga promatra je temelj za znanost. Ali, naša osjetila nam daju jedino neizravne informacije. Naše poimanje o tom umno-stvorenom fizičkom svijetu je uvijek filtrirano kroz osjetila i zbog toga je uvijek nepotpuno. Ispod svih osjetila postoji samo jedno polje vibracija. Ljudi koji "boluju" od sinestezije ponekad iskuse to vibracijsko polje na različite načine. Sinestetičari mogu vidjeti zvukove kao boje ili oblike, ili povezati obilježja jednog osjetila sa drugim. Sinestezija znači stapanje ili ispreplitanje osjetila. Čakre i osjetila su kao prizme koje filtriraju kontinuum vibracije. Sve u svemiru vibrira ali na različitim frekvencijama.

Horusovo oko sačinjeno je od šest simbola, od kojih svaki predstavlja jedno od osjetila. Kao i u drevnom vedskom sustavu, misao se smatra osjetilom. Misli primamo simultano sa osjetima koje tijelo doživljava. One izviru iz istog vibracijskog izvora. Razmišljanje je samo alat. Jedno od šest osjetila. Ali mi smo ga uzdigli tako visoko da smo se poistovjetili s našim mislima. Činjenica da ne smatramo da je razmišljanje jedno od šest osjetila je vrlo značajna. Toliko smo uronjeni u misao da je pokušaj objašnjavanja misli kao osjetila isto kao da objašnjavate ribi što je voda. Voda, koja voda? U Upanishadama piše: "Ne ono što oko može vidjeti, već ono čime oko vidi. To je vječni Brahma, a ne ono što ljudi ovdje obožavaju. Ne ono što uho može čuti, već ono čime uho čuje. To je vječni Brahma, a ne ono što ljudi ovdje obožavaju." Ne ono što govor može razjasniti, već ono čime govor može biti razjašnjen. To je vječni Brahma, a ne ono što ljudi ovdje obožavaju. Ne ono što um može misliti, već ono čime um misli. To je vječni Brahma, a ne ono što ljudi ovdje obožavaju."

U posljednjem desetljeću dogodio se veliki napredak u području istraživanja mozga. Znanstvenici su otkrili neuroplastičnost - izraz koji objašnjava ideju da se fizičko umrežavanje u mozgu mijenja ovisno o mislima koje njime prolaze. Kanadski psiholog Donald Hebb je rekao: "Neuroni koji se zajedno aktiviraju, umreženi su." Neuroni se najviše umrežuju kada je osoba u stanju zadržane pažnje. To znači da je moguće usmjeriti vlastito subjektivno iskustvo stvarnosti. Doslovno, ako su misli ispunjene strahom, brigom, napetošću i negativnosti, tada pogodujemo umrežavanju i stvaranju još takvih misli. Ako usmjerimo misli ka ljubavi suosjećanju, zahvalnosti i radosti, stvaramo umrežavanje za ponavljanje takvih iskustava. Ali kako da to učinimo kada smo okruženi nasiljem i patnjom? Ne radi li se o nekoj obmani ili poželjnom razmišljanju? Neuroplastičnost nije isto što i pojam iz New Agea da stvaramo realnost pozitivnim razmišljanjem, već je to isto što je Buda učio prije 2500 godina.

Vipassana Meditacija ili meditacija unutarnjeg samouvida može se opisati kao samo-usmjerena neuroplastičnost. Prihvaćanje stvarnosti onakvom kakva jest - kakva ZAISTA jest. Ali, moramo ju iskusiti u samoj srži osjeta, na vibracijskoj ili energetskej razini, bez predrasuda ili utjecaja misli. Kroz zadržanu pozornost u samoj srži svijesti stvara se umrežavanje za sasvim drugačiju percepciju stvarnosti. Većinu vremena shvaćali smo sasvim suprotno. Neprestano dopuštamo idejama o vanjskom svijetu da oblikuju naše neuralne mreže, ali naš unutarnji mir ne smije biti uvjetovan vanjskim događajima. Okolnosti nisu važne. Važno je samo moje stanje svijesti. Meditacija u Sanskrtu znači biti slobodan od mjerenja. Slobodan od usporedbi. Slobodan od sveg postajanja. Ne trudite se postati netko drugi. U redu vam je onako kako jest. Da bi smo se uzdigli iznad patnje fizičkog svijeta moramo ju u potpunosti prihvatiti. Reći joj "da". Tako da ona postane nešto unutar nas, a ne nešto u čemu smo mi. Kako da živimo na način da svijest više nije u sukobu sa svojim sadržajem? Kako isprazniti srce od beznačajnih ambicija?

Mora se dogoditi potpuna revolucija svijesti. Radikalni pomak usmjerenja iz vanjskog prema unutarnjem svijetu. To nije revolucija stvorena samo voljom i trudom. Nego i predajom. Prihvaćanjem stvarnosti kakva jest. Prikaz Kristovog otvorenog srca snažno prenosi ideju da se moramo otvoriti svakoj patnji. Moramo prihvatiti SVE ako želimo biti otvoreni evolucijskom izvoru. To ne znači postati mazohist, ne tražimo bol sami, ali kada bol dođe, što se neizbježno događa, jednostavno prihvatimo stvarnost ONAKVOM KAKVA JEST, umjesto da žudimo za nekom drugom stvarnošću. Havajci su odavna vjerovali da kroz srce spoznajemo istinu. Srce ima svoju inteligenciju, odvojenu od inteligencije mozga. Egipćani su vjerovali da je srce, a ne mozak, izvor ljudske mudrosti. Srce se smatralo središtem duše i osobnosti. Božanski glas je govorio kroz srce, dajući drvenim Egipćanima znanje o njihovom putu istine. Ovaj papirus prikazuje vaganje srca. Smatralo se da je dobro u zagrobni život otići sa laganim srcem. To je značilo da si dobro živio. Jedan univerzalni ili arehtipski stadij koji ljudi iskuse u procesu buđenja srčanog centra je iskustvo vlastite energije kao energije svemira. Kada si dopustimo da osjećamo tu ljubav, da budemo da ljubav, kada spojimo svoj unutarnji svijet sa vanjskim, tada sve postaje jedno.

Kako iskusiti glazbu sfera? Kako otvoriti srce? Sri Ramana Maharshi je rekao: "Bog živi u tebi kao ti i ti ne moraš ništa učiniti te bi spoznao boga ili sebe. To je već tvoje istinsko i prirodno stanje. Prekini svaku potragu, okreni pažnju prema unutra i žrtvuj svoj um jednom "sebstvu", koje zrači iz središta, srca tvogeg bića. Samo-propitivanje je jedino izravno i trenutno iskustvo koje ti to može na izravan i trenutni način pokazati." Kada meditiramo i promatramo osjete unutar sebe, svoju unutarnju živost, zapravo promatramo promjenu. Ta sila promjene je nastajanje i prolazak energije koja mijenja oblik. Stupanj do kojeg se neka osoba razvije ili prosvijetli, je stupanj do kojeg je stekla sposobnost da se prilagodi svakom trenutku ili da ljudsku struju okolnosti, boli i zadovoljstva, koja se stalno mijenja, preobrazi u blaženstvo. Lav Tolstoj, autor romana "Rat i mir" je rekao: "Svi razmišljaju o tome da promijene svijet, ali nitko ne razmišlja da promijeni sebe." Darwin je rekao da najvažnija osobina za preživljavanje vrste nije snaga ili inteligencija, već sposobnost prilagodbe promjeni. Treba postati vješt u prilagođavanju.

To je budističko učenje "annica" - - sve nastaje i prolazi, mijenja se. Neprestano se mijenja. Patnja postoji samo zato što se vežemo uz određeni oblik. Kada se povežemo sa dijelom sebe koji promatra, razumijevajući annicu, u srcu nastaje blaženstvo. Sveci, mudraci i jogiji su kroz povijest jednoglasno opisivali sveto zajedništvo koje se javlja u srcu. Radi li se o spisima Svetog Ivana od Križa, Rumijevoj poeziji ili tantričkim učenjima Indije, sva ta različita učenja nastoje izraziti suptilne misterije srca. U srcu se nalazi jedinstvo Shive i Shakti. Muška penetracija u spiralu života i ženska predaja promjeni. Svjedočenje i bezuvjetno prihvaćanje svega što jest. Da bi smo otvorili srce moramo se otvoriti promjeni. Živjeti u naizgled čvrstom svijetu, plesati s njim, sudjelovati u njemu, živjeti ispunjeno, voljeti potpuno, i znati da je sve prolazno i da se na kraju svi oblici rasprše i promijene. Blaženstvo je energija koja odgovara mirnoći. Dolazi tako da se svijest oslobodi od svih sadržaja. Sadržaj te blažene energije koja se rađa iz mirnoće JEST svijest. Nova svijest srca. Svijest koja je povezana sa SVIME što JEST.