



AWAKEN THE WORLD

Video Transcriptions

Inner Worlds, Outer Worlds

Part 4: Beyond Thinking



«Vnitřní světy, vnější světy»

část 4 - «Mimo hranice myšlení»

Život, svoboda, touha po štěstí... Žijeme v hledání štěstí ve vnějším světě, jako by to byla komodita, zatímco my se staneme otroky pro naše vlastní touhy a touhy. Štěstí nelze získat ani získat jako levný oblek. Štěstí je Maya, iluze, nekonečná hra forem.

V souladu s buddhistickou tradicí se Samsára, nebo jak se také nazývá - nekonečný cyklus utrpení, zhoršuje touhou po radosti a averzí k bolesti. Freud označil tento princip „principem potěšení“. Všechno v našem životě sestává z pokusů o vytvoření potěšení, získání toho, co je žádoucí, nebo aby se zabránilo tomu, co není žádoucí. To dělá infuzorii, která patří k nejjednodušším. Reaguje na stimulaci. Lidé však mají širší výběr ve srovnání s infuzemi. Jsme schopni přemýšlet a právě v tom spočívá podstata našeho problému. Jsme schopni přemýšlet a to je přesně podstata našeho problému. Přemýšlení o našich touhách je zcela mimo naši kontrolu. Dilema moderní společnosti je, že se snažíme světu porozumět nejen z pohledu archaicity Vnitřního vědomí, ale prostřednictvím kvantitativního a selektivního vnímání vnějšího světa pomocí vědeckých prostředků a myšlenek.

Proces neustálého myšlení nás vede pouze k nárůstu myšlenek a nárůstu otázek. Snažíme se o poznání vnitřních sil světa, které vytvářejí a řídí jeho průběh. Přitom vnímáme svět jako něco, co existuje mimo nás; místo toho, abychom to vnímali jako něco živého a přirozeného v naší vlastní přirozenosti. Slavný psychiatr Carl Jung řekl: „Ten, kdo se dívá za hranice, spí. Ten, kdo se dívá dovnitř, probouzí se.“ Není nic špatného na touze probudit se, abyste byli šťastní. šak HLEDÁNÍ ŠTĚSTÍ ZVENČÍ JE MYLNÁ PŘEDSTAVA, protože ŠTĚSTÍ MŮŽE BÝT NALEZENO POUZE UVNITŘ.

Na konferenci v Kalifornii, která se konala 4. srpna 2010 roku u jezera Tahoe generální ředitel společnosti Google Eric Schmidt citoval ohromující statistiky. "Nyní každé dva dny vytváříme tolik informací, kolik jsme vytvořili od samého počátku civilizace a do roku 2003," řekl. Množství těchto informací je přibližně 5 exabytů. Nikdy v lidských dějinách nebylo tolik zamyšlení a nikdy nebylo tolik otřesů na planetě. Mohlo by to být tak, že při přemýšlení o řešení jednoho problému vytvoříme další dva? Jaké je využití celého tohoto procesu myšlení, pokud nás nevede ke štěstí? Stáváme se šťastnějšími, klidnějšími nebo radostnějšími díky tomuto myšlení nebo nás tento proces izoluje a odděluje se od hlubší a smysluplnější životní zkušenosti? Naše myšlení, činy a činy musí být vyváženy s existencí: nakonec jsme lidské bytosti, nikoliv lidské činy.

Chceme změnu a stabilitu zároveň. Naše srdce jsou odpojena od spirály života, od zákona změny, protože naše myslící mysl nás vede ke stabilitě, bezpečnosti a uklidňujícím pocitům. Se nezdravým zájmem jsme svědky vražd, tsunami, zemětřesení a válek. Neustále se snažíme zaujmout naši mysl a naplnit ji informacemi: televizní

pořady proudí v proudu ze všech druhů zařízení, her a hádanek, textových zpráv a dalších podobných triviálních věcí. Necháváme se hypnotizovat nekonečným proudem nových obrazů, nových informací, novými způsoby, jak vzrušovat a uklidňovat pocity. Ve chvílích vnitřního ticha nám naše srdce mohou říct, že existuje život větší než naše realita; že žijeme ve světě hladových duchů, nekonečně žízňivých a nikdy spokojených. Vytvořili jsme celou víru dat, létajících kolem planety a přispěli jsme ještě více myšlenkami a nápady, jak opravit svět a vyřešit problémy, které existují pouze díky mysli, která je vytvořila. Myšlení vyvolalo velmi velký zmatek, ve kterém jsme nyní. Bojujeme proti nemocem, nepřítelům a problémům.

Paradoxem je, že vše, s čím bojujeme, stále existuje. Čím více něčemu odoláváme, tím silnější je; jako svaly, které se posilují v důsledku cvičení. Ve skutečnosti posilujeme to, co se chceme zbavit. Jaká je tedy alternativa k myšlení? Jaké další mechanismy mohou lidé použít pro svou existenci na této planetě? V posledních stoletích se západní kultura zaměřila na studium hmotného světa prostřednictvím myšlení a analýzy, zatímco jiné starověké kultury vyvinuly stejně sofistikované technologie pro studium vnitřního prostoru. Právě toto přerušení komunikace s naším vnitřním světem nevyvážilo naši vlastní planetu.

Dávný výraz „POZNEJ SÁM SEBE“ byl nahrazen touhou poznat a zažít svět vnějších forem. Informace obsažené na vaší vizitce neodpovídají na otázku, kým skutečně jste. V buddhismu se věří, že nejste jen obsahem vašeho vědomí, sbírkou myšlenek a nápadů právě proto, že za myšlenkami je někdo, kdo je svědkem těchto myšlenek. Výraz „POZNEJ SÁM SEBE“ je Zen Koan, záhada bez odhalení. Naše mysl se vyčerpává v důsledku všech pokusů najít odpověď na tuto otázku, jako pes, který se snaží zachytit svůj ocas. Pouze sobecké sebeurčení chce najít odpověď nebo cíl. Pravda je taková, že kdo opravdu jste, nepotřebuje odpověď. Přesně proto, že všechny otázky jsou vytvářeny pouze sobeckou myslí. Nejsi tvoje mysl. Smyslem není najít více odpovědí; ale že tam bylo méně otázek. Jak řekl Joseph Campbell: „Nevěřím, že lidé hledají smysl života, ale spíše že hledají zážitek z života.“

Buddha jednoduše odpověděl na otázku: „Kdo jsi?“. „Jsem probuzený,“ odpověděl. Co to znamená být probuzen? Buddha nebyl schopen přesně odpovědět na tuto otázku, protože rozkvět každého lidského života je odlišný a řekl jen jednu věc: „To je konec utrpení.“ V každé náboženské tradici má stav probuzení svůj vlastní název: ráj, nirvána nebo mokša. Klidná mysl je vše, co je potřeba k tomu, abyste si uvědomili povahu toku. Když se vaše mysl uklidní, pak se všechno ostatní stane přirozeně. V tomto klidu se probudí vnitřní energie a bude pracovat bez vašeho úsilí. Jak říká Tao: „Chi následuje vědomí.“ Když jste v nehybnosti a tichu, začnete cítit moudrost rostlin a zvířat, ticha šeptajícího ve snech a učít jemný mechanismus, kterým se tyto sny zhmotňují. V Tao Te Ching se tento způsob života nazývá "Wei Wu Wei", což znamená "Dělat, aniž by dělal". Buddha mluvil o „Střední cestě“ jako o cestě vedoucí k osvícení. Aristoteles popsal Zlatý Průměr jako Střed Mezi dvěma Extrémy, jako Cestu Krásy: ne příliš mnoho úsilí, ale také ne příliš málo; Jin a Jang v dokonalé rovnováze. Vedanta je známá jako Maya a také jako iluze, jako nedostatek pocitů skutečného prostředí a jeho vnímání ve formě projekce vytvořené pouze našimi myšlenkami. Naše myšlenky nám umožňují zažít vibrace světa určitým způsobem, ale **NNÁŠ VNITŘNÍ KLID BY NEMĚL BÝT ZÁVISLÝ NA VNĚJŠÍCH OKOLNOSTECH.** Víra ve vnější svět, nezávislá na vnímajícím subjektu, má pro vědu zásadní význam. Naše pocity nám však poskytují pouze nepřímé informace. Myšlenka fyzického světa vytvořeného naší myslí je vždy filtrována přes smysly a v důsledku toho je vždy neúplná. Všechny pocity jsou založeny na jediném vibračním poli. Někteří lidé, kteří jsou ve stavu tzv. „synestézie“, vnímají toto vibrační pole úplně jiným způsobem. Synestetici mohou vidět zvuky ve formě barvy nebo formy a případně kombinovat vlastnosti jednoho pocitu s jiným. Synestézie označuje syntézu nebo smíchání pocitů. Čakry i smysly jsou jako hranol filtrující kontinuum vibrací. Ve vesmíru vše vibruje s různou intenzitou a frekvencí.

Okno Hora se skládá ze šesti symbolů, z nichž každý představuje jeden ze smyslů. Stejně jako ve starém védském systému a nyní je myšlení považováno za pocit. Když tělo prožívá pocity, myšlenky vznikají současně ze stejného zdroje vibrací. Myšlení je jen nástroj, jeden ze šesti smyslů; ale dostali jsme to do tak vysokého

postavení, že se nyní ztotožňujeme s našimi myšlenkami. Samotný fakt neuznání myšlení jako jednoho ze šesti smyslů je velmi významná. Jsme tak pohlceni v našich myšlenkách, že se snažíme vysvětlit myšlenku jako pocit. To je téměř stejné jako vyprávění ryby o vodě. "Voda? Jaká pak voda?" V Upanišádách je napsáno: „Ne ten, koho lze spatřit očima, ale ten, skrze kterého mohou oči vidět. Vězte, že to je věčný Brahma; ne to, co tu lidé uctívají. Ne ten, koho lze slyšet ušima; ale ten, jehož prostřednictvím mohou uši slyšet. Vězte, že toto je Věčný Brahma; a ne to, co zde lidé uctívají. Ne ten, o kterém lze říci slovy; ale ten, kterým lze slova říci. Vězte, že toto je Věčný Brahma; a ne to, co zde lidé uctívají. Ne ten, na kterého mysl může myslet; ale ten, jehož prostřednictvím může mysl myslet. Vězte, že toto je Věčný Brahma; a ne to, co zde lidé uctívají“.

V uplynulém desetiletí došlo k velmi velkému pokroku v oblasti výzkumu lidského mozku. Vědci zavedli nový termín - neuroplasticitu, který vyjadřuje myšlenku, že fyzické spojení mezi mozkovými neurony se mění v souladu s myšlenkami, které jimi procházejí. Kanadský psycholog Donald Hebb poznamenal, že pokud jsou dva neurony aktivní současně, zvyšuje se jejich vzájemná souvislost. Když je člověk ve stálé pozornosti, neurony spolu komunikují; což znamená, že MŮŽETE VYTVOŘIT VLASTNÍ SUBJEKTIVNÍ VNÍMÁNÍ REALITY. To doslovně znamená, že pokud jsou vaše myšlenky naplněny strachem, úzkostí, úzkostí a negativitou, pak posílíte pouta pro růst stále více takových myšlenek. A naopak, pokud nasměrujete své myšlenky na lásku, soucit, vděčnost a radost, pak vytvoříte spojení pro opakování těchto zážitků. Jak to však můžeme udělat, pokud jsme obklopeni pouze násilím a utrpením? Není to sebeklam a zbožné přání? Neuroplasticita není pojem nového století, který mluví o vytváření své reality prostřednictvím pozitivního myšlení; konkrétně to, co Buddha učil před 2500 lety.

Meditace Vipassana, nebo jak se také nazývá - meditace vnitřního prozření, může být definována jako samosprávná neuroplastika. Přijmete svou realitu přesně tak, jak je, ve skutečnosti; ale vnímáte to na nejhlubší úrovni pocitů, na úrovni vibrací a energie, bez předsudků a bez vlivu myšlenek. V mozku, na nejhlubší úrovni vědomí, se pomocí neustálé pozornosti vytvářejí nová spojení, která definují úplně odlišný způsob vnímání reality. Ale u nás všechno dopadá opačně. Neustále umožňujeme, aby myšlenky o vnějším světě tvořily naše nervová spojení a vnitřní rovnováha by neměla záviset na vnějším jevech. OKOLNOSTI JSOU IRELEVANTNÍ, ZÁLEŽÍ JEN NA STAVU MÉHO VĚDOMÍ. Samotné slovo „meditace“ v sanskrtu znamená „být osvobozen od hodnocení, osvobozen od všech srovnání, osvobozen od všech shod“. Nesnažíte se být někým jiným, protože jste spokojeni se vším, co je nyní. Chcete-li povznést se nad utrpení fyzické reality, je nutné ji plně přijmout, souhlasit s ní; v důsledku toho se to stává něčím uvnitř vás, a ne jste něčím uvnitř. Jak se naučit žít takovým způsobem, že vědomí již není v rozporu s jeho obsahem? Jak očistit srdce od malicherných ambicí?

V našem vědomí musí dojít ke kardinálním změnám, k radikálnímu posunu v orientaci od vnějšího světa k vnitřnímu světu. Jde o revoluci vyvolanou nejen vůlí a úsilím, ale také pokorou, přijetím skutečnosti tak, jak je. Obraz Kristova otevřeného srdce silně vyjadřuje myšlenku, že se musíme otevřít všem utrpením a přijmout absolutně všechno, pokud chceme zůstat otevřeni evolučnímu zdroji. To neznamena, že se stanete masochistou, protože nehledáte bolest; ale když nevyhnutelně dojde k bolesti, jednoduše přijmete realitu takovou, jaká je; místo snahy o jinou realitu. Po dlouhou dobu Havajané věří, že pravdu poznáme srdcem. Srdce má svou vlastní inteligenci, která je stejně zřetelná jako mozek. Egypťané věřili, že lidské srdce a jeho mozek byl zdrojem lidské moudrosti, srdce bylo považováno za centrum duše a osobnosti. Božská řeč prošla srdcem a otevřela starověkým Egypťanům znalosti o jejich pravé cestě. Na tomto papyru je znázorněno Vážení srdce. Egypťané měli za milost vstup do posmrtného života s lehkým srdcem. To znamenalo, že jste žili dobře. Existuje pouze jeden univerzální nedotčený stav, který lidé zažívají v procesu probuzení srdečního centra - je to zážitek z jejich vlastní energie, jako energie vesmíru. Když si dovolíte cítit tuto lásku, být touto láskou a když propojíte svůj vnitřní svět s vnějším světem, pak se všechno stane jedním.

Jak můžeme cítit hudbu kouli? Jak se srdce otevírá? Šri Ramana Maharši řekl: „Bůh ve vás žije stejně jako vy v něm, a nemusíte dělat nic pro realizaci Boha nebo seberealizaci. To je váš skutečný a přirozený stav. vaše mysl

na sebe, zářící v samém srdci vaší bytosti. “ Takový přímý a bezprostřední způsob, jak vám studium sebe sama umožňuje zažít to z vaší vlastní zkušenosti. Když meditujete a sledujete své vnitřní pocity a svůj vnitřní život, pak jste svědky skutečných změn. Zatímco energie mění svůj tvar, můžete pozorovat tyto změny, které se projevují ve formě vzhledu a zmizení vašich pocitů. Úroveň, na které člověk vyvíjí, nebo se stává osvíceným, odpovídá úrovni, na kterou si člověk vyvinul svou schopnost přizpůsobit se aktuálnímu okamžiku nebo schopnost proměnit v blaženost neustále se měnící proud okolností, bolesti a potěšení. Spisovatel Lev Tolstoj, který napsal román „Válka a mír“, poznamenal, že „VŠICHNI SI MYSLÍ, ŽE ZMĚNÍ SVĚT, ALE NIKDO NEPŘEMÝŠLÍ, JAK BY ZMĚNIL SEBE.“ Darwin také poznamenal, že „Nejdůležitější charakteristikou pro přežití druhu není síla nebo inteligence, ale přizpůsobivost ke změnám.“ Je třeba se umět adaptovat.

Buddhistické učení Aničča říká: „Všechno vzniká a mizí, všechno se mění, neustále se mění.“ Utrpení existuje jen proto, že jsme připoutáni k určité formě. Když se spojíte s „pozorovací“ částí sebe sama, s porozuměním „Aničča“, v srdci vzniká blaženost. V průběhu své historie svatí a asketici, mudrci a jogíni jednomyslně popisují posvátný svazek, který se odehrává v srdci. Toto je v spisech Jana Křtitele, poezie Rumiho, v tantrických učeních Indie. Různá učení se snaží vyjádřit nepolapitelné tajemství srdce. V srdci existuje spojení Šivy a Šakti, odvážný průnik do spirály života a ženská pružnost, aby se změnilo, pozorovalo a bezpodmínečně přijalo všechno, co je. Abyste otevřeli své srdce, musíte se otevřít, abyste se mohli změnit; žít ve světě, který se nám zdá hustý, tančit s ním, zapojit se do něj, žít celý život, milovat opravdově; ale vědět, že je nekonzistentní a nakonec se všechny formy rozpustí a změní. Blaženost je energie, která reaguje na nehybnost. Vypadá to z očištění vědomí od veškerého obsahu. Obsah této blažené energie, která se zrodila v tichu, je Vědomí; Nové Vědomí Srdce; Vědomí Spojené Se Vším Všudy.