



AWAKEN THE WORLD

Video Transcriptions

Inner Worlds, Outer Worlds

Part 4: Beyond Thinking



Sisäiset maailmat, ulkoiset maailmat Osa 4 – Ajattelun ulkopuolella

Elämä, vapaus, onnellisuus... Elämme etsimässä onnea ulkomaailmasta, ikään kuin se on hyödyke, kun taas meistä tulee omien toiveidemme ja onnellisuus ei ole jota voidaan hankkia tai ostaa halvalla puvulla. Onnellisuus on Maja, illuusio, loputon leikki muotoja.

Buddhalaisen perinteen mukaisesti Samsara tai kuten sitä kutsutaan myös - loputon kärsimyskierto, pahentaa nautinnon jano ja vastenmielisyys kipuun. Freud kutsui tätä periaatetta "periaatteeksi". Kaikki elämässämme tapahtuu yrityksissä luoda ilo, saada haluttu tai välttäminen ei ole toivottavaa. Tämä tekee silikaateista, mikä on yksinkertaisin. Hän vastaa stimulaatiota. Ihmisillä on kuitenkin enemmän valintoja kuin kiliaateilla. Olemme kykeneviä pohtimaan ja tämä on juuri ongelmamme ydin. Ajattelu haluihimme on täysin poissa valvontamme ulkopuolella. Nykyaikaisen yhteiskunnan dilemma on, että emme yritä ymmärtää maailmaa sisäisen tietoisuuden arkaaisuuden näkökulmasta, mutta kvantitatiivisella ja valikoivalla havainnolla ulkomaailmaan tieteellisin keinoin ja pohdinnan kautta.

Jatkuvan ajattelun prosessi johtaa meidät vain ajatusten lisääntymiseen ja kysymysten lisääntymiseen. Pyrimme tuntemaan maailman sisäiset voimat, jotka luovat ja ohjaavat sen suuntaa. Niin tekemällä me havaitsemme maailmassa jotain olemassa olevaa ulkopuolellamme; sen sijaan, että havaitsisi sen eläväksi ja luonnostaan luonteeltamme. Kuuluu psykiatri Karl Jung sanoi: "Katse yli - nukkuu. Se, joka katselee sisäänpäin, on herännyt." Ei ole mitään vikaa, jos haluamme herätä, jotta olla onnellinen. ULKOPUOLELLISEN TAPAHTUMAN etsinnät ovat kuitenkin väärä, koska se voi olla VAIN sisäpuolella.

Kalifornian konferenssissa 4. elokuuta 2010 Tahon järvellä, Googlen pääjohtaja Eric Schmidt mainitsi uskomattomia tilastoja. "Nyt joka toinen päivä luomme niin monta tietoa siitä, kuinka paljon olemme luoneet sivilisaation alusta lähtien ja vuoteen 2003 asti", hän sanoi. Tämän tiedon määrä on noin 5 eksabyyttiä. Ei koskaan ihmiskunnan historiassa on edelleen niin paljon ajatuksia, ja planeetalla ei ole koskaan ollut niin paljon myllerrystä. Voisiko olla niin, että ajattelemme yhden ongelman ratkaisemista, luomme vielä kaksi? Mitä hyötyä tästä koko prosessista on? Ajattelu, jos se ei johda meitä onnellisuuteen? Meistä tulee onnellisempia, rauhallisempia tai enemmän iloisia kaiken tämän ajattelun ansiosta tai tämä prosessi eristää meidät, irrottautuen muusta syvä ja mielekäs elämäkokemus? Ajattelumme, toimintamme ja tekojamme tulisi ottaa mukaan tasapaino olemisen kanssa: lopulta olemme ihmisiä, emmekä ihmisiä toimet.

Haluamme muutoksen ja vakauden samanaikaisesti. Sydämemme on irronnut elämän kierteestä, laista muutos, kun ajatteleva mieleemme johtaa meitä vakauteen, turvallisuuteen ja rauhoittaviin tunteisiin. Epäterveellisellä mielenkiinnolla havaitsemme tappamisia, tsunamit, maanjäristykset ja sodat. Yritämme jatkuvasti miehittääksemme ja täyttääksemme sen informaatiolla: televisio-ohjelmat virtaavat kaikista mahdollisista virroista laitteet, pelit ja palapelit, tekstiviestit ja muut vastaavat triviaaliset asiat. Annoimme hypnoosille vaikuttaa itseemme loputtomalle uusien kuvien, uusien

tietojen, uusien tapojen virittämiselle ja rauhoittaa tunteita. Sisäisen hiljaisuuden hetkillä sydänemme voivat kertoa meille, mitä elämä on suurempi kuin todellisuus; että elämme nälkäisen hengen maailmassa, joka on loputtoman janoinen ja ei koskaan tyytyväinen. Olemme luoneet tiedon porealtaan, joka lentää planeetan ympäri ja myötävaikuttaa entistä suurempaan pohdintaan ja ideoihin maailman korjaamiseksi ja ongelmien ratkaisemiseksi, jotka ovat olemassa vain niiden luoneen mielen ansiosta. Ajattelu aiheutti erittäin suuren sekaannuksen joita olemme nyt. Olemme sodassa sairauksia, vihollisia ja ongelmia vastaan.

Paradoksi on, että kaikkea, jonka kanssa taistelemme, on edelleen olemassa. Lisää me vastustamme jotain, sitä voimakkaammaksi se tulee; kuten lihasten vahvistaminen fyysisen seurauksena harjoituksia. Itse asiassa vahvistamme sitä, mistä haluamme päästä eroon. Joten mikä on vaihtoehto ajattelulle? Mitä muita mekanismeja ihmiset voivat käyttää olemassaoloon tässä planeetassa? Viime vuosisatojen ajan länsimainen kulttuuri on keskittynyt materiaaalimaailman tutkimiseen auttavat ajattelua ja analysointia, kun taas muut muinaiskulttuurit kehittivät yhtä hienostuneesti tekniikat sisätilan tutkimiseksi. Se on tämä katko viestinnässä sisäisen maailman ja epätasapainoinen planeettamme.

Muinainen ilmaisu "TUNTEA ITSESI" korvattiin halulla tuntea ja kokea ulkopuolinen maailma muotoja. Käyntikorttisi tiedot eivät vastaa kysymykseen siitä, kuka olet Todellakin. Buddhalaisuudessa uskotaan, että et ole vain tietoisuutesi sisältö, ajatuskokoelma ja ideoita juuri siksi, että ajatusten takana on joku, joka on todistaja näille ajatuksille. Ilme "TUNTEA ITSESI" on Zen Koan, arvoitus ilman ratkaisua. Mieleemme kuluttaa itsensä kaiken tuloksena yrittää löytää vastauksen tähän kysymykseen, kuten koira yrittää kiinni häntäänsä. Vain itsekäs itsemääräämisoikeus haluaa löytää vastauksen tai tavoitteen. Totuus on se, kuka olet itse asiassa mitään vastausta ei tarvita. Juuri siksi, että kaikki kysymykset on luotu vain itsekäs mielessä. Et ole mielesi mukaan. Asia ei ole löytää lisää vastauksia; mutta että kysymyksiä oli vähemmän. Kuten Joseph Campbell sanoi: "En usko, että ihmiset etsivät elämän tarkoitusta, vaan pikemminkin, että he etsivät kokemusta pysyä hengissä."

Buddha vastasi yksinkertaisesti kysymykseen: "Kuka sinä olet?" "Olen herännyt", hän sanoi. Mitä tarkoittaa olla hereillä? Buddha ei voinut vastata tähän kysymykseen tarkalleen, koska jokaisen ihmisen kukinta elämä on erilaista ja hän sanoi vain yhden asian: "Tämä on kärsimyksen loppu". Jokaisessa uskonnollisessa Perinteen mukaan heräämistilalla on oma nimi: paratiisi, nirvana tai mokša. Rauhallinen mieli on jota kaikkien täytyy ymmärtää virtauksen luonne. Kun mielesi rauhoittuu, niin kaikki muu tapahtuu luonnollisella tavalla. Sisäinen energia herää tässä hiljaisuudessa ja työskentele vaivattomasti kanssasi samalla puolella. Kuten Tao sanoo: "Chi seuraa tietoisuutta." Aloitatte hiljaisuudessa ja hiljaisuudessa tuntea kasvien ja eläinten viisaus, hiljaisuus kuiskaten unissa ja opettaen hienovaraisia mekanisme, jonka avulla nämä unelmat toteutuvat. Dao De Chingissä tätä elämäntapaa kutsutaan "Wei Wu Wei", mikä tarkoittaa "tekemään tekemättä tekemättä".

Buddha puhui "Läpitieltä" valaistumiseen johtavana polkuna. Aristoteles kuvasi kultaista Keski, kahden keskiosan välillä, kuten kauneuden tapa: ei liikaa vaivaa, mutta myös ei liian vähän; Jin ja Jang täydellisessä tasapainossa. Vedanta tunnetaan nimellä Maya ja myös illuusiona todellisen ympäristön ja sen havaintojen puutteellisuus kokonaisuutena muodostetun projektion muodossa vain ajatuksemme mukaan. Ajatuksemme antavat meille mahdollisuuden kokea maailman värähtelyt tietyllä tavalla, Sisäistä rauhallisuutta ei kuitenkaan pidä riippua ulkoisista olosuhteista. Usko sisään havainnoivasta aiheesta riippumaton ulkoinen maailma on tieteen perusta. Tunteemme antavat meille kuitenkin vain epäsuoraa tietoa. Idea fyysisestä maailmasta, mielemme luoma suodatetaan aina tunteiden läpi ja seurauksena on aina epätäydellinen. kaikkien tunteiden perusta on yksi värähtelykenttä. Jotkut ns "synestesian" tilassa, he kokevat tämän värähtelykentän aivan eri tavalla. Synesthetics voi nähdä kuulostaa värin tai muodon muodossa ja mahdollisesti yhdistää yhden sensaation ominaisuudet toiseen. Synesthesia viittaa tunteiden synteisiin tai sekoittumiseen. Sekä chakrat että aistit ovat kuin prisma, joka suodattaa jatkuvuuden tärinää. Universumissa kaikki värisee eri intensiteetteillä ja taajuuksilla.

Horuksen silmä koostuu kuudesta symbolista, joista kukin edustaa yhtä aisteista. Kuten muinaisessa Vedinen järjestelmä, ja nyt ajattelua pidetään tunteena. Kun vartalo testaa aistimuksia samalla ajatukset syntyvät samasta värähtelylähteestä. Ajattelu - se on vain instrumentti, yksi kuudesta aistista; mutta meillä on sille niin korkea asema kuin nyt tunnustamme ajatuksemme kanssa. Tosiasia, että ajattelua ei tunnusteta yhdeksi kuudesta aistista, on erittäin merkittävä. Olemme niin uppoutuneita ajatuksiin, että yritämme selittää idean tunteena. Tämä on melkein yhtä kuin kalalle kertominen vedestä. "Vesi? Mitä muuta vettä?" Upanishadit sanovat: "Älä sellainen, joka voidaan nähdä silmillä; ja sen, jonka kautta silmät voivat nähdä. Tiedä, että tämä on ikuinen Brahma; ei mitä ihmiset palvovat täällä. Ei kukaan, jota kuulet korvillasi; ja se jonka kautta kuulee korvat. Tiedä, että tämä on iankaikkinen Brahma; ei mitä ihmiset palvovat täällä. Ei kukaan voi sanoa; ja se, jolla sanat voidaan puhua. Tiedä, että tämä on ikuinen Brahma; ei mitä ihmiset palvovat täällä. Ei sitä, jota mieli voi ajatella; ja se jonka kautta mieli voi ajatella. Tiedä, että tämä on iankaikkinen Brahma; ei sitä mitä ihmiset palvovat täällä."

Ihmisen aivotutkimuksen alalla on viimeisen vuosikymmenen aikana edistytty huomattavasti. Tutkijat loivat termin neuroplastisuus, joka ilmaisee ajatusta fyysisten yhteyksien välillä aivohermosonit muuttuvat niiden läpi kulkevien ajatusten mukaisesti. Kanadalainen psykologi Donald Hebb huomasi, että jos kaksi neuronia on aktiivinen samanaikaisesti, silloin niiden välisen yhteyden vahvuus kasvaa. Kun henkilö on jatkuvan huomion tilassa, hermosolut kommunikoivat keskenään; ja tämä tarkoittaa sitä, että VOIT LATAA OMAN TEKIJÄNTÖMYYS TODELLISUUDESSA. Se tarkoittaa kirjaimellisesti, että jos ajatuksesi ovat täynnä pelkoa, ahdistusta ja negatiivisuutta, niin rakennat joukkovelkakirjoja kasvattaaksesi yhä enemmän näitä ajatuksia. Ja päinvastoin, jos ohjaat ajatuksesi rakkaudesta, myötätunnosta, kiitollisuudesta ja ilosta, sitten luot yhteydet toistaaksesi ne kokemuksia. Mutta kuinka voimme tehdä tämän, jos meidät ympäröi väkivalta ja kärsimys? Olisiko se itsensä pettäminen ja toiveajattelu? Neuroplastisuus ei ole uusi käsite vuosisata puhui todellisuutesi luomisesta positiivisen ajattelun avulla; nimittäin Buddha todella opetti 2500 vuotta sitten.

Vipassana-meditaatio tai kuten sitä kutsutaan myös - sisäisen oivalluksen meditaatio, voi olla määritelty itsenäiseksi neuroplastyksi. Hyväksyt todellisuutesi täsmälleen sellaisena kuin se on on mitä se todella on; mutta tunnet sen sensaatioiden syvimmällä tasolla, värähtelyn ja energian tasolla, ilman ennakkoluuloja ja ajatusten vaikutusta. Aivoissa, syvimmällä tasolla tietoisuus jatkuvan huomion avulla luodaan uusia yhteyksiä, jotka määrittelevät täysin erilaisen tavan havaita todellisuus. Mutta kanssamme kaikki kääntyy päinvastoin. Annamme jatkuvasti ideoita ulkoisen maailman muodostamaan hermoyhteytemme, ja sisäisen tasapainon ei pitäisi riippua ulkoisista ilmiöistä. Ympäristössä ei ole merkitystä, VAIN TUNNISTAMUKSEN TILA ON MERKITYS. Sana "meditaatio" sanskritin kielellä tarkoittaa "olla vapaa luokituksesta, vapaa kaikista vertailusta, ole vapaa kaikista vastaavuuksista." Et yritä olla joku muu, koska sinä tyytyväinen kaikkeen mitä nyt on. Fyysisen todellisuuden kärsimyksen yläpuolelle nouseminen on välttämätöntä hyväksy se täysin, ole hänen kanssaan samaa mieltä; seurauksena siitä tulee jotain sisälläsi, ei sinä jotain hänen sisällään. Kuinka oppia elämään siten, että tietoisuus ei enää ole ristiriidassa sen sisällön kanssa? Miten tyhjentääkseen pikkumaisten tavoitteiden sydän?

Kardinaalisten muutosten on tapahduttava tietoisuudessa, radikaalin suuntautumisen muutoksen ulkoisesta maailmasta sisäiseen maailmaan. Tämä on vallankumous, jonka ei aiheuta vain tahto ja vaivaa, vaan myös nöyryys, todellisuuden hyväksyminen sellaisena kuin se on. Kuva Kristuksen avoimesta sydäimestä välittää voimakkaasti ajatuksen siitä meidän on avauduttava kaikille kärsimyksille ja hyväksyttävä ehdottomasti kaikki, jos haluamme pysyä avoimina evoluutiolähtelle. Tämä ei tarkoita, että sinusta tulee masokisti, koska et halua kipua; mutta kun kipua syntyy väistämättä, sitten hyväksyt vain todellisuuden sellaisena kuin se on; sijaan pyrkiä toiseen todellisuuteen. Havaijilaiset uskovat pitkään, että tiedämme totuuden sydämestämme. Sisään sydämellä on oma älykkyys, yhtä selvä kuin aivoilla. Egyptiläiset uskoivat, että sydän ihminen, ei hänen

aivonsa olleet ihmisen viisauden lähde, sydäntä pidettiin sielun ja persoonallisuus. Jumalallinen puhe kulki sydämen läpi, paljastaen muinaisille egyptiläisille tietonsa totuudestaan Tapa. Tämä papyrus kuvaa sydämen punnitsemista. Egyptiläiset pitivät armon pääsyä alueelle jälkikäteen kevyt sydän. Tämä tarkoitti sitä, että elit hyvin. On yksi universaali koskematon tila, jonka ihmiset kokevat sydänkeskuksen herättämisprosessissa, on kokea oma energiasi maailmankaikkeuden energiana. Kun annat itsesi tuntea tämän rakkauden, olla tämä rakkaus, ja kun yhdistät sisäisen maailman ulkomaailmaan, niin kaikesta tulee yhtenäinen.

Kuinka voit tuntea musiikin sfäärien? Kuinka sydän avautuu? Sri Ramana Maharshi sanoi: "Jumala asuu sinä samoin kuin sinä siinä, ja sinun ei pitäisi tehdä mitään Jumalan tai itsensä toteuttamiseksi. Se on jo todellinen ja luonnollinen tilasi. Pudota kaikki halut, käännä huomio sisäänpäin ja suuntaa mieltäsi itsellesi, loistaen olemuksesi sydämessä." Tällainen suora ja välitön tapa, jolla itsetutkimus antaa sinun kokea tämä omasta kokemuksestasi. Kun meditoit ja tarkkailet sisäisiä tuntemuksiasi ja sisäistä elämääsi, sitten tarkkailla todellista asiaa muuttuneista. Vaikka energia muuttaa muotoaan, voit tarkkailla näitä muutoksia, ilmentyen tuntemustesi ilmestymisen ja häviämisen muodossa. Taso, johon henkilö kehittyy tai tulee valaistuneeksi, vastaa tasoa, johon ihminen on kehittänyt kykynsä sopeutua nykyiseen hetkeen tai kykyyn muuttua jatkuvasti muuttuvaan autuuteen olosuhteiden virta, kipu ja nautinnot. Kirja "Sota ja rauha" kirjoittanut Leo Tolstoy totesi että "Jokainen ajattelee maailman muutosta, muttei kukaan ajattele itseään muutosta." Darwin huomautti myös, että "tärkein ominaisuus lajin selviytymiselle ei ole voimaa tai älykkyyttä, ja sopeutumiskyky muutoksiin." Sinun on oltava taitava sopeutumaan.

Anichcha-buddhalaisessa opetuksessa todetaan: "Kaikki syntyy ja katoaa, kaikki muuttuu, muuttuu jatkuvasti." Kärsimys on olemassa vain siksi, että olemme kiinni tiettyssä muodossa. Kun muodostat yhteyden "Tarkkailemalla" osaa itseään "Anichcha"-ymmärryksen kanssa sydämessä syntyy autuus yli. Koko historiansa aikana pyhät ja askeet, viisaat ja joogit kuvaavat yksimielisesti pyhää liittoa, joka tapahtuu sydämessä. Tämä on Johannes Kastajan, Rumin runouden, tantristen opetusten kirjoituksissa Intiassa. Erilaiset opetukset yrittävät ilmaista sydämen vaikean salaisuuden. Sydämessä on Šivan ja Shakti, rohkea näkemys elämän spiraalista ja naisellinen muuttuvuus, kaiken havaitseminen ja ehdoton hyväksyminen sellaisena kuin se on. Voit avata sydämesi, sinä on avauduttava muutokseen; elää maailmassa, joka näyttää meille vankalta, tanssia sen kanssa, osallistua siihen, elää täysimääräistä elämää, todella rakastava; mutta tietää, että se on epäjohdonmukainen ja lopulta kaikki muodot häviää ja muuta. Bliss on energiaa, joka reagoi hiljaisuuteen. Hän ilmestyy tietoisuuden puhdistamista kaikesta sisällöstä. Sisältö tästä autuaasta energiasta, joka syntyi hiljaisuudessa ja on tietoisuus; uusi sydämen tietoisuus; kaikkeen, mikä on, liittyvä tietoisuus.