



Kapitola štvrtá

Hľadanie pocitu sebaistoty

*Uvádzajú ma do úžasu ľudia,
ktorí chcú spoznať vesmír;
keď je pritom dosť ťažké vyznať sa
v Čínskej štvrti.
Woody Allen*

Voz pred koňom

Naša myseľ je schopná produkovať veľa veľkých myšlienok a teórií, ktoré pomáhajú, ale aj tých, ktoré škodia. Emocionálne potreby sú podnetom k veľkým vynálezom na materiálnej rovine mimo myseľ. Súcit s hladujúcimi deťmi mobilizuje našu myseľ na vytvorenie dobročinných organizácií, ktoré koordinujú pomoc prichádzajúcu z celého sveta. Hnev a nedôvera plodia neuveriteľné zbrane, ktoré majú nesmierne deštruktívny vplyv. Áno, naša myseľ vykazuje pozoruhodnú organizačnú silu. Smola je, že táto sila sa často vymkne kontrole. Existuje však niečo, čo

našu myseľ predbehne tak v sile, ako aj v harmónii. Je mimo našu myseľ a súčasne ju úplne zaplňa. Je to predchodca a ochranca každej tvorivej mysli vrátane tej vašej. Je to čisté uvedomenie.

Vo svojich predchádzajúcich knihách som sa podrobne zaoberal čistým uvedomením, a preto sa mu nebudem na tomto mieste venovať veľmi obšírne. Je dôležité iba vedieť, že existuje a že je uvedomenie čistého uvedomenia zásadné pre plné a harmonické fungovanie nielen našich myšlienok a emócií, ale tiež pre zdravie nášho tela a kvalitu jeho činností. Uvedomenie si čistého uvedomenia tiež zodpovedá za to, ako vnímame svoje postavenie vo svojom bezprostrednom okolí, vo svete, a v celom vesmíre.

Čoskoro sa dozviete, ako dosiahnuť bez veľkej námahy uvedomenie čistého uvedomenia. Z tejto platformy harmónie, pokoja a nekonečných možností sa naučíte, ako potlačiť deštruktívne emócie, organizovať myšlienky a vytvárať mocnú činnosť, ktorá vám prinesie úspech, a to spôsobom, ktorý je tak prirodzený, ľahký a radostný, až sa budete čudovať, prečo to už nerobí každý. Vlastne sa tomu čudujem celé roky aj ja sám. Ľudia, ako vy a ja, sú predurčení k slobode a radostnému životu. Máme všetko, čo na to potrebujeme, ale ako keby sme sa pozerali skôr hlavňou pušky ako mieridlami. Náš život sa falošne točí okolo toho, že prikladáme väčšiu hodnotu plodom našej práce a menej sa zaoberáme organizujúcim vplyvom, ktorý je za touto prácou ukrytý. Teda, je na čase to zmeniť. Pripravení? Dobré, dajme sa do toho.

Skúsenosť: Nachádzanie ničoho

Otočte hlavu úplne doľava a zadívajte sa na nejaký objekt.

Teraz rýchlo otočte hlavu doprava a zadívajte sa na iný objekt.

Čo sa odohrávalo vo vašej mysli, keď ste otáčali hlavu z prvého objektu na druhý? Nič, nemám pravdu? Vaša myseľ bola dokonale prázdna. Urobte to znova a znova, ak chcete. Výsledok bude vždy rovnaký ... nič!

Čo je to nič? „No, Frank,“ poviete, „toto je dosť čudná otázka. Nič je nič.“ Ibaže sa ukazuje, že toto *nič* nie je prázdne. Niečo v ňom je. Niečo, čo vašej mysli uniklo. Niečo, čo je podstatou nielen všetkého, čo skúmame, ale všetkého, čím sme my. O čom to preboha hovorím? Pozrime sa.

Sledovanie filmu o vás

Vykonajte znova cvičenie Nachádzanie ničoho. Pozrite sa na nejaký objekt po vašej ľavici a potom rýchlo otočte hlavu doprava a nájdite druhý objekt. Medzi tými dvomi objektmi bola vaša myseľ nepopísaná, ale boli ste stále uvedomelí, však? Nerozhodli ste sa pátrať v pamäti, ani ste v duchu nespisovali svoju poslednú vôľu, však? Zatiaľ čo vaša myseľ bola bez myšlienok, vy ste boli stále uvedomelí, nemám pravdu? Pretože vaša myseľ bola medzi objektmi, keď sa vaša hlava otáčala, vaša myseľ sa vypla a ponechala plátno čistého uvedomenia bez projekcie. Myslenie nebolo potrebné, a tak ste ostali sami iba s uvedomením, ktoré vám robilo spoločnosť. Hovorím tomu čisté uvedo-

menie, pretože si nie ste vedomí žiadnych myšlienok, emócií alebo foriem. Ste si vedomí čistého uvedomenia. V skutočnosti ste vy čistým uvedomením. Čisté uvedomenie je podstata vašej povahy. Všetko, čo viete alebo zažívate, je založené na čistom uvedomení. Budha to formuloval takto: „Nič nevidieť znamená vnímať Cestu.“ Beatles spievali: „Nič nezmení môj svet.“ A Frank Zappa hovorí: „Nie je to o ničom.“ Čo tým myslíme?

Keď si uvedomíte strom, obraz, ktorý je vykreslený vo vašej mysli, sa premieta na plátno čistého uvedomenia. To je to, čomu hovoríme myšlienka. V tomto prípade je to myšlienka o strome. Nie je to strom samotný, je to tak? Táto myšlienka stromu je odtlačená v čistom uvedomení, ako je film premietaný na plátno v kine. To plátno tu bolo vždy, ale film nezačal, pokiaľ sa obrazy na plátno nepremietli. To isté platí o vašej mysli. Život nezačne, pokiaľ sa obrazy života, myšlienok, emócií a vnemov z vonkajšieho sveta nepremietnu na plátno vašej mysle, na čisté uvedomenie.

Problém nastane, keď na čisté uvedomenie zabudneme a domnievame sa, že obrazy premietané v našej mysli sú reálne. Myslíme si, že strom v našej mysli je presným znázornením skutočného stromu na našom dvorčeku. Ako keby sme išli do kina a verili tomu, že sme postavou vo filme, ktorý sa premieta na plátno. Keď veríte, že ste súčasťou toho filmu, plačete a smejete sa, zaľúbite sa a odlúbite sa a prežívate všetky dramatické situácie, ktoré film ponúka. Za tým všetkým je plátno, ktoré napomáha všetkým obrazom filmu. Bez plátna by film neexistoval. Ako divák to už viete. Ale ako osoba žijúca vo vašej mysli ste zabudli, že žiadne obrazy vášho života by neexistovali, pokiaľ

by sa neodrážali v čistom uvedomení – na plátne vašej mysli.

Keď si uvedomíte čisté uvedomenie, stane sa niečo ohromné. Oslobodíte sa od bremien, ktoré obmedzovali až doteraz váš život. Užívate si ľahkosť, spolupatričnosť s prúdom života.* Necítite sa, ako keby ste plávali proti prúdu, alebo ako keby život plával okolo vás, zatiaľ čo vy ste bezmocne uviazli vo víre pri brehu. Nechcem miešať metafory, ale vy opustíte drámu filmu a posadíte sa v obecenstve. Tam si môžete užívať ten najlepší z oboch svetov. V hľadisku sa radujete v bezpečí, pretože viete, že to čo vidíte, nie je skutočné. Môžete si užívať film ako taký – ako ilúziu života. Je to jasné? Vnímanie čistého uvedomenia je tým chýbajúcim kúskom v sebaistote, citu, myslení, hierarchii činnosti.

Keď ste si vedomí čistého uvedomenia, ste si vedomí svoje základnej prirodzenosti, ktorá je nespútaná a nemenná. Vaša základná prirodzenosť – čisté uvedomenie je vaša skutočná podstata, ktorá prekoná utrpenie aj smrť. Takže, v svetle toho, čo sme práve zistili, znie odpoveď na otázku: „Čo je mocnejšie – to, čo si myslíte, alebo to, čím ste?“ jasne – *to, čím ste*. (A to ste si mysleli, že som na túto otázku už úplne zabudol, však?)

Keď ste si vedomí čistého uvedomenia, ste v bezpečí. Keď si uvedomujete čisté uvedomenie, ste ako kozmická huba, ktorá do seba nasáva rozsiahlu stabilitu, silu, pokoj a radosť čistého uvedomenia. Čoskoro a bez akéhokoľvek snaženia sa emocionálne a mentálne nezhody začnú rozpúšťať v ohromnosti vášho Ja. Čerpáte z pokoja, harmónie a absolútnej stability,

* *Na vlně života*: A. Někrasov, Eugenika – pozn. vyd.

ktorou je čisté uvedomenie, a váš život sa stáva odrazom týchto vlastností. Keď si nie ste vedomí čistého uvedomenia ... však vy už viete, aký je to pocit.

Uvedomenie čistého uvedomenia →
neochvejná istota → zdravé emócie → jasné
myslenie → dynamická aktivita

Uvedomovanie si čistého uvedomenia je veľké dobrodružstvo, ale ešte niečo navyše. A teraz sa dostávame k zameraniu tejto knihy – k Eufelingu (Eucitu; čo je skrátene „euforický pocit“) a k tomu, čo vám prináša do života. Povedané jednoducho, Eufeling naplní vaše najhlbšie túžby. Tak to je, najhlbšie, najtúžobnejšie túžby, ktoré sa ukrývajú hlboko vo vašej mysli, budú naplnené, pokiaľ poznáte Eufeling. To nie je pre začiatok zlé, čo hovoríte? Ale je tu ešte jedna skutočne výborná vec. Eufeling môže ľahko prežiť ktokoľvek, a teda aj vy. Nemusíte mi veriť, ale čoskoro to spoznáte sami.

Nechcem veľmi predbiehať, ale som nadšený, že sa o toto môžem s vami podeliť, a až sa s Eufelingom skamarátite, mám pre vás ďalšie prekvapenie. Chcem, aby ste sa naučili prepísať ten film, ktorým je váš život. Keď sa vo vašom uvedomení usadí Eufeling, naučíte sa, ako začať ziskávať veci, ktoré od života chcete – viacej peňazí, hlbší vzťah, prácu, ktorá vás naplňa, cestovanie, viacej voľného času, a – čo je veľmi dôležité – viacej zábavy. Ale ešte kým obrátim váš život naruby, venujme niekoľko minút tomu, aby sme sa dozvedeli niečo viacej o Eufelingu a o tom, aké zázraky robí.

Hlavné body štvrtej kapitoly

- Čisté uvedomenie je mimo vašu myseľ a napriek tomu ju úplne zaplňa.
- Naše životy sa točia okolo toho, aké hodnoty prisudzujeme výsledkom svojej práce, namiesto toho, aby sa snažili pochopiť zdroj z ktorého vznikajú.
- Nič medzi myšlienkami je čisté uvedomenie.
- Čisté uvedomenie je vaša skutočná podstata. Všetko, čo viete a čo prežívate, vychádza z čistého uvedomenia.
- Život nezačne, pokiaľ sa obrazy vášho života nepremietnu na plátne vašej mysli – čistého uvedomenia.
- Vnímanie čistého uvedomenia je tým chýbajúcim článkom pocitu sebaistoty, emócií, myslenia, hierarchie činností.
- Keď ste si vedomí čistého uvedomenia, ste úplne v bezpečí.

