

Šrī v. v.

BRAHMAN

Přednášky
Praha, listopad 2006



Šrí V. V. Brahmam

- přednášky Praha, listopad 2006

Přepis: Michal & Yvona Šupovi (mnich.al@seznam.cz)

Překlad: Emil Heyrovský (emil108@seznam.cz)

Fotografie: Josef Štastný (luckyjoe@c-box.cz)

Grafická úprava: Aleš Adámek (alesadamek@centrum.cz)



Satsang – 13.11.2006 večer

Tento svět poznáváme pomocí mysli a známe pomocí mysli. Tento svět vidíme skrze mysl. Ať jdeme kamkoliv, ať cokoliv poznáváme, ať cokoliv vidíme. Všechny tvary, všechny předměty. Celý svět je jenom naše mysl. Když vidíte třeba strom. Mysl vidí ten strom skrze naše oči. Mysl se podívá skrze oči a poznává ten tvar toho stromu. V mysli je dále znalost toho stromu. A když ta mysl pracuje, můžete říct, tohle je například mangovník. Mysl vidí nejprve ten tvar, ať je to jakákoliv věc, zvíře, předmět. Pak se k tomu přiloží znalost, kterou máme uloženou. Jestli je to pták, jaký druh ptáka, jestli je to muž, žena, co je to za předmět.

Vidíme všechno na světě skrze svojí mysl. Vy všechno znáte a vidíte skrze mysl. A každý ten tvar, každou tu věc, každou tu scénu vidíte vy. Když nastupujete do auta a jedete ulicí, tak míváte spousty obchodů a lidí. To všechno se neustále mění. Ti lidé a obchody. A uvnitř je pozorovatel. Všechny ty myšlenky a představy se střídají, ale pozorovatel zůstává. Když třeba vidíte svého přítele, je od vás oddělen. Vy nejste ten přítel. Ten přítel je ve vaší mysli a vy ho vidíte odděleně. Uvnitř máte pozorovatele, který vidí toho člověka. Vy nejste ten přítel. Ten přítel je oddělený. Třeba vidíte dům. Ten pozorovatel ve vás vidí dům. Vy nejste dům. Vidíte třeba peníze. Vidíte třeba svoje děti, svůj vůz a cokoliv jiného. A tyhle všechny věci nejsou totožné s tím pozorovatelem, jsou oddělené. Nejste ty děti, peníze, nejste to auto, nic z toho.

Kdo je ten pozorovatel? Ty všechny věci se střídají a plynou. Ale pozorovatel se nemění a nehýbe. Třeba jdete spát. A hned se vám zdá nějaký sen. A tom snu vidíte svoji rodinu, domy, všechno možné. Stejně jako v bdělém stavu. V tom snu je to všechno pravda, je to všechno skutečnost. Zažíváte všechny pocity. Ale není tam vaše tělo. Vaše tělo se přitom nehýbe. Vaše spící tělo se ani nehne. A kdo se potom hýbe? Čí jsou to pohyby? Kdo se to hýbe v tom snu?

Všechno, co vidíte v tom snu, považujete v tu chvíli za realitu. V tom snu je také pozorovatel. Sen se mění. Ty věci, lidé a pocity se mění. Ale ani v tom snu se pozorovatel nehýbe. Potom přejdete do hlubokého bezesného spánku. V tom hlubokém bezesném spánku není svět, není tělo, všechno se rozplynulo ve vašem božském Já. Kam se poděla vaše mysl? Mysl tam není. Ale pozorovatel tam pořád je. Když se vzbudíte z hlubokého spánku, řeknete, že jste se dobře vyspali. Ale kdo zná ten hluboký spánek, když vaše mysl zmizela a všechno ostatní s ní?

Je tam neustále nějaký svědek. Jak ve stavu bdění, tak ve stavu snění, tak ve stavu hlubokého spánku. Tyto tři stavy – bdění, snění, hluboký spánek se neustále střídají. Ale ten pozorovatel je nehybný. Tenhle pozorovatel všechno vidí nepřipoutaně. Teď, když se podíváte na krásnou dívku nebo na peníze nebo na auto nebo na nějaký hezký dům nebo na své oblíbené jídlo, okamžitě dojde k připoutání. K připoutanosti k té věci. Když se připoutáte k čemukoliv, okamžitě tam nastane, že to máte rádi nebo nerádi, milujete to nebo nenávidíte, líbí nebo nelíbí. Touha nebo hněv nebo lakomost nebo závist, pýcha.

To všechno přichází jenom z připoutanosti k nějaké věci. Vidíte třeba dobrý obchod s vínem. Vaše mysl je klidná. Máte návyk na pití alkoholu. Měli jste předtím klidnou mysl. Ale když vidíte ten obchod s lihovinami, tak se vás to hned zmocní, že tohle je dobrý obchod a zrovna tuhle láhev jsem ještě nikdy neochutnal a tu si musím teď koupit. Protože jste se připoutali k tomu konkrétnímu nápoji. A okamžitě to najednou máte rádi, tu láhev. Kdybyste ji neviděli, tak kde je ta vaše obliba?

Náš život je plný problémů kvůli připoutanosti k věcem a lidem; k čemukoliv. Vidíte třeba dav lidí. Jsou tam ženy i muži. Stojíte na zastávce autobusu a myslíte zrovna na svůj dům. Najednou v tom davu vidíte krásnou ženu. Najednou nemyslíte na svůj dům a vaše mysl je najednou plná zájmu o tu dívku. Uvnitř vás jste okamžitě připoutáni k té ženě. Něco v té myslí vás tahá. Pokud byste měli klidnou mysl, objevila by se tam nějaká touha, nějaká sympatie, nějaká přitažlivost? Vyrušilo by vás to jakkoliv? Všechny problémy, všechny připoutanosti a deprese vznikají jenom z toho, že se k něčemu připoutáte.

Láska, nenávisť. Líbí, nelíbí. Dobré, špatné. V myslí máte spousty těchto pocitů. Ale ten pozorovatel vzadu za tím, ten k tomu není nějak připoutaný. Ten pozorovatel uvnitř vás se nijak nepřipoutá, ať se jedná o cokoli. Ať jde o nějakou nehodu nebo o nějaký zázrak. K připoutanosti dochází skrze ego. Pokud jste nějak k něčemu připoutáni, je to skrze ego. Pak každá podoba, každý tvar v sobě má ego.

Uvnitř vás něco je, které není k ničemu připoutané a je trvalé a nehybné. Taková věc, to může být jediné nejvyšší síla nebo bůh. Ta nejvyšší síla nebo bůh, ty nejsou nikde ve světě. Ta nejvyšší síla je ve vašem srdci. Jste plni návyků, spousty tužeb. Máte spousty tendencí, připoutaností, přitažlivostí, proto vaše mysl neustále vychází do světa. Proto neustále zažíváte problémy. Ale je to jenom ve vaší myslí. Ta mysl ale nemůže vstoupit do vašeho nitra, protože tam sídlí ta nejvyšší síla.

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 13. listopadu večer



Na všechno se můžete podívat skrze mysl. Ale tu mysl samotnou nevidíte. Všechno vidíte pomocí myslí. Ale tu mysl nevidíte. Vidíte ve světě spousty věcí, tvarů, spousty forem. Ale jaký má tvar vaše mysl. Znáte ten skutečný tvar své myslí? Mysl nemá žádnou podobu, žádný tvar, nemá postavu. Ale když vidíte zrovna svého nepřítele nebo někoho jiného, vaše mysl na sebe vezme tu podobu. Když se třeba díváte na mraky, vidíte nějaký tvar v těch mracích. A podíváte se zas a vidíte zase jiný tvar. Mraky neustále střídají své podoby. A jaký je skutečný tvar mraků? Víte to?

Teď se dívám na všechny lidi v tomto sále. Mysl na sebe vezme podobu lidí kolem vás v sálu. Ale jaký je tvar té myslí? Skutečný tvar. Dívám se třeba na televizi. Zrovna jde dobrý film. Mysl se dívá na film v televizi. V tu chvíli si myslíte, že to je skutečné. Ale jaký je skutečný tvar mojí myslí? Když bych viděl svoji mysl, nemusím se koukat na tu televizi. Já bych ušetřil za televizi, když bych se mohl dívat na ten film ve své myslí. Když by mysl měla nějaký tvar. Nemusím nikam chodit, nemusím vydávat peníze. Ale mysl nemá žádný tvar.

Někdo řekne: „Mám teď strašné starosti a těžkosti. Zabiju se.“ Ale kde jsou tyhle trable? Kde jsou ty deprese a emoce? A problémy? Ukažte mi je. Copak to jde je ukázat? My je nemůžeme ukázat, ale jsou přece v nás. A ukažte mi je vevnitř v sobě. Jsou zrovna v ruce? Jsou v noze? Kde jsou? Víte to? Vidíte je tam? Jak vypadá problém? Kde je nějaká potíže? Jak vypadá, jaký má tvar?

To všechno jenom vytváří mysl. Mysl nevytváří nic skutečného. Mysl dokáže vytvářet, když je tam nějaký objekt. Protože sama nemá žádný tvar. Když se na někoho podíváte, vaše mysl na sebe vezme jeho podobu. A teď otočím hlavu a dívám se jinam. Ten tvar už tam není. Moje mysl má teď tenhle tvar a když zavřu oči, zase se objeví nějaký jiný tvar. Moje mysl vidí spousty tvarů a předmětů. Který ten tvar je skutečný, správný? Co je ze všech těch věcí trvalého? Sledujte svoji mysl.

Jakýkoliv problém, jakákoliv potíže, to je všechno vytvořené vaší myslí. Nejsou skutečné, nejsou trvalé. Proč mají lidé starosti? Například poněčem touží. Ego se v tu chvíli připoutá k té věci. A člověk o té věci neustále přemýšlí. Třeba vám někdo ublížil. A teď přemýšlíte neustále, proč to udělal? Proč to jen udělal? Když takhle o čemukoliv, o jakémkoliv incidentu příliš přemýšlíte, pak ten negativní pocit se ve vás ukládá pořádně hluboko. A pak, když máte takovouhle starost, vytěsní to všechny ostatní myšlenky. Pokud ta starost přišla k vám skrz přílišné přemýšlení, tak se do vás ponořila; usadila se hluboko ve vaší myslí. Ani se vám nechce jíst, ani

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 13. listopadu večer

se vám nechce mluvit, ani se vám nechce chodit ven. Jste naplnění tou starostí. Svět je plný všeho možného, ale vy jste zaměstnaní jenom tou starostí. A když se ta starost ještě prohlubuje, vaše mysl je stále slabší a slabší, až je úplně slabá a vaše tělo také slábne. A vy vůbec nevíte, jak ze svého úsilí odstranit tu starost. Když vám někdo v tu chvíli nějak poradí, řeknete: „Ale jak to můžu udělat, já na to nemám sílu.“ Spousta lidí k vám chodí a radí vám.

Jenomže, jak jste zatíženi tou starostí, tak ani nemůžete pořádně naslouchat, co vám ti lidé říkají a nemůžete to naplnit. Když jste zatíženi přílišnou starostí, nejde vůbec odstranit. Co se s tím pak dá dělat? Napadá vás jenom jedno řešení. A to je sebevražda. A je to hotové. A proč jste zemřeli? Pomohlo to k něčemu? Komu to pomohlo, když jste zemřeli? Byla to jenom připoutanost a přílišné přemýšlení o té události. To byla jediná chyba. Kdybyste měli schopnost odstranit svůj problém, spáchali byste sebevraždu? Bůh nám dal tenhle život, abychom byli šťastní a měli klid. Jenomže my házíme to tělo do popelnice. Jenom jedinou nějakou touhou.

Ta nejvyšší síla sedí uvnitř nás a všechno vidí. Vidí všechny naše pocity, všechny naše problémy. Jak během bdění, tak ve snech i v hlubokém spánku. Neustále vidí. Tenhle pozorovatel v nás není s ničím svázaný. Ten pozorovatel se nemění v průběhu bdění, snění nebo hlubokého spánku. Když se k něčemu připoutáte, začnete o tom příliš přemýšlet. Ale tahle síla není připoutaná k ničemu. Tenhle pozorovatel nepřemýšlí. Mysl přemýšlí. Ale ten pozorovatel neumí přemýšlet. Mysl se připoutává, ale ten pozorovatel se nepřipoutává k ničemu, k žádné myšlence. Tenhle pozorovatel je ta svrchovaná síla v nás. To z ní, z té síly vychází mysl. Mysl se vynořuje z nejvyšší síly. Mysl se vynoří z té svrchované síly a pak skrz naše smyslové orgány vstupuje do světa.

Vy ale nevidíte nejvyšší sílu. Vy jí neznáte. A také mysl může všechno znát, všechno poznávat, všechno cítit. Jediné, co nemůže poznat, je ta svrchovaná síla. Pro mysl je nemožné jí poznat. Proto většina lidí na světě nezná zážitek vlastního božského Já. Neumí se stát tou svrchovanou silou. Proč? Protože jejich mysl se neustále zaměstnává světskými činnostmi. Prožívají všechny problémy. Někdy pláčí, někdy jsou šťastní. Ale nikdy se nedostanou k tomu, aby řešili, co vězí za všemi problémy.

My jsme zvyklí na ten život, my jsme zvyklí na všechny nezdravé látky. A s těmi svými zvyky vytváříme svůj život. A tím ztrácíme svůj život. Je vám ten život pak k něčemu? Je ten váš život užitečný někomu jinému? Proč žijete? Jaký je smysl vašeho života? Proč chcete žít? Jenom abyste naplňovali svoje touhy? Tyto při-



poutanosti, způsobují vám trvalé štěstí v srdci? A kde je řešení? Jak dosáhnout osvícení? Spočívá to ve zlatnictví? Najdete ho v casinu? Najdete ho v sexu? Najdete ho ve své rodině?

Naprosté osvobození v srdci nenajdete nikde ve světě. Všechny tyhle věci jsou překážkou k osvobození. Kam se poděl náš mozek? Co dělá? Vzniká spousta náboženství, je spousta učitelů, množství knih. Říkají vám: „Váš život není správný, protože váš život je plný trablů, problémů.“ Musíte najít toho pozorovatele. Musíte jít dovnitř. Pokud najdete toho pozorovatele, pokud ho spatříte... Pokud ho najdete, čeká vás naprostá svoboda ve vašem nitru. Osvobodíte se od své mysli. To je realizace Já. A kde je? Ve vašem srdci.

My ale to srdce plníme odpadky ze světa. Je někdo, kdo odstraňuje odpadky ze svého srdce? V tom srdci máte miliony vypitých lahví, miliony různých nesmyslů. Máte tam tuny snědené rýže. Všechny zážitky z vašeho života skládáte do svého srdce, protože jsme otevřeli dveře těm nesmyslům. Dveře jsou otevřené, tak co se s tím dá dělat? Lezou vám tam prasata, psi, lvi, tygři, všechny zvířata, ptáci – všechno proudí do vašeho srdce. Pak řeknete: „Já mám spousty starostí.“ A proč jste ale otevřeli ty dveře? Tak se podívejte, kdo vchází a pošlete je pryč.

Kde je ten pozorovatel? Je uvnitř vás. Je to ta nejvyšší síla. Mysl to jsou myšlenky. Myšlenka znamená nějaký tvar, podoba, jméno. Třeba se koukám na slunce. Někaký tvar slunce. Svítí to. Jmenuje se to slunce. Tohle je ta myšlenka. Dívám se na svojí dceru. Má nějaký tvar, nějakou podobu, nějaké jméno. Tohle je myšlenka. Během minuty se ve vás vystřídají miliony takových myšlenek. Pořád se mění, mění. Každá myšlenka má podobu, tvar, jméno. Tyhle všechny myšlenky dohromady, těm říkáme mysl. Něčemu říkáme les. Teď pokácejte všechny stromy. Trvá tam ten les? Co je to ten les? Les je, když všechny stromy stojí a jsou pohromadě. Bez těch stromů to není les.

Stejně tak říkáme mysl. Máme mysl. Mysl není oddělená od myšlenek. Když všechny myšlenky zmizí, samotná mysl neexistuje. Když myšlenky zmizí, zmizela i mysl. Tam není žádná oddělená mysl navíc, která by ještě měla zmizet. Každá myšlenka má podobu, tvar a jméno. A myšlenka nedokáže vidět božské Já. Úplně každá myšlenka má podobu, tvar, jméno. Ale ta nejvyšší síla nemá žádný tvar, žádnou podobu, žádné jméno. Tak jak můžete tu sílu vidět pomocí myšlenky. Myšlenka to je mysl. Mysl to jsou samé tvary a jména. Božské Já, nejvyšší síla nemá žádný tvar, žádné jméno. Jak můžete myslí vidět tu nejvyšší sílu? Nejde to.

Ale někdo třeba říká: „Oh, šel jsem do ráje. Viděl jsem velké světlo.“ Zase je to tvar, podoba, nějaké jméno ve vaší mysli. Není to božské Já. Když by to bylo božské Já, musí to být trvalé. Vy ten zážitek zase hned ztrácíte. Jak může být skutečný? Když by ta svrchovaná síla se chovala jako tahle mysl, co by se stalo s vesmírem? Všechno by se rozplynulo. Nejvyšší síla je energie, která pohání naši mysl, náš mozek a celý svět. Myslí tu nejvyšší sílu nemůžete prostě vidět.

Někdo jiný přečetl spousty duchovních knih a ovládá spousty metod. Ovládá jógu, umí se modlit, dělá hathajógu, medituje, dělá dotazování. Umí spousty metod. Jenomže ty metody používá vaše mysl. Ne božské Já, ne ta nejvyšší síla. Mysl říká: „Ano, rozumím. Božské Já... to není možné skrz mysl. Ano, teď vím.“ Ano, víte to velice dobře. Ale dosáhli jste osvobození? Máte realizaci? Spatřili jste tu nejvyšší sílu? Prožíváte jí? Vy to znáte. Ale znáte jenom proceduru. Ale jak ji uskutečnit? Mysl to nedokáže.

Někdo si řekne: „Chci se stát tou nejvyšší silou.“ Myšlenka nemá tvar, nemá jméno, nemá podobu. Pak tam není myšlenka. Pak tam zbude jenom božské Já. Je to velice jednoduché. Vidíte tu nejvyšší sílu? Tam není myšlenka, která by viděla tu nejvyšší sílu. Není tam mysl. Pak je to možné. Je to hrozně jednoduché. Jenomže my nemůžeme žít bez těch myšlenek, protože pořád chceme nějaké zážitky. Pořád chceme myšlenky. Když tam není žádný tvar, není tam myšlenka s nějakým tvarem ani mysl, pak mysl je pryč.

Ano, nějaký člověk cvičí a chce odstranit s velkou vervou všechny ty tvary a připoutanosti z té mysli. A jak on cvičí? Kdo cvičí? Jenom mysl. Mysl zná to cvičení. Třeba když se díváte na měsíc. Odstraňte ten měsíc ze své mysli. Jak? Mysl je iluzorní. Neexistuje. Ona se vynořuje z božské síly. Žije jenom z milosti té nejvyšší síly. Božská síla má energii bez mysli. Může dělat cokoli bez mysli. Ale bez té nejvyšší síly mysl nemůže dělat nic.

My se teď zabýváme myslí na hluboké úrovni. Realizace Já je možná skrze dotazování. Jenom. Třeba váš syn se na něco ptá: „Co je tohle?“ Řeknete: „Tohle jsou brýle.“ Syn se ptá: „A jak se dělají? Jak to tam přidělali?“ A syn se stále takhle dotazuje a pak dosáhne vědění, té znalosti. Vy se také musíte takto dotazovat. Člověk si řekne: „Dobře, tak já na to jdu na to dotazování.“ Ale je to zrovna také myšlenka to dotazování. Jak tedy na to jít?

Abyste se mohli správně dotazovat, musíte mít požehnání. Protože jinak jsou vám tisíce přednášek, tisíce knih naprosto k ničemu. To dotazování můžete provádět jenom, když máte požehnání nejvyšší síly. Ta síla je ve vašem srdci a zná

dokonale váš život. Člověk řekne: „Chci realizaci.“ Ale tahle myšlenka přichází z mysli. Ona musí přijít ale ze srdce a pak vás ta nejvyšší síla povede dokonale. Ta nejvyšší síla ve vás totiž ví, jestli jenom něco vytváříte, jestli hrajete nějaké divadlo nebo jestli po tom skutečně toužíte. Nejvyšší sílu nemůžete nijak ošidit. Je potřeba otevřené čisté srdce, abyste dostali potřebnou sílu k dotazování.

Tahle síla vyvstává z klidu. Tahle síla pracuje v klidné mysli. Tahle síla pracuje, když mysl nepracuje. Když tam nejsou myšlenky. Někdy k nám takhle přijde radost a štěstí spontánně. To není vaše úsilí, to je požehnání nejvyšší síly, to není díky vaší mysli.

Síla, která vládne vesmíru, sedí i v našem srdci. To se dá pochopit jenom, když tam mysl není. Mysl může vidět všechno možné. Když ale chcete realizaci, je dostupná, ale jenom bez mysli. Bez mysli, to znamená, že tam nejsou myšlenky.



Budeme se tím dále zabývat v příštích dnech. Nyní uplynula jedna hodina a končíme tuto přednášku. Protože mysl dokáže vstřebat jenom určité množství. Potom z toho vznikne nuda, potom vám to přivodí třeba nějaké potíže. Když má kdokoli ztišenou mysl a nic ho příliš neruší, myšlenky na svět ho příliš neruší, pak ti z vás chápou, že je tady nějaké požehnání, nějaká milost tady proudí. Protože když tam máte mysl, tak tam nemáte klid. Co to znamená ten Satsang? Satsang znamená dobré setkání. Co to je? Znamená to, že naše mysl vstoupila do té nejvyšší síly. Říká se tomu Satsang. Satsanga. V tu chvíli cítíme nějaký klid v mysli. Toho klidu jste nedosáhli nějakým úsilím. Tahle cesta vede k té nejvyšší síle. Je to jenom z její milosti. Teď cítíte v sobě nějaký klid. A když se otočíte ke světu, cítíte tenhle samý klid? To je lepší si jít dát pivo. Jenomže to pivo ani nic jiného vám ten klid nedá. Protože pak se vám stane jenom občas, že ta mysl zmizí. Musíme tomu dát všechno. ▲

Satsang – 14.11.2006 večer



Své tělo známe pomocí své mysli. Svůj dům, zahradu, nebe. Všechny věci. Stejným způsobem jako ty ostatní věci, známe i tělo. Díváme se na svoje tělo. Je tam nějaký oddělený pozorovatel, který vidí to tělo. Vy nejste to tělo. Teď vidím videokameru nebo se koukám na svoje tělo. Stejně jako nejsem videokamera, nejsem tělo. Většina lidí si stále myslí, že jsou tím tělem. Ale to tělo je jenom jedna z věcí, která sami vytváříte. Co to znamená ego? Ego to je to tělo. Mysl, ego a tělo to je to samé. Když nemáte mysl, nemáte ani tělo. Když tam nemáte mysl, není tam ani svět. Bez ega nemáte mysl. Když spíte bezesným spánkem, vaše mysl tam není. Ego společně se všemi myšlenkami se rozpouští v božském Já, když spíte hlubokým spánkem. To, když ráno se vzbudíte, znamená, že ego se vynořilo z vaší božské síly.

Myšlenka, která nějak souvisí s vaším tělem, to je myšlenka, která obsahuje ego. Pokud ta myšlenka není připoutaná k tělu, znamená to, že myšlenka vychází z božského Já. To ego, to je, když řeknete já. Když řeknete já, máte na mysli svoje tělo. Víte, co to znamená to já? Pátrejte po tom, co je tohle to já. Když se zeptáte sami sebe, odpovíte si: „Jsem tohle tělo.“ Takže já znamená tělo. Když si vzpomenete nebo když spatříte svoje tělo, okamžitě se tam vytvoří ten pocit já, ten tvar já. A vznikne třeba, že si chci vyčistit zuby, chci si dát kafe, chci se nasnídat, chci se obléknout. Pořád je tam to já, já, já.

Kdo snídá? Tělo snídá. Kdo pije tu kávu? Tělo ji pije. To já ji nepije. Řeknete někam jdu nebo jsem šťastný nebo miluji, nebo nenávídím, hněvám se... všechny vaše činnosti a pocity se týkají toho pocitu já ve vás. To znamená, že týkají vašeho těla. Netýkají se pocitu já. Týkají se těla. To já je jenom jedna z myšlenek.

Když takhle říkáte pořád já, já, já... objevuje se vám podoba vašeho těla. Takže v tu chvíli vidíte své tělo svojí vlastní myšlenkou ve svém nitru. Ale to tělo je venku. Vaše tělo není ve vašem nitru. Tohle já je jenom vaše tělo. Pokud, když opakujete ve svém nitru já, já, já a přitom to není spojené s představou vašeho těla, pak můžete spatřit své božské Já.

Každá myšlenka v sobě obsahuje to já, které znamená tělo. To já nic jiného neznámá než tělo. Je to jenom jedna z myšlenek. Třeba řeknete: „Chci jít domů.“ V tu chvíli to já vytváří váš domov. Nebo: „Chci vidět svého syna.“ V tu chvíli to já vytváří vašeho syna. Ten syn není nikde ve vašem nitru. Ani ten dům není ve vašem nitru, ve vašem těle, ale přitom vidíte svého syna velice zřetelně.

12 A přitom ten syn tam před vámi nestojí ani není ve vašem těle uvnitř. Jak se dostal do naší mysli? Protože ta myšlenka já vyrobila toho syna.

Zkuste si představit svého syna, aniž by tam byla ta myšlenka já. To já znamená tělo. Tohle já vytvoří vašeho syna. Jak ho můžete znát jako vašeho syna? Máte tělo. Proto ten syn je syn toho těla. Kdybyste se neztotožňovali se svým tělem, tak o svém synovi nemůžete hovořit. Bez myšlenky na své tělo, zkuste říct něco o svém domě.

Stejně tak všechny věci, o kterých říkáte, že jsou vaše... vaše televize, váš dům, vaše předměty. Říkáte pořád moje, moje, moje... je tam pořád to já. Ty věci tam všechny stojí nebo leží. Jsou tam ty předměty a teď, když je tam to vaše tělo, tak najednou všechny ty věci patří tomu tělu, patří vám. Moje židle. Dejte nějaký důkaz, že je to vaše židle. To mysl takhle vytváří. Je tam to já, proto je tam i to moje. Moje dcera, můj syn, můj dům, moje rodina.

Ta myšlenka já se vynořila jedině tím, že vy jste si vzpomněli na svoje tělo, že vy jste si něco stáhli ke svému tělu. Když je tam ta myšlenka já, je tam i všechno to, co je vaše. Tahle myšlenka já v hlubokém spánku mizí. A zároveň s ní zmizí i to všechno, co bylo vaše. Vaše auto, vaše dcera, vaše předměty... protože tam není to já a není tam ani to moje. Proč potom říkají, že to je falešné já? Protože jak vaše tělo tak vaše myšlenka já, tak ten svět všechno mizí v hlubokém spánku. To falešné já může za vznik všech těch milionů myšlenek, co máte. Všechny ty myšlenky vycházejí z toho, že se ztotožňujete se svým tělem.

Ta nejvyšší síla nemá tělo. Jak může ta nejvyšší síla říct já, já, já? Já pomáhám. Já miluji. Já nenávídím. Já mám starosti. Ta nejvyšší síla nemá tělo. Proto se mu(ji) nemohou vynořovat myšlenky. Nemá tělo. Nemá myšlenku já. Nemá možnost vytvářet miliony myšlenek. Ta nejvyšší síla neví, komu patří tento svět. To my říkáme, celý vesmír patří bohu. Ale ta nejvyšší síla vesmír vůbec nezná. Protože ta nejvyšší síla nemá mysl, mozek ani myšlenku já. Kdyby měla tělo, tak by zároveň mohla zemřít. Kdyby měla falešné já, tak by v bezesném spánku zmizela. Kdyby cokoliv vlastnila, byly by to jenom myšlenky. Ale v bezesném spánku všechny ty myšlenky zmizí.

Je něco z toho nějak významného v našem životě? Něco z těch myšlenek? Když řeknete, dívám se, znamená to tělo. Ale tělo přece nevidí. To tělo přece nemá schopnost vidění. Ale ta myšlenka já znamená přece to tělo. Ta myšlenka já má jenom podobu toho těla. Řeknete: „Vidím kostel. Vidím školu. Vidím krásnou zahradu. Vidím řeku.“ A kdo to vidí? Já. Přece já. Znamená to, že to tělo se

kouká? Ne. Tohle já všechno vidí. Vidíte všechno možné na celém světě. Když třeba vidíte tu zahradu, ta vaše myšlenka já na sebe vezme podobu zahrady v té chvíli. Nebo vidíte třeba nebe. Nebo ta myšlenka já na sebe vezme podobu květiny, měsíce. V každé myšlence je to já.

Včera jsem říkal, že uvnitř vás je pozorovatel a kolem něj plynou všechny podoby, všechny myšlenky. Ale tenhle pozorovatel se nemění, je nehybný. Ať jsme vzhůru nebo se nám něco zdá nebo jsme v bezesném spánku, je tam stále ten nehybný pozorovatel. Tenhle pozorovatel se nemění. Je nehybný. Je stálý. Tenhle pozorovatel je nejvyšší síla.

Teď třeba sedíte a meditujete a máte v hlavě spousty myšlenek. Zkuste vidět svoje myšlenky, svoji mysl odděleně, bez toho aniž byste se nechali strhnout. Třeba přijde myšlenka most, vidím most. Je tam pozorovatel a je tam to vidění a je tam objekt a to je ten most. Tedy je tam pozorovatel, ten akt hledění a ten most. Ano, vidíte ten most. Vy vidíte ten most, ale v příštím okamžiku ta myšlenka zmizela a najednou jste v restauraci. Proč se tohle děje? Kdo to vidí ten most? Ten samý vytvořil tu restauraci a stal se na chvíli tou restaurací. On nevidí tu restauraci. To já se stalo tou myšlenkou. Ztratili jste v tu chvíli toho pozorovatele. Proto meditace neuspěla. A pak za tou myšlenkou, kde jste ztratili pozornost následuje milion dalších myšlenek, velkou rychlostí. A vy nevíte nic. Vidíte třeba svého přítele.

Mluvím o tom, protože při meditaci je důležité soustředění. Meditace znamená, že myšlenky musí mizet. Proto, když vidíte tu myšlenku odděleně, přichází další myšlenka zevnitř. A když nemáte v tu chvíli pozornost, tak se stáváte tou druhou myšlenkou. A teď si řeknete – dobře, ale já tu mysl chci ovládnout. Třeba jste zrovna kuřák a uvidíte krabičku cigaret. Já jsem k tomu připoutaný, k těm cigaretám a pak hledáte sirky. Zapálíte si cigaretu a kouříte. Přijde váš známý. Řekne: „Dej mi cigaretu. Mně už došly.“ Tak vy mu dáváte cigarety. A takhle probíhá vaše meditace. Je to skutečné? Je to správně?

Co to znamená meditace? Vidíte třeba horu. Když tu horu vidíte, nedovolte, aby vznikla další myšlenka. Pokud povstane další myšlenka, ztrácíte přitom svého pozorovatele. Ten pozorovatel zmizí, protože je tam falešné já. A to falešné já nemá schopnost vidět tu myšlenku odděleně alespoň krátkou dobu, protože hned přijde ta myšlenka na strom. Zmizela hora, nebyl tam pozorovatel. A okamžitě je tam třeba strom. A opět se snažíte získat koncentraci. Vidíte ten strom a díváte se na něj. Ale okamžitě se tam objeví myšlenka na krávu. Takže vidíte teď krávu. Ztratili jste toho pozorovatele, protože vaše falešné já na sebe vzalo podobu krávy.



Ve vaší mysli se takhle řítí miliony myšlenek jedna za druhou. Kdyby za mnou bylo velké zrcadlo, byli byste všichni v tom zrcadle odrazení. A teď zavřete oči a díváte se do svého nitra. Tak ve svém nitru vidíte ten samý obraz, všechny ty lidi, které jste viděli v tom zrcadle. Vidíte ty podoby v zrcadle. Vypadají skutečně. Ve vaší mysli vypadají velice realisticky. Teď se podívejte jenom na to zrcadlo. Prozkoumejte ho. Jsou v tom zrcadle nějakí lidé? Když se koukáte jenom na to zrcadlo samotné, tak v něm nikoho nenajdete. Když to zrcadlo vůbec nevidíte. Když vidíte tu nejvyšší sílu, pak tam sami nejste. Když všechno ve své mysli vidíte, pak nevidíte tu nejvyšší sílu. Zrcadlo tam je za mnou, zrcadlo neudělalo žádnou chybu, pořád odrazí, je čisté. Ten, kdo se objeví před svým zrcadlem, toho to zrcadlo věrně odrazí.

Když máme myšlenky ve své mysli, je to jenom odraz v naší nejvyšší síle. Když by tam nebylo zrcadlo, nic by tam nebylo vidět. Když bychom neměli v srdci tu nejvyšší sílu, nic bychom ve svém nitru nenalezli. Ta nejvyšší síla nemá žádné tělo, nepřísluší jí nějaký svět, žádné myšlenky. Realizace znamená, že splynete s tou nejvyšší silou. Pak není nic k prožívání, nic k vidění. Protože to jenom mysl něco prožívá a něco vidí. Ta nejvyšší síla nemá tělo. Proto ani vy nemáte tělo. Božské Já, ta nejvyšší síla nemá tělo, proto když vy se neztotožňujete se svým tělem, jste tou nejvyšší silou. Ta nejvyšší síla nemá mysl, nemá žádné myšlenky. Proto, když vám všechny myšlenky zmizí, stáváte se tou nejvyšší silou.

Když člověk nemá myšlenky, tak ani nevnímá svět. Stejně tak ta nejvyšší síla. Když přestane existovat svět, stáváte se tou nejvyšší silou. Ale naši sílu svazuje tohle tělo, všechny naše myšlenky. To jsou pouta, která nás svazují. Jsme ve vězení, protože nejsme trvale šťastní a nemáme trvale klid. To vězení jsme vytvořili vlastní myslí. Někdy brečíme, někdy máme strach, někdy jsme naštvaní. Každý má neustále během celého života nějaký problém. Nejste od své mysli osvobození ve svém nitru. Ta nejvyšší síla je ale bezmezně svobodná. Nemá mysl, nemá prožitky, nic tam není.

Vy se vždycky nacházíte na určitém místě, v určitém nápadu, v určité ideji, v určitém čase. Vaše mysl je velice malá, nepatrná. Když jsem byl v Indii, nevěděl jsem dřív nic o České republice. Když jsem přijel do České republiky, tak tuto zemi vidím. Moje mysl má tu ideu České republiky, když ji vidím. To, co vidíte, máte ve své mysli. To, co vidíte ve světě, to je ve vaší mysli. Ale vaše mysl je omezená. Všechno, co znáte, všechny ty tvary, podoby je jenom ve vaší mysli. Je to jenom omezené množství věcí ve vaší mysli. A váš život plyne v tom vašem výtvaru, který je omezený. Vy neznáte nic jiného, než co je ve vaší kreaci světa.

Vidíte třeba nějaký druh ovoce, které jste ještě nikdy neviděli. Tak se zeptáte: „Jak se to ovoce jmenuje?“ Kdybyste ho znali, tak to ovoce už máte uložené v hlavě a vzpomněli byste si; tohle ovoce znám. A řeknete jméno toho ovoce. Ale když jste ho předtím nikdy neviděli, tak ho nemůžete znát. Stejně tak všechno, co známe, je něco, co už máme uložené v mysli. Když by ve vaší mysli nic nebylo, tak byste nic nevěděli. Znáte úplně všechno z České republiky? Znáte úplně všechno z Prahy? To nemůžete. Vy znáte jenom to, co jste viděli nebo o čem jste slyšeli. Lidi, obchody, ulice. A co ty ostatní věci? Co ostatní svět? My takhle žijeme v určitém omezeném rozsahu, který jsme si sami vytvořili. Ale ta nejvyšší síla je bezmezná, nemá žádné hranice. Ta nejvyšší síla nemá vůbec žádné hranice.

Protože to naše myšlenky vytváří hranice. Když vám myšlenky zmizí, automaticky se rozšiřuje nejvyšší síla. Když zmizí myšlenky a máte přitom pozornost a přitom nespíte a přitom nejste ve stavu zapomnění, nemáte myšlenky, máte klid a máte pozornost a není to přitom sen, není to spánek, pak v tento okamžik se rozšiřuje božská síla, kterou máte v sobě a bourá ty hranice, které jsou ve vás. A ona se šíří i mimo vaše tělo. V ten okamžik vaše tělo také mizí.



My jsme si vybudovali velice úzký svět, který je strašně úzký a je ohraničený ze všech stran. Proto třeba cestou sem je velká zácpa. Podobně jako v našem nitru je velká bitva myšlenek. Když máme jenom úzkou mysl... Člověk, který má takto úzkou mysl, člověk, který je úzkoprký, je ten, který žije kvůli svému tělu. Když jste osvobození od myšlenek ve svém nitru, když jste osvobození od pocitů ve svém nitru, pak ta nejvyšší síla překračuje všechny hranice ve vás. Všechny hranice v tu chvíli mizí. V tu chvíli vycházíte z toho těla, je to prázdnota a klid. Toto svojí myslí nemůžete spatřit. Nemůžete toho dosáhnout skrze svoje úsilí. Ta nejvyšší síla vaše myšlenky spaluje a šíří se neomezeně dál. Nejprve zmizí naše tělo. A pak, když se podíváte, zjistíte, že i svět zmizel. Myšlenky zmizí v hlubokém spánku, ale není tam svět, není tam pozornost. Ale teď, když vy spálíte svoje myšlenky, tak máte okamžitě pozornost.

Myšlenky jsou pryč. Tělo, to jsou ty myšlenky. Svět, to jsou také jenom myšlenky. Proto vaše tělo také zmizí. Mysl je pryč, proto všechno mizí včetně světa. Pak jste neomezeně svobodní a božské Já je naprosto všude. A ta nejvyšší síla je naprosto všude, ve všech bytostech, ve všech zvířatech. Celý vesmír je v té nejvyšší síle. Je nekonečná a bez hranic, neomezená. Kde je konec vaší mysli? Vaše mysl je plná hranic, jako kdyby tam byly dopravní pravidla. Jak tu mysl máme odstranit? Jak poznat náš přirozený stav, naši skutečnou podobu?

16 Dotazování po Já neznámá nějaké konkrétní soustředění, neznámá nějaké pozorování. Neznámá to získávání nějakých zásluh. Neznámá to naplňovat svoje touhy, svoje představy. Není to nějaký zážitek. Tyhle všechny jsou jenom v rámci mysli. To dotazování po Já spočívá v tom, že ta myšlenka já se vynořuje z té nejvyšší síly v nás. A tahle myšlenka já vyrábí miliony myšlenek. A my skrze ty myšlenky všechno poznáváme. Skrze sílu toho falešného já, tohoto ega.

Třeba na pilíři stojí dům. Nemusíte odstraňovat ten dům, je to těžká práce. Stačí odstranit ten pilíř. V tu chvíli se celý dům zborší. Stejně tak existuje jediná myšlenka já. Proto nemyslete na svoje tělo, nemyslete na svůj život. Pokud to falešné já nemá nic na práci... ono se neustále propojuje s vaším tělem a s vaším životem. Tak vypadá život toho falešného já. Když máte dostatečnou sílu bojovat s falešným já... Ta síla musí být velká, protože bojujete sami se sebou. Když třeba pomyslíme na boj s někým jiným, označíme ho za těžký nebo za lehký. Ale na boj se sebou samými potřebujeme velkou odvahu a velkou sílu. Protože vy se s ním ztotožňujete. Jak se sebou můžete bojovat?

Je lehký způsob, jak bojovat s falešným já. Pokud máte myšlenky na tělo, je to pokrm vašeho falešného já. Když přestanete myslet na svůj život a na svoje tělo, pak falešné já nemá co jíst, nemá vzduch, nemá vodu a velice rychle zemře. Ale je to strašně těžké. Proč? Protože váš život je vaše tělo a každou myšlenku považujete za skutečnou. Každá ta myšlenka obsahuje falešné já. Když byste zapomněli na svůj minulý život, na svoji budoucnost, na současnost a na svoje tělo, je realizace velice snadná. Ego během vteřin zemře.

To dotazování je otázka „Kdo jsem já?“ My se přímo pídíme po tom falešném já. Pokud nemáte dost síly, abyste zapomněli na svůj život a na svoje tělo, tak zjišťujte, kdo jsem já? Protože v tu chvíli se pídíte přímo po svém falešném já. Kdo jsem? Já jsem přece tělo. Jenomže vy to tělo nejste. Kdybyste byli tělo, tak k čemu je pak se po něčem pídit, po něčem pátrat. My pátráme po něčem, protože o něčem pochybujeme.

Vezměme si třeba brýle. Víme, jak se vyrábí. Když to víme, není potřeba se ptát, jak se brýle vyrábí. Proto, když se ptáte: „Kdo jsem já?“ Když odpovíte: „Jsem tělo.“ Pokud máte nějakou otázku na tu odpověď po tom já, tak to dotazování nevedlo nikam. Tak není možné se dotazovat, protože už jste našli odpověď. Tak k čemu je ta otázka dál? K čemu je to pátrání? Pátrání potřebuje vždycky nějakou odpověď. Ale odpověď není! Protože vy nejste tělo. Vy tělo vidíte, proto jím nejste. Vy tělo vidíte, protože jste ztotožněni s falešným já. Vy nejste toto tělo. Takže kdo jste? Pátrejte: „Kdo jsem?“ Hledejte ve svém

nitru. Ano, přišla odpověď jsem tělo. Ale vy nejste tělo, protože to zemře. A v bezesném spánku tam tělo také není. Tak pokračujte – kdo jsem já? Potřebuji odpověď. A co je odpověď? Budeme v tom pokračovat v příštích dnech, protože už uplynula hodina.

Tohle téma je velice složité, proto o tom mluvím tak dopodrobna. Pokud tomu člověk dobře porozumí, velice snadno uspěje u zkoušek. Velice snadno se může dotazovat po svém já. Pokud tomu nerozumíte, jak můžete uspět u zkoušky? Dvakrát, třikrát selžete. Mluvil jsem již dříve o pochopení. Vy všichni nasloucháte mému proslovu. Je to skutečné? Není. Není pravda, že nasloucháte, protože někteří z vás se zároveň stihli pobavit s přáteli, zajít domů, vyřídit si spoustu věcí. Vy sice tady sedíte, ale vaše mysl třeba zrovna kouká na televizi. A znamená to, že v tu chvíli mě slyšíte? Vaše uši jsou v tu chvíli vypnuté. Vaše mysl sedí pohodlně rozvalená před televizí. A kdo v tu chvíli poslouchá přednášku? S kým mluvím? Komu to říkám? Říkám to zdi?



Pokud nasloucháte správně, dokonale, pak je pro vás možné, je to jistota, že dokážete spálit svoji mysl a dokážete se správně dotazovat – kdo jsem já? Kdo je ten nejlepší hledající, ten nejlepší žák? Ten, který dokáže hodinu naslouchat. Slyšeli jste aspoň pět minut z toho, co jsem řekl? ... tak jste neuspěli a moje učení bylo k ničemu. A kdo má nějaký prospěch z toho učení? Ten, kdo má uvnitř sebe klid. A nic ho v mysli neruší. Nemá v sobě napětí. Nic ho nikam netahá, myšlenky ho nikam netahají. Takový člověk poslouchá dokonale a moje učení přijal svým srdcem.

Není lehké naslouchat a což teprve realizace, což teprve duchovní praxe. Člověk, který má klidnou mysl, ten porozumí jakémukoliv učení. Není to věc mysli, není to porozumění skrz mysl. Protože k té nejvyšší síle musíte jít s prázdnou nádobou. Musíte za ní jít s prázdnou myslí. A ta nejvyšší síla naplní vaši nádobu svojí energií. Naplní vaši prázdnotu tou nejvyšší silou. Jenomže vy už jste si tam nalili benzín. A nic dalšího se tam už nevejde. Kam by to ta božská síla mohla uložit. Je to chyba té nejvyšší síly? Vy už jste si své srdce naplnili, jste velice zaměstnaní. Ta nejvyšší síla do vašeho srdce nemůže vstoupit. Nemá šanci. Proto je důležitá prázdnota v mysli a klidná mysl. A soustředěná pozornost. Pokud správně nasloucháte, dovede vás toto učení do vašeho srdce. A vaše mysl k tomu není potřeba, nepotřebujete k tomu žádné úsilí. Nepotřebujete provádět žádnou praxi. Ticho a klid. Když takto nasloucháte s otevřeným srdcem, pak i když půjdete pryč a budete v nějaké situaci, tak se vám ty potřebné věci automaticky vybaví a pomohou vám. ▲

Satsang – 15.11.2006 večer

Myšlenky se stávají skutečností ve chvíli, kdy ztratíte pozornost. Proto potom od rána do večera jste neustále v těch myšlenkách, protože nemáte v sobě pozornost. Kdybyste v sobě měli to vědomí toho svědka nebo milost, pak myšlenky si poplynou svojí cestou, ale vaše vědomí nebudou ovlivňovat. Když cítíte hněv, žárlivost nebo máte v sobě napětí, je to tím, že vaše vědomí je zahalené. Ten, kdo má neustále to vědomí v sobě, tak třeba pracuje, ale přitom nepracuje. Nebo jde a přitom nejde. Vidí a přitom nevidí. Slyší, ale přitom neslyší. Hovoří, ale přitom nehovoří. Protože to jenom mysl dělá tyto aktivity. Vědomí žádnou aktivitu nevyvíjí. A všechny vaše činnosti budou vykonávány nejvyšší silou.

Podívejme se na situaci, když spíme hlubokým spánkem. Předtím než se probouzíme, se vynoří myšlenka já z té nejvyšší síly. Myšlenka já se vynořila z božského Já. Myšlenka já se okamžitě připoutá k vašemu tělu a následují všechny ostatní myšlenky a všechno považujete za realitu. Když toto já, toto falešné já je spojené s tělem, je to mysl. Když se ponoří falešné já do božského Já, pak tam mysl není. Toto falešné já se noří do božského Já, anebo se spojuje s tělem. Pokud se spojí s tělem, pracuje mysl a vy považujete její výplody za realitu. A v tu chvíli ztrácíte pozornost ve svém nitru.

Tyhle myšlenky překrývají vaše božské Já a stáváte se slepými. Pohybujete se po světě jako slepec. Proč? Vy jste v situaci, že berete mysl jako realitu, ale mysl je iluze. Neztrácejte své vědomí. Když v tom vědomí spočíváme, vidíme všechny myšlenky odděleně a uvnitř nejsme k těm myšlenkám připoutaní. Protože to je to božské Já. A to není připoutané k žádné myšlence.

Takže myšlenky si plynou svojí cestou a nic vám nedělají, nedělají vám žádné problémy. Pokud se vynoří falešné já, ztrácíte okamžitě vědomí a falešné já vyrábí spousty myšlenek. A každá z těch myšlenek překrývá váš prožitek vašeho božského Já. Pokud spočíváte v té pozornosti, v tom vědomí, potom vidíte všechno naprosto jasně a ve světle.

V každé myšlence je falešné já neboli ego. Protože každá myšlenka má nějakou podobu, tvar a jméno. To co vytváří falešné já neboli ego, to je právě ta myšlenka s tím tvarem a jménem. A když teď máte v sobě plné vědomí, nejsou tam žádná jména, žádné tvary, žádné podoby. Zpočátku tam mohou být nějaké



20 tvary a jména, ale vám nezpůsobují problém, protože spočíváte v tom absolutním vědomí. Falešné já je buď spojené s božským Já nebo s vaším tělem. Všechny problémy pocházejí jenom z toho falešného já.

Spočívání v tom vědomí se projevuje tím, že zažíváte klid, vaše mysl je ztišená a máte příjemný pocit v srdci. A v tu chvíli se vás vaše myšlenky netýkají. Ten klid, ten poklid, to je jediné ta nejvyšší síla. Postupně prohlubujete svůj klid, protože jak minulost, současnost, tak budoucnost všechno plyne podle plánu nejvyšší síly. Klid to je ta nejvyšší síla, která se prohlubuje, když vás vaše mysl neruší. Ta síla je ve vašem srdci. Je to vaše skutečná identita. Ani odnikud nepřichází ani nikam neodchází. To mysl přichází a odchází. Kdežto vaše božské Já je nehybné. Proto pokud cítíte klid a mír v mysli; toto je váš přirozený stav. Není to něco, čeho jste museli dosáhnout úsilím nebo pomocí mysli.

Představte si to na příkladu. Myšlenky plynou a neruší váš klid. Znamená to, že ten klid vidí celou mysl. Ale ta mysl nezpůsobuje uvnitř vás jakýkoliv rozruch. Proto to vaše božské Já a klid nepřichází skrze mysl. Jak je to s tím klidem? Mysl je cosi neexistujícího. Dále vy nejste těmi myšlenkami. A vy vidíte své myšlenky skrze ten klid. Ten klid není ta mysl, protože vy vidíte svoji mysl pomocí klidu. Klid nepřichází skrz vaši mysl nebo z vašeho úsilí. Proto je to váš přirozený stav. A to jste právě vy.

Vy nejste tahle mysl. Tahle mysl je sen. Tuhle mysl máme i ve snech. Ve snech máme i další tělo. Všechny naše aktivity ať jsou dobré nebo špatné, pokračují v našich snech bez našeho úsilí. Proto prohlubujte svůj klid. Tím prohloubit znamená neztrácet ho. Pokud ho ztratíte, řekněte si: „Já nejsem tahle mysl.“ A vraťte se do svého skutečného domova. Protože ta mysl vás takto strhává již nespočetný počet zrození. Je to její přirozenost. Ale vy jste to božské Já. Proto neztrácejte své vědomí a svůj klid.

Ted' například máte klid a myšlenky si plynou svojí cestou. Na ten klid nemají vliv. Někdo vám přinese zprávu, že váš syn je vážně nemocný. Vy se v tu ránu zeptejte: „Čí je to syn?“ „Je to můj syn.“ Vy si uvědomíte, že je to váš syn a okamžitě se ve vás objeví falešné já. A jste v tu ránu připoutaní ke jménu a formě vašeho syna. A v ten okamžik se ve vaši mysl objeví nějaký rozruch, nějaké rozčilení. A vy ztrácíte v ten okamžik svůj klid. A hned máte starost. Jak tu starost odstranit? Vy se potom vypravíte za tím synem. Jste plni napětí a když ho spatříte, je u toho doktor, který vám řekne: „Nic mu není, stačí jenom jeden týden si odpočinout.“ Co se potom stane? Naše myšlenka, která obsahuje tu starost, se vrací zpátky do vašeho božského Já a starost zase mizí.

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 15. listopadu večer

Jindy k vám přinesou zprávu, že nějaký jiný chlapec byl zraněný a odvezený do nemocnice. A s vaším klidem to neudělá vůbec nic. Proč? Protože ten chlapec nebyl váš. Proto není mezi vámi a tím chlapcem žádná připoutanost. Řekněme, že máte zrovna nějakou starost o toho chlapce a vypravíte se do nemocnice. Promluvíte si s doktorem. Řeší tohle váš problém? Řešila ta starost váš problém?

Pokud byste odstranili starost ve chvíli, kdy se vynořila, svým klidem, pak byste neměli starost. Abyste spatřili syna, tu starost nepotřebujete. Uvědomte si to. Můžete jít s klidem za doktorem, popovídat si s ním, vidět svého syna. Je ta starost k něčemu dobrá? Vyřeší ta starost váš problém? Starost přidává problém vám. A svojí starostí způsobujete problémy své rodině a svému synovi. Protože, když budete před synem plakat, on se také rozbere. A pomohlo mu to? Takto plynou naše aktivity.



Nevíme, jak to vyřešit. Mysl neví, jak z toho ven. Jediné, co mysl zná, je myšlení. Myšlení a myšlení. Ale neví, jak z toho ven a jak to vůbec vyřešit. Pokud odstraníte svoje myšlení, pak ten problém za vás vyřeší ta nejvyšší moc. Když se vám například něco v noci zdá. Vaše tělo spí a vám se zdá sen. A v tom snu jedete do nemocnice a mluvíte se svým synem. Ten sen je opravdu velice realistický a vy věříte, že mluvíte s doktorem. A vy mi teď řekněte, co z toho je realita. To během dne jste měli úplně stejný problém. A během toho dne to je pro vás realita. Ta samá věc se vám přihodí ve snu. A v tom snu je to také strašně reálné. Co z toho je skutečnost? To, co se vám stalo ve snu nebo to, co se vám děje během dne? Obojí považujete za skutečné.

Když se probudíte ze snu, řeknete si – to byl jenom sen. A co teď s tím bděním, co teď s tím dnem? Je to realita? To, co vytvořilo ten sen, ta úplně stejná mysl pracuje i během dne. Nikdo nemá dvě různé mysli a mysl nemá žádnou formu. Když jsme v té mysl, tak aktivity během dne i aktivity v našich snech jsou pro nás reálné a neumíme rozpoznat jejich iluzi. Mám teď na sobě svetr. Chci ho sundat a sundávám ho. Protože má nějaký tvar a nějaké jméno. Je venku.

A vy teď zkuste odstranit ze své mysli svojí starost. Proč to nejde? Je to vaše mysl. Vy jste ta mysl. Není nikdo jiný, kdo by ji mohl odstranit. Já jsem si sundal svůj svetr, já ho odstranil ze sebe. Takže je tady někdo, kdo ten svetr mohl odstranit, proto bylo možné ho odstranit. A kdo je ten odstraňující ve vaši mysl? Žádný tam není. Proto si někdo třeba řekne: „Tu starost vyřeším tím, že si dám panáka. Nebo půjdu do kina. Nebo si promluví se svojí přítelkyní.“

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 15. listopadu večer

22 Nebo uteču od lidí. Nebo půjdu někam a budu o samotě. Třeba ten problém odstraním.“ Kdo si dává toho panáka? Zase mysl. A kde je starost? V myslí. Předtím jste měli jenom jednu starost. Teď máte dvě starosti. Protože je tam starost a ještě ten panák. Ale ten panák nepomohl. Tak jdete za svojí přítelkyní. Kolik máte teď problémů? Ne, to nepomáhá, já chci být někde sám. Kolik je teď problémů. Čtyři. A jak je teď odstraní? Ale vy si přitom říkáte, že jste v procesu odstraňování problémů. Ale není to tak. Vy naopak ty problémy ještě násobíte.

Nikam to nevede, protože všechno je neustále v té myslí. Ve vaší myslí není nikdo, kdo by ji odstranil. Protože vy jste s ní ztotožnění. Já jsem oddělený od svého svetra, proto ho můžu sundat. A kdo je ten, kdo může odstranit problém ve vaší myslí? Jste tam jenom vy. To znamená to falešné já. Všechny problémy jsou problémy toho falešného já. Kdyby falešné já umělo odstranit problém, pak by nikdo na světě neměl žádný problém. Proto má každý celý život až do smrti neustále nějaký stres, nějaké napětí, nějaký problém. Protože v myslí neexistuje řešení.

Velikost nejvyšší síly spočívá v tom, že váš problém dokáže vyřešit během několika vteřin. Člověk ten problém nedokáže odstranit celý život, ale ta nejvyšší síla ho může odstranit během vteřiny. Když máte klid, máte nějaký problém? Třeba za vámi někdo přijde a vy mu ale řeknete: „Ne neruš mě, teď mě neruš.“ Protože, když cítíte ten klid, tak vás vůbec nezajímá nějaké mluvení nebo někam chodit nebo někoho poslouchat. Proč to tak je? Protože ten klid ve vás odstranil celou mysl. A v tom klidu nemáte žádný problém. Ten klid je ta svrchovaná síla a ta spočívá neustále ve vašem srdci. A to je vaše skutečná identita. Když se klid prohloubí ve vašem srdci, je čím dál snazší odstraňovat své myšlenky. Je to jenom závislé na tom absolutním vědomí a na vnitřním míru.

Řekněme, že máte nějaký jeden problém. Přišli jste o hodně peněz. Zloděj vám ukradl peněženku. Je to pro vás veliký problém v tu chvíli a vy pořád přemýšlíte o té krádeži. Pořád, pořád dokola. Tím přílišným přemýšlením ztrácíte svůj klid a ztrácíte schopnost řešit ten problém. Řekněme tedy, že jste přišli o peníze, že jste ztratili peníze. V tu chvíli ale přestaňte přemýšlet. Podívejte se na tu myšlenku skrze klid. Pokud se okamžitě na tu myšlenku podíváte, je snadné skrze klid ji odstranit. A tím se odstraní váš problém. A to, že vám ukradli peníze, není již problém ve vašem nitru. Ale vy si řeknete: „No jo, ale teď když nemám peníze, co budu dělat, protože nic jiného mi nezbylo.“

23 Vy jste se na tu myšlenku podívali a ona zmizela. Ta krádež už pro vás není problém. Máte v sobě vnitřní klid. Znamená to, důvěřujete v tu nejvyšší sílu. A ta zvládne váš život i bez těch peněz. Protože ona ví všechno. Peníze nám k úspěchu v tomhle světě nepomůžou. Někdo může mít obrovský majetek. Má takový člověk klid? Kdyby klid souvisel s penězi, tak by to byl největší klidšas na světě. Jenomže on je největší neurotik. Ať se vám stane cokoliv, příliš o tom nepřemýšlejte. To je pravda, věřte té nejvyšší síle. Prostě se na tu myšlenku podívejte. Pokud ta myšlenka zmizí, dá vám to tu nejvyšší sílu, tu energii božského Já.

Řekněme, že se vám totéž stane i ve snu. A v tom snu přemýšlíte a přemýšlíte a máte spoustu starostí; a co, když se pak vzbudíte? Pokračuje ta starost? Ne, vždyť to byl přece sen. A je to úleva. Byl to přece jenom sen. A byla to skutečnost? Vy jste na to naletěli, byl to jenom sen.



Klid je ta pozornost během vašeho bdělého stavu. A ten klid vám umožní i v bdělém stavu říct: „Jo, to byl jenom sen, to není realita.“ Každý to zná, že když se probudí, tak jeho problémy ze snů už nemají platnost. Skutečné probuzení je ten vnitřní klid, je ta pozornost. A mysl v tu chvíli mizí. A nemáte ani problém v bdělém stavu. Musíme se pokoušet žít bez problémů. Naplnění štěstím a klidem. To je skutečný život.

Tento klid odstraní všechno z vaší myslí. Proto prohlubujte svůj klid. Meditací nebo dotazováním po Já. Nebo neustálým sledováním své myslí. Pokud se ve vaší myslí objeví jakýkoliv malý problém, okamžitě si toho buďte vědomí, že je to jenom myšlenka. Pak zmizí falešné já a zmizí myšlenka. A vy se automaticky zase stáváte tím klidem.

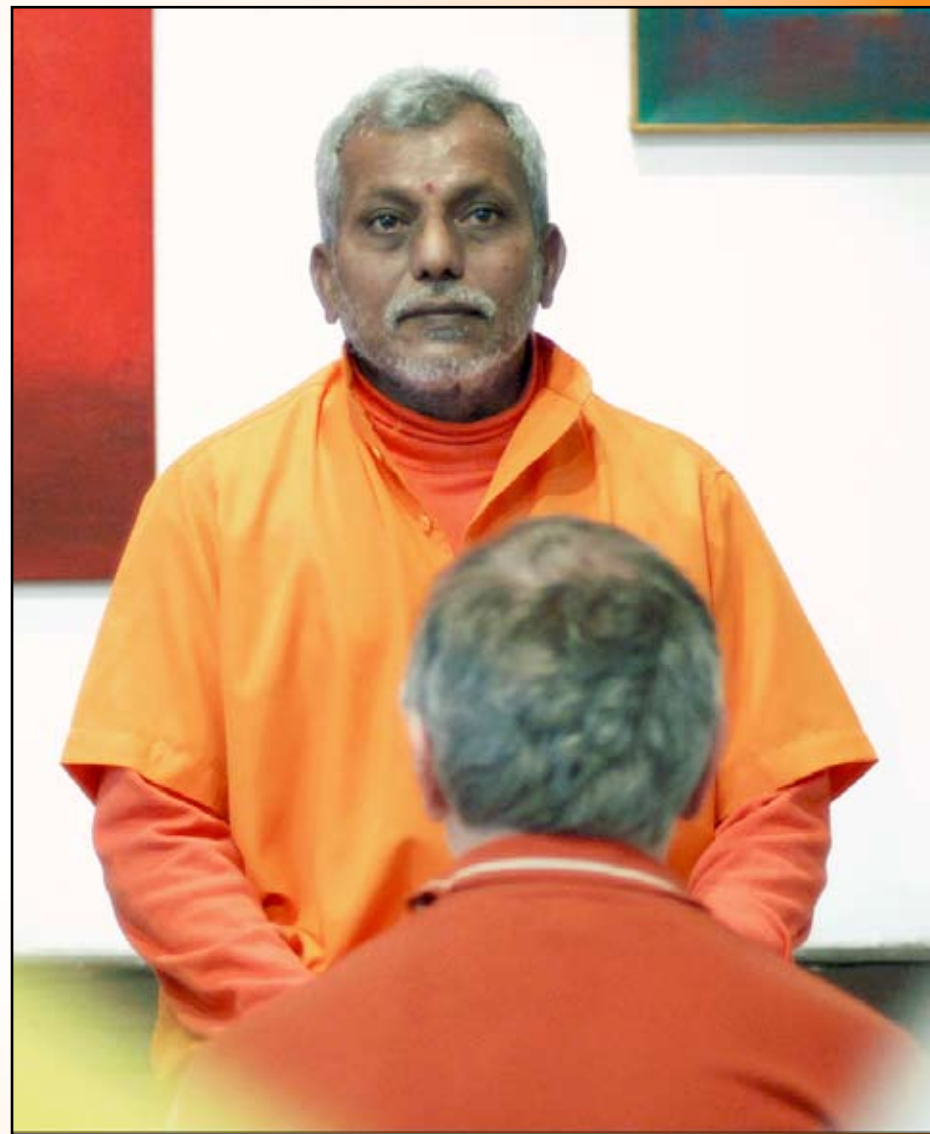
Třeba budete někdy kráčet po ulici. A vidíte spousty věcí, spousty lidí, spousty obchodů. Ale vy neztrácejte svůj klid, ať se koukáte na cokoliv. Pokud potřebujete něco koupit, běžte to koupit s klidem. Kupte tu věc šťastně a s klidem. Pokud se ve vás objeví jakákoliv touha nebo přání, okamžitě se na něj podívejte ve vašem nitru. Nedívejte se ven v tu chvíli.

Řeknu jeden příklad. Vaše oči se koukají. Ale oči samotné nedokáží vidět. Protože v tu chvíli spíte hlubokým spánkem. Máte oči, copak vidí v tu chvíli? Teď se například na něco díváte svými očima. Někam zrovna pospícháte. Zavolá na vás váš přítel. Později vám řekne: „Já jsem na tebe volal, ale tys mě neslyšel. Proč?“ Vy jste viděli na ulici spousty lidí a máte přece oči a vidíte skutečně všechny? Ne. Kdybyste opravdu viděli všechny... To vaše mysl

24 se kouká skrz vaše oči. Oči samotné nic nevidí. Mysl se dívá skrze vaše oči. A mysl se připoutává.

Vy ale hleděte skrz své oči pomocí toho klidu. V tu ránu přestanete mít problémy. Protože se jenom oči koukají, ale není tam mysl a nevznikne žádný problém. Je velice důležité při prohlubování svého klidu, abyste o ničem příliš nepřemýšleli. Jenom se podívejte na tu myšlenku skrze klid a ta myšlenka zmizí. Ať jdete kamkoliv nebo děláte jakoukoliv práci, dělejte to zevnitř. Dívejte se do svého srdce. Nemyslím tím váš srdeční orgán, myslím tím srdce napravo. Nepřemýšlejte o něm, není to něco, co by se dalo poznat.

Váš zrak by měl směřovat dovnitř. Hleděte na ten svůj klid, na tu svojí prázdnotu. A pak se pohybujte kdekoliv, dělejte cokoliv. Neztrácíte přitom klid a svět vám nepůsobí žádný problém. Při takové práci se neunavíte, necítíte emoce ani napětí. A všechno můžete vykonat s pocitem štěstí a skrze ten klid. Ticho má větší hodnotu než mluvení. Proto, když nyní budu žehnat, je to veliká pomoc pro každého, aby prohloubil svůj klid, aby našel klid ve své mysli. Protože když mám přednášku, každému určitým způsobem pracuje mysl, ale při žehnání nic neříkám, žádné učení. Proto vaše mysl nemusí pracovat a ona spočine přirozeně v klidu a míru. ▲



Satsang - 16.11.2006 ráno

Ta nejvyšší síla je velký magnet. Obyčejný magnet přirozeně přitahuje železo, aniž by vyvíjel úsilí. Když to je dobrý magnet, tak přitahuje materiál, který je čistým železem. Je nutné, aby to železo bylo čisté. Když je ryzí, tak to železo magnet snadno přitáhne. Proto nejlepší praxe je praxe bez úsilí. Praxe, to je vlastně odstranění praxe pomocí ticha a pomocí míru. Zpočátku je nutná praxe a úsilí, protože ta ryzost v nás je ze začátku nová. Ten prach, co máme v sobě, je přitahovaný světem. A to, co je v nás ryzí, přitahuje nejvyšší síla. Mysl, která je plná prachu, může vyvíjet spoustu úsilí, ale pokud v sobě nemá tu ryzost, nemůže se přiblížit ke svému božskému Já. Proto zaprášená mysl třeba medituje spoustu hodin. Ale nikam to stále nevede. Je velice důležité odstranit prach z naší mysli. Pokud ten prach odstraníte, potom nemusíte tolik cvičit, nemusíte vyvíjet tolik úsilí.



Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 16. listopadu ráno

Na světě jsou miliardy lidí a ti podle toho, jak jsou uvnitř ryzí, vstupují do svého božského Já. Člověk sám neví, jak moc je ryzí jeho mysl. Ryzí mysl poznáte podle toho, že když se jí něco líbí nebo nelíbí nebo něco miluje či nenávidí, tak přitom ale neustále zůstává vyrovnaná. To je vyrovnaná mysl. Lidé si často myslí, že když dělají něco, o čem si myslí, že je dobré, tak mají ryzí mysl. Když třeba slouží lidstvu apod. Ale tento druh činnosti ukazuje jenom na určité množství ryzosti ve vás. Ale ta největší ryzost je, když máte v sobě ticho a klid. A vůbec se vás nedotkne, jestli se vám něco líbí či nelíbí.

Když spočíváte ve svém srdci, tak se vás tyto věci vůbec netknou a zůstáváte neustále v rovnováze. Když máte v sobě takovou situaci, tak vás přitahuje velký magnet vašeho božského Já. Praxe je nutná pouze do té chvíle, kdy z vás zmizí myšlenky nebo kdy vás myšlenky přestanou rušit. Ta praxe je nutná až po tuto úroveň. Když nemáte myšlenky a máte klid...když v sobě nemáte žádné myšlenky a máte klid, pak ve vás zmizí i to úsilí. Protože ta praxe, to cvičení je prováděno falešným já, egem. Když všechny myšlenky zmizí a zůstane klid, pak už tam není úsilí nebo praxe. Zbude jenom vidění. Jste klidnými svědky. Pokud ten pozorovatel ve vás se začne hýbat nebo nějak měnit, je to falešné já. Je to ego. Vy se díváte skrze ten klid, je tam prázdnota. Pokud ten pozorovatel se nějak nemění a nehýbe, je to ta nejvyšší síla. Jaký má teď význam to slovo praxe? Ta praxe nyní spočívá jenom v tom sledování.

Pokud zmizí pozorovatel, v tu ránu se vynořuje myšlenka. Pokud se žádná myšlenka nevynořuje a pozorovatel se stále nehýbe, je to ta nejvyšší síla. Každý z vás tenhle zážitek zná. Potíž je v tom, že ten zážitek trvá jenom pár sekund. Nemáte dost sílu, abyste v tom stavu setrvali. Máte v sobě klid, nejsou tam myšlenky, pořád je tam ale ve vás ten pozorovatel a dívá se. Pokud se nehýbe a nemění, je to vaše božské Já. Pak jeho síla spaluje dualitu ve vás. To znamená, že spaluje myšlenky, spaluje vaše falešné já. Každý člověk má tento zážitek na pár vteřin, ale často mu nerozumí.

Já jsem sem do Čech přijel letos počtvrté. Ti z vás, kteří přišli v předchozích letech na setkání, můžou vidět ve svých myslích nějakou změnu od té doby. Ubyly jim problémy v myslích, ubyly jim stresy a napětí. Něco v nich se změnilo. Jak je to možné? Protože, když mají v sobě klid, jejich myšlenky se jich nedotýkají. A jelikož ten stav v sobě mají, tak ve chvíli klidu ta síla v nich pracuje. Co má na práci tahle síla? Odstraňování ega, falešného já a mysli. Naše mysl se mění díky této síle, když spočíváme v klidu. Není žádná druhá metoda, jak spálit svojí mysl.

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 16. listopadu ráno

Když máte v sobě pozornost a nemáte myšlenky, nespíte zrovna, ani nespíte hlubokým spánkem, máte v sobě to vědomí a to vědomí není nějaká konstrukce mysli. Je to váš přirozený stav, je to vaše božské Já. Pak odstraňuje všechno, co není jím samotným. To božské Já odstraňuje všechno ostatní. Protože všude je jenom božské Já, nic jiného. Proto v nás pomalu spaluje všechny naše myšlenky a ego, skrze klid. V tomto procesu je potřeba jedině klid a ticho. A jenom se dívat. A pokud se vynoří myšlenka, skrze ten klid se na tu myšlenku podívejte. A ona zmizí. A stav božského Já je pro vás v tu chvíli přirozený.

Pohybuje se normálně ve společnosti, všechno normálně dělejte. Nepřestávejte dělat to, co děláte normálně. Nemusíte se toho vzdávat. Protože, když spočíváte v srdci, nejste připoutaní k té práci, nejste připoutaní ke svým myšlenkám. Pak se při práci neunavíte, nebudete mít stres, netknou se vás problémy vašeho všedního života. Spočívajte v tichu. Spočívajte v míru. Jenom se dívejte skrze pozornost. Vidíte, jak pohyby vaší mysli postupně ustávají, až úplně přestanou. Myšlenky zmizí, přestanou se hýbat. Ale vy nesmíte ztratit svoje vědomí. Pokud ztratíte pozornost, tak falešné já okamžitě vyskočí a vyrobí spousty myšlenek.

Když jste ve stavu toho plného klidu a objeví se nějaká myšlenka, pak obsahuje ta myšlenka falešné já. Protože žádná myšlenka bez falešného já nemůže vzniknout. Teď se stane, že jste ten klid ztratili. Falešné já vyskočilo a vzalo na sebe podobu nějaké myšlenky. Ta myšlenka okamžitě překryje prožitek božského Já. Vy to teď nesmíte nechat plavat. Protože když to necháte být, z té myšlenky bude následovat milion dalších myšlenek.

Když teď cítíte klid a objeví se falešné já, okamžitě je tam forma myšlenky. V tom okamžiku jste přišli o svůj přirozený stav. A okamžitě je tam spousta dalších myšlenek. Co s tím můžeme dělat? Pokud byste neztratili tu pozornost, myšlenky by nevznikly. Když klid ztratíme, je tam rušivá myšlenka, která překrývá váš prožitek. Co tedy s tím? Bhagavan Šrí Mahariši k tomu řekl: „...“ Já to co říkám, je všechno učení Ramany Maharišiho. To učení je lehké si přecíst a pochopit ho, ale je příliš těžké dosáhnout toho zážitku. Pokud si třeba čtete nějaké příběhy, je snadné si ten příběh zapamatovat a pochopit ho. Tohle není nějaký příběh. Navíc pomocí mysli není možné toto učení pochopit. Protože ten příběh chápeme skrze činnost vlastní mysli. Toto je pravý opak toho procesu chápání, když chceme toto učení pochopit.

To pochopení je možné, pokud tam je zároveň dokonalé učení a dokonalé chápání. Když teď třeba máte myšlenku, která vás uvnitř neruší, tak můžete mít zároveň překrytí svého zážitku. Ale to božské Já ve vás neustále nějak pracuje



a odstraňuje. Když jste teď třeba ve stavu, kdy jste překrytí nějakou myšlenkou, v tu chvíli je potřeba praxe. V tuto chvíli můžete použít jenom mysl, božské Já vám nepomáhá. Předtím jste měli klid a ten klid vám pomáhal snadno odstraňovat myšlenky. Pomáhal vám pomocí dotazování po Já. Když jste překrytí tou myšlenkou, tak si můžete pomoci dotazováním po Já.

Někteří lidé to dotazování znají jenom z četby. A takový člověk, jak to zná z četby, tak tu metodu provede, aby se zbavil myšlenky. V takovém člověku jenom ego dělá praxi, aby odstranilo myšlenku. Ale to nikam nevede. Ale ten, který má zážitek toho klidu, pak ta síla jeho klidu mu zevnitř pomáhá. A to dotazování pak znamená: „Komu se jeví ta myšlenka?“ Vy se okamžitě zeptejte: „Komu se ta myšlenka jeví?“ Jeví se božskému Já? Nejeví. Jeví se tomuhle tělu?

To tělo samo se k tomu nehlásí. Tělo nemá žádné myšlenky. Tělo je jenom oživlá mrtvola. Tělo, ta mrtvola se hýbe jenom díky síle božského Já, pomocí mysli. Tělo můžete považovat za mrtvolu, kterou pohání síla božského Já za pomoci mysli. Když jste ztotožnění s myslí, mysl a tělo je totéž. Nebo, když vaše mysl zmizí a přitom nemáte pozornost. Je to permanentní smrt. A vaše tělo se nezbudí.

Když tedy se vám objeví nějaká myšlenka. Řekněme, že ta myšlenka je, že vidíte spousty peněz. Ptejte se: „Kdo vidí ty peníze?“ „Kdo vidí třeba toho tygra?“ „Kdo vidí toho člověka, co půjčuje peníze?“ Já. Znamená to, že je tam myšlenka já, v té myšlence. Tou myšlenkou na peníze jste ztratili svůj klid a objeví se vám tam váš vztah, že se vám ty peníze líbí nebo nelíbí. Pak jste přišli o svoji vnitřní rovnováhu a stáváte se myslí. Proto se ptejte: „Čí je to myšlenka?“ Říkám třeba tygr, protože je to něco, co ve vás vyvolá strach, třeba had.

Myšlenka, která ve vás vyvolá nějaký vjem, nějaký pocit...Ptejte se: „Kdo cítí tenhle pocit?“ Něco tam je, něco tam je, má to podobu toho strachu. Nebo je to pocit, že se vám to líbí nebo nelíbí. Komu se ten pocit jeví? Kdo ho prožívá? Prožívá ho tělo? Ne. Prožívá ho božské Já ve vás? Také ne. Proto komu se jeví ta myšlenka? Kdo má strach? Takto se přímo vyptáváte toho falešného já, té myšlenky já. Tou otázkou střílíte z luku přímo do toho falešného já.

Pokud vás v tom míření rozptýlí jiné věci, pak se netrefíte. Když přitom nevidíte jiné myšlenky, pak střílíte ne z luku, ale z pušky. Pokud to dotazování provádíte s pomocí svého vnitřního klidu. Čí je to myšlenka? Pak to falešné já se nemá o co opírat, nemůže se opírat o tělo. Božské Já mu nikdy nepomůže.

My se teď přímo ptáme: „Komu?“ Pokud přijde nějaká odpověď, je to proto a proto nebo tomu a tomu se to zdá, tak to nikam nevede. Když by ta otázka byla: „Komu se to jeví?“ a odpověď byla: „Někomu jinému.“ Tak to neustále zůstává v mysli, ale my se teď ptáme přímo na sebe. Přímou se ptáme svého falešného já. Pokud tedy se ve vás objeví nějaká myšlenka, která vás nějak ruší...pokud ta myšlenka vás nijak neruší, pokud ve vás nic jiného nevyvolá, tak je to jedno. Pokud ta myšlenka způsobí, že ztratíte svoji rovnováhu božského Já, hned se zeptejte: „Komu se jeví ta myšlenka? Čí je to myšlenka?“ Není potřeba nějaká meditace. Nemusíte se modlit. Něco jako „Bože pomoz mi odstranit tuto myšlenku.“ Protože kdo tam je, kdo se modlí? To falešné já se modlí. A tím uniká z té situace tím, že se modlí.



Vy jste bůh. Kdo se potom modlí? Já. Já vytvářím boha a pak se k němu modlím. Je to velká iluze. Chápete to? Nechápete. Proto žádné modlitby, žádné speciální znalosti. Proto, když vás nějaká myšlenka vyruší, zeptejte se přímo: „Komu se ta myšlenka jeví? Čí je to myšlenka?“ Ptáme se: „Čí je to myšlenka?“ Kdo vám ale odpoví? Kdo vám odpoví? Není šance, že by přišla nějaká odpověď, protože vy se ptáte přímo: „Čí to je?“ Vy se ptáte přímo svého falešného já. To falešné já nemá šanci v tu chvíli vytvořit něco jiného nebo přemýšlet, protože ta otázka „Čí to je? Komu se to jeví?“ je výstřel z pušky přímo do falešného já. „Komu?“ To je výstřel do falešného já. Falešné já nemůže nic vytvořit a umře, rozpustí se v božském Já. A vy spočínáte ve svém božském Já. A zase máte ten klid bez myšlenek.

Ve své mysli máme šest připoutaností nebo tendencí – touha, hněv, lakomost, připoutanost, pýcha, závist. Těchhle šest vytváří miliony myšlenek. Těchhle šest tendencí musíme v sobě zabít. Pak po zbytek života budeme spočívat v naprostém klidu. Do té doby nás klid nečeká. Protože těchto šest před námi neustále tančí jako démoni. Pokud příliš přemýšlíte, je to veliký tanec démonů ve vaší mysli. Přemýšlení, myšlenky to je jídlo těch démonů.

Jak můžete žít šťastně a v klidu? Není lehké spálit těchto šest. Protože celý život se neustále vynořují. I ve snech. Proto se ptejte: „Čí je to myšlenka?“ A myšlenka se rozpustí. Pokud se takto ta myšlenka jednou spálí, příště už bude mít menší sílu. Ona se zase vynoří. Proč? Protože jste jí dřív dali možnost do vás zalézt hodně hluboko. A proto trvá dlouho potom tu myšlenku odstranit.

Řekněme, že nemáte žádné touhy. Ted' už není potřeba odstraňovat vaše touhy, když je nemáte. Ta práce už odpadla a jste svobodní. Byla ta touha k něčemu? Nebyla. Je nesmírně důležité si toto učení vzít k srdci a provádět praxi. Spočívat ve svém vnitřním klidu. Pokud toto není váš cíl, pokud nenasloucháte mému učení, pak moje požehnání vám zase k ničemu moc není. Ono ale z vás nikdy neodejde. Ale pokud to není váš velký zájem, potom se to ve vás schová někde do hloubky. To požehnání není nějaký majetek, který je možné vlastnit. Protože ta síla je úplně ve všech bytostech v celém světě. ▲



Satsang – 16.11.2006 večer

A myšlenky si plynou svojí cestou a neruší váš klid. Vy se pak jenom dívejte na svoji mysl skrze ten klid. Klid a vnitřní mír to je to absolutní vědomí. Vy se na ty myšlenky dívejte skrze to vědomí. To vědomí se nehýbe, nemění. Mysl vám v takovém stavu nepůsobí žádný problém. Pokud nastane s nějakou myšlenou nějaký problém, co s tím můžete udělat? Jak odstranit tu problematickou myšlenku? Třeba se rozhněvate a neovládnete to. Podívejte se hned na ten hněv nepřipoutaně, s tím vědomím. Jenom se dívejte, to stačí. Žádná modlitba, žádná meditace, žádné myšlenky. Jenom se podívejte na ten svůj hněv. Tento svědek nedovolí, aby vznikla další myšlenka. Pokud ztratíte pozornost, falešné já se okamžitě vynoří a ten hněv má rázem tvar a jméno a je to podoba falešného já.

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 16. listopadu večer

Třeba se stane, že něco závidíte svému příteli. A ztratili jste pozornost, abyste tu závist odstranili, abyste se na tu závist přímo podívali. V tu chvíli jste tím falešným já, ta závist i ten hněv to jste vy, to je to falešné já v tu chvíli. Pak vám pomůže dotazování. A co to je? To je přímá otázka falešného já, přímo se ptáte falešného já. Není důležité, co to bylo za pocit nebo emoci, jestli vám bylo smutno, či to byl hněv nebo závist, protože jejich příčinou je falešné já. Vy se okamžitě zeptejte: „Kdo má tu myšlenku?“ Tělo ji nemá, božské Já ji nemá. Ptáme se: „Kdo má tu myšlenku?“ Třeba někdo zapomene v tomto sále hodinky nebo telefon. Někdo se zeptá: „Či jsou to hodinky?“ Tak se někdo dotazuje. A tím to vede k řešení problému s těmi hodinkami. A my se ptáme sebe, či je to myšlenka. Či to je? Je ta myšlenka někoho jiného? Kohokoliv? Není, je to jenom váš vnitřní problém.

Kdyby to byl nějaký vnější problém, někdo vnější by ho mohl také odstranit. Ten problém, ta myšlenka je vaše, proto vy se zeptejte, či je to myšlenka. Kdo má tu myšlenku? Když se takto zeptáte přímo falešného já, ono pustí ten hněv nebo strach nebo závist nebo cokoliv. Protože vy se ptáte přímo té myšlenky já a to vede k tomu, že ta myšlenka já ten pocit zase pustí a zůstane tam samotná. A automaticky se ponoří do božského Já. Proč vstupuje zase do srdce? To falešné já se rozpustí v tom božském Já proto, že už není k ničemu připoutané, tak ho nic nedrží venku a ono se ponoří zpátky do vašeho srdce. Pokud ta myšlenka obsahovala nějaký strach, závist, není to čistá myšlenka, pak ji božské Já nepřitahuje. Když se takto zeptáte: „Či je to myšlenka?“ Ptáte se přímo té myšlenky já a ona ta myšlenka se vzdá té myšlenky, kterou měla.

Zároveň s tím, jak se falešné já vzdá té myšlenky, tak se ponoří do vašeho božského Já. Pak tam není myšlenka ani pocit ani falešné já. Jenom klid přetrvává a to je vědomí. V tom stavu vám žádná myšlenka nic nedělá, je to váš přirozený stav. Když máte klid, vaše mysl vám nijak nehrozí. Když se prostě objeví nějaká myšlenka, hned se ptejte, či je to myšlenka, falešné já se té myšlenky vzdá a rozpustí se ve vašem božském Já. A my odstraňujeme svoji mysl bez úsilí, to znamená z toho klidu. V tom klidu není úsilí. Ten svědek se dívá. To úsilí jediné spočívá v tom, že když se objeví myšlenka, tak my se zeptáme, či je to myšlenka. Ta myšlenka se opět automaticky vrátí do božského Já. To je to úsilí, ta otázka, či je to myšlenka. Pak následuje stav bez úsilí, když se ta myšlenka rozpustí v božském Já. Tak to úsilí vás vede do stavu bez úsilí. Ta myšlenka po ní následuje stav bez myšlenek.

Dopoledne jsem říkal, většinu problémů způsobuje šest věcí, touha, hněv, lakomost, připoutanost, pýcha, závist. Pokud ze sebe odstraníte tuto šestici,

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 16. listopadu večer

34 dospěli jste do cíle, dosáhli jste realizace, vaše mysl je trvale v klidu. Těchto šest pocitů vyvěrá ze dvou pocitů, ze dvou tužeb, ze sexu a z peněz. Ze sexu a z peněz vyvěrá touha, hněv, závist, žárlivost, připoutanost. Tyto všechny povstávají z oněch dvou. Napětí, emoce, deprese, tendence, rozlišování dobrého nebo špatného, lásky, nenávisti, že se vám něco líbí nebo nelíbí, tyto pocity pocházejí z těch šesti pocitů. Ty dva pocity, sex a peníze, zase vycházejí z falešného já, z ega. To falešné já, to ego, to je totéž jako vaše tělo. Tělo samo nemá žádné pocity, to vaše mysl ty pocity má. Tělo samo je bez chyby. Tělo je jenom nástroj mysli. Mysl je nástroj té nejvyšší síly. Za tou nejvyšší silou už není žádný další konající, ona ta síla samotná je ten nejvyšší činitel.

Proto všechny chyby ve vaší mysli se spálí a zničí, pokud se zbavíte falešného já. Proto je spousta metod, jak zacházet s tím sexem, s tou připoutaností k penězům a se všemi negativními povahovými vlastnostmi. Ty různé postupy vedou k tomu, že odstraní jenom jeden z těch pocitů. Když jdete k doktorovi, řeknete mu, mám depresi, něco vám poradí nebo vám dá léky na tu depresi. A co ty ostatní povahové rysy? Ty stále trvají. Kdo je může odstranit z vaší mysli? Je to možné pomocí nějakých léků nebo něčím, co se dá někde sehnat? Nejde to, protože ten problém pochází z falešného já, to je hlavní zdroj. Proto my se ptáme přímo toho falešného já. Když se falešné já rozpustí v božském Já, všechny ty chyby mysli tam nejsou, celá mysl zmizí. Všechno je to jenom mysl, proto není potřeba zápasit se svými pocity a prožitky v mysli. Vůbec o nich nepřemýšlejte.

Kvůli něčemu naříkáte, máte starosti, problémy, ať je to cokoliv, nemějte strach, není žádný problém. Zkuste to, zkuste si vrátit klid, klidnou mysl, spočívajte v tichu a to vědomí, ta nejvyšší síla celou vaši mysl spaluje. Teď, pokud máte klid v mysli, pak všechny ty věci o kterých jsem mluvil, všechny ty negativní povahové vlastnosti, se pomaloučku rozpouštějí. Proč? Ten klid totiž spaluje všechny negativní věci ve vaší mysli. Ta síla odstraňuje všechny chyby ve vaší mysli. A všechno ubývá a ubývá a vaše mysl už vám nečiní takové potíže. Nepotřebujete nějaké léky nebo jiné lidi nebo cokoliv jiného. Protože máte tu energii ve svém srdci a použijte tu energii, abyste odstranili svůj problém. Je to snadné, když budete praktikovat a nebo spočívát v tichu, klidu.

Vraťme se k té otázce, kdo má tu myšlenku a ta myšlenka zmizí. Když se zeptáte přímo, kdo má tu myšlenku. Když falešné já je svázáno s jakýmkoli pocitem nebo myšlenkou, v tu chvíli není spjaté s tělem. Když byste pomysleli na tělo, pak falešné já získá na síle a už není možné se toho zbavit. Když se zeptáte kdo má tu myšlenku, tak falešnému já zabráníte, aby se připoutalo k vašemu tělu

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 16. listopadu večer

nebo vyvíjelo další myšlenky, a proto se rozpustí. A teď, co když jste neuspěli s tou otázkou, kdo má tu myšlenku. Zkusíme další věc. Zeptejte se, je ten problém můj problém? Je to můj problém? Ptáte se přímo sami sebe, je to můj problém? Co to znamená? Ta otázka vás zavede do vašeho nitra, ptali jste se nejdřív, kdo má tu myšlenku, teď se ptáte, ten problém je můj? Odpověď ano na to není, je tam ticho. Ta otázka vede k pátrání po tom pocitu té identity. Není tam to můj, ten pocit, ten pocit není možné najít, proto se rozpustí. Nejprve se zeptejte, kdo má ten problém, pokud ta myšlenka stále trvá, ten pocit trvá, dále se zeptejte, je ten problém můj? A zaměřte pozornost na falešné já ve vás. Jak řeknete, je ten problém můj, zaměřte pozornost na ten pocit můj. Když ho takhle přistihnete, tak ten pocit zmizí a problém je pryč. Ta myšlenka se už rozpustila.

Bhagavan Ramana Maharishi řekl, jak zabít naše falešné já. A k vyřešení všech problémů spočívajte v klidu a sledujte svoji mysl. Pokud vám nějaká myšlenka způsobí problém, hned se zeptejte, kdo má ten problém a spočívajte v tom klidu. Pokud ta myšlenka se nerozpustí, tak se ihned zeptejte, je ta myšlenka, je ten problém můj? A tím se dostáváte blíže k božskému Já. Proto ten pocit můj zmizí, rozpustí se. Když se zeptáte, to falešné já nemá v tu chvíli šanci vytvářet další myšlenky, protože ta síla ve vás ho v sobě rozpouští. Pokud prohlubujete svůj klid, svůj vnitřní mír dotazováním nebo spočíváním v tom klidu, pak tento stav klidu bude pokračovat i ve vašich snech i ve vašem hlubokém spánku beze snů. Ve snu není možné vyvíjet úsilí a když falešné já, myšlenka já se rozpustí, také tam nemůže být žádné úsilí, proto pozornost ve snu můžeme získat pouze bez úsilí. Pokud máte v bdělém stavu pozornost bez úsilí, stejná pozornost bude pokračovat i ve vašich snech, protože je to stav bez úsilí. Ve snu úsilí nefunguje, ve snu nemůžete vyvinout úsilí, proto tam pomůže jen ten stav bez úsilí. Pokud vidíte lva před sebou a ve vás to nevyvolá strach. Když vidíte ve snu lva a spočíváte v tom stavu bez úsilí, pak se tam neobjeví strach. Pokud ve stavu bdění vás ten lev nevyděsí, protože spočíváte v tom stavu, pak se totéž odehrává i v tom snu, ten lev vás nevystraší. A ten klid se rozlije i do vašich snů.

Máme všichni tři těla. Já mám mimochodem na sobě čtyři košile. Za těmi čtyřmi košilemi mám tělo a ta nejvyšší moc je podobně až za těmi třemi těly. Ta nejvyšší síla je mimo ty tři stavy bdění, snění a hlubokého spánku. Jak ty tři těla, tak tyto tři stavy je možné odstranit skrze nepřipoutanost a spočívání v té nejvyšší síle. Toto je hrubé tělo. Ve snu se pohybuje jemné tělo. Naše paměť, znalosti, inteligence, tohle všechno to je kauzální tělo. Teď, když máme zklidněnou mysl, najednou se vám objeví vzpomínka na to, jak jste chodili do školy, když jste byli malí. S tou vzpomínkou přišlo kauzální tělo. Z toho kauzálního těla přichází ta myšlenka do mysli, proto spalte i to kauzální tělo. K tomu vám

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 16. listopadu večer



ale mysl nepomůže, protože mysl neustále přemýšlí a pracuje v relacích těla. Mysl neustále přemýšlí v souvislosti s vaším tělem a vytváří jemné tělo. Je tam ještě to kauzální tělo, ale vy když máte klid a to plné vědomí, pak se ta síla přenesení i do snů a do toho jemného těla. Pokud jste v hlubokém tichu a bez jakékoli připoutanosti a bez myšlenek, pak ta síla vstoupí i do kauzálního těla. Když vším prostoupí to božské Já, tak si nemůžete třeba na nic vzpomenout, nemůžete nic vědět. Kde je třeba ráj? Je ve vašem hrubém těle nebo v bdělém stavu? Nebo v jemném těle nebo ve snu nebo v kauzálním těle nebo v hlubokém spánku? Nikde tam není. Ráj je také v božském Já. Není nikde, všechno je vaše božské Já.

Realizace nebo osvícení nebo osvobození znamená to, že jste osvobozeni od snů, od hlubokého spánku, od bdělého stavu, osvobození od svého hrubého těla, od svého jemného těla i od svého kauzálního těla. Tu svobodu má jenom ta nejvyšší síla. Tu svobodu mysl nedokáže poznat. Toto je to osvobození. Osvícení znamená, že ono samo svítí, ale není to světlo jako opak tmy, protože jak tma, tak světlo pochází z božského Já. Někteří lidé vidí při meditaci nebo při dotazování, když zmizí jejich mysl, například tmu, ale božské Já není tma. Nebo nějaké barvy, ale Božské Já nejsou barvy. Světlo, ale světlo není božské Já, protože je tam pořád někdo, kdo vidí to světlo nebo tu tmu nebo ty barvy. A kdo to vidí? Je tam pozorovatel, a proto může něco vidět, proto se ten pozorovatel dívá. Ale vy se nedívejte v tu chvíli na ty barvy, ale na toho pozorovatele. Kdo se to dívá? Kde je? Co je to zač? Jakou má podobu? Pokud žijeme v myšlenkách, žijeme v iluzi. Je to jako sen.

Musíme prohloubit svůj prožitek božského Já, rozšířit svůj klid, protože máme tady to hrubé tělo, které si lehne do postele, přestane se hýbat, zhasne světlo a spí. Přijde sen, v tom snu pokračují všechny vaše prožitky jako v tom bdělém stavu, ve snu to hrubé tělo není, sen nepotřebuje vaše hrubé tělo, sen má svoje vlastní tělo, je to jemné tělo. Smrt se týká jenom vašeho hrubého těla. Sen nemá zapotřebí vaše hrubé tělo, nepotřebuje hrubé tělo ani jemné tělo nepotřebuje to hrubé tělo. Smrt se týká jenom hrubého těla. Jemné tělo neumírá. Ono nezná smrt. Lidé se shromáždí kolem vaší mrtvolky, ale vy to nevíte, protože máte jemné tělo, tak o své smrti nevíte. A to jemné tělo těká a znovu se zrodí. A vaše všechny činnosti, vaše návyky, vaše napětí se přenesly v tom jemném těle. Jako strom je skrytý v semeni, to semínko je velice malé a z něho vyrostete velikánský strom. Kde v tom semínku jsou ty větve, ty květy, ty listy, ten kmen? To jemné tělo, když jste v něm, tak to nemůžete vědět, protože ono samo nedokáže poznávat. Když spálíte to jemné tělo, smrt pro vás přestane existovat. Ani zrození pro vás neexistuje, zbude jenom božské Já.

Můžete se pohybovat bez těla a čas přestane existovat. Realizovaný člověk může provádět svou práci tisíc let nebo milion let, může hovořit bez těla, všechno může provádět bez těla. Proto realizovaný člověk i po smrti pomáhá ostatním. Osvícené bytosti dávají lidem klid a požehnání, odstraňují naše problémy a potíže i po své smrti, protože ta nejvyšší síla neumírá. Zamysleme se nad tím, kam plyne náš život a kam by měl plynout. Chcete zemřít nebo realizovat. Rozhodněte se sami, pak se odevzdejte té nejvyšší síle a věřte té nejvyšší síle.

Nemusíte se vzdávat jakékoli své práce. Dělejte svojí práci naplno, ale spocívejte v klidu a vaše praxe je důležitá. Když máte v sobě klid, tak vás vlastně žádná práce nezajímá a s tímto pocitem tu práci děláte, nepřipoutaně. Proto tu práci prostě dělejte a žijte se svojí rodinou šťastně a v klidu. Svůj život prožijte šťastně a klidně, ale neztraťte za žádných okolností svůj klid a svoje štěstí. Nikdy. A pak vaše síla toho klidu všechno odstraní. Vaše mysl vám nebude působit žádný problém. Smrt vám nebude působit také žádný problém. Aspoň dosáhnete toho stavu, praktikováním nebo z milosti. Když máte klid, tak žádný problém neexistuje, myšlenky si jdou svojí cestou, přirozeně. Stejně tak vaše práce plyne přirozeně.



Stav bdění, snění, hlubokého spánku, všechno plyne přirozeně. Nic vám nepůsobí problém. Vaše hrubé, jemné ani kauzální tělo vám nepůsobí problém. Stejně tak vám přestane působit problém vaše smrt. Pokud nerealizujete plně, musíme alespoň dosáhnout toho stavu, kdy naše mysl nám nepůsobí za žádných okolností problém. Při jakékoliv činnosti, jak v bdění, tak snění, tak v hlubokém spánku. Pak pochopíte skutečný smysl smrti a smrt pro vás přestane existovat. Smrt je jenom strach. Strach je jenom myšlenka. Bez strachu smrt přestane existovat. Smrt a strach je totéž. Když nemáte proto strach, smrt je jenom jedna myšlenka. A proto ji můžete odstranit, jako odstraní jakoukoli jinou myšlenku. Je prostě důležité být neustále plní klidu, nebýt připoutaní k žádné myšlence. Dělejte všechno, ale spocívejte neustále v tom klidu.

Příště budeme pokračovat ve finální otázce, kdo jsem já? ▲

Satsang – 20.11.2006 ráno

Člověk se kolem sebe dívá a vidí celý svět a všechny lidi v něm. Podíváte se třeba na jednoho konkrétního člověka. Toho člověka vidíte okem své myšlenky. Protože v té vaší myšlence je zároveň i váš pocit já. Proto zároveň, když toho člověka vidíte, povstává nějaké hodnocení. Jestli ho máte rádi nebo ne. Pokud, když se podíváte na toho člověka, máte zároveň klid, pak žádné hodnocení nepovstává a vy nejste k tomu člověku připoutáni.

Pokud se ve vás kdykoliv objeví nějaký pocit, že se vám něco líbí, nebo že se vám něco nelíbí, zeptejte se ihned ve svém nitru: „Kdo to je, kdo má ten pocit? Čí je to pocit?“ Tím se přímo ptáme toho svého falešného já, které je v té myšlence. A ta myšlenka zmizí. Ale to falešné já ve vás stále trvá. Zase se podíváte na jiného člověka a objeví se ve vás sympatie nebo antipatie. Opět stejná situace. Vy se opět zeptejte: „Kdo má ten pocit?“ Ten pocit, ta myšlenka zmizí, ale falešné já je ve vás stále. Co ta otázka vlastně působí? Co to dotazování vlastně dělá? Tím dotazováním se zbavujeme těch našich preferencí. Jestli se nám něco líbí nebo ne.

Proč to v sobě chceme vymýtit? Protože tyto naše pocity jsou jenom iluze. Pokud se vám něco nějak líbí nebo nelíbí, způsobí vám to problém. Proto ty pocity odstraňte otázkou: „Kdo má ten pocit?“ Když ten pocit odstraníte, zůstane tam váš klid. A to je skutečné štěstí a skutečný klid. Iluze, že se vám něco líbí nebo ne, zmizí a v nás převládne náš přirozený stav, což je ten klid.

Když meditujete, stane se, že vás ruší spousta myšlenek. Různí lidé provádějí při té meditaci různé metody. Když ubude myšlenek, zpomalí se vám i dech. Dech a myšlenky jsou totožné. Jsou to samé. Někdo provádí praxi tak, že pozoruje svůj dech. Říká se tomu třeba jóga, hathajóga nebo pranajama. V tom procesu tím pozorováním ovládá svůj dech. A tím se automaticky ovládnou i myšlenky. Stane se, že dech se zpomalí tak, že je sotva poznat, jestli dýcháte nebo nedýcháte. Zároveň s tím mizí i všechny myšlenky. A když dech se sotva pohne, zároveň je těch myšlenek velice málo, skoro žádná. Je tam jenom nepatrný pohyb. V tomto stavu si naše tělo odpočine a naše mysl také. Proto chceme-li si odpočinout, můžeme si odpočinout v tomto stavu, kdy se nám dech sotva hýbe a neobjevují se prakticky žádné myšlenky. Bhagavan Ramana Mahariši řekl, že tento stav je dobrý, pokud si chce člověk odpočinout. Ale je tam stále někdo, kdo ten klid vidí.

Jiní lidé se soustředí na šest čakr v těle. Když se soustředíte na jeden bod ve svém těle, zpomalí se vám dech a mysl se také zpomalí. Člověk se někdy rozplyne v tom bodě, na který se soustředí a zmizí mu dýchání, neví o něm. Zmizí také myšlenky. Říká se tomu samádhi. Ten člověk stráví v tomto stavu i více hodin, protože nevidí, necítí, neslyší. Ten člověk stráví třeba tři hodiny v takovéto meditaci. Po této meditaci se mysl zase vynoří a vrátí se všechny stejné problémy. Proč? Strávili jste tři hodiny v meditaci. Jenomže v té meditaci jste neměli pozornost. Byla tam jenom tma nebo světlo. Ale to není vaše božské Já. Božské Já je za tou prázdnotou. Vaše mysl božské Já nemůže spatřit. Když se ta mysl ponoří do hloubky, ztratí svou pozornost a člověk pomalu upadá do spánku. A člověk se ocitne ve stavu hlubokého spánku. Nedá se v tu chvíli říci, jestli je to samádhi nebo hluboký spánek. Sami to nevíte. Je to tím, že tam nebyla pozornost. Ta pozornost je vaše božské Já. Jak to? Ta pozornost je ta svrchovaná síla. My jsme strávili tři hodiny v meditaci, ale nebyla tam pozornost. Tudíž jsme byli neustále na úrovni mysli.



Když například meditujete... Pokud meditace probíhá správně, pak byste měli mít narovnaná záda. Není důležité, v jaké pozici sedíte, ale tato část by měla být rovně (pozn. od pasu nahoru), protože ta energie proudí někdy naší páteří odspoda nahoru, podél páteře. Pokud sedíte takto a máte přitom v sobě klid a nemáte myšlenky, ta energie do vás vstoupí zespodu a vystupuje podél páteře a ta energie vás narovná. A pak přirozeně pracuje podél vaší páteře zespoda nahoru. To je ta pozornost. Máte třeba někdy hromady myšlenek a na ty myšlenky se díváte se zklidněnou myslí. Myšlenky si jdou svojí cestou a neruší váš klid. Znamená to, že máte v sobě pozornost. Protože sami vidíte všechny své myšlenky. Někteří lidé meditují tři hodiny, ale tuto pozornost v sobě přitom nemají. Ta pozornost je nesmírně důležitá. Když jste ve stavu, že vidíte všechny své myšlenky, je to díky té pozornosti. Pokud váš klid jediná myšlenka neruší, pak ten pozorovatel je vaše božské Já.

Normálně máte falešné já schované ve všech svých myšlenkách. Ale, když máte v sobě tu pozornost. Ta pozornost je vaše božské Já. To falešné já stále v každé myšlence. Když spočíváte ve svém božském Já, v té pozornosti, pak ačkoliv ty myšlenky mají v sobě falešné já, jsou příliš slabé na to, aby strhli vaši pozornost, protože to božské Já je ta nejvyšší síla. Když spočíváte v pozornosti, pocity se ve vás nějakým způsobem neobtisknou. Když jste v pozornosti, pak žádný pocit, žádná myšlenka se ve vás nijak nezaznamená. Dám příklad. Podíváme se na nějakého člověka. Objeví se tam líbí nebo nelíbí. Osobnost toho člověka, jeho tvar, jeho forma vstoupí do vaší mysli. Ten člověk se ve vaši mysli nějak uloží, nějak se tam obtiskne. Ten člověk potom odejde, ale ve vaši

40 myslí zůstal ten otisk. A ten otisk způsobuje ve vás nějaké rozčilení, nějaký rozruch. Když ale spočíváte v té pozornosti, žádná myšlenka na světě nemůže ve vás zanechat otisk. Ať je to jakýkoliv div, jakákoliv událost, jakýkoliv úžasný zážitek. Ve vaší plné pozornosti nezanechá jediný otisk. Protože ta pozornost je váš přirozený stav, to je vaše skutečná identita. Ta pozornost je proto velice důležitá.

Když jste ve stavu, že máte klidnou mysl, slyšíte například nějaký zvuk. Slyšíte třeba nějakou konverzaci. Slyšíte třeba nějaké zvíře nebo ptáky. Ty zvuky vám vstupují do mysli. Ty zvuky slyšíte, ale do vašeho klidu nemají přístup, nevstupují do něj. Tak váš klid trvá ačkoliv ty zvuky slyšíte. Ty zvuky vás nijak neruší. To znamená, že spočíváte v té pozornosti. Řekněme, že se pohybujete normálně ve světě a pracujete. Normálně všechno vidíme, pracujeme, mluvíme. Provádíme spoustu aktivit. Pokud ztratíme svojí pozornost, okamžitě máme nesmírně problémů, protože každá jednotlivá myšlenka se okamžitě otiskne v naší mysl. Proč se to stalo? Protože jsme ztratili pozornost. Když máte pozornost, pak všechno vidíte skrze tu pozornost a spočíváte stále ve svém vnitřním klidu a zavíráte oči a máte stále pozornost. Když máte zavřené oči, vidíte, že se nikdo do vaší mysli neotiskl. To je ta skutečná pozornost.

Vezměme si stav, že myšlenky plynou a vy spočíváte v pozornosti. Vy nejste připoutaní k žádné z těch myšlenek. Protože ta pozornost není připoutaná k žádné myšlence. Je to přirozené. Není to výsledek žádného vašeho úsilí nebo vaší úvahy. Pozornost je ta nejvyšší síla, která nedovolí, aby se ve vás otiskl ani jediný zážitek, ani jediná myšlenka ani jakákoliv vynikající věc. Když máte pozornost a mezi těmi myšlenkami je jedna myšlenka, že jdete po schodech a najednou zakopnete a padáte. Ve vaší mysl se třeba taková myšlenka objeví. Kdo v tu chvíli padá ze schodů? Já. Předtím ty myšlenky plynuly a nerušily vás. Teď se vám stala nehoda a vy okamžitě ztrácíte pozornost. To proto, že se tam objevila ta myšlenka já. Ta nehoda se stala té myšlence já. Proto říkám, že v každé té myšlence je stále ta myšlenka já. Proto ona někdy zase povstane a vy ztratíte pozornost.

Někdo jiný se třeba dívá na svojí mysl, na své myšlenky. Mysl je rozdělená na dvě části. Myšlenky a ten, kdo je vidí. Falešné já vidí myšlenky. Pokud je to takto, pak nemáte pozornost, nepřináší vám to uspokojení a nemáte klid v mysli. Nebo pozorujete své myšlenky a najednou falešné já se zmocní vaší pozornosti a vy ztrácíte tu pozornost. Proto se dívejte do svého nitra, co se ve vás děje, kde se třeba stala chyba. Když všechny myšlenky někdy zmizí a máte pozornost. Je tam jenom pozornost a ani jediná myšlenka. Znamená to, že falešné já nemá

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 20. listopadu ráno

41 žádné myšlenky. V té pozornosti nejsou žádné myšlenky. Ta pozornost není jako falešné já, proto v tu chvíli nezná žádné myšlenky, nezná to falešné já.

Teď tedy máte pozornost a všechny myšlenky zmizely. Pak v této situaci zbývá jenom to falešné já samotné. Bhagavan Ramana Maharishi na to řekl: „Zničte toto falešné já, protože to je to ego, to je ten svět, to je vaše tělo, to jsou všechny vaše problémy. Toto falešné já je zdrojem všeho.“ Když máte pozornost a všechny myšlenky zmizí, zbude tam samotné vaše falešné já. To falešné já nemá v tu chvíli žádné myšlenky. Pokud se objeví nějaká myšlenka, to falešné já zase zmizí. A nikdy ho v životě nedokážete najít, protože ono se skrývá v každé myšlence. Jak ho můžete z toho nějakým způsobem vybrat.

Když se ve vás střídají pocity a vy se ptáte: „Kdo má tento pocit? Je to můj pocit?“ A tímto způsobem pokračujete do svého nitra. Pak tím dotazováním se zbavujete všech myšlenek a svým klidem a tím dotazováním spějete do svého nitra. To je ale přirozený proces, takže si ho nemusíte být vědomi. Je to, jako když teče řeka. Jako když přirozeně vychází slunce. Nebo srdce bije, vaše krev teče v žilách, mozek pracuje, mysl pracuje, tělo roste. Všechno plyne přirozeně bez vašeho úsilí.

To dotazování a duchovní praxe je vaše povinnost. Nemusíte splňovat nějaká očekávání, dosahovat nějakých výsledků nebo jakkoliv pochybovat, protože falešné já skrze pochybnosti zase vám uniká. Pokud o něčem pochybujete, okamžitě se zeptejte: „Kdo pochybuje?“

Když všechny myšlenky zmizí, zůstane tam jenom ta myšlenka já. Jak jí rozpoznat? Podle toho, že ta myšlenka je stále spjatá s vaším tělem. Když tam nejsou žádné jiné myšlenky, žádné pocity, žádné zážitky. Všechny zážitky a pocity jsou jenom myšlenky. Falešné já, když je tam samotné, je stále spojené s tělem. V tom stavu vy nevnímáte své hrubé tělo. Ani nevnímáte své snové tělo, své jemné tělo. Je tam ale kauzální tělo. To kauzální tělo tam pořád je. To falešné já je tam v podobě kauzálního těla. Vy jste teď ve stavu, který je mimo stav bdění. Jste ve stavu, kdy jste i mimo stav snění, protože tam není ani to jemné tělo. Proto vám už nečiní problém stav bdění ani vaše sny. Ale ještě to vaše falešné já trvá ve vašem hlubokém spánku. To falešné já stále existuje ve vašem hlubokém spánku. Vy už jste překonali stav bdění a snění, ale ještě máte kauzální tělo.

Když tou pozorností odstraníte samotnou myšlenku já... Jiná metoda není ke spálení vašeho falešného já. Jedině pozorností. Je tam jenom pozornost a proti ní falešné já. Ta pozornost odstraní falešné já. V ten okamžik se ve vás objeví

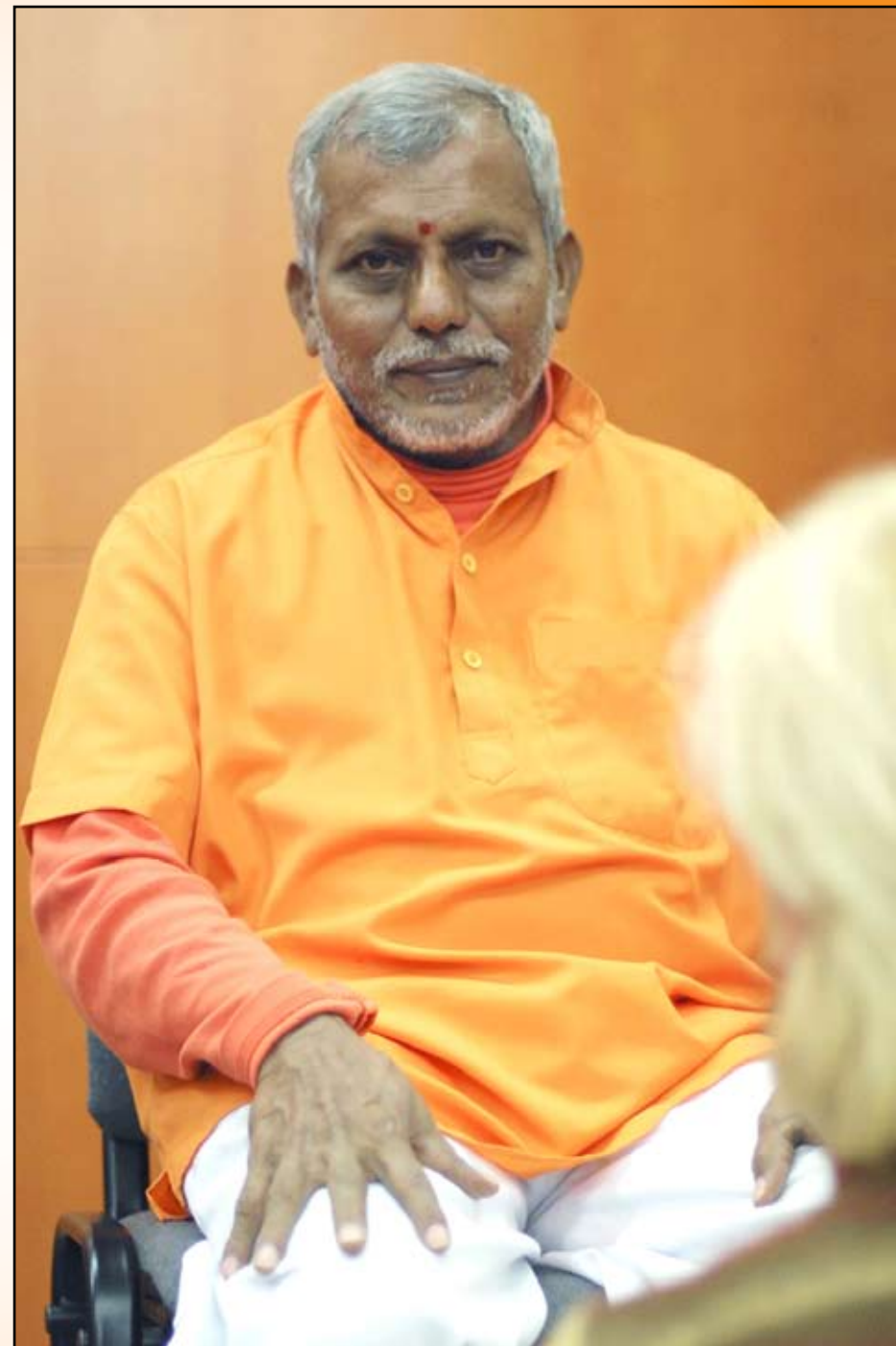
Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 20. listopadu ráno



42 obrovský strach. Ten strach je nesnesitelný, protože úplně všechno zmizí. My kvůli něčemu, pro něco žijeme celý život. Tato mysl žije tím, že pořád něco má. Když falešné já zmizí, když zmizí úplně. Najednou se neobjevují myšlenky ani falešné já, objeví se veliký strach, který je nesnesitelný. Pak můžeme pochopit tu nejvyšší sílu. To falešné já se zase objeví kvůli tomu strachu.

Když vám třeba někdo ucpe nos i pusou, v ten okamžik bojujeme o přežití, nemůžeme dýchat. V tu chvíli nechcete nic jiného na světě, než jenom se nadechnout. Když zmizí vaše myšlenka, vaše falešné já, je to ještě horší, než když vám někdo ucpe nos. Jedinou šanci vidíte v tom, že vám zase ten nos pustí. Zevnitř vám žádná jiná šance nekyne. Když vám zmizí takto vaše falešné já, nemůžete vyvíjet úsilí, nemáte tam žádné myšlenky. Ani tam není dech, proto se objeví strach. To je proto, že falešné já je stále ještě spjaté s naším tělem. Proto zase vyskočí a v tu ránu ztrácíte pozornost. Falešné já zase vytváří myšlenky. Pokud někdo tento zážitek zná, je pro něj velice snadné zase spočinout v klidu. Stačí pro vás jediný pohled a jste zase ve svém přirozeném stavu. Stačí se jenom podívat na myšlenku a ona zmizí. Nemusíte vyvíjet žádné úsilí. Stačí jediný pohled. Tuto sílu nám dává právě ta pozornost a náš vnitřní klid.

Toto učení někdy zachází za mysl, je obtížné ho chápat, ale tím se nezatěžujte, není potřeba mu rozumět. Stačí klidná mysl. Tu klidnou mysl vám dává také svrchovaná síla. Ona vám dává ten klid v mysli. Ona vám dává ten mír. Stejně jako všechno ostatní vám dává. Proto nemusíte pochybovat, nemusíte se na nic ptát. Pokud se ve vás objeví nějaká pochybnost, zeptejte se okamžitě: „Kdo to pochybuje? Kdo má pochybnost?“ Protože ta pozornost o ničem nepochybuje. Kdyby měla nějakou pochybnost v sobě, ta její odpověď by byla také nějaká pochybná. ▲



Satsang – 20.11.2006 večer

Máme miliony myšlenek. Božské Já nemá žádnou myšlenku. Proto je důležité, aby těch myšlenek ubylo. Když myšlenky trvale zmizí, to je absolutní realizace. Máte spousty myšlenek. Proto přestaňte myslet na svoji minulost a přestaňte myslet na svoji budoucnost. A zmizí 50% vašich myšlenek. Nepřemýšlejte zbytečně. Pokud zbytečně přemýšlíte, přibudou vám myšlenky a způsobí vám problém.

Méně hovořit a hovořit jenom dobré. Dobře mluvit znamená nikomu neubližovat tím, co říkáme. Sledujte svoje myšlenky. Celý den nás neustále ruší. Proto to není tak, že by byl nějaký speciální čas na to zabývat se dotazováním po Já. Nejprve se vynořuje z našeho božského Já myšlenka já, naše ego. To ego má dvě tendence. Žena a peníze. Tyto dvě tendence se dál násobí na šest tendencí, šest pocitů – touha, hněv, lakomost, připoutanost, pýcha, závist.

Z těchto šesti pocitů nebo tendencí povstává veškerá dualita našeho vnímání světa. Něco se nám líbí nebo nelíbí nebo to milujeme nebo nenávidíme. Nebo je někdo chytrý a jiný je hloupý a podobně; něco černé jiné bílé. Tyto duality



vyplňují kompletně naši mysl. Z toho falešného já se vynořují miliony takových myšlenek. Zastavte je. Nemyslete na minulost svého života. Nemyslete na svůj budoucí život. Také když meditujete, vaše mysl zabíhá do minulosti a do budoucnosti. Ale v tom nespočívá skutečnost nebo pravda. Minulost je minulost a už je mrtvá. Budoucnost se ještě nenarodila. Je to jenom naše představa.

Co současnost? Dělejte svoji práci klidně a s vnitřním mírem. Nepotřebujete k ní žádné myšlenky. Takto odstraníte spousty svých myšlenek. A přinese vám to velkou úlevu v nitru. Pokud se vám vynoří jakýkoliv pocit během dne, tak se okamžitě ptejte sami: „Či je to pocit? Kdo má ten pocit?“ Třeba nastupujete zrovna do auta a jste naštvaní. V ten okamžik se zeptejte hned: „Kdo se zlobí?“ Nebo zrovna vcházíte do domu. Vidíte zrovna své děti nebo vidíte svůj dům a objeví se nějaký pocit. Zeptejte se ihned sami sebe: „Kdo má ten pocit?“ Nebo pracujete. Zeptejte se: „Kdo má tu depresi?“ nebo „Kdo je unavený? Kdo závidí?“ Nebo máte dojem, že děláte svoji práci dobře, že jste dobří. Zeptejte se hned: „Kdo je pyšný?“ Když se ve vás objeví jakýkoliv pocit, okamžitě se zeptejte: „Kdo má ten pocit?“

Takto odstraňujeme své pocity s pomocí té nejvyšší síly pomocí dotazování. Ale problém třeba trvá. V ten okamžik se zeptejte: „Je ten problém můj?“ V ten okamžik se přímo ptáte svého Já. Pak falešné já a ta myšlenka obojí zmizí. Ale co když ten problém tam pořád je? Pak použijte tu nejdůležitější otázku, nejvyšší: „Kdo jsem?“ Objeví se hned odpověď. Jsem tohle tělo. Ale to není správná odpověď. Předtím než jste se narodili, jste tohle tělo neměli. A po smrti o to tělo také přijdete. A když spíte hlubokým spánkem, vaše tělo také neexistuje. Falešné já je to tělo. A my se teď ptáme toho falešného já: „Kdo jsem? Kdo jsem já?“

Soustředte se na to falešné já z toho nejhlubšího klidu. To falešné já vám dá spousty odpovědí. Falešné já se nechce rozpustit nebo zmizet. Ono neustále zápasí o svoji existenci. To falešné já můžeme odstranit jenom pomocí té nejvyšší síly v nás. Zeptejte se proto: „Kdo jsem já?“ Nejste tělo. Je tam jenom myšlenka já. To já v tu chvíli je jenom vaše mysl. Bez toho já byste ty miliony myšlenek neměli. Proto se s plnou pozorností a přímo ptejte: „Kdo jsem já?“ Je potřeba tam mít ticho a pozornost. Pak to falešné já nemůže vyrobít žádnou myšlenku a nemůže se vynořit do světa. To já falešné teď nemůže nic dělat. A automaticky a přirozeně se rozpustí v té nejvyšší síle.

Vevnitř je teď prázdnota. Ta prázdnota ale není božské Já. Božské Já je za tou prázdnotou. Pokud máte nějakou myšlenku nebo vnímáte nějaký tvar, pak není možné, aby se falešné já rozpustilo v božském Já. Když se to falešné já

46 rozpustí přirozeně v tom božském Já, tak zbude plná pozornost. Pak je velice snadné poznat vaše božské Já. Musíte vnímat své falešné já. Nesmí tam být žádná myšlenka. Musí tam zbyť jenom to falešné já. A když ho vnímáte s plnou pozorností; ta pozornost je ta nejvyšší síla. Ta nejvyšší síla zná jenom jedno, je jenom jediná. A vidí to falešné já. V té nejvyšší síle neexistuje dualita. Proto to falešné já zmizí a zbude tam jenom ta nejvyšší síla, která spočívá mimo mysl, za myslí, je mimo váš mozek. Leží mimo tento svět, mimo vaše tělo, mimo všechny vaše myšlenky.

Spočívejte v klidu, tichu, bez myšlenek, v absolutním vědomí. V tu chvíli se páli automaticky celá vaše mysl. Zeptejte se pak: „Kdo jsem?“ Když tam nejsou žádné jiné myšlenky. Není tam tělo. Skrz ten mír vstupte hluboko do svého nitra. A hledejte, kde je rodiště toho falešného já. Neznáte rodiště falešného já. To falešné já poznáte, až když se vynoří z božského Já.

Teď se celá mysl včetně falešného já; pokud znáte zdroj falešného já, pak se celá mysl i s falešným já rozplyne. Spousta lidí se zabývá tím, že odřezává větvičky nebo menší větve nebo trhá květy, listy ze stromu. Takže, když se naštvou, tak to ovládnou nebo když po něčem zatouží, tak to ovládnou. Nebo se připoutají nebo závidí. Všechno nějak vždycky ovládnou. To jenom usekávají větve stromu. Ale ony zase dorůstají, protože tam je pořád falešné já. Tak se zase všechny pocity dokáží vynořit. Vy potřebujete useknout hlavní kořen toho stromu, který je pod zemí. Ten strom pak přestane růst. Takže najdete rodiště, najdete zdroj toho falešného já.

Toto hledání je možné jenom bez myšlenek. S klidnou a zklidněnou myslí a otázkou: „Kdo jsem?“ A zaměřením pozornosti na to falešné já, na to já. Je to to falešné já, které se samo ptá. Nejsou tam v tu chvíli žádné jiné myšlenky. Proto falešné já je obrácené do nitra. Kdyby byly další myšlenky, falešné já by šlo ven do světa. Proto, když se ptáte: „Kdo jsem?“; myšlenka já hledá svoje vlastní rodiště. A to je nekonečný oceán božského Já, té nejvyšší síly.

Když to falešné já se začne zabývat tím, kde je jeho rodiště, rozpustí se v tom nekonečném oceánu. Zmizí jako bublina zmizí v oceánu. Bublina se z oceánu vynoří a zase v něm zmizí. Má ta bublina nějakou oddělenou existenci? Když má nějaký tvar, barvu, velikost, říkáme, je to bublina, která se vynořila z vody a zase ve vodě zmizela. Když zmizela, zanechala po sobě něco? Stejně tak se v tomto světě rodí miliardy lidí. Všichni ti lidé jsou stejní jako ty bubliny v tom oceánu. Ta nejvyšší síla je úplně všude v moři, v nebi – je to celý vesmír, všechny hvězdy. Všechno je v té nejvyšší síle.

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 20. listopadu večer

Celý svět je jenom jediná bublina v božském Já, v té nejvyšší síle. Svět nemá žádnou trvalou adresu v té nejvyšší síle. A vy jste jenom jediný člověk v té bublině světa. Máte vy nějakou permanentní adresu? Celý svět je jenom kapka v oceánu. Celý svět je jenom kapka v té nejvyšší síle. A kde jste vy v téhle kapce? Vaše já se vynoří z té nejvyšší síly a zase se v něm rozplyne. Jako bublina se vynořila z oceánu a ve vodě oceánu zase zmizí. Je na tom něco speciálního, zvláštního? Je na tom opravdu něco zvláštního? Co je trvalé? Ty bubliny nebo ten oceán?

Každý má myšlenku já. Co je skutečné? Ta myšlenka já nebo ta nejvyšší síla? Toto je iluze, nemá trvalou adresu. Zase zmizí. V tomto světě se zrodilo za ty miliony let již tolik lidí. Má jediný z nich nějakou trvalou adresu? Vy nejste jednotlivý člověk. Vy nejste omezeni tímto tělem. Vy nejste omezeni tímto mozkiem. Vy nejste tato mysl. Vy jste všude.

Ramany Maharišihho se zeptal jeden žák: „Co vidíš skrz to ticho, Ramano?“ Ramana řekl: „Není tu nic druhého, co bych mohl vidět. Není tu žádný jiný tvar, forma, které bych mohl vidět. Vidím sám sebe. Jsem to božské Já. To Já je ta nejvyšší síla.“ Ta nejvyšší síla vám vyplní vaši mysl, váš mozek. A vaše tělo naplní energie svrchované síly, protože vy nejste ani tělo ani mysl. Vy jste božské Já. Tělo je božské Já. Mozek je božské Já. Mysl je vaše božské Já. Nic jiného není.



Jak je potom možné zemřít? Vidíte, že umírá tělo, umírá mysl, umírá mozek, umírají smyslové orgány. Všechno to zmizí. Také smrt zmizí. Smrt nemá žádný význam. Pokud přikládáte smrti nějaký význam, pak zemřete. Když pro vás smrt přestane mít význam, když smrt neznáte, kdo pak umírá? Už vám zmizelo tělo, mozek, mysl... To, co říkám je pravda. Vaše tělo, celý svět i mysl zmizí, pokud se budete dokonale dotazovat: „Kdo jsem?“ Ať jdete kamkoliv, pořád za jakýchkoliv okolností..., vaše mysl třeba může mít nějaké problémy. Ihned se ptejte: „Kdo má ten problém?“ „Kdo jsem?“ Nás ta odpověď opravdu zajímá. „Kdo jsem?“ Je tady otázka a já chci odpověď. Ptejte se.

Ale abyste zjišťovali místo zrození falešného já, musíte mít klidnou mysl a plnou pozornost. Falešné já se rozpustí. Zmizelo. Protože božské Já je světlo a myšlenka já je tma. Když je světlo, není tma. Nemusíte tu tmou nijak odstraňovat. Stačí, když je světlo. Tma v tu ránu zmizí. Proto nepřemýšlejte o falešném já. Místo toho se ponořte do svého nitra a najdete rodiště falešného já. Když tedy hledáte rodiště falešného já ve svém nitru, přestane existovat prostor a čas a všechny formy. To jenom ta nejvyšší síla teď hledá. A nikde nic není. Je to všude v celém vesmíru. Nedá se to myslí nějak zachytit.

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 20. listopadu večer



My říkáme, že božské Já je ve vašem nitru, protože je to z pozice myslí. Proto se dívejte do svého nitra a najděte zdroj myšlenky já. Tato metoda je jenom pro vaši mysl, pro vaše falešné já. Ne pro vaše božské Já. Ta nejvyšší síla nepotřebuje žádné metody, žádnou praxi, žádné rady. Toto je pro vaši mysl.

Pak když tedy probíhá to pátrání, všechno postupně zmizí. Všechny formy, čas a prostor. Když to falešné já pátrá po svém rodišti, tak v tom procesu přichází o všechny své formy, všechny své podoby, všechna svá jména, všechny své myšlenky. Proč to všechno ztrácí? Jak k tomu dochází? Falešné já tedy hledá ve vašem nitru své rodiště. V ten okamžik ta nejvyšší síla se zmocní toho falešného já ze všech směrů a zbude pouze klid, pouze mír. Když falešné já hledá svoje rodiště, obklopuje ho božské Já. Proto falešné já ztrácí všechny svoje pocity, všechny aktivity.

Božská síla obklopí falešné já ze všech stran. Ono nemá šanci uniknout. Nemá šanci vytvořit vaše tělo nebo svět nebo myšlenky, protože nejvyšší síla mu nedovolí uniknout. A falešné já se rozpustí v božském Já. Když falešné já se rozpustí v té nejvyšší síle, Já přichází z té nejvyšší síly. Ale není to ego. Je to jenom ta nejvyšší síla, která vyplní váš mozek, vaše tělo i vaši mysl.

Ramana Mahariši řekl: „Když řeknete já, pokud to já a tělo je totéž, pak je to vaše ego. Když falešné já ale zmizí, řeknete Já (já), není tam tělo, ani svět, tělo, ani myšlenka, žádná mysl, žádná smrt. To skutečné Já, to božské Já neumírá. A teď ono mluví, ale přitom nemluví. Jak je to možné? Existují dvě já. To jedno je to falešné já, to ego. Když se ego spálí, když shoří, povstává vaše skutečné Já, vaše božské Já. Falešné já je smrtelné. To původní Já vaše skutečné Já je nesmrtelné.“

Realizovaný člověk, osvícený člověk všechno dělá a pracuje jako vy. Ale nemá ego. V něm pracuje jeho skutečné Já. Ramana Mahariši řekl: „My jsme si všichni rovni, v čem je nějaký rozdíl? Všichni chodíme, mluvíme, jíme... Ale když já něco dělám, jím, pracuji, cokoli provádím, tak o tom nevím, nevím, co to je.“ Jeho žáci říkali: „My vidíme tvoje tělo, vidíme, jak konáš.“ „Ale co si to vymýšlíte“ říká Ramana. „Vy vidíte jenom moje tělo. Jenomže já nemám tělo. Já nemám tělo. Toto je pravda. Jak tomu můžete rozumět? Jenom realizovaný člověk může rozumět realizovanému člověku. Člověk, který má ego nemůže pochopit realizovaného člověka, ať je to jakýkoliv génius.“

Je tedy to falešné já a to skutečné Já. Odstraňte to falešné. Zbude to trvalé Já. Když máte v sobě klid, když vás neruší myšlenky a spočíváte ve vnitřním míru, pak tu práci provádí to skutečné vaše Já, proto se při ní neunavíte. A žádný problém vás neobtěžuje. Ta práce je bezčasá. Tento zážitek známe všichni. To někdy v nás pracuje naše božské Já. V tu chvíli nevnímáme čas, neunavíme se, nenudí nás to, nemáme žádné pocity. Kdo tedy poslouchá? Když máte klid, vnitřní mír, pak to skutečné Já slyší, skutečné Já pracuje.

Tomu klidu není možné porozumět pomocí mysli, pomocí vašeho ega. Například teď se rozhlížím a vidím vás tady všechny. Je možné vás zase poznat, až vás potkám na ulici? Pokud s někým mluvíte a soustředíte na něj pozornost, pak ho opět poznáte, když ho někde potkáte. Vy máte teď ten zážitek božského Já vždy jenom na několik vteřin. Proto nemáte pochopení jaká je ta nejvyšší síla. Když ji budete vnímat..., když budete v ní delší dobu, budete mít lepší pochopení. Někdy tedy posloucháte s božským Já. Někdy se díváte skrze božské Já. Někdy děláte svoji práci s božským Já. V těch chvílích nevnímáme, nevidíme a práce plyne automaticky; divíme se, kolik jsme toho stihli udělat.

Každý má zážitek božského Já. Dotazováním 'Kdo jsem?'... Na meditaci si vyhradzujete určitý čas, ale na to dotazování si nevyhradzujte zvláštní čas, protože myšlenky máme pořád. Je proto velice důležité to dotazování používat pořád. Když se ve vás objeví jakákoliv myšlenka, pohleďte na ni skrze klid. Pokud nezmizí, zeptejte se ihned „Kdo má ten problém?“ Zeptejte se klidnou myslí a pohleďte do svého nitra. Spočívajte v tichu. Pokud po chvíli ta věc nezmizí, zeptejte se: „Je to můj problém?“ a ponořte se dovnitř. Když to nezabere, zeptejte se: „Kdo jsem?“ Na toto neexistuje odpověď. Pokud nějaká přijde, je to výtvar falešného já. Pokud něco vidíte, je to jenom, že falešné já něco vidí. Když máte jakékoliv zážitky, jsou jenom toho falešného já. Protože tam nic není. Jenom božské Já. To falešné já povstává z božského Já. Když se očistí od veškeré své špíny, také se stává božským Já. Stává se tím vašim skutečným Já. A to je ta nejvyšší síla.

Všichni realizovaní lidé žili skrze toto skutečné Já a i skrze něj učili. Nebylo to ego. Když se lidé Ramany Maharišiho ptali, odpovídal jim: „Poznej sám sebe.“ Ty znáš všechno kromě sebe sama. Ptejte se proto sami sebe: „Kdo jsem?“ Život rozhodně je problém a tato otázka ten problém vyřeší. Ale je potřeba mít víru a nezanedbávat to. Ramany Maharišiho se někdo zeptal: „Je nějaká vhodná doba, kdy se máme dotazovat?“ Odpověděl: „Ne, protože myšlenky přicházejí pořád. Zarazte je.“ Jak je zarazit? Tím dotazováním je zarazíte. Proto pořád když třeba někam jdete, něco se vám zalíbí, ptejte se okamžitě: „Komu se to líbí? Kdo

jsem?“ A vaše mysl se okamžitě zase uklidní a pokračujte ve své cestě. Zase se objeví problém. Hned se zeptejte: „Kdo má ten problém? Kdo jsem?“

Jak už jsem zmínil, aspoň patnáct minut denně si sedněte v tichu a když se vynoří nějaká myšlenka, pokud ztratíte ten klid, okamžitě se zeptejte: „Kdo má tu myšlenku? Kdo jsem?“ Když máte takto vyhrazený čas, tak vaše tělo nemusí zrovna nic dělat, nemusíte o ničem přemýšlet, tak je větší energie na dotazování. Když sedíme v meditaci, není to proto, abychom se lépe vyspali nebo abychom těkali se svými myšlenkami. Meditace je od toho, abychom odstranili své problémy, své potíže. Proto když se vynoří jakýkoliv problém, jakákoliv myšlenka, zeptejte se: „Kdo má ten problém? Je to můj problém? Kdo jsem? Kdo jsem já?“ Dotazování je zdaleka lepší metoda než meditace.

Abychom mohli tuto metodu provádět, pomáhá nám zevnitř ta nejvyšší síla. Nepochybujte ani na vteřinu o nejvyšší síle ve vás. To jenom mysl dělá chyby a má pochybnosti. Svrchovaná síla nedělá žádné chyby, protože ona je pro nás vším. Nevyšší moc a skutečné Já je totéž. Ramana Mahariši řekl: „Já a bůh to je totéž.“

Na začátku vaší cesty jste od nejvyšší síly zdánlivě odděleni. Lidé si myslí nejdřív, že nejvyšší síla je někde v nebi nebo v ráji. A postupně když se více odevzdají nebo provádějí to dotazování, tak pochopí, že ta nejvyšší síla je asi v našem nitru asi v našem srdci. A ve finále Já jsem ta nejvyšší síla. Je tam jenom Já. Toto Já je ta nejvyšší síla. A to je konec.

Máme ve své mysli tolik vrstev. Musíme je odstranit pozorností a praxí. Když je třeba tma nebo barvy nebo světlo nebo prázdnota, nepatrný pohyb myšlenek, nepatrný pohyb dechu, to jsou ty vrstvy. Běžte stále více dovnitř, běžte hlouběji. Znáte konec? Ten konec neznáte. Pořád tam něco je... ▲



Satsang – 21.11.2006 ráno

Ve svém běžném životě bychom neměli příliš přemýšlet. Vždycky se snažte zbavovat svých myšlenek. Pokud potřebujete myšlenky k práci, ty myšlenky k vám budou přicházet samy bez vašeho úsilí a přirozeně. Ty myšlenky přichází přirozenou cestou samy. Není potřeba se stresovat nebo přemýšlet příliš mnoho. Pokud někam jdete, není potřeba nějak zvlášť pospíchat nebo stresovat svoji mysl.

Například jdete na autobus a stojíte na zastávce. Čekáte na autobus. Autobus nepřijíždí včas. Ve vás to vyvolá stres a spousty myšlenek. Přivolá ten stres nebo vaše myšlenky autobus? Přivolají ten autobus? Ten stres a to přemýšlení jsou zbytečné. Spočívajte v klidu. Máte třeba nějakou důležitou práci. To je jasné, ale jak se můžete dostat do práce bez autobusu?



Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 21. listopadu ráno

V běžném životě ztrácíme příliš mnoho klidu tím, že zbytečně přemýšlíme a stresujeme se. Snažte se odstraňovat svoje myšlenky. Ony se neustále spontánně na vás valí. Mezi každými dvěma myšlenkami je mezera. Třeba vidíte slunce. Vzápětí přijde myšlenka na květinu a tu vystřídá myšlenka slon, televize, váš přítel, park, nebe, řeka, hora. Jedna za druhou přichází k vám tyto myšlenky. Když vidíte zrovna to slunce, není tam ani slon, ani kytka, ani hora, ani řeka. Když tam je zrovna právě ta myšlenka na slunce, tak v jednu chvíli zmizela a okamžitě je tam myšlenka na květinu. Kde je teď ta myšlenka na slunce? Teď máte myšlenku na květinu. Když vidíte tu květinu, myšlenka na slunce mezitím zmizela. Mezi myšlenkou na slunce a myšlenkou na květinu je mezera. Tu mezeru neznáte. Ta mezera je vaše božské Já.

Teď se díváte třeba na film. Hrdina si hraje s nějakými kluky. Teď se změní záběr a je vidět, jak jdou na nějakou horu. Takže jeden záběr mizí a vystřídá ho další. Kde je teď ten předchozí záběr? Zmizel, protože přišel další záběr. Mezi nimi je mezera. A to je plátno. Nemáte však dost síly, abyste viděli to plátno, vidíte jenom ty záběry. Na tom plátně se promítá film. A vy vidíte jenom ten film, nevidíte plátno. Kdyby tam nebylo plátno, film byste nemohli vidět. My máme obrovské plátno, které je nekonečně široké. Ale naše mysl je maličká. Proto máme jenom to maličké já ve svém srdci. Všechny naše myšlenky se promítají na božské Já. Vidíte ale jenom ty myšlenky, nevidíte to vaše božské Já. Bez svého božského Já byste tam žádný film neměli.

Mrtvý člověk nemá božské Já ani mysl. Jemu ten film skončil. Jeho film zmizel, protože už nemá plátno. A my teď máme své božské Já a máme ten film, naši mysl. Pokud vnímáte to plátno, film pro vás ztrácí hodnotu. Protože plátno je skutečné a film je neskutečný. Když vidíte, vnímáte film, vyvolává to ve vás spousty pocitů. Když vnímáte plátno, nevyvolává to ve vás žádné pocity, je tam jenom prázdné plátno. Když to plátno dokážete vnímat, je vám jasné, že jenom ono je skutečné a film není skutečný. Jako v našem nitru. Božské Já je skutečné a film je neskutečný. Když máte prožitek svého božského Já, když ho znáte, tak víte, že vaše mysl není skutečná a že je iluzorní. Když znáte zážitek božského Já, vaše mysl ztrácí svojí hodnotu. Protože není skutečná, je to iluze.

Když se díváte na film, je v něm třeba zrovna válka. Bylo zabito spousta vojáků. Teče spousta krve. V tom filmu je i potopa, která odnáší domy. Jedné ženě umřel manžel a ona usedavě brečí. V tom filmu je i vichřice, která pokácí, vyvrátí všechny stromy. Uvázne z té záplavy krve jediná kapička na plátně? Uvázne na tom plátně jediná z těch všech mrtvol? Tolik domů bylo zničeno.

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 21. listopadu ráno

54 Poškodilo to nějak to plátno? A co ta vichřice, která byla tak silná? Pohnulo se to plátno o milimetr? V tom filmu se děje všechno možné, ale nemá to s tím plátnem nic společného, plátna se to vůbec nedotýká.

Vy také ve své mysli vidíte všechno možné. Všechny možné pocity od nejhorších po nejlepší. Deprese, emoce, stres, žízeň, hlad, nemoc. To všechno je pouze ve vaší mysli. Božské Já je netknuté tím stresem, tou depresí, všemi těmi pocity, tou žízni, tím hladem. Vaše božské Já je neovlivněné jakýmkoliv vašimi pocity. Když se takhle díváme na film, vyvolává to v nás spousty pocitů, zážitků, vjemů. To plátno také vidí ten film. To vy ale nevíte. To plátno, ačkoliv ho vidí, tak s ním nemá nic společného. Vaše božské Já vidí film vaší mysli. Ale nemá s ním nic společného.

Někdy se bavíte se svým známým někde v divadle. V tom kině se třeba na chvíli otočíte ke svému příteli a mluvíte s ním. Pak se zase otočíte a díváte se na film. A něco vám uniklo, tak se ptáte: „Proč teď brečí, co se stalo?“ Ptáte se svého známého. Protože on se mezitím stále koukal, nepřetržitě. A teď vám říká, co se mezitím odehrálo v ději. Takže někdy ten film nesledujete na sto procent. Jste v kině a přitom jste si zapomněli zamknout auto nebo dům. A ačkoliv jste v kině, přemýšlíte horečně, jak to udělat s tím domem nebo s tím autem. To vám samozřejmě brání v tom, abyste ten film vnímali na sto procent.

Pokud nás něco velice zajímá, potom to vnímáme s plnou pozorností a napětím. Pokud nás něco zase tak moc nezajímá, máme v mysli miliony myšlenek a pocitů. Ale to plátno vidí ten film od začátku až do konce a je mu všechno jasné. Stejně tak vaše božské Já vidí kompletní váš film a na nic nezapomíná. A my přitom plně vnímáme jenom někdy, jenom někdy něco plně vnímáme, nějakého člověka a podobně. To protože myšlenka má jenom omezené schopnosti vnímání a vidění a pochopení. Ona vnímá jenom jednu věc v jeden okamžik. Ale božské Já vnímá celou vaši mysl neustále a všechno je v něm zaznamenané. Protože to vědomí je neomezené. Vaše božské Já má nekonečnou pozornost, neustálou. Není kam uniknout před tou nejvyšší silou, před tou nejvyšší mocí. Proto je zlé a špatné potrestáno. Tahle síla nikdy nezapomíná. Vy třeba zapomenete. Ale to co jste udělali zlého, to bude potrestané. Božské Já vám dává přesně to podle toho, co jste dělali dříve i ve svých předchozích zrozeních.

Náš život plyne podle našeho osudu. Proto buďte nehybní ve svém nitru. Protože váš život plyne podle vašich předchozích zrození a podle vašeho osudu. Pokud odstraníte trvale své myšlenky, už se nenarodíte. A pokud cokoliv děláte

skrze své ego, usadí se to ve vašem srdci. A náš budoucí život se odvíjí od našeho přítomného života. A takhle ten cyklus jde neustále dokola a dokola. Proto mějte plnou pozornost a plné vědomí. Tím dosáhnete toho, že nebudete připoutaní ke své mysli. Proto nebudete vytvářet další osud. Pak to vědomí, ta pozornost tu zůstanou navždy, přestane pro ně existovat čas. To vědomí nebude potřebovat tělo.

Takže myšlenky plynou na pozadí vašeho božského Já. A mezi každými dvěma myšlenkami je mezera a to je vaše božské Já. Abyste poznali mezeru mezi dvěma myšlenkami, musíte mít pozornost. Také, když si vezmeme stavy bdění, snění a hlubokého spánku. Mezi stavem bdění a tím stavem, kdy se vám zdá sen, je také mezera. Zmizí bdění a vynoří se sen. Mezi těmito dvěma je mezera. Ta mezera je vaše božské Já. A když z toho snu přecházíte do hlubokého spánku, sen zmizí, přichází hluboký spánek. Mezi nimi je mezera a to je vaše božské Já. Když se budíte z hlubokého spánku, je tam mezera mezi hlubokým spánkem a stavem bdění.



Rozpoznejte tu mezeru mezi dvěma myšlenkami. Pak obě ty myšlenky zmizí. Jak na to? Zmizela jedna myšlenka a vy jste ta mezera. Buďte nehybní. Tím zabráníte, aby vznikla další myšlenka. Nemá šanci. Když spočinete v té nehybnosti a máte pozornost, nedovolí to, aby vznikla další myšlenka. To je vaše božské Já. Božské Já nemá myšlenky. Jenom pozornost. Když se objeví jakákoliv myšlenka, pomalu ztrácíte svojí pozornost. Jak ta myšlenka se objevuje. Tento proces ztracení pozornosti můžeme pozorovat. Je v nás inteligence, která patří božskému Já. Ta inteligence, ta znalost božského Já pracuje v srdci. Když máte pozornost, není tam nic. Jenom neomezené božské Já. Pokud se vaše vědomí prohloubí nebo rozšíří, další myšlenka nemá šanci se objevit. Protože to vědomí se rozšiřuje nekonečně, do nekonečna. Není tam žádné falešné já, není tam žádná myšlenka, jenom božské Já.

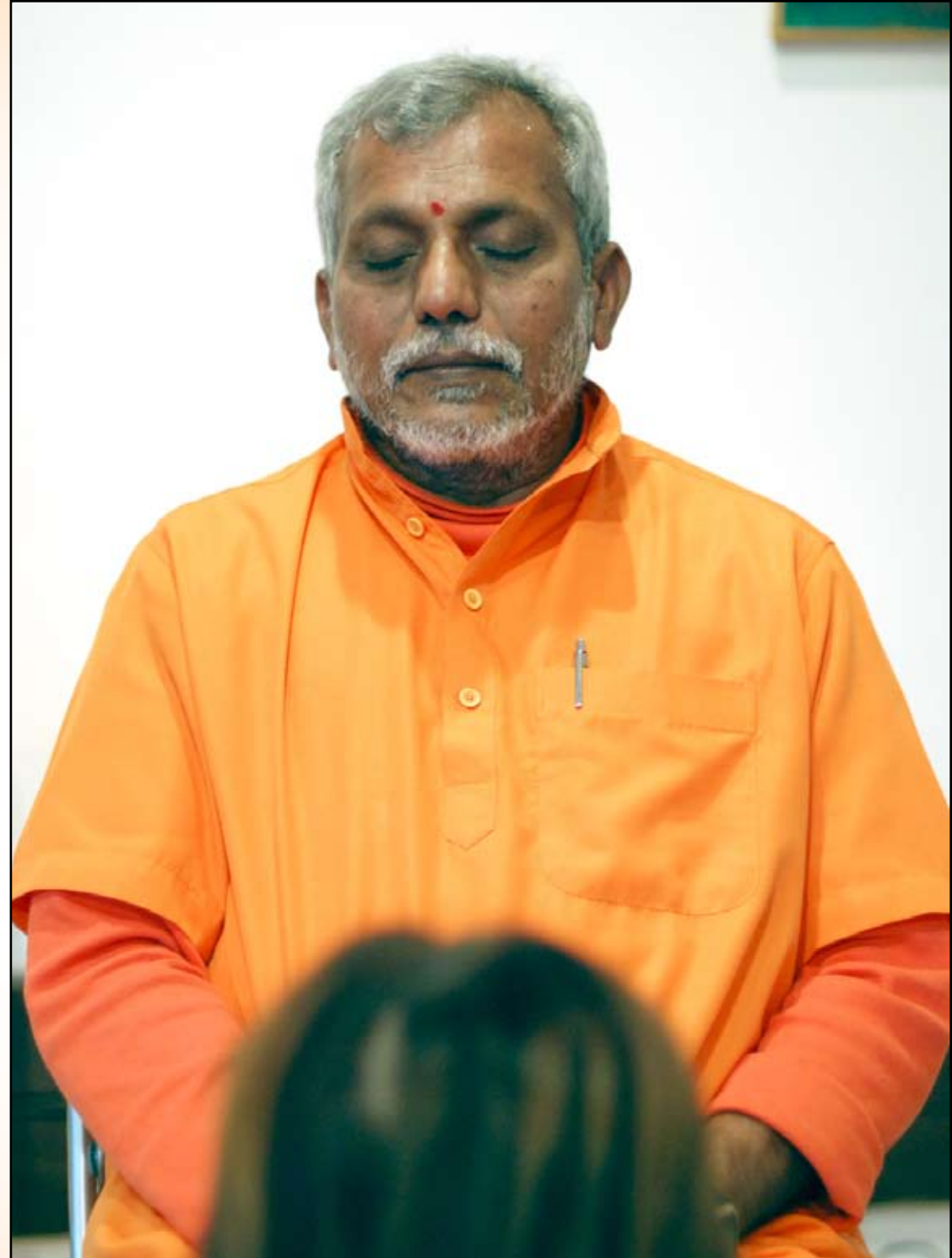
Pokud se vaše vědomí nerozšiřuje, pak je pouze omezené. Tak se pomalounku vynoří myšlenka. Vy pomalounku ztrácíte pozornost. Toto drama vy ale nevnímáte. Ten, kdo má opravdu velikou pozornost, hlubokou, toto drama zná velice důvěrně. Ten proces, jak se myšlenka vynořuje a odkud se vynořuje, protože on je božské Já. A z něho se vynořuje každá myšlenka. Takový člověk, který má plnou pozornost, tak zná ten proces, jak se objeví falešné já, jak vyrobí myšlenku, jak myšlenka se vynoří a jak pozornost ubývá. Takovou pozornost můžete mít, když spálíte své falešné já. Musíte proto spálit, zabít své ego. Neexistuje zbraň, která by zabila vaše falešné já, vaše ego. Existuje jenom jediná. A to je moc božského Já, neboli pozornost, neboli vnitřní mír. Pokud

56 rozpoznáváte, že mezi dvěma myšlenkami je mezera, spočítejte v nehybnosti. Tím zabráníte, aby vznikla další myšlenka. Ta předchozí myšlenka už zmizela, takže už vám nepůsobí problém. A ta další myšlenka už se neobjeví. Protože ta pozornost nedovolí, aby další myšlenka vznikla. Spočívajte v nehybnosti. Žádný film. Jenom plátno. Buďte nehybní. Je tam jenom vědomí. Žádný film. Pokud máte to plné vědomí a je tam falešné já, tak mu zabráníte, aby vyrobilo další myšlenky. Pak ta tma ve vás, to je falešné já. Ono tam sedí, ale nevytváří žádné formy. Někdy vyrobí světlo. Nejsou tam přitom myšlenky, ale to světlo je také výrobek falešného já. Někdy se stane, že nemáte myšlenky, ale máte tam tmu. Někdy tam máte světlo. To ego nevyrobí myšlenky a v tu chvíli máte pocit neuspokojení. A také v tom stavu necítíte ze srdce štěstí. Není tam ten úplný klid, pořád tam ještě něco tomu schází. Je to stav, kdy tam není myšlenka. Je tam jenom světlo nebo jenom tma, nebo jenom prázdnota. V tom stavu, v té prázdnotě ego také nevyrobí formy.

Vaše božské Já je za tou temnotou, za tím světlem. Jak v té tmě, tak ve světle, tak v té prázdnotě je pozorovatel. Ten pozorovatel nemá jméno ani tvar. Ten pozorovatel tam má tu tmu, ten pozorovatel tam má tu prázdnotu, ten pozorovatel tam má to světlo, ale nejsou tam tvary. To jsou podoby, to jsou formy toho pozorovatele. Proto zase o to všechno přijdete – o tu tmu, světlo, prázdnotu. A ten pocit trvá jenom několik vteřin. Tenhle pozorovatel bylo ego a vyrábí teď zase myšlenky. V tomto stavu je velice důležitá následující připomínka od Ramany Maharišiho.

Když vidíte tmu nebo světlo nebo prázdnotu a nejsou tam žádné jiné myšlenky, podívejte se na toho pozorovatele. Hleďte na něj. To je nejlepší metoda, jak spálit naše falešné já. Ono se neustále schovává za myšlenkami. Teď ale tam myšlenky nejsou, takže falešné já se nemá kam schovat. Teď je snadné ho rozpoznat. A kdo to je, kdo rozpoznává toho pozorovatele? Když tam nejsou formy. Je tam prázdnota, světlo nebo tma, žádné myšlenky? To všechno patří falešnému já, které vidí tu tmu, světlo nebo prázdnotu. Teď je nejlepší šance spálit toho pozorovatele, to falešné já. Kdo vidí toho pozorovatele? Nějaká síla toho pozorovatele dokáže vnímat. Kdo je to? Co je to za sílu? Je to ta svrchovaná síla. Ta nejvyšší síla. A vy hleďte na pozorovatele. Toto je finální stav na cestě k realizaci.

Když ten pozorovatel se rozpustí, pak tam zbude božské Já bez toho pozorovatele. V ten okamžik máte prožitek božského Já, jeho nekonečnosti. Až do té chvíle jsou všechny prožitky nějak omezené. Předtím jste sledovali myšlenku a vy neztrácejte pozornost, dokud ta myšlenka nezmizí. A ona pak zmizí. To



58 není konec. Protože tam je pořád ten pozorovatel. Například se soustředíte nebo pozorujete jednu myšlenku a nepustíte tam žádné jiné myšlenky. Až všechny zmizí, všechny ostatní myšlenky. Jako když sluneční paprsek dopadne na zvětšovací sklo, které soustředí tu energii do jednoho bodu a zapálí papír. Takové soustředění je potřeba, abyste viděli tu jednu myšlenku. Celá vaše energie z vašeho nitra se soustředí na tu jednu myšlenku. Pokud všechny ostatní myšlenky zmizí, pak i tato myšlenka zmizí. Ta myšlenka nebyla skutečná, protože jí jenom vytvořila vaše mysl. Když se soustředíte jednobodově na tu jednu myšlenku a nejsou tam jiné myšlenky, pak i tato myšlenka zmizí. A okamžitě následuje pocit štěstí, radosti a pozornost. Ale ten pozorovatel tam pořád je. A zase překryje vaši radost a vaši pozornost.



Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 21. listopadu ráno

59 Takže potom, co ta myšlenka zmizí, je tam pořád ten svědek, ten pozorovatel. Takže pokračujeme. Vidíme prázdnotu, ale je tam pořád ten pozorovatel. Teď zaměřte pozornost, jako jste ji předtím zaměřili na myšlenku na toho pozorovatele. Abyste ho dokázali vidět, potřebujete velkou milost a musíte se velice soustředit. To falešné já, toho svědka, toho pozorovatele můžete vidět jenom z milosti božského Já. To není věc našeho úsilí. Protože toho svědka nemůžeme spatřit svým úsilím. Není možné spatřit svědka pomocí ega. Ta nejvyšší síla uvidí toho svědka a pomalu ho odstraní.

Jak jsem říkal včera. V tu chvíli se ve vás objeví šílený strach. Ale je bezdůvodný. Ten strach je nesnesitelný. Protože úplně všechno zmizí, když zmizí falešné já. Není nic k vidění, k mluvení, k slyšení, k zapamatování. Proto se objeví velký strach. Protože falešné já chce zase zpátky svoji sílu, aby mohlo něco vytvářet. A svůj zážitek božského Já ztrácíte kvůli tomu strachu. A kvůli tomu strachu ego zase obživne. A je velice šťastné. Má zase příležitost vytvářet miliony myšlenek.

Proto se ponořte hluboko do svého nitra, do svého srdce. Pátřejte hluboko ve svém srdci. Najdete tam černou skvrnu? Najdete tam jakýkoliv nepatrný pohyb? Najdete tam pozorovatele, svědka? Vidím tam něco? Je tam něco? Takovým pátráním všechno ze sebe odstraňte.

Stav realizace je něco, čeho můžete dosáhnout ve finále jenom bez svého úsilí. Když jste realizovaní, pak můžete dělat cokoli a vás se to vůbec nedotýká, protože ten stav je prostě bytí. Proto hleďte na toho svědka. Když všechny ostatní myšlenky zmizí a prázdnota zmizí, pak pracuje ten největší magnet. A jeho síla obklopí ze všech stran toho svědka. Ten svědek není něco odděleného od božského Já. Proto ta síla ho spolkně. Pak mysl a božské Já se stanou jedním. Mléko se smíchá s mlékem. Voda se smíchá s vodou. Ten pozorovatel, když je oddělený, je to ego. A teď ho spolkně božské Já. A teď jsou oba totéž. Božské Já ho spolkně a strávil. Jak se teď může falešné já vynořit? Když nemáte dost dobrý žaludek a nestrávíte ho úplně, falešné já se zase vynoří.

Někdy se stane, že se spontánně rozesmějete a nemáte k tomu žádný důvod. Někdy se zase bezdůvodně rozpláčete. Není k tomu žádný důvod. To je proto, že nemáte dost silné žaludeční šťávy v srdci. Nejdříve je tedy nutné mít co nejhlubší prožitek klidu a míru a pozornosti. A pak se všechno dál odvíjí přirozeně. ▲

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 21. listopadu ráno

Satsang – 21.11.2006 večer

Zvuk, dech, mysl – to všechno povstává z vašeho božského Já, a proto můžeme skrze zvuk, skrze dech a skrze mysl také vstoupit do svého božského Já. Mohou nám posloužit jako nástroje k nalezení našeho božského Já. Dříve než do božského Já vstoupíme, jsou tam nějaké zvuky, naše mysl a je tam náš dech, dýcháme. Když vstoupíme do božského Já, zvuk tam není, jenom ticho. Zvuk povstává z ticha. To ticho je božské Já. Stejně tak i dech povstává z božského Já a v něm se také ztrácí. A mysl se vynořuje z božského Já a mysl mizí, když vstoupí do božského Já.

Když ze zvuku vznikne ticho, z myšlenek vznikne stav bez myšlenek a z dechu vznikne stav bez dechu, můžeme nalézt božské Já. K tomu abychom se zbavili rozruchu ve své mysli, můžeme použít jakoukoliv z těchto tří metod. Některý člověk nemá dost síly na to, aby rozruch v mysli odstraňoval skrze dotazování po Já. Pro něj je potom snazší používat tu praxi sledování zdroje zvuku a zdroje dechu. Pro začátečníky je těžké provádět dotazování po Já. Mohou postupovat tím, že se ptají 'Odkud pochází ten zvuk?'

Když třeba mluvíme, je to nějaký zvuk. Otázka je 'Odkud se ten zvuk bere?' Najděte zdroj zvuku. Óm, óm, óm, óm... Když takto slyšíte zvuk, jděte podél něj do svého nitra. Ten zvuk vychází z vás ven, ale sám pochází z ticha. Když jdete podél toho zvuku do svého nitra a naleznete ticho, pak ten zvuk zmizí.

Když máte příliš rozrušenou mysl, není možné meditovat. Zopakujte si v tu chvíli; řekněte desetkrát po sobě to Óm a sledujte ten zvuk do svého nitra a najděte, kde je jeho rodiště. Tím se soustředíte jenom na ten zvuk. Tím se vytěsní všechny vaše ostatní myšlenky. Je tam jenom jediná myšlenka a to je sledování zdroje toho zvuku. Když takto zopakujete desetkrát Óm, rozruch ve vaší mysli zmizí. Tu slabiku Óm ale musíte říct ze srdce. Ne z krku. Tím se rozruch ve vaší mysli smaže.

Pokud je ve vaší mysli nějaký rozruch, tak poté co desetkrát zopakujete slabiku Óm, sledujte pak svůj dech. Váš dech vchází dovnitř a zase vychází ven. Soustředte se jenom na ten dech. Nesledujte, jak vchází dovnitř a zase vychází ven. Když ten dech pozorujete, zmizí ostatní myšlenky. Je tam jediná myšlenka a ta je zaměřená na ten dech. A tím se vám dýchání zpomalí. A když máte pomalejší dýchání, zmizí ve vás i ten rozruch. A potom se věnujte meditaci.



Meditace znamená spočívat v klidu a vnitřním míru. Když máte klidnou mysl a mysl vás neruší, zůstaňte v nehybnosti, jenom buďte. Spočívejte v tichu. Pokud se objeví nějaká myšlenka, pokud vás ta myšlenka nějak zaujme, strhne vás, tak se okamžitě zeptejte: „Kdo má tu myšlenku?“ a spočiňte v klidu. Pokud je tam stále ještě nějaký pohyb, nějaký rozruch, zeptejte se ihned sami sebe: „Je ten rozruch můj? Je ten problém můj?“ Jste pak ve stavu bez myšlenek. Nebo tam mohou být myšlenky, ale vás nijak neruší. Pak spočívejte ve stavu, kdy svoji mysl vidíte z pozice toho klidu a vnitřního míru. To je to vědomí. Kdo vidí prázdnotu? Kdo jsem? Když se zeptáte: „Kdo jsem?“, tak myšlenky

62 zmizí. Nebo to vaše falešné já vám dá nějakou odpověď. Zeptejte se: „Čí je to odpověď? A kdo jsem? Kdo jsem já?“ Přejde pocit neuspokojení. Zeptejte se: „Kdo není spokojený? Kdo jsem já?“ Proto když máte klid, není to ještě konec. Něco se tam stále maličko hýbe. Je tam nějaký pohyb ve vaší mysli. Zeptejte se pak: „Kdo jsem?“ a ponořte se do svého srdce a hledejte 'Kdo jsem?' Objeví se červená barva. Ptejte se: „Kdo vidí tu červenou barvu? Kdo jsem?“ Nebo tma. Kdo vidí tmu? Kdo jsem? Nebo světlo. Kdo vidí to světlo? Kdo jsem? Všechno je jenom výtvar mysli. Proto když se ptáte 'Kdo jsem?' vaše falešné já ztrácí schopnost vytvářet myšlenky. Proto se ptáme přímo toho falešného já, pátráme po té ztotožněnosti. Proto falešné já nemůže nic vytvářet.

Většina lidí se nikdy neptá po své identitě nebo nezkoumá svou mysl. Pokud chvíli třeba máte schopnost se dotazovat; ta chvíle je velice krátká a zase zmizí. Když se dotazujete a to dotazování zmizí, nahradí ho to ticho. Kdo jsem? Když se ptáte: „Kdo jsem já?“ a vaše falešné já zmizí, zmizí s ním i ta otázka a zůstane tam vaše božské Já. Jak můžete říct, že je to božské Já? Když teď vidíte světlo v této místnosti, pak vaše oči vidí to světlo jenom skrze vaši mysl. Vevnitř vás je svědek a ten svědek vidí to světlo skrz vaše oči. Vevnitř vás je ten svědek, je tam to vidění a objekt. Je to trojice. Svědek nebo pozorovatel, samotné pozorování a ten objekt.

Když se rozhlédnete, vidíte kolem sebe všechny lidi. Znamená to, že ve vás je nějaký svědek, nějaký pozorovatel, který vidí skrz vaše oči ty lidi kolem. S vaší myslí je spojená ta trojice. Ten pozorovatel, pozorování a objekt. Když tam nejsou žádné objekty, není tam ani to pozorování ani ten svědek. Když v nás není ten svědek, ten pozorovatel, tak ani není žádné pozorování ani objekty.

Když se dotazujete hluboko ve svém nitru 'Kdo jsem?' a to dotazování ve finále zmizí, pak zmizí i ta trojice pozorovatel, pozorování a objekt; a pak toto je to božské Já. Pokud tam zůstal pozorovatel, pozorování a objekt, pak to není vaše božské Já. Když třeba vidíte prázdnotu, je tam pořád někdo, kdo ji vidí, je tam pořád pozorovatel. Takže proto vidíte prázdnotu. Pozorovatel, pozorování a objektem je ta prázdnota. Proto nemáte pocit uspokojení z té praxe. Něco tomu pořád chybí.

Když je tam prázdnota, pokud v tu chvíli ztratíte pozornost, pak automaticky usnete. Když třeba posloucháte a slyšíte toto učení a ztratíte klid své mysli, tak můžete snadno usnout. Nepotřebujete se kvůli tomu opít. Pozornost pomáhá prohlubovat náš zážitek božského Já. Stav zapomnění způsobuje spánek. Ten stav zapomnění přerušuje váš zážitek božského Já, protože ve spánku

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 21. listopadu večer

63 není pozornost. Než jste usnuli, měli jste maličko pozornost. Když jste v tom momentě před usnutím a máte pozornost, zeptejte se okamžitě: „Kdo jsem?“ Spánek se týká jenom falešného já. Spánek není skutečnost. Spánek není nějaká věc, spánek nemá formu ani jméno. Je to jenom zapomnění. Spánek je jenom pro falešné já. Předtím, než ten spánek přijde, vám ještě zbývá trocha pozornosti. Měli jste pozornost, ale pomalu vám ubývá a vstupujete do spánku. Pokud zpozorujete, že usínáte, zeptejte se okamžitě: „Kdo jsem?“ V tu chvíli se ptáme falešného já. Falešné já zmizí, pak tu není nikdo, kdo by spal, protože tam nejsem, není tam já. Spánek nemá adresu.

Je důležité neztrácet pozornost. Spočívajte v nehybnosti a tichu. Myšlenka já se třeba ubírá ke spánku. Ale máte uvnitř třeba pozornost. To falešné já vytváří teď sen. Ale ve vás může pokračovat ta pozornost. Pak ten sen je od vás odpoutaný, nejste připoutaní k tomu snu. Ta pozornost není v rámci vaší mysli. Sen je výtvar mysli. Je možné vidět sen, aniž jsme s ním jakkoliv propojení. Když máte v sobě takovou hlubokou pozornost, vaše sny vám pak nemůžou způsobit žádný problém. V mysli máte uložené všechny aktivity, které během dne provádíte. Vy ale nikdy neztrácejte pozornost. Potom, když všechny aktivity vidíte, jste od nich odrazení, nejste k nim připoutaní. Stejně tak pozornost, když ji máte ve spánku, způsobí, že nejste připoutaní ke snům.



Je možné mít pozornost i v hlubokém spánku. Pak pochopíte, že stav bdění, stav snění a stav hlubokého spánku se týkají jenom mysli, ne vás. Pokud se ztotožňujete s myslí, pak stav bdění, snění i hluboký spánek jsou vaše. Když nemáte falešné já, jste božské Já. Pak máte odstup od stavu bdění, od svých snů a od hlubokého spánku. V božském Já není falešné já, není ego. A ty tři stavy jsou jenom v mysli.

Někteří lidé, když se vzbudí z nějakého snu, mají v sobě nějaké pocity a zážitky. To falešné já se k něčemu silně připoutalo v tom snu. Například se ve snu něčeho strašně vylekáte. Někdy se stane, že když se vzbudíte, ten pocit trvá dál. Silné pocity drží falešné já velmi silně. Takže i po probuzení si stále myslí, že ten strach je skutečný. Když se vzbudíte ze snu, je ten strach skutečný? Není.

Když máte uvnitř klid a nejste připoutaní k falešnému já, pak bdění, sny i hluboký spánek jsou od vás oddělené a ve vás se prohlubuje prožitek božského Já. A tyto tři stavy jsou od vás čím dál víc vzdálené. Protože síla božského Já, ta energie se stále šíří. Jak se energie vašeho božského Já prohlubuje, tři stavy bdění, snění a hlubokého spánku jsou stále dál a dál. Božské Já je oddaluje na velkou vzdálenost. Pak čí je to stav bdění, kdo jsem? Pak stav bdění je kdesi

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 21. listopadu večer

64 v dálce, je daleko od vašeho přirozeného stavu. Proto vůbec neznáte stav bdění, neznáte sen. Takový člověk nezná hluboký spánek.

Mysl můžeme rozdělit na tři části podle stavu bdění, podle snů a podle hlubokého spánku. Tato tři jsou ale jedno. Tyto tři jsou jedno a to jedno je vaše falešné já. Nejprve se ty tři stavy spojí do jednoho – to je vaše falešné já a když to falešné já zmizí, oni zmizí i s ním. Ty tři stavy bdění, snění a hlubokého spánku to je výtvar falešného já. Tyto tři jsou jenom konstrukce mysli. Proto prohlubujte svůj prožitek božského Já a budete moci pozorovat své sny odděleně, jako můžete pozorovat svůj stav bdění.

Pokud se ve snu objeví nějaký silný pocit, okamžitě se vzbudíte. Pozornost způsobí, že se vzbudíte a okamžitě vymažete ten pocit, který byl iluzorní. Toto platí pouze pro lidi, kteří poctivě provádějí praxi a mají ten klid v srdci. Není to věc, kterou by mohli všichni pochopit, protože většina lidí se pohybuje v těch třech stavech. Někoho tyto tři stavy mají v hrsti. Ten kdo je osvobozený od těchto tří stavů, ten pochopí přesně o čem mluvím.

Pokud někteří z vás toto učení nyní nechápou, potom to pochopíte v budoucnosti. Toto učení je užitečné pro všechny. Je potřeba mít v sobě plnou pozornost. V té pozornosti není sluneční světlo, není tam měsíční svit, není tam svit hvězd, není tam světlo ohně. Do té pozornosti nemá přístup žádné světlo, protože ta pozornost dává světlo těm všem.

Neztrácejte svůj klid a vnitřní mír. Ptejte se sami sebe: „Kdo jsem?“ Pak je pro vás realizace velice snadná. Nezastavujte se na své cestě dotazování. Nepřestávejte se svojí praxí, dokud nedosáhnete cíle. Toto je to nejúžasnější na světě. Všichni lidé na světě spějí k tomu cíli bez svého úsilí, ale nevědí o tom. Úplně všichni lidé spějí k tomu cíli. Ta cesta je stejná pro všechny. Někdo má takovou mysl, že se neustále zastavuje a někde se ztrácí. Ale ten cíl je jediný a je stejný pro všechny. Ať jedete kamkoliv, třeba do nějaké jiné země, nakonec se stejně vrátíte domů. A my jsme přišli z našeho božského Já. To je náš domov.

Když jsme unavení a máme potíže, máme deprese, jsme plni emocí, naše tendence nad námi mají kontrolu; když jsou příliš silné, pak když vám nic jiného nezbývá, pak se vaše mysl posouvá směrem k tomuto cíli, protože přirozený život je štěstí. A naprostá většina lidí v tom štěstí nespočívá. Někdo po něm ale nějakým způsobem touží, protože není nijak uspokojený, cítí v srdci, že mu něco chybí. Srdce takového člověka potom hledá, jak najít skutečné uspokojení

a radost v životě. Takoví lidé mají šanci dojít do svého domova.

Tím, že se obracíme ke světu, ke svému tělu a ke své mysli, zapomínáme na svůj domov. Proto náš život nás neuspokojuje. Třeba jste dosáhli velkého jmění a žijete luxusním životem a když cokoliv potřebujete, snadno si to zařídíte. Ale stejně uvnitř nejste plně spokojeni. Proč? Protože ta mysl touží po svém domově. A mysl tím, že se zabýváte světskými činnostmi, nemůže ten domov najít. Když mysl zmizí, znamená to, že našla svůj domov. V tu chvíli máme radost, štěstí a pocit uspokojení na několik vteřin. Mysl vzápětí zase zapomene, kde ten domov je.

Božská síla vstoupila do vašeho srdce a hledá tam, pátrá. Hledá jestli je tam nějaká touha, nějaká emoce, nějaké napětí. Hledá je ve vašem srdci. Pokud věříte nejvyšší síle a odevzdáváte se jí, tak polyká vaše malé připoutanosti, různé drobnosti ve vás a neustále hledá ve vaší mysli. Až nakonec tam nemá nic ke splnnutí, nic nezbylo.



Po smrti jdete na interview s bohem. Ale realizovaného člověka toho se netýká žádné otázky a odpovědi, protože bůh už v něm všechno splnil. Další věc je, že pokud máte jakoukoliv myšlenku, smrt se po ní bude pít. Pokud smrt u vás najde nějakou myšlenku, pak uspěje ve své práci. Proto nemějte žádné myšlenky. Jeden žák Dilip Kumara Roye se zeptal... žák Ramany Maharišiho Dilip Kuma Roy řekl, že Ramana Mahariši je permanentně mrtvý, protože už v 17 letech zemřel. Neměl žádné myšlenky. Řekl: „Chci přemýšlet, ale nemám žádné myšlenky.“ Pokud byste měli myšlenku, smrt ji chytne a je to váš konec. Až do určité úrovně je potřeba provádět praxi, spočívat v klidu a to všechno. Potom zmizí úsilí. Potom zbytek práce dodělá ta nejvyšší síla, přirozeně. Pak je tam jenom ticho. ▲

Satsang – 22.11.2006 ráno

Všechny duchovní metody jsou jenom pro mysl. Abychom dosáhli realizace, nepotřebujeme se držet nějaké metody. Božské Já je území, kde nejsou žádné cesty. Někteří lidé v předchozích zrozeních strávili množství času duchovní praxí a mají čisté srdce. Pro ně je velice snadné dosáhnout realizace i během pár vteřin. Nepotřebují žádnou metodu. Všechny metody znamenají úsilí. Když dosáhnete určité úrovně a vstoupíte do svého nitra, úsilí zmizí. Úsilí to je praxe, to znamená praxe. Pokud jste ve stavu bez úsilí, tam pak končí všechny metody. Dále už to není ve vašich rukách, je to bez úsilí. Pokud jste v tom stavu bez úsilí a chcete provádět praxi, způsobíte tím, že mysl se zase vynoří. Proto, když dosáhnete stavu bez úsilí, buďte pouze nehybní. Spočívejte v tichu. Božské Já dokončí zbývající práci.

Když jste dosáhli úrovně, že jste ve stavu bez úsilí, všechno ostatní závisí jenom na božském Já. Když jste na úrovni toho bezúsilí, následují čtyři stavy. Bramhavit je ten, který nevyvíjí úsilí a nemá myšlenky. Ten člověk nepotřebuje svět ani své tělo. Ten se o nic nesnaží. Nesnaží se najít přístřeší nebo vodu nebo cokoli. Takový člověk se jmenuje Bramhavitvara. Takový člověk nerozpoznává čas, prostor, boha nebo cokoli jiného. Žije neustále v ráji.

Bramharitvišta je stav, kde je pouze jednota. Těchto tří stavů lze dosáhnout pouze z milosti božského Já. Úsilí nám k nim nepomůže. Když se z božského Já vynoří nějaká energie, postupuje k hlavě. Když dosáhne hlavy, stane se z ní mysl okamžitě. Před tím, než se z ní stane mysl...ta energie, která se ještě nepřeměnila na mysl, je božské Já. A ten, kdo spočívá ve stavu bez úsilí, ten nedovolí, aby ta energie dostoupila až do mozku. Protože on je tím božským Já. Taková bytost nedovolí, aby povstala myšlenka já. Takže ta energie dostoupí do mozku, ale není tam ztotožněná s falešným já. Pak se i z jeho hlavy stává božské Já, z jeho mozku. Jeho mozek je naplněný božským Já.

Ten mozek je v tu chvíli prázdný a vyplňuje ho všude energie božského Já. A protože v tom člověku se nevyvojuje falešné já, tak božské Já vyplňuje jeho mysl, jeho mozek. Energie božského Já vychází z našeho srdce. Její zdroj není v hlavě, není v mozku. Všimněme si, že někdy, když meditujeme, tak nám hlava upadne, poklesne. Protože v ní není energie. Existuje spousta metod. Mezi nimi je také pránajama. Ta nejvyšší síla funguje podél vaší páteře odspoda nahoru. Člověk, který praktikuje tuto metodu postupuje podél určitých bodů, které leží na páteři a když vystoupí po šesti bodech nahoru, kde ten bod se jmenuje sa-



hasrára. Takový člověk, když dosáhne té sahasráry, tak se mu dostane určitých schopností. Určitých schopností konat třeba zázraky. Ten člověk může třeba zemřít kdykoliv se mu zachce. Nebo se může někam přesouvat bez těla. Nebo může najednou zvětšit svoji hmotnost. Nebo může najednou svoji hmotnost zmenšit. Může cokoli vidět ve světě. Nebo se může během vteřin přesunout do jakýchkoliv sfér, do ráje, do nebe a podobně.

Jeden člověk jménem Ganapati Muni měl tyto schopnosti. Ale i pro něj stále ještě existovalo něco, čeho ještě nedosáhl. Neměl stále pocit uspokojení ve svém srdci a neměl klid. Ten člověk přišel za Ramanou Maharišim a sedl si před něj a pozoroval mysl Ramany Maharišiho. Seděl tam hodinu. Ganapati Muni uměl číst myšlenky. Proto sledoval myšlenky Ramany Maharišiho. Čekal celou hodinu, ale v Ramanovi Maharišim neviděl ani jedinou myšlenku. On se poklonil Ramanovi a řekl mu: „Prosím, dej mi svoje požehnání a doved' mě k realizaci.“ Řekl Ramanovi: „Já mám spousta schopností. Můžu během pár vteřin

68 odletět do ráje a zase sem vrátit. Ale chybí mi trvalý klid a pocit uspokojení v srdci. A sám vím, že po smrti všechny ty schopnosti ztratím.“ Ramana mu řekl: „Ty jsi dosáhl sahasráry. Nyní ale musíš vstoupit do srdce.“ Zeptal se ho: „Kdo má tyto schopnosti?“ Odpověď je, já je mám. Řekl mu: „Ptej se. ‚Kdo jsem? Kdo jsem já?‘ Pátrej ve svém nitru, kde je rodiště toho já v tobě. Když vypátráš zdroj toho já, pak jsi na cestě k realizaci. Toto je nejlepší metoda.“

Ramana k tomu řekl jeden jednoduchý příběh: „Ta síla je v našem srdci. Ne v hlavě. Ve starých časech žil v Indii jeden vynikající oddaný jménem Kabír. Kabír se vždycky staral o jakékoliv svaté muže a o hosty, kteří přišli k jeho domu. Přitom sám byl ale velice chudý. Jednou šlo jeho vesnicí procesí a zpívalo bhadžany. Haré ráma, haré haré, ráma ráma, haré haré, haré krišna haré krišna, krišna krišna haré, haré ráma, haré ráma, haré ráma. . . takhle šlo to procesí ulicí a zpívalo bhadžan. Ti lidé dorazili k domu Kabíra. Kabír rychle sháněl doma jídlo. Rychle něco uvařil a nabídl jim to. Ti hosté řekli, že u něj chtějí strávit dva dny zpěvem. Kabír souhlasil. Jenomže mu došlo jídlo. Neměl doma vůbec nic. Tak co s tím dělat? Měl jediného syna, s tím se poradil. Naplánovali, že půjdou v noci a vykradou obchod jednoho obchodníka v té vesnici. Šli tedy k němu uprostřed noci. Udělali ve zdi díru a vnikli do domu. Ten otec byl venku a syn vlezl dovnitř. Syn sbalil přesně tolik potravin, kolik potřebovali na pohoštění hostů. A najednou omylem udělali zvuk. Majitelé se hned vzbudili. Syn rychle běžel a předal jídlo otci. A snažil se vyběhnout z té díry, vyskočit ven. Ta rodina ho chytila za nohy. Jeho táta ho držel za hlavu, tahal ho ven a ti majitelé ho tahali za nohy dovnitř. Syn řekl otci: ‚Tati, uřízni mi tu hlavu, kdyby našli, kdo jsem, je to ostuda pro celou naši rodinu.‘ Kabír mu tu hlavu rychle uřízl a utíkal. Potom hostil ty hosty po oba dva dny. Rodina toho obchodníka šla za králem a nahlásili krádež. Král řekl, že chce zjistit, kdo je ten zloděj. Přišla se na to tělo podívat spousta lidí, ale nedokázali poznat, kdo to je. Král nechal tělo vystavit na křižovatku ve vesnici. Dva dny uplynuly. Třetí den to procesí se svým zpěvem přicházelo na tu křižovatku a viděli, jak to mrtvé tělo tleská do rytmu.“

Jak je to možné? Ten příběh říkal Ramana Mahariši Kavenkatovi Ganapati Munimu. Říkal: „Ta energie je v srdci i když je hlava oddělená od těla.“ Ta energie tam stále je. Takže i po smrti ta energie je v našem srdci. Ten syn měl tak velkou pozornost. Spočíval v božském Já. Proto nedbejte nějakých schopností, nějaké světské velikosti, nějakých zázraků a spočívejte ve svém srdci. Když máte nějaký zážitek, zvažte, jestli bude trvat i po vaší smrti. Těch zázraků dosahujeme pomocí těla. Jenomže to tělo po smrti ztrácíme. Tato celá praxe je jenom skrze mysl. A mysl také umře, když zemřeme. Někdo řekne, mám spousty duchovních zážitků a mám i nějaké schopnosti. Ponořte se do svého srdce

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 22. listopadu ráno

69 a vypátrejte, jestli vás ty schopnosti a zážitky přežijí. Proto říkám, že v myslí není nic, co má nějakou velkou hodnotu, protože to všechno v myslí zemře. Není nic k poznání, není nic k vidění, není nic k prožití. Ty znalosti, ty prožitky, to vidění, to je jenom na úrovni mysli. Proto jim nepřičítejte žádnou hodnotu.

Všechny zážitky a věci, co jste kdy spatřili, to je všechno na úrovni mysli a mysl sama je iluzorní. Jak by ty věci mohly být reálné. Když spočíváte v prožitku božského Já, božské Já nemá žádné tělo, božské Já nevidí žádné formy, nevidí nic na světě, vidí jenom tu energii, která je ve vašem srdci. Když vaše tělo zmizí, pak vidíte božské Já v jiných tělech. Nemůžete pomocí mysli vidět božskou energii v srdcích jiných lidí. Protože mysl rozpoznává jenom dualitu, jestli je to dobré nebo špatné. Jenom podle toho, jak se ten člověk navenek chová.

Máte nějakou zkušenost ve své myslí, ale je to pořád jenom mysl. Není to pravda. Ten, který spočívá v božském Já, vidí také jenom božské Já. Ramana Mahariši říkal: „Tady není nikdo jiný, koho bych měl vidět. Vidím jenom sám sebe. Je jenom jedno.“



Musíte se neustále dotazovat, protože tam je vždycky nějaký prožívající, nějaký pozorovatel. Pořád se ptejte: „Kdo jsem já? Kdo jsem?“ Je to přímá metoda ke zničení falešného já. To falešné já je obklopené vrstvami jako cibule. Vy ty vrstvy odstraňujte jednu po druhé. Když odstraníte z cibule všechny vrstvy, nic nezbude. Odstraňte své hrubé tělo dotazováním ‚Kdo jsem?‘ Odstraňte své jemné tělo svým vnitřním klidem a otázkou ‚Kdo jsem?‘ Odstraňte i své kauzální tělo otázkou ‚Kdo jsem já?‘ nebo klidem. Odstraňte svůj stav bdění svým klidem nebo otázkou ‚Kdo jsem?‘ Odstraňte své sny otázkou ‚Kdo jsem já?‘ nebo spočíváním v nehybnosti. Odstraňte i svůj hluboký spánek otázkou ‚Kdo jsem?‘ anebo spočíváním ve vnitřním tichu. Odstraňte pozorovatele, odstraňte pozorování a odstraňte objekt otázkou ‚Kdo jsem?‘ nebo spočíváním ve vnitřním klidu.

Ve svém srdci můžete snadno zjistit, jestli je potřeba provádět praxi nebo ne, pokud chcete dosáhnout realizace. Pokud cítíte, že je potřeba dělat praxi, okamžitě se do toho pusťte. Nenechávejte to plavat. Protože to zanedbání je trik vašeho falešného já. Když nějaký problém hned neodstraníte, dáváte egu šanci, aby vám způsobilo daleko větší problémy. Falešné já se neustále snaží naší mysl obalamutit.

Dech je náš život, vchází do našeho srdce a zase vychází ven. To, že máme všechny prožitky, to že vnímáme svět a své tělo je způsobené tím, že naše tělo

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 22. listopadu ráno

70 vychází ven skrze pět smyslových orgánů. Když opustíme tělo, když zemřeme, tak přestaneme dýchat. Dýchání je abychom žili, ne abychom dosáhli realizace. Smyslové orgány fungují proto, abychom mohli v tomto světě žít, ne abychom dosáhli realizace.

Otázkou ‚Kdo jsem já?‘ a spočíváním v klidu se dech odpojí od vašeho božského Já. Dech nebyl nikdy připoutaný k vašemu božskému Já, ale vy tuto skutečnost nevíte, neprožíváte. Když se odřízne ego, pak nepotřebujete dech k životu. Všechny aktivity jsou spojené skrze smyslové orgány, proto když spálíte své ego, tak jste od všeho odpoutaní. Pokud dokážete žít bez smyslových orgánů a bez dechu, to je realizace. Protože realizovaná bytost tady zanechá tělo a mysl, ale neumírá. Každá realizovaná bytost říká: „Já neumírám, já jsem tady všude.“

Pokud po realizaci netoužíte nebo chcete žít v tomto světě, tak aspoň dosáhněte klidu, aspoň žijte šťastně. Chcete být šťastní a spočívát ve vnitřním klidu? Není jiný způsob než se dotazovat ‚Kdo jsem?‘ nebo se odpoutat od všech pocitů ve vašem nitru. Pak kdokoli může dosáhnout trvalého štěstí. Já si myslím, že jste všichni duchovní praktikanti. Zkuste tohle – nikdy nebrečte, za žádných okolností.

Touhy, závist, pýcha, strach, ... když tyto ve vás nepovstávají, když je ze sebe smažete, pak jste skutečně duchovní praktikující. Proto nejdříve se zbavte závis-ti, pýchy, strachu, pláče, depresí, emocí, napětí. Pokud je máte, tak potřebujete ještě spoustu praxe a spoustu milosti. Ale nezanedbávejte to, protože tyhle věci vám způsobí moře dalších problémů a oslabí vaši mysl. Když budete mít naprosto zesláblou mysl, tak i když nabídnete bohu miliony, nebude vám to k ničemu.

Někdo se snadno pouští do hádek s partnerem, s rodinou, se svým okolím. Takovému člověku říkám, ať v sobě najde odvahu se sám pustit do křížku se sebou, se svojí závistí, se svým pláčem, se svým strachem. Když se nám nepodařilo nad nimi vyhrát, tak se pouštíme do boje s lidmi ze svého okolí.

Kdo v tomto světě je ten šťastlivec? Ten, kdo je naplněný radostí a klidem. To je největší šťastlivec na světě. Všichni slavní lidé na světě, všichni politici, vědci, všichni tito lidé stejně chtějí klid, chtějí najít štěstí a prosí o něj a nedos-tává se jim ho. Proto buďte vždycky šťastní a klidní. Pak nepotřebujete žádné touhy. Najdeme uspokojení se vším a s každým člověkem.

71 Já jsem dosud poznal spoustu dobrých praktikujících v České republice. Když budete takto pokračovat ve své praxi, budete velkou pomocí pro občany České republiky. Zástupy lidí čekají na váš klid a na vaši radost, na vaši lásku. Tato láska se nikdy neobjeví, když spatříte tělo. Tato láska je bezdůvodná. Ta láska je bez touhy, beze strachu, bez nějaké nepřírozenosti, bez jakýchkoliv triků, bez jakýchkoliv plánů, bez vnímání krásy nebo ošklivosti. To by nebyla skutečná láska. Skutečná láska to je jenom klid a štěstí. Nic tam jiného není. Tuhle lásku chce každý na světě. Když tuto lásku ztratíte, už to není láska. Pokud realizu-jete, pak to je ta přirozená láska. Většina lidí tuto lásku nepozná celý život. Tato láska přitahuje lidi k realizovaným bytostem. Ta láska přináší lidem radost a klid.

Proto přemýšlejte o sobě, hledejte ve své mysli. Myslíte si, že máte spoustu znalostí, ale nevíte vůbec nic. Když třeba někdo někoho miluje a ta láska nevyjde, tak ten člověk se zabije. Je sebevražda ta láska? Způsobí láska sebevraždu? Tuhle lásku já neznám. Ten člověk se zabil, protože byl příliš připoutaný k podobě, ke kráse toho druhého člověka. Má ho rád. Třeba se mu líbí její smích, její tvář, to jakou má pleť nebo to, co dělá. Ten člověk je nějak přitahovaný podobou toho druhého člověka a příliš se připoutá. A když se ta láska naplní, znamená to tím, že ten člověk přestal vidět všechny ostatní lidi? Co když se vám zalíbí někdo jiný? Znamená to, že ho také takhle milujete? Řeknete já znám jenom jedinou lásku, ale tady jsou dvě různé lásky. Když ten člověk spatří někoho jiného výborného, kdo je třeba výborný umělec nebo je krásný, tak ten člověk ho přitahuje. Tak najednou láska k manželovi je menší. Najednou láska k manželovi mizí, protože vítězí láska k tomu sportovci, k tomu umělci. To ale není láska, to je jenom, že tam je nějaká obliba.

Proto se dívejte do svého nitra. Pokud milujete tělo nebo pokud se vám líbí na tom člověku nějaké jeho schopnosti, ptejte se ve své mysli: „Je to skutečné nebo není?“ Skutečná láska je velice vzácná ve světě. Má ji jenom málo lidí. Skutečná láska zná jenom lásku. ▲



Satsang – 22.11.2006 večer

Sedíte v kině a díváte se na film. Díváte se na film a vidíte všechny postavy, které jsou zdánlivě strašně maličké. Ty maličké postavy na filmu prosvítí žárovka kamery a promítne se to na plátno, kde je všechno najednou veliké. Předtím než se myšlenka z nás vynoří, je tam na začátku ve velice malinké formě a pak ta myšlenka vychází skrze naše oči do světa a vidíme například širokou oblohu. Předtím než se ta myšlenka zrodí, tak nemáte představu té široké oblohy, a když myšlenka zmizí, je to stejná situace. Když se myšlenka vynoří skrze vašich pět smyslových orgánů, okamžitě vzniká dualita.

Něco se vám líbí nebo nelíbí apod. Když roste silný a zdravý strom, vyžaduje hodně práce ho pokácet. Když je myšlenka ještě ve stadiu zrodu, je ještě malinká, tak je snadné jí svojí pozorností nebo dotazováním po Já odstranit. Třeba představa tygra. Ten tygr je zpočátku malinkatá představa, je velice malý, pak se zvětší a vychází skrze vaše oči ven a ve vás se objeví veliký strach z toho tygra, který je před vámi. Vy teď odstraňte ve svém nitru myšlenku na toho tygra, pak když tygra potkáte, nebudete se ho moc bát.

Ramana Mahariši seděl jednou u jezera u hory Arunáčaly, k tomu jezeru se přišel napít velký tygr. Mahariših žáci se rozutíkali na všechny strany, když uviděli tygra. V Ramanovi Maharišim se nic ani nepohnulo, díval se tygrovi do očí. Tygr přišel pomalu k Maharišimu a olízl mu jazykem nohy a odešel. „Proč utíkáte? Neexistuje nic jiného než božské Já, než jednota. My máme tuto kůži a tygr má svojí. To je jediný rozdíl, protože tygr má božské Já a já jsem také to božské Já, proto čeho se mám bát.“ Proto když je myšlenka ve stadiu, kdy se teprve rodí, je snadné a důležité ji co nejrychleji odstranit pozorováním nebo otázkou „Kdo jsem já?“ Pak s ní není taková práce a ona rychle zmizí. Někteří lidé, když provádějí duchovní praxi, mají nějaké zážitky. Když například provádíte to dotazování po Já, myšlenky ubývají a i váš dech se zpomaluje. Vaše dýchání a vaše myšlení je propojené, takže když dech je velice pomalý, je i méně myšlenek. Myšlenky a dýchání je propojené jako vlakové koleje. Stejně tak milost božského Já a vaše praxe jsou spolu svázány a jdou spolu jako železniční koleje. Když by toho požehnání bylo najednou příliš, pak to mysl nedokáže ovládnout, nedá se to kontrolovat. Zase když děláte příliš silnou praxi, způsobí to jenom problém vaší mysli. Proto vaše praxe a milost jdou ruku v ruce, není potřeba o tom pochybovat, je to pravda. Ta nejvyšší síla přesně ví, kolik je potřeba milosti, abyste pokračovali ve své praxi, ve stadiu ve kterém jste a dostanete přesně tolik energie, kolik potřebujete.

Když se nadechujeme, přijímáme vzduch zvenčí dovnitř, říká se tomu pŕraka. Když vydechujeme, vzduch vychází z našeho nitra ven, říká se tomu rěčaka. Někdy se vám stane, že přestanete nadechovat i vydechovat a dech se zastaví ve vašem srdci, tomu se říká kumbhaka. Někdo má ve svém srdci nehybnost, pak to není ani rěčaka ani pŕraka ani kumbhaka. Když se dech zastaví, je to kumbhaka. To že se vám dech zastaví, to je, že máte v tu chvíli v sobě energii té nejvyšší síly a v tu chvíli máte i málo myšlenek. Po nějaké chvíli ten dech prudce vychází ven. Stává se vám někdy, že se dech zastaví kvůli té energii božského Já a v tom stavu, který je kumbhaka, pociťujete určitý klid. Tento stav ale musí být přirozený. Ten dech se zastaví například, když se dotazujeme ve svém nitru: „Kdo jsem?“, pak myšlenky ubudou nebo zmizí a automaticky se dech zastaví. Anebo naopak, dech se automaticky zastaví a s ním zmizí myšlenky. Když máte velice málo myšlenek nebo nemáte žádné, pak ta kumbhaka se rozšiřuje. V té kumbhace do vás vstoupí určitá energie a naplní vaše tělo. Někdy se vám může stát, že když vnímáte svůj dech, tak se pomalu zastaví a myšlenky také téměř pominou. Protože dech a myšlenky jsou provázány, je to totéž. Tak když se ten dech zastaví, zmizí i většina myšlenek. Proto se někomu stává, že přestává dýchat, anebo že najednou prudce vydechne. Ten zážitek s tím, jak se ten dech ve vás nahromadí a pak se prudce vydechne, je provázaný s vnitřním klidem, dotazováním po Já nebo pozorností. Když se vám dech zastaví, nejste připoutáni ke své mysli, nejste připoutáni k žádnému pocitu. Když člověk vstane z tohoto stavu, pak cítí ve svém těle určité uvolnění a pocit radosti v srdci.



Když to dotazování vás dovede do vašeho nitra, může se stát, že přestanete dýchat na delší dobu. Pak najednou vaše mysl i váš dech spadnou do bezedného údolí. Když se vám toto přihodí, objeví se najednou prudce strach. Ale ten strach nevadí, není to žádný problém. Ten strach je bezdůvodný. Můžete mít ten zážitek toho strachu nebo toho zastavení dechu, když jdete spát a máte klidnou mysl a dotazujete se: „Kdo jsem?“, tak jak usínáte, pomalu ztrácíte pozornost a usnete v tom klidu. Když takto usnete, tak jdete přímo do bezesného spánku a máte přitom v sobě pozornost. Když takto usnete s tou otázkou „Kdo jsem?“ a máte pozornost, můžete rovnou vstoupit do hlubokého spánku. Pokud ztratíte pozornost, tak vstoupíte do nějakých snů. Když jdete spát, je vhodné při tom spočívat v klidu anebo se dotazovat: „Kdo jsem?“ Pokud to není možné, alespoň pozorujte svůj dech. Pokud jednu z těchto tří metod provádíte před usnutím, pak je velice snadné usnout.

Hodně lidí má problém se spaním, nemůžou spát. Proto si lehněte do postele rovně na záda a nejprve je nutné, aby se tělo uvolnilo. Pak se podívejte na svojí mysl. Pokud je v ní příliš mnoho rozruchu a myšlenek, tak se podívejte na

svůj dech. Kdo dýchá, kdo jsem? A spočítejte v nehybnosti, v tichu. Pak můžete s klidnou myslí snadno usnout. Pokud máte při tom pozornost, tak přímo jdete do hlubokého spánku beze snů. Pokud ztratíte tu pozornost, zdají se vám hned sny. Někdy se stane, že duchovní praxe se ve vás odehrává přirozeně, aniž byste vyvíjeli úsilí. Je to jako kdybyste nespali, ale po takovém nespánku jste svěží, nepálí vás oči, nebolí vás hlava, protože my spíme kvůli tomu, aby si tělo odpočinulo, mysl odpočinula a ten klid je odpočinek pro vaši mysl. Tím klidem mysl zase dobyla svojí energii.

Někdo si myslí, že je to problém, ale není to žádný problém. Když takto se ta praxe odehrává i během vašeho spánku, tak jste ráno normálně osvěžení, necítíte únavu, jste jakoby vyspalí. Srdce je centrum té nejvyšší síly. Z toho božského Já, z toho srdce vystupuje trocha energie směrem do hlavy. Člověk, který je dobrý duchovní praktikant, ten dokáže rozpoznat tuto energii, která vychází ze srdce a jde do hlavy. Takový člověk dokáže velice snadno rozpoznat, když se v něm vynoří falešné já a vytváří myšlenky jako když se dívá na film. On se okamžitě vrací do božského Já a má plnou pozornost. Ten člověk nedovolí, aby se v něm objevilo falešné já nebo myšlenky. Má na to takovou pozornost.

Povím vám nyní jeden svůj zážitek. Před dvaceti lety jsem vycházel ze svého ašrámu a šel jsem ven. Někdy had, asi to byla kobra, mě uštknul. Já jsem toho hada pořádně neviděl. Pokračoval jsem na cestě domů, když najednou jsem byl naplněn tím jedem a nedokázal jsem vidět, nemohl jsem chodit ani mluvit. Otekl mi jazyk v puse, neměl jsem cit v jazyku, nic jsem necítil, nic jsem nechutnal. V tu chvíli jsem netušil, o co se jedná, co se děje. Šel jsem za doktorem. Ten doktor neudělal správnou diagnózu a řekl, že mě prostě kousl nějaký hmyz. Dal mi injekci, ale ten jed mě stále více otravoval. Věděl jsem, že osm kilometrů od naší vesnice je doktor, který má dobrý protijed na hadí uštknutí. Bylo devět večer. Neměl jsem žádné vozidlo. Šel jsem k příbuzným s prosbou o pomoc. „Vezměte mě na motorce, protože ten jed se pomalu ve mně rozšiřuje.“ řekl jsem svému příbuznému. Tak jsme jeli velkou rychlostí na motorce. Po dvou kilometrech se motorka rozbila, tak jsem šel dva kilometry zpátky pěšky. Jak jsem zkoušel jít, tak ten jed mě ochromil a já jsem upadl. Nakonec s pomocí toho příbuzného jsme dorazili k doktorovi. Já jsem o té příhodě neřekl své rodině, aby se nebáli. Mám hodně příbuzných, ale nikomu jsem to neřekl. Já jsem ztratil u toho doktora vědomí. On mě silou otevřel pusu a nalil mi do pusy nejlepší lék. Čtyři lidé odnesli mé tělo do chrámu, protože v tom chrámu jsem měl známého. Ve mně ten lék teď pracoval. Měl jsem trošku možnost mluvit. Řekl jsem svému příteli: „Já tady budu meditovat, pokud tady umřu, řekni to, prosím, mé rodině a to tělo odneš mimo chrám, jinak mě, prosím, neruš.“ A seděl jsem



tam v meditaci. Pomalu jsem si lehl, začal proces smrti. Ta smrt ke mně přišla nejprve do nohou, nemohl jsem ovládat nohy. Snažil jsem se hýbat nohama, ale nešlo to, obě nohy byly mrtvé. Ta smrt postupovala pomalu do zbytku mého těla. Já tu smrt pozoroval velice jasně, jak postupuje a přesně kudy jde. Ztrácel jsem postupně vědomí v těle. Nakonec jsem nemohl ani zavřít oči a kousali mě do nich komáři. Nemohl jsem pohnout očními víčky, takže mě komáři kousali do otevřených očí. Celé tělo mi takto zemřelo, ale já měl neustále pozornost ve svém srdci. Ta smrt se potom snažila obsadit i moje srdce, já jsem ale neztratil pozornost. Nějakou dobu tam byla ta bitva mezi smrtí a pozorností. Pozornost nedovolila, aby smrt obsadila srdce. Ta pozornost nebyla výsledkem mého úsilí. Byl to přirozený stav, který nesouvisel s mým úsilím. Pochopil jsem hodnotu božského Já. Ta energie božského Já se začala rozšiřovat a vytěsňovala tu smrt z mého těla. Ta energie dostoupila také do hlavy. Mohl jsem nyní mrkat a mohl jsem se dívat očima. Ten zážitek smrti pomalu odcházel z těla ven. Ta nejvyšší síla odstraňovala jed z mého těla. Najednou jsem vstal a mohl jsem chodit a vrátil jsem se domů. Neznám strach. Jak se mi to celé dělo, necítil jsem žádný strach. Doktor řekl: „Kdybys měl hodinu zpoždění, ten lék by ti nepomohl.“

Proto vám říkám: „Já mám ten zážitek božského Já v sobě od roku 1972. 34 let jsem neztratil ze sebe pocit radosti a klidu. A deset let po té realizaci jsem pochopil hodnotu božského Já.“ Proto říkám všem: „Odstraňte svoje zbytečné myšlenky, svoje nesmyslné návyky. Tím získáte velkou sílu od božského Já. Já jsem v ten kritický moment neměl strach, kdybych měl strach, smrt by hned to srdce obsadila.“ Strach je pokrmem smrti, smrt se živí strachem, proto buďte beze strachu. Tehdy mě Bůh zachránil. Proto říkám, že ta nejvyšší síla sedí ve vašem srdci.

Dnes ráno jsem mluvil o dalším incidentu. Ramana Mahariši tento příběh vyprávěl. V Indii žil jeden výborný oddaný jménem Kabír, který se vždycky staral o lidi, kteří přišli do jeho domu. Jednou do jeho domu přišli nějací svatí lidé a přišli s procesím zpívajícím bhadžany. Neměl, čím by je doma nakrmil, poradil se se svým synem, kde by to jídlo měl sehnat. U nich ve vsi žil jeden boháč. Oni se k němu v noci vypravili a udělali ve zdi díru do jeho domu. Syn pronikl dírou dovnitř. Sbalil potřebné jídlo. Shodil sklenici a ten hluk probudil majitele domu. Oni se za ním rozběhli a on běžel k tomu otvoru ve zdi. Jeho hlava trčela ven a jeho nohy byly vevnitř. Majitel domu ho tahal za nohy a jeho táta ho tahal za hlavu ven. Syn řekl otci: „Bylo by to pro nás velké ponížení, usekni mi hlavu a odnes ji domů.“ Kabír tu hlavu usekl a běžel domů. Majitel si stěžoval u krále, bylo potřeba identifikovat lupiče. Král pověsil to tělo na křižovatku ve vesnici. To zpívající procesí pak procházelo přes tu křižovatku.

76 Bylo to už třetí den po smrti toho syna. Oni zpívali a tleskali a ta mrtvola tleskala také do rytmu a neměla přitom hlavu. Byla tři dny po smrti, ale stejně tleskala do rytmu. Jak je toto možné? Ramana Mahariši řekl: „Ta nejvyšší síla sedí v našem srdci, ne v hlavě.“ A proto říkal tenhle příklad.

Toto je centrum celého našeho těla, dodává mu energii. Myšlenka Já se také vynořuje ze srdce. Když máte klidnou mysl nebo prožíváte blaženost, pak je naše srdce otevřené. Pokud máme starosti, srdce se okamžitě zavře. Někdy cítíte bezmeznou, bezdůvodnou lásku, znamená to, že vaše srdce je otevřené nebo jste plni štěstí, blaženosti a klidu, znamená to, že máte otevřené srdce. Pokud jste neustále šťastní a blažení a máte vnitřní mír, pak se vaše srdce nezavírá. To je absolutní realizace. Máte-li pořád otevřené srdce, pak všechna nevědomost ve vašem srdci zemře.

Normálně se pohybujte jako obvykle ve společnosti, dělejte jakoukoli práci, ale nebuďte připoutaní ke svým pocitům a myšlenkám. Pokud vás něco v mysli ruší, pak ti z vás, kteří mají za sebou dobrou praxi, těm stačí, aby se jenom podívali na ty myšlenky. Pokud ten problém tam zůstává, zeptejte se kdo má ten problém. A zeptejte se: „Kdo jsem?“ Někdy nepomáhá zbavit se těmito metodami té myšlenky, pak řekněte slabiku „Óm“ desetkrát za sebou. Óm. Ta slabika by měla vycházet z vašeho srdce a to vám uklidní mysl. Nepotřebujete vyslovovat tu slabiku pokud máte klidnou mysl, je to jenom pomůcka, když jste příliš rozrušení. Je to jenom další metoda, jak odstranit překážku v naší mysli, protože ten zvuk také vychází z božského Já.

Proto spousta lidí nachází blaženost ve zpěvu písní, ale měli by být při tom ve vnitřním klidu, pak naše mysl vstupuje do srdce. Když ten zpěv je emocionální, tak to nejde vstoupit do srdce a naopak z nás povstávají další emoce. Ale ta slabika „Óm“ žádné emoce nezpůsobuje. Pokud máte ještě neklid, tak jenom pozorujte svoje dýchání, tak minutu nebo dvě a vaše mysl se uklidní a vy spočítejte v klidu. Pozorujte tu prázdnotu v sobě nebo pozorujte své myšlenky, které vás v tu chvíli neruší. A pak se zeptejte: „Kdo jsem?“ Nejsem tohle tělo, nejsem mysl, nejsem myšlenka. Ale tohle nemusíte takhle opakovat jako formuli. Pak se zeptejte: „Kdo jsem?“ Znáte svoji skutečnou formu, svoji skutečnou podobu? Toto je jenom vaše tělo, to není vaše skutečná podoba. Přeci říkáte: „Tohle je moje tělo.“ Tak je vevnitř nějaký majitel toho těla. A kdo je to? Vy nejste toto tělo.

Uvedu příklad. Žil jednou jeden realizovaný král jménem Šrí Ráma. Šel za svým guruem domů. Guru měl zavřené dveře a byl uvnitř. Ráma zaklepal na dveře, guru se zevnitř zeptal: „Kdo jsi?“ „Jsem tvůj žák.“ „Kdo jsi?“ pokračoval

Šrí V. V. Brahmam - Praha 2006, 22. listopadu večer

guru. „Já jsem Ráma.“ „Neptám se na jméno, kdo jsi?“ A co byste odpověděli? Může to někdo říct. Kdo jste? Jenomže to falešně já říká, že je božské Já. To je odpověď od falešného já. Ptám se: „Kdo jste?“, ptá se ten guru toho Rámy. Můžete obdržet správnou odpověď, když zemřete. A co znamená ta smrt? Znamená to, že ta falešná myšlenka, to já zemře. Myšlenka na tělo musí zemřít. Všechna dualita, všechny pocity musí zemřít. Všech šest hlavních tendencí musí zemřít. Váš vztah k ženám a penězům musí zemřít. Falešné já musí zemřít a pak pochopíte kdo jste, poznáte, kdo jste. Vaše myšlenka a vaše mysl chce nějak odpovědět, ale to není odpověď. To ego, to falešné já má nesmírně hodně plánů.

Když pes štěká, dáme mu sušenku a on zmlkne. A když mysl má zážitek božského Já nebo vstupujete do božského Já, tak to je ta sušenka, kterou dáváte svojí mysli. Jenom když odevzdáte nějakou svoji tendenci, nějaký svůj pocit, stačí to. Ego se neustále snaží váš klid narušit. Vaše mysl má nekonečné množství myšlenek, dávejte si na ně pozor. Vždycky se ptejte: „Kdo má tu myšlenku, kdo jsem?“ Ať je to jakákoli myšlenka, může být nějak úžasná nebo to může být nějaký prožitek nějaké energie nebo nějaký zážitek. Někteří praktikanti dokáží vidět budoucnost nebo můžeme někdy vidět, co si jiný člověk myslí. Můžeme si myslet, že to je skvělá schopnost, jenomže to je také plán vaší mysli. Jak to rozpoznat, jak to pochopit. Okamžitě se zeptejte: „Kdo má tuhle schopnost?“ Když je tam nějaká zeď, tak má nějakou barvu. Když tam zeď není, kam se poděla ta barva. Když máte v sobě nějakou výjimečnou schopnost, tak kdo ji má? Je tam to falešné já. Stejně tak je tam ta zeď, tak je tam i ta barva a tady je falešné já a tak je tam i ten zážitek, takže se zeptejte: „Kdo má ten zážitek, kdo jsem?“ A běžte do svého nitra a hledejte. **▲ Konec ▲**

