

Sledujete reláciu
Medzi Majstrom a žiakmi –
„Presiahnuť ťažkosti života“
Prednáška Najvyššej
Majsterky Ching Hai
Hsihu, Formosa (Taiwan)
31. decembra 1994
2. januára 1995

Niekedy prechádzame
niečím, čo nazývame
temnou nocou duše alebo
zimným obdobím samadhi,
keď nemáme vôbec nič,
všetko je čierne
a cítime sa veľmi smutne.
Ale nebojte sa.
Pretože Boh sa pozerá
len na vašu
vnútornú úprimnosť
a nestará sa o to,
či tam skutočne sedíte,
môžete meditovať
alebo nie. Každá minúta,
ktorú sedíte a snažíte sa
meditovať, je zaznamenaná.
Boh sa nestará ani
nevyjednáva o úspechu
či zlyhaní; to iba my sa o to
staráme. V tomto svete
sa staráme a hovoríme
o úspechu a neúspechu
„či meditujem dobre
alebo nie dobre,“
a o podobných veciach.
Boh sa o to nestará.
Ale toto je práca
toho negatívneho,
núti nás cítiť sa tak zle
kvôli všetkému, že by sme
dokonca mohli nadávať
na Boha: „Prečo ma nechal
narodiť sa na tento svet
a zanechal ma takto,
bez múdrosti,
bez starostlivosti,
bez pomoci.“
Ale to nič.
Neobávajte sa svojich
pocitov. Je to v poriadku.

Ak to dokážete ovládať,
aby ste sa cítili dobre,
urobte to.
Ak sa necítite dobre,
aby ste to ovládali,
neovládajte to.
Odíde to,
ako zima, leto,
nič netrvá večne.
A neobviňujte príliš
sami seba, pretože vlastne
máte tiež pravdu,
keď obviňujete Boha.
Prečo nás nechal,
aby sme sa takto cítili?
Nemal nás nechať
ani jedinú sekundu
cítiť sa osamelo a bezmocne,
cítiť sa zle.
Aj keď sme urobili
veľa zlých vecí,
nemal nás nechať,
aby sme sa takto cítili.
Viete ale, kto spôsobuje,
že sa takto cítime?
Naše vedomie,
náš pocit viny.
Možno sme urobili
veľa zlých vecí
v minulom alebo v tomto
živote a je to stále tu.
Takže keď sa snažíme stať sa
dobrými a vznešenými,
začína nás trápiť:
„Ty nie si taký dobrý,
ja to viem.“
To je negatívna sila.
A vonkajšia negatívna sila
spojená s vnútornou
negatívnou silou
sa pokúšajú zničiť našu vieru,
pocity a pokrok.
Preto je duchovné
praktikovanie také ťažké.
Ináč by sa každý stal
Budhom za jednu sekundu.
Musím vám len povedať,
mala som doma veľmi zlú
situáciu.
Vrieskala a kričala som.

Verím.
Ale nakoniec mi syn povedal:
„Chcem meditovať.“
A povedala som mu:
„Ach, ty si ma videl.“
Nebola som veľmi milá.
„Ako to,
že chceš meditovať?“
A on vždy povedal:
„Nie, chcem meditovať.“
Aj so všetkými vašimi
zlými dojmami.
Áno, so všetkými mojimi
zlými dojmami.
Vidíte to.
Povedal mi:
„Premysli si to.“
Takže to je pomoc
od sily Majstra,
jemným spôsobom,
pokúšajúca sa naznačiť vám,
aby ste nestrácali vieru,
všetka táto zlá nálada,
to nie ste vy sami.
Vlna nie je oceánom,
ona náleží oceánu,
ale nie je z oceánu.
Je z prostredia,
z vetra,
z obehu mesiaca,
z atmosféry
a všetkých možných
podmienok dohromady.
Tie to spôsobujú.
Ináč oceán nie je vlna,
ale opäť, vlna patrí oceánu.
Bez oceánu nie je
žiadna vlna
a bez vlny nie je
žaden oceán.
Ale znovu,
oceán nie je vlna
a oceán samotný
nevytvára vlny.
Takže si len odpustite,
urobte toľko, koľko môžete.
Poviem vám ešte niečo.
Mali by sme byť opatrní,
pretože myseľ nás klame.
Niekedy sme unavení,

najviac unavení
a to je čas,
kedy musíte meditovať.
Po desiatich minútach sa
budete cítiť, akoby sa nič
nestalo, krásne.
Po pár sekundách je všetko
znovu pokojné a krásne.
Hovorím vám to
z vlastných skúseností,
aby ste vedeli,
ne nemusíte vždy počúvať
svoju myseľ, pretože
myseľ je návyková.
Myseľ pozná iba
pitie kávy,
počúvanie rokenrolu,
rozprávania sa,
telefonovanie,
sledovanie televízie.
Odkedy ste sa narodili,
myseľ sa nikdy nenaučila
upokojiť sa a meditovať, nie?
Je to prvýkrát,
čo ju učia.
Samozrejme,
je to nové a ona sa búri:
„Nie, odkedy som sa narodil,
moja mama mi povedala,
aby som sledoval TV, jedol
raňajky, vajcia, mäso,
a všetky ostatné veci,
pil kávu,
sledoval televíziu.“
Matka, otec,
najväčšie osobnosti
vo vašom živote, atď.
Najväčšie osobnosti
vo vašom živote, váš otec,
matka, učiteľ,
staršia sestra,
starší brat,
nikdy vám nepovedali
nič takéto, samozrejme,
že sa myseľ búri.
Preto je meditácia pre ňu
niečo mučivé,
ale potom si na to zvykne.
A to je jediný liek,
na upokojenie vašej mysle.

Takže niekedy sa vám
skutočne nechce meditovať,
ale keď meditujete, cítite sa:
„Ach, dobre. Keby som
meditoval skôr, keby som
vedel, že je to také dobré.“
Snažte sa vždy, až kým
sa už viac nedokážete snažiť,
potom samozrejme
choďte von.
Keď sedíte, a po pol hodine
alebo po hodine
sa cítite, že už naozaj
nemôžete viac,
potom dobre, nechajte to tak,
prestaňte,
alebo pokračujte neskôr.
Ale aspoň sa pokúste.
Len po 20 minútach
alebo pol hodine
sa myseľ upokojí.
Nemôžete očakávať výsledky
rýchlejšie. Prečo?
Pretože každý deň
zaznamenávate rôzne veci
a negatívne veci
z novín, televízie,
z vášho minulého života,
z tohto života, všeličo,
či to vidíte alebo nie,
z atmosféry okolo vás.
Keď si sadnete,
je to ako nepokojná voda.
Špina sa nemôže
usadiť na dne ihneď,
aby zostala čistá voda,
chápate?
Takže si tam musíte
na chvíľu sadnúť.
Skúste pozorovať, aká je
vaša nálada práve teraz.
Buďte na seba dobrí
a skúste myslí vysvetliť,
že je to pre ňu dobré.
Ak chcete piť kávu,
urobte to neskôr.
Po meditácii sa cítite utešení,
myseľ sa cíti utešená.
My sami nepotrebujeme
meditáciu.

Len preto,
že žijeme v tomto svete,
sme kontaminovaní.
Myseľ je kontaminovaná.
A kontaminovaná myseľ
nám robí tak veľa problémov,
že sme nepokojní,
chorí, osamelí,
máme ťažkosti,
preto musíme meditovať.
Nie preto,
že sme sa narodili nečistí
alebo že duša potrebuje
nejakú múdrosť. Nie.
Duša je už dokonalá.
Ale my musíme preseknúť
túto látku, používať
tento počítač a to nám
robí nesmierne problémy.
Takže to musíme opraviť,
opraviť ten stroj tým,
že mu dáme správny smer
a správne jedlo.
Myseľ urobí všetko, čo si
povieme, že treba urobiť.
Všetky bunky v tele
počúvajú vašu myseľ
takže teraz musíte
povedať myslí, čo má robiť,
potom to myseľ
povie bunkám.
Odkedy ste boli mladí,
vaša matka vám hovorí,
čo máte robiť
a vy si na to zvyknete
a potom to robíte.
Keď ste sa narodili,
nevedeli ste, čo robiť, nie?
Učíte sa a povedia vám,
čo máte robiť.
Takže samozrejme,
teraz hovorte iné veci,
potom si myseľ na to zvykne.
Zaberie vám to dlhé roky
naučiť sa po anglicky, nie?
Tak isto zaberie myslí
dlhé roky,
kým si zvykne
na niečo nové.
Žiaden problém,

naozaj nemajte obavy.
Berte to v pohode.
Ďakujem.
Je to zvláštne, pretože
keď ste prišli do Singapuru
v septembri,
cítiteľ som, že ste ma skutočne
dali znovu do poriadku,
a bolo pár vecí,
ktoré ste urobila,
ktoré potvrdili moju vieru
vo vás.
Odvtedy sa všetko
zlepšovalo a zlepšovalo
a teraz som trochu
znepokojený.
Deje sa mi množstvo
veľmi dobrých vecí
a mám obavy o to,
či to budem musieť
znovu splatiť.
Robím to najlepšie,
čo dokážem, ale ľudia
mi dávajú peniaze –
moja finančná situácia
je veľmi napnutá –
a ľudia mi dávajú peniaze,
dávajú mi veci, všetko.
Kto vám to dáva?
Za akých podmienok?
Žiadne podmienky?
Pomáhajú vám, však? (Áno.)
To je v poriadku.
Len to berte ako od Majstra.
Nesnažte sa zneužívať ľudí.
To je v poriadku.
Keď to potrebujete,
je to v poriadku.
Berte to ako od Boha.
Ale nie sú to len peniaze,
sú to aj iné veci,
príležitosti...
Mimochodom,
vyzeráte tučnejší.
Odišiel som z práce.
Je to v poriadku?
Cítite sa lepšie?
Oveľa lepšie.
Akurát nemám
žiadne peniaze.

Som len trochu znepokojený,
že to budete musieť splatiť...
Ak máte peniaze,
vráťte im ich.
Ak nemáte,
berte to ako od Boha.
Nie sme chamtiví po veciach,
ktoré nám nepatria.
A nesnažíme sa
zmeniť majetok iných
na náš vlastný,
to je rozdiel.
Keď ste ale v peňažnej tiesni,
môžete jednoducho
zostať na ulici
a hladovať, pretože
Majsterka povedala:
„Neberte si peniaze
on niekoho iného.“
Ja vás neučím
extrémom a fanatizmu.
Učím vás, aby ste nebrali
veci od iných ľudí,
aby ste sa udržali čistí.
Viete,
zarobíte si, čo potrebujete,
a miniete, čo máte.
To je veľmi dobrá vlastnosť.
Ale to neznamená,
že kvôli tomu musíte
obetovať vlastný život.
Váš život je drahší,
než čistota, napríklad.
Mnohé veci musíme posúdiť
s múdrosťou podľa situácie.
Napríklad, Ježiš povedal,
že človek, ktorý ukradne
chlieb od hladu, nie je vinný.
Neodsudzujte vždy
ľudí, ktorí kradnú,
keď jeho žena a deti
zomierajú a on ukradne len
pár bochníkov chleba.
Nie je to tak, vidíte?
Nedržíme sa linajky,
musíme sa riadiť múdrosťou.
Nemôžeme byť fanatickí.
To nie je to,
čo vás chcem naučiť.
A napríklad,

hovorím mnohým ľuďom:
„Nemajte druhú ženu!“
Napríklad. Ale predtým,
než sú zasvätení,
oni už majú dve ženy.
Samozrejme, že musia
zostať tak.
Nechcem,
aby im zlomili srdcia!
Ak poviem manželovi:
„Takže moje prikázania
sú takéto.
Iba jedna žena!
Teraz jednu opusti!
Vyber si tú prvú
alebo tú druhú!“
Nie je to tak.
Potom poviem:
„Nie, to je v poriadku.
Zostať tak.“
Načo zbytočne
ubližovať ľuďom,
keď je situácia taká.
Viete, čo myslím?
Boh vie,
keď ste v tiesni.
Ak vám zošlo niečo
prostredníctvom niekoho,
je to všetko Boh.
V životopise od Jóganandu –
čítali ste to? –
Jógananda mal víziu,
že Matka, Šakti,
prišla k nemu
a povedala mu:
„Som to ja, koho miluješ
prostredníctvom mnohých
matiek, život za životom.“
Takže každý,
kto sa o teba postará,
je Boh, ktorý sa o teba stará.
V tom zmysle by ste sa
sa nemali cítiť vinní,
ani nič podobné.
To, čo vás učím je
snažiť sa udržať sa
v čistom, čímom postoji,
nie robiť to úmyselne.
Zmienili ste sa o realite,
čo je realita

v nižších troch svetoch
a ako je vytvorená.
Zaujímalo ma,
keď zažívame veci
a keď je naše vedomie
v nižších troch svetoch,
veci, ktoré zažívame,
je to naše dielo,
je to naša myseľ, ktorá
sa prejavuje
alebo je to... sme to my, kto
reaguje na veci mimo nás?
My to vytvárame.
Všetko?
To je ten problém.
Myseľ je veľmi silná
a keď tvoríme,
veríme tomu.
Nielen to tvoríme,
ale žijeme v tom,
žijeme v našom stvorení
a veríme, že existuje,
veríme tomu.
Ináč my ani nie sme v tele.
Sme len pozorovateľom.
Keď niekto stále
volá naše meno,
neskôr poviete:
„Ach áno, som Heinrich,
som Smith, som ten a ten.
Vôbec to nie je pravda.
Vy len šoférujete auto.
A keď sa ľudia budú nazývať
Mercedes Benz,
uviazneme v tom aute
po celý čas
a potom začnete veriť,
že vy ste Volvo,
že ste Benz,
že ste Ford.
A je ťažké znovu vás
presvedčiť, že ne ste.
Nič to,
čím viac meditujete,
tým viac viete,
to je jediná odpoveď.
Ináč nie je nič.
Pretože telo nie sme my,
my ho riadime.
My ho riadime.

Ale niekedy dovolíme,
aby nás stroj ovládol,
to je ten problém.
Preto začíname byť
slabí a ovládaní.
Myseľ nás ovláda.
Teraz je čas,
musíme byť
pánom domu
a povedať myslí, čo robiť,
povedať celému systému,
čo robiť.
A pretože
na začiatku
sa naučíme od rodičov
alebo od učiteľov
rôzne veci,
preto hovoríme svojim telám,
čo majú robiť – čas na
jedenie, čas ísť spať,
piť kávu a všetko ostatné.
Nikto neučí nič iné,
to je všetko.
Teraz sa učíme iné veci,
takže začíname učiť aj telo
iné veci
a ono potom
včas bude počúvať.