

Mistryně, mám otázku.
Cítila jsem na mých
prsou tlak.
Taky cítím neklid.
Cítíte ho jen
když meditujete
nebo když nemeditujete?
I normálně to cítím.
Někdy cítím
bolest i na prsou.
Někdy
během meditace,
když dělám meditaci
na Světlo nebo na Zvuk,
to cítím neustále,
někdy méně,
někdy více.
Máte pocit, že je to víc
během meditace
nebo jindy?
Když mě emocionálně
něco rozruší,
cítím větší tlak.
Taky když moc přemýšlím,
pocítím to velice rychle.
Dobrá. Možná jste
velmi citlivá.
Když se cítíte
rozrušená, vypijte
sklenici studené vody
a přeříkávejte
Svaté jména,
než se s tím pokusíte
vyrovnat. Ano?
Dobrá.
Děkuji Vám, Mistryně.
Neřešte problémy hned.
Někdy, když jste
příliš emocionální,
děláte chyby
a čím víc chyb uděláte,
tím naštvanější budete.
Budete naštvanější
a budete naštvaná k smrti.
Nemluvme na Nový rok
o smrti.
Mluvme o životě.
Budete
„naštvaná k životu.“
Zasloužíte si to.

Svět je takový.
Nemůžete s tím nic dělat,
jedině že byste jela
do Himalájí
a zamkla se v jeskyni,
seděla tam takto
bez pohybu,
nový žijící Buddha,
který sedí stále bez
jídla a pití a bez
kontaktu s lidmi.
Tak byste se cítila lépe.
Řeknu vám ale něco,
i kdybyste nechtěla mít
nic společného s ostatními,
stejně by přišli
a otravovali by vás. Jinak,
kdo by věděl, že tam
sedí žijící Buddha, že?
Pak by o něm podávali
zprávy. Och, můj Bože!
On tam sedí sám, což
znamená, že nechce
mít s nikým nic
společného.
Stejně, davy lidí
by tam chodily,
aby ho otravovali,
seděli kolem něho
a někdy
by ho dokonce pošimrali,
jestli se nepohne.
Myslím, že možná jsou
takoví lidé. Dobrá.
Svět skutečně dusí.
To je skutečně k zadušení.
To není vaše chyba.
Není to ničím chyba.
Je to příliš velké ego.
V mých očích
jsou všichni lidé Buddha,
ale jsou zablokovaní
svým egem a nevědí,
že jsou Buddha.
Nejsou schopni vidět svou
přirozenost Buddha
a blokují ostatní lidi
před tím, aby viděli
jejich přirozenost Buddha.
Naložit s egem

je velmi těžké.
Je velmi únavné
pracovat s takovými lidmi.
Dovedete si to představit?
Vy jste sama, a nemáte
moc kontakt s lidmi,
a stejně se cítíte takto.
Co já?
Někdy jsem
skutečně velmi unavená.
Nebojím se práce,
nebojím se
šplhání do hor
nebo plavení se přes oceány,
bojím se jen
jednání s lidmi.
Moc dobře tomu
rozumím. Rozumím.
Mám pro vás velké
pochopení,
ale nemohu vám pomoci.
Svět je takový.
Ani osvícení lidé
nemohou odložit své ego.
Jsou jen trochu
osvícení a pak jim
jejich ego vstoupí do cesty,
proto nemohou vystoupat
do vyšší úrovně.
Spoléhají na své schopnosti
a myšlenky, které se naučili
a pak mají pocit,
že jsou skvělí.
Proto nemohou realizovat
svou pravou velikost.
My jsme skutečně velcí,
naše velikost není
taková, jako velikost,
kterou si představujete.
Rozumíte?
Takzvaná velikost,
kterou si myslíte, že máte,
není pravá velikost.
My jsme skutečně velcí,
skutečně velcí.
Je to škoda.
Je to taková škoda,
že místo toho,
aby hledali poklady,
lidé hledají jen

pár ubohých drobných,
a jsou na sebe pyšní.
„Našel jsem dva šestáky,
RMB (čínské bankovky)!
„Našel jsem dva šestáky,
RMB.
Jsem tak skvělý!“
Nechali tam ale
tolik diamantů, achátů,
perel, nefritů a drahokamů.
Zapomínají hledat
poklad, protože
jsou příliš zaneprázdnění
hledáním malých věcí,
šestáku nebo dvou.
To je tak velká škoda.
Celý svět je na politování.
Vy už jste
do nějaké míry osvícení
a stejně jste takoví,
natož lidé venku.
Jsou tak žalostní.
Příležitostně
se spojí se svým
pravým Já
a udělají nějaké dobré činy,
ale druhého dne
jsou jiní.
Jejich úroveň klesne
a oni se znovu oddělí
od svého pravého Já.
Jsou takto napojení
a odpojení, proto nemohou
být stejní každý den.
Jelikož musíme
jednat s lidmi,
kteří jsou každý den jiní,
jsme velmi unavení.
Rozumíte?
Nemůžeme s tím nic dělat.
Jen jim odpusťte.
Odpusťte jim,
a udržujte si odstup.
Odpusťte jim, ale taky
si udržujte odstup.
Nejdřív si udržujte odstup,
než jim odpustíte.
Ano?
Něco vám řeknu,
není to tak, že bychom

neodpustili lidem, jen je to
pro nás velmi únavné.
Každý den dělají
stejně chyby.
Někteří lidé
nezmění svou osobnost.
Rozumíte?
Čím jsou starší,
tím je pro ně těžší se změnit.
Když nezmění sami sebe,
dělají potíže sobě i ostatním.
Proto je svět plný utrpení.
Původně nám
nikdo nezpůsoboval utrpení.
Naše vlastní ego
nám působí utrpení.
Ega jiných lidí
nám taky dělají potíže.
Ega lidí spolu
vzájemně stále bojují.
To vše je kvůli egu.
Rozumíte?
„Znám to lépe.
Můj názor je lepší!
Co vy víte?“
A ten druhý řekne:
„Já jsem lepší.“
„Já jsem lepší!“
Oba trvají na svém názoru
a tvrdí, že jsou tím lepším,
proto spolu soupeří,
ztrácí hodně času a energie
a taky vyčerpávají další lidi.
Rozumíte tomu, co myslím?
Skutečně rozumíte?
Já miluji lidi nejvíc.
Je mi jich líto.
Skutečně se s nimi
chci podělit o moudrost
a věci, které znám.
Lidé vás ale mohou
do takové míry zneužívat,
že vás opustí napůl
mrtvou a napůl živou.
Rozumíte?
Nemůžete ani žít, ani umřít.
Máme-li smůlu a potkáme se
s takovými lidmi,
pak je to skutečně bolestivé.
Je to skutečně bolestivé.

Proto byste měla od nich
zůstat daleko
a odpustit jim. Ano?
Odpusťte jim,
ale zůstaňte od nich daleko.
Čím dál od nich budete,
tím lépe.
Je dobré, pokud se jim
můžete vyhnout naprosto.
Někdy se jim vyhnout
nemůžete, pak
je to velmi bolestivé.
Proč stále pláčete?
Zneužíváte lidi nebo
jste vy doma zneužívaná?
Ne? Jste šťastná?
Jste-li jen šťastná,
pak tolik neplačte.
Později na letišti, když
budete odlétat, můžete plakat.
V té době
budete skutečně plakat.
Jste teď v pořádku?
Ano.
My lidé jsme velmi zvláštní.
Pláčeme, když jsme šťastní
a pláčeme taky,
když máme bolest.
Je to jediný trik, který máme?
Dobrá. Máte další otázky?
Jak najdeme naše pravé Já?
Dál meditujte.
Dál meditujte a odložte ego.
Mistryně, mám otázku
ohledně mé dcery.
Je studentkou a je
často velmi zaneprázdněná
s domácími úkoly.
Samozřejmě.
Někdy je po škole
velmi unavená
a když medituje, hned usne.
(Samozřejmě, samozřejmě.)
Proto se Vás chci zeptat,
má se snažit co nejlépe
nebo má meditovat víc
než 2,5 hodiny denně?
Jen se snažte co nejlépe.
Čím víc meditujete,
tím lepší je to pro vás,

ne, že bych vás já nutila.
Ano?
Měli bychom mít cíl,
rozumíte?
„Chci vydělat
1 080 000 dolarů, ať to
mohu vydělat nebo ne,
budu se snažit dojít ke svému
cíli, jak nejlépe dovedu.“
Rozumíte?
„Budu tvrdě pracovat každý
den a možná jednoho dne
to nakonec vydělám.“
Ano?
Bez požadavku
2,5 hodin, byste usnula
po 2 vteřinách sezení.
Nevěděli byste,
jak dlouho máte
meditovat, rozumíte?
Měli byste znát alespoň
co se od vás očekává.
Stejně je to ve škole,
ano? Učitel vám řekne,
že maximální
skóre je 10,
a někteří studenti dosáhnou
ve svých úkolech 9,
někteří studenti získají 9,
někteří 8 a někteří 5.
„Dnes jsem dostala 5,
zítra se budu co nejlépe
snažit dostat 6, 7 nebo 8.
Budu se snažit dostat 10.“
Tímto způsobem
máme cíl. Rozumíte?
Najdeme-li si čas abychom
meditovali 2,5 hodiny
každý den, budeme se cítit
šťastní, blažení
a plní požehnání.
Budeme se cítit lehcí.
Pokud nemůžete meditovat,
je to vaše smůla.
Nemyslím si, že já vás budu
obviňovat nebo něco. Proč
bych vás měla obviňovat?
Je to váš vlastní život.
Měli byste chápat to,
že čím víc meditujete,

tím pohodlněji se
budete cítit,
ale musíte pro to bojovat
a musíte mít silnou vůli.
Jinak je velmi snadné
lehnout si a spát.
Rozumíte?
Jste příliš unaveni.
Taky velmi dobře
rozumím tomu,
že naše tělo má své limity.
Moje tělo má taky své limity.
Moje tělo na tom
není o nic lépe než vaše.
Někdy je skutečně unavené,
když příliš pracuji.
Mám hodně povinností.
Proto vám rozumím.
Vy máte své těžkosti.
I když nejste mistrem,
máte hodně
rodinných povinností,
že?
V práci má od vás váš šéf
velká očekávání,
vaši spolupracovníci jsou
velmi soutěživí.
Pokud nebudou vaše výkony
dobré, vyhodí vás,
ale vaše celá rodina je
závislá na vašem příjmu atd.
Navíc máte
hypotéku, musíte
platit pojištění auta
a školné dětem atd.,
proto musíte zvládat
mnoho věcí.
Pracovala jste
už ve své práci velmi tvrdě,
ale stejně musíte
vydržet duševní stres.
Proto jsou všichni
velmi unavení.
Proto sem přijedete
a zůstanete tři dny,
abyste utekli tomu peklu.
Proto se snažíte co nejlépe
meditovat a současně
si odpočinout, ano?
Cítíte se unaveni, když tady

meditujete tolik hodin?
Ne!
Nejste unavení,
když takto sedíte
celý den, celou noc? (Ne!)
Vidíte? To je správně.
Ale doma se cítíte unaveni
po 2 minutách.
Proč je to tak?
Je to proto, že jste tady.
Je to díky
vašemu požehnání!
Možná, že je tady jiné
energetické pole
a možná je to taky proto,
že jsem tady já. Ano.
Navíc, můžete meditovat
se spolu-praktikujícími.
Když sem přijedete,
má to jednu výhodu,
můžete vše nechat
za sebou.
Nikdo vás tu neotravuje,
žádné telefony
a celý svět
vás nemůže najít.
Na těch pár dnů skutečně
zapomenete na celý svět.
Proto se během meditace
cítíte uvolněněji a klidněji.
Víte, že když
sem přijedete, můžete
zde jen meditovat.
Nemáte nic jiného
na práci, proto můžete
vše hodit za hlavu.
Když to opustí vaše mysl,
můžete sedět klidně.
Čím klidněji sedíte,
tím pohodlněji se cítíte.
Cítíte se dobře
fyzicky i duševně.
Nejste unaveni ani
když sedíte dlouhou dobu.