. 8. Ztotožnění se s tichem a co nedělat, chceme-li si zvýšit vědomí – 21.12.2020

Předcházející část: Proč studovat Dr. Hawkinse a co jíst pro zvýšení úrovní vědomí.

Záznam osmého on-line meetingu ze 21.12.2020 na téma: Ztotožnění se s tichem a co nedělat, chceme-li si zvýšit vědomí.

Video obsahuje tyto texty:

21dec2020 Texty k on-line meetingu:

HONZA:
Seznámím vás s programem:
1) opakování, jak dosáhnout vysokou úroveň vědomí
2) opakování, jak se dá jednat s pocity
3) Hawkinsovo video – Silence – o Tichu.
4) prozradíme tajemství, co nemáte dělat, je-li vašim záměrem si zvýšit úroveň vědomí
5) závěr – diskuse a odpovědi na vaše dotazy.
+ bonus: záznam diskuse po ukončení hlavního vysílání… 🙂

Ale nejprve upozornění, které nám přečte František:
FRANTIŠEK:– Jak minule, upozorňuji, že je to ale k něčemu pouze těm, kteří ve svém životě dospěli k rozhodnutí, že, – **namísto – mít ve věcech pravdu – budou raději mít klid v duši**.– Pak je důležité je vědět, že všechny věty, které tady při čtení odezní, jsou překladem z různých děl Dr. Hawkinse, –- **ale pak v diskuzi to tak vůbec nemusí být** a členové vyjadřují své názory.

– A ještě upozornění, které je uvedeno v úvodu Hawkinsovy knihy – například The Eye of the I: Tímto varujeme tradiční, zaryté, nábožensky věřící – a také i nesmělé duchovní studenty, že tento prezentovaný materiál může být pro ně znepokojující a proto by se mu raději měli vyhnout.

– Překlady byly volně přeloženy Julem a nebyly převzaty z oficiálních překladů.

1) HONZA: Opakování je podle jednoho českého rčení matkou moudrosti, proto nám ve zkratce Mirek sdělí, jak dosáhnout vysoké úrovně vědomí.

MIREK:

Jste definitivně rozhodnuti, že **chcete mít pořád klid**, proto jednáte se **stále přítomným odpouštěním a láskyplností,** a jste přitom **ochotni všude vidět nevinnost. Zanecháváte všechny svoje ostatní touhy.** Tím, že uvolňujete a **nechcete vlastnit** ani jednu myšlenku, pocit, touhu a skutek, **mysl se utiší**, čímž se vaše **příběhy začnou zkracovat**, a rozpadávat se **v průběhu vytváření**, takže nakonec **zmizí energie** provázející samotný proces myšlení. No a prostě to děláte **furt**.

2) HONZA: Nyní další opakování, jak jednat s pocity. Podle toho, kde jste na stupnici vědomí, si svůj přístup uvědomujete anebo neuvědomujete. A když si ho uvědomujete, což je výrazný pokrok, pak se umíte identifikovat s některým s následujících způsobů:

– **ulevíte si** vytvořením situace a **svalením** pocitu na tuto uměle vytvořenou situaci. Tady jsme měli větu, kterou si máme říkat, a to: „Hledá se situace“.

– anebo si ulevíte **vybouchnutím**,

– anebo před pocitem **utečete**,

– anebo pocit **uvolníte** tak, že si řeknete, že je to jenom **„nějakej blbej pocit“**; že vy nejste na vině, že taková **„pitomá energie“** existuje a je součástí lidské karmy.

– anebo pocit **zlikvidujete odhalením jeho původu,** kterým je **zdánlivost**, jinými slovy **percepce**.

3) HONZA: Tím pro dnešek končíme s opakováním.
Nyní jsme si pro vás připravili část Hawkinsova videa o tichu – **Silence**. Video má český překlad, který byl vytvořen z nadšení – amatérsky asi před pěti lety. Pustím vám jej přes svoji obrazovku a můžete ho najít na internetových stránkách hawkins.support v oddíle Multimedia – krátká videa.

Proto si prosím přepněte zobrazení, abyste viděli sdílený obraz přes celou plochu monitoru. Přepínač je dole vpravo, je to tlačítko, na kterém jsou ty čtyři malé čtverečky.

Video o tichu.

JULO: Hawkins má pritom pustenú skladbu „Om Namaha Shivaya“ od Robert Gass. **Preklad nie je preklad ale Julove vysvetlenie videa s jeho voľným prekladom**, od začiatku po 2:14. Tak tu to máme:

Mám tu otázky o tichu. Podklad existencie všetkého čo v tomto okamihu existuje je tichý. Zdroj našej existencie je tichý.

Ako je možné, že počujete, čo hovorím? Moje slová počujete iba vďaka tomu, že máte v hlave ticho. Keby vaše pozadie v hlave nebolo ticho, keby vám v hlave hučal vodopád, tak by ste nerozoznali moje slová. Iba vďaka tichu vo vás –- rozoznávate moje slová a ostatné zvuky, napríklad čvirikanie vrabcov. –- Ako by ste sa cítili, keby ste boli schopní zaostriť svoju pozornosť na ticho vo vás a prestať sa sústrediť na moje slová? To by ste boli v pohode a bez problémov. Lebo by ste boli tiché pozadie, ktoré počuje zvuky. A tomuto tichému pozadiu je jedno, čo počuje. Je to iba tiché pozadie. Všimnite si, že každý z nás má v sebe toto tiché pozadie, no nie? Ináč by sme sa nepočuli. Pozor, teraz ide finále: ako by ste sa cítili, keby ste boli schopní nielen zaostriť svoju pozornosť na toto tiché pozadie vo vás, ale by ste si povedali: „Ja som tým tichým pozadím, Ja som to ticho“.

Nemuseli by ste sa namáhať sústrediť sa na to ticho, lebo Vy by ste boli tým tichom. Nuž a toto je stav bytia, ktorý sa dá dosiahnuť disciplinovaným duševným rozvojom. Toto je to, kam sa hrabeme. Teraz to zopakujem, ale použijem múdre slová. Ak múdrym slovám rozumieme, dá sa tematika vyjadriť omnoho kratšie:

Najprv však definície. Povedzme si, že slová „dostávanie sa do vyšších úrovní vedomia a schopnosť pohľadu na život v širších súvislostiach " nazveme **„rozširovanie kontextu„**. A ďalej si povedzme, že slovo **„obsah"** bude pre nás znamenať hocijaký zvuk, všetko čo vám príde na myseľ a narušuje ticho, teda zvuk vysávača, myšlienky, pocity a aj vrabce.

Vyzbrojení týmito definíciami múdro povieme: Pri rozširovaní kontextu sa postupne začnete stotožňovať s tichom, čo vás dovedie k úplnému stotožneniu sa s týmto tichom. Stanete sa tichom. Podklad existencie všetkého, čo v tomto okamihu existuje, je tichý. Zdroj našej existencie je tichý. Vy ste to ticho, takže akýkoľvek zvuk, ktorý sa do Vás pripletie, nie ste Vy. Vy ste to ticho, ktoré registruje všetky zvuky. Môžem povedať, že takto sa to naozaj deje.

Stotožnenie sa s tichom je vaša vlastná existencia, ktorá nepodlieha ani času a ani priestoru. Vy ste existovali pred týmto vesmírom a budete existovať dlho potom, keď tento vesmír zanikne. No proste ste nesmrteľní!

JURAJ: Všimnite si, že stále zdôrazňujeme ticho, čo je pre nás ignorovanie všetkých myšlienok. Na minulých stretnutiach sme z videí mali vety ako „Musíme sa odnaučiť myslieť", alebo „Ak odstránime myslenie, tak sa ocitneme v nekonečnom tichu". –- Na myšlienky máme hovoriť „No a čo!" a nenechať sa navnadiť pôžitkom tieto myšlienky rozvíjať. Máme ich zanechať tak, ako ten spolujazdec v tom aute, ktorý sa pozerá na okolie cez zvislú štrbinu v okne. A dnes sme určite porozumeli, na úrovni 400 – rozumu, že vlastne máme a hlave ticho. Teraz je iba na nás tento poznatok uplatňovať a stať sa tým tichom. Ako hovorí Dr. Hawkins: " všetci sme osvietení, stačí aby sme si odstránili to, čo tomu bráni". Bráni nám v tom náš súhrn programov, s ktorými sa, do rozličnej miery, každý stotožňuje.

4) HONZA: A nakonec to tajemství, co **<u>nemáte</u>** dělat, abyste si zvýšili vědomí. Každý z nás tam byl a něco z toho dělal. Někteří z nás jsou schopni následující věty brát již s humorem, ale drtivá většina lidí je bere vážně.
No co, podporují ekonomiku.

Budu vám číst z knihy Letting go, z první kapitoly, jde o volný překlad.
Je to trochu delší čtení, ale pokud se v něčem poznáte, stejně jako kdysi i já, mohlo by vám to pomoci.

HONZA: Mysl prostě neustále brebentí.

„Je něco, co je komukoliv nejasné?"

Nebojte se – každý je zoufalý. Někteří se zdají být v pohodě.

A co odborníci? Jejich zmatenost je sofistikovanější, zabalená do působivého odborného žargonu a komplikovaných mentálních konstrukcí. Mají předem vytvořený

soubor názorů, který se vám snaží vnutit. Chvíli se to zdá být funkční a pak nastane zase návrat do původního stavu.

Bylo běžné spoléhat se na sociální instituce, jenže to přestalo platit; nikdo jim už nevěří. V současné době máme spíš hlídací Psy, než ústavy. Nemocnice jsou monitorované mnoha agenturami. Nikdo nemá čas na pacienty, ti jsou odsunuti stranou. Podívejte se na chodby. Nejsou tam žádní lékaři ani sestry. Jsou v ordinacích a dělají úřednickou práci. Celá oblast je odlidštěná.

„No“, řeknete, „musí tu být nějací odborníci, kteří znají odpovědi“. Když jste rozrušeni, jdete k lékaři nebo k psychiatrovi, k analytikovi, k sociálnímu pracovníkovi nebo k astrologovi. Zabýváte se náboženstvím, uchylujete se k filozofii, podstupujete EFT. Vyrovnáváte si své čakry, zkoušíte nějakou reflexní masáž, docházíte na ušní akupunkturu, absolvujete iridologii, uzdravujete se pomocí světel a krystalů.

Meditujete, zpíváte mantry, pijete zelený čaj, praktikujete Svědky Jehovovy. Soustřeďujete se na svůj jídelníček, studujete psychologii, připojíte se k jungiánské skupině. Praktikujete uzemňování se, zkoušíte halucinogeny, necháváte si věštit, běháte, cvičíte jógu, děláte fitness programy, kombinujete aerobní cvičení s džezovým tancem, vyplachujete si tlusté střevo, staráte se o výživu, cvičíte aerobik, zavěšujete se hlavou dolů, nosíte psychicky působící šperky. Ještě více studujete.

Setkáváte se se svým homeopatem, chiropraktikem a přírodním léčitelem. Zkoušíte kineziologii, dáváte si vyvažovat své meridiány, berete uklidňující prostředky. Dáváte si injekce s hormony, zkoušíte jíst bez soli, dáváte si vyrovnávat hladinu minerálů, vzýváte a naléhavě prosíte o změnu. Učíte se vystupovat z těla. Stáváte se vegetariánem. Jíte jen zelí. Zkoušíte makrobiotiku, jíte pouze Bio produkty, nejíte žádné geneticky modifikované jídlo. Setkáváte se s indiánskými šamany, podstupujete potní lázeň. Zkoušíte čínské bylinky, vonné tyčinky, dáváte si dělat moxování, shiatsu, akupresuru, feng shui. Vydáte se do Indie. Hledáte nového guru. Stanete se přívržencem jihoamerického terapeuta. Chodíte nazí. Koupete se ve vysvěcené vodě. Zíráte upřeně do slunce. Holíte si hlavu, jíte bez příboru jen prsty, sprchujete se studenou vodou.

Zpíváte si zázračné mantry. Vyvoláváte minulé životy. Zkoušíte hypnotickou regresi. Řvete z okna. Tlučete do polštáře. Navštěvujete poutní místa. Děláte si nástěnky snů. Vrháte I-Ching (čti: Ajčing). Vykládáte si tarotové karty. Studujete Zen. Navštěvujete víc kurzů a workshopů. Čtete hodně knih, čtete ještě více knih. Chodíte na jógu. Věnujete se okultismu. Studujete magii. Navštěvujete věštkyně. Podnikáte šamanské cesty do ciziny. Sedíte uvnitř léčivých pyramid. Připravujete se na nejhorší. Stavíte si kryt na přežití konce světa.

Chodíte na retreaty. Postíte se. Berete aminokyseliny. Koupíte si generátor záporných iontů. Stanete se členem kruhu tajemství. Naučíte se tajné podávání ruky, nosíte jen krátké kalhoty. Zkoušíte terapii barvami. Zkoušíte podprahové nahrávky a skupinové meditace. Užíváte antidepresiva nebo léčivé prostředky z květin. Jezdíte do lázní, vaříte s exotickým kořením. Odcestujete do Tibetu.

Pátráte po svatých mužích. V kruhu se držíte za ruce. Vzdáte se sexu. Vzdáte se návštěv kina. Nosíte okrové roucho. Stanete se členem kultu.

Zkoušíte nekonečný počet psychoterapií. Užíváte zázračné pilulky. Máte předplatné na množství časopisů. Zkoušíte „Keto“ dietu. Jíte jen grapefruity. Dáváte si číst ze své dlaně. Připojujete se k myšlení New Age. Zlepšujete ekologii. Zachraňujete planetu. Dáváte si číst auru. Nosíte na řetízku křišťál. Jednáte podle horoskopů, čtete polohy hvězd na obloze, věnujete se astrologické interpretaci. Navštěvujete transmédium. Podstupujete sexuální terapii. Zkoušíte Tantrický sex. Necháváte se požehnat nějakým zázračným učitelem. Připojíte se k anonymní skupině. Cestujete do Lurd. Koupete se v horkých pramenech. Nosíte terapeutické sandály. Uzemňujete se. Získáváte víc prány a vydechujete ze sebe negativitu. Zkoušíte akupunkturu se zlatými jehlami. Jíte hadí žluč. Berete prášky ze žraločích ploutví. Zkoušíte dýchání čakrami. Čistíte své čakry. Meditujete ve velké Cheopsově pyramidě v Egyptě.

Říkáte, že vy i vaši přátelé jste tohle všechno vyzkoušeli? To je úžasné a přitom tragické i komické! Taková odvaha pokračovat ve hledání! Co nás nutí hledat odpovědi? Utrpení? Ano. Naděje? Jistě. Ale je tu ještě něco víc.

Intuitivně víme, že někde existuje konečná odpověď. Kde je naše slepá skvrna? Proč nemůžeme najít odpověď?

Nerozumíme problému; to je důvod, proč nemůžeme najít odpověď.

Možná, že odpověď je výjimečně jednoduchá, a to je důvod, proč ji nedokážeme uvidět.

Možná, že řešení není ´tam venku´ a to je důvod, proč ho nemůžeme najít.

Možná, že máme tolik různých přesvědčení, stanovisek, postojů, modelů, jak věci mají být, že jsme slepí k tomu, co je zřejmé.

Několik jedinců dosáhlo během minulosti velké jasnosti a zažili definitivní vyřešení všech lidských strastí. Jak k tomu dospěli? Co bylo jejich tajemstvím? Proč nemůžeme pochopit, čemu se museli naučit? Je to opravdu skoro nemožné, nebo snad i málem beznadějné? A co obyčejný člověk, který není duchovním géniem?

Mnoho lidí sleduje duchovní cesty, ale ti, kteří nakonec uspěli a realizovali konečnou pravdu, jsou vzácní. Proč to tak je? Sledujeme rituály a dogmata a horlivě praktikujeme duchovní disciplíny.

Nejasnosti jsou naše spása. Pro ty, kterým to není jasné, stále existuje naděje. Není-li vám všechno jasné, knihy od Dr. Hawkinse jsou pro vás.

Co je v knihách od Dr. Hawkinse? Sdělují jednoduchý způsob, jak dosáhnout velké jasnosti a překonat své problémy. Nepostupuje přes nalezení odpovědí k problémům, ale rozpouští jejich příčiny. Všechno si můžete sami ověřit a nemůžete tak být svedeni z cesty. Funguje to cynikovi, pragmatikovi, nábožensky věřícímu i ateistovi. Funguje to v jakémkoliv kulturním prostředí i jakékoliv věkové kategorii. Funguje to duchovním lidem a stejnou měrou i lidem neduchovním.

Zjistíte sami pro sebe, co je skutečné a co jsou pouhé programy mysli a systémy přesvědčení. Během doby, kdy to všechno probíhá, budete stále zdravější, s menším úsilím budete úspěšnější, spokojenější a schopnější skutečné lásky.

Nakonec odhalíte své vnitřní Já, Já s velkým J.

HONZA: to by tak bylo…, jednoduché…, pojďme k dotazům…

Co navrhujete, abychom vylepšili, aby vám to lépe pasovalo, lépe s vámi rezonovalo?Pište, prosím, případné náměty na mail uvedený v záhlaví stránek.

– macto@hawkins.support

Následující část: