



ŽIVOT V OSVIETENÍ

Jeho svätosť Paramahansa Nithyananda

Prehlásenie

Meditačné techniky zahrnuté v tejto knihe majú byť praktizované iba pod priamym dohľadom zasväteného učiteľa organizácie Life Bliss Foundation (LBF) a po konzultácii s vaším osobným lekárom, aby určil vašu kondíciu a schopnosť vykonávať tieto techniky. Nie sú určené ako náhrada za lekársku starostlivosť, ošetrovanie, diagnostiku alebo liečbu. Ak niekto skúša tieto praktiky bez predchádzajúcej účasti na meditačných programoch LBF, a bez priameho dohľadu zasväteného učiteľa LBF, robí tak úplne na svoje vlastné riziko. Ani autor, ani LBF nezodpovedajú za následky jeho činností.

Publikované Nithyananda University Press

Ebook © 2015

Všetky práva sú vyhradené. Žiadna časť tejto publikácie sa nesmie rozširovať, reprodukovat', uchovávať vo vyhľadávacom systéme alebo prenášať v žiadnej podobe alebo žiadnymi prostriedkami, elektronicky, mechanicky, fotokópiou, nahrávaním alebo inak bez písomného súhlasu vydavateľa. V prípade, že použijete niektorú informáciu v tejto knihe pre seba, autor ani vydavateľ nepreberajú žiadnu zodpovednosť za vaše činnosti.

Celý výt'azok z predaja tejto knihy smeruje na podporu charitatívnych činností.

Predstavenie života v osvietení

Jeho svätosť Paramahansa Nithyananda

Publikované Nithyananda University Press

Obsah

BEZKONFLIKTNÝ ŽIVOT	7
PREDSTAVIVOSŤ vs. VIZUALIZÁCIA	9
RIEŠENIE NA VOJNU A TERORIZMUS	10
TECHNIKY NA ŽIVOT V OSVIETENÍ	11
ŠAKTI - ENERGIA MENIŤ	12
SILA MALÝCH TRANSFORMÁCIÍ	16
DHARMA – ZÁKON VESMÍRU	18
HLBŠIE TAJOMSTVÁ ZVYKOV	20
BUDDHI - INTELIGENCIA PRIJAŤ	23
ZMENIŤ SO ŠAKTI ALEBO PRIJAŤ S INTELIGENCIOU?	23
PRÍLIŠ DOBRÉ, ABY TO BOLO IGNOROVANÉ	28

VY STE NAPLNENÍM VESMÍRU	30
PRIŤAHOVANIE SPRÁVNÝCH ĽUDÍ	31
ROVNAKÁ MIERKA NA POSUDZOVANIE	
SEBA SAMÝCH AJ INÝCH	38
YUKTI – JASNOŠŤ	40
NEKONEČNÉ KONTINUUM	43
JASNOŠŤ VEDIE K ZBAVENIU SA	
LENIVOSTI	45
BHAKTI – ODDANOSŤ	48
BEZ PODOBY ALEBO S PODOBOU?	51
PODSTATA ŽIVOTA V OSVIETENÍ	53
O JEHO SVÄTOSTI PARAMAHAMSA	
NITHYANANDOVI	55

PREDSTAVENIE ŽIVOTA V OSVIETENÍ

ÚVOD

BEZKONFLIKTNÝ ŽIVOT

Vítam vás s mojou láskou a rešpektom.

Dnešná téma je : Život v osvietení.

Vo védante sú tri slová: shravana, manana a nidhidhyaasana.

Shravana znamená počúvanie veľkých právd. Manana znamená internalizovanie, zvnútorňovanie veľkých právd a nidhidhyaasana znamená žiť tieto pravdy. Takže dnes budeme počúvať niekoľko právd o osvietení a snažiť sa internalizovať ich. Potom prirodzene budete žiť osvietenie!

Čo myslím slovami „žiť osvietenie“? Žiť osvietenie znamená žiť bezkonfliktný život, žiť bez akýchkoľvek

konfliktov, úplne pohodlne so svojím telom, mysl'ou a prostredím, ktoré zažívate ako vonkajší svet.

Ľudia sa ma pýtajú: „Swamiji, ako môžeme byť bez konfliktov v tomto svete plnom konfliktov? Nie je to možné. Až vtedy, keď bude svet tichý, šťastný a pokojný, môžem sa stať bezkonfliktným.“

Pochopte, toto sa nikdy nestane. Neexistuje taká vec ako pokoj, mier na celom svete. Nikdy neexistoval a nikdy nebude existovať. Nikdy nedokážete urobiť svet pokojným. Všetky problémy vytvárajú ľudia, ktorí sa snažia urobiť svet pokojným.

V skutočnosti som veľakrát videl v meditačných sálach dobrovoľníkov, ktorí kričia: „Ticho! Ticho!“ oveľa hlasnejšie ako ľudia, ktorí rozprávajú! Tvrdia, že udržiavajú ticho a končí to tak, že robia viac hluku ako účastníci! Podobne ľudia, ktorí sa snažia vytvárať mier, vytvárajú iba viac problémov.

Posledných tristo rokov sa viedlo päťtisíc vojen! Každá vojna sa podľa toho, čo tvrdili, viedla kvôli nastoleniu svetového mieru. Každý vodca, ktorý vyhlásil vojnu, tvrdil, že prinesie svetu mier. Lenže tá najdôležitejšia pravda im všetkým unikla. Keď začnete žiť bezkonfliktný život, tak to, čo zakúsate ako svet, sa stane bezkonfliktným. To, čo si vizualizujete ako svet, bude bez konfliktov.

PREDSTAVIVOSŤ vs. VIZUALIZÁCIA

Pochopte, vizualizácia je odlišná od predstavivosti. Keď vizualizujete, vaše srdce vie, že to, čo si vizualizujete, je možné. Pri predstavivosti vaše srdce veľmi jasne vie, že to, čo si predstavujete, nemá nič dočinenia s vašou realitou.

Prosím pochopte rozdiel medzi predstavivosťou a vizualizáciou. Pri predstavivosti, keď si predstavujete, tak vaše srdce vie, že si iba predstavujete. Pri vizualizácii zrazu viete, že je to skutočná možnosť. Premýšľate nad tým, pracujete smerom k tomu. Toto je jemný rozdiel medzi predstavivosťou a vizualizáciou. Keď je to, čo si vizualizujete bez konfliktov, v súlade s tým, čím ste vo svojom vnútri, tak potom žijete osvietenie. Prinášate svetu mier. Len toto je možné, všetko ostatné je nemožné.

Malý príbeh:

Na brehu mora čakalo dieťa na to, aby sa okúpalo. Mama sa ho opýtala: „Prečo čakáš a nekúpeš sa?“ Dieťa odpovedalo: „Nie, keď sa všetky vlny ustália, potom sa okúpem.“

To sa nestane! Nemôžete čakať, kým bude celý svet šťastný a pokojný, aby ste žili osvietenie. Ak pochopíte túto pravdu, budete oslobodení od vášho zbytočného úsilia snažiť sa vytvoriť mier.

RIEŠENIE NA VOJNU A TERORIZMUS

Ľudia sa ma pýtajú: „Swamiji, ty netrpíš, keď vidíš vojnu a terorizmus na toľkých miestach? Aké je tvoje riešenie na vykorenenie chudoby?“

Hovorím im, že keď trpíte tým, keď vidíte utrpenie iných, tak budete planéte Zem pridávať iba viac utrpenia. Namiesto toho, aby ste ich dvíhali na svoju úroveň, budete klesať na tú ich. Snažte sa priviesť ich na vašu úroveň. Zmeňte ich vedomie a myšlienky o živote. Ak začnete na nich neustále myslieť a budete deprimovaní, dosiahnete jedine ich úroveň. A potom budeme mať ďalšieho človeka, ktorý trpí. To je všetko! To nepomôže nijakým spôsobom. Len vtedy, keď žijete osvietenie, môžete vytvárať mier.

Takže, čo myslím „žitím osvietenia“?

Žiť osvietenie znamená žiť bezkonfliktný život vo vašom tele, mysli a v tom, čo zažívate ako svet. Nepoužívam slovo „svet“. Nie. Používam slová „to, čo vy zažívate ako svet“. Toto je jediná možnosť. Nie je možné nič iné. Ak je to tak, potom žijete osvietenie.

Zvyčajne si všetci dávame nemožné ciele a snažíme sa ich dosiahnuť. Potom, keď zlyháme, rozhodneme sa, že je to naozaj nemožné. A akonáhle potvrdíme, že je to nemožné, prestaneme vkladať čo i len trochu úsilia, ktoré sme do toho vkladali. Všetko, čo potom robíme,

je obviňovanie sveta, Boha a každého. Celý náš život končí obviňovaním iných.

Takže najprv si stanovte praktický cieľ. Uvedomte si, čo je reálne a pracujte smerom k tomu. Keď viete, že niečo je možné a začnete pre to pracovať, aj malé víťazstvá, ktoré dosiahnete, vám prinesú obrovské povzbudenie. Dodajú vám obrovskú odvalu a sebadôveru. Potom sa začnete naďalej posúvať smerom k hlbším pravdám. Začnete dosahovať a žiť to, čomu hovorím „žiť osvietenie“.

TECHNIKY NA ŽIVOT V OSVIETENÍ

Teraz mi dovoľte vysvetliť osvietenie oveľa podrobnejšie s praktickými technikami, ktoré môžete používať vo svojom živote. Povedal som, že žiť bezkonfliktný život v tele, mysli a v tom, čo zažívate ako svet, znamená žiť osvietenie. To je pravda. Teraz vám dám techniky na používanie ako praktickú vedu vo vašom živote. Dám vám techniky na to, ako urobiť „život v osvietení“ praktickou vedou.

Na život v osvietení sú štyri techniky.

ŠAKTI - ENERGIA MENIŤ

Prvá technika, meniť čokoľvek, čo môžete zmeniť. Vyjadrujete energiu alebo šakti meniť čokoľvek, čo môžete zmeniť vo vašom živote.

Prosím pochopte, duchovno nie je tamasické prijatie života. Tamas znamená lenivosť a lenivosť nie je duchovno. V Indii sa veľakrát berie lenivosť ako duchovno. Indická civilizácia kedysi stála za osvietením. Celá infraštruktúra krajiny bola vytvorená pre osvietenie alebo jeevan mukthi.

Lenže akosi behom času, ako povedal Krišna Yogo nashta parantapa: joga je stratená, veľká veda je stratená. Keď je veda stratená, tamas sa berie ako osvietenie a lenivosť sa stáva duchovnom.

Vy máte energiu zmeniť čokoľvek, čo môžete zmeniť vo vašom živote. Ľudia sa ma pýtajú: “Swamiji, je život predurčený alebo máme slobodnú vôľu?”

Život je ako magnetofón. Ak nebudete zasahovať, pôjde neustále ako predprogramovaný. Lenže ak máte vôľu, môžete zasiahnuť a zmeniť veci v ktoromkoľvek bode s jednoduchým úsilím. Nemusíte robiť silnú sankalpu (prehlásenie). Len jednoduché úsilie spôsobí, že sa zbavíte toľkých závislostí a mentálnych nastavení. Ja nehovorím o veľkých závislostiach ako je alkohol alebo fajčenie. Hovorím o jednoduchých mentálnych

utrpeniach, o nepokoji, ktorým neustále trpíte, o neustálom podráždení, ktoré nosíte so sebou.

Toto neustále podráždenie sa stalo zvykom. Pochopte, vy nepotrebuje udalosť na to, aby vás podráždila. Len čakáte na to, aby ste skočili na ľudí. Nemusia urobiť nič zlé. Nemusia sa dopustiť chyby. Stačí len to, že sa objavia pred vami. Dostanú vaše požehnanie! Čakáte len na to, aby ste sa vrhli na ľudí! Jednoducho to vo vás vrie presne od rána. Aj toto je závislosť. Ale toto všetko je možné zmeniť. Tieto jednoduché veci je možné zmeniť rýchlo. Všetko, čo potrebujete, je pochopenie.

Možno poviete: „Swamiji, snažil som sa veľakrát, ale zlyhal som. Viac to nie je možné.“

Keď ste zabudli, keď ste prestali používať vaše úsilie, nepokoj sa vrátil. Lenže potom si nepamätáte prečo a ako sa vrátil. Viete len to, že váš nepokoj sa vrátil. V skutočnosti ste zastavili vašu snahu. To je dôvod, prečo sa nepokoj vrátil.

Možno poviete: „Swamiji, včera ráno som sa snažil byť pokojný. Ale dnes nie som!“

Včera ráno ste sa snažili byť pokojní, ale do večera ste zabudli na to, byť pokojní! Prestali ste vynakladať svoje úsilie a váš nepokoj sa vrátil. Kamkoľvek vynakladáte svoje úsilie, tam je výsledok. Keď prestanete vynakladať úsilie, len vtedy sa myseľ vracia späť. Nezabudnite na tento bod. Pamätáte si len to, kedy sa

vaše úsilie začalo a nie to, kedy ste na to zabudli. Nechávate vašu myseľ, aby sa túlala a stávate sa nepokojnými.

Takže, prosím pochopte túto dôležitú pravdu. Zmeniť čokoľvek, čo zmeniť môžete, to je šakti (energia). Vy máte energiu zmeniť čokoľvek, čo môžete. Je toľko vecí, ktoré môžete vo svojom živote zmeniť, lenže nevyžiarujete pre to energiu.

Dovoľte mi vyrozprávať skutočnú udalosť:

Minule ku mne prišiel človek a povedal: „Swamiji, odovzdávam sa ti. Musíš ma zachrániť.“

Opýtal som sa ho: „Čo myslíš tým odovzdať sa? A prečo chceš, aby som ťa zachránil?“

Odpovedal: „Swamiji, mám zlozvyk chodiť na nesprávne miesta. Nie som verný svojej manželke. Teraz, keď som sa ti odovzdal, mal by si mi pomôcť zastaviť tento zvyk.“

Sadol som si a strávil s ním nejaký čas. Povedal som mu: „Je to nesprávne. Prečo nemyslíš na svoju ženu? Stal si sa necitlivý voči láske. Je to neúctivé voči tvojmu vzťahu so svojou ženou.“ Po niekoľkých mojich slovách odišiel.

Vrátil sa po niekoľkých týždňoch a povedal: „Swamiji, ty si ma vôbec nezachránil! Odovzdal som sa ti. Ale stále robím tú istú vec!“

Opýtal som sa ho: „Čo tým myslíš? Chceš, aby som ti skryl kľúče od auta a povedal ti, nechod' nikam inam? Máš nezávislosť! Pochop, keď chceš nezávislosť... slobodu žiť tak, ako chceš... môžem ti dať iba poznanie. Si to ty, kto ho musí používať vo svojom živote.“

Potom som mu povedal: „Čo myslíš použitím slova „odovzdať sa“? A čo myslíš tým, keď hovoríš, že ja ťa musím zachrániť? Ak chceš takýto extrém, potom si tu sadni a nikam nechod'!“

Potom povieš: „Nie, nie! Potrebujem slobodu. Potrebujem slobodu.“ Ja potom musím povedať: „V poriadku! Maj slobodu, maj aj toto poznanie, aby si mohol viesť svoj život s poznaním.“

V skutočnosti, ty nechceš poznanie. Ty chceš slobodu. Lenže, keď sa niekedy nedarí, hovoríš: „Nie, nie! Odovzdal som sa tomuto Bohu. Odovzdal som sa tomuto guruovi. Stále sa nič nestalo!“

Máš slobodu zmeniť toľko vecí vo svojom živote. Avšak, ty ich nechceš zmeniť. Nechceš prevziať zodpovednosť. Ak budeš mať poznanie, budeš používať svoju slobodu s inteligenciou. Nebudeš hľadiť na to, ako svoju slobodu zneužívať. Prevezmeš zodpovednosť za svoj život.

Pochop, že ty si ten Boh, ktorý ťa môže zachrániť. Si to ty, kto zodvihne seba samého. Ak nedokážeš zodvihnúť seba samého, potom si svoj najhorší nepriateľ. Ak to dokážeš, potom si svoj najväčší priateľ. Si to ty, kto to musí urobiť.

Takže, prvá technika pre život v osvietení alebo jeevan mukthi je vyjadrovať energiu meniť čokoľvek, čo potrebujete vo svojom živote zmeniť.

SILA MALÝCH TRANSFORMÁCIÍ

Aj malé veci, ktoré zmeníte, urobia vo vašom živote rozdiel. Prosím pochopte, vy nepoznáte silu jednoduchých zmien, ktoré môžete urobiť. Ak každý deň zmeníte jednoduché veci, malé veci, počas jedného roka alebo dvoch rokov uvidíte obrovskú transformáciu!

Odrazu uvidíte kumulatívny účinok týchto malých zmien. V priebehu času spôsobia obrovskú transformáciu. Je to kumulatívny účinok niekoľkých jednoduchých zmien. Lenže my akosi nerešpektujeme

jednoduché zmeny. Chceme okamžitú transformáciu. Lenže na to nemáme intenzitu.

Jediná možnosť je vyjadrovať šakti, energiu na zmenu čohokoľvek, čo chceme. Ľudia sa zvyčajne sťažujú: „Vážne, Swamiji, ja chcem zmenu, ale nie som schopný prestať fajčiť alebo piť. Nedokážem to zmeniť.“

Pochopte, že toto všetko môžete alebo nemusíte byť schopní zmeniť, pretože sa to stalo súčasťou vášho systému. Lenže existuje niečo, čo dokážete zmeniť okamžite. Je to to, čomu ja hovorím posun chápania. Náhlejšie zmeny sa hovoria posun chápania. Na to, aby sa to stalo, potrebujete zmeniť vaše chápanie. Zmeniť chápanie o sebe, o svete a o vašom živote. Nemusíte urobiť nič iné. Môže sa to zdať jednoduché, ale keď to budete nasledovať, spôsobí to obrovskú transformáciu. Potom sa posun chápania udeje bez námahy.

Pochopte, kedykoľvek používam slovo „šakti“ - silu zmeniť čokoľvek, čo chcete - to, čo tým myslím, je zmeniť spôsob, akým myslíte. Kedykoľvek hovorím ľuďom, aby sa zmenili, okamžite sa snažia prestať fajčiť a piť. Začínajú s nesprávnou perspektívou. Snažia sa prestať piť alkohol, alebo fajčiť, alebo prestať s nejakým silným zvykom. To je odsúdené na neúspech.

Najprv musíte zmeniť váš vzorec myslenia, vaše chápanie. Máte mnoho predstáv, mnoho pochopení o svete, ktoré veľakrát mätú vás aj iných. Najprv zmeňte to.

V skutočnosti, ak zmeníte len spôsob, akým myslíte, vaše zvyky sa automaticky zmenia. Aj keď sa nezmenia, je to v poriadku. Ja vám nedávam licenciu na to, aby ste robili čokoľvek, čo chcete. Nie! Ak začnete meniť spôsob, akým myslíte, vaše zvyky zmiznú automaticky. Zmeníte sa automaticky. Uvidíte, že celý váš život je iný. Vaše chápanie, spôsob, akým myslíte, všetko sa zmení. Môžete preprogramovať váš vnútorný softvér. Môžete vytvoriť viac jasnosti a pochopenia o všetkom.

DHARMA – ZÁKON VESMÍRU

Prosím pochopte ešte jednu pravdu, dharmu. Dharma je ako právnický názor o tom, ako funguje Existencia! Dharma nie je systém viery. Keď sa budete rozprávať s právníkom, budete mať predstavu o tom, ako funguje krajina. Podobne, ak pôjdete k duchovnému človeku, ktorý zažil lásku vesmíru a budete s ním hovoriť,

komunikovať a prijímať jeho názory, tak budete mať predstavu o tom, ako funguje Existencia!

Čokoľvek, čo hovorím, je legálny názor vesmíru. Je to to, čomu sa hovorí dharmu. Takže, internalizovať, zvnútorňovať dharmu neznamená iba veriť nejakým faktom. Poznať fakty o tom, ako funguje vesmír, poznať pravdu o tom, ako fungujú zákony prírody, tomu sa hovorí dharmu. Pochopíte veľmi jasne, ak veríte, že ste dnes urobili niečo zlé, a preto sa vám stane niečo zlé zajtra, potom to nie je dharmu. Mať pocit spojenia s tým, čo sa naozaj stane, internalizovať a chápať to, to je dharmu. Dnes to s vašou obmedzenou logikou možno nedokážete pochopiť, ale keď svoju logiku rozšírite, aby ste pochopili dharmu, vaše mentálne nastavenie sa zmení. Ľahko sa udeje posun chápania.

Jedna dôležitá vec, ktorú potrebujete vedieť je, že keď sa udeje posun chápania, keď zmeníte svoje mentálne nastavenie, prebudia sa nemechanické časti vášho mozgu. Mechanické časti vášho mozgu budú aktívne od chvíle vášho narodenia len preto, lebo ste ľudská bytosť. Lenže, keď začnete chápať vesmírnu dharmu, veľké pravdy, prebudia sa nemechanické časti vášho mozgu. Tomu sa hovorí druhé narodenie, dvíja, znovunarodenie. To je dôvod, prečo vám v indickej

tradícii hovoria dvíja (narodený dvakrát), keď ste iniciovaní do duchovna. To znamená, že teraz ste začali chápať dharmu vesmíru. Vaše myslenie bude nové. Nie je založené na strachu a chamtivosti ako u zvierat.

Zvieratá nepotrebujú myslieť, pretože nemusia nič robiť. Všetko, čo robia, je činnosť založená na strachu a chamtivosti. Ak konáte jedine na základe strachu a chamtivosti, mechanické časti mozgu vám stačia. Ale na to, aby ste sa dostali za hranice strachu a chamtivosti, na to potrebujete, aby boli prebudené nemechanické časti vášho mozgu. Prebudeniu nemechanických častí mozgu sa hovorí prebudenie kundaliny.

HLBŠIE TAJOMSTVÁ ZVYKOV

Ľudia sa ma zvyčajne pýtajú, ako môže byť energia prebudená iba zmenou pochopenia. Vidíte vo vašom každodennom živote, že ak ste naučení cítiť sa unavení v konkrétnom čase, tak potom sa budete cítiť unavení, keď príde presne tento moment. Budete sa cítiť unavení, aj keď ste nepracovali celý deň!

Napríklad, povedzme, že zvyčajne ste zdeprimovaní okolo 9:30 každé ráno, keď si pomyslíte, že máte ísť do

práce. Potom môžete vidieť, že aj v nedeľu, keď nemusíte ísť do práce, budete mať nízku náladu. Budete deprimovaní. Odrazu si poviete: „Och, dnes je nedeľa. Nemusím ísť do práce. Uvoľni sa.“ Lenže ani potom nízka nálada neprejde. Ostanete v nej stále.

Vaše mentálne nastavenie priamo súvisí s prebudením vašej kundaliny. Takže, keď používate šakti na zmenu všetkého, čo môžete zmeniť, na zmenu vášho pochopenia, prebudíte v sebe obrovskú energiu.

Patandžali krásne hovorí, že aj keď bojujete s jednoduchým zvykom, s akýmkoľvek zvykom, uvoľní to vo vás obrovskú energiu. Zvyk je oboje, energia používaná zbytočne aj nesprávnym smerom. Keď prelomíte zvyk, aj jednoduchý zvyk ako je mať ráno šálku kávy, uvoľníte vo svojom systéme obrovskú energiu. To je dôvod, prečo v našej tradícii máme praktiky ako je pôst alebo byť cez noc v bdelom stave. Slúžilo to na prelomenie našich zvykov a vytvorenie prúdu novej energie.

Môžete sa opýtať, čo znamená zvyk? Žiť mechanicky, bez privádzania vedomia do tejto chvíle je to, čomu sa hovorí zvyk. Celý váš život pozostáva iba z dvoch častí: prvá je zvyk, druhá je meditácia. Všetko, čo robíte

nevedome, je zvyk. Všetko, každá činnosť, ktorú robíte s vedomím, je meditácia.

Dokonca aj riadenie auta je zvyk! Možno ste prekvapení, keď to počujete. Možno sa čudujete, prečo môže byť riadenie auta zvyk. Len pozorujte seba samých, keď sa veziete do práce. Naštartujete svoje auto, riadite ho pol hodinu do práce, a až vtedy, keď tam dôjdete a zaparkujete ho, spomeniete si, že ste šoférovali! Museli ste urobiť najmenej dvesto alebo tristo rozhodnutí, ako je zabočiť doprava, zabočiť doľava, zastaviť na znamenie, zatrúbiť a tak ďalej. Lenže až vtedy, keď dôjdete do práce si spomeniete, že ste šoférovali.

Vaše riadenie sa stalo zvykom. Ktorákoľvek časť vášho života, ktorá nie je meditáciou, je zvykom. To znamená, že do tohto momentu bol takmer celý náš život zvyk – jednoducho zvyk ísť ďalej a ďalej!

Len prived'te do svojich zvykov vedomie. Priviesť vedomie je snaha zmeniť čokoľvek, čo môžete, šakti (energia). Vyjadrovať energiu meniť čokoľvek, čo môžete je to, čomu hovorím prvá technika, prvá metóda. Skúste zmeniť aj jednoduché veci, ak ich môžete zmeniť. Meňte neustále. Toto je prvá časť osvietenia, prvá technika života v osvietení.

Druhá technika je akceptovať všetko, čo nemôže byť zmenené.

Teraz sa objavuje veľká otázka: „Kde je hranica, Swamiji? Čo môžem zmeniť a čo nemôžem zmeniť?“

Najprv mi dovoľte definovať, čo je prijatie. Potom bude táto otázka zodpovedaná automaticky.

BUDDHI - INTELIGENCIA PRIJAŤ

Najprv som povedal, vyjadrujte šakti alebo energiu zmeniť čokoľvek, čo môžete zmeniť. Teraz hovorím, majte buddhi, inteligenciu prijať to, čo sa nemôže zmeniť. Veľa vecí v živote nie je možné zmeniť, napríklad smrť. Buddhi je inteligencia prijať všetko, čo nemôže byť zmenené a uvoľniť sa.

ZMENIŤ SO ŠAKTI ALEBO PRIJAŤ S INTELIGENCIU?

Teraz sa objavuje veľká otázka: „Keď sa v mojom živote objaví situácia, ako budem vedieť, či ju mám

zmeniť s použitím energie alebo prijať pomocou inteligencie? Aká je mierka?“

Dám vám praktickú mierku na meranie toho, či trpíte, či márnite svoju energiu v snahe zmeniť veci, ktoré nie je možné zmeniť, alebo či žijete hladko, prijímajúc veci, ktoré nemôžu byť zmenené. Táto mierka je veľmi dôležitá.

Skoro ráno, keď sa preberiete zo stavu spánku a začnete sa hýbať, keď sa preberiete zo stavu hlbokého spánku a začnete sa presúvať do bdelého stavu, ak je váš presun medzi stavom hlbokého spánku a bdelým stavom veľmi hladký, prosím pochopte, váš život beží veľmi hladko.

Prijímate všetko, čo je potrebné prijať, meníte iba to, čo je potrebné meniť. Netrpíte. Ak je presun veľmi rušivý, prosím pochopte, teraz sa potrebujete naučiť väčšiemu prijímaniu. Nemusíte vyjadrovať energiu. Všetko, čo teraz potrebujete, je prijímať.

Dovoľte mi definovať to veľmi jasne. Je to veľmi hlboký, jemný a mystický bod. Môžem povedať, že je to veľmi praktický bod. Skoro ráno, keď sa presúvate zo stavu hlbokého spánku do bdelého stavu, potom, ako prídete do bdelého stavu, budete mať jeden z dvoch pocitov. Niekedy, keď prídete do bdelého stavu, myslíte

si: „Ó Bože! Mohol som spať. Bol to úžasný stav.“
Alebo možno cítite: „Ó bože! Aký hrozný sen! Bolo to také mučenie. Som taký šťastný, že som sa prebudil.“
Najmä po nočnej more, keď z nej vyviaznete, cítite: „Ó Bože! Bol to taký hrozný stav. Teraz som taký šťastný!“

Ak cítite, že v oboch, v hlbokom spánku aj v bdelom stave, ste úplne uvoľnení a ustálení, nie je potrebné robiť nič iné. Len sa uvoľnite, ste v tej správnej zóne. Vyjadrujete správne množstvo energie a správne množstvo inteligencie. Meníte to, čo zmeniť môžete a prijímate to, čo zmeniť nemôžete. Ste v správnom režime.

Ak sa cítite šťastnejší a ucelenejší v bdelom stave a ak sa cítite nízko v stave hlbokého spánku, potrebujete energiu. To znamená, že potrebujete zmeniť niekoľko vecí.

Niekedy prichádzajú ľudia a sťažujú sa mi: „Swamiji, minulú noc sedeli na mojej hrudi duchovia a snažili sa ma dusiť.“

Pochopte, žiadny duch vás nemôže znepokojovať. Ste v skutočnosti silnejší ako akýkoľvek duch. Niektorí ľudia majú psychologický pocit, že sú v stave hlbokého

spánku dusení. To je dôvod, prečo to popisujú tak, ako keby na ich hrudi sedel duch a dusil ich. Ak v stave hlbokého spánku zažívate dusenie a ste oslobodení, keď ste v bdelom stave, ak ste šťastnejší a ucelenejší v bdelom stave a cítite sa znepokojení v stave hlbokého spánku, pochopte jasne, potrebujete vo svojom živote zmeniť veľa vecí. Potrebujete používať svoju energiu a nie inteligenciu. Potrebujete zmeniť veci teraz.

Ak ste v stave hlbokého spánku uvoľnení a vo chvíli, keď prídete do bdelého stavu sa cítite znepokojení alebo vystresovaní, potom pochopte, potrebujete používať svoju inteligenciu. Nemusíte veci meniť. Potrebujete sa iba uvoľniť a prijať všetko, čo nie je možné zmeniť.

Najmä na Západe hovoria, že 90 percent infarktov sa objavuje v ranných hodinách. Hovoria tomu pondelková ranná depresia. Deje sa to kvôli stresu a prejavuje sa to ako pocit dusenia, keď sa človek prebudí. Teraz potrebujeme použiť buddhi, inteligenciu. Nepotrebujeme veci meniť. Potrebujeme začať relaxovať.

Toto je mierka na meranie, či potrebujete pracovať a veci meniť alebo sa uvoľniť a veci prijať. Len pozorujte, ako sa cítite vo chvíli, keď sa každé ráno zobudíte. Môžete zistiť, či ste uvoľnenejší a ustálenejší

v stave hlbokého spánku, alebo v bdelom stave. Toto je veľmi praktická sútra (technika) na rozoznanie, či potrebujete používať viac šakti - energiu alebo buddhi – inteligenciu. Každý hľadač má rozpor medzi týmito dvoma myšlienkami.

Veľa ľudí sa potom, ako sa podelia so mnou o svoje problémy, pýta: „Swamiji, toto je moja situácia. Mal by som ju prijať ako božiu vôľu alebo by som to mal vybojovať? Povedz mi, Swamiji.“

Prosím pochopte, ja vám môžem dať iba techniku. Riešenie potrebujete nájsť vy sami.

Ak sa cítite viac vystresovaní alebo dusení v stave hlbokého spánku, v nevedomej zóne, tak potom nepotrebujete prijímať. Potrebujete bojového ducha. Začnite veci meniť. S touto technikou môžete v priebehu 24 hodín prijať rozhodnutie, či máte bojovať alebo prijať život taký, ako sa deje.

A ešte jedna vec: Som zodpovedný za to, čo hovorím. Túto techniku som použil nielen na sebe samom, ale aj na tisíckach žiakov. Funguje to. Toto je metóda na pochopenie, či s vecami bojovať alebo ich prijať tak, ako sa v našom živote dejú.

Na problém sa treba len vyspať. Pozorujte, ako sa cítite, keď sa zobudíte nasledujúce ráno. Ak sa cítite dusení, potom je čas používať energiu, aby ste bojovali a veci zmenili. Ak sa po zobudení cítite plní stresu, potom je čas, aby ste sa uvoľnili, aby ste používali inteligenciu.

Pochopte, vaša inteligencia je inteligentnejšia, než si myslíte.

PRÍLIŠ DOBRÉ, ABY TO BOLO IGNOROVANÉ

Vo vašom živote je toľko vecí, ktoré nemôžete zmeniť. Musíte ich prijať také, aké sú. Len prijatie vecí vás prenesie za ich hranice. Môže to byť akýkoľvek problém, akákoľvek ťažkosť. Ich prijatím sa dostávate za ich hranice. Môžete ísť za hranice toľkých problémov iba ich jednoduchým prijatím. Dokonca aj ľudia, ktorí prichádzajú, aby s vami bojovali, stratia odrazu ducha bojovať s vami, keď ich prijmete. Pomyslia si: „Aký význam má bojovať s týmto človekom?“

Pochopte, ak ste príliš dobrí, nemôžete byť znevažovaní. Nemôžete byť ignorovaní. Toto je tá najdôležitejšia sútra (technika). Buďte príliš dobrí

a nemôžete byť ignorovaní. Nemôžete byť znevažovaní. Problém je, že nemáme trpezlivosť byť príliš dobrí.

Takže sa začnete sťažovať: „Vážne Swamiji! Toto je Kali juga (štvrtá štvrtina Času, považovaná za vek zla). Preto dobrí ľudia končia s utrpením a tí zlí žijú šťastne.“

Uvoľnite sa! Vesmír nie je sadista. Stále funguje podľa dharmy (spravodlivosti). Neexistuje Kali juga. Kali juga nie je nič iné ako vaša myseľ. Kali juga nie je nič iné ako vaše ego. Kali juga nie je nič iné ako vaša netrepezlivosť pozerat' sa na pravdu.

V skutočnosti sme kvôli nášmu utrpeniu určitým spôsobom šťastní, pretože naše ego sa cíti šťastné. Naše ego cíti, že si nakladáme viac problémov. Preto naďalej trpíme. Ale máme preto pocit viny. A tak čo urobíme? Začnete obviňovať svet. Hovoríme, že Boh trestá všetkých dobrých ľudí a všetkým zlým dovoľuje, aby sa tešili zo života.

VY STE NAPLNENÍM VESMÍRU

Pochopte: Vesmír sa naplňa prostredníctvom vás. Vy ste zrkadlom vesmíru. Nie ste náhoda. Neustále si myslíme, že sme náhoda, a že vesmír nás trápi. Nie! Vesmír nie je sadistický. Boh nás netrestá.

Niektorí ľudia mi hovoria: „Nie Swamiji, ty nevieš! Boh ma trestá!“

Prosím pochopte, že Boh na vás neupalil žiadnu úroveň trestu a vy ste nestúpili na úroveň, aby ste boli Bohom trestaní! Neustále osočujete dharmu (zákony vesmíru).

Možno hovoríte: „Nie, Swamiji! Ty nevieš. Je to Kali juga. Dharma už neprevláda. Táto história hovorí, tento epos hovorí, Bhagavadgíta hovorí, táto sútra hovorí...., že je to Kali juga. Život bude už iba taký!“

Pochopte veľmi jasne, že neexistuje taká vec ako Kali juga. Hovorím vám, som zodpovedný za to, čo hovorím. Neexistuje taká vec ako Kali juga. Je to vaša netrepezlivosť pozerat' sa na pravdu. Keď sa pozriete na pravdu trochu bližšie, tak uvidíte, že dharma prevláda všade.

V skutočnosti je to Satya juga (vek pravdy). Keď ste povrchní, nevšímajte si veci príliš hlboko, máte pocit, že svet je Kali juga, a že ste v Kali juche. A tak budete priťahovať k sebe iba takých ľudí. Budete priťahovať k sebe iba takých priateľov. Budete priťahovať k sebe iba také vzťahy. Budete priťahovať k sebe iba také situácie. Budete žiť v Kali juche.

PRÍŤAHOVANIE SPRÁVNÝCH ĽUDÍ

V akom vedomí v skutočnosti žijete, iba takých ľudí budete k sebe priťahovať. Ak to pozorujete trochu hlbšie, ak máte trpezlivosť pozrieť sa na realitu, na pravdu, zrazu uvidíte, že v skutočnosti je to Satya juga. Krišna stále hrá. Ráma stále žije. Všetci veľkí majstri sú stále nažive. Je to Satya juga. Dharma stále existuje.

Ľudia sa ma pýtajú: „Čo tým myslíš? Deje sa toľko terorizmu. Deje sa toľko chudoby a vojen! Ako môžeš hovoriť, že je to Satya juga?“

Myslíte si, že keď žil Krišna, nebola žiadna vojna? Myslíte si, že v časoch Rámu nebola žiadna chudoba? Nie! Pochopte, aj v časoch Rámu v určitej časti sveta žili ľudia v Kali juche. Takisto aj teraz niektorí ľudia žijú v Satya juche.

Satya juga alebo Kali juga nie je chronologický čas. Je to rozhodnutie jednotlivca. Ak chcete, môžete žiť v Satya juge teraz. Ak sa rozhodnete, že odo dneška zmeníte svoje mentálne nastavenie. Potom budete vo svojom živote prirodzene priťahovať správne situácie a priateľov.

Lenže vo svojom živote môžete vidieť, že keď ste neustále smutní, keď máte neustále sebaobviňovanie, tak potom budete priťahovať vzťahy, priateľov atď., ktorí urobia váš život smutnejším. Uvidíte, že budete neustále priťahovať ľudí, ktorí vás budú zneužívať, pretože sa s nimi cítite veľmi pohodlne. Aj keď vás zneužívajú, tak zabudnete na to, že to urobili a začnete s nimi komunikovať znova.

Poviete: „Vážne, Swamiji, je to v poriadku. On je dobrý človek. V srdci je to veľmi dobrý človek.“

Neviem, čo myslia tým: „On je v srdci veľmi dobrý človek, hoci ma zneužil!“ Majú svoje vlastné technické výrazy, aby ospravedlnili to, čo sa deje. Keď ste v takejto nálade, keď ste v takom vedomí, tak priťahujete k sebe vzťahy a ľudí, ktorí vás urážajú.

Takže jasne pochopte, že vo chvíli, keď pochopíte, že celý svet funguje podľa dharmy, je to Satya juga. Zrazu začnete priťahovať ľudí, ktorí žijú v Satya juge.

Vytvoríte okolo seba takýto kruh blaženosti. Odrazu uvidíte, že ste v Satya juge!

Na to, aby ste vstúpili do Satya jogy, nepotrebujete ju vytvárať. Všetko, čo potrebujete urobiť, je naladiť na ňu seba samých. To je všetko! Urobte 180 cm telo, to, čo je vo vašom vnútri, Satya jugou! Zrazu uvidíte, že čokoľvek je zvonku vašej pokožky, to sa takisto stane Satya jugou. Nie je potrebné urobiť nič iné.

Nepotrebujete zmeniť celý svet. Nemusíte o Satya juge rečniť v každom meste. Nemusíte hovoriť: „Nech sa celý svet stane Satya jugou. Až vtedy vstúpim do Satya jogy ja.“ Nie! Iba zmeňte na Satya jugu svoj vnútorný priestor. Zrazu uvidíte, že začínate priťahovať takýchto priateľov. Zrazu vás oslovia takéto knihy, takéto DVD-čka, takéto webové stránky, takéto časopisy, takéto veci. A všetky ostatné veci stratia vo vašom živote význam. Zrazu stratíte záujem o všetky ostatné veci.

V celom mojom živote som nikdy nešiel do kina, do divadla ani len raz! Ľudia sa ma pýtajú: „Swamiji, ako si to zvládol dokonca aj na univerzite bez toho, aby si videl čo i len jediný film?“

Hovorím im: „Akosi som nikdy necítil, že to bola súčasť môjho života.“ Nie som ani taký starý človek, ktorý bol mladý pred šesťdesiatimi rokmi alebo dávno

predtým. Mám iba 31! Jednoducho som sa nikdy nezaujímal o televíziu alebo filmy. Nikdy to nebola súčasť môjho života!

Ľudia sa ma pýtajú: „Je to nemožné! Ako môže byť niekto nažive bez toho, aby nebol ovplyvnený kinom a televíziou!“

Jednoducho, ja som taký.

Hovoria: „Nie, ty si výnimočný. Si osvietený.“ Lenže ani pred osvietením to jednoducho nebola súčasť môjho života.

Takže pochopte prosím, ak vstúpite do Satya jogy, ak pochopíte, že všetko sa deje podľa dharmy, tak si uvedomíte, že vesmír nie je sadista. Zrazu začnete k sebe priťahovať tých správnych ľudí a tie správne veci. Celý váš svet sa zmení. Toto je silná, priama, jednoduchá, úprimná skúsenostná pravda. Ja nehovorím zmeňte svoj vnútorný priestor dnes a po dvanástich rokoch sa zmení aj vaše okolie. Nie! Ja hovorím zmeňte sa teraz. A uvidíte, že výsledky sú okamžité. Ja vám neponúkam žiadne teórie. Viem, o čom hovorím. Som zodpovedný za moje slová.

Pozrite, sú rôzne typy ľudí. Vždy budú kritici. Budú sedieť a kritizovať. Povedia: „Nie! O čom to Swamiji

hovorí? Hovorí všetky kvetnaté slová a rozprávky. Zažil som všetko. Už dávno som čítal o všetkých týchto veciach. Dost som počul o všetkých týchto veciach. Toto nie sú praktické pravdy.“

Pochopíte, počuli a čítali ste o všetkých týchto veciach, alebo praktizovali ste ich vôbec? Nie! Iba ste o nich čítali. Prichádzate k záverom počúvaním nejakých príbehov, nejakých historiek. A navyše, vždy bude jedna skupina ľudí, ktorí budú proti všetkému, čo hovoríte.

Malý príbeh:

V dedine bol muž, ktorému celá dedina nadávala do hlupákov. Raz touto dedinou prechádzal osvietený majster.

Muž išiel k tomuto majstrovi a povedal: „Celá dedina si zo mňa robí žarty. Som hlupák. Nikto ma nerešpektuje. Aj malé deti hádžu do mňa kameňmi a volajú ma hlupák. Prosím, sprav nech vyzerám inteligentný.“

Majster povedal: „V poriadku. Neboj sa. Dám ti jednoduchú techniku. Praktizuj ju týždeň a budeš vyzerat' inteligentný. Bude ťa rešpektovať celá dedina.“

Ten človek sa s prekvapením opýtal: „Čože? Za jeden týždeň? Celá dedina ma bude rešpektovať! A to o týždeň! Povedz mi ju. Aj keby som mal stáť na hlave, tak to urobím.“

Majster povedal: „Nemusíš stáť na hlave. Nie je to také ťažké. Rob iba jednu vec: neustále kritizuj všetko, čo vidíš. Nie je potrebné urobiť nič iné. Ak niekto povie: „Aký nádherný mesiac!“, tak sa len opýtaj: „Čo je ňom také úžasné? Je na ňom toľko čiernych miest.“ Keď niekto povie: „Nádherná ruža!“, tak ju len skritizuj slovami: „Aká je to krása? Má tak veľa trňov.“ Neustále kritizuj všetko. Nie je potrebné robiť nič iné.“

Muž súhlasil a svedomito to nasledoval. Po niekoľkých dňoch sa majster vrátil po svojom putovaní do dediny. Videl tohto muža sedieť pod veľkým stromom neem. Celá dedina sedela pri jeho nohách a počúvala! Keď prišiel majster, pozrel sa jeho smerom.

Majster povedal: „Chcem s tebou hovoriť.“ Muž odpovedal: „Uvidíme sa po prednáške.“

Potom, ako všetci odišli, muž padol k majstrovým nohám a povedal: „Ó, majster! Tvoj nápad naozaj spôsobil zázraky. Začal som na všetko nadávať. Kritizoval som čokoľvek a všetko. Po niekoľkých dňoch si ľudia začali myslieť, že som veľmi

inteligentný. Teraz som v tejto dedine veľmi uznávaný!“

Stačí len toľko! Aby ste sa javili inteligentne, všetko, čo potrebujete urobiť, je neustále nadávať na všetko okolo vás. Nie je potrebné urobiť nič iné. Sú ľudia, ktorí sa stali slávni len kritizovaním všetkého. Nedokážu vytvoriť ani jediná vec, ale dokážu zničiť všetko neustálym kritizovaním.

Niekedy, keď ma ľudia kritizujú, tak ľudia okolo mňa reagujú s podráždením: „Swamiji, tento človek ťa kritizoval. Prosím, potrestaj ho. Znevážil ťa.“

Ja im hovorím: „Nepotrebuje žiadny trest. On už je v pekle! Nie je potrebný žiadny trest. Stav vedomia, v akom sa nachádza, je ten najhorší trest. Nepotrebuje samostatné peklo!“

Pochopte, on nepotrebuje samostatné peklo! Nepotrebuje samostatný trest. On už je v pekle! Prosím pochopte, vy nie ste takí inteligentní, aby ste mali dve mysle: jednu myseľ na meranie iných a jednu na to, aby ste žili so sebou samými. Keď neustále osočujete iných, tak žijete s tou istou myseľou aj v sebe. Takže budete nevedome osočovať aj seba samých. Budete neustále kritizovať aj seba samých. Každý, kto neustále kritizuje

iných, bude neustále mučiť aj seba. Toto je základný zákon.

Môžete povedať: „Nie, Swamiji, ja kritizujem iba iných, nie sám seba. Pokiaľ ide o mňa, keď sa dopustím rovnakej chyby, tak zmením svoje mentálne nastavenie.“

ROVNAKÁ MIERKA NA POSUDZOVANIE SEBA SAMÝCH AJ INÝCH

Prosím pochopte, vy nie ste takí inteligentní, aby ste mali dve mysle: jednu na meranie iných a druhú na meranie seba samých. Seba samých posudzujete rovnakým spôsobom ako posudzujete iných.

Môžete si myslieť: „Nie! Keď urobia chybu iní, vtedy budem kritizovať. Keď urobím rovnakú chybu ja, nebudem kritizovať seba samého.“ Len pozorujte svoj život. Keď budete neustále kritizovať iných, či to chcete alebo nie, budete mať to isté mentálne nastavenie aj ohľadne seba samých. Budete neustále posudzovať seba

samých a trpieť pocitom viny a komplexom menejcennosti.

Každý, kto akceptuje seba samého, ten bude akceptovať každého. Každý, kto posudzuje a kritizuje seba samého, bude neustále posudzovať a kritizovať iných.

Takže kedykoľvek mi ľudia prinášajú tento druh správ: „On ťa kritizoval, znevážil ťa, mal by byť potrestaný,... Povedz niečo Swamiji.“, hovorím im: „Uvoľnite sa! Nemusíme ho trestať. On už je v tomto stave vedomia. Trpí. Má dosť trestu.“

Prosím pochopte, vy nerobíte negatívne veci, a potom sa dostanete do pekla. Robíte negatívne veci, pretože už ste v pekle!

Ľudia, ktorí kritizujú, majú jeden veľký problém – vytvárajú nepriateľstvo. Nikdy nie sú produktívni. Videl som veľa takých. Sú to takí leniví ľudia, ktorí nerobia nič iné okrem kritizovania. Žijú v Kali jüge. Je to ten najhorší stav.

Keď pochopíte, že dharma je stále nažive, že vesmír funguje podľa dharmy, tak potom ste v Satya jüge. Len preto, že ubehlo veľa času, neznamená to, že vesmír zmenil spôsob, akým funguje. Nie! Keď to pochopíte, zrazu uvidíte, že váš vnútorný priestor sa stane Satya

jugou. Začnete priťahovať priateľov a veci, všetko okolo seba, čo má rovnakú energiu, rovnaké vedomie ako Satya juga.

Pochopte, prvá technika je vyjadrovanie šakti (energie) meniť všetko, čo potrebujete zmeniť.

Druhá je vyjadrovanie buddhi (inteligencie) prijať všetko, čo nemôžete zmeniť.

Tretia dôležitá vec je: yukti.

YUKTI – JASNOŠŤ

Yukti znamená jasnosť: jasnosť, že nech akokoľvek meníte alebo prijímate, všetko je iba ďalší sen! Pochopte, ponúkam vám tú najvyššiu techniku védanty. Môžem povedať, najvyššia pravda vyslovená jednoduchými slovami je: či veci prijímate alebo ich meníte, nech akokoľvek meníte, nech akokoľvek veci prijímate, celá Existencia je večne meniaci sa sen! Neexistuje žiadna mierka. Všetko je iba meniaci sa sen.

Teraz to vložím do jedného riadku: Vôbec nemusíte trpieť. Toto je, môžem povedať, najvyššia pravda, ktorej hovoríte Zen alebo advaita (veda neduality), najvyššia pravda. Nech môžete zmeniť čokoľvek, celá vec je neustále sa meniaci sen.

Keď pochopíte túto pravdu, že nech akokoľvek meníte, všetko je neustále sa meniaci sen, tak uvidíte, že ste odpútaní. Budete odpojení od nechceného zhľuku myšlienok vo vašej mysli ohľadne života. Zažijete vo svojom vnútri obrovské uvoľnenie.

Ľudia sa ma pýtajú: „Ak je všetko meniaci sa sen, tak potom môžem robiť, čo len chcem?“

Keď budete internalizovať, zvnútorníte si ju, túto veľkú pravdu, že všetko je meniaci sa sen, tak nebudete schopní robiť čokoľvek, čo chcete! Budete robiť iba to, čo chce Vesmír, aby ste urobili. Nebudete schopní robiť čokoľvek, čo chcete vy, pretože vo chvíli, keď pochopíte túto pravdu, začne sa diať obrovské vnútorné liečenie. Boj alebo utrpenie sa skončia. Jeden záblesk: Čokoľvek, čo sa deje, je meniaci sa sen. Neustále sa mení, vaše myšlienky o zmene sa menia, vaše myšlienky o transformácii sa menia, vaše myšlienky o problémoch sa menia... Všetko sa mení!

Ľudia sa ma niekedy pýtajú: „Začal som svoje duchovné praktizovanie pred dvanástimi rokmi. Myslel som si, že všetko moje utrpenie skončí. Lenže teraz, po dvanástich rokoch duchovného praktizovania, mám trápenia.“

Možno máš trápenia, lenže pochop, že to nie sú tie isté trápenia. Sú to odlišné trápenia, oveľa jemnejšie! Transformácia v tvojom utrpení ti jasne ukazuje, že sa v tebe udiala nejaká transformácia. Pred dvanástimi rokmi si možno s niečím bojoval. Teraz, po dvanástich rokoch, budeš bojovať s niečím iným.

Keď sa zmenil váš protivník, pochopte veľmi jasne, znamená to, že ste sa zmenili vy. Váš protivník sa nemôže zmeniť bez toho, aby ste sa zmenili vy. Keď sa zmení váš protivník, znamená to, že sa vo vás udiala transformácia.

Teraz sa váš súboj deje na odlišnej úrovni, v inej rovine. To, aká bola pred dvanástimi rokmi vaša túžba, váš strach, to, čo ste definovali ako transformáciu, čo ste definovali ako oslobodenie, to všetko sa mení. Dokonca aj vaša predstava o oslobodení sa mení! Čím viac sa rozpínate, tým viac sa mení aj táto predstava.

NEKONEČNÉ KONTINUUM

Vždy hovorím ľuďom, že skúsenosť osvietenia je to najvyššie, ale nie konečné. Je medzi tým veľký rozdiel. Osvietenie je to najvyššie, pretože všetky vaše predstavy o osvietení, tele a mysli zmiznú. To neznamená, že všetko sa končí. Nie.

Budete neustále explodovať do rôznych priestorov. Možno si myslíte: „Ó, Bože! To je tá najvyššia skúsenosť, ktorú môžem mať. Nemôžem mať viac, než je toto.“ Lenže pochopte, že tam to nekončí. Každý moment budete zažívať ten istý pocit – že tento moment je príliš na to, aby ste ho mohli mať! To je to, čomu hovorím osvietenie.

Je to nekonečné kontinuum. Bude nepretržite a neustále explodovať. To, o čom si myslíte, že je to najvyššie, sa bude vo vás diať teraz. Po niekoľkých momentoch sa bude diať vo vás to, čo ste považovali za najvyššie v tomto momente. To, čo považujete za najvyššie, sa bude diať každý moment! Toto je nekonečné kontinuum. Všetko sa neustále mení. To znamená, že vaša predstava o osvietení, vaša predstava o túžbe, vaša predstava o chamtivosti, vaša predstava o sebe samých sa neustále mení. Vaša predstava o jeeva (vlastnom ja),

ishwara (Bohu), jagat (svete), všetky tri sa budú neustále meniť. To je to, čomu hovorím osvietenie.

Ľudia si myslia, že osvietenie je ako dôchodok. Pýtajú sa ma: „Swamiji, čo by som mal plánovať po osvietení?“ Hovorím im: „Ten plán urobí Existencia. Vy nemusíte!“

Pokiaľ plánujete, nikdy sa nestanete osvieteními. Osvietenie je posledné rozhodnutie, ktoré môžete urobiť. Potom nemôžete robiť žiadne rozhodnutia. Všetky rozhodnutia bude robiť niekto iný. Ľudia si myslia, že osvietenie je ako dôchodkový plán. Nie. Je to neustále dianie. Uvedomíte si, že všetko, či to meníte alebo prijímate, je len nekonečná zmena.

Jasnosť uvedomiť si, že čomukoľvek hovoríte realita, je meniaci sa sen, je to, čomu hovorím yukti. Je toľko úžasných právd, ktoré môžu byť vo vás odhalené, keď si uvedomíte, že všetko je meniaci sa sen. Celý váš svet nie je nič iné ako to, čo zažívate vo vašej mana shareera (mentálnom tele). Napríklad, čo je vašim svetom teraz? Nech vidíte čokoľvek, nech sa kvôli tomu, čo vidíte a počujete vo svojom vnútri, vytvorí akékoľvek vlnenie, to je to, čo je vašim svetom práve teraz.

Teraz ma vidíte hovoriť. Každý z vás reaguje vo svojom vnútornom priestore na to, čo vidíte a čo

počúvate, rozdielne. To je to, čo je svetom každého z vás.

Vidím, že každý z vás reaguje na to, čo hovorím, úplne inak. Napríklad, jeden človek si myslí: „Keď sa všetko mení, prečo by som mal potom pracovať? Prečo si neľahnúť?“

JASNOŠŤ VEDIE K ZBAVENIU SA LENIVOSTI

Prosím pochopte, ak si myslíte, že pamätaním si na túto pravdu si môžete jednoducho ľahnúť, tak to skúste. Nebudete schopní ležať viac ako niekoľko dní. Skúste to! Koľko dní dokážete spať?

Vždy máme strach: „Ak pochopím tieto veľké duchovné pravdy, možno sa stanem odpadlíkom zo spoločnosti. Možno nepôjdem do práce. Možno sa nebudem starať o svoju rodinu. Kto bude platiť účty? Kto sa postará o moje auto a byt?“ Ľudia majú tento veľký problém, tento veľký strach. Pochopte, ak si myslíte, že toto vás urobí lenivými, tak si len skúste ľahnúť a relaxovať s týmito myšlienkami. Koľko dní dokážete len tak ležať? Koľko dní si myslíte, že budete spať? Nie viac ako niekoľko dní! Vaša vnútorná energia vám nedovolí ležať takto lenivo.

Tieto pravdy z vás len odstránia nepotrebný nepokoj. Nikdy vás neurobia lenivými. Keď prijmete tieto veľké pravdy, bude odstránený iba zbytočný nepokoj, ktorý nie je súčasťou vás. Potrebná energia alebo aktivnosť nebudú nikdy odstránené. Budete aktívni a nažive. Budete sa ďalej starať o svoje auto, dom, rodinu, vzťahy, bankový účet, o všetko. Jediná vec, bude vám chýbať vaša depresia a podráždenie.

Lenže vám niekedy depresia chýba! Bola s vami tak dlho. Takže bez nej sa cítite osamelí! V skutočnosti, po nejakom čase sa s depresiou a podráždením cítite veľmi spojení a vyrovnaní. Ak sa vôbec omylom zúčastníte satsangu (duchovného zhromaždenia) alebo meditačného programu a niekoľko dní sú depresia a podráždenie preč, tak máte pocit, že vám v živote niečo chýba!

Myslíte si: „Čo sa stalo? Od dnešného rána sú veci také tiché a hladké. Ako je to možné? Och, včera som išiel na satsang! To je dôvod, prečo sú veci také pokojné. V poriadku, tento účinok bude trvať dva alebo tri dni. Potom budem normálny. Budem v poriadku.“ A čakáte na to, kedy sa objavia depresia a podráždenie. Kalkulujete a rozhodujete sa, že o niekoľko dní sa vrátia späť. Neveríte, že tento účinok bude trvať dlho, alebo že sa stane súčasťou vášho bytia.

Pochopte túto jednu pravdu, že čokoľvek je, jednoducho sa to mení. Čokoľvek si myslíte, že je realita, jednoducho sa to mení. Táto jasnosť vás uchráni pred mnohými utrpeniami. V tej chvíli sa vo vás udeje obrovské vnútorné liečenie. Napríklad, predpokladajme, že vás v sne naháňa tiger alebo had, alebo že ste boli uväznení, alebo ste stratili svojich drahých a milovaných. Zrazu sa prebudíte zo spánku. Predstavte si tú úľavu, ktorú pocítite! Poviete: „Ó, Bože! To všetko je iba sen!“ Akú úľavu budete cítiť! Tento pocit intenzívnej úľavy alebo uvoľnenia alebo vnútorného liečenia sa môže vo vás udiať v tej chvíli samotnej. Pochopte, čímkoľvek teraz prechádzate, ak vám odrazu niekto povie alebo si uvedomíte, že všetko je iba sen, čo sa stane? Budete cítiť: „Ó, Bože! Aká obrovská úľava, aké obrovské vnútorné liečenie!“

Pochopte, na to, aby vám niekto povedal, že je to sen, nikoho ani len nepotrebuje. Vy sami si dokážete spomenúť, vy sami si dokážete zapamätať, vy sami sa dokážete pozdvihnúť s pochopením, s jasnosťou, že čokoľvek, čo sa deje okolo vás, je iba ďalší sen. O čomkoľvek si myslíte, že je to realita, je to iba ďalší sen.

Takže tretia technika je yukti – jasnosť alebo pochopenie. Neustále si môžete pamätať, že všetko je

sen. Napríklad, povedzme, že snívate o tom, že ste zarobili peniaze a kupujete obrovský dom. Po dokončení domu ho neustále utierate a čistíte. Už je čistý, ale aj tak ho ďalej utierate a čistíte s takou vášňou. V tej chvíli sa zrazu zo svojho sna prebudíte. Čo sa stane? Je to tá istá vec, ktorú robíte teraz. Keď sa zrazu zobudíte, neostane nič! Pripomínanie si tejto pravdy znova a znova je to, čomu hovorím tretia technika, yukti – pochopenie.

BHAKTI – ODDANOSŤ

Štvrtá, dôležitá a najvyššia technika je bhakti (oddanosť) voči večnej a nemennej energii. Môžete jej hovoriť Boh, alebo guru, alebo Božské. Môžete pre ňu použiť akékoľvek označenie. Pocit silného spojenia s touto nemennou energiou je bhakti – oddanosť.

Pochopte, pre život v osvietení existujú štyri techniky.

Jedna je šakti – vyjadrovanie energie zmeniť čokoľvek, čo môžete.

Ďalšia je buddhi – vyjadrovanie inteligencie prijať čokoľvek, čo nemôžete zmeniť.

Tretia je yukti – pochopenie, že čokoľvek, čomu hovoríte realita, je iba ďalší sen, meniaci sa sen.

Štvrtá je bhakti – silný „pocit spojenia“ s nemenným, s nemennou realitou alebo večnou pravdou. Keď cítite silné spojenie s nemennou realitou, zažijete pocit hlbokého bezpečia. Môže to priviesť obrovský pocit bezpečia vo vás. Vysvetlím, ako to môže priviesť obrovský pocit bezpečia vo vás.

Ak si myslíte, že ste hodní všetkého, čo máte a čo si užívate, nikdy nebudete mať strach z toho, že vám to bude odobraté. Zažijete hlboké uvoľnenie. Budete mať jasnosť, že aj keď umriete v tejto chvíli, prijmete život znovu v tom istom type prostredia. Narodíte sa a budete rásť v priestore, kde budete mať prístupné všetky potrebné veci. Ak budete mať túto jasnosť, tak všetky veci, ktoré máte teraz, ako je bohatstvo, inteligencia atď., vám nebudú nikdy odobraté.

Lenže ak si myslíte, že všetko, čo máte pri sebe teraz, ako je vaše bohatstvo, inteligencia, sa vám iba udialo, potom budete žiť v neustálom strachu, že ktorýkoľvek moment vám to môže byť odobraté.

Nebudete si užívať to, čo máte. Napríklad, keď budete sedieť v aute, budete mať myšlienku: „Ktovie, kedy sa môže stať nehoda? Ktovie, môže mi byť odobraté nielen auto, ale dokonca aj môj život?“ Keď rozmýšľate takto, tak aj keď budete mať všetko, nebudete schopní užívať si to. Namiesto toho sa uvoľnite, usad'te sa do pocitu spojenia s tým, čo je nemenné. Tento pocit spojenia sa deje v rôznych dimenziách. Môže sa udiať v rôznych aspektoch vášho vzťahu s nemennou energiou alebo Bohom. Ak sa cítite spojení s niečím, čo má podobu (to znamená deity – sochou božstva alebo majstrom), zažívate jeden aspekt vzťahu. Ak sa cítite spojení s beztvorou energiou, zažívate odlišný aspekt vzťahu. Rôzni ľudia cítia spojenie rôznym spôsobom.

BEZ PODOBY ALEBO S PODOBOU?

Ľudia sa ma pýtajú: „Swamiji, čo je najlepší spôsob? Cítiť sa spojený s niečím bez tvaru, bez podoby alebo s niečím, čo ju má?“

Neexistuje taká vec ako je „najlepšie“. Ako sa to deje vo vašom živote, to je pre vás to najlepšie. Ľudia, ktorí si nedovolia cítiť sa spojení s určitou podobou, sa môžu spojiť s beztvorou energiou. Egoistický človek si nemôže dovoliť cítiť sa spojený cez určitú podobu. Zraňuje ho to. Je veľmi jednoduché cítiť spojenie s nejakou prázdnu oblohou. Môžete ďalej robiť to, čo len chcete a obviňovať prázdnu oblohu! Nie je tam nikto, kto by sa vás pýtal, kto by vás spytoval. Lenže túto hru nemôžete hrať so mnou, so živou podobou. Budem vás spytovať okamžite. Poviem vám: „Hej, hráš svoju hru a obviňuješ mňa!“ Keď sa cítite spojení s určitou podobou, budete musieť prechádzať okamžitou transformáciou. Takže ľudia, ktorí si to môžu dovoliť, nech cítia spojenie s určitou podobou.

Ľudia, ktorých ego si nemôže dovoliť transformáciu, ktorí nemajú takéto mentálne nastavenie, tí nech cítia spojenie aspoň s niečím beztvorým, neurčitým.

Všetko závisí od mentálneho nastavenia a človeka. Závisí to od spôsobu, akým žije. Mimochodom, ak sa cítite spojení s nemennou realitou, keď sa vo vás začne diať takáto oddanosť, tak zrazu uvidíte, že sa okolo vás deje obrovský pocit bezpečia.

Prosím pochopte, to, čo vám teraz hovorím, je technika. Začnite ju rozvíjať. Je to možné! Technikou je cítiť

hlbokú oddanosť voči tomu, čo je nemenné. Potom sa vo vás začne diať obrovský pocit bezpečia.

Len čo sa to stane, budete vedieť, že ste kvalifikovaní pre všetko, čo sa deje okolo vás vo vašom živote. Aj keď zomriete v tejto chvíli, znovu sa narodíte v priestore, kde vám znova budú určené všetky tieto veci, kde znova budú okolo vás všetky tieto veci, kde znova budú pre vás zaručené všetky tieto veci. Iba s oddanosťou dokážete prekonať strach zo smrti. Dovtedy nikdy.

Oddanosť je priama metóda na prekonanie strachu zo smrti. Inak vždy budete cítiť strach. Budete si myslieť: „Čo sa stane, keď zomriem? Môj byt mi bude odobraný. Ktovie, kde sa znova narodím? Možno na špinavej ulici! Neviem ako dlho mi potrvá, kým si zaobstarám byt...“

PODSTATA ŽIVOTA V OSVIETENÍ

Teraz mi dovoľte, aby som vám podal podstatu všetkého, čo ponúkam.

Po prvé, žiť osvietenie znamená žiť bezkonfliktný život. Žiť bezkonfliktný život vo vašej mysli, tele a vonkajšom priestore, ktorý zažívate ako svet, to je to,

čomu hovorím žiť osvietenie. Toto je definícia života v osvietení.

Po druhé, techniky na život v osvietení. Sú štyri metódy:

Prvá, vyjadrovať šakti alebo energiu meniť čokoľvek, čo môžete, čokoľvek, čo potrebujete zmeniť.

Druhá: Používať vašu buddhi alebo inteligenciu prijať všetko, čo nepotrebuje zmeniť.

Tretia: Kultivovať yukti alebo pochopenie, že nech akokoľvek meníte, celý svet je iba ďalší meniaci sa sen. Čokoľvek, čo považujete za realitu, je ďalší meniaci sa sen.

Štvrtá a tá najvyššia technika: Rozvíjať bhakti, silný pocit spojenia s nemennou realitou. V skutočnosti, ak pochopíte, že čokoľvek, čo zažívate, je iba meniaci sa sen, odrazu a automaticky bude celé vaše vedomie plynúť smerom k tejto nemennej realite. To je to, čomu hovorím bhakti.

Nemusíte vytvárať bhakti. Len si pamätajte, že všetky tieto veci sú sen. Celé vaše vedomie začne plynúť k tomuto niečomu, čo sa nemení. To je to, čomu hovorím bhakti.

Keď žijete všetky tieto štyri pravdy, žijete osvietenie – jeevan mukthi. Žijete osvietenie. Prosím pochopte, toto

je podstata života v osvietení. Praktizujte všetky tieto štyri techniky. Aj keď sa jedná o jednoduchý začiatok, nie je na tom nič zlé. Len začnite! Všetky veľké úspechy mali obyčajné začiatky. Či je to päťtisíc míľová cesta alebo desaťtisíc míľová cesta, každá začína jednoduchým krokom.

Žehnám vás všetkých:

Nech všetci dosiahnete, žijete a vyžarujete život v osvietení!

O Jeho svätosti Paramahamsa Nithyanandovi

Jeho svätosť Paramahamsa Nithyananda je v súčasnosti považovaný za jasný, legitímny, apolitický hlas Sanatana Hindu Dharmy a je uznávaný miliónmi ľudí na celom svete ako žijúca inkarnácia supervedomia. Je Mahamandaleshwarom (duchovným vodcom) Mahanirvani Peeth, najstaršej svetovej organizácie hinduizmu. Je najsledovanejším duchovným učiteľom na [Youtube.com](https://www.youtube.com) s viac ako 19 miliónmi pozretí a autorom viac ako 300 kníh publikovaných vo viac ako 20 jazykoch. Jeho prednášky sú sledované naživo každý deň na

<http://www.nithyananda.tv>, rovnako ako na mnohých medzinárodných televíznych kanáloch a cez video konferencie.

Paramahamsa Nithyananda je dnes považovaný za najpoprednejšiu autoritu na svete v oblasti vedomia a prebudenia kundaliny. Úspešne demystifikoval jogínske vedy ako je prebudenie tretieho oka, duchovné liečenie, levitácia, teleportácia, materializácia, zastavenia stárnutia a schopnosti žitia bez jedla.

Duchovný génius s osvieteným náhľadom na všetko od manažmentu po meditáciu, od vzťahov po náboženstvo, od úspechu po duchovno. Paramahamsa Nithyananda nám prináša bohatstvo praktickej múdrosti a techniky pre trvalú duchovnú zmenu.

Paramahamsa Nithyananda je duchovný vodca niekoľkých neziskových organizácií na celom svete, ktoré obohacujú životy ľudí prostredníctvom osobných transformačných programov a kurzov, publikácií, rozširujú védské vedy a múdrosť, duchovné liečenie a humanitárne služby.

Ako celosvetový humanitár Paramahamsa Nithyananda pracuje na propagácii celosvetového mieru prostredníctvom transformácie jednotlivca. Jeho duchovná misia zahŕňa ašrámy a centrá na celom svete, ktoré slúžia ako duchovné laboratóriá, v ktorých je

vnútorný rast hlboký a vonkajší rast je prirodzeným následkom.

Humanitárne činnosti zahŕňajú vedenie meditáčnych kempov a tábory na zbavenie sa závislostí, bezplatné zdravotnícke a sociálne služby, darovanie umelých končatín pre chudobných, podpora vzdelávania a odborné vzdelávanie, podpora detí vo vidieckych oblastiach, vedenie meditačných kempov pre väzňov a humanitárna pomoc pri katastrofách.

Paramahamsa Nithyananda je takisto hlboko angažovaný pri vytváraní medzinárodného vedomia o indickej kultúre a starovekej védскеj tradícii. Ako osvietený mystik, duchovne evolučný a trénovaný jogín, výnimočný liečiteľ a siddha je Paramahamsa Nithyananda inšpirujúcou osobnosťou pre milióny ľudí na celom svete. Jeho autentickosť, hlboká skúsenosť a jeho zriedkavý dar robiť duchovno praktickým aj príjemným umožnili, aby malo jeho učenie dosah široko ďaleko.

Paramahamsa Nithyananda vyliečil tisíce ľudí z ochorení od depresie po rakovinu, často jediným dotykom. Pracujúc a podieľajúc sa sa viac ako 10 miliónmi ľudí na celom svete každý rok sa Paramahamsa Nithyananda a jeho misia angažujú

pomáhať ľudstvu, aby urobilo ďalší veľký prelom: do
supervedomia.