

Jak používat vlastní mysl

Marcelka neustále připomíná, že cesta sebepoznání je vlastně totéž jako vyprazdňování vlastní mysli. Zapomínáme sami na sebe právě proto, že neustále tolik přemýšlíme a vůči obsahu své mysli jsme v roli zajatců. A ještě si tím přiděláváme starosti, což je z vyššího úhlu pohledu už úplně absurdní. Vyprávěla zajímavý příběh o tom, jak je jednou v létě navštívil človíček, který je vědomě na cestě sebepoznání. Podle jejích slov jsme na této cestě všichni, pouze někteří ještě nevědomě.

„Přišel s tím, že má v hlavě tolik gebuzin (bloupostí, nesmyslů), že si s tím neví rady, a že mu snad pomůže, když u nás bude štípat dříví. Hned se ptal Romka, jestli má dřevo na sekání, a že se z toho tady zkusí vysekat. (smích) Po nějaké době ale stejně říkal: ‚Ani to sekání mi nepomáhá, blavu mám jak úl. Nejde to. Já asi musím dostat nějakou obrovskou ránu do hlavy a konečně se mi rozbřesne.‘ Bylo mu řečené: ‚Takhle ne, stopni to.‘ A pak šla Marcela na políčko. Když se vracela, seděl u chaloupky a půlku tváře měl celou krvavou. Řekl, že jen co odešla, dostal obrovskou ránu polenem do hlavy a že vůbec neví, jak se to stalo. Přitom si to ale sám naordinoval! Když se ho Marcela zeptala, jaký je nyní stav jeho mysli, odpověděl, že najednou je tichá a konečně se zastavila.“

Tíží vás obsah mysli. Kdybyste měli hlavu prázdnou, byl by nějaký problém? Tíha života je obsah mysli a to, co vás tíží, se pak projevuje do celého těla. Bolest z různých věcí a zážitků se v člověku strádá, zvláště když je to dlouhodobé. Když emočně prožívá něco velmi bolestivého, na fyzické úrovni v té chvíli bolest necítí, protože tělo je ve stažení a v křeči. Když jste ve stresu a stáhnutí, tolik vás to vnitřně netíží. Jste-li v problémech, na tělesné úrovni se tedy většinou nic neděje. Tam ještě nic neprobíhá, jenom se to ukládá, ale jak se začnete uvědomovat, nebo se začnete vnitřně uvolňovat například po rozvodu,

paradoxně to v tu chvíli můžete začít pociťovat i na fyzické úrovni. Pokud člověk nebyl ve velkém stresu a stažení, tak se ale nic projevit nemusí.

Jak tedy v běžném životě utišit svou mysl?

Buď si stále vědoma sama sebe. Stále měj svou pozornost obrácenou částečně do svého nitra a částečně ven, abys mohla fungovat v projeveném světě. Ale opravdu si buď sama sebe vědoma! Každá bytůstka má být oddaná především sama sobě. Když spolu teď hovoříme, vlastně si tím pomáháš přes druhou projekci, jíž je Marcela. *(smích)*

Myšlenky nemůžeš zastavit, to nejde. Ale když si budeš vědoma sama sebe, mysl se zastaví sama. Vyšší meditace nastupuje, když jsi si vědoma sama sebe i při činnosti.

Jaké to je, když je mysl prázdná?

Na to se mě lidé ptají často. Víte sami, jaké to je, když je prázdná hlava. Přijdete sem se spoustou otázek a po chvilce řeknete, že nevíte, na co byste se zeptali. Na jedné přednášce jsem s nadsázkou odpověděla, že to je stejné, jako kdyby člověk měl v hlavě jenom seno. Lidé se smáli a Marcela také, a tak ještě dodala, že pak ale nesmějí přivést koně. Musí se to zlehčit, to k tomu patří.

Duchovní cesta je lehkost. Proto když je to na setkáních už moc vážné, přijde na řadu meditace smíchu. Lidé se začnou smát a pak je už nezastavíš, protože přitom zažijou sami sebe a v tu chvíli jim je dobře. Obsah mysli se přestane projevovat a to je obrovská síla. A potom přijde většinou na řadu klidová meditace, která je pak velmi hluboká, stejně jako například po tanci.

Jak člověk roste, stále se učí na něco myslet, zatímco jako dítě byl šťastný právě proto, že myšlenky neměl. Najednou máme na všechny myšlenky a poznatky zase zapomenout?

Přesně to ale tady nedávno říkala jedna bytůstka. „Třicet let jsem učila manžela, aby na všechno myslel, a teď už ho najednou půl roku učím, aby nemyslel na nic. Dříve jsem mu říkala, že by se nad vším měl zamyslet, a teď když se to skoro naučil, mu zase říkám opak.“ *(smích)*

Je to zvláštní proces. Dítě se narodí s naprosto prázdnou myslí. Žije jenom v přítomnosti a potom se to do něj všechno hustí – což je v té hře na nevědomost v pořádku. A tak se snažíme, aby se jeho mysl zaplňovala víc a víc. Myslíme si, že čím více člověk zaplní svoji mysl, tím bude chytřejší a tím i šťastnější. *(smích)*

Jenže potom člověk přijde do bodu, kdy zjistí, že to tak není, a tak mysl zase začne vyprazdňovat. Patří to k té hře. Zatím. A je to logické. Člověk si sám zaplnil mysl, protože se oddělil od své prapodstaty. Kdyby zůstal v Jednotě, tak by to nepotřeboval, protože v člověku je veškerá moudrost od začátku, stejně jako v každé buňce. Samozřejmě že v mysli takového člověka nejsou odborné názvy a univerzitní znalosti, ale ty ke šťastnému a spokojenému životu až tak zapotřebí nejsou. To jen lidská mysl si to tak vymyslela, ale to už je zase o něčem jiném. Také lidská řeč je jenom pro mysl, protože jinak se lidé zatím domlouvat neumějí.

Neustále se ztotožňujeme s hmotným světem a k němu patří i myšlenky, vid?

Ano, proto jimi nejste. Myšlenky s vámi nemají nic společného. Jenom proletí, ale vy nejste těmi myšlenkami. Jste to, co si tu myšlenku uvědomuje, ten klid. Nevyvíjejte ale v tomhle ohledu na sebe žádný tlak, protože vás to potom hodí do druhého extrému, kdy nebudete mít chuť ani meditovat. Ale jak budete mít první záblesky a zkušenosti z prožití toho, kým doopravdy jste, potom už je proces poznání sebe sama nezadržitelný.

Takže když říkáme, že nás něco napadlo, spíš než nápad je to vlastně napadení, když nám vejde do mysli něco, co tam evidentně nemá co dělat ...

Pokud člověk myšlenky nerozvíjí vlastní vůlí, vůbec na nich nezáleží. (*smích*) Anebo se můžete na všechno dívat jako na Boha a nechat to být. S myšlenkami nemůžete bojovat, to nelze, jenom jim nevěnujte pozornost.

Lze obsah mysli změnit vůlí?

Když se bojuje s lidskou myslí, tím více se snaží. Pokud pracujete na obsahu mysli, spíše ho vyprazdňujte. A když to nejde, tak ho alespoň vědomě zaměňte za nějaký jiný, pozitivnější program, tj. že budete myslet na něco konstruktivního. I to je lepší než tam nechat starý obsah, který je destruktivní. Tělo na to začne automaticky reagovat a tím se ozdravuje. V důsledku toho se mění jeho vyzařování.

Zrovna nedávno nám jeden muž říkal: „Já to nedokážu a vždycky mě to zase semele.“ Tak mu bylo řečeno: „Dobře. Tak prostě jen zvol opačný program a ten první jím nahraď. Najdi jinou náplň pro mysl, i když ten původní program tam bude prosakovat. A po čase uděláš zase další krůček a postupně opustíš všechny programy.“

Takže je zbytečné přebíjet gebuziny pozitivními formulacemi...

Přesně. Pokud vám to nejde jinak, dejte si tam pozitivní věc, i když ten starý program bude prosakovat stále a jednou bude třeba rozpustit i ten novější. Jak jste si vědomí, není tam už žádná představa, nic.

Obsah myslí se v člověku stále promílá, stejně jako odpadky v kontejneru. Díky různým technikám si v nich člověk udělá trochu pořádek. Řekne si: „Aha, to jsou mastné papíry, to je sklo, to je plesnivý sýr, a co tam je ještě dalšího?“ Už má v hlavě větší pořádek a ví, co kam patří, ale stále to nevede ke spokojenosti a k vnitřnímu štěstí. A pak mysl pochopí, že nejlepší je odevzdat celý obsah někam na skládku najednou. Když si člověk začne být vědomý sám sebe, začne se to vyprazdňovat hned a samo. Nic víc se s tím dělat nemusí.

Chodí sem však hodně bytůstek, které říkají, že ale nevědí, co je to pozornost na pozornost. Většinou to jsou lidé, kteří pracují hlavou čili intelektuálové. Mají v mysli spoustu informací, které se naučili, aby mohli vykonávat svou práci, a jejich mysl potom hledá pozorovatele v obsahu myslí. Jenže vědomí sama sebe je až za tím.

Jak tedy pracovat s myslí?

Bez myslí nemůže být vnímán projevený svět. Je to nástroj projeveného světa, ale je rozdíl mezi projevem čistě z myslí nebo jen přes mysl. Mysl je dobré používat jen jako nástroj. Po určitou dobu ji používáš, ale pak zjistíš, že stejně nevíš, a ocitneš se v jakémsi vakuu. A tím vlastně začíná Probuzení. Vědomí používá vše, co ses naučila, ale jinak. Je v tom už rozdíl podobný tomu, co jsme zkoušely se svíčkou.

Samotné Vědomí neboli Vyšší božské Já pak rozum používá jen jako svůj prostředek. Vědomí by se od počátku rádo projevovalo přes vlastní projekci, tj. konkrétního člověka, ale když je tam spousta učenosti a informací, na kterých ten člověk ulpívá a je jimi svázaný, nejde to.

Jakmile se ale Vědomí rozpomene, začne se projevovat přes rozum automaticky. Vše, co v sobě člověk má uložené, je pak v projeveném světě již využito vědomě. Úžasné je, že je přitom použito vše, co se předtím člověk naučil a co si osvojil. Vědomí ví vždy všechno, ale když je člověk vzdělaný, po Probuzení mohou být při předávání zkušeností použita přesnější slova a výrazy. Ve výbavě je mnoho pojmů, a tak jsou osloveni zase další lidé. Také jsou viděny další souvislosti atd. Je to stejné, jako když je v mobilu zrychlený slovník T9. Když tam daný výraz není, telefon ho nenabídne. To je to samé.

Máme tedy dál studovat?

Někomu to přijde jako paradox. Poznání Pravdy a studium například na univerzitě si zdánlivě protirečí, ale není tomu tak. Vědomá bytost se bude projevovat stejně, bez ohledu na to, jestli studovala či ne, protože Vědomí je stejné. Jediné, co se liší, je kabát, který si oblékne.

Co je mozek?

Je to nástroj stejně jako celé tělo. Je to jenom vozidlo a záleží na tom, jakou zařadíš rychlost, a jak s ním jedeš. Mysl není orgán, mozek ano. Mysl je mentální, proto je řečeno, že mysl je všude. Ale vy to zatím pojmáte, že je pouze v hlavě, v mozku. Tam je centrum, to je pravda, ale mysl neboli vyšší inteligence je v podstatě v každé buňce. Není to tak, že mysl je jen v hlavě. Do mozku se dostává vše ze všech buněk a naopak do buněk se dostávají veškeré informace z mozku. Mysl je propojena úplně se všemi buňkami. A to se pak odráží v našem celkovém vyzářování.

A rozum?

Rozum zahrnuje jak mentální mysl, tak fyzický mozek, jinými slovy jde o individuální intelekt.

Často se mi stane, že mi při psaní mozek jakoby úplně odlítne a zapomenu úplně na všechno, tedy i na sebe sama. Jakoby přestávám vnímat...

To, o čem teď mluvíš, je inspirace, a to už je jiné. Když jsi si vědoma sama sebe, může se stát, že ti to najednou jakoby píše samo. To je inspirace, protože to už vůbec není filtrované tvou osobností.

Pak se člověk úplně zapomene a sám se stane tou tvorbou, tak to mají i malíři, když malují. Najednou jsou sami svým obrazem. Kanál tvořivosti je úplně otevřený, ale osobní mysl přitom nefunguje, proto s tím nedělej nic. Důležité je, že mysl je tichá a to, co se děje a vzniká, nevychází z tvé fantazie. Pak je to v pořádku. Teď je důležité být si vědoma sama sebe tam, kde ti to jde, třeba když jdeš nakupovat nebo když něco vaříš. Když to budeš dělat stále, potom to převáží a naskočí ti to u všeho. Přijde čas, kdy Vědomí sebe sama bude stálé, ale nebude tu už vůbec nikdo, kdo si to bude uvědomovat. (*smích*)

Co by bylo, kdyby neexistovala mysl?

Jen hluboký spánek beze snů. Díky myslí může Vědomí samo sebe poznávat. Mysl a Vědomí jsou dvě strany jedné mince – Vědomí by

existovalo, ale nebyl by projevený svět. A projevený svět je výtvořem Světové Mysli, to všechno jsme si už říkaly. V dualitě je Vědomí a mysl (božská i osobní, která je její částí) jedna mince, z pohledu Jednoty to je jediné Vědomí, které mysl používá jako nástroj pro svůj vlastní projev.

Lidská neboli osobní mysl je nevědomost a ta přináší problémy a utrpení, i když na druhé straně také chvilkovou radost a štěstí, samozřejmě. Toto vše jsou však výtvořy z nevědomosti. Když už má člověk utrpení dost, začíná hledat cestu ven. Lidská mysl neboli osobní mysl je součástí božské neboli Světové Mysli, a je-li vyprázdněná, splyne s ní. Osobní Vědomí splyne s Vědomím celku.

Světová Mysl je nekonečná a věčná. Je to samotné Vědomí, kdežto lidská mysl je konečná. Naštěstí. V podstatě to je ochrana, ale pro lidskou mysl to je nepochopitelné...

Mysl je tedy součástí Vědomí?

Ano, a proto ji nelze odsunout. I proto s myšlenkami nelze bojovat – to je osobní mysl. V dualitě se může vždy projevit jenom jedna strana mince, z Jednoty se však projevují obě. Lidská mysl tedy projevuje Boha i Satana. Lidská mysl je jenom nástroj a záleží, k čemu se tento nástroj používá. Samozřejmě, že vědoucí část vám pomáhá ze všech sil, ale musíte k tomu dát souhlas. A pozornost věnujete tomu, čemu dáváte souhlas. To je ten nejdůležitější krok, který se po vás chce, a to je také nejrychlejší způsob vzdání se své vůle.

Může mysl ve své nevědomosti do Jednoty?

Osobní mysl nikoliv. Ale může se Jednotě odevzdat. Vždyť vše je projev Jednoty. Stejně se do Jednoty nemůže vtěsnat tělo. Fyzické splnutí těl při sexu není nic jiného než touha po splnutí s tím, co nás přesahuje. Je to touha po splnutí s Jednotou.

Brání tedy mysl poznání Pravdy?

Mysl za nic nemůže a poznání Pravdy nebrání, vždyť mysl je všechno. Jediné, co je třeba pochopit, je to, že Pravda je za obsahem mysli! Mysl a Vědomí jsou vlastně sourozenci – dva protipóly, kdy jeden bez druhého nemůže být. Kdyby tu nebylo Vědomí, nebyl by tu nikdo, kdo by si cokoliv uvědomoval. A kdyby tu nebyla mysl, nebylo by nic tvořeno. V projeveném světě jedno bez druhého být nemůže.

V rovnovážném přirozeném stavu, neboli v té Pravdě, začnete vnímat celou minci, tj. mysl i Vědomí zároveň a stanete se obojím. Mysl je ale

už tichá, a tak se přes ni může do okolního světa projevovat Vědomí čili Vyšší božské Já.

Co tedy dělat?

Hlavně se neztotožňovat s obsahem své mysli! Obrazovka také není tím, co na ní běží, a tak je to i s obsahem lidské mysli. Hranice je vždycky taková, jakou si člověk dá sám, respektive jakou si vytvoří jeho mysl. Jakmile přijde dotěrná myšlenka, hned se ptejte sami sebe: „Kdo jsem já?“

Mysl je tedy všechno?

Ano, ale ne její mentální obsah! Obsahem mysli nejsme! Nikdy a za žádných okolností. Když se nevědomá část, ale stejně tak i vědomá část duše projevuje přes mysl, jde o mentální projev. Když se přes mysl projevuje nevědomá část duše, mluvíme o egu. Mysl přitom za nic nemůže.

Mysl je jen nástroj. Když je čistá, může se přes ni do projeveného světa projevovat celá duše čili i její vědomá část. Díky Světové Mysli je veškerá realita, respektive vše, co se nám jeví, protože to je pouze bdělý sen. Celá příroda a vše je obsah Božské Mysli a my, lidé, máme zase svůj obsah. Příroda jede v souladu s božskou vůlí a je ve vědomé části, čili je to samotné Vědomí. A nijak se tomu nepříčí. Příroda svoji nevědomou část nepoznala. Má ji také, protože vše je v dualitě, ale je zde v neprojevu, zatímco člověk svojí vůlí použil i tu nevědomou část. Nemusel, ale použil. Jenom lidským bytostem byla dána možnost zakusit si i tu nevědomou část.

A tím, že člověk použil svoji vůli, dal božskou vůli do neprojevu. Pak pomalu při používání vlastní vůle začínalo zapomnění, kdežto příroda svoji vůli nemá a nemá ani možnost ji použít. To by to dopadlo! Zasadili bychom smrk a vyrostla by jablona a z obilí by se staly třeba růže... to by byl život opravdu nemožný.

Vyprázdnit vlastní mysl ale není nic jednoduchého...

Když je mysl úplně prázdná a není tam nic, člověk ani nepoloží žádnou otázku. Neozývá se vůbec nic, protože je jen dokonalé prázdno. Někdy lidé Marcelle říkají, jaké to pro ni musí být hrozné, když z chaloupky najednou přijede třeba do Žiliny. Ale i v té Žilině je to úplně stejné! Nemůžou to pochopit a tvrdí, že to přeci není stejné. Ale je, v tom není rozdíl! Prázdno je totiž uvnitř, a nikoliv někde venku. *(smích)*

To je ta prázdnota mysli, která se vám stále předkládá.

Pravda je jen ‚Já jsem‘, ale lidská mysl k tomu dává mnoho různých přívlastků, jak ty říkáš nálepek, vid’?

Tak. Nálepky, převleky a masky. Prostě iluze.

Ještě se vrátím k tomu, jak zastavit mysl. Jak to udělat?

Je to stěžejní, ale ty mysl nezastavíš. Není možné, abys ty zastavila mysl. Tím, že si budeš stále vědoma sama sebe, tj. že část pozornosti dáš do vnějšího světa, ale druhou část obrátíš do sebe, mysl se zastaví sama. Zkoušej to a najednou zjistíš, že myšlenky prostě nejsou. Ty je ale zastavit nemůžeš.

Čili část své pozornosti mít pořád v sobě, tj. v srdci?

Ano.

Je to možné také při hovoru s lidmi i při práci?

Ano, pořád.

To je to, co je třeba teď udělat?

Ano, a to ostatní už vám půjde naprosto samo. Budou vám chodit informace a budete přesně vědět, co je potřeba.

Zatímco jsem poslouchala Marcelku, po tvářích mi začaly téct slzy. Seděla jsem u malého stolku na kožešině na podlaze a slova o vzdání se své vůle jsem úplně poprvé vnímala jako smrt a to, co mělo umřít, bylo moje ego – neboli nevědomí a osobnost. Vzdání se a odložení vlastní osobnosti je smrt nikoliv fyzická, ale takzvaně mystická, jak mi Marci vysvětlila. Když jsem si to celé uvědomila naplno, vzalo mi to dech.

Bud’ máme pozornost k sobě sama, anebo k obsahu myslí, a je to podobné jako si zvolit mezi životem a smrtí. V mém životě nastal okamžik, kdy jsem cítila, že právě tohle přirovnání je úplně namístě. Asi už opravdu nemůžu dál. Dobojovala jsem.