



OČISTA EMOCÍ A MYSLI

Skutečná příčina smutku
Vybráno ze Satsangu 1.2.1997

Óm Šrī Paramátmane Namaha

Otázka: „Někdy bezdůvodně cítím smutek. Proč?“

Dokud nedošlo k poznání sebe sama, týká se tento problém všech. Někdy příčinu svého vnitřního smutku objevíte a někdy ne, a i když pro svůj smutek nějaký důvod najdete, nemusí jít o skutečnou příčinu. Skutečnou příčinou všech bolestí a problémů je nevědomost. Nevědomost týkající se čeho? Nepochopení toho, čím ve skutečnosti jsme.

Nevíme, kým skutečně jsme, a důsledkem této nevědomosti je fakt, že nejsme šťastní. Toto pravidlo se týká každého z nás. Je až neuvěřitelné, jak je lidská mysl vynalézavá při vytváření různých důvodů a omluv. Namlouváme si, že bychom žili šťastně, kdybychom se nemuseli trápit například se svými dětmi nebo se svým manželem či manželkou. Někteří dokonce obviňují sousedy a myslí si, že vše by bylo dobré, jen kdyby měli jiné sousedy!

Jen velmi zřídka někdo dospěje k poznání, že trápení souvisí s nepochopením podstaty vlastní existence. Nevíme, kým ve skutečnosti jsme. Nevíme, jaký je účel života, proč jsme se narodili a proč se chováme tak, jak se chováme. Někteří lidé si ještě ani takové otázky nezačali pokládat. Proto jsou šťastní ti, kdo se otázkami o sobě začali zabývat, protože alespoň začali hledat řešení svých problémů správným způsobem.

Všichni bychom si přáli, aby se svět točil podle našich přání. Všichni chceme, aby se události vyvíjely způsobem, jakým si přejeme. Jak ale víme, přání jednoho člověka bývá často v přímém rozporu s přáním druhého. Svět je plný neustálých konfliktů zájmů. Je možné být dokonale klidní v takovém chaosu? Je možné neustále zažívat štěstí? Odpověď je, že to možné je. Dokonce k tomu dojít musí, neboť jinak by lidský život neměl význam. Jak toho dosáhnout?

Řešení není takové, jak si lidé obvykle myslí. Lidé se většinou snaží nalézt východisko ze svých problémů v problémech samotných. Snaží se vyřešit určitý problém a myslí si, že vyřešením toho problému zmizí jejich trápení. Zaměřují se na problém, místo aby řešení hledali v sobě! Žádné problémy neexistují, to vy sami jste tím problémem! Jediným problémem je stav, v jakém se sami nalézáte. Žádná další potíže tady není. Vzhledem k tomu, v jakém stavu se nachází vaše tělo, mysl a emoce, a že vám schází rovnováha mezi tělesnými, emocionálními a intelektuálními potřebami, je přirozené, že zažíváte problémy. Řešení problémů spočívá v celkové přeměně vaší osobnosti. Tato nezbytná proměna je obecně známá jako duchovní způsob života.

Jde o to naučit se umění žít. Máte-li vyvážený přístup ke všem aspektům života – ke stravování, k sexuálním vztahům, k citovým záležitostem i k odpočinku a k práci, začne se ve vás spontánně rozvíjet štěstí. Vydáte-li se cestou hledání rovnováhy, začnete se postupně více obracet do svého nitra. Meditace je také součástí normálního života. Žijete-li vyvážený život, přirozeně také více přemýšlíte o účelu života a chcete nalézt odpovědi na své otázky. Odpověď lze najít pouze uvnitř sebe sama, a proto se hledající začíná více stahovat ze světa.

Pomalou, krok za krokem se budete přibližovat k dosažení osvícení a nevědomost, ovládající rozlišovací schopnost, přestane být součástí vašeho života.

Ještě bych rád ve vztahu k vaší otázce vysvětlil jinou věc. Vaše problémy budou přetrvávat, i když budete následovat duchovní cestu, známou také jako cesta jógy. Často budete bezdůvodně cítit výčitky svědomí, smutek či sklíčenost. Děje se to proto, že máme v sobě všichni nashromážděno nesčíslné množství vrstev nebo vtisků z nespočetných životů. V našem podvědomí existuje obrovské množství vtisků a cílem je oprostít se od nich. V psychologii se k označení podobného procesu používá slovo „katarze“. Za účelem vyprázdnění podvědomí se používají různé techniky. V duchovní oblasti tentýž proces probíhá na vyšším stupni a kvalitněji. Psychologové se snaží s myslí zacházet pomocí mysli, protože oni sami se nacházejí na úrovni mysli. Pomocí svých odborně vyškolených mysli se snaží léčit mentální problémy druhých lidí. Sami se ale často musí obracet o radu na své kolegy, aby jim pomohli vyléčit jejich vlastní mysl.

Duchovní proces čištění probíhá na vyšší úrovni než jen na úrovni mysli. Během procesu rozpouštění vnitřních vtisků se nejprve například smutek stává předmětem osobního pozorování a hledající prožívá smutek. Nejde o negativní jev, protože pociťování smutku znamená, že síla uvědomování si ve vás začíná převládat nad pozorovanou skutečností - smutkem. Nemusíte rozumět tomu, jaká událost v minulosti způsobila otisk smutku ve vašem podvědomí. V předchozím životě, nebo dokonce v tomto životě, jste se možná s někým ošklivě pohádali a vaše pocity se ve vás hluboce obtiskly a nyní vám začínají způsobovat problémy. Dokud se určitého vtisku nezbavíte a vaše vnitřní já nebude pročištěno, neuleví se vám. Máme v sobě z minulosti uložené různé vtisky, které vytvářejí naše vnitřní pouta. Cílem jógy není nic jiného než osvobození se z tohoto otroctví minulých vtisků a odstranění všech vnitřních bolestí. Jóga přetíná vaše spojení s bolestí.

Šťastní jsou ti, u kterých již proces pročišťování započal. Začne-li se odehrávat vnitřní očista, hledající zákonitě procházejí různými nepříjemnými stavy. Nikdo se tomu nemůže vyhnout, protože jde o součást evolučního procesu.

Zeptáte-li se mne, kdy dojde ke konečnému očištění, odpovídám: Tím se netrapte, ten čas jednou přijít musí. Nemohu vám zaručit, kdy se tak stane, ale jednou k tomu určitě dojde. Je to individuální záležitost. Jako lidská bytost máme na naplnění trvalým štěstím každé právo. Nikdo nám ho nemůže vzít. Zrodili jsme se, abychom byli plně a trvale šťastní. Mohu vám jen přát, abyste se naplnili štěstím co nejdříve to bude možné.

Jak pravil Buddha, příčinou veškerého utrpení a smutku jsou naše přání. Pokud v nás přetrvávají přání, vtisky minulých tužeb, zákonitě budeme občas smutní. Cestou je duchovní způsob života, díky němuž dojde k transformaci našich přání a očištění se od vnitřních vtisků z minulosti.