

Nejvyšší Mistryně

Ching Hai



News 125

Český překlad
Září 2001

Mezinárodní asociace Nejvyšší Mistryně Ching Hai

Nejvyšší Mistryně Ching Hai



News 125

10. září 2001
Český překlad



Obsah News 125

Obsah News 125	2
Aforismy	3
Jak se zbavit sobectví.....	3
Příběh hmyzu	4
Příběh kraba	6
Typy, jak rozbít zvyky	8
Překonejte vaši vlastní lenost.....	10
Mistryně vypráví vtipy	11
Jaká je to logika?	11
„Boží“ vůle?.....	11



Tyto texty přeložili a k tisku připravili členové Mezinárodní asociace Nejvyšší Mistryně Ching Hai a jsou zdarma ke stažení na: www.spojenisbohem.cz, videozáznamy přednášek jsou k dispozici v originále na www.suprememastertv.com, s českými a slovenskými titulky www.suprememastertv.cz. Tato tiskovina není kompletní překlad cizojazyčného originálu. Originály v mnoha jazycích můžete shlédnout na www.suprememasterchinghai.org

Obsah této tiskoviny a její slova jsou protknuty milosrdenstvím a požehnáním Nejvyšší Mistryně Ching Hai. Všechna práva jsou vyhrazena. Žádná část této tiskoviny nesmí být reprodukována v jakékoli formě či jakýmkoli prostředkem pro komerční účely. Prosíme, aby žádný z těchto materiálů nebyl upravován, krácen nebo doplňován bez předchozího souhlasu Nejvyšší Mistryně Ching Hai nebo vydavatele. Tím se případný neoprávněný nakladatel uchrání od spáchání zlého karmického skutku.

www.spojenisbohem.sk

+421 903 100 216 slovenčina, angličtina

www.suprememastertv.cz

www.spojenisbohem.cz

+420 608 265 305 čeština, angličtina

Aforismy

Nejvyšší Mistryně Ching Hai

News 125

1. ledna 2000

mezinárodní šestidenní seminář, Bangkok, Thajsko

originál v čínštině

Mohli byste se cítit, že nemáte dost trpělivosti, potom se trénujte, začněte například doma. Obvykle, když máte nějaké dobré jídlo, jíte ho jako první bez ohledu na ostatní lidi. Ode dneška se nejdříve zeptejte ostatních lidí, jestli to chtějí. Nebo jste dříve často dávali přednost tomu dělat věci, které máte rádi. Ode dneška se nejdříve zeptejte jiných lidí, co mají rádi, a potom to dělejte pro ně. Odměňte se až po všech ostatních. To je vše – je to velice jednoduché!



Jak se zbavit sobectví

Nejvyšší Mistryně Ching Hai

News 125

16. června 1989

Brazílie

originál v angličtině

Otázka: Jak můžeme opustit sobectví uvnitř našich srdcí?

Mistryně: Pomalu a praktikováním Metody Quan Yin. Pokud praktikujeme Metodu Quan Yin, znamená to, že jsme v kontaktu s Božskou Silou, a pouze Božská Síla nám může pomoci v čemkoliv. Božská Síla nám dá všechno, co potřebujeme. Dá nám toleranci, dá nám nesobectví a dá nám moudrost a lásku. My jsme sobečtí, protože nemáme dost lásky. My toužíme po lásce. My cítíme, že nás nikdo nemá rád – ne dost, takže si musíme pospíšet a milovat sami sebe více. Myslíme si, že to musíme pro sebe udělat takto. To je vše. Praktikujeme tuto Metodu a jsme v přítomnosti Boha. Cítíme, že jsme milováni, a jsme milováni naším Mistrem, našimi spolupraktikujícími, Bohem, potom se cítíme velice bezpečně. Nepotřebujeme žádné další sobectví. Opustí nás to automaticky, přirozeně. Nemusí to být během jednoho dne, ale brzy.

Sobectví je forma lásky, milování sebe sama. Alespoň milujete sami sebe. Musíte se to odtamtud naučit. Pokud my víme, jak milovat sami sebe, později budeme vědět, jak milovat ostatní. Pokud my nevíme, jak se postarat sami o sebe, pokud se nemůžeme naučit, jak být v pohodlí, jak se sami dostat do pohodlí, jak budeme vědět, jak nabídnout stejný druh lásky ostatním? Takže to je jenom druh lekce, který je později velice užitečný, když naše láska expanduje od nás k ostatním.



Nejvyšší Mistryně Ching Hai

News 125

1.-4.dubna 1994

mezinárodní třídní seminář, Hongkong

originál v čínštině

Čím více praktikujeme, tím méně vážní se stáváme. Nevidíme věci ani dobré nebo špatné. My si myslíme, že všechno je v pořádku. Stáváme se více a více relaxovaní. Není to tak, že lidé přestanou dělat dobré nebo špatné věci, ale že tyto skutky, dobré nebo špatné, nemají co do činění s námi. To je proto, že my teď myslíme jinak. My jimi nejsme zamořeni nebo ovlivněni, takže se stáváme více a více relaxovaní. I když někdy nepečujeme o naše členy rodiny nebo přátele dobře, nebo děláme chyby, stejně si můžeme odpustit, a proto se stáváme uvolnění. To je důvod, proč mluvíme o vysvobození v jednom životě.

Jinak jsme ovlivňováni tímto fyzickým světem. Jsme vázáni zde a tam a vážeme se dolů. Samozřejmě se cítíme celý den znudění. Pokud bychom takto každý den pokračovali, nikdy bychom nevyšli z této nudné atmosféry. Duchovní vysvobození je toto: staneme se vysvobozenými, když jsme naživu. Cítíme se uvolnění a šťastní. Už si více neděláme starosti a nejsme tíženi jako předtím, když jsme těžko mohli tolerovat jednání ostatních.

Ale nechte mne, abych vám něco řekla, já nejsem tak vysvobozená! (Mistryně a obecnstvo se smějí.) Jenom jsem šlápla na hmyz a moje srdce nad ním bolelo. Řekla jsem hlídačům, že by to tolik nevadilo, kdyby zemřel. Ale byl zraněný, já jsem nevěděla, kde byl zraněný, protože nemohl mluvit! Takže moje srdce hodně bolelo. Říkala jsem promiň, ale věděla jsem, že mu to nepomůže. Takže jsem ho dala na mokrou trávu, stříkala jsem ho vodou a pokřtila jsem ho. Doufám, že to bude lepší. Možná bude, ale když byl zraněný, musel se cítit hrozně; já jsem nevěděla, kde byl zraněný. Stále se mohl hýbat, ale muselo to bolet. Možná bolely jeho nohy nebo jeho zlomené nehty. Možná si dělal celý den manikúru, a já jsem mu zlomila nehty. Možná si dělal manikúru a krásně se oblékl na setkání, ale byl mnou zraněn. Slyšela jsem „zapraskání“. A to bolelo mé srdce. Omlouvala jsem se mu až doteď.

Proto já nevím, jestli jsem skutečně vysvobozená. Vypadá to, že nejsem. Ale stále cítím spříznění! (Obecnstvo se směje.) Je to tak? Gee, já nejsem vysvobozena z tohoto druhu situací: cítím bolest, když ostatní trpí. A zvláště když trpí zvířata, trpím více, protože ona nemohou mluvit. Když jsme zranění, jsme ve většině případů posláni do nemocnice a můžeme říct doktorovi, kde jsme zranění. On nás může hned ošetřit a budeme se cítit lépe nebo dostaneme nějakou injekci a vezmeme si nějaké léky a bolest zmizí. Ale zvířata skutečně trpí hrozně! (Mistryně si povzdechne.) To je ta cena, kterou musíme platit v tomto světě.

Umíte si představit, jak nudný by byl náš svět, pokud by Bůh nestvořil zvířata, jako jeleny, medvědy, zajíce a kočky? Bůh stvořil mnoho věcí, všechny pro nás a pro zkrášlení světa. Ale cena je vysoká. Zvířata trpí, protože také mají duši, život a pocity, které jim zajišťují aktivitu

a zachování života. Díky tomuto životu nebo vitální energii cítí bolest, když jsou zraněna nebo umírají. To je ta cena, kterou musíme platit za toto tělo a tento život.

Musíme platit tuto cenu, abychom žili nebo cítili. Jinak nebudeme cítit nic, když nás lidé políbí nebo se nás dotknou. Studený nebo teplý nápoj, nebo nám jídlo nebude dobře chutnat. My si tohoto světa užíváme přes smysly. Pouze přes smysly poznáme vůni květin, sladkost ovoce, dobrý čaj a výborné jídlo. Proto platíme velice vysokou cenu, abychom měli tyto dobré pocity a vjemy. Totéž platí pro zvířata.

Platíme cenu za to, že máme pocity života. Ve skutečnosti v tomto světě není nic, co by něco nestálo. Robot může udělat mnoho věcí stejně tak jako my lidé, a někdy může dokonce „myslet“ skoro jako my, ale nemá žádné emoce nebo vnímání. Nezná chuť dobrého jídla, teplo slunce, chlad větru nebo bolestivé pocity. Bez tohoto života by nebyly žádné pocity. Kde jsou pocity, tam je bolest. My se často ptáme, proč Bůh stvořil takový svět utrpení. Ve skutečnosti bychom měli vědět, že je to cena, kterou musíme zaplatit za svobodná přání a pocity. Pouze tímto způsobem můžeme užívat tohoto krásného a báječného světa. Nebyla by to žádná zábava, pokud by zvířata byla jako stroje a neměla žádné pocity. Nebyla by to žádná legrace, kdybychom byli jako stroje. Stejně tak, jak máme zábavu, máme také bolest. Ale my nemáme rádi bolest. Pokud by Bůh otupil naše pocity, nemohli bychom si užívat svět. Proto čím víc praktikujeme, tím více se identifikujeme s naším osudem. Uvědomíme si, že jsme si zvolili mít zde zábavu. Máme všechny tyto nástroje, které nám dávají mnoho pocitů. Když přijde bolest, nemůžeme utéct, nemůžeme jen tak nic necítit.

Stejná teorie se týká karmy. Někdy v minulosti jsme měli všechno – peníze, moc, svobodnou volbu, ale ztratili jsme se v nich. Rozhodli jsme se oddávat se jim. Nechovali jsme se k lidem dobře. Neměli jsme uznání pro ostatní. Plýtvali jsme našimi



talenty, penězi a majetkem. Jako výsledek jsme ztratili všechno. To je způsob, jak svět funguje: jsou vrcholy a hlubiny. Když dosáhneme dna, nemáme nic. Jsme chudí, nemocní a zničení. Takže se obrátíme k Bohu a ptáme se, proč jsme se narodili do takového života. Ve skutečnosti to není chyba Boha, protože jsou vždy tmavé a světlé stránky. Vždycky je nahoře a dole, dobré věci a špatné věci. My stejně porosteme výše.

Svatí a dobře duchovně praktikující rozumějí, že dobré a špatné věci v tomto světě nejsou tak důležité. Ale světská lidé nemohou vidět za tento krátký současný okamžik. Oni nemohou vidět minulost nebo budoucnost, takže trpí a nelíbí se jim to. A proto vytvářejí více utrpení, protože nejsou v míru nebo uvnitřně vyvážení. Hledají více, ale čím více hledají, tím více trpí a strádají. Dokonce zhoršují situaci a více trpí. Potom se obrátí k zabíjení, krádežím nebo krevní mstvě. Buď jsou terorizováni, nebo vsazeni do vězení, a jejich utrpení roste a oni nemohou utéct. Proto jsme zodpovědní za vytváření dobrých

a špatných věcí v tomto světě. Je to na základě našich vlastních priorit, někdy nevědomě děláme věci, které mají záměr. To je ten způsob, jak si užíváme života na tomto světě.

Příběh kraba

Nejvyšší Mistryně Ching Hai

News 125
28. ledna 1991
Panama
originál v angličtině

To je příběh, který se mi přihodil v Kostarice. Říkám vám tyto věci, abych vám dala trošku vědět o mých pocitech. Když cítíte bolest a utrpení, cítím s vámi. Pokud mi řeknete uvnitř, já to vím. Já nejsem bez pocitů. Ale někdy, když jsem v pozici Mistra, musím být silná a nechat vás, abyste na mne spoléhali. Dělán, co je pro vás nejlepší. Takže někdy musím být tvrdá. Musím ukončit nebo minimalizovat vaše trápení mnoha způsoby. Nemohu vás povzbuzovat, abyste se cítili mizerně a abyste zůstali utápění ve vašich pocitech a melancholii. Takže já používám různé způsoby, abych přerušila tyto pocity. Není to tak, že bych s vámi necítila. Já mohu cítit s ptáčkem i červem, a nebudu soucítit s lidskými bytostmi? Ale já nemohu chodit stále okolo s vlhkýma očima a plakat s vámi a způsobovat, že se budete cítit hůře. Musíme to opustit, cokoliv se stane.

Jednou jsem žila po dva týdny s žáky na pláži v Kostarice. Někteří z nich zůstali po mezinárodním semináři. Byla tam skupina 30 osob rozdílných národností. Ale to není důležité. Jenom vám chci říct, že jsem tam nebyla sama. I když jsem byla na pláži, byli tam žáci a já jsem musela pracovat. Takže si dovedete představit, že ty dny byly naplněny smíchem, peskováním, vařením a různými druhy věcí.

Jednoho dne se moře vylilo velice vysoko. Vlny šly proti pláži, skoro to dosahovalo na naše nohy. Já jsem se procházela s mým deštníkem. Já mám ráda déšť, zvláště silný déšť. Nebojím se toho, že se promočím. Otevřela jsem deštník, protože jsem neměla dost oblečení. Nechtěla jsem se stále převlékat. Proto jsem potřebovala ochránit své šaty, ne sama sebe. Pokud bych měla dost oblečení, šla bych bez deštníku.



Potom jsem viděla velice velkého kraba, který se snažil ochránit před velkými vlnami.

Vždycky, když přišly velké vlny, se snažil dostat od moře, snažil se zachytit o písek na pláži. Říkala jsem zasvěcené sestře: „Jdi a pomoz mu. Vezmi ho na bezpečné místo.“ Sestra šla, ale byla velice nešikovná. Vyděsila toho kraba tím, že ho mnohokrát upustila. Ale nemohla jsem jí nadávat, protože nerozuměla anglicky. Nemohla jsem jí ani dát radu, protože by mi nerozuměla. Ona stále říkala ve španělštině: „Mistryně, prosím, řekni mi, co mám dělat.“ Já jsem tam stála velice frustrovaná tím, jak ona zápasila s krabem. Já jsem věděla jenom, jak ve španělštině říci „krab“. Jediné, co jsem jí mohla říct: „Ano, ano, cangrejo.“ Dovedete si představit, jak chytla toho

kraba? Použila rýč, který používáte na kopání půdy. Ona ho zvedla, a on spadl. A ona ho znova zvedla, a on zase spadl. Říkala jsem: „Ne, nemůžeš to tak dělat.“ Ale ona mi nemohla rozumět a ptala se: „Co je, Mistryně?“ Já jsem opakovala: „Ublížíš mu. Padá. Poláme si nohy.“ Ale ona mi nerozuměla ani slovo. Takže jsem řekla: „Oh, můj Bože!“ Nakonec se unavila tím hraním si s ním, chytla ho za jednu nohu a nesla ho výše na pláž. Ona ho držela za tu nejmenší nohu, protože měla strach, že by ji mohl kousnout. Oba dva vypadali, že mají zábavu. Ona byla velice šťastná, že ho drží za tu nejmenší nohu, ale krab vůbec nevypadal šťastně.

Myslela jsem si: „Je po všem!“ Moje srdce rychle tlouklo. „Můj Bože, jestli mu zlomí nohu, neodpustím jí to. Hodím ji do moře,“ myslela jsem si. Ale nebyla jiná volba. Mohla jsem se jenom modlit k Bohu, aby byl krab v pořádku. Protože nebyla žádná jiná volba, protože kdyby ho tam upustila a on by nebyl připraven, vlny by ho smetly stejně pryč. Žádná cesta nebyla dobrá. Takže jsem musela trpět, když ho chytila za nohu, nosila ho tam a zpět a běžela po pláži, kde by na něho vlny nedosáhly. Nyní, když vám o tom říkám, to vypadá směšně, ale tehdy jsem byla velice smutná. Víte proč? Protože později se tomu krabovi něco stalo.



Zasvěcená sestra ho nakonec položila na pláž, ale ne dost daleko od vln. Mně se to nelíbilo, ale bylo to v pořádku. Tam to bylo lepší a jistější. Dotkla jsem se ho mým deštníkem, abych viděla, jestli je v pořádku, jestli tam ještě je a jestli se mu něco nestalo. Podíval se na mne a zvedl klepeta, snažil se mne vystrašit. Nebo byl velice vystrašený a bránil se. A potom se začal pohybovat směrem k vodě. Říkala jsem: „Ne, ne. Nechod tam. Je to nebezpečné.“ Ale nerozuměl anglicky. Takže jsem za ním běžela, a čím rychleji jsem běžela, tím rychleji běžel on. Díval se na mne velice obranně.

„Proč se bojíš? Neublížím ti. Já tě chci jenom zachránit,“ myslela jsem si. Ale nerozuměl mi, protože zasvěcená sestra ho postrašila tím, že ho držela za jeho nohu. Takže teď se díval na jakoukoliv lidskou bytost jako na nepřítele. Nevěřil ani mně. Viděla jsem, jak přicházejí velké vlny, a zpanikařila jsem. Snažila jsem se ho nabrat deštníkem. Ale neuspěla jsem, a potom přišla velká vlna. Dokonce i můj deštník byl spláchnut pryč. Byla jsem skoro vtažena do moře a krab byl pryč. Byla jsem velice smutná. Já jsem věděla, že žil ve vodě, ale za takových okolností nebyl připraven se vlnám bránit. Mohl dokonce zemřít. Stála jsem tam hodinu. Byla jsem smutná kvůli tomu nedorozumění a kvůli strachu, který mu mohl ublížit.

Ale vy si pravděpodobně myslíte, že jsem byla bláznivá, a přemýšlíte, proč se starám o kraba. Ale takto mne to ovlivnilo. Já mohu být ovlivněna dokonce i červem nebo mravencem, nebo muškou, nebo pouze krabem. Oh, vždy si vzpomenu, jak se díval. Díval se tak obranně. Byl ze mne velice vystrašený, ale bránil se. Vypadalo to, jako by mne znal, nebál se, ale stejně nechtěl přijmout šanci, takže se pohyboval. Byl smeten vlnami a já se za to obviňuji. Později jsem šla nahoru a dolů po pláži a hledala jsem ho. Možná budu mít šanci ho vidět, ale neviděla jsem ho. Celou noc jsem nemohla spát.

Typy, jak rozbít zvyky

Nejvyšší Mistryně Ching Hai

News 125
8.června 2001
Florida, USA
originál v angličtině



Otázka: Jak můžeme pomoci ostatním, kteří mají návyky, je překonat?

Mistryně: Jako drogy a alkohol? Měli byste je podpořit, pokud chtějí. Ale oni si musejí pomoci sami. A pokud se snaží si pomoci, měli byste je podpořit a povzbudit je, jak jen můžete. Ale jenom oni jsou těmi, kdo si mohou pomoci. Vy stojíte vedle, podporujete a povzbuzujete. Je to velice těžké. Ale pokud oni skutečně chtějí změnit návyk, zabere to tři týdny. Jakýkoliv návyk může být zničen během tří týdnů. Takže jim řekněte, ať vydrží 21 dnů. Potom je to hotové, ať je to cokoliv. Můžete změnit cokoliv během tří týdnů, pokud vydržíte každý den, až do 21. dne. Pokud to mohou do té doby vydržet, skončí se svojí závislostí.

Otázka: Co by specificky měli dělat během těch 21 dnů?

Mistryně: Abstinovat. Abstinovat od čehokoliv, na čem jsou závislí. Pokud jsou například alkoholicí, měli by abstinovat od alkoholu. Vyklidit lednici, zůstat stranou od přátel, kteří pijí. Dokonce ani nesníť o baru. Dokonce ani ve snu nechoďte blízko! Nechoďte kolem obchodu s alkoholem. Kamkoli jdou nakoupit, měli by zavřít své oči a jít přímo pro to, co chtějí. Pokud chtějí například máslo, měli by si zavázat oči a jít přímo jenom pro máslo. Nedívat se ani vpravo, ani vlevo, protože alkohol bude všude.

V té době by mohli nahradit alkohol věcí, kterou mají rádi na druhém místě, ale která jim neubližuje. Pokud se například rádi dívají na filmy, mohli by se vždycky dívat. Pokud mají rádi žvýkačku, měli by žvýkat žvýkačku, aby jejich pusa byla plná. Oni mohou pít. Vždy, když chtějí pít alkohol, měli by si dát mléko, sojové mléko nebo džus jako náhradu. A jestli byli zvyklí pít alkohol z určité sklenice, potom by si mohli dát to mléko do té sklenice a pít z ní. Nahradit to něčím, co je také motivuje a je pro ně zajímavé, ale neubližuje. Mohli by se zúčastnit také mnoha sportovních aktivit a potkat se s přáteli, kteří je podpoří. Mohou navštívit lékaře, změnit své prostředí a možná změnit svoji práci. Ale pokud to není nutné, možná mohou změnit něco na svém životním stylu. Například pokud vždy chtěli hrát fotbal, ale nikdy si skutečně nezorganizovali ten čas, aby to dělali, mohou jít a dělat to. Víte, cokoliv, co je zaměstná na 21 dní. A potom na to všechno zapomenou.

Přátelé jsou důležití, ale pouze dobří přátelé. Měli by se stranit svých přátel, kteří pijí. Samozřejmě mohou jít také na kurzy jógy nebo jít plavat. Duchovní praxe neuvěřitelně pomáhá, stejně tak jóga nebo meditace. Nahrazení nižší touhy těmi vyššími způsobuje, že se cítí více pozvednutí a hodnotní.

Většina lidí pije, protože se to stane zvykem. Také cítí, že život je tak nudný, proto pijí, a čím více pijí, tím méně aktivit mají. Čím mají potom méně aktivit, tím více jsou znudění. A tak to pokračuje, je to jako ďábelský kruh. Oni musí nahradit tento zvyk něčím lepším. Musí myslet na sebe. Například kdy se cítili předtím dobře, v celém jejich životě, od dětství do nynější doby? Jaký druh aktivit je nejvíce uspokojoval? Zapište si to – „za prvé“. Jací lidé jim dávali nejlepší podporu a s jakými lidmi se cítili nejšťastněji? Pište si to – „za druhé“. Jaká místa je velice těšila? Jaká místa v nich vzbuzují dobré vzpomínky? Zapište si to – „za třetí“.

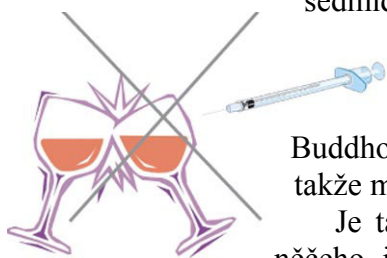
A měli by se ujistit, že v té době mají všechny tyto věci. To je pro ně velice důležité. Potom bude jejich život šťastný, naplněný a zajímavý. Budou mít dost síly a zájmu jít dopředu, aby zapomněli na svůj špatný zvyk. Kdyby tam jenom seděli a snažili se nutit se bez jakékoliv náhrady, zabili by se. Mohlo by to být velice tvrdé. Ale když je člověk tak zaneprázdněný, že v noci přijde domů a „padne mrtvý“, dokonce ani když je před něj postaven alkohol, nebude mít šanci si ho vzít. Může se pokusit, ale usne před tou lahví.

Je to podobné pro všechny z nás, nejen pro závislé lidi. Pokud procházíte těžkým obdobím, depresi nebo cokoli, možná máte zlomené srdce z milované lásky, která právě skončila, nebo z neúspěšného obchodu – cokoli, co vás zklamalo nebo způsobilo, že jste v depresi, jenom si za to hned najděte náhradu. Sedněte si a přemýšlejte zpět, jak si jen můžete vzpomenout: co vás předtím dělalo šťastné? Kdo způsoboval, že jste se cítili dobře? Které místo ve vás vzbuzovalo ten největší zájem nebo pocit ve vašem životě? Jděte tam, pokud je to možné. Sejděte se s těmi lidmi, kteří mají s vámi společné zájmy a kdo je pro vás dobrý, s kým se cítíte jistě, s kým cítíte, že jste milováni, podporováni a „kamarádčujete se“. Dělejte věci, které jste dělávali nebo které jste chtěli dělat nebo které jste už zkoušeli a o kterých víte, že způsobovaly, že jste se cítili skutečně dobře. Takže jděte za těmito věcmi. Zabývejte se těmito zajímavými věcmi a zajímavými lidmi a zajímavými místy. A potom ani nebudete mít čas dokonce myslet na alkohol.

Většinou pijeme nebo kouříme, protože se nudíme nebo jsme znepokojeni a máme starosti. Důvod, proč jsme znepokojeni, znuděni nebo máme starosti, je ten, že jsme bez lidí, které máme rádi a které milujeme. Jsme bez aktivit, které nás zajímají a jsou nám příjemné. Jsme v místech, kde jsme deprimováni, a v prostředí, které nemáme rádi. Čím více jste deprimováni v tomto prostředí bez přátel, bez zajímavých aktivit, tím více pijete nebo kouříte, nebo cokoli. Vytrvejte po dobu těžkých časů. Jedenadvacet dnů zaručuje, že přerušíte jakýkoliv zvyk, 21 dnů nejdéle, vždy. Můžete zničit jakýkoliv zvyk během jedenadvaceti dnů.

Takže víte, proč Šákjamuni Buddha šel sedět pod strom bódhi na 49 dní. On se jenom chtěl ujistit!

(Mistryně a obecenstvo se smějí.) Ježíš šel také do pouště na 49 dní. Proč 49 dní? Sedm krát sedm nebo sedm krát tři. Vzpomínáte si, jak Bůh stvořil svět za sedm dní? On v tom udělal chaos, ale alespoň to bylo v sedmi dnech. Takže my můžeme opakovat tento cyklus mnoha našimi aktivitami v životě, pokud chceme něčeho dosáhnout. To je důvod, proč máme někdy sedmidenní semináře. Mohli bychom to mít delší, ale teď je máme.



Kdo má čas, může zůstat déle – 21 dní nebo 49 dní a stát se okamžitě Buddhou. Po měsíci a půl bude Centrum plné chodících Buddhů (obecenstvo se směje). Proč ne? V Tibetu běhají Buddhové (Tulkus) po městě. Znamená to, že mají žijící Buddhy všude, takže my můžeme udělat nějaké zde. (Potlesk)

Je tady ale past. Když jste v takovém druhu deprese nebo v potřebě něčeho, je velice těžké se vzdát a jít na místa, která na vás působí příjemně, a kontaktovat lidi, kteří způsobí, že se budete cítit milováni a podpořeni, anebo jít dělat aktivity,

kteřé vám přinesou štěstí. Ale udělejte to! Musíte to jednou zkusit. A když se tam jednou dostanete, budete rádi, že jste to udělali.

Jenom to lidem řekněte. Musíte vyvinout úsilí, abyste začali. To je všechno. Začátek je důležitý. Když jednou začnete, budete pokračovat, protože se budete znova cítit příjemně a šťastně. Nebudete si vzpomínat na ten špatný zvyk. Stále si to můžete pamatovat, ale váš den je nyní plný aktivit a zajímavých lidí – vy děláte toto, jdete tam, mluvíte o tomto, děláte si legraci, objímáte se, máte párty a máte zábavu. Potom nemáte čas příliš přemýšlet. Možná přemýšlíte, ale méně intenzivně, než kdybyste neměli co dělat, jenom jste dělali vaši nudnou práci a měli jste nudný domov k návratu, neměli jste přátele a byli jste sami – to by vás zabilo. Nikdo nemůže vystoupit z tohoto druhu závislosti bez podpory, bez štěstí, které to nahradí. Vy potřebujete lidi, kterým na vás záleží a s kterými se budete cítit dobře, mít místa, kde se cítíte příjemně, a zdravé aktivity, které vás zajímají a způsobují, že se cítíte šťastní.



Překonejte vaši vlastní lenost

Překonejte vaši vlastní lenost

Nejvyšší Mistryně Ching Hai

News 125
11. června 2001
Florida, USA
originál v angličtině

Měli bychom dát ocenění každému, ať je na jakékoliv cestě, například lidem bez domova. Já to dělám stále. Když nějakého vidím, někdy otočím auto, jenom abych jim něco dala. Někdy si můj řidič stěžuje: „Je to těžké! Je to nepohodlné.“ Já říkám: „Ano, pro nás je to velice nepohodlné, ale pro toho muže je to ještě horší. Můžeš si představit, o kolik více nepohodlí musí překonat každý den? V porovnání s naším nepohodlím je jeho velmi velké. Takže se jenom otoč.“ Někdy je to na dálnici obtížné, samozřejmě. Ale v porovnání s jeho nepohodlím naše je velice malé. My si také můžeme udělat dvě minuty pro takovou osobu. Vždy můžeme překonat trochu nepohodlí, jenom abychom pomohli někomu venku. A on se cítí dobře, když to uděláte. On se cítí dobře, když jste porazili vaši vlastní lenost nebo výmluvy. Víte, co máte dělat, dělejte to. Oni se cítí dobře.

Mistryně vypráví vtipy

Jaká je to logika?

Nejvyšší Mistryně Ching Hai

News 125

1. října 1999

Florida, USA

originál v čínštině

Dva lidé šli chytat ryby. Šli si koupit vybavení, návnadu a videokameru. S tím přijeli k moři. Cesty byly špatné a jejich auto bylo hodně zničené, bylo promáčklé tady i tam. Většina jejich vybavení byla také zničena.

Když přijeli k moři, chytili pouze jednu rybu. Jeden z nich řekl: „To byl dneska skutečně špatný kšeft. Víš, kolik jsme utratili za tuto jedinou rybu?“

Ten druhý odpověděl: „Samozřejmě, že vím. Utratili jsme tisíc dolarů za tuto jedinou rybu. To je trochu moc!“

Ten první řekl: „Dobře, že jsme nechytili více, jinak by byly náklady ještě větší. Dva tisíce dolarů za jednu rybu!“



„Boží“ vůle?

Nejvyšší Mistryně Ching Hai

News 125

3. října 1999

Florida, USA

originál v angličtině



Byl muž, který byl velice zbožný. Věřil velmi v Boha. Ale také velmi věřil v preclíky. Jedl hodně preclíků. A hodně ztloustl. A přísahal Bohu, že jednoho dne toho nechá a nikdy se už preclíků nedotkne. Rozhodl se, že bude držet dietu, bude jíst zdravě, zhubne a bude hezký.

Takže se snažil změnit svoji cestu do práce. Zvolil jinou cestu namísto té staré, po které jezdil každý den kolem obchodu s preclíky. To proto, že když nebude vidět preclíky, nebude mít pokušení. Takže dobrá. To je dobré. Fungovalo to nějakou dobu, dva měsíce. A nikdy se nedotkl preclíků. Nikdy znovu nešel do toho obchodu.

Ale jednoho dne jel náhodou tou starou cestou. Jel kolem a viděl obchod s preclíky. A říkal: „Oh, můj Bože. Ne, ne!“ Ale potom si pomyslel: „Oh! To by mohlo být přání Boha.“ (Mistryně a obecenstvo se smějí.) On byl velice oddaný žák Quan Yin. On si myslel: „Oh, možná mě chce Bůh odměnit za to úsilí, které jsem vynaložil po všechny ty měsíce. Možná chce, abych dnes jedl nějaké preclíky.“ Dobrá, potom se modlil ve svém srdci. Začal říkat: „Oh, drahý Bože, pokud je to skutečně Tvoje přání, nech mne, abych našel parkovací místo přímo před vchodem. Potom budu vědět, že to je Tvoje přání.“ Takže našel samozřejmě parkovací místo přímo před vchodem, poté, co desetkrát objel blok. To je stejné jako s námi. Všechno je zorganizováno Mistrem!



**Modely navržené
Nejvyšší Mistryní Ching Hai**