

Meditovať celým srdcom

Dnes som získal dôkaz  
o tom, čo Majsterka  
povedala o niekom,  
že nemajú  
vnútorné skúsenosti  
ale majú celú kopy  
vonkajších skúseností.  
Například že máte  
viac lásky v srdci,  
vaša nálada  
sa zmenila  
a tiež, že sa staráte o ľudí.  
Všetky dobré vlastnosti.  
(Áno.)  
Tohto mám skutočne  
celú kopy.  
Od úplného začiatku  
som nemal  
žiadnu pochybnosť,  
pretože som veril tomu,  
čo ste mi povedali,  
nehľadať vnútorné zážitky,  
ak sa nedejú. (Áno.)  
A čo sa stalo dnes,  
z nejakého dôvodu,  
keď som išiel do meditačnej  
haly, náhle som sa  
z nejakého dôvodu rozplakal.  
A teraz na to mám  
vysvetlenie.  
Ak je môj výklad chybný,  
opravte ma prosím.  
Pretože cítim,  
že slzy zmyli  
poslednú vrstvu prachu  
z môjho oka múdrosti.  
Po tom plač  
sa zrazu dokážem  
koncentrovať tak ľahko.  
Je to skutočne bez námahy.  
Vidím to svetlo  
rovno tam.  
Skúšam to znovu.  
Vždy to vidím.  
(Áno.)  
Takže si myslím, že je to,  
akoby sa mojimi slzami  
vyčistilo zrkadlo.

Takže to je vysvetlenie,  
prečo sa v mojich očiach  
náhle objavili slzy.  
Ďakujem veľmi pekne,  
Majsterka.  
Dobre. Nemáte za čo.  
Získal som dôkaz.  
Ďakujem.  
Dobre, ďalší.  
Majsterka,  
niekomu som predtým  
sľúbila, že si ho vždy  
vezmem život po živote,  
život po živote.  
Áno? Ach môj Bože.  
Koľko životov  
sa chcete vrátiť?  
A potom?  
Mohli by ste mi odporučiť,  
čo mu mám povedať,  
aby som mohla  
vziať späť svoj sľub?  
Jednoducho mu povedzte,  
že beriete späť svoj sľub.  
Nechcem zraniť jeho city.  
Dobre, potom ublížite sebe.  
Prečo?  
Už sa viac za neho  
nechcete vydať?  
Nie život po živote,  
život po živote.  
Potom mu povedzte: „Dobre,  
jeden život v danom čase.“  
Povedzte mu: „Zoberiem si  
t'a v tomto živote ale možno  
tu už v budúcom živote  
nebudem, takže nemôžem  
dodržať svoj sľub.“  
Len to, dobre?  
„Pretože neviem, či tu ešte  
v budúcom živote budem,  
a možno budeš zvieratkom.“  
„Ako si t'a môžem zobrať?“  
Môžete si ho vziať ako  
domáce zvieratko.  
To je to, čo môžete sľúbiť?  
Dobre. Len mu povedzte,  
že predtým ste nevedeli,  
že odídete do iného,  
vyššieho kráľovstva.

Preto ste mu to sľúbili.  
A ak si vás chce vziať  
život po živote,  
potom bude musieť  
odísť aj on.  
Praktikujte spoločne,  
na rovnakej úrovni, rovnako  
usilovne a potom  
budete spolu stále.  
Aj to je dobré.  
Takto tiež  
dodržíte svoj sľub.  
Ináč nemôžete  
dodržať svoj sľub,  
ak on nepôjde rovnakým  
smerom ako vy,  
nie že by ste nechceli.  
Povedzte mu to tak. Dobre?  
Ak si zvolí inú cestu,  
potom nemôžete  
dodržať svoj sľub.  
Nie je to tak, že ho chcete  
porušiť. Len mu to vysvetlite.  
A ak on nechce,  
je to jeho voľba.  
Drahá Majsterka,  
po zasvätení sa môj život  
veľmi zmenil  
k lepšiemu  
a je plný zázrakov.  
Viem, že zázraky  
nie sú účelom nášho  
duchovného praktikovania.  
Áno, len si ich užite.  
Ale uvedomujem si,  
že praktikovanie  
Metódy Quan Yin  
robí naše životy oveľa  
lepšie a skvelé.  
Áno, áno,  
mám rada takýchto ľudí.  
To je pravda.  
Cítila som to isté ako vy,  
keď som bola ešte žiakom.  
Všetko bolo také pozitívne!  
A veci prichádzali dokonca  
skôr, než som požiadala.  
Keď som bola ešte žiakom,  
život bol taký  
hladký a príjemný.

Hoci s málom peňazí,  
cítila som sa  
každý deň šťastná.  
Vôbec nič ma neotravovalo.  
Bolo to zázračné,  
čokoľvek som si želala,  
veci sa objavili.  
Všetko bolo také  
hladké, pokojné  
a príjemné.  
Len sa tešte zo svojho života.  
Mám dve otázky.  
Dobre, pokračujte.  
Prvá otázka je:  
Niekedy počas meditácie  
nevidím nič  
ale cítim sa veľmi príjemne.  
Potom ste teda boli  
v stave sámadhi.  
Čo iné ešte očakávate,  
že uvidíte?  
Majsterka,  
mám niekoľko otázok  
o vnútornom svetle.  
Počas meditácie som videl  
rôzne formy svetla  
ale neviem,  
čo znamenajú.  
Obyčajne svetlo,  
ktoré som videl,  
vyplnilo celý vesmír  
ale niekedy sa objavilo  
vo forme žiarivého diamantu.  
To je v poriadku.  
Akékoľvek svetlo je dobré.  
Pokiaľ vidíte svetlo.  
Nebud'te vyberavý  
ohl'adne svetla.  
Druhá otázka:  
Meditoval som ľahko  
s plnou koncentráciou  
na oko múdrosti  
ale teraz, neviem prečo,  
sa zdá, že moja koncentrácia  
unikla niekam  
do neohraničeného priestoru.  
Kvôli tomu sa necítim  
dobre koncentrovaný.  
To je v poriadku.  
Ide vám to dobre.

Ešte jedna otázka o karme:  
Začala nás dosť bolieť hlava,  
kedykoľvek sme stretli tých,  
čo nedodržia prikázania  
striktne  
alebo nemeditujú dosť.  
Dosť sme sa museli usilovať,  
kým sme mohli dobre  
meditovať. (Rozumiem.)  
Ste príliš citlivá.  
Príliš citlivá?  
Sme jedným so všetkými  
bytosťami vo vesmíre.  
Nestaráme sa veľmi o to,  
kto si užíva pohodlia  
alebo kto trpí bolesťou hlavy.  
Keď si iní ľudia užívajú  
pohodlie, je to rovnaké,  
akoby sme si ho užívali my.  
Nerozlišujte,  
potom budete v poriadku.  
Dobre,  
čím viacej praktikujeme,  
tým citlivejšími sa stávame.  
Ale to je v poriadku.  
Preto  
potrebujeme praktikovať.  
Pokračujte to,  
pretože musíme  
zdieľať s ostatnými.  
Inak duchovné zásluhy,  
ktoré sme získali,  
by pre nás stačili.  
Presne ako peniaze,  
ktoré ste zarobili,  
nie sú len pre vás  
ale tiež pre vašich rodičov,  
vašu rodinu alebo  
pre chudobných. Preto  
musíme zarábať peniaze.  
Bolo by to nezmyselné,  
keby sme zarábali peniaze  
len kvôli sebe.  
Keby šlo len o vás,  
mohli by ste dokonca prežiť  
z dobročinnosti iných.  
Podobne,  
ak si niekto želá  
požehnať len sám seba,  
môže praktikovať

Pohodlnú Metódu,  
a žiadať duchovné zásluhy  
dostatočné akurát  
pre jedného.  
Drahá Majsterka,  
som z provincie Beijing.  
Je to prvýkrát,  
čo vidím Majsterku.  
Aj pre mňa je to prvýkrát.  
Takže ako sa máte?  
Cítim sa šťastný a vzrušený.  
Tiež som šťastná.  
Majsterka, ďakujem vám,  
že ste mi dali túto príležitosť.  
(To je v poriadku.)  
Prekonal som  
mnoho prekážok, hlavne  
predtým, než som sem prišiel.  
Úprimne som sa modlil  
k Majsterke, aby mi dovolila  
navštíviť tento seminár.  
A teraz sa moja modlitba  
naplnila.  
Áno.  
Než som sem prišiel,  
mnoho bratov a sestier  
mi pripomínalo, aby som  
Majsterke odovzdal  
ich srdečné pozdravy.  
Dobre, mám ich.  
Spolu praktikujúci v Číne  
sú takí úprimní,  
že sú odmeňovaní hojnými  
vnútornými skúsenosťami.  
Je to v poriadku.  
Aj keď nemôžete vidieť  
Majstra osobne,  
ste plní  
vnútorných skúseností.  
Drahá Majsterka,  
bol som zasvätený  
pred 2 rokmi a 4 mesiacmi.  
Ďakujem vám veľmi pekne  
a skutočne...  
Neviem, ako to povedať,  
ale skutočne počas  
tohto obdobia praktikovania  
meditácie Quan Yin  
som sa zmenil  
v iného človeka.

A naozaj tu nachádzam  
zmysel života.  
Skutočne? To je dobré počuť.  
A len by som rád  
veľmi poďakoval.  
Nemám otázku.  
Chcem o tom len povedať  
pár slov,  
každej sestre  
a každému bratovi tu,  
každému, kto má problémy,  
ide len o to,  
že každému prajem  
meditovať dlhšie,  
4-6 hodín.  
Ak to urobíte,  
jedného dňa zistíte,  
že vaše problémy zmizli.  
Majsterka nám už  
dala to najlepšie  
a ak si to ceníte  
Meditácia Quan Yin  
vás zmení  
a zmení všetku zlú karmu,  
zmení všetky bolestivé veci  
vo vašom živote.  
(Áno. Áno.)  
A to je jediný spôsob,  
ako to môžete urobiť.  
Máme všetko  
vo svojich rukách.  
Áno. To je pravda.  
Môžeme to zvládnuť.  
Len tvrdo praktikovať  
a zmeníme to.  
A to je cesta, ktorou pôjdeme.  
Ďakujem, Majsterka.  
Nemáte za čo.  
Áno.  
Tak to je. Skutočne!  
Osud je vo vašich rukách.  
Môžete urobiť,  
čokoľvek chcete.  
Rozhodnutie.  
Meditovať neznamená,  
že sedíte dlho,  
ale že musíte  
vstúpiť celou bytosťou  
do tej metódy,  
do meditácie.

Každý deň viac a viac.  
A potom čím viac,  
tým lepšie pre vás.  
A zistíte,  
že všetko je v poriadku.  
Tri, štyri hodiny by malo byť  
už v poriadku. Áno?  
Ale dve a pol hodiny,  
ak skutočne meditujete  
dve a pol hodiny, ak skutočne  
do toho dávate celú bytosť a  
zabudnete na všetko ostatné,  
potom je to tiež v poriadku.  
Jednoducho zistíte,  
že váš život je hladší  
a všetko vám bude  
viac k dispozícii.  
Samozrejme, čím viac  
meditujete, tým lepšie.  
Ale keď meditujete viac,  
už nebudete chcieť  
mať nič viac k dispozícii.  
Nebudete už nič viac chcieť.  
Majsterka, ako prekonať  
negativitu a nenávisť  
v mojom srdci?  
Mám problém,  
že som popudlivý.  
Zvyčajne počas meditácie  
sa veľmi ľahko  
zbavím podráždenosti,  
cítim sa pokojne, príjemne  
a veľmi šťastne.  
Avšak za trochu  
iných okolností  
som náchylný stratiť náladu.  
Viem, pretože ešte  
nie sme zvyknutí  
na nové okolnosti.  
Neviem, ako prekonať  
tento problém.  
Je to v poriadku, po nejakom  
čase budete v poriadku.  
Bol som neskrotné dieťa.  
Mal som 18 rokov,  
keď som bol zasvätený.  
Teraz cítim,  
že už som veľmi šťastný.  
Podľa môjho názoru  
Metóda Quan Yin

môže byť okamžitým liekom  
pre takéto neskrotné deti.  
Áno, to je pravda!  
Teraz ste menej popudlivý,  
však?  
Prvá otázka:  
Ľavá strana mozgu  
ovláda našu schopnosť  
počítania  
a logického myslenia.  
Pravá strana mozgu je  
na intuitívne odpovede.  
Nervové centrum  
našej schopnosti hovoriť  
je umiestnené  
pri ľavej strane mozgu.  
Majsterka nám hovorila,  
že príliš veľa rozprávania  
bude vyrušovať  
intuitívnu odpoveď  
pravej časti mozgu.  
Bude to zasahovať do  
našej schopnosti  
logického myslenia.  
Áno, ďakujem.  
V našom časopise News  
som čítala,  
že jedného dňa Majsterka  
letela rovnakým letom  
ako nejaký brat.  
On je veľmi dobrý  
v angličtine  
a bol na to pyšný.  
Možno,  
že jeho ego rástlo  
a Majsterka to cítila.  
Potom Majsterka vzala  
nejaký anglický časopis  
a prečítala ho  
v priebehu žmurknutia.  
Medzitým sa celý obsah  
toho časopisu  
zaznamenal  
v Majsterkinej mysli.  
Po prečítaní ho  
Majsterka odložila  
a bezchybne diskutovala  
o niektorých témach  
z časopisu  
s tým bratom.

Náhle bolo jeho ego preč.  
Viem, že Majsterka použila  
fotografickú pamäť –  
špeciálnu techniku,  
ktorú sa človek môže naučiť  
on niektorých špecialistov  
za cenu stoviek tisíc  
taiwanských dolárov.  
Majsterka,  
mohli by ste nás teraz  
naučiť túto techniku?  
Nie je treba sa to učiť?  
Čítanie normálnou  
rýchlosťou je fajn.  
Možno to bola  
špeciálna príležitosť,  
ako naučiť toho brata  
nejakú lekciiu.  
Je to len koncentrácia.  
Zvyčajne tiež čítam  
normálnou rýchlosťou.  
Nie je treba sa ponáhľať.  
Áno, rozumiem.  
V dnešnej dobe  
existujú ľudia,  
ktorí učia rýchle čítanie.  
V skutočnosti je to len zmena  
vášho zvyku spôsobu čítania.  
A je to odlišné  
od fotografickej pamäte.  
(Skutočne?)  
Nie je to celkom to isté.  
Je to vrodenný dar.  
Pričom rýchle čítanie  
je naučená technika.  
Napríklad  
vám môžem ukázať  
nejakú jednoduchú techniku  
iba rýchleho čítania,  
nie fotografickej pamäte,  
ktorá je  
vrodennou schopnosťou,  
ktorú sa nemôžete naučiť  
od niekoho iného.  
Jedine cez vaše usilovné  
duchovné praktikovanie  
by ste mohli získať  
niektorú z takých schopností.  
Necítite, že ste teraz  
rýchlejšia v konaní

ako predtým?  
(Áno.) To je znak  
prejavenia sa sily  
vašej fotografickej pamäte.  
Možno len trochu.  
Načo sa ponáhľať pri čítaní?  
Ak si to želáte,  
môžete sa vytrénovať,  
aby ste čítali rýchlejšie.  
Myslím, že to bude ľahké  
hoci ja som sa predtým  
nikdy netrénovala.  
Napríklad  
keď čítate nejakú vetu,  
najskôr sa zamerajte  
len na najdôležitejšie slová  
a zvyšok vynechajte;  
potom pokračujte v čítaní  
takýmto spôsobom,  
vetu po vete,  
môžete ľahko zachytiť  
všetky hlavné body.  
A po opakovanom  
samo tréningu  
dokázate čítať rýchlejšie  
a budete mať lepšiu pamäť.  
Pretože väčšina esejí  
je táravých,  
nie sú stručné  
ani podstatné.  
Preto je pre nás ťažké  
zachytiť hlavné body.  
O tom to všetko je.  
Je to také ľahké.  
Nemusíte premárniť  
stovky tisíc taiwanských  
dolárov, aby ste sa to naučili.  
Ďalšia otázka.  
Ak jeme živočíšne produkty,  
budeme ovplyvnení  
živočíšnou kvalitou.  
Znamená to,  
že ak bolo zvieratám súdené,  
že budú zabití,  
tak ten, kto ich zje,  
preberie rovnaký následok,  
že bude zabitý?  
Nie. (Nie celkom?)  
Nie.  
Všetky zvieratá sa boja smrti

a zápasia o svoje životy.  
To, o čo by sme sa mali  
zaujímať, je náš súcit.  
Nie je treba toľko diskutovať  
o príčine a následku.  
Načo ich nútiť zomrieť,  
keď sa ťažko usilujú prežiť?  
Slobodná vôľa  
je v našich rukách.  
Osud nikoho nie je  
predurčený alebo nemenný.  
Vždy existuje  
alternatívna voľba.  
Napríklad  
keď chytíte rybu,  
môžete sa rozhodnúť zjesť ju  
alebo ju pustiť.  
Jednoduchá voľba.  
Pustíte ju,  
ak máte súcit  
a božie vedomie.  
Viete, že „Môžem ju zabiť,  
ale neurobím to!“  
Vyberiete si cestu lásky.  
To je všetko.  
Osud nikoho nie je  
predurčený alebo nemenný.  
Bude „nemenný“,  
ak sa rozhodnete  
tú rybu zabiť.  
„Určený zomrieť!“  
Nie je to pravda?  
Podobne máme slobodnú  
vôľu kráčať cestou  
smerom k vyslobodeniu  
alebo smerom k pekle.  
Ak si zvolíte nasledovať  
Majstra, aby ste sa naučili  
vznešené ideály a meditáciu,  
aby ste znovu získali svoju  
inteligenciu a múdrosť,  
potom samozrejme  
budete kráčať našou cestou.  
Existujú rôzne cesty  
na výber.  
Presne ako na ulici,  
ak sa rozhodnete kráčať  
po určitej ceste,  
potom vás zavedie  
k určitému cieľu

a uvidíte  
také a onaké budovy,  
domy atď.  
Ak sa rozhodnete  
pre inú cestu,  
uvidíte iné, odlišné objekty.  
Preto ľudia hovoria  
„Náš osud je predurčený!“  
Pretože nech si zvolíme  
akúkoľvek cestu,  
zavedie nás  
k určitému cieľu.  
Je nemožné, aby tá istá cesta  
viedla k inému,  
odlišnému cieľu.  
Rozumiete? (Rozumiem.)  
To je všetko  
o nemennom osude.  
Po akej ceste sa rozhodnete  
kráčať, tam bude viazaný  
váš osud.  
Závisí to na tom,  
akým smerom si želáte  
upevniť svoj osud.  
Nikdy neverte  
že náš osud  
bol už určený.  
Vždy môžeme  
urobiť inú voľbu.  
Napríklad,  
predpokladajme,  
že ste robili zlé veci,  
ako zabíjanie zvierat,  
jedenie mäsa,  
pitie vína  
a branie intoxikantov.  
Teraz si môžete zvoliť  
kráčať po správnej ceste.  
Je nesprávne veriť,  
že ak ste raz kráčali  
po zlej ceste, že sa už  
nikdy nemôžete vrátiť.  
Môžete sa jednoducho otočiť  
iným smerom.  
To je všetko. Dobre?  
Vždy v každom čase  
môžete urobiť svoju voľbu,  
žiaden problém.