

Můžeme změnit návykový vztah ve vztah opravdový?

Ano, můžete. Klíčem je vědomá přítomnost v každém okamžiku. Abyste mohli opravdu milovat, musíte žít v přítomnosti a nesmíte se ztotožňovat se svým myšlením ani se svým emočním tělem. Svoboda, spása a osvícení spočívá ve vašem uvědomění, že jste Bytím pod povrchem myšlení, tichem pod povrchem duševního šumu a láskou a radostí pod povrchem bolesti. Přestat se ztotožňovat s emočním tělem znamená uvědomit si bolest, a tím ji překonat. Přestat se ztotožňovat s myšlením znamená být tichým a nezaujatým pozorovatelem vlastních myšlenek a chování.

Jestliže se přestanete ztotožňovat se svou myslí, mysl ztratí svou nutkavou potřebu odmítat realitu, což je příčinou všech konfliktů a bolesti. Jakmile přijmete to, co je, osvobodíte se z područí mysli. Připravíte podmínky pro lásku, radost a klid. Nejdřív přestanete odsuzovat sebe, pak přestanete odsuzovat partnera. Nejlepším katalyzátorem změny v partnerském vztahu je úplné přijetí partnera se všemi jeho vlastnostmi. Tím překročíte hranice svého ega.

Přestanete být obětí nebo pachatelem, žalobcem nebo obžalovaným. Přestanete být vtahováni do nevědomých problémů partnera, takže je přestanete posilovat. Pak se buď rozejdete - s láskou -, nebo budete žít společně v přítomnosti - ve sféře Bytí. Může to být tak jednoduché? Ano. Tak je to jednoduché.

Láska je stav Bytí. Láska není ve vnějším světě. Láska je ve vás. Nemůžete ji ztratit, ani vás nemůže opustit. Láska není závislá na vnějších formách. V tichu své vědomé přítomnosti vnímáte svou věčnou realitu jako neviditelný život, jež oživuje vaše hmotné tělo. Tentýž život pak vnímáte ve všech lidech a ve všech živých bytostech. Vidíte skrz závoj formy. To je realizace jednoty. To je láska.

Co je Bůh? Věčný Život pod povrchem všech životních forem. Co je láska? Vnímání věčného Života hluboko ve vás a ve všech bytostech. Veškerá láska je láskou k Bohu.

§

Láska není vybíravá, stejně jako není vybíravé sluneční světlo. Láska nikoho nevyklučuje. Výlučnost je „láskou“ k egu, nikoli láskou k Bohu. Lásku ovšem necítíme ke všem lidem stejně. Cítíte-li k někomu intenzivní lásku a on ji opětuje stejně intenzivně, lze říci, že máte milostný poměr. Nicméně pouto, které vás spojuje s milencem, je totéž pouto, které vás spojuje se všemi ostatními lidmi, ptáky, stromy a květinami. Rozdíl je pouze v intenzitě.

Dokonce i v návykových vztazích jsou okamžiky, kdy cítíte něco reálného, něco, co překračuje vaše návykové potřeby. V takových okamžicích je činnost vaší mysli utlumena a vaše emoční tělo spí. To se někdy stává během sexuálního aktu nebo když jste svědky narození dítěte nebo v přítomnosti smrti nebo těžké nemoci - v jakékoli situaci, jež činí mysl bezmocnou. V takových okamžicích se projevuje vaše Bytí, které je obvykle pohřbeno pod vaší myslí. V takových okamžicích jste schopni komunikace.

Skutečná komunikace je spojení - realizace jednoty, jíž je láska. Takové stavy jsou však přechodné, pokud nejste schopni zůstat soustředěni v přítomnosti. Jakmile se necháte ovládnout svou myslí, přestanete být sami sebou a začnete opět hrát role, které posilují vaše ego. Jste opět lidskou myslí, která předstírá, že je člověkem, zatímco hraje drama nazývané „láska“.

Láska může vzkvétat jedině tehdy, když jste se trvale osvobodili od své mysli a vaše vědomá přítomnost je tak silná, že rozpustila vaše emoční tělo - nebo když jste schopni být alespoň pozorovateli. Vaše emoční tělo vás už nemůže ovládat a nemůže zničit vaši lásku.

Od návykového k osvícenému vztahu

Napsal uživatel Administrator

Pátek, 24 Září 2010 19:19 - Aktualizováno Středa, 19 Leden 2011 13:18

Zdroj: Eckhart Tolle - Moc přítomného okamžiku