

ECKHART TOLLE

REČ TICHA

VÝBER NAJDÔLEŽITEJŠÍCH
MYŠLIENOK SVETOZNÁMEHO
DUCHOVNÉHO UČITEĽA

ECKHART TOLLE

REČ TICHA

VÝBER NAJDŮLEŽITEJŠÍCH
MYŠLIENOK SVETOZNÁMEHO
DUCHOVNÉHO UČITEĽA



eastone BOOKS



EZOTERIKA • POZNANIE • DUCHOVNÝ ROZVOJ

Stillness Speaks

Copyright © Eckhart Tolle 2003

First published in the United States of America by New World Library

All rights reserved.

Z anglického originálu Eckhart Tolle: Stillness Speaks

preložil Branislav Bačik.

V roku 2010 vydalo vydavateľstvo Eastone Books, Bratislava

v edícii **esprit**.

www.eastonebooks.com

Slovak Edition © 2010 by Eastone Group, a. s.

Translation © 2010 Branislav Bačik

Jazyková redaktorka: Katarína Vilhanová

Zodpovedná redaktorka: Marína Terenová

Cover: Zuzana Ilavská

Layout: Studio Eastone

Tlač: Kasico, a. s.

Všetky práva vyhradené.

Okrem použitia krátkych ukážok pre účely recenzie a kritiky žiadna časť tejto knihy nesmie byť reprodukováaná ani šírená v akýchkoľvek forme alebo akýmikoľvek prostriedkami bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa.

ISBN 978-80-8109-116-2

OBSAH




ÚVOD

KAPITOLA 1 TICHO A POKOJ	1
KAPITOLA 2 ZA HRANICAMI MYSLE	9
KAPITOLA 3 EGOICKÉ JA	23
KAPITOLA 4 PRÍTOMNÝ OKAMIH	35
KAPITOLA 5 KTO V SKUTOČNOSTI STE	45
KAPITOLA 6 PRIJATIE A POKORA	55

KAPITOLA 7 PRÍRODA	67
KAPITOLA 8 MEDZILUDSKÉ VZŤAHY	77
KAPITOLA 9 SMRŤ A VEČNOSŤ	89
KAPITOLA 10 UTRPENIE A UKONČENIE UTRPENIA	101
O AUTOROVI	113



ÚVOD



Skutočný duchovný učiteľ vás v bežnom zmysle slova nemá čomu naučiť, nemá vám čo odovzdať ani doplniť, žiadnu novú informáciu, presvedčenie či pravidlá. Jedinou úlohou takéhoto učiteľa je pomôcť vám odstrániť to, čo vás delí od uvedomenia, kým v skutočnosti ste a čo už v hĺbke svojho bytia viete. Duchovný učiteľ je tu na to, aby vám odhalil dimenziu vnútornej hĺbky, ktorou je okrem iného pokoj.

Ak sa obrátite na duchovného učiteľa – alebo siahnete po tejto knihe –, hľadajúc podnetné myšlienky, teórie, názory, intelektuálne debaty, budete asi sklamaní. Inak povedané, ak hľadáte potravu pre mozog, nenájdete ju. Unikne vám podstata učenia, podstata tejto knihy, ktorá nie je v slovách, ale vo vás. Je dobré mať to pri čítaní na pamäti. Slová sú len smerovníky. To, na čo poukazujú, sa nenachádza vo svete myšlienok, ale vo vás, v dimenzii oveľa hlbšej a nekonečne rozľahlejšej, ako je sféra myslenia. Jednou z jej vlastností je pokojná rovnováha, takže vždy, keď pri čítaní pocítite, ako vo vás rastie vnútorný pokoj, kniha plní svoje poslanie a pôsobí ako váš učiteľ: pripomína vám, kým ste, a ukazuje, kadiaľ vedie cesta domov.

Toto nie je kniha, ktorú by stačilo iba prečítať od začiatku do konca a potom odložiť k ostatným. Žite s ňou, často po nej siahajte, no čo je dôležitejšie, často ju zase odkladajte, niekedy ju namiesto čítania len tak držte v rukách. Mnohí

čitatelia budú prirodzene inklinovať k tomu, aby po každom odseku prestali čítať, pouvažovali, pozastavili sa a stíšili. Vždy je užitočnejšie a dôležitejšie prestať čítať, ako pokračovať v čítaní. Dovoľte knihe, aby plnila svoje poslanie, aby vás vymanila zo starých zabehaných vzorcov zacykleného a podmieneného myslenia.

Formu tejto knihy možno vnímať ako modernú podobu najstarších zápisov duchovného učenia: staroindických sútier. Sútry dokážu veľmi presne poukazovať na pravdu vo forme jednoduchých a nekomplikovaných aforizmov alebo krátkych výrokov. V podobe sútier sú zaznamenané aj védy a upanišády, zbierka prastarých posvätných náuk, ako aj slová Budhu. Aj Ježišove výroky a podobenstvá, ak ich neposudzujeme v rámci ich naratívneho kontextu, by sa dali označiť za sútry, rovnako ako hlboko pravdivé učenie obsiahnuté v diele *Tao-te-ting*, starovekej čínskej knihe múdrosti. Výhoda sútier spočíva v ich stručnosti. Sútry nezapájajú do učenia uvažujúcu myseľ viac, ako je potrebné. Podobný charakter textov v tejto knihe je obzvlášť výrazný v prvej kapitole („Ticho a pokoj“), ktorá obsahuje iba tie najstručnejšie výroky. Táto úvodná časť predstavuje podstatu celej knihy a niektorým čitateľom bude stačiť, keď si prečítajú iba túto kapitolu. Ostatné kapitoly sú určené čitateľom, ktorí potrebujú zopár ďalších značiek, vedúcich na cestu poznania.


Tak ako starobylé sútry, aj texty v tejto knihe sú posvätné a vznikli na základe stavu vedomia, ktorý môžeme nazvať ticho a pokoj. No na rozdiel od starovekých sútier nepatria k nijakému konkrétnemu náboženstvu či duchovnej tradícii, sú okamžite prístupné celému ľudstvu. A je tu aj istý pridaný pocit naliehavosti. Transformácia ľudského vedomia už nie je luxus, ktorý by bol dostupný iba niekoľkým osamoteným jednotlivcom, ale všeobecná potreba, ak sa má ľudský rod vyhnúť sebazničeniu. V súčasnosti sú totiž prejavy nefunkčnosti starého vedomia a vzniku nového čoraz výraznejšie. Situácia je, paradoxne, čoraz horšia a zároveň čoraz lepšia, hoci jej zhoršovanie je nápadnejšie, pretože robí toľko „hluku“.

Táto kniha, ako inak, používa slová, ktoré sa v procese čítania stanú vašimi myšlienkami. Ale nie sú to obyčajné myšlienky – opakujúce sa, hlučné, samoúčelné, vynucujúce si pozornosť. Myšlienky v tejto knihe, presne ako všetci duchovní učitelia, presne ako starobylé sútry, vám nehovoria: „Pozri sa na mňa“, ale „Pozri sa za mňa.“ Keďže vznikli z ticha, majú istú moc – moc zaviesť vás naspäť do ticha, z ktorého vznikli. To ticho je zároveň vnútorným pokojom a podstatou vášho Bytia. Toto vnútorné ticho zachráni a pretvorí svet.

KAPITOLA 1



TICHO A POKOJ



Keď stratíte vnútorný pokoj, stratíte kontakt sami so sebou. Keď stratíte kontakt sami so sebou, svet vás pomýli a vy sa v ňom stratíte.

Váš najvnútornejší pocit sebaidentifikácie, toho, kto ste, je neoddeliteľne spojený s pokojom. Je to *ža som*, ktoré je hlbšie ako akékoľvek meno či tvar.



Pokoj je vašou základnou povahou. Čo je to pokoj? Je to vnútorný priestor alebo vedomie, v ktorom sa slová z tejto stránky vnímaním menia na myšlienky. Bez vedomia by neexistovalo vnímanie, myšlienky ani svet.

Vy ste to vedomie, ktoré na seba vzalo podobu ľudskej bytosti.



Ekvivalentom vonkajšieho hluku je vnútorný hluk myšlienok. Ekvivalentom vonkajšieho ticha je vnútorný pokoj.

Kedykoľvek sa okolo vás rozhostí ticho, započúvajte sa doň. Všímajte si ho. Vnímajte ho. Načúvanie tichu vo vás prebúda dimenziu pokoja, pretože len v pokoji môžete pozorovať ticho.

Všimnite si, že v momente, keď vnímate ticho okolo seba, nepremýšľate. Ste pozorní, ale nepremýšľate.



Keď si uvedomíte prítomnosť ticha, okamžite sa vynorí stav tichej vnútornej pozornosti. Ste prítomní. Práve ste vykročili z odvekého prúdu kolektívneho ľudského podmieňovania.



Pozrite sa na strom, na kvet, na rastlinu. Nechajte na nich spočinúť svoju pozornosť. Aké sú pokojné, ako hlboko sú zakorenené v Bytí. Dovoľte prírode, aby vás naučila umeniu pokoja.



Keď sa dívate na strom a vnímate jeho pokoj, aj vy sa upokojíte. Spojíte sa s ním na veľmi hlbokoj úrovni. Cítite jednotu so všetkým, čo v pokoji a prostredníctvom pokoja vnímate. Cítiť jednotu so všetkými vecami je skutočná láska.



Ticho je užitočné, ale nie nevyhnutné, ak hľadáte pokoj. Aj keď je okolo vás hluk, môžete si uvedomovať ticho pod ním, uvedomovať si priestor, v ktorom tento hluk vzniká. Je to vnútorný priestor čistého vnímania, vedomie samo osebe.

Svoje vnímanie si môžete uvedomiť ako pozadie všetkých zmyslových vnemov, všetkých myšlienok. Uvedomovanie si vnímania je bránou k vnútornému pokoji.



Akýkoľvek rušivý zvuk môže byť rovnako užitočný ako ticho. Ako? Keď sa zbavíte vnútorného odporu proti hluku a dovolíte mu, aby bol tým, čím je, vaše prijatie vás vvedie do pokoja, do ríše vnútorného mieru.

Vždy, keď bezo zvyšku prijímate túto chvíľu takú, aká je, bez ohľadu na jej formu, ste pokojní, ste v mieri.



Zamerajte sa na voľný priestor – medzeru medzi dvoma myšlienkami, krátke, tiché miesto medzi slovami počas rozhovoru, medzi dvoma tónmi klavíra alebo flauty, alebo medzi nádychom a výdychom.