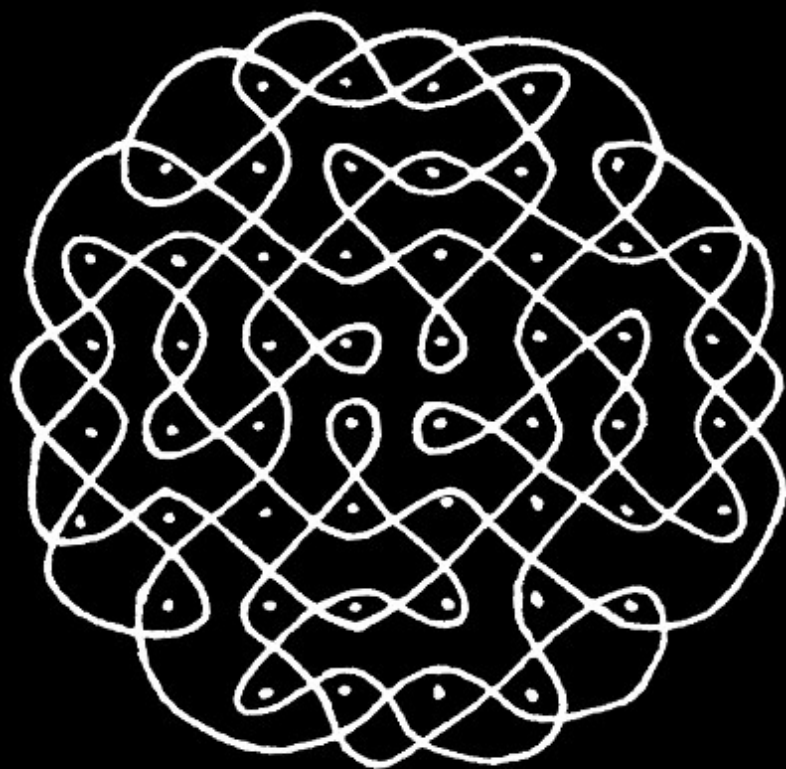


Josef Fric

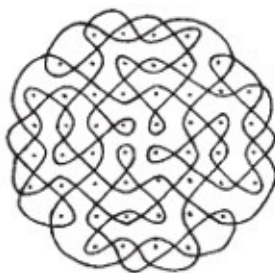
Svět mysli



Josef Fric

Svět mysli

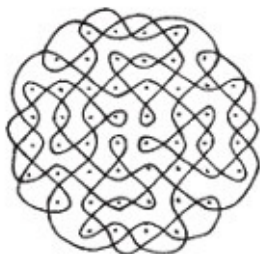
www.svetmysli.net



VOLVOX GLOBATOR

Josef Fric
Svět mysli

www.svetmysli.net



Copyright © Josef Fric, 2004

ISBN 978-80-7511-128-9

Vydalo nakladatelství & vydavatelství
Volvox Globator Štítného 17, 130 00 Praha 3
www.volvox.cz jako svou 659. publikaci
Obálka a grafická úprava Diana Delevová
Odpovědný redaktor Ladislav Dlabal
Epub připravil purehtml.cz
Vydání první Praha 2004

Adresa knihkupectví
VOLVOX GLOBATOR:
Štítného 16, Praha 3 – Žižkov

Věnování:

Ježíši Kristu za lásku,
Gautamovi Buddhovi za soucit a vytrvalost,
Šrí Ramanovi za moudrost,
Šrí Kršnovi za blaženost
a všem dalším svobodným bytostem
za to, že tu jsou.

Úvod

"Pro toho, kdo podmanil svou mysl, je mysl největším přítelem, ale pro toho, kdo svou mysl neovládl, je největším nepřítelem." Bhagavadgíta 6.6.

Tato kniha je stručným pokusem vysvětlit určité jevy vznikající v lidské mysli. Pokusil jsem se o jejich jednoduché a logické shrnutí, zejména se snažím postihnout jevy spojené s duchovní cestou člověka, tj. snahou porozumět sám sobě.

Duchovno člověka, jeho duchovní život, je to, co neustále zkoumá mnoho nauk, včetně náboženství, psychologie a filozofie. Otázky jsou nasnadě. Je duch vůdčí silou člověka nebo je pouze podřízen potřebám hmotného těla? Každý badatel má svůj názor a je nesnadné až nemožné tento názor sjednotit s názorem někoho jiného. Každý vychází z jiných předpokladů a na jejich základě dosahuje jiných výsledků.

Nejjednodušší pozici zaujímá praktický materialismus, který považuje svět za hmotný, bytost za hmotné tělo vybavené smysly a myslí pro orientaci v hmotném světě. Dále jsou různé idealističtější proudy filozofie až k náboženskému smýšlení, které uvažuje existenci nesmrtelné duše jako základu živé bytosti.

Pokusím se zde krátce a jednoduše přiblížit vznik onoho názoru náboženského, protože názory filozofické jsou jednak zpracované v mnoha obsáhlých publikacích a jednak jsou různými stupni mezi názorným materialismem na straně jedné a tajemným náboženským idealismem na straně druhé.

Hlavní smysl této práce je upozornit na opomíjené a většinou neznámé jevy, které však zcela zásadně ovlivňují kvalitu života lidských bytostí. Pokusím se zde naprosto logicky vysvětlit vše, co se označuje za tajemné, mystické a magické. Nicméně logikou nelze vysvětlit to, co leží mimo schopnosti naší mysli a představ, které se v ní vytvářejí. Nelze popsat pocity při dosažení osvobození, stejně jako stavy

doprovázející zastavení toku myšlenek – sámadhi. To jsou nepopsatelné vnitřní prožitky, které nemají v objektivním vnějším světě srovnání.

Tento celý text se zabývá zkoumáním vnitřních subjektivních prožitků, nikoli vnějším objektivním pohledem. To však neznamená, že by byl pro čtenáře nezajímavý, ba právě naopak. Každý člověk žije ve vlastním světě subjektivních názorů, které si vytvořil z objektivních pozorování. Zákony objektivního světa jsou velice dobře zpracovány, ale zákony subjektivního zpracovávání a prožívání jsou na okraji zájmu, protože se jedná o badatelsky nesnadno zkoumatelnou oblast. Pokud jsou zkoumány, tak jen na základě komerční sféry, která zcela jistě nehledá způsoby prožití šťastného života. Ani moderní lékařská věda není schopna nalézt příčinu duševních obtíží a jako celá naše medicína neléčí příčiny nemocí, ale jen jejich příznaky nebo důsledky. Naštěstí v minulosti byly doby, kdy se i tomuto oboru věnovala patřičná péče a unikátní výsledky bádání dávných i současných mudrců jsou nám k dispozici.

(52477)

Základní omyly vnímání a prožívání světa

"Všeprostupujícího ducha se nedotkne hřích ani dobrý skutek, ať jej vykonal kdokoli. Pokud je poznání bytostí zastřeno nevědomostí, tak jsou tyto bytosti zmatené iluzí."
Bhagavadgíta 5.15.

Tato kapitola uvede nejzákladnější jevy, které nejsou při zkoumání světa uvažovány. Tyto jevy nejsou moderními vědami popsány a jejich existenci připomínají pouze náboženské systémy. Mnoho náboženství však logický popis těchto jevů ztratilo ve složitém systému předpisů a rituálů. Pouze indický hinduismus nikdy neztratil kontinuitu a stále je schopen nejenom upozornit na tyto jevy, ale navíc i na jejich důsledky na kvalitu lidského života a dokonce nabízí i způsoby a metody odstranění problémů myslí pocházejících z těchto jevů.

1. omyl – Prožívaný svět je skutečný

"Celá duchovní cesta se odehrává pouze v naší mysli." Šrí Ramana Maharši

Při hledání se všechny obory lidské vzdělanosti zaobírají pouze tím, co vnímají lidské smysly. Pokud však chceme osobně získat co nejvyšší přesnost zkoumání světa, potom musíme dojít až ke zdroji všeho, až ke své mysli. Ptám-li se: "Jaký je svět?", potom nejprve musím odpovědět na otázku: "Kdo jsem a jak svět vnímám?" Nejprve musím jasně zkoumat to, co vlastně zkoumám.

Je svět, tak jak ho prožívám, skutečný? Co o něm vím? Okolní svět vidím (oči vnímají světelné záření), slyším (uši vnímají zvukové vlny plynného prostředí), cítím (nos vnímá chemické vlastnosti plynného

okolí), chutnám (ústa vnímají chemické složení přijímané potravy), hmatám (různé tlakové a teplotní senzory vnímají existenci pevných předmětů, kapalin a plynů), dále vnímám vnitřní informace těla (bolesti, hlad a další příjemné i nepříjemné vzruchy). Z těchto vjemů se v mysli sestaví představa světa. V mysli se vytvoří představa trojrozměrného prostoru a do něj jsou vjemy umístěny. V mysli tedy není zkoumán svět, ale jen jeho obraz sestavený z těchto jednotlivých smyslových vjemů. Kromě smyslů však zkoumající inteligence nemá žádný jiný důkaz o správnosti této představy poskládané ze smyslových vjemů.

Mysl zpracovává částečně vědomě, ale převážně nevědomě, milióny informací – myšlenek. Jednu chvíli je v představě hlavní jedna informace, po chvíli se do popředí dostává informace jiná a původní informace se v pozadí ukládá do paměti. Jakákoli informace, jakákoli myšlenka je vždy jen součástí obrazu, určitým detailem, ze kterých se výsledná představa skládá. Neexistuje žádný důkaz, že představa koresponduje s nějakým vnějším světem. Zároveň však neexistuje žádný důkaz, že vnější svět není. To důležité, co z této úvahy vychází, je poznání, že mimo představu obsahující obraz světa není pro zkoumající bytost nic jistého a i přesnost a důvěryhodnost této představy je velice nejistá.

Tato úvaha snad názorně osvětlila, že to, co běžně považujeme za skutečnost, je jen obraz světa. Zde odhalujeme první chybu v předpokladech. Při zkoumání předpokládáme, že zkoumáme svět, ale každý musí připustit, že to, co zkoumá, není svět, ale představa vzniklá v mysli. A nyní je nutno se skutečně zamyslet. Co je nutno nejdříve zkoumat, obraz světa a nebo raději fungování mysli? Není pozorovaný a prožívaný obraz světa závislý na fungování mysli více, než si dokážeme připustit?

2. omyl – Já jsem tělo.

"Nejprve poznejte, kdo jste. Pak vám bude vše jasné." Šrí Ramana Maharši

Všem nám je od dětství vštěpován tento názor. Jsi člověk, tělo, které se narodilo do tohoto světa. To, co vidíš, jsou ostatní lidé a při pohledu do zrcadla uvidíš svou podobu. Jsi člověkem. Nikoho nenapadne, že by vše mohlo být trochu jinak.

Podívejme se však na celou věc za uvážení prvního omylu.

To, co vidím je pouze vidina, představa vytvořená myslí. Odpoutejme se nyní od všech předsudků a vnímejme vše pouze jako vidinu. Uvedu malý příklad. Každý už viděl v kině film. Někdo prožívá příběh prezentovaný na plátně emotivně, pláče a směje se podle situace. Někdo vnímá příběh jen jako příběh někoho jiného a nezapojuje se do něj. Lidé, kteří filmy tvoří, vidí film jinak. Vidí jednotlivé scény, střihy, zvuky, efekty. Příběh filmu prakticky nevnímají tak jako obyčejní diváci, ale vnímají jak je celý film vytvořen. Stejně by měli lidé přistoupit i k vlastní představě vytvořené myslí. Měli by vnímat obraz na plátně myslí, měli by vnímat jednotlivé dílčí vjemy i následné zapracovávání do obrazu. Neznalý člověk se nechá vytvořenou představou klamat, znalý člověk ji vnímá jen jako představu a nenechá se jí obelstít.

Je možné vnímat část představy jako Já – já jsem toto tělo, které vidím v zrcadle a další část představy označit za Nejá – okolní svět? Pro většinu lidí je to naprosto přirozené, stejně jako tvrzení, že prožívaný hmotný svět je skutečný. Největší tajemství spočívá v tom, že označení části představy jako "Já" je čistě konstrukce mysli nad vytvořenou představou. Tato konstrukce je založená na odpozorovaných jevech a souvisí s vnuceným názorem "Já jsem tělo".

Pro většinu lidí bude další krok naprosto nepochopitelný, ale je naprosto logický. Lze sice říci, že "Já" jsem to, co vidím a prožívám ve své představě, což znamená, že "Já" jsem támhle ta ruka, támhle ta noha atd. Jednodušší a přesnější je však prohlásit "Já jsem ten, kdo vnímá" a ruka a noha jsou pouze částí vytvořené představy. Když zavřu

oči, ruce i nohy zmizí z mé představy. Nevidím je. Jiné smyslové vjemy sice dále podávají informace, ale hlavní lidský smysl, zrak je do mé představy nevkládá. Pokud je "Já" ve vytvořené představě, potom se objevuje a mizí v závislosti na smyslových vjemech, což je značně nelogické. Vnímající "Já" však existuje stále, na smyslových vjemech nezávisle.

Takže když víme, že celý náš svět je představa a ta je jen obraz hmotného světa, je také správné k němu jako k obrazu přistoupit. To, že část obrazu si označíme jinak než zbytek obrazu, nemá odůvodnění.

Jediný důvod je ten, že jsme se to tak naučili, což zcela určitě neznamená, že je to pravda.

Celý tento postup je určen k oddělení ducha od hmoty. Pokud připustíme, že prožívaný svět je jen představa, potom by se pokračováním názoru "Já jsem tělo" stalo vnímání "Já" pouze součástí představy, a tudíž pouze výtvořem mysli. Vnímání "Já" se novým pohledem stává sice těžko představitelným zdrojem mysli, ale je tak trvalé a naprosto nezávislé na představě, která se v mysli tvoří. "Já" jest jakýmsi pozorovatelem, který pozoruje to, co se v mysli děje.

Vy, vaše já, opravdu není tělo. Co znamená prohlášení: "Já si myslím"? Myslí si to noha či ruka? Myslí si to hlava? Myslí si to mozek? Ne. Ani mozek, tato dokonalá struktura, si to nemyslí. "Já si myslím" znamená "v mysli je nyní tato myšlenka" a ruka, noha, hlava ani mozek o ní vůbec nic neví. Stejně tak prohlášení "Já držím v ruce" není vlastní ruce. Ruka samotná vůbec neví, že něco drží. Kdo ale ví je ten, kdo celou mysl sleduje. Je to naše pravé Já, původ všech myšlenek. Je to vědomí, které si může uvědomovat signály ze smyslů a těla a řídit tělesné funkce. Je to duch, je to inteligence. Je to nepopsatelné a nepostižitelné, ale toto je naše pravé Já. Doporučuji studovat práce Šrí Ramany Maharšiho nazvané Kdo jsem Já? a Sebedotazování, kde mudrc vlastním způsobem popisuje hledání svého pravého Já.

Spojení základu nehmotného ducha, který se projevuje jako "Já" a hmotného těla je základní subjektivní omyl. Nelze velkoryse spojit vnímanou hmotu a vnímajícího ducha bez následných, byť pouze

subjektivních problémů. Tyto subjektivní problémy vycházející z tohoto spojení podstatně ovlivňují fungování mysli, psychiku člověka a tím i způsob prožívání života. Musíme si však uvědomit, že pouze toto prožívání života je v konečném důsledku jediným ukazatelem kvality života bytosti.

3. omyl – Mysl funguje logicky

"Co to vlastně nutí člověka spáchat zlý čin, když je hnán jakousi silou proti své vůli?" Bhagavadgíta 3.36.

Tento omyl je pouze doplňkem, abychom si uvědomili zásadní vliv mysli na vnímání světa a jednání lidí. Ze zkušeností víme, že různí lidé mají různé jednání v přibližně stejných situacích. Důvodem je pouze to, že situace, která vypadá objektivně stejně, je každým člověkem vnímána subjektivně různě a díky tomu i lidé různě jednají. Vše záleží na zkušenostech, schopnostech řešení problémů a sebeovládání jednotlivých lidí. Do určité míry se mysl chová logicky, ale při větší nebo dlouhodobější zátěži se začnou objevovat zkratkovitá emoční jednání, která s logikou už moc společného nemají. Záchvaty strachu, hněvu, zoufalství, pláče nebo agresivity jsou chvíle, kdy člověk již logicky nejedná. Emotivní jednání je sice objektivně trpěné, ale v subjektivním světě představuje jakousi černou skvrnu zakrývající část představy, kterou však mysl důmyslně nahradí vlastní představou. Tato představa se nikterak neliší od představy založené na smyslovém vnímání a je tudíž nerozpoznatelná. Pokud je těchto černých skvrn více, potom se velice významně podílejí na tvorbě představy, ve které daný člověk žije. V případě duševních nemocí se objektivní svět zprostředkovaný smyslovými vjemy podílí na tvorbě představy minimálně a představa je tvořena převážně poškozenou myslí. Ale i u ostatních jedinců se představa tvoří pouze za spolupráce mysli a

smyslových vjemů a dlouhodobé zátěže mysli vytvářejí citlivé spouštěče nekontrolovaného chování nebo zdroje trvalých duševních traumat.

(34660)

Druhy lidí podle stavu mysli

"Víra bytostí, podle jejich přirozenosti, bývá trojího druhu – založena v Čistotě, Vášni, nebo Nevědomosti. Slyš o tom." Bhagavadgíta 17.1.

Na úvod této kapitoly chci opět upozornit, že se neustále pohybujeme v subjektivním světě. V předchozí kapitole bylo uvedeno, že svět, tak jak jej prožívám je pouze představou vytvořenou díky úžasným schopnostem mysli. Dále jsem se snažil vysvětlit, že rozdělení představy na "Já" a okolní svět je pouze konstrukcí mysli a je logičtější uvažovat za "Já" zdroj mysli, pozorovatele, který si celou představu uvědomuje. Třetí omyl upozornil na to, že pouze stav mysli je odpovědný za lidské chování a prožívání života. Nyní se podívejme na to, jak se dá subjektivní svět prožívat.

Nevědomá bytost

"Lidé s povahou démonů nevědí co činit a co nečinit. Není v nich znalost čistoty, nemají dobré chování a postrádají pravdivost." Bhagavadgíta 16.7.

Nevědomá bytost žije v neochvějném přesvědčení, že prožívaný svět je skutečný a ona je hmotným tělem, žijícím v hmotném světě. To znamená, že nevnímá rozdíl mezi světem objektivním a světem subjektivně prožívaným. Z této situace vychází následující vlastnosti. Spokojenost a štěstí vychází z pokrytí potřeb těla, a proto se nevědomá bytost snaží hromadit majetek a zahrnovat smysly slastmi. Bohužel v mnoha případech okolní podmínky neumožní člověku naplnit své tužby, a tak potom člověk žije v pocitech nenaplnění, znechucení a

ohrožení. Tato dlouhodobá zátěž myslí vyvolává různé duševní problémy a poruchy. A tyto nové problémy zase zatíží již tak dost poškozenou mysl a mohou vést až k různým společenským a zdravotním problémům. Subjektivně lze stavy nevědomé bytosti popsat jako život ve zkreslené představě, rozpolcené pocitem ega tj. "Já jsem tělo". Tato představa je neustále proměnlivá, zatížená mnoha svazujícími vztahy a málokdy korespondující s přáními a touhami. Navíc tělo je pouze dočasné a neustále se blížící smrt je problém, se kterým se nikdo nevědomý nemůže skutečně vyrovnat. Díky tomu dochází k dalšímu pokroucení představy a je jen otázkou, jak dlouho bude tento proces narůstat, až se stane neúnosným a jaké řešení si nakonec bytost zvolí.

Hledající bytost

"Uvědoměním si toho, co je výše než rozum, pevným setrváním myslí ve svém Já, znič nepřítele ve formě touhy, kterého je těžko pochopit." Bhagavadgíta 3.43

Hledající bytost je ta, která se snaží poznat sebe a povahu světa a obrátila pozornost od objektivního světa k jeho subjektivnímu prožívání. Za pomoci mnoha metod může tato bytost postupně odstraňovat všechny omyly své myslí, a tak spočívat v čím dál větším klidu a spokojenosti. Hledajícími jsou všichni, kdo se obrátili k náboženským systémům, protože v jejich předpisech a rituálech jsou zakódována řešení všech složitých situací. Po vynaložení dostatečného úsilí dojde ke zlomu, kdy se prolomí v myslí zakódované bloky a dojde k uvědomění si skutečného stavu bez základních omylů. Takto hledající bytost dosáhne cíle a stane se bytostí osvobozenou. Nutno podotknout, že tento popis je věcný, ale naprosto nepopisuje stavy a změny, které probíhají v myslí a subjektivním prožívání světa.