



Pozdvihnuté srdcia a mysle

príbehy o sile Falun Dafa

vydavatelia Minghui

Copyright © 2023 Minghui.org

Všetky práva vyhradené, vrátane práva na reprodukciu
vcelku alebo po častiach v akejkolvek forme

Obsah

Úvod.....	7
Nesmierna sila Dafa	16
Vďaka Falun Gongu som sa stala ohľadupľnejšou.....	19
Ako prekonávam samolúbosť a stávam sa lepším človekom.....	21
Berme ťažkosti ako požehnanie, hľadajme zdroj našich ťažkostí vo svojom vnútri	24
Stredoškôľák z Ameriky: „To, čo sa potrebovalo zmeniť, bolo moje srdce a myseľ“	27
„Pani učiteľka, chcem sa naučiť Falun Gong!“ – neposlušný chlapec sa zmenil vďaka Falun Dafa.....	32
Vzdávanie sa pripútanosti k sláve a osobnému zisku	35
Rastieme spolu s Fa.....	41
Príbeh malého Beibeia z Číny	44
Objavenie nádeje v mori utrpenia - mladý muž našiel Falun Dafa vo väzení.....	47
Ako som sa stal zrelším v praxi Falun Dafa	50
Princípy Falun Dafa mi pomohli vyriešiť problém v práci.....	55
Krátke video mení život.....	59
Iný pohľad na svet prostredníctvom Dafa	61
Zdvihnutie sa z pádu na dno	63
Tínedžer a jeho pohľad na prínos z praktizovania Falun Dafa.....	66
Uplatňovanie princípov Pravdivosti, Súcitú, Znášateľnosti v mojom dennom živote	69

Kráčanie po spravodlivej ceste a začiatok nového života	72
„Pravdivosť, Súcit, Znásanlivosť“ pri šoférovaní	80
Ako Falun Dafa zmenil bývalého zlodēja	81
Len ťažko uveriť, akým človekom som bola predtým.....	87
Moje skúsenosti z práce v čínskej reštaurácii	91
Viceprezident spoločnosti: Moje nádherné skúsenosti z praktizovania Falun Dafa	97
Praktizovanie Falun Dafa a stávanie sa lepším človekom	101
Znovunadobudnutie šťastia, ktoré som zažívala ako dieťa	103
Najšťastlivejšie bytosti vo vesmíre.....	105
Nájdenie zmyslu života	108
Falun Dafa ma pozdvihol a urobil zo mňa lepšieho človeka.....	111
Naučiť sa povedať „bola to moja chyba“	114
Naša trieda sa teraz správa dobre.....	116
Falun Dafa je hlboko zakorenený v mojom srdci	118
Oddelovanie zrna od pliev	124
Ako som rozriešila dlhotrvajúci konflikt s mojím manželom	127
Hľadal som pomstu, no namiesto toho som objavil Čuan Falun.....	130
Dafa rýchlo mení ľudské srdcia.....	138
Čítanie knihy Čuan Falun znovu spojilo našu rodinu	140
Žijem nový život.....	141
Môj život je omnoho lepší, keď v srdci praktizujem Pravdivosť, Súcit a Znásanlivosť.....	144
Objavil som Falun Dafa a zanechal som život zločinca.....	147
Praktizovanie Falun Dafa v Taiwanskej armáde.....	149

Falun Dafa úplne zmenil môj život	153
Premena ťažkostí na príležitosti kultivovať Pravdivosť, Súcit a Znásanlivosť.....	156
Nový život pre mňa a moju rodinu	157
Ďakujem Vám, Majster Li.....	160
Doslov: Niekoľko slov od vydavateľov.....	163
Slovník.....	164

Úvod

Hoci je Falun Dafa hlboko zakorenený v starovekej čínskej kultúre, verejnosti ho prvýkrát predstavil v roku 1992 zakladateľ a Majster tejto praxe, pán Li Chung-č'. Dnes viac ako 100 miliónov ľudí na celom svete praktizuje jednoduché a ladné cvičenia a zároveň sa snaží žiť svoj život v súlade so základnými princípmi Falun Dafa: Pravdivosť-Súcit-Znášanlivosť.

Veľká väčšina ľudí, ktorí začnú praktizovať, zažíva výrazné zlepšenie v mnohých aspektoch svojho života. Zbierka krátkych článkov *Nový život a nová nádej - Liečivá sila Falun Dafa* opisuje hlboké zdravotné prínosy Falun Dafa. Táto kniha s názvom *Pozdvihnuté srdcia* a myseľ sa zameriava na ďalší dôležitý aspekt života ľudí: obrovský osobnostný rast, ktorý možno dosiahnuť kultivovaním charakteru prostredníctvom praxe Falun Gong.

Pôvod Falun Dafa

Od roku 1992 do roku 1994 uskutočnil Majster Li Chung-č' vyše 50 prednáškových seminárov o praxi Falun Dafa. Každý seminár trval približne 9 dní, pričom prednášky trvali každý deň asi dve hodiny. Počas prednášok bola približne hodina a pol vyhradená na výuku princípov Falun Dafa a posledná pol hodina bola venovaná výučbe cvičení. Počas seminára si teda jeho účastníci osvojili základ učenia Falun Dafa a naučili sa všetkých päť cvičení.

V decembri 1994 bola publikovaná hlavná kniha Falun Dafa, *Čuan Falun*, čím sa zároveň skončilo obdobie prednáškových seminárov. Kniha poskytla novým ľuďom možnosť naučiť sa praktizovaniu samostatne. Dlhoroční praktizujúci z nej mali úžitok tiež, keďže táto kniha je základným kameňom neprestajného zlepšovania sa a poskytuje praktizujúcim vedenie v každej fáze ich kultivácie.

Falun Dafa sa vďaka svojej veľkej sile zlepšovať zdravie a pozdvíhať charakter odlišoval od množstva iných systémov čchi-kungu, ktoré sa v tom čase v Číne vyučovali a praktizovali. Pred júlom 1999 bol za ranného svitania takmer každý čínsky park plný ľudí, ktorí tu praktizovali cvičenia. V každom meste ich vždy bezplatne vyučovali dobrovoľníci. Falun Dafa sa šíril predovšetkým ústnym podaním a rýchlo sa rozrastal. Medzi praktizujúcimi boli všetky vekové kategórie, pochádzali z rôznych oblastí a nachádzali sa vo všetkých spoločenských vrstvách a oblastiach života. Mnohé vládne organizácie a hlavné médiá uznávali a podporovali Falun Dafa.

Kultivačná prax

Falun Dafa je kultivačná metóda na pozdvihnutie mysle, ako aj na posilnenie fyzického zdravia. Aj keď pojem „kultivácia“ nemusí byť pre mnohých Západniarov známy, keď sa pozrieme na definíciu „kultivácie“ v slovníku, zistíme, že je spojená s pojmami ako „rast, rozvoj, zlepšovanie a zjemňovanie niečoho“. V tomto prípade ide o kultiváciu človeka a to prostredníctvom „vzdelávania, tréningu, práce a pozornosti“. Toto však ešte nie je všetko.

V Číne existuje bohatá tradícia kultivácie. Používa sa pre ňu termín xiu lian. Xiu znamená „opraviť“. Lian značí „taviť“ alebo „zušľachťovať“, pričom v čínštine tento znak vyzerá rovnako a má podobnú výslovnosť ako pojem „praktizovať (cvičenia)“. Toto je iba priamy preklad znakov, ktorý vytvárajú tento čínsky pojem.

Aby sme bližšie pochopili koncept kultivácie, pozrime sa na čínsku históriu. Asi pred 2500 rokmi sa v Číne objavil mudrc Lao-c'. Lao-c' napísal knihu Tao Te Ťing, ktorá sa stala najčastejším zdrojom, z ktorého sa ľudia dozvedeli o „Tao“ alebo „Ceste“. V podobnej dobe pôsobil v Indii Šákjamuni, ktorý tam 49 rokov šíril Zákon Budhovskej školy a ten si potom našiel cestu do Číny. Tieto dve hlavné školy následne sformovali základňu mnohých duchovných praxí v Číne.

Náboženstvá sa tiež pokladajú za formy kultivovania sa. Napríklad náboženstvo budhizmu, ktoré má chrámy, mníchov a mníšky, rituály

a mnohé ďalšie formality náboženstva. Je tam aj mnoho budhistických denominácií.

Budhovská škola je však veľmi rozsiahla a jej kultivačné cesty nekončia pri náboženstve. V tejto škole existuje mnoho praxí, ktoré nie sú súčasťou budhizmu. Často sa vyučujú len v malom kruhu, predávajú sa z učiteľa na žiakov, nepoužívajú náboženské formality a nemajú chrámy ani iné miesta uctievania. Sú to ale kultivačné cesty. Podobne je to aj v škole Tao. V rámci nej existuje náboženstvo taoizmu, no je aj mnoho taoistických praxí, ktoré nie sú náboženstvom. Takže v Číne nie je potrebné vyznávať určité náboženstvo, aby človek dosiahol cieľ pozdvihovania duchovnej úrovne – avšak človek potrebuje kultivačnú metódu. Keďže na Západe nemáme koncept kultivácie, čokoľvek duchovné, čo súvisí s pokračovaním ľudského sveta, tradične spadá pod koncept náboženstva.

Falun Dafa je takouto kultivačnou cestou a vo svojich hlavných princípoch – pravdivosť, súcit, znášateľnosť – zahŕňa esenciu všetkých kultivačných ciest. Skutočne, bez ohľadu na svoju náboženskú príslušnosť či duchovnú vieru, sa ľudia môžu stotožniť s týmito troma základnými princípmi Falun Dafa.

Praktizovanie Falun Dafa

Mnohé základné pravdy Falun Dafa boli vyučované súkromne po tisíce rokov. V čínskej histórii to bol bežný spôsob vyučovania a tieto univerzálne princípy boli často odovzdávané z učiteľa na žiaka. V 60-tych a 70-tych rokoch 20. storočia boli na verejnosti predstavené mnohé čchi-kungové školy. V tej dobe sa vyučovali hlavne cvičenia a niektoré základné princípy a týmto spôsobom si ľudia mohli zlepšovať zdravie.

Falun Dafa je kultivačnou praxou mysle aj tela, takže praktizujúci nielenže cvičí, aby si zvýšil energiu a zlepšil zdravie, ale tiež pracuje na svojom charaktere nasledovaním princípov pravdivosti, súcitu a znášateľnosti.

Samotné cvičenia nie sú náročné a dajú sa ľahko naučiť. Pán Li Chung-č' poskytol vysvetlenie každého cvičenia v knihe Veľká Cesta k dovŕšeniu Falun Dafa, z ktorej citujeme nižšie:

Prvé cvičenie má názov „Budha ukazuje tisíc rúk“.

„Základom pri cvičení Budha ukazuje tisíc rúk je roztáhovanie tela. Roztáhovanie uvoľňuje oblasti, v ktorých sa hromadí energia, povzbudzuje energiu v tele a pod pokožkou, takže mocne prúdi a automaticky pohlcuje veľké množstvo energie z vesmíru. Toto umožňuje všetkým meridiánom v tele praktizujúceho, aby sa otvorili na počiatku. Keď človek vykonáva cvičenie, telo bude mať zvláštny pocit tepla a existencie silného energetického pola.“

Druhé cvičenie má názov „Falun pozícia v stoj“.

„Falun pozícia v stoj je pokojnou meditáciou v stoj, skladajúcou sa zo štyroch koleso-držiacich polôh. Časté vykonávanie Falun pozície v stoj umožňuje úplné otvorenie celého tela. Je to všestranný prostriedok kultivačnej praxe, ktorý zvyšuje múdrosť, zvyšuje silu, pozdvihuje úroveň človeka a posilňuje božské sily. Pohyby sú jednoduché, ale pomocou cvičenia sa môže veľa dosiahnuť. Ruky začiatočníkov sa môžu zdať ťažké a bolestivé. Po cvičení sa bude celé telo cítiť uvoľnené, bez pocitu únavy, ktorý pochádza z práce.“

Tretie cvičenie nesie názov „Prenikanie dvoma kozmickými extrémami“.

„Prenikanie dvoma kozmickými extrémami privádza kozmickú energiu a premiešava ju s energiou vo vnútri ľudského tela. Počas cvičenia je veľké množstvo energie vylučované z tela a naberané do tela, čo umožňuje praktizujúcemu prečistenie tela vo veľmi krátkom čase. Cvičenie súčasne otvára meridiány na vrchole hlavy a uvoľňuje priechody pod chodidlami.“

Štvrté cvičenie má názov „Falun nebeský okruh“.

„Falun nebeský okruh umožňuje energii ľudského tela obiehať cez veľké oblasti – to znamená nie iba v jednom či niekoľkých meridiánoch, ale z celej yinovej strany do celej yangovej strany tela, nepretržite tam a späť. Toto cvičenie je ďaleko nad obvyklými metódami otvárania meridiánov a veľkým a malým nebeským okruhom. Falun nebeský okruh je kultivačná metóda na strednej úrovni. So základom, ktorý tvoria predchádzajúce tri cvičenia, môžu byť pomocou vykonávania tohto cvičenia meridiány celého tela (vrátane veľkého nebeského okruhu) rýchlo otvorené.“

Piate cvičenie má názov „Zosilňovanie božských síl“.

„Zosilňovanie božských síl je pokojným kultivačným cvičením. Je to mnohoúčelové cvičenie, ktoré zosilňuje božské sily (vrátane nadprirodzených schopností) a potenciál gongu, pomocou otáčania Faluna použitím budhov-

ských pohybov rúk. Toto cvičenie je nad strednou úrovňou a pôvodne to bolo tajné cvičenie. Vykonávanie tohto cvičenia vyžaduje sedenie s oboma nohami prekríženými. Prekríženie jednej nohy je prijateľné na úvodnom stupni, ak nemôže byť urobené prekríženie oboch nôh.“

Kultivácia charakteru

Aj keď Falun Dafa zahŕňa aj fyzické cvičenia, tie slúžia len ako doplnok ku kultivácii charakteru. Vo všeobecnosti sa dá povedať, že hlavnými nástrojmi kultivácie charakteru sú študovanie knihy Čuan Falun, najdôležitejšieho textu Falun Dafa, a následné uplatňovanie princípov pravdivosti, súcitu a znášanlivosti v živote človeka. Dôležitosť, ktorú Falun Dafa prikladá zvyšovaniu charakteru, ho odlišuje od väčšiny iných čchi-kungových metód, ktoré sa za posledné desaťročia rozšírili v Číne, keďže tieto sa sústreďujú hlavne na zdravie a telesnú kondíciu.

Význam slova „charakter“, ktorý sa používa v praxi Falun Gongu, je o niečo širší, ako je jeho slovníková definícia. V Čuan Falune ho Majster Li opisuje takto:

„Takže čo je charakter? Zahŕňa cnosť (čo je druh látky), znášanlivosť, schopnosť porozumenia, obeť, vzdanie sa rôznych túžob a pripútaností bežných ľudí, byť schopný trpieť ťažkosti a tak ďalej. Obsahuje veci z mnohých aspektov. Každá stránka charakteru musí byť zlepšená, aby ste spravili skutočný pokrok. Toto je rozhodujúci činiteľ pri zväčšovaní sily kungu.“

Keď si praktizujúci kultivuje charakter, berie všetko, čo sa v jeho živote deje ako skúšku a príležitosť na zlepšenie. Napríklad, ak niekto vynadá praktizujúcemu, ten to vezme ako šancu uplatniť pravdivosť, súcit, znášanlivosť. Namiesto hnevu a bojovania, praktizujúci pravdepodobne pochopí, že je lepšie nechať to tak, alebo pokojne a láskavo vysvetlí situáciu, ktorá konflikt priniesla. Neexistujú žiadne presné pravidlá na to, ako konať v každej situácii, no čítaním Čuan Falunu praktizujúci získavajú vlastné pochopenie toho, ako si kultivovať charakter a ako brať tieto ťažkosti, s ktorými sa každý z nás v živote stretáva, ako príležitosti na zlepšenie.

Praktizujúci počas kultivácie zistia, že často získavajú stále nové pochopenia toho, ako žiť podľa pravdivosti, súcitu a znášanlivosti. Na

začiatku svojej kultivácie bude pravdepodobne praktizujúci na urážku reagovať inak, ako po určitom čase, keď už lepšie chápe princípy.

Dalším aspektom kultivácie charakteru, ktorý sa v knihe Čuan Falun často spomína, je „zbavovanie sa pripútaností“. Je dôležité poznamenať, že to nie je koncept odpútania sa od života, či od svojich problémov. Naopak, je to proces, v ktorom sa človek postaví tvárou v tvár svojim nedostatkom a životným ťažkostiam a vystúpi nad ne. V kontexte kultivačnej praxe sa „zbavovanie sa pripútaností“ vzťahuje na postupné vzdávanie sa predstáv, správania a myšlienkových vzorcov, ktoré človeku bránia v úplnom prispôbení sa pravdivosti, súcitu a znášanlivosti.

Vzťah medzi duševným a fyzickým zdravím je mimoriadne dôležitý. Kultivovaním charakteru praktizujúci priamo a pozitívne ovplyvňujú aj svoje fyzické zdravie. To sa považuje za jeden z dôvodov, prečo má cvičenie Falun Dafa také vynikajúce výsledky pri liečení chorôb.

Vedecké zistenia

Presný spôsob, akým praktizovanie Falun Dafa lieči choroby, doposiaľ nie je modernou vedou pochopený, no jeho účinky sa vedeckými spôsobmi merať dajú.

Podľa štatistického výskumu čínskej vlády z roku 1998 praktizovalo Falun Dafa len v samotnej Číne 70 až 100 miliónov ľudí. Falun Dafa sa tak stal zďaleka najpopulárnejšou čchi-kungovou praxou v histórii Číny. Mnohí praktizujúci z vlastnej skúsenosti dosvedčili, že Falun Dafa má silné liečivé účinky. V roku 1998 sa v Pekingu uskutočnil prvý veľký zdravotný prieskum praktizujúcich Falun Dafa.

Podľa prieskumu na vzorke 12 731 účastníkov, 93,4 % z nich zažívalo zdravotné ťažkosti rôzneho druhu a 49,8 % trpelo aspoň tromi chorobami predtým, ako začali praktizovať Falun Dafa. Vďaka učeniu sa a praktizovaniu Falun Dafa sa zdravotný stav praktizujúcich zlepšil v rôznej miere, pričom 58,5 % uviedlo úplné uzdravenie. Pri porovnaní zdravotného stavu pred a po praktizovaní Falun Dafa, 80,3 % účastníkov uviedlo zlepšenie. Medzi týmito ľuďmi sa percento ľudí, ktorí uviedli, že sa cítia „veľmi energickí“ zvýšilo z 3,5 % pred praktizova-

ním, na 55,3 % po praktizovaní. Tieto čísla ukazujú, že Falun Dafa má pozoruhodnú účinnosť pri liečení chorôb, v zvyšovaní energie a v zlepšovaní celkového pocitu pohody. Byť zdravý znamená mať zdravé telo a zdravú myseľ. Prieskum ukázal, že 12 287 ľudí, teda 96,5 % účastníkov, sa po praktizovaní Falun Dafa cítilo psychicky zdravších.

Z pekinského výskumu vyplynulo, že počet ľudí praktizujúcich Falun Dafa sa každoročne zvyšoval, pričom tempo rastu bolo čoraz rýchlejšie. Skutočnosť, že Falun Dafa pritiahol taký veľký počet praktizujúcich v takom krátkom čase, poskytuje ďalší dôkaz o tom, že Falun Dafa je skutočne účinný v liečení chorôb a v zlepšovaní zdravia.

Podľa prieskumu praktizujúci Falun Dafa ušetrili krajine na zdravotných výdavkoch 3 270 yuanov za osobu ročne. Ak toto číslo vynásobíme miliónmi praktizujúcich, ľahko zistíme, že Falun Dafa ušetril Číne obrovské množstvo peňazí na zdravotné náklady a zdroje. Je to tiež jeden z dôvodov, prečo je Falun Dafa všeobecne považovaný za prospešný nielen pre jednotlivcov, ale aj pre celú spoločnosť.

Prieskum sa uskutočnil aj na Taiwane. Z 1 182 účastníkov, 72 % praktizujúcich Falun Dafa používalo len jeden preukaz zdravotného poistenia, ktorý umožňuje 6 návštev u poskytovateľov zdravotnej starostlivosti ročne, čo je takmer 50 % menej v porovnaní s bežnou populáciou. Výskum tiež poukázal na to, že Falun Dafa má pozoruhodný vplyv na odstraňovanie nezdravých návykov a závislostí. Štúdia preukázala 81 % úspešnosť pri odvykaní od fajčenia, 77 % pri abstinencii od alkoholu a 85 % pri odvykaní od hazardných hier.

Ak sa chcete dozvedieť viac o hlbokých liečivých účinkoch Falun Dafa, prečítajte si knihu *Obnova života a nádeje – Liečivá sila Falun Dafa*.

Prenasledovanie v Číne: „Zruinujte ich povest', zničte ich finančne a odstráňte ich fyzicky.“

Keďže Falun Dafa ponúka ľuďom tak veľa pozitívnych prínosov, veľmi rýchlo sa stal najpopulárnejším čchi-kungom v Číne. Počet praktizujúcich presiahol celkový počet členov Čínskej komunistckej strany (ČKS). Táto obrovská popularita pritiahla pozornosť Jiang Zemina, vtedajšieho vodcu ČKS. ČKS od svojho vzniku potláčala akú-

koľvek myšlienkovú rozmanitosť. Jiang a ďalší členovia vedenia strany nariadili polícii obmedzenie aktivít Falun Dafa a štátnym médiám, aby zmenili kurz a začali uverejňovať očierňujúce články o Falun Dafa.

V reakcii na súbor takýchto článkov sa niekoľko praktizujúcich vybralo do mediálnej agentúry v meste Tianjin. Chceli objasniť niektoré skutočnosti o Falun Dafa v nádeji, že sa vyriešia prípadné nedorozumenia. Na ich prekvapenie však boli ich pokojné diskusie prerušené, keď sa na nich vrhlo viac ako 300 príslušníkov polície, ktorí ich fyzicky napadli a 45 z nich zatkli. Keď boli vypočúvaní, úrady v Tianjine odkázali ostatným praktizujúcim, aby išli apelovať do Pekingu. Tiež im povedali, že zatýkanie sa uskutočnilo na základe nariadenia ústrednej vlády.

25. apríla 1999 sa okolo 10 tisíc praktizujúcich Falun Dafa vybralo apelovať na štátny úrad pre podávanie sťažností v Pekingu, v blízkosti ktorého je Zhongnanhai, vedenie ústrednej vlády ČKS. Vtedajší premiér Zhu Rongji sa s týmito praktizujúcimi stretol a v závere dňa nariadil polícii z Tianjinu, aby prepustila nespravodlivo zatknutých. Zopakoval tiež, že vláda nemá zasahovať do slobody vierovyznania.

Aj keď bol tento incident pokojne vyriešený, Jiang Zemin ho videl ako príležitosť na elimináciu skupiny, ktorú vnímal ako hrozbu. 20. júla spustil prenasledovanie naplno. Začali sa diať masové zatknutia, bitky a nezákonné väznenie desiatok tisíc praktizujúcich Falun Dafa. Polícia páčila knihy Falun Dafa a prehľadávala domovy praktizujúcich, médiá naplňali verejný priestor propagandou na očiernenie Falun Dafa. Neskôr, keď sa prenasledovanie Falun Gongu ukázalo ťažšie než sa predpokladalo, Jiang vydal neslávne známe nariadenie, ktorým sformoval genocídnu povahu tohto prenasledovania: „Zruinujte ich povest', zničte ich finančne a odstráňte ich fyzicky.“

Po rokoch intenzívneho celonárodného prenasledovania boli milióny praktizujúcich zatknutých, zadržaných alebo poslaných do táborov nútených prác bez súdneho procesu. Tisíce ľudí bolo poslaných do psychiatrických liečební, kde im podávali psychotropné látky, ženy boli sexuálne zneužívané v policajnej väzbe. Niektoré z nich boli proti svojej vôli nútené podstúpiť interrupciu. Boli odhalené ešte desivejšie zverstvá: Rozsiahla sieť čínskych pracovných táborov, zadržiavacích

centier a tajných koncentračných táborov sa využíva na odoberanie vnútorných orgánov žijúcim praktizujúcim Falun Gongu. Ich orgány sa predávajú za vysoké sumy v rámci transplantáčného obchodu. Telá takto zabitých praktizujúcich sa následne spopolnia kvôli zničeniu dôkazov.

K dátumu vydania tohto textu sa aj napriek prísnej cenzúre podarilo potvrdiť takmer 5000 obetí, ktoré zahynuli v policajnej väzbe, zväčša ako výsledok mučenia. Keď sa však odhalia temné tajomstvá Čínskej komunistickej strany, skutočné čísla budú mnohonásobne vyššie.

Falun Dafa je dnes známy celom svete a všade okrem Číny sa mu darí. Táto prax sa rozšírila do viac než 70 krajín, získala vyše 1000 ocenení a rôznych ďalších foriem podpory, či už od vládnych alebo občianskych organizácií. Napriek brutalite, ktorej sú praktizujúci v Číne vystavení, sa zatiaľ nevyskytol ani jeden prípad odvety alebo násilia zo strany praktizujúcich. Uplynulé roky sú silným svedectvom univerzálnosti princípov „pravdivosť, súcit, znášanlivosť“ a pevného odhodlania ľudí, ktorí žijú podľa týchto zásad.

Záver

Za veľmi krátku dobu mal Falun Dafa a učenia Majstra Li Chung-č' silný pozitívny vplyv na celom svete. Radi by sme sa podelili o prínosy Falun Gongu a preto sme vydali tento zväzok krátkych článkov od ľudí, ktorým prax Falun Dafa pomohla pozdvihnúť sa a priniesla im zlepšenie života po duchovnej i fyzickej stránke.

Milióny ľudí po celom svete si vďaka praktizovaniu Falun Dafa zlepšili zdravie a charakter. Príbehy, ktoré tu uvádzame, predstavujú len nepatrný zlomok pozitívnych príkladov. Mnohí ľudia začínajú pociťovať zmeny k lepšiemu jednoducho čítaním Čuan Faluna. U iných sa zlepšenia dostávajú postupne, keď usilovne praktizujú cvičenia a študujú učenie. Hoci cieľom praktizovanie Falun Dafa by nemalo byť vyliečenie choroby, mnohým praktizujúcim sa stalo, že keď vo svojom živote začali nasledovať princípy „pravdivosti, súcitu a znášanlivosti“, ich myseľ sa uvoľnila a problémy, ktoré sa zdali byť bežnými prostriedkami neprekonateľné, častokrát zázračne zmizli.

Nesmierna sila Dafa

Od praktizujúceho Falun Dafa z Veľkej Británie

Na Falun Gong som natrafil na internete v marci 1996. Stiahol som si materiály a začal som ich čítať spolu s manželkou. Jeho filozofia na nás oboch urobila veľký dojem a cvičenia mali na nás okamžitý účinok. Celé sa nám to páčilo. Nebolo tu nič, čo by sme nemohli prijať. Obaja sme zažili nesmierny pocit šťastia, pretože sme konečne našli to, čo sme vždy hľadali.

V tom čase sa vo Veľkej Británii nekonali žiadne kurzy, no už o týždeň som sa vo Švédsku zúčastnil na konferencii Falun Gongu. Strávil som tam šesť dní a stretol som sa s mnohými praktizujúcimi. Veľmi ma mňa zapôsobila ich priateľskosť a láskavosť. V závere týchto šiestich dní som už vedel, že Falun Gong je niečo, čo je veľmi dobré a tiež že je to niečo, čo môžem aj sám praktizovať.

Od tej doby som sa začal veľmi meniť. V nasledujúcich riadkoch opíšem niektoré zo zmien, ktoré som si u seba všimol.

V práci som sa začal činiť omnoho lepšie ako predtým. Som konzultantom v oblasti manažmentu a moja práca zahŕňa poradenstvo inštitúciám v oblasti riadenia ich zamestnancov. Pred praktizovaním Falun Gongu som bol odhodlaný dostať sa čo najrýchlejšie na vrchol svojej kariéry. Keď som nebol povýšený, tak ako som očakával, bol som nahnevaný. Naproti tomu, odkedy praktizujem Falun Gong, vôbec sa už netrápim povýšením. Snažím sa robiť to najlepšie pre svojich klientov a skutočne počúvam, čo chcú dosiahnuť. Nezameriavam sa na zisk, ktorý na projekte dosiahnem ja sám. Ak môže klientovi pomôcť niekto iný viac než ja, poviem mu to a nesnažím sa získať projekt pre seba. Svo-

Jim klientom vždy ponúkam veľmi rozumnú cenu, pretože nechcem so žiadnym z nich zaobchádzať nespravodlivo. Za posledné dva roky som bol dvakrát povýšený a pre svoju spoločnosť predávam štyrikrát viac zákazok ako predtým. Som si istý, že keby som nepraktizoval Falun Gong, nestalo by sa to.

V práci mi Falun Gong pomohol zvládať stres. Pri mojej práci môže chyba stáť moju spoločnosť mnoho stoviek tisíc libier. Predtým ako som začal praktizovať Falun Gong sa mi niekoľkokrát stalo, že som v noci nemohol spať kvôli rôznym obavám. Odkedy praktizujem Falun Gong, spím veľmi pokojne, hoci sa tlak v mojej práci zvýšil. Je to preto, že už nemám nezdravú pripútanosť k svojej práci alebo k svojmu postaveniu vo firme. Vždy sa snažím robiť veci najlepšie ako viem. Ak spravím chybu, čo najrýchlejšie ju napravím a pokračujem ďalej. Už sa nesnažím svoje chyby skrývať.

Doma som sa tiež zmenil. Pred praktizovaním Falun Gongu som býval pripútaný k tomu, aby som mal zo všetkého to najlepšie.

Bol som veľmi materialistický a súťaživý. Bol som pripútaný k tomu, aby som mal najnovšie elektronické vychytávky, najlepšie auto, dom, dovolenku, oblečenie, jedlo atď. Dnes je to už inak. Kupujem si len veci, ktoré sú potrebné a mnohých vecí, ktoré som si kúpil predtým, som sa vzdal. Splatil som všetky dlhy. Snažil som sa zjednodušiť svoj život, ako sa len dá.

Odkedy praktizujem Falun Gong, všimol som si, že mám oveľa viac energie. Predtým som potreboval spať aspoň 8 hodín, teraz spím 4 až 5 hodín a vôbec sa necítim unavený. Čas navyše využívam na potrebné veci.

Zmenila sa aj moja osobnosť. Pred cvičením Falun Gongu som vždy hľadal spôsob, ako dosiahnuť svoje osobné ciele v každej situácii. Teraz sa vždy snažím myslieť na to, ako čo najlepšie pomôcť ľuďom okolo seba. Napríklad často trávim voľný čas dobrovoľníckou prácou na seminároch Falun Gongu, aby z neho mohli mať prospech aj ostatní. Pred praktizovaním som si nevedel ani predstaviť, že by som strávil tak veľa času činnosťou bez akejkoľvek finančnej odmeny.

Jednou zo skúšok, ktorú momentálne zažívam, je správať sa rovnako ku všetkým ľuďom, ktorých stretnem. V práci aj v súkromnom ži-

vote sa stretávam s ľuďmi, ktorých mám rád, aj s tými, na ktorých mám negatívny názor. Nehovorím im to, ale myslím si to. Uvedomujem si, že je to spôsobené mojimi pripútanosťami. Mám tendenciu mať rád ľudí, ktorí zmýšľajú rovnako ako ja, a nemám rád ľudí, ktorí zmýšľajú inak ako ja. To znamená, že si myslím, že môj spôsob myslenia je najlepší, čo je samozrejme pripútanosť.

Napríklad sa stalo, že na seminár Falun Gongu v Londýne prišla nová záujemkyňa, ktorá nerozprávala zdvorila a bola hrubá na ľudí okolo seba, vrátane mňa. Mal som pocit, že len „milí“ ľudia sa môžu stať serióznymi praktizujúcimi Falun Gongu. Myslel som si, že táto pani nebude schopná robiť cvičenia a veľmi rýchlo sa Falun Gongu vzdá. Prekvapilo ma, že hneď v prvý deň dokázala cvičenia robiť veľmi dobre a vyše jeden a pol hodiny a že si neskôr kúpila knihu Falun Gong. To ukazuje, aké nesprávne je posudzovať ľudí na základe mojich vlastných predstáv.

Na záver by som rád povedal, že Falun Dafa považujem za najúžasnejšiu vec v mojom živote. Urobil zo mňa lepšieho človeka a môj život je vďaka nemu omnoho jednoduchší a šťastnejší. Budem sa aj ďalej zo všetkých síl snažiť zlepšovať sa.

Vďaka Falun Gongu som sa stala ohľadupľnejšou

Od praktizujúcej Falun Dafa na Taiwane

Už od detstva som bola veľmi spoločenská a aktívna. Moja rodina mi dala prezývku „divoký kôň“. Rada som športovala a získala som aj veľa ocenení za reprezentovanie svojej základnej a strednej školy na turnajoch. V učive som však ďaleko zaostávala. Vysoké hodnotenia, ktoré som dosahovala športom, tak kompenzovali moje slabé výsledky v iných predmetoch.

Aby som pomohla domácej finančnej situácii, nasledovala som kroky svojich troch bratov a popri škole som sa zamestnala na čiastočný úväzok. Cez deň som pracovala a večer som študovala na technickej škole. Náš otec zomrel na rakovinu ešte než som dosiahla dospelosť. Traumatizovaná a zarmútená jeho smrťou som sa začala venovať dosť deštruktívnym činnostiam, ako napríklad hazardným hrám, alkoholu, bitkám, bezohľadnému šoférovaniu, klebeteniu, no aj premýšľaniu o hrozných veciach.

Milovala som šport. Trénovala som ráno, po práci a pred vyučovaním. Potenie bolo vtedy pre mňa prostriedkom, ako si dokázať, že som stále nažive. Zúčastňovala som sa aj na rôznych súťažiach a získala som veľa rôznych ocenení. Bola som vystavená mnohým pokušeniam a pohltila ma honba za slávou a ziskom. Postupne som sa v tom všetkom stratila. Všetok svoj čas a energiu som venovala snahe šplhať sa v kariére na vrchol. Moja rodina ma prestávala chápať. Dôvera medzi mnou a mojimi priateľmi sa vytrácala a môj zdravotný stav sa zhoršoval, keďže som sa fyzicky preťažovala.

Jedného dňa mi moja stará známa doniesla populárne noviny, v ktorých boli veľmi pozitívne a inšpiratívne príbehy. Keď som ich čítala cestou domov v metre, začali mi po tvári tiecť slzy. Čítala som príbehy o tom, ako byť láskavým človekom a dozvedela som sa veľa nových vecí. Jeden článok, ktorý som čítala, hovoril o prenasledovaní praktizujúcich Falun Gongu v Číne. Keďže som sa chcela dozvedieť viac, o niekoľko dní neskôr som začala čítať Čuan Falun.

Po tom, ako som knihu prvýkrát dočítala, som sa pridala k cvičebnému miestu v mojom okolí. A stalo sa niečo zázračné. Nikdy v živote som nezískala žiadne štipendium, ale po tom, čo som začala praktizovať Falun Gong, som dostala štipendium v troch po sebe nasledujúcich školských semestroch! Uvedomila som si, že dobré známky boli výsledkom lepšieho sústredenia pri štúdiu, ktoré som získala vďaka praktizovaniu Falun Gongu.

Po roku môjho praktizovania Falun Gongu manželka môjho brata poznamenala, že som sa veľmi zmenila. Stala som sa podľa nej skromnejšou a už som sa toľko nesústredila na povrchné veci. Moja sestra zas cítila, že som omnoho citlivejšia k ostatným a často sa iniciatívne snažím pomáhať iným. Okrem toho aj moji kolegovia žasli nad tým, ako som za taký krátky čas urobila také pozitívne zmeny. Hovorili, že obdivujú moje nasadenie a oddanosť práci. Okrem toho si aj členovia môjho tímu všimli, že už nie som taká agresívna, ako predtým. Spomenuli aj ďalšie pozitívne zmeny, ktoré na mne vidia.

Nedávno som počula, ako ľudia hovoria o mojom mladistvom vzhľade. Nemohla som si pomôcť a spomenula som si na jednu príhodu, keď som bola ešte na strednej škole: Šli sme vtedy von s kamarátkou a stretli sme jej známu. Tá sa jej priamo opýtala: „Ty chodievaš von so svojou tetou?“ Bola som z toho trochu v šoku a nevedela som, či sa mám smiať alebo plakať. Viem, že za zmenu svojho vzhľadu vďaka Falun Gongu. Je to metóda kultivácie mysle a tela a mnohí praktizujúci vďaka nemu zažívajú výrazné zlepšenie svojho výzoru. Platí to dokonca aj u starších ľudí.

Ak sa zaujímate o Falun Gong, odporúčam prečítať si knihu Čuan Falun, kde nájdete odpovede, ktoré hľadáte.

Ako prekonávam samolúbosť a stávam sa lepším človekom

Od západnej praktizujúcej z USA

Koncom júna 1999 som začala praktizovať Falun Gong. V tom čase som už robila cvičenia Falun Gongu asi tri mesiace a zároveň som sa venovala tibetskému budhizmu. Po vypočutí si deväťdňovej série prednášok som chvíľu váhala, no potom som sa rozhodla venovať sa už len praktizovaniu Falun Dafa. Vedela som, že do tej chvíle som nerobila žiaden pokrok v kultivácii. Hoci stále pracujem sa svojom zlepšovaní a mám pred sebou ešte dlhú cestu, pri pohľade späť vidím, že som v tomto smere spravila istý pokrok.

Som Američanka druhej generácie, pričom mám poľských a rusko-nemeckých predkov. Členovia mojej rodiny boli nepraktizujúcimi katolíckmi a protestantmi a pri rozlišovaní medzi dobrým a zlým do mňa zasahovali ich kresťanské koncepty. Všetci z nich boli vychovaní veľmi pobožnými matkami. Moji rodičia pochádzali zo skromných pomerov a vyrastali počas hospodárskej krízy. Nevieam, či preto, alebo skôr napriek tomu túžili, aby ich deti uspeli v materiálnom svete, a tak považovali úspech v škole za veľmi dôležitý. Kým som sa dostala na strednú školu, naučila som sa súťažiť o dobré známky. Zároveň som však mala dosť rozumu na to, aby som sa cítila zahanbená svojou vlastnou túžbou byť najlepšia. Nakoniec som sa stala dobrou nielen v škole, ale aj v analyzovaní vlastných chýb (a chýb ostatných) a tiež som si vyvinula schopnosť javiť sa ako úžasný človek. Bola som veľmi radostná a nápomocná. Mala som veľmi altruistický prístup. Kým som začala

študovať na vysokej škole, podarilo sa mi presvedčiť mnohých ľudí a najmä seba o svojej добрote.

Kvôli tomu bolo pre mňa náročné praktizovať kultiváciu. Bola som príliš spokojná so sebou a so svojím životom. Ostatní sa ku mne vždy správali dobre. Hoci štúdium na vysokej škole prinieslo do môjho života veľa stresu, učila som sa a mala som intelektuálnu stimuláciu. Hoci sme s manželom mali isté problémy s peniazmi, on chodil do práce a spolu s mojím štipendiom sme vždy dokázali zaplatiť nájom, jedlo a účty. Mala som veľa kamarátok, s ktorými som sa mohla rozprávať o rôznych témach a žiť si pohodlne. Môj život bol dobrý.

Po mojich záverečných skúškach sme sa s manželom presťahovali do mesta Kansas, kde si našiel lepšie platenú a náročnejšiu prácu. Ja som si našla prácu na polovičný úväzok a písala som svoju dizertačnú prácu. Kontakt s kamarátmi sa stratil a podobne to bolo so zaujímavými výzvami nových projektov a myšlienkami. Stále som mala veľmi pozitívny prístup k životu a pokroku, pretože čas v Kansase som považovala iba za medzistupeň k niečomu vzrušujúcejšiemu. Zároveň som začala prehodnocovať svoj pokrok v kultivácii.

Majster Li nám poskytuje toľko pomoci, že po prvom vypočutí si prednášok som sa cítila ako odlišný človek. Keď sa na mňa manžel nahnal, dokázala som odolať túžbe reagovať sarkasticky. Dokázala som ľahšie ovládať svoje správanie.

A doslova som videla svet v jasnejších farbách.

Keď som sa začala úprimne kultivovať, prišla bolestivá cesta uvedomovania si, čím som sa stala. Mesiace sa mi objavovali nové pochope-
nia, najmä pri meditácii v sede, ktoré ma rozplakali. Presnejšie povedané, išlo o žalostný nárek. Plakala som tak silno, až som z toho bola unavená. Neplakala som zo súcitu voči ostatným, plakala som kvôli všetkým tým zlým veciam, ktoré som spravila. Plakala som, keď som si uvedomila, že som žila v lži – že som vytvorila obraz úžasného, múdreho a milujúceho človeka, ktorý som ukazovala svetlu. Plakala som, keď som si uvedomila, ako láskavo sa ku mne ľudia správali celý môj život. Rodičia sa mi snažili dať všetko, čo som chcela. Manžel obetoval roky svojho života v práci, ktorú neznášal, aby som mohla študovať. Ich láskavosť som často oplácala snobským nezaujmom. Znova a znova som

plakala kvôli mojej hlboko zarytej tendencii predvádzať sa. Zdalo sa, že všetko, čo poviem, v sebe nejakým spôsobom nieslo túžbu predvádzať sa. Napríklad, keď som sa s niekým zoznámila, zvykla som spomenúť, že pracujem na svojom doktoráte. (Akoby potrebovali počuť túto informáciu!) Keď som učila na hodine herectva (študovala som divadelné umenie) a požiadala som študentov, aby zaspievali pripravenú skladbu z muzikálu, podarilo sa mi do nej vtiesnať niekoľko vlastných taktov (akoby som potrebovala ohromiť stredoškolákov svojím talentom). Kvôli všetkým týmto malým udalostiam som so sebou bola hlboká nespokojná. Nevyzerá to síce ako správny stav, ale tieto pocity ľútosti mi značne pomohli. Pozrela som sa na seba pravdivejšie a slúbila som, že sa už nikdy nebudem predvádzať – až kým neprišla ďalšia príležitosť a z mojich úst znova unikla nejaká nevhodná poznámka. Tri mesiace som so sebou takto zápasila a nariekala a teraz trávim menej času obhajovaním svojho neohľaduplného alebo sebeckého správania. Začínam získavať naspäť niečo z hĺbky, o ktorú som počas rokov prišla kvôli svojej povrchnosti. Vracia sa mi aj integrita, ktorú mi vštepoval otec a súcitiť, ktorý som mala ako malé dieťa.

Zdá sa, že niektorí praktizujúci majú za sebou minulosť plnú zúfalstva alebo mučiacej choroby. Ja nie. Ja prichádzam z opačnej strany a musela som prekonať pripútanosť k pohodlnému životu, ktorý som si vytvorila.

Dodnes sa namáhavo snažím stať sa lepším človekom. Čo by však mohlo byť cennejšie ako táto snaha?

Berme ťažkosti ako požehnanie, hľadajme zdroj našich ťažkostí vo svojom vnútri

Od čínskeho praktizujúceho v USA

V USA žijem viac než jeden rok. Keď sa teraz obzriem späť, uvedomujem si, že za ten jeden rok som zažil viac trápení než počas všetkých rokov, odkedy som začal praktizovať Falun Dafa v roku 1995. Cítim sa šťastne, že som sa stretol s týmito ťažkosťami, pretože inak by som nebol schopný zlepšiť si svoj charakter.

Pracujem ako technik. Som zodpovedný za montáž a testovanie rôznych druhov mikrotepelných zariadení. Na začiatku bolo vo firme pre mňa všetko nové a musel som sa učiť od kolegov. Cítil som, že so mnou zaobchádzajú ako s učňom. Dostával som príkazy, aby som robil všetky druhy triviálnej práce, ktorú nechcel nikto iný robiť. Tiež som musel znášať netrpezlivosť ľudí. Vždy keď som sa stretol s niečím novým, musel som sa na to opýtať ostatných. Keď som sa pýtal príliš veľa, boli netrpezliví alebo ak mali náhodou zlú náladu, tiež ľahko stratili nervy.

Rôzne produkty majú rôzne postupy montáže. Ak sa postupy nedodržia správne, môžu sa pri testovaní výrobkov vyskytnúť určité problémy. To zas môže spoločnosti priniesť veľké straty.

Po istú dobu som veľmi často robil chyby. Vždy sa niečo pokazilo, dokonca aj absurdným spôsobom. Hoci som očividne veľmi dobre nasledoval postup a kolegovia to tiež schválili, výsledky boli niekedy stále frustrujúce. Niet divu, že som si od vedúceho laboratória vypočul mnoho ostrých poznámok, čo ma veľmi zarmucovalo. Pomyslel som

si: „Snažím sa robiť, čo je v mojich silách. Je na tom niečo zlé?“ Aby toho nebolo málo, jeden z mojich kolegov vždy hlásil nadriadenému, keď si všimol aj tú najmenšiu chybu. Nadriadený potom hneď stratil trpezlivosť a kričal: „Nemôžeš po celý čas robiť chyby. Inak ťa tu nemôžem už viac držať.“ Potom som sa tiež nahneval a pomyslel som si: „Všetci ľudia robia chyby. Myslíš si, že som ich urobil naschvál?“ V tej dobe sa moja myseľ zaoberala len jednou myšlienkou: „Tak ma prepusti. Ak dôjde k najhoršiemu, pôjdem domov. To je všetko. Mám už dosť takéhoto života.“

Táto situácia pokračovala po dlhý čas až do dňa, keď som urobil chybu práve vo chvíli, keď okolo mňa prechádzal nadriadený. Opýtal sa ma, čo sa stalo. Povedal som mu, že som urobil ďalšiu chybu a očakával som, že vybuchne s výčtkami. Na prekvapenie odišiel bez jediného slova. Odrazu som mal pocit, akoby som sa prebudil zo sna. Toľko dní výčítiek a hádok vyplynulo z jednej pripútanosti: Zakaždým, keď sa vyskytla chyba, vždy som ostal potichu a snažil som sa to utajiť. Keď niekto prišiel na kontrolu, povedal som, že všetko je opravené a v poriadku. Vždy som veril, že pokiaľ skončím s dobrým výsledkom, všetci by mali byť radi. Nemali by sa zaujímať o to, čo sa stalo počas procesu. Na povrchu to znie rozumne. Lenže pre praktizujúceho Dafa to tak nie je. Praktizujúci by mal nasledovať princíp „pravdivosti“, robiť veci spravodlivým spôsobom, byť ochotný uznať chyby a mať v každej veci jasno. Nie je pokúšanie sa utajovať chyby veľkou pripútanosťou? Po tejto príhode som na prekvapenie len málokedy pochybil. Nadriadený sa už potom nikdy nestážoval a nikto sa už neobťažoval hlásiť mu moje chyby.

Keďže nikto v mojej rodine mi nerobil problémy, pravdepodobne mi bolo súdené stretnúť sa s viacerými trápeniami v mojej firme, aby som mal príležitosti kultivovať sa. Jeden kolega sa zdal veľmi agresívny v každej jednej záležitosti. Mal vo zvyku privlastňovať si zariadenia firmy, dokonca aj keď ich práve nepotreboval. Preto keď nastal čas, že som potreboval určité zariadenie, nemohol som ho použiť a omeškal som sa v práci. Okrem toho som disciplinovaný a poriadkumilovný človek a svoje náradie a vybavenie mám vždy prehľadne usporiadané. On bol presným opakom a po použití náradia zostával každý kus

špinavý, mastný a niekedy aj zničený. Keď nemohol nájsť svoje vlastné náradie, použil moje a občas ho aj stratil. Moju prácu to potom veľmi ovplyvnilo. Podobné veci sa mi stávali takmer každý deň. Niekoľkokrát som sa nedokázal ovládnuť a vybuchol som. Potom som to ľutoval. Čo sa týka otázky zlepšovania charakteru, keď sa vyskytli konflikty, mal som pocit, že napredujem veľmi pomaly. Prečo som nedokázal mať srdce súcitu a láskavosti? Ak ma dokázala zraniť triviálna vec, bol som ďaleko od pevného a nepohnutého, akým by praktizujúci Dafa mal byť.

Keď som sa nad tým zamyslel, pochopil som prečo. V prvom rade to bolo preto, že som mal zaujatý prístup k ostatným. Pozeral som sa na nich ako na sebeckých, hrubých a chaotických ľudí. Vždy som vnímal veci okolo seba výlučne zo svojho uhla pohľadu. Keď ostatní nezodpovedali mojim predstavám, cítil som sa pri nich neprijemne. Prečo som sa tak veľmi nahneval? Lebo mi narušili prácu a vytvorili mi problémy. Každý kúsok môjho myslenia sa týkal len mňa. Nebolo to sebecké? Ak by ten kolega robil problémy iným a narúšal by prácu ostatných, nenahevalo by ma to.

V každej veci musíme byť ohľaduplní k druhým! Keď som si začal osvojovať takýto postoj, moji spolupracovníci ma už nehnevali. Nao-pak. Začal som k nim cítiť súcit, pretože oni taktiež trpeli ťažkosťami vo svojom živote.

Stredoškólák z Ameriky: „To, čo sa potrebovalo zmeniť, bolo moje srdce a myseľ“

Od študenta z USA

Mám 17 rokov a asi šesť mesiacov praktizujem Falun Dafa. V období pred začatím kultivácie môj život nešiel veľmi dobre a po duchovnej aj mentálnej stránke som bol zmätený. Moje snaženie o zapadnutie do bežného spôsobu života sa mi nezdalo naplňujúce ani zmysluplné. Nevedel som prísť na to, čo robiť so svojím životom. Prečo som tu? Aký je zmysel mojej existencie? Vyrastal som v náboženskom prostredí, ale nikdy sa mi nezdalo, že by som dostal odpovede na svoje otázky alebo že by som sa úplne spojil s ich učeniami. Bol som veľmi stratený a žiadal som si mať nejakú prax, ktorú by som mohol nasledovať a nájsť svoju cestu.

Presne vtedy mi brat poslal poštou knihu Čuan Falun. Spočiatku som nevedel, čo si o tom mám myslieť. Keďže som vyrastal v malom meste na severovýchode Spojených štátov, nevedel som nič o kultivačnej praxi a niektoré pojmy v tej zvláštnej modrej knihe, ani nehovoriac o jej názve, ktorý som nevedel ani vysloviť, mi boli cudzie. Napriek tomu ma hlboko zaujala a sotva som ju dokázal prestať čítať. Čím viac som čítal, tým viac otázok Majster Li zodpovedal a tým viac sa mi zdalo, že sa moja myseľ otvára hlbokým princípom v knihe. Cítil som, že v nej je niečo veľmi špeciálne, veľmi silné a veľmi hlboké a že som našiel svoju cestu.

Čoskoro som zažil prvú ťažkosť, hoci som tomu v tom čase úplne nerozumel. Išiel som sa s tromi kamarátmi do planetária pozrieť na laserové predstavenie. Cestou na predstavenie som na diaľnici zmeškal správny výjazd, čím som nám predĺžil cestu o 20 minút. Keďže som chcel dobehnúť stratu času, išiel som rýchlejšie. Zastavil ma policajt a dal mi pokutu a okrem toho mi na dva mesiace pozastavili vodičský preukaz. Do planetária sme prišli neskoro a predstavenie sme zmeškali. Cestou domov som pocítil, že mi prestáva fungovať auto. Ukázalo sa, že mi došiel benzín – napriek tomu, že ručička ukazovala ešte štvrtinu nádrže. Musel som zavolať rodičom a otec pre nás musel prísť a doplniť nám benzín. Zvyčajne by som sa kvôli svojej povahe s otcom pohádal, ale vďaka tomu, čo som sa naučil z Čuan Faluna, som dokázal ostať pokojný.

Po tejto udalosti som ďalej čítal Čuan Falun, za niekoľko týždňov som knihu dočítal a po rozhovore s bratom som ju začal čítať znova. Dokonca aj bez dobrého porozumenia Fa a bez toho, aby som vedel o cvičeniach, som v srdci vedel, že chcem byť praktizujúcim Falun Dafa a chcem sa venovať kultivácii. Chcel som sa prispôbiť povahe vesmíru Zhen-Shan-Ren (Pravdivosť-Súcit-Znášanlivosť) a vrátiť sa k svojmu pôvodnému, pravému ja. V podstate sa naplnilo moje želanie a teraz mám cestu, ktorú môžem nasledovať.

Keď som sa začal kultivovať, bol som veľmi vzrušený a šťastný. Brat mi dal kazetu s ukázkami piatich cvičení a dosť rýchlo som sa ich naučil. Hoci som nedokázal sedieť v plnej lotosovej pozícii ani dlho vydržať v pozícii so zdvihnutými rukami v druhom cvičení, počas cvičenia som sa cítil veľmi pokojne. Kvôli povrchnému pochopeniu Fa však boli povrchné aj veci, ktorých som sa začal vzdávať a ktoré som na sebe začal meniť. Pripútanosti som chápal iba ako materiálne veci a kultiváciu charakteru som považoval iba za niečo súvisiace s morálnymi hodnotami. Okrem toho som sa nemeral pomocou Fa. S takýmto biednym porozumením som sa začal zlepšovať iba na povrchu. Samozrejme, toto sa muselo stať, aby som sa stal dobrým človekom, čo je prvým krokom tomu, aby sa niekto stal praktizujúcim. Ako však išiel čas, nevyzeralo to, že by som robil veľký pokrok.

Čítal som viac knihu a jasne som si uvedomil, že to, čo som robil, nebola skutočná kultivácia. Hoci som mal zo seba a svojho praktizovania veľmi dobrý pocit, v skutočnosti som sa nevzdával svojich hlboko-zakorenených pripútaností, ktoré boli základnou príčinou mojich problémov. Kvôli tomu sa mi zahmlila myseľ a nedokázal som jasne uvažovať. Majster Li v Čuan Falune hovorí: „Kedykoľvek je tam také alebo onaké zasahovanie pri praktizovaní, mali by ste hľadať príčiny v sebe a zistiť, čoho ste sa stále nevzdali.“ Z tejto pasáže som pochopil, že ak chcem byť opravdivým praktizujúcim a skutočne napredovať, musím opustiť oveľa viac, než len tie povrchné veci. Nestačilo zmeniť alebo sa vzdať iba mojich činov a zvykov, bolo potrebné zmeniť to, čo je vnútri, moje srdce a myseľ. Bez toho by sa môj charakter nemohol zvyšovať a moja kultivácia by vyšla nazmar.

Odvtedy to so mnou ide ako na húsenkovej dráhe. Spravím pokrok, potom spadnem, potom znova pokročím a opäť znova spadnem. Vďaka týmto výkyvom som sa však veľa naučil. V skutočnosti je to len proces kultivácie. Napríklad na začiatku kultivácie, vždy keď som pochopil niečo nové z Čuan Faluna alebo som predĺžil čas cvičenia, veľmi som sa potešil a myslel som si: „Fíha, napredujem naozaj dobre,“ alebo „Fíha, činím sa veľmi dobre.“ Bez toho, aby som si to uvedomil, som sa potom so sebou uspokojil a kvôli tomu som stále padal. Takto to prebiehalo dosť dlho a až potom som si uvedomil, že tieto pády po spravení malého pokroku sú zapríčinené mojou pripútanosťou k samolúbosti. Keď som sa tejto pripútanosti vzdal, zistil som, že po malom pokroku dokážem pokračovať v robení pokroku. Niekedy však cítim, že sa ma zmocňuje lenivosť, takže sa snažím každý deň čítať knihu a cvičiť vždy keď mám čas. Keď si teraz predĺžim dĺžku cvičenia, pomyslí si: „Nabudúce by som mal vydržať dlhšie.“

Nedávno som v rámci svojej kultivácie prešiel ťažkou skúškou. V priebehu niekoľkých dní sa moja myseľ stávala čoraz nejasnejšou a vrelý pocit vo mne sa vytrácal. Dokonca som začal pochybovať o tom, či som schopný kultivovať sa. Nevedel som, prečo sa to deje, ale po prečítaní úryvku z knihy Základy pre ďalší pokrok, som našiel odpoveď. Majster Li povedal: „Chcem vám tiež povedať, že vaša povaha v minulosti bola v skutočnosti založená na egoizme a sebeckve. Odteraz, keď niečo ro-

bíte, mali by ste najprv brať ohľad na druhých, aby ste sa vykultivovali k nesebeckosti a k uvažovaniu: „Najprv iní, potom ja.“ („Neopomenutie v budhovskej povahe“) Krátko po prečítaní tohto textu som si uvedomil, že moje myšlienky v posledných týždňoch boli čoraz viac zamerané na seba. Premýšľal som len o veciach týkajúcich sa mňa samého a nemyslel som na druhých a čím viac sa to dialo, tým viac narastali moje problémy. Potom som sa tým začal čoraz viac zaoberať a v snahe zistiť, v čom je problém, som sa ešte viac zaoberal sám sebou, namiesto toho, aby som venoval pozornosť kultivovaniu svojho charakteru. V skutočnosti bola problémom práve pripútanosť k sebecktvu. Keď som si to uvedomil, týždeň problémov zmizol v sekunde a cítil som, ako vo mne rozkvitá súcitiť. Potom som už nemal žiadne sebecké myšlienky a dokázal som myslieť len na druhých. Bol to veľmi dobrý pocit.

Teraz dokážem sedieť v plnej lotosovej pozícii a moje praktizovanie je pevnejšie. Počas meditácie v sede cítim, ako mi celým telom prúdi teplý prúd a koža sa mi zvyčajne sfarbí do červena. V škole sa cítim veľmi pokojne. Iba si tam potichu sedím, zatiaľ čo ostatní súťažia a bojujú o vlastné záujmy. Sedím s pokojnou myslou, no zároveň som pri pohľade na ich správanie niekedy veľmi smutný. Zvykol som byť ako oni a občas mám chuť vyskočiť a povedať im, že to, čo robia, je nesprávne, a že je veľmi veľa toho, čo si neuvedomujú. Keďže som však praktizujúci, viem, že by som sa nemal miešať do ich problémov. Myslím si, že túžba zamiešať sa v skutočnosti súvisí s pripútanosťou k predvádzaniu sa. Viem, že súcitiť môže priniesť takýto pocit ľútosti voči ľuďom, to však neznamená, že by som sa mal miešať do ich záležitostí. Ak im chcem naozaj pomôcť, mal by som im povedať o Čuan Falune.

Nedávno sa niekoľko ľudí v mojej škole začalo zaujímať o Falun Dafa a ja som im rozdal niekoľko kníh. Myslím si, že je naozaj skvelé, že sa oň zaujímajú, a usmievam sa od ucha k uchu, keď pomyslím na to, aký úžitok z neho budú mať. Propagovať Falun Dafa je jednoducho taká dobrá vec a myslím si, že v tomto ohľade musím urobiť krok vpred. V najbližšom čase sa pokúsím založiť čitateľskú skupinu a miesto na praktizovanie a pokúsím sa dostať Čuan Falun do kníhkupectiev v mojom okolí.

Niekedy sa cítim byť preťažený a zdá sa mi, že kultivácia, ktorá leží predou mnou, je príliš ťažká a komplikovaná. Keď sa tieto myšlienky objavia, snažím sa ich hneď vypudiť z mysle, pretože viem, že sú spôsobené mojimi pripútanosťami a karmou, ktoré do mňa zasahujú. Keďže nechcú byť odstránené, odporujú mojej kultivácii. Musím byť pevný a prekonať to s rozhodnosťou, nechať svoju skultivovanú stránku zvíťaziť nad nescultivovanou stránkou a zároveň prijať ťažkosti na odstránenie karmy. Čím viac to budem takto robiť, tým ľahšia bude moja kultivácia. Keď narazím na problém, musím si pamätať, že prekonať to v skutočnosti nie je také náročné a že ak sa to zdá byť náročné, je to kvôli nesprávnym myšlienkam a názorom, ktoré som si v minulosti sformoval. Ak dokážem ostať neovplyvnený týmito ilúziami a pozerat' sa na problémy mojou skultivovanou stránkou, nebude ťažké ich prekonať bez ohľadu na to, aké sú to problémy, a spravím veľký krok smerom k môjmu pôvodnému, pravému ja. Majster Li predsa v Čuan Falune povedal: *„Ak to naozaj dokázete, potom, ako ten unavený cestovateľ, skutočne objavíte, tieň vrúb, rozkvitnuté kvety, miesto, kde možno hlavu skloniť.“* Okrem toho musím viac pracovať na zlepšovaní svojho charakteru a posudzovať každú myšlienku a každý čin na základe Fa.

„Pani učiteľka, chcem sa naučiť Falun Gong!“ – neposlušný chlapec sa zmenil vďaka Falun Dafa

Od učiteľky z Číny

Som učiteľka základnej školy a Falun Dafa sa venujem o niečo viac ako štyri roky. Som tiež triednou učiteľkou jednej z tried. V tejto triede je chlapec z vidieckej oblasti, ktorý je na škole známy tým, že robí problémy. Do triedy prišiel až v treťom ročníku. Ničomu nerozumel a na hodinách nepočúval učiteľov. Nevedel písať a ani vyriešiť žiadnu úlohu. Zdalo sa, že vôbec nechápe, ako sa učiť. Na záverečných skúškach získal 6 bodov z matematiky a 11 bodov z čínskeho jazyka (z celkového počtu 100 bodov). Takmer každý deň bez prestávky robil nejaké problémy, väčšie či menšie. Najväčšie problémy robil učiteľom a aj pre mňa bol veľkým trápením. Niekoľkokrát som mu trpezlivo radila, aby sa správal slušne. Jeho otec to s ním doma skúšal po dobrom i po zlom, no žiadna z metód nepriniesla výsledky.

V roku 2001 sa počas jarných prázdnin na Námestí nebeského pokoja odohral takzvaný „incident sebaupálenia“. Bol to zinscenovaný plán Jiang Zemina a Čínskej komunistickej strany s cieľom očierniť Falun Gong. Po tomto incidente som často premýšľala, ako svojim študentom objasniť pravdu, no nemohla som prehovoriť, aj keď som už mala slová na jazyku. Obávala som sa, že študenti v našej krajine sú neskúsení a ak by som prehovorila, pravdepodobne by som sa dostala do problémov. A tak som im pravdu o incidente vtedy nepovedala. Neskôr som ale začala cítiť, že ako kultivujúci objasňujeme ľuďom pravdu, aby

sme im pomohli vytvoriť si správne pochopenie o Dafa. Všetci majú právo poznať pravdu a to vrátane každého nevinného dieťaťa. Deti by nemali žiť v klamstvách a podvodoch.

Jedného dňa som svojim študentom vysvetlila pravdu o Falun Gongu. Mala som pri tom pokojnú myseľ aj tón hlasu a nebála som sa. Keď som dohovorila, študent v poslednom rade zdvihol ruku a hlasno zakričal: „Pani učiteľka, ja sa chcem naučiť Falun Gong!“ Rozhliadla som sa a s prekvapením som zistila, že je to ten neposlušný chlapec. Myslela som si, že len provokuje a povedal som mu: „Najprv si sadni a počkaj.“ Nebral som to vtedy vážne, pretože som si myslela, že je nemožné, aby sa naozaj chcel učiť. Potom som na to zabudla.

10. apríla bola poslednou dopoludňajšou hodinou moja hodina morálky. Na konci učebného textu bola pasáž hanobiaca Falun Dafa. Pomyslela som si, že nemôžem dovoliť, aby taký ohavný článok otrávil čisté srdcia detí. Takže som triede povedala niekoľko skutočných príbehov o Falun Gongu, ktorý učí ľudí byť dobrými a o úžasných činoch praktizujúcich Dafa, ktorí sa pevne držia pravdy tvárou v tvár krutému prenasledovaniu. Po skončení môjho výkladu tento študent opäť zdvihol ruku a hlasno zakričal: „Pani učiteľka, chcem sa učiť Falun Gong, prosím, naučte ma ho.“ Videla som jeho úprimnosť a sľúbila som mu, že ho budem učiť.

Popoludní sme začínali hodinou matematiky. Sotva som dokončila vysvetľovanie príkladu, tento študent sa prihlásil, že ho dokáže vypočítať. Najprv som mu neverila, pretože na hodinách nikdy nepočúval učiteľov a nebol schopný riešiť problémy. Vyvolala som ho však k tabuli a nechala ho počítať. Prekvapením bolo, že to urobil správne. Požiadala som ho, aby vyrátal aj ďalší príklad a opäť prišiel k správnejmu výsledku.

Ostatní žiaci boli tiež veľmi prekvapení. V tej chvíli som si pomyslela, že aj keď som zatiaľ veľa nepovedala, tohto chlapca už ovplyvnila spravodlivá sila Dafa, ktorá ľudí pozdvihuje nahor. Sám chcel byť dobrý. Je to niečo, čo sa nedá dosiahnuť žiadnou vonkajšou silou. Bola som nadšená. Mocná sila Dafa ho premenila. V to popoludnie ma po vyučovaní vyhladal v mojej kancelárii a spýtal sa: „Pani učiteľka, je nejaká kniha na učenie sa Falun Gongu?“ Povedala som: „Áno, ale ešte ju nedokážeš čítať.“ Trval však na tom, že si ju predsa len prečíta a chcel

vedieť, či si ju môže prečítať celú. Keď otvoril knihu, uvidel „Lunyu“ [predslov k Čuan Falun]. Nečakane ho celý prečítal, len niekoľko znakov nedokázal rozoznať.

Odvtedy skutočne začal študovať. Na hodinách pozorne počúval učiteľov a začal si robiť aj domáce úlohy. Raz mi jeho učiteľka čínštiny prekvapene povedala: „Čo sa s týmto chlapcom stalo? Začal sa učiť. Na teste z čínskeho jazyka zodpovedal mnoho otázok správne. Zdá sa, akoby sa zmenil na iného človeka! Tiež začal poslúchať a prestal každý deň vystrájať.“

Takto sa tento chlapček vydal na kultivačnú cestu návratu k svojmu pôvodnému pravému ja. Z tejto príhody som pochopila, že ak človek skutočne používa racionalitu, múdrosť a láskavé srdce, aby ľuďom povedal o Falun Dafa a robí veci bez usilovania, bude sa mu prirodzene dariť.

Vzdávanie sa pripútaností k sláve a osobnému zisku

Od čínskeho praktizujúceho v USA

V máji 1997, kým som pracoval v New Yorku, som si pozrel celú sériu Majstrových prednášok. Nedal som si ani prestávku na spánok či na oddych. Počas ich sledovania som mal radosť, že som našiel takého úžasného učiteľa a zistil som, aký je zmysel ľudského života. Čoskoro potom som si požičal aj nahrávky Majstrových ďalších prednášok a ostatné knihy Dafa.

Aj keď som mal všetky knihy Dafa a každý deň som cvičil, nechápal som praktizovanie v dennom živote. Na začiatku som sa len málokedy pridal k miestnej skupine štúdia Fa. Myslel som si, že keďže som niekoľkokrát prečítal Čuan Falun, rozumiem mu celkom dobre. Neskôr som sa zúčastnil skupinových diskusií, kde som zistil, že prechádzam podobnými problémami ako niektorí iní praktizujúci. Avšak nebral som ich tak, ako by praktizujúci mal – nebral som ich zľahka. Nesnažil som sa ich pochopiť a bol som zmätený. Prečo iní prechádzajú celým radom ťažkostí a ja žiadne nezažívam?

V skutočnosti to nebolo tak, že som neprechádzal žiadnymi skúškami, ale skôr tak, že som sa nesprával podľa požiadaviek Dafa. Keď som čelil ťažkostiam, nepreskúmal som sa, aby som našiel ich príčinu, ani som ich neprijal ako príležitosť na zlepšenie sa. Ťažkosti som posudzoval ako bežný človek a snažil som sa z nich čo najskôr dostať. Takto som znova a znova premeškal príležitosti na kultiváciu. Až vtedy som si uvedomil dôležitosť skupinového štúdia a praktizovania. V takomto kultivačnom prostredí sa praktizujúci môžu podeliť o kultivačné skú-

senosti, aby sa navzájom povzbudili a spoločne sa zlepšili. Je to výborné prostredie na to, aby sme sa zbavili svojich pripútaností a je to najrýchlejší spôsob, ako sa zlepšiť.

Majster Li povedal:

„Aby som vám povedal pravdu, celý kultivačný proces pre praktizujúceho je procesom neustáleho vzdávania sa ľudských pripútaností.“ (Čuan Falun)

Odvtedy som začal pravidelne chodiť na skupinové štúdium Dafa a na spoločné cvičenia.

V posledných rokoch sa konkurencia medzi spoločnosťami poskytujúcimi medzinárodné telefonické spojenie zintenzívnila. Používajú rôzne prostriedky na prilákanie zákazníkov. Napríklad zníženie sadzieb, odpustenie mesačných poplatkov a dokonca aj peňažné odmeny. Jedným z ich cieľov som sa stal aj ja sám. Výhodné podmienky, ktoré mi poskytla jedna firma, prekonala iná. Spočiatku som nechcel meniť telefónnu spoločnosť, pretože som nestál o problémy. Zároveň som si tiež myslel: „Ako môžem bez dôvodu získať cudzie peniaze?“ Potom mi ale povedali, že zmena spoločnosti trvá len niekoľko minút a nielenže by mi znížili sadzby, ale dostal by som aj peňažnú odmenu. V tom čase som nemal veľa práce, takže som sa to rozhodol skúsiť. Výhody zmeny som pocítil okamžite.

Len o dva či tri týždne potom, čo som zmenil spoločnosť, mi zavolała iná firma a ponúkla mi ešte výhodnejšie podmienky. Zástupca spoločnosti sa ma dokonca spýtal: „Prečo si robíte starosti?“ Hovoril som si teda: „Nežiadal som o to a oni takto podnikajú. Nebudem si s tým robiť starosti. Keď sú oni spokojní, ja som tiež spokojný.“ Takže v priebehu dvoch mesiacov som trikrát zmenil telefónnu spoločnosť a cítil som sa sám so sebou spokojný. Onedlho prišlo vyúčtovanie za telefón. Pozrel som sa naňho a nechápal som, ako mohli len dva či tri medzimestské hovory stáť tristo dolárov? Firma však mala pravidlo, že ak zákazník prejde k ich firme a neostane celé tri mesiace, nielenže musí vrátiť pôvodnú peňažnú odmenu, ale navyše mu bude naúčtovaná najvyššia sadzba. Vypočítal som, že všetky peniaze, ktoré som ušetril zmenou telefónnej spoločnosti, musím teraz zaplatiť. Zrazu som si uvedomil, že je to tak, ako hovorí Majster Li: „Žiadna strata, žiaden

zisk.“ Uvedomil som si, že to bola skúška, ktorá mala preveriť, či túžim po materiálnom zisku. Ja som to však nepochopil a v tejto skúške som neuspel. Namiesto toho som svoju cnosť znova a znova vymieňal za „oblíbené výhody“ a nesprával som sa ako praktizujúci.

Táto udalosť odhalila moju pripútanosť k materiálnemu zisku. Stále si pamätám, že keď som sa začal učiť Dafa, povedal som si, že podstatou kultivácie Falun Dafa je osvojiť si vesmírnu povahu Pravdivosti, Súcitú a Znášateľnosť a zbaviť sa ľudských pripútaností k sláve, materiálnym záujmom a k sentimentalite. Vtedy som si myslel, že nemám záujem o slávu, ani o materiálne záujmy. Mal som dojem, že by som sa mal v kultivácii zamerať na sentimentalitu. Teraz sa mi ale zdá, že môj pocit „nepotrpím si na slávu ani na hmotné záujmy“ bol jednoducho na úrovni priemerného človeka. Keď som sa naučil Dafa, musím žiť podľa vyšších štandardov.

Pracoval som v New Yorku, no kvôli reorganizácii našej firmy bolo prepustených veľa zamestnancov. Tiež som prišiel o prácu, takže som sa vrátil do Bostonu. V tej dobe som práve dva týždne študoval Dafa. Nebol som príliš nešťastný a energicky som si začal hľadať novú prácu. Pomyslel som si, že keďže som sa Fa začal učiť neskoro, takéto usporiadanie mi poskytne čas, aby som to dohnal. Odvtedy som každý deň robil cvičenia, čítal Fa a pozeral som videokazety s prednáškami majstra Li.

Prešlo pol roka. Ostatní kolegovia si už našli prácu, no ja som sa stále neusadil. Niežeby o mňa rôzne firmy nemali záujem, mával som každý mesiac dva alebo tri pracovné pohovory. Niektoré spoločnosti už dokonca spravili všetky náležité procedúry a čakali len na vhodný termín, aby som mohol začať pracovať. Z neznámych dôvodov sa však dátum môjho nástupu stále odkladal. Jednoducho som nemohol nastúpiť do žiadnej novej práce.

Najprv som videl veľa objektívnych dôvodov: rôzne spoločnosti sa zlúčili a zmrazili rozpočet na mzdy; z firmy odišli manažéri; zmenil sa plán prijímania nových zamestnancov atď... Zažil som každý z uvedených prípadov. Potom prišla ázijská finančná kríza a mnohé finančné firmy začali masívne prepúšťať. Pre mňa, keďže som sa špecializoval na ázijské ekonomiky, to bola ďalšia rana. Považoval som sa za dob-

rého človeka. Nemal som silnú pripútanosť k sláve alebo materiálnym záujmom. Neusiloval som sa o vysokú životnú úroveň. Nech by to bolo kdekoľvek a nech by to bolo čokoľvek, pokiaľ by daná práca využívala moju špecializáciu a pokiaľ by plat zodpovedal mojim skúsenostiam a schopnostiam, bol by som spokojný. Neuvedomoval som si však, že v zlepšení charakteru mi bráni práve tento spôsob myslenia.

V jeden večer mi zavolať výkonný riaditeľ veľkej investičnej spoločnosti. Povedal, že ma odporučil na pozíciu, kde sa analyzuje ázijská ekonomika a akcie. Po našom krátkom rozhovore som mal pocit, že by mi táto práca veľmi vyhovovala, keďže zodpovedala mojim silným stránkam a špecializácii. Riaditeľ bol tiež veľmi spokojný a bol pripravený ponúknuť mi pohovor so svojimi kolegami. Ako sme však spolu hovorili ďalej, objavil sa konflikt. Pri diskusii na tému ázijských akcií a ázijských ekonomík som sa úplne zabudol a začal som rozprávať z pozície autority. Hovoril som bombasticky a dokonca som sa s riaditeľom začal hádať. Každá moja veta bola naplnená mentalitou predvádzania sa a súťaženia.

Neskôr mi dcéra opísala rozhovor takto: „Keby to vyšlo písomne, každé slovo by bolo tučným písmom a každá veta by mala výkričník.“ Po skončení telefonátu moja manželka povedala: „S твоjim spôsobom komunikácie by bolo prekvapujúce, keby ťa niekto zamestnal. Mal si toľko pohovorov, prečo boli všetky neúspešné? Mal by si sa skúsiť pozrieť do seba a hľadať odpovede.“ Bola to pravda. Majster Li povedal, že pri konflikte by sme sa mali pozrieť dovnútra, nie von. Ako som mohol pokaziť takú dobrú príležitosť? A prečo? Pri spomienke na celý priebeh telefonátu som si uvedomil, že moje slová boli plné pripútanosti k sláve. Využil som všetky príležitosti, aby som ukázal, že som profesionál a odborník. Závidel som, že ostatní sú lepší ako ja. Tvárou v tvár stretu názorov som sa hádal, aby som dokázal, že „ja mám pravdu a vy sa mýlite“.

V tú noc som veľa premýšľal. Hľadanie slávy, postavenia, výhod a spoločenského uznania sú časťami pripútanosti ku sláve, ktoré sa dajú ľahko odhaliť. Vďaka štúdiu Fa som sa prestal toľko znepokojevať nad pripútanosťou k svojmu menu a materiálnym ziskom. Moja pripútanosť k sláve mala hlboké korene ešte z čias základnej školy, kedy

som začal súťažiť o poradie medzi ostatnými. Keď som začal pracovať, málokedy som bol spokojný so svojim postavením a vždy som bol pripravený prejsť na lepšiu pozíciu. Vždy som si myslel, že som lepší ako ostatní. Využíval som každú príležitosť, aby som sa mohol pochváliť svojimi vedomosťami a schopnosťami, a aby ma ostatní vnímali ako niekoho úžasného a výnimočného. Tento druh pripútanosti k sláve a materiálnym záujmom je v porovnaní s vyššie uvedeným druhom jemnejší a nie je tak ľahko odhaliteľný.

Pre toto som sa často cítil nešťastný a mal som pocit, že ma ostatní nechápu. Až vtedy som si uvedomil, že podľa štandardov Dafa som sa nielenže nevzdal pripútanosti k sláve a materiálnym záujmom, ale táto pripútanosť sa u mňa vyvíjala od mladého veku. Tieto pripútanosti mali hlboké korene a prenikali do všetkých aspektov môjho života. Často sa stalo, že som stretol nového človeka a prirodzene som sa ho spýtal, akú školu vyštudoval a aké je jeho pracovné zaradenie. Tieto pripútanosti k sláve ovplyvnili aj vzdelávanie mojej dcéry bez toho, aby som si to všimol. Zdalo sa mi, že doma panuje všeobecné pochopenie, že nebude navštevovať iné vysoké školy ako Harvard alebo MIT. To však na ňu vytváralo neviditeľný a zbytočný tlak. Istý čas hovorila len dobré správy. Tým zlým sa vyhýbala zo strachu, že by ju mohli kritizovať za to, že nesplnila očakávania rodičov. Učil som ju teda niečo dobré alebo zlé?

Keď som o tom premýšľal, zrazu som si uvedomil, že celý proces hľadania práce je pre mňa v skutočnosti príležitosťou, ako sa kultivovať. V tom procese sa mi naplno ukázala moja pripútanosť k sláve a k materiálnym záujmom. Vďaka pohľadu dovnútra môj hnev ochladol. Krátko nato som konečne získal miesto vo finančnej spoločnosti v Bostone.

Majster Li povedal: *„Ako ľudská bytosť ste dobrým človekom, iba ak môžete nasledovať povahu tohto vesmíru, byť pravdivý, súcintný a vydržať.“* (Čuan Falun)

Majster Li tiež povedal: *„Ak sa ako praktizujúci prispôbíte tejto povahe, ste ten, kto dosiahol Tao – je to skrátka takýto jednoduchý princíp.“* (Čuan Falun)

Keď som sa zamyslel nad troma princípmi – Pravdivosť, Súcintnosť a Znásanlivosť, uvedomil som si, že najslabší som v znásanlivosti. Mal

by som zapracovať na svojej znášanlivosti. Nepremýšľal som ale o tom, prečo nedokážem znášať. Myslel som si vtedy, že ak ma niekto udrie, alebo mi vynadá, budem to schopný zniesť, pretože z učení Fa som pochopil, že to musím zniesť. No tiež som myslel na to, že by som v srdci pravdepodobne neostal nepohnutý. Myslel som si, že to musím urobiť krok po kroku. No keďže sa môj charakter nezlepšil, keď prišlo trápenie, nebol som to schopný vydržať. Kvôli zachovaniu tváre som šomral a odvrával som. Až po tejto ťažkosti som si uvedomil, že by som sa toho mal vzdať.

Dôvod, prečo som nemohol ostať nepohnutý vo svojom srdci, bol ten, že som si nezlepšil charakter a nedopátral som sa k základnému dôvodu toho, prečo som nemohol vydržať. Po dvoch rokoch kultivácie som si postupne uvedomil, že dôvodom, prečo som nedokázal vydržať bolo to, že som bol stále pripútaný k sláve a osobnému zisku. Keď som sa stretol s nejakým trápením, nikdy som sa nepozrel dovnútra a vždy som hľadal vonkajšie dôvody vecí a dôkazy, že mám pravdu. Preto som musel s ostatnými diskutovať, až kým so mnou nesúhlasili. Keď som nedokázal dosiahnuť svoj cieľ, bolo pre mňa nemožné pokračovať v znášanlivosti. Navonok je to neschopnosť znášať, avšak z hlbšej úrovne chápania je to aj nedostatok súcitu.

Snaha o zachovanie si tváre odhaľuje pripútanosť k sláve. Keď človek súťaží a bojuje, aby si zachoval tvár, alebo aby ochránil svoje materiálne záujmy, nebude myslieť na iných a nebude mať s ostatnými súcitu. Preto je v znášanlivosti súcitu. A práve preto, keď som nemal dostatok súcitu, nebol by som schopný zachovať si širokú myseľ a nedokázal som vždy odpúšťať chyby iných, a tiež som sa nedokázal vzdať svojich materiálnych záujmov. Ako praktizujúci by som mal konať tak, ako mi to ukadá Dafa a myslieť viac na druhých. Iba tak budem schopný pozeráť sa dovnútra, keď sa stretnem s ťažkosťami. V tomto procese si zlepším svoj charakter, odstránim svoje pripútanosti, prispôbim sa vlastnostiam vesmíru Pravdivosť-Súcit-Znášanlivosť a rýchlo sa vrátim k svojmu pôvodnému pravému ja.

Rastieme spolu s Fa

Od praktizujúcej v Írsku

Hovorí sa, že ženy v každom veku sa často pozerajú do zrkadla, aby zistili, či majú dobre upravené vlasy alebo či sú správne oblečené. Muži to taktiež robievajú, no len málokedy si to priznajú. To, čo si myslíme alebo pociťujeme k ostatným, nám však zrkadlo neukáže. Tiež neukáže, či sme dobrí alebo zlí. Odráža len to, ako vyzeráme na povrchu a ako sa javíme ostatným.

Odkedy som sa stala praktizujúcou Falun Gongu, naučila som sa pozerat' sa dovnútra. Fa je vynikajúcim zrkadlom, ktoré mi ukazuje, ako vyzerám zvnútra. Pred Fa nemôžem ukryt' žiadne pripútanosti, chyby, hnev, závisť, nevlúdnosť či nedostatok súcitu. Ak som si nedala námahu, aby som bola k niekomu milá len preto, že sa cítim trochu unavená, Fa mi na to poukáže. Fa ma vedie v otázke toho, kto som, a cítim, že ma obklopuje. Ak mám niekedy myšlienku, že si dám jeden deň prestávku v práci, pretože sa cítim unavená, spomeniem si na slová Majstra Li, že všetko musíme robiť dobre. Toto zrkadlo však funguje obojstranne. Ukazuje mi tiež, ako som si zlepšila svoj charakter, spôsob myslenia, postoj k druhým a pohľad na život. Fa je božským svetlom, ktoré mi jasne ukazuje, ako uplatniť princípy Dafa vo svojom srdci, myšlienkach a skutkoch. Funguje to však len ak sa mu otvorím a nestratím sa uprostred ľudských záležitostí.

Predtým, než som spoznala Falun Dafa, som mala úplne iný život. Pracovala som tvrdo a bola som veľmi ambiciózna. Úspech som hodnotila podľa toho, aký bol človek inteligentný, akú mal dobrú prácu, ako tvrdo pracoval alebo aké mal vzdelanie. Obdivovala som inteli-

gentných ľudí a želala som si, aby som bola inteligentnejšou. Mala som pocit, že ľudia musia byť takíto, aby boli dobrými rodičmi a išli príkladom svojim deťom. Dosť som odsudzovala tých, ktorí nepracovali alebo poriadne nevzdelávali svoje deti. Pochádzala som z chudobnej rodiny a nedostala som sa na vysokú školu. V priebehu rokov som sa teda vzdelávala navštevovaním kurzov, štúdiami na získanie diplomov a podobne, až som si uvedomila, že som sa stala len informovanejšou, ale nie nevyhnutne lepšou osobou.

Stále mi niečo chýbalo, no nevedela som, čo. Študovala som niekoľko náboženstiev a dokonca som aj absolvovala študijné hodiny s týmito náboženskými skupinami. Potrebovala som niečo, v čo by som mohla veriť, no po celý čas som si to neuvedomovala.

Keď som bola s manželom pred vyše dvoma rokmi na nákupe v Drogheda, uvideli sme skupinu mladých Číňanov, ako zbierajú podpisy pre Falun Dafa. Prečítali sme si plagáty o prenasledovaní a podpísali sme petíciu. Tiež sme si vzali domov nejaké letáky. Veľmi na mňa zapôsobil pokoj týchto mladých ľudí, z ktorých niektorí sedeli v meditácii. Bolo to veľmi nádherné.

Manžel pohľadal na internete informácie o Falun Dafa. Myslela som si, že je to len ďalší druh cvičebnej skupiny, takže som tomu nevenovala mnoho pozornosti. Manžel si stiahol cvičenia a začal praktizovať. Stále som tomu nevenovala pozornosť, keďže sa vždy zaujímal o fyzické cvičenia. Keď sa čas strávený cvičením predĺžil z jednej na dve hodiny každý večer, začala som sa cítiť trochu urazená a nakoniec som sa s ním pohádala. Požiadal ma, aby som skúsila cvičiť s ním a tvrdil, že by to bolo dobré pre moje zdravie. Mala som chronickú astmu a väčšinu času som užívala lieky. Počas osemnástich mesiacov som bola trikrát v nemocnici. Zlyhali mi pľúca; sotva som mohla dýchať a nakoniec ma poslali domov s prísnym príkazom používať rozprašovač a užívať steroidy.

Začala som praktizovať päť cvičení a zakaždým po druhom cvičení „Falun pozícia v stojí“ som dokázala ľahko dýchať. Bolo to po prvýkrát po mnohých rokoch. Všetky svaly sa mi uvoľnili a cítila som, že môžem zhlboka dýchať bez toho, aby som neustále kašľala. Keď som dostala knihu Majstra Li Čuan Falun, zabralo mi šesť týždňov, kým

som prečítala prvú lekciiu, keďže som ju nečítala usilovne. Keď som sa však dostala na druhú lekciiu, mala som pocit, že ju už nikdy nechcem odložiť. Vedela som, že to je to, čo mi v živote chýbalo. Cvičenia mali teraz význam a nemala som žiadne pochybnosti o učeniach Majstra Li. Mala som problém pochopiť niektoré časti Fa, no vďaka rozhovorom s inými praktizujúcimi som vedela, že ak budem pokračovať v čítaní a štúdiu, nakoniec to pochopím. Z Čuan Faluna som pochopila, že ak sa budem usilovne kultivovať a začnem si zvyšovať svoj charakter, mohla by som sa stať praktizujúcou Falun Dafa. Každá kapitola mi prinášala nové poznatky a bola som odhodlaná stať sa dobrou praktizujúcou a kultivujúcou.

Začala som chodiť s niekoľkými praktizujúcimi na cvičebné miesto. Na ňom som získala dostatok sebadôvery, aby som praktizovala cvičenia pred ostatnými. Stále som sa obávala, že budem vyzeráť hlúpo, ak cvičenie urobím nesprávne. Zapôsobila na mňa láskavosť praktizujúcich v tom, ako opravovali moje držanie tela alebo pohyby. Naučila som sa, ako robiť správne päť cvičení. Sú veľmi pôvabné, no veľmi silné a účinné. V jeden deň som vykonávala domáce práce a vošla som do spálne. To bol deň, keď som si uvedomila, že už viac nepotrebujem všetky tie lieky, ktoré som užívala. Vzala som veľkú škatuľu a vyhodila som všetky lieky, vrátane rozprašovača. V tom čase som praktizovala približne tri mesiace a odvtedy som už nepotrebovala žiadnu medicínu, lekára alebo nemocnicu. Moje zdravie sa ohromne zlepšilo.

Potom som začala chodiť každú nedeľu k skupine praktizujúcich na Univerzite mesta Dublin. V skupine vládol nádherný pocit. Zakaždým som sa cítila nabitá energiou a odhodlaná dobre sa kultivovať.

V súčasnosti praktizujem dva roky. Počas tohto času sa môj život dramaticky zmenil. Moje základné myslenie sa zmenilo. Spolu s ďalšími praktizujúcimi učíme každý utorok a štvrtok večer cvičenia na Vysokej škole Trinity v Dubline. Cestovala som aj do ostatných častí Írska, aby som predstavila Dafa ostatným a rozdávala som letáky, aby ľudia dostali príležitosť dozvedieť sa o Falun Dafa.

Prvýkrát v živote mám pocit spolupatričnosti a pocit, že poznám cestu k späť k svojmu pravému ja. Cesta je dlhá, ale len taká ťažká, akou si ju urobím. Majster Li mi ukázal cestu a teraz záleží na mne.

Príbeh malého Beibeia z Číny

Od praktizujúcej z Číny

V máji roku 1997 začal Beibei praktizovať Falun Dafa spolu so svojou mamou; mal vtedy 9 rokov. Dafa sa už hlboko zakorenil v jeho srdci. Nasledujúcich niekoľko príbehov pochádza z jeho praktizovania.

Raz sa stalo, že Beibei náhodou narazil do spolužiaka, ktorý práve držal v ruke šálku s horúcou vodou. Voda sa rozliala a obarila spolužiakovi ruku. Ten potom z hnevu vylial zvyšnú vodu Beibeiovi na hrud', čím mu spôsobil popáleniny a pľuzgiere. Napriek nespravodlivosti Beibei nepovedal nič a neobviňoval spolužiaka. Ostatní v triede sa ale zranenia zľakli a zavolali učiteľku. Tá potom informovala rodičov druhého žiaka a spoločne sa vybrali k Beibeiovi domov.

Beibeiova mama sa opýtala, čo sa stalo, hlavne však utešovala učiteľku a rodičov spolužiaka bez toho, aby ich obviňovala. Beibei mame povedal: „Je mi ľúto, že som pani učiteľke spôsobil toľko problémov...“ Keď to počuli spolužiakovi rodičia a učiteľka, boli príliš dojatí na to, aby niečo povedali. „Boli sme pripravení na hnev,“ povedali, „teraz sa ale cítíme zahanbene.“

V tú noc, keď si Beibei po dokončení domácej úlohy ľahol spať, sa ho mama spýtala: „Bolí ťa to popálené miesto?“ „Nie,“ povedal Beibei. Pre kultivujúceho je jedna myšlienka často rozdielom medzi dobrým alebo zlým výsledkom. Na druhý deň ráno chlapčekovi pľuzgiere zmizli a aj jeho pokožka už vyzerala normálne. Po tejto príhode sa už ani ten druhý žiak nesprával tak zle ako predtým.

V roku 1999 Beibei navštevoval prvý ročník na druhom stupni základnej školy. Na prijímačkách sa umiestnil medzi piatimi najlepšími.

Mesiac po začiatku nového polroka šla Beibeiova mama apelovať do Pekingu za Falun Gong. O niečo neskôr sa pridali aj Beibei a jeho otec. Všetkých troch zatkli a ešte v ten istý deň boli poslaní späť domov. Beibeiovoho otca následne poslali do pracovného tábora, zatiaľ čo jeho a mamu odviezli na miestny Úrad 610. Keď Beibei videl smutný výraz na tvári svojej mamy, povzbudil ju: „Mami, neboj sa. Ja budem chodiť do školy stále rovnako, ale ty nesmieš podpísať žiadne vyhlásenia, v ktorých by si sľubovala, že sa vzdáš Falun Dafa.“ Toto všetkých prítomných v miestnosti šokovalo. Beibeiovu mamu poslali do zadržiavacieho centra. Je ťažké si predstaviť, že iba 11-ročné dieťa bolo takto prinútené žiť samo.

Hoci Beibei nikdy predtým nebol u svojej starej mamy, tentokrát tam vyrazil sám autobusom, aby priviedol starkú k sebe domov. Po príchode späť do školy sa s ním riaditeľ a učitelia jeden po druhom rozprávali a presviedčali ho, aby sa vzdal praktizovania Falun Dafa. Beibei povedal: „Nemal by som klamať.“ Pod tlakom mu učiteľka prísne povedala: „Ak ten sľub nepodpíšeš, vylúčia ťa zo školy.“ Beibei však zostal vo svojej viere pevný. Doma sa jeho stará mama a ďalší príbuzní úzkostlivo snažili presvedčiť ho, aby napísal falošný sľub, že prestane praktizovať, no Beibei trval pevne na tom, že nasledovanie „Pravdivosti, Súcitú a Znášateľnosti“ a snaha byť dobrým človekom nie sú zlé. Odmietol akékoľvek lži v rozpore s jeho svedomím.

V nasledujúcich troch rokoch sa prenasledovanie praktizujúcich Falun Dafa čínskym komunistickým režimom nestále stupňovalo. Beibei bol nútený žiť bez starostlivosti svojich rodičov a znášal obrovské ťažkosti. 5. decembra 2001 bola Beibeiova matka opäť zatknutá za šírenie materiálov, ktoré odhaľujú pravdu o prenasledovaní Falun Gongu. Jeho otec bol stále v pracovnom tábore. Policajti neskôr priviedli jeho mamu do ich domu, celý ho prehľadali a ukradli počítač a ďalšie materiály. Beibeiovu mamu spúťali, zatiaľ čo on sa na to musel pozeráť. Potom jeho matku poslali do zadržiavacieho centra a Beibei zostal opäť bez rodičov.

Všetci susedia vedeli, že Beibeiova mama je dobrý človek a pomáhali jej starať sa o syna, kým bola uväznená. Raz šiel Beibei navštíviť svoju mamu a utešoval ju: „Som v poriadku, nie som hladný, ani mi

nie je zima.“ Jeho mame sa v srdci veľmi ulavilo a vo väzení sa stala odhodlanejšou. Nebojácne neustále objasňovala kriminálnikom i dozorcom pravdu a pomáhala tak k lepšej budúcnosti týchto ľudí. Po protestnej hladovke bola Beibeiova mama nakoniec 19. apríla 2002 bezpodmienečne prepustená. Úrad 610 ju však stále nechcel nechať na pokoji. Desať dní po svojom prepustení bola nútená odísť z domu, aby sa tak vyhla ďalšiemu zatknutiu. Beibei sa musel so svojou mamou opäť rozlúčiť. Bol na ňu však hrdý a jej príbeh rozprával svojim spolužiakom. Jeho otec medzitým neustále objasňoval pravdu dozorcom v pracovnom tábore a bol odhodlaný zostať neochvejný vo svojej viere. Prepustili ho po skončení trestu.

Objavenie nádeje v mori utrpenia - mladý muž našiel Falun Dafa vo väzení

Od praktizujúceho v Číne

V októbri 1999 som dostal trest odňatia slobody a odrazu som sa stal trestancom. Pôvodne aj prokurátor tvrdil, že by som mal byť uznaný za nevinného. Môj právnik taktiež povedal, že som nevinný a že ak ma uznajú za vinného, nezaúčtuje mi ani jediný cent. Napriek tomu ma uznali vinným a vzápätí som sa ocitol vo väzení. Nenašiel som nikoho, s kým by som zdieľal svoju bolesť alebo kto by si vypočul moje sťažnosti. Mal som zlomené srdce.

V decembri 1999 do toho istého väzenia poslali niekoľko skupín praktizujúcich Falun Gongu len kvôli ich viere. V tom čase som nerozumel ich kultivačnej praxi. Spolu s ostatnými spoluväzňami som sa im smial a myslel som si, že si nevedia nájsť nič lepšie na prácu, len si robiť problémy. Dokonca som aj povedal, že praktizujúci Falun Gongu majú mentálne problémy. Tiež som si myslel, že sa zapletajú do politiky. Keď som bol potom presunutý do iných ciel, moje pochopenie týchto otázok sa postupne vyjasnilo. Počas pobytu vo väzení som bol sedemkrát premiestnený. Každé sťahovanie mi poskytlo príležitosť stretnúť sa s ďalšími praktizujúcimi.

Väzenie je čisté peklo. Všetko, od každodenného života až po myslenie ľudí, je veľmi odlišné od vonkajšieho sveta. Väzni bojujú o jedlo, šíria klebety a vzájomne sa zosmiešňujú. Ľudia vo väzení robia všetko pre to, aby sa cítili dobre na úkor iných. Jedinými výnimkami boli

praktizujúci Falun Gongu. Nikdy neodpovedali úderom na úder, keď boli napadnutí, či už fyzicky alebo slovne. Dbali o ostatných. Kládli dôraz na cnosť a dobré skutky. Taktiež objasňovali pravdu o Falun Gongu a trpezlivo radili kriminálnym spoluväzňom, aby sa stali dobrými ľuďmi.

Počas siedmich mesiacov, ktoré som strávil vo väzení, boli všetci praktizujúci, ktorých som spoznal, rovnakí. Bez ohľadu na ich vzdelanie, všetci prejavovali vysoký morálny štandard. Mali veľkú schopnosť tolerovať rozdiely v ľuďoch a všetci dokázali znášať obrovské ťažkosti. Ich úprimný postoj a súcit boli najnezabudnuteľnejšie. Po strávení času s praktizujúcimi Falun Gongu som žasol nad tým, že sa mi podarilo stretnúť takýchto dobrých ľudí na takomto temnom mieste. Pod vedením ich veľkého Učiteľa praktizovali nádhernú kultiváciu. Potajomky som ich obdivoval. Praktizujúci Falun Gongu sú najšťastnejší ľudia na svete.

Táto skúsenosť mi priniesla dôležitú lekciu. Ustanovil som si spravodlivé pochopenie o svete a našiel som skutočný zmysel života. Uvidel som svetlo v temnote a našiel som pravdu v nekonečnom mori utrpenia. Som vďačný tým, ktorí ma poslali do väzenia, hoci ich motívom bola osobná pomsta. Ako inak by sa mi podarilo stretnúť toľkých praktizujúcich Falun Gongu? Bez tejto skúsenosti by som v živote urobil viac nesprávnych krokov a spáchal by som viac zlých skutkov. Tento väzenský trest bol pre mňa požehnaním. Prečo to hovorím? Pretože som sa naučil Falun Gong! Celej svojej rodine a priateľom poviem o prenasledovaní. Pozvem ich, aby tiež praktizovali Falun Gong. Každému poviem, aby si pamätal Pravdivosť-Súcit-Znášanlivosť. Poviem im, že Falun Dafa je výborný.

V súčasnosti mi ľudia okolo mňa hovoria, že som inou osobou. Hovoria, že mám viac úcty k ľuďom. Je to kvôli tomu, že keď som bol vo väzení, prečítal som si Čuan Falun, hlavnú knihu Falun Gongu. Potom, čo som počul praktizujúcich Falun Gongu objasňovať pravdu o prenasledovaní, sľuboval som, že keď sa dostanem von, začnem praktizovať Falun Gong. Neskôr som sa aj ja sám stal praktizujúcim.

Teraz všetkým hovorím svoju vlastnú skúsenosť: Pokúste sa prosím zistiť viac o praktizujúcich Falun Gongu. Príďte sa prosím dozvedieť pravdu o Falun Gongu!

Ako som sa stal zrelším v praxi Falun Dafa

Od praktizujúceho v USA

Sú to takmer dva roky, odkedy som začal praktizovať Falun Dafa a počas tohto obdobia som sa stretol s nekonečnými možnosťami rozvoja a rastu múdrosti. Pre praktizujúceho je obhajoba univerzálnych princípov Pravdivosti-Súcitú-Znášanlivosti náročným a posvätným záväzkom. Čoraz viac sa mi odhaľuje sila, ktorú tieto princípy majú. V apríli 1999, keď som začal cestu kultivácie, som sa hlavne sústredil na správanie sa podľa najvyššieho štandardu týchto troch slov, na odstraňovanie pripútaností a dobré praktizovanie a študovanie. Hoci na tomto prístupe určite nebolo nič zlé, teraz vidím, že tieto činnosti sa sústreďovali hlavne na slová „moja kultivácia“ a na to, čo to pre mňa znamená, ako mi to prospieva, zlepšuje ma a pomáha mi to. Keď si to vlastne priznám, hanbím sa a vidím svoju pripútanosť k egocentrickému mysleniu.

V každodennom živote mám náročnú prácu plnú náročných ľudí. Niekedy urobia aj veľký rozruch, len aby potvrdili, že majú v nejakej drobnosti pravdu. Zdá sa, že mnohí z nich neustále bojujú, len aby získali na úkor ostatných. Keď som tam začal pracovať, práve som začal praktizovať Falun Dafa a stanovil som si, že budem veľmi usilovný v dodržiavaní svojich princípov a budem dobrým človekom. Práca v tomto tvrdom a súťaživom prostredí bola veľmi bolestivá a takmer sa nedala zniesť. Keď som v ľuďoch videl len to najhoršie, cítil som sa hrozne. Podľa svojej úrovne pochopenia v tom čase som sa rozhodol, že by som mal zniesť všetky ťažké veci, usilovne pracovať a nesťažovať sa.

Myslel som si, že takto by to mal dobrý praktizujúci robiť, takže som sa do toho pustil a potom sa okamžite začali skúšky.

Keď som sa začal v práci viac zaoberať hľadaním nových spôsobov, ako znášať svoje okolie, prichádzali mi do cesty ďalšie nezmyselné skúšky. Zniesol som toľko absurdných vecí, až sa nad tým musím teraz smiať, napríklad keď som cestou do práce úplne premokol v daždi. Prišiel som neskoro a v každej topánke som mal centimeter vody. Šéf ma pokarhal za neskorý príchod a potom bez ohľadu na to, že som bol úplne mokrý, trval na tom, aby sme začali pracovať (hoci mi dovolil vyliat' si vodu z topánok). Musel som s ním pracovať celý deň v miestnosti, kde mal zapnutú klimatizáciu na plné obrátky, pretože mu bolo príliš teplo. Medzitým som sa triasol od zimy a osušil som sa, až keď nastal čas odísť. Bolo mi veľmi ťažko na srdci z jeho sebeckého správania, no naďalej som to znášal.

Inokedy zas niekoľko jednotlivcov vytvorilo veľký problém, keď neprevzali zodpovednosť za dôležitú záležitosť. To viedlo k obrovskému a potenciálne nákladnému problému. Namiesto toho, aby som ich chybu nahlásil riaditeľovi, v tichosti som pracoval na vyriešení problému. Tri mesiace som na tom pracoval dlho do noci, len aby som to vyriešil. Nakoniec sa mi ani nikto nepoďakoval; namiesto toho, ľudia, ktorým som pomohol, riaditeľovi povedali, že tú chybu som urobil ja! Čítil som sa veľmi nahnevane, no stále som nič nepovedal a naďalej som to znášal.

Takto to pokračovalo ďalej. Keď ľudia v kancelárii rozprávali nepríjemné vtipy, odišiel som od nich, obedoval som osamote alebo som sa s nimi nerozprával, pokiaľ som na to nemal dobrý dôvod. V tom čase som mal pocit, že sa správam ako dobrý praktizujúci, no v skutočnosti som sa vyhýbal svojmu kultivačnému prostrediu. Čím viac som toho znášal, tým viac problémov som mal. Čoraz viac som sa vyhýbal ľuďom a konfliktom a potom som sa snažil čím viac toho zniesť. Veci sa len zhoršovali. Ľudia mi boli neustále nepríjemní a správali sa pri mne napäto. Nútili ma pracovať v neprímerane dlhom pracovnom čase. Potom ma začali obviňovať z chýb iných, aj keď som robil dobré skutky a riešil všetky ich problémy. Nevedel som sa osvietiť k tomu, čo sa vlastne deje. S ostatnými praktizujúcimi sa mi prihodili všetky druhy nedorozume-

ní. Počas toho všetkého som sa nedokázal pozerat' sa dobre do svojho vnútra. Snažil som sa nájsť svoje chyby, no stále som videl, akým som dobrým praktizujúcim. Nevedomky som cítil, že som lepší než všetci tí ľudia. Vždy som sa obával ich vplyvu na moju prax a snažil som sa, aby ma nijako nerušili ani neovplyvňovali. Veľa som sa sťažoval, aké to mám ťažké a aké je nespravodlivé, že ma vždy obviňujú. Teraz vidím, ako veľmi to súviselo s mojím sebecťvom a myšlienkou, že som lepší než ľudia okolo mňa.

Keď som si to uvedomil, cítil som sa veľmi pokorne a hanbil som sa za seba. Rozhodol som sa, že v každom, s kým pracujem, uznám len to dobré a nebudem ich posudzovať či kritizovať. Úprimne som si cenil ich silné stránky a čo som sa od nich mohol naučiť. Akonáhle som si udržoval túto myšlienku, šéf zamestnal niekoho, kto mi mal pomáhať v práci a moje dlhé pracovné hodiny sa skrátili. Vďaka tomuto novému postoju som v sebe spozoroval láskavejšiu povahu a častejšie som sa smial. Odrazu začal šéf viac vtipkovať a viac sa usmievat'. V jeden deň dokonca zažartoval, že ak niečo pôjde zle, každý by z toho mal obviňovať mňa. Zo srdca som sa na tom zasmial, pretože som pochopil, ako náš Učiteľ použil tieto slová, aby poukázal na dôležitú vec – že praktizujúci by mal vždy hľadať vo svojom vnútri príčinu akéhokoľvek konfliktu. Kvôli tomu som bol omnoho láskavejší k ľuďom v mojej kancelárii a rozhodol som sa cenit' si svojich spolupracovníkov za to, že mi pomáhajú zlepšovať sa.

Prostredie v práci sa dramaticky zmenilo k lepšiemu potom, čo som svojim kolegom povedal, že som praktizujúci Dafa a povedal som im o prenasledovaní v Číne. Bola to veľmi všeobecná diskusia a obával som sa, že to nestačilo. V minulosti o mne nikto veľa nevedel a všetky svoje osobné veci som si prísne držal pre seba. Myslel som si, že pre mojich spolupracovníkov je príliš nemožné, aby ma dokázali pochopiť alebo rešpektovať Dafa. No znova som sa mýlil.

Keď som sa v minulosti plánoval zúčastniť aktivity Dafa alebo skupinového čítania a v práci odo mňa žiadali na poslednú chvíľu, aby som ostal dlhšie, cítil som sa veľmi nahnevane. Potom, čo som ľuďom povedal, že som praktizujúci, výrazne sa zvýšila ich úcta ku mne a všetko sa stalo harmonickejšim. Myslím si, že to bolo preto, že som sa

im konečne otvoril a už som pred nimi neukrýval ani neochraňoval svoje vnútro. V kancelárii prestali predou mnou väčšinou nadávať, ale aj keď to robili, stále som k nim bol milý a nechoval som sa k nim prísne. Keď bol môj šéf nerozumný alebo malicherný, povedal som mu, koľko som sa od neho naučil a že si cením výzvy, ktorým musel čeliť. Všetko to som robil z úplne úprimného srdca. Odrazu sa nielenže zlepšila atmosféra v kancelárii, ale tiež aj ľudia začali zdieľať o sebe zaujímavé veci alebo mi ukázali ich lepšie stránky.

Tento týždeň som sa dozvedel, že kolega s povestou konfliktného človeka, ktorý sa ma stále snažil podkopávať, vynaložil svoj čas, aby pre mňa niečo urobil, čím mi ušetril mnoho času a úsilia. Úžasné bolo, že to urobil bez toho, aby sa snažil pripísať si nejaké zásluhy alebo sa tým chváliť. Bolo to také neuveriteľné, až mi vyhrkli slzy, keď som si pomyslel na jeho zmenu srdca, ktorá mu umožnila nekonať ako zvyčajne a urobiť niečo bezpodmienečne z láskavosti. Predtým som chcel odísť z práce, aby som si našiel ľahšie zamestnanie a mal viac času pre kultiváciu. Teraz si uvedomujem, že už mám najlepšie kultivačné prostredie zo všetkých.

Počas posledných pár mesiacov som získal novú úroveň pochopenia toho, o čom je kultivácia. Prestal som si už robiť obavy o čas a miesto pre svoju osobnú kultiváciu a chcem len jednoducho využiť príležitosti na kultiváciu a všetkým konfliktom čeliť s nepohnutým srdcom. Tento postoj v skutočnosti zlepšuje moju kultiváciu a rýchlejšie odstraňuje prekážky, zatiaľ čo sa moje prostredie čoraz viac zlepšuje.

Za posledný rok som sa naučil, že po osobnej kultivácii je ďalším krokom dosiahnutie zrelšieho pohľadu. Medzi veci, ktoré mi najviac pomohli zlepšiť sa, patrili uprednostňovanie záujmov iných, hľadanie príležitosti na zlepšenie sa v každej činnosti a rozhodnutie sa konať na základe toho, čo je správne podľa princípov Fa, a nie podľa toho, čo si myslím, že je správne alebo čo by som robil radšej. Pri robení každej veci sa snažím mať srdce skutočného súcitu a myslím, že tak ja osobne môžem niečo zmeniť, namiesto toho, aby som čakal, že sa o to postarajú iní.

Podľa môjho pochopenia sú všetky starosti o to, že nemáme čas, kto nás hnevá a či niečo môžeme alebo nemôžeme urobiť, nepodstatné.

Keď som sa stal zrelším praktizujúcim, otvoril som si svoj súcit, zvýšil som svoju úroveň múdrosti a naučil som sa, že znášateľnosť znamená zachovať si najvyšší štandard za všetkých okolností, nielen znášať niečo bolestivé. Cítim, že moje pochopenie sa prehĺbilo. Dúfam len, že sa v budúcnosti dokážem činiť ešte lepšie.

Princípy Falun Dafa mi pomohli vyriešiť problém v práci

Od čínskeho praktizujúceho žijúceho v zahraničí

Pracujem ako technik zodpovedný za produktivitu v malej spoločnosti. Aby som získal viac času, zvýšil som svoju efektivitu v práci a snažím sa dokončiť ju rýchlejšie, stále pritom zachovávajúc kvalitu. Takto môžem svoj zostávajúci čas venovať aktivitám na ukončenie prenasledovania Falun Dafa v Číne. V posledných rokoch bolo takýchto aktivít naozaj veľa a často sa vyskytli naliehavé udalosti, ktoré si vyžadovali, aby som si zobral voľno z práce. Takto to šlo bez problémov po celý rok, až donedávna.

Bol práve Orientačný deň, v rámci ktorého rôzne komunity propagujú svoju unikátnu kultúru. Samozrejme, praktizujúci Falun Dafa sa chceli na tomto podujatí zúčastniť tiež. V práci nebol nikto, kto by ma nahradil, no našťastie sa našlo dosť praktizujúcich, ktorí sa mohli na podujatí zúčastniť. Bol som teda ohľaduplný voči firme a rozhodol som sa na tejto aktivite nezúčastniť. V ten deň bolo veľmi málo práce a skončil som o pol dňa skôr. Počas obedňajšej prestávky mi skrsla myšlienka: „Prečo neodísť hneď?“ Poslal som e-mail zástupkyňi vedúceho, aby som požiadal o pol dňa dovolenky a rýchlo som odišiel skôr, než sa vrátila z obeda.

Keď som sa na druhý deň vrátil do práce, zástupkyňa riaditeľa mi povedala: „Podľa zmluvy by ste mali zostať v kancelárii 8 hodín denne a podľa pravidiel spoločnosti musíte dva týždne pred čerpaním dovolenky podať žiadosť. Svojím správaním ste porušili zmluvu a spoločnosť je z toho veľmi nešťastná! Naša spoločnosť nemá záujem udržať

si takého zamestnanca.“ Zástupkyňa je silná žena. Niekoľko mesiacov po jej príchode do firmy podal vedúci nášho oddelenia výpoveď kvôli konfliktom s ňou. Sťažovala sa, že vedúci oddelenia nie je dostatočne produktívny. Odvtedy som bol jediným pracovníkom na oddelení.

Pred praktizovaním Falun Dafa som mal dosť výbušnú povahu. Bohužiaľ, túto vlastnosť som ani po začatí praktizovania veľmi nezmenil. Vždy som si myslel, že naša spoločnosť by ma mala odmeniť za to, že robím prácu za dvoch ľudí. Tiež som si myslel, že som bol voči firme už dosť ohľaduplný, keď som si nevzal celý deň voľna. Okrem toho som už mal svoje povinnosti na tento deň hotové. Prečo som si teda nemohol vziať pol dňa voľna? A tak som zástupkyňi riaditeľa povedal: „Mali by ste sa pozrieť do firemných záznamov. Za deň som dokončil to, čo iným zamestnancom trvá dva dni. Moja efektivita by mi mala zabezpečiť aspoň určitú flexibilitu pracovného času. To, čo sa stalo včera, bol výnimočný prípad. Prečo by ste to mali brať tak vážne?“ Povedala: „Keď dokončíte svoju vlastnú prácu, môžete pomôcť ostatným. Kým ste v práci, všetok svoj čas musíte venovať pracovným povinnostiam, inak porušujete zmluvu.“ Keďže kládla taký dôraz na otázku pracovného času, zatiaľ čo ja som hovoril o efektívnosti, nebolo možné, aby sme sa dohodli. Z tohto dôvodu som navrhol konzultáciu s manažérom.

Na druhý deň ráno mi manažér povedal, že ako rýchlorastúca spoločnosť, musíme mať prísne pravidlá riadenia. Každý zamestnanec musí dodržiavať určité pravidlá. Samozrejme, na druhej strane spoločnosť rešpektuje záujmy a zvyky zamestnancov: „Spoločnosť veľmi podporuje Falun Gong, no napriek tomu nie je správne, aby ste tak často porušovali firemné predpisy.“ Požiadal som ho, či by vedel uviesť porušovanie dochvilnosti z mojej strany. „Neviete,“ povedal som. „Som vo firme už viac ako rok a boli len tri alebo štyri takéto výnimočné prípady. Prečo majú ostatní ľudia flexibilný pracovný čas, zatiaľ čo ja, i keď som si splnil svoje povinnosti, vôbec nemám flexibilitu pracovného času?“

Mal som pocit, že sme sa dostali do slepej uličky. Cítil som medzi nami silné napätie, ktoré nám nedovoľovalo navzájom sa pochopiť.

Upokojil som sa a zhlboka som sa nadýchol. Začal som si uvedomovať, čo sa deje. Povedal som si, že som praktizujúci a Majster Li nás

učil, aby sme boli v práci dobrými zamestnancami. Čo sa dnes so mnou deje? Ak sa kolegovia snažia nájsť na mne chybu, musí byť niečo, čo som prehliadol. Za každých okolností by sme sa mali pozrieť do svojho vnútra – to je základný rozdiel medzi praktizujúcim a bežným človekom. Všetci zamestnanci v našej spoločnosti podporujú Dafa a nikto sa nestážuje, keď si denne čítam webstránku Minghui. Predtým mi zástupkyňa riaditeľa nikdy nič nevyčítala. Čím to bolo dnes iné?

Zrazu sa mi v mysli vynorili slová Majstra Li. Za každých okolností by sme mali brať ohľad na druhých. Ako čínski praktizujúci žijúci na Západe by sme mali rešpektovať zvyky ľudí zo Západu a spôsob, akým radi riešia veci. Číňania by si napríklad mysleli, že nie je dôležité, či niekomu podržíme dvere – každý si môže otvoriť dvere, keď to potrebuje. Západniari to však považujú za prejav dobrých mravov a úcty k iným ľuďom. Náhle som pochopil, kde je problém: Zástupkyňa vedúceho bola nahnevaná, pretože som ju neinformoval dostatočne v predstihu, že odchádzam. V tomto zmysle som ju nerešpektoval. Najskôr som konal, až potom som podal informáciu, čo zranilo jej hrdosť.

Úprimne som sa jej ospravedlnil a vysvetlil som jej odlišnosť zvykov a obyčajov medzi Východom a Západom. Tiež som slúbil, že predtým, ako niečo také urobím v budúcnosti, požiadam ju o povolenie. Vysvetlil som jej aj účel našich aktivít a to, že čas je v tejto chvíli veľmi naliehavý. Opäť som pripomenul, že som zvýšil svoju výkonnosť, ale neočakávam žiadne finančné ohodnotenie navyše; jediné, čo by som chcel, je získať nejaký flexibilný čas na prácu pre Dafa. Čoskoro som pocítil zjavnú zmenu atmosféry. Postoj zástupkyne riaditeľa sa tiež veľmi zmiernil. Nakoniec mi manažér s úsmevom povedal: „Tentoraz ste vyhrali. Choďte si dať prepísať zmluvu, aby vám umožňovala istú flexibilitu v pracovnom čase. Verím, že svoju prácu budete vykonávať dobre.“

Nečakal som, že tento konflikt sa vyrieši tak rýchlo. Zároveň som získal aj právo otvorene vykonávať prácu Dafa. Keď som sa zamyslel nad touto príhodou, prišiel som k jasnejšiemu pochopeniu, prečo je pre nás dôležité konať v súlade so štandardom kultivujúceho.

Tiež je určite potrebné, aby sa praktizujúci, ktorí nemajú flexibilnú pracovnú dobu, správali k svojmu zamestnávateľovi korektne a veno-

vali pracovný čas svojej práci. Mali by sme byť k ľuďom ohľaduplní a všade, kam prídeme, si získať ich úctu.

Krátke video mení život

Od čínskeho praktizujúceho v USA

Falun Dafa praktizujem v súčasnosti rok a pol.

Hoci poznám dôležitosť objasňovania pravdy Číňanom, ktorí boli podvedení Čínskou komunistickou stranou, hlavne tým z pevninskej Číny, často pri nich narazím na nepriateľské reakcie a slová, ktoré ma odrádzajú od toho, aby som sa snažil viac. Často si pomyslím: „Snažil som sa zo všetkých síl.“

Pred pár mesiacmi ma prišla navštíviť moja matka z Číny. Nemal som na výber a musel som čeliť tejto veľkej výzve. Bola rozrušená, keď sa dozvedela, že praktizujem Falun Dafa a nechcela odo mňa počuť pravdu. Naše diskusie sa zakaždým skončili hádkou. Robil som si o ňu starosti, no svoj charakter som si ešte nezlepšil dostatočne na to, aby som sa s ňou rozprával pokojným a inteligentným spôsobom. Vždy keď citovala niečo zo zlej propagandy, prepadli ma emócie. Rýchlo som to s ňou vzdal a už som to nechcel skúšať.

Lenže potom som v jeden deň musel vyrobiť pár kópií videa pre spolupraktizujúceho. Chvíľu mi trvalo, kým som nastavil zariadenie. Keď som bol hotový, začal som nahrávať. Vtom do izby náhodou vošla mama a videla, čo robím. Okamžite ju zaujala krásna trojminútová ukážka cvičenia Dafa a sadla si, aby si ju pozrela. Nahral som to trikrát a ona to vždy nehybne sledovala. Po zvyšok večera a nasledujúci deň sedela na gauči a pozerala každý film Dafa, ktorý som nahrával. Začali sa v nej diať zmeny.

Keď si pozrela nahrávku o zinscenovanom „sebaupálení“ na Námestí nebeského pokoja, nedokázala prestať s odsudzovaním čínskeho

komunistického režimu za podvádzanie miliónov nevinných ľudí. Pri sledovaní nahrávky o Zhang Cuiying, umelkyni, ktorá bola v Číne väznená a mučená, sa jej v očiach objavili slzy. Keď medzi ľuďmi, ktorí robili cvičenia, uvidela tváre belochoch, černochoch a indiánov, ohromilo ju to. Keď si pozrela videá o Falun Dafa na Taiwane, opýtala sa ma, čo je deväťdňový seminár a či by sa ho tiež mohla zúčastniť. Zakrátko sme spoločne pozerali deväťdňový seminár.

Mama teraz začala praktizovať Dafa. Každý deň počúva prednášky Fa Majstra Li na CD, keď varí, upratuje alebo štrikuje. Každý večer si číta knihy Majstra Li. Snaží sa zlepšovať si svoj charakter ako praktizujúca. Keď som v nej videl tieto zmeny, pocítil som ohromnú moc Dafa. A to ešte keď si pomyslím, že všetky jej úžasné zmeny sa začali malým videom o Falun Dafa, v ktorom neboli žiadne slová.

Pri spätnom pohľade na moje predchádzajúce zmyšľanie som sa cítil veľmi zahanbene. Bol som taký nesúcitný. Teraz vidím, že ľudia majú stále dobré svedomie, ale je hlboko zahrabané pod lžami a odpadom, ktoré im nanútila Čínska komunistická strana. Záleží len na nás, či vynaložíme úsilie, aby sme to odstránili a odhalili v nich dobro.

V Číne sú milióny ľudí ako moja matka. Prednedávnom mi mama povedala: „Úbohí ľudia v Číne nepoznajú nič iné ako klamstvá.“ Jej slová mi dodali veľkú dôveru a odvahu, aby som sa viac snažil objasňovať pravdu Číňanom. Už sa nezdráham hovoriť pravdu o Falun Dafa. Keď rozprávam, moja matka hovorí pravdu so mnou a zdieľa svoj vlastný príbeh. Pri pohľade na zmenu matky si nemôžem prestať myslieť: „Moc Dafa je bezhraničná!“

Iný pohľad na svet prostredníctvom Dafa

Od praktizujúcej v USA

Moja kultivačná cesta sa začala v marci v roku 2000. Vtedy som ešte netušila, do čoho sa púšťam. Keď som začala praktizovať Falun Gong, nemohla som uveriť, že v Čuan Falune sa nachádza toľko poznatkov a právd. Musím sa priznať, že na začiatku som neverila všetkému, čo som čítala. Niektoré veci sa mi zdali veľmi cudzie a bolo ťažké ich pochopiť. Ale o iných veciach, o ktorých som čítala, som vedela, že sú pravdivé. S niektorými pojmami som mala tiež trochu problém, ale pokračovala som ďalej. Pri každom čítaní knihy som pochopila o niečo viac. V hĺbke duše som jednoducho vedela, že musím veriť a že moje chápanie sa bude postupne zlepšovať, čo sa aj stalo. Istý čas som nevedela, či budem pokračovať v praktizovaní alebo nie.

Bolo to, akoby som bola vedená po neznámej ceste, a mojím jediným spojením s ňou bolo moje srdce. Všetko bolo pre mňa neznáme a bola to moja viera, ktorá ma viedla. Vedela som, že musím ostať otvorenou. Bolo by také ľahké skončiť a vrátiť sa k svojim starým spôsobom, keď som nikdy nepraktizovala jednu cestu a len som chodila od jednej veci k druhej a stále som hľadala.

Všetci z mojich blízkych známych boli nadšení, keď spoznali Falun Dafa, vrátane môjho manžela. Všetci sme si mysleli, že energia, ktorú sme pociťovali počas spoločného cvičenia, bola úžasná, a boli sme dosť vytrvalí asi po dobu 6 týždňov. Potom postupne, ako čas plynul, sa všetci odpojili. Myslím, že väčšina ľudí nepokračovala preto, lebo si uvedomila, koľko starých spôsobov a návykov musí zmeniť, aby sa

stala skutočnými praktizujúcimi a tiež to, akú disciplínu si to vyžaduje. Viem, že to pre mňa nebolo ľahké, najmä vzdať sa rôznych druhov pripútaností.

Keď manžel videl, akou oddanou som sa stala, začal byť veľmi nepriateľský a nahnevaný a hovoril dokonca aj zle o Dafa. Musela som sa skutočne pozerat' dovnútra, aby som zistila, čo to spôsobilo. Po mnohých trápeniach s manželom som sa stala omnoho silnejšou praktizujúcou Dafa. Porozprávali sme sa o tom a pomohlo mi to viac pochopiť manželovu stranu. Stala som sa k nemu a k jeho potrebám viac súcitnejšia a tolerantnejšia. On sa zas na oplátku nehneval na Dafa. Dokázal lepšie pochopiť moju hlbokú oddanosť a je oveľa tolerantnejší k mojej viere. Bolo by ľahké obviňovať ho, no nie je to jednostranné – obaja sme mali veci, na ktorých sme potrebovali pracovať a stále na nich pracujeme. Hoci manžel nepraktizuje Dafa, cítim, že moja prax mu tiež mnohými spôsobmi pomáha. Viem, že si vďaka mojim činom uvedomuje, aký je Dafa dobrý. Ak ako praktizujúci Dafa kráčame dobre po našich cestách, ostatní uvidia náš súcit a láskavosť a prostredníctvom týchto činov ukážeme dobrotu Dafa.

Všimla som si, že už viac nezažívam také vzostupy a pády ako kedysi. Som viac v rovnováhe. Už sa nesnažím bojovať so životom, ale jednoducho nechávam veci prebiehať prirodzene. Takisto nemám také očakávania ako kedysi. Robím len to, k čomu ma ťahá srdce, bez očakávania nejakých výsledkov. Vďaka tomu je život oveľa hladší.

Ďalším aspektom veľkoleposti Dafa je jasnosť mojej mysle. Vďaka čítaniu, štúdiu a zdieľaniu viem, čo je správne a čo nie, a viem, čo treba urobiť, aby som si zlepšila svoj charakter a stala sa lepšou osobou. Nemusím veci odhadovať. Vďaka pochopeniu, ktoré som získala štúdiom Falun Dafa, mám tiež oveľa väčší súcit k ostatným ľuďom.

Pri čítaní web stránky Minghui.org som získala veľa zo skúseností iných praktizujúcich, najmä čínskych praktizujúcich. Som im veľmi vďačná a veľmi si vážim ich odvahu. Vďaka nim som si uvedomila, aké sú moje ťažkosti malé v porovnaní s ich.

Vďaka učeniám Majstra Li sa zmenil môj celkový pohľad na svet. Musím sa ešte veľa učiť a budem sa snažiť zlepšiť si svoje pochopenie.

Zdvihnutie sa z pádu na dno

Od amerického praktizujúceho čínskeho pôvodu

Mám 26 rokov a rád by som sa podelil o svoje skúsenosti z praktizovania Falun Dafa. Bol som typický mladý čínsky Američan z Kalifornie. V roku 1989 sa celá moja rodina prisťahovala do Spojených štátov z južnej časti Číny. Po príchode som sa postupne zmenil na nepoznanie. Napríklad, začal som fajčiť, piť a chodiť do nočných klubov. Dokonca som sa zaplietol so skupinou gangstrov v čínskej štvrti. Našťastie som sa nedopustil žiadneho zločinu, ktorý by zahŕňal bitku či strelbu, hoci som použil niekoľko falošných kreditných kariet na nákup drahých vecí a ukradol som drobné z parkovacích automatov.

V roku 1997 alebo 1998, keď som nič nerobil, som jedného dňa zašiel do knižnice a uvidel som zlatú knihu s názvom Čuan Falun. Zaujalo ma to, pretože som o nej už predtým počul, aj keď som si nepamätal odkiaľ, a tak som si pozrel knihu a videá s cvičeniami. Najprv som si myslel, že to bude veľmi zložitá kniha, ale nebolo to tak. Namiesto toho bol v nej použitý najbežnejší jazyk, no obsahovala najhlbšie vysvetlenia vesmíru. Bol som naozaj ohromený a plný úžasu nad touto knihou. Začal som ju čítať a dočítal som ju v priebehu niekoľkých dní. V tom čase som neveril úplne všetkému, čo obsahovala, ale vedel som, že je naozaj dobrá, a tak som začal praktizovať a dodržiavať požiadavky týkajúce sa pozdvihnutia charakteru. Bol som však typický lenivý človek, takže som nedokázal praktizovať každý deň. Nakoniec som úplne prestal.

V roku 1999, keď v Číne začali prenasledovať Falun Dafa, som pozeral správy v čínskej televízii. Vôbec som neveril správam z Číny, ale kvôli veľmi obmedzenému pochopeniu som mal nejaké pochybnosti o

Dafa. Potom, čo som si však knihu znova prečítal, nenašiel som v nej vôbec nič zlé – bola to čistá kniha z Nebies. Ľudské bytosti však majú veľa dôvodov a pripútaností, aby si našli rôzne výhovorky, prečo nenasledovať Fa. Bol som tiež takýmto.

Počas nasledujúcich dvoch či troch rokov som si osvojil ďalší zlozvyk: fajčenie marihuany. Nevieť prečo, ale už som nechcel čeliť realite a marihuana mi poskytla únik. Keď som fajčil, cítil som sa veľmi šťastný a oslobodený a v mojom pomätenom stave mysle som niekedy dokonca uvažoval, či práve takto nevyzerá dosiahnutie osvietenia. Na začiatku som fajčil raz za mesiac, potom to bolo raz za týždeň, potom raz za pár dní, až som nakoniec zistil, že marihuanu fajčím každý deň! Nakoniec som minul všetky svoje peniaze. Vedel som, že s tým musím prestať, ale namiesto toho som kradol peniaze rodičom, aby som si mohol kúpiť ďalšiu marihuanu, pričom som si hovoril, že s tým už prestanem a že toto je posledný krát. Ale koho som klamal? Nakoniec som fajčil marihuanu nonstop každý deň takmer dva roky.

V jeden deň som minul všetky peniaze, vrátane peňazí, ktoré som ukradol rodičom. Vedel som, že ak s tým okamžite neprestanem, bude to pre mňa koniec, a tak som sa rozhodol to raz a navždy ukončiť. Šiel som na internetovú stránku Minghui.org. Keď som si prečítal pár nových článkov od Majstra Li a niektoré články od praktizujúcich, uvedomil som si, aký som bol sebecký a zlý. Prisahal som si, že začnem odznova.

Odvtedy si každý deň čítam všetky články na webstránke Minghui, praktizujem cvičenia dve hodiny každý večer a čítam si Čuan Falun predtým, než zaspím. Prvý deň, keď som znova začal, to nebolo ľahké, najmä pri robení druhého cvičenia. Možno to bolo preto, že v minulosti som bol príliš lenivý, no pot mi stekal z čela na bradu, akoby moje ruky dvíhali tisíce kíľ. V duchu som si stále hovoril, aby som prestal a zvalil sa na pohodlnú posteľ, ale objavili sa mi vízie praktizujúcich v pevninskej Číne, ktorí cvičia každý deň, dokonca aj vo väzniciach, kde ich bijú väzni a policajti – ale prestali? Nie! Objavili sa mi aj slová z kníh Majstra Li, ktoré mi hovorili, že praktizovanie je ťažké, a ak nedokážem vydržať ani tieto malé ťažkosti, ako by som mohol praktizovať kultiváciu? Koho by som mohol oklamať? Preto som neprestal

cvičiť. Nasledoval som hudbu Falun Dafa a dokončil som celé dve hodiny. Uplynul asi mesiac odo dňa, keď som sa rozhodol začať praktizovať kultiváciu. Počas tohto obdobia sa niekoľkokrát objavilo nutkanie fajčiť cigarety a marihuanu, ale stále som čítal články z Minghui a Čuan Falun.

Dva dni potom, čo som sa rozhodol znova začať praktizovať kultiváciu, sa mi prihodila ďalšia vec. Zavolať mi môj najlepší kamarát, aby sme šli von a zafajčili si marihuanu ako zvyčajne. Šiel som s ním, no potom, čo sme fajčili, veľmi som ľutoval, že som to znova urobil. Uvedomil som si, že to bola skúška a že som zlyhal. Rozhodol som sa, že kamarátovi poviem, že som začal praktizovať kultiváciu. Povedal som mu, že som prestal fajčiť cigarety a že už nebudem fajčiť marihuanu a že to bolo naposledy. (V tom čase to pre mňa nebolo ľahké.) Zrejme pochopil, čo hovorím, pretože od toho dňa mi už nezavolať.

Predtým, ako som napísal tento článok, som si nebol istý, či to dokážem. Tiež sa chcem poďakovať Majstrovi Li a vyjadriť úctu a podporu študentom, ktorí sú v Číne prenasledovaní. Nebyť Falun Dafa, stále by som deň čo deň mrhal svojím životom.

Tínedžer a jeho pohľad na prínos z praktizovania Falun Dafa

Od 14-ročného amerického praktizujúceho čínskeho pôvodu

Mám štrnásť rokov a tento rok idem do deviatej triedy.

Moji rodičia začali praktizovať Falun Dafa vo februári 1999. V tej dobe som ešte nevenoval pozornosť tomu, čo robia. Iba som ich videl každý deň robiť jemné, pomalé cvičenia. No už po niekoľkých týždňoch som si všimol zmeny v našej rodine. Mama predtým mávala problémy so spánkom a často nevedela zaspáť. Všimol som si, že začala spať veľmi dobre a vyzerala energicky. Zdalo sa mi tiež, že otec sa už tak ľahko nerozčúli a nezvyšuje na mňa hlas. Okolo mňa sa diali tieto neuveriteľné zmeny a ja som sa tiež rozhodol skúsiť tieto cvičenia, aby som zistil, čo to spraví so mnou. Po nejakej dobe sa moje telo zahrialo a cvičenia ma veľmi upokojovali. Obzvlášť teplé boli moje ruky. Nevedel som, ako je možné, že toto pomalé cvičenie mi tak ľahko zahrialo celé telo, pretože keď behám a skáčem pri basketbale, tak sa mi málokedy podarí vôbec zahriať. Bolo to úžasné.

Cvičenia sa mi veľmi páčili. Zakrátko som už dokázal robiť aj meditáciu v sede v plnom lotose viac ako päťdesiat minút. Hoci to bolo niekedy nepríjemné, cítil som sa pri tom dobre.

Neskôr som začal niekedy chodiť s rodičmi na skupinové cvičebné miesto. Všimol som si, že všetci cvičiaci boli veľmi priateľskí. Nevedel som, prečo sú všetci takí milí, tak som sa na to spýtal rodičov. Vysvetlili mi, že pohyby sú len jednou časťou Falun Gongu. Tou druhou je praktizovanie hlavných princípov Falun Gongu – princípov Pravdivosti, Súcitú a Znášateľnosti. Mama mi vtedy dala knihu s názvom Čuan

Falun a povedala: „Táto kniha ti odpovie na všetky otázky.“ Chcel som ju hneď začať čítať a pridala som sa k rodičom, keď večer čítali túto knihu. V čítaní sme sa potom striedali. Oni čítali čínsku verziu a ja som čítal anglickú. Po prečítaní celej knihy som stále mnohým veciam nerozumel, ale pochopil som, že Majster Li chce, aby sme boli dobrými ľuďmi a zbavili sa rôznych negatívnych spôsobov, správania a myšlienok.

Odkedy som sa naučil Falun Gong, cítim, že to veľmi prospelo môjmu životu. Zlepšilo sa mi aj zdravie. Moji kamaráti zo školy sú stále chorí a niekedy musia zostať doma. Ale ja som už dlho neochorel. Celý tento rok aj minulý rok som mal veľmi dobrú dochádzku. Zlepšil som sa aj v škole. Vo všetkých predmetoch prospievam s vyznamenaním a mám samé jednotky. Keď som začal čítať Čuan Falun, dokázal som ho čítať len v angličtine. Keď som sa pokúšal prečítať čínsku verziu, nepoznal som mnohé slová a vždy som sa mýlil. Nerozumel som tomu, čo som čítal. Bol som z toho veľmi frustrovaný. Rodičia ma ale často povzbudzovali tým, čo povedal Majster Li v Čuan Falune: *„Je to ťažké vydržať, ale ty to môžeš vydržať. Je to ťažké spraviť, ale ty to môžeš spraviť.“* A tak som sa riadil týmito slovami a jednoducho som pokračoval v čítaní. Teraz čítam skoro každý deň a pomalým tempom dokážem prečítať celú knihu v čínštine bez väčších chýb.

Falun Gong zlepšil moju povahu. Učiteľ povedal: *„Mali by ste byť vždy zhovievaví a láskaví k druhým a brať ohľad na druhých, nech robíte čokoľvek. Kedykoľvek narazíte na problém, najprv by ste mali zvážiť, či druhí dokážu túto vec strpieť, alebo či to niekomu neublíži. Ak to robíte takto, nebudú žiadne problémy.“* (Čuan Falun) Snažil som sa byť dobrý k svojim spolužiakom a už som sa nedostával do bitiek alebo hádok ako kedysi. Napríklad raz mi kamarát omylom vylial limonádu na moje papiere. Pred praktizovaním Falun Gongu by som bol úplne nahnevaný. Teraz som to udržal v sebe. Jednoducho som si pomyslel, že to nevyliat naschvál a nebol dôvod sa na neho hnevať. Môj kamarát sa mi ospravedlnil a pomohol mi to upratať. Som rád, že som sa naňho nenahneval. Inak by sa na mňa nahneval aj on a došlo by k veľkej hádke.

V júli 1999 čínsky komunistický režim zakázal Falun Dafa. Pravdepodobne preto, že si myslel, že ho praktizuje priveľa ľudí. Odvtedy boli mnohí praktizujúci Falun Dafa posielaní do pracovných táborov,

väzení a dokonca do psychiatrických liečební (ako spôsob ich diskreditácie a prenasledovania). Tisíce a tisíce praktizujúcich Falun Dafa boli brutálne prenasledovaní a mnohí z nich boli umučení na smrť. Nerozumiem, prečo Čínska komunistická strana prenasleduje dobrých ľudí a prečo sa dobrých ľudí tak bojí. Prečo vládcovia takej veľkej krajiny šíria do celého sveta lži a klamstvá, aby očiernili Falun Dafa? Ako praktizujúci Falun Dafa chcem ľuďom povedať, že Falun Dafa je dobrý. Chcem aj odhaliť zlé činy Jiang Zemina a jeho nasledovníkov, ktorí si pletú dobro a zlo a šialene prenasledujú Falun Dafa. Musím ochraňovať Dafa. V posledných rokoch som mal na to rôzne príležitosti.

Mám čínskeho kamaráta, ktorý má doma čínsky satelit, takže často sleduje správy o Falun Gongu, ktoré vyrába čínsky režim. Raz mi povedal niekoľko vecí, ktoré Falun Gong očierňujú a tiež sa ma spýtal, prečo ho praktizujem. Povedal som mu: „Ako môžeš vedieť o týchto veciach pravdu? Prečo veríš klamstvám Čínskej komunistickej strany? Čítal si knihu *Čuan Falun*?“ Odvtedy už nikdy o Falun Gongu nehovoril. V duchu si však želám, aby si niekedy prečítal *Čuan Falun*.

Uplatňovanie princípov Pravdivosti, Súcitu, Znášanlivosti v mojom dennom živote

Od praktizujúceho z Talianska

Som praktizujúcim Falun Dafa z Talianska a mám 52 rokov.

Asi pred dvoma rokmi som mal to šťastie, že som sa zoznámil s Falun Dafa. Odvtedy sa kvalita môjho života veľmi zmenila. Prežíval som vtedy ťažké obdobie. Mal som päťdesiat rokov, prišiel som práve o prácu a hľadal som si novú. S manželkou sme si nerozumeli. Je mojou partnerkou a dobrou matkou našej dcéry, každý deň sme sa však hádali a ja som preto býval veľmi nahnevaný.

Raz ma prišla navštíviť známa, lebo potrebovala poslať z môjho počítača email. Je učiteľkou tai-či a jogy a spýtala sa ma, či som už počul o Falun Gongu. Povedal som, že som o ňom čítal v novinách (bolo to v septembri 1999), ale nevedel som presne, čo to je. Pohládadal som si teda informácie na internete a našiel som veľa odkazov. Keďže som bol zvedavý, stiahol som si knihu Falun Gong. Po jej prečítaní som veľmi túžil prečítať si skúsenosti iných praktizujúcich. Bol som šokovaný z toho, že všetko bolo zadarmo: učenie, knihy, videá i hudba. Úprimne som tomu nemohol uveriť a myslel som si, že je to trik, ako zarobiť peniaze. Keď som však čítal stovky skúseností praktizujúcich, postupne som sa presvedčil, že Falun Dafa musí byť niečo naozaj vzácné. To, čo ma zaujímalo, nebolo to, že ako praktizujúci môžem mať nejaké zvláštne schopnosti, ale to, ako tri princípy „Pravdivosť, Súcit a Znášanlivosť“ môžem uplatniť v každodennom živote. Veril som, že na základe toho

sa stanem lepším človekom a zlepším kvalitu života sebe, ako aj ľuďom okolo seba.

Začal som uplatňovať prvý princíp – Pravdivosť – v tom zmysle, že som už nechcel klamať. Myslel som si, že to bude ľahké, no vôbec to tak nebolo. Kedysi som klamal sebe aj iným a teraz som si to postupne uvedomoval. Učím sa hovoriť pravdu. Všimol som si, že už len uplatňovaním týchto princípov vo svojom živote mám viac energie. Myslím si, že všetku energiu, ktorú som predtým používal na stavbu hradieb zo lži, si môžem teraz ušetriť. A mám z oslobodenia tejto energie radosť.

Druhý princíp – Súcit – chápem ako láskavosť k ľuďom. Napríklad v rodine, v práci, v autobuse atď. Myslel som si, že som láskavý človek, teraz je to ale inak: Myslím si, že ako ľudské bytosti sme jedna entita – keď sme láskaví sami k sebe, sme láskaví aj k druhým.

Všimol som si, že keď sa správam takto – neklamem, som láskavý, tolerantný a trpezlivý a snažím sa správať ušľachtilým spôsobom – môj život je krajší a plný radosti. Mnoho ľudí okolo mňa považuje Falun Gong za veľmi dobrú vec. Nikdy som sa ich nesnažil presvedčiť o tom, aká dobrá je naša kultivačná prax; všetko, čo som robil, som dokazoval svojimi činmi. Samozrejme, je to veľmi, veľmi ťažké. Mnohokrát sa v rodine a v práci stále nedokážem správať ako pravý praktizujúci, no učím sa a zlepšujem.

Moja práca sa mi javí ako veľmi plodné prostredie na zdokonaľovanie sa. Práve v práci som sa naučil byť dobrým kultivujúcim a zároveň odvieť dobrú prácu. Moje pracovné aj rodinné prostredie sa zmenilo a myslím si, že ma všetci majú radšej ako kultivujúceho, než ako toho, kým som bol v minulosti. Keď som začal praktizovať, moja manželka s tým bola veľmi nespokojná. Keď však videla moju premenu, postupne zmenila názor.

Ako praktizujúci beriem všetky svoje problémy ako skúšku, v ktorej sa môžem zlepšiť a stať sa lepším človekom. Vydal som sa na cestu a zistil som, že najväčšou prekážkou som si ja sám. Dostávam sa cez to vďaka vytrvalému cvičeniu a osobitnú pozornosť venujem zlepšovaniu svojho charakteru.

Som veľmi vďačný za všetko, čo som získal vďaka Falun Dafa. Ak by toto bola najvyššia úroveň, ktorú dosiahnem vo svojej kultivácii (som

si istý, že nie je), stále by som to považoval za to najcennejšie úsilie vo svojom živote. Urobilo to zo mňa lepšieho človeka, dalo mi to spravodlivú cestu, ktorú môžem nasledovať a spôsob, ako pochopiť okolnosti, ktoré ma obklopujú. Poskytlo mi civilizovanejší spôsob reagovania na veci. Civilizovanejší než v minulosti, keď by som pri svojej bežnej mentalite zvyčajne reagoval pocitom ublíženia alebo frustráciou, no najskôr hnevom.

Doteraz som dokázal všetky problémy a otázky, na ktoré som počas svojej kultivácie narazil, vyriešiť čítaním knihy Čuan Falun a článkov Majstra Li. Verím, že aj problémy, s ktorými sa stretnem neskôr, sa budú dať zodpovedať týmto spôsobom.

Rád by som dodal ešte jednu vec. Myslím si, že ako praktizujúci by sme mali používať svoju múdrosť na objasňovanie pravdy a na šírenie Dafa. Som spisovateľ a myslím si, že ak sa môžem vo svojej práci dotknúť srdc ľudí, je to preto, že čitatelia môžu medzi riadkami nájsť „Pravdivosť, Súcit, Znášanlivosť“.

Kráčanie po spravodlivej ceste a začiatok nového života

Od praktizujúceho v Číne

Som 24-ročný muž, ktorý raz zišiel na scestie. Mal som šťastie, že som sa dozvedel o Falun Dafa, keď ma v máji minulého roka prepustili z tábora nútených prác. Bol som prebudенý, presvedčený a odhodlaný kultivovať sa pod vedením Falun Dafa. Uplynulo už viac ako päť mesiacov. Zmenil som sa na úplne iného človeka a znovu som našiel svoju cestu.

Pamätám si, že v pracovnom tábore, napriek ťažkej práci, ktorú na mňa uložili, som ostal vo svojom vnútri dosť divoký, hoci som sa rozhodol, že po prepustení sa stanem iným človekom. Myslel som si, že sa už nebudem zúčastňovať na žiadnej nelegálnej činnosti, ale radšej sa budem venovať zarábaniu peňazí a vynahrádzim si svoju stratenú mladosť. Mal som mnoho nápadov, ako zbohatnúť.

Lenže keď som si prečítal knihy Falun Dafa od Majstra Li, veľmi ma bolelo srdce. Lutoval som všetky zlé veci, ktoré som urobil a všetku karmu, ktorú som si dennodenne hromadil. Uvedomil som si, že som šiel proti základným princípom vesmíru: Pravdivosť, Súcit a Znášanosť. Rodina a priatelia sa zo mňa snažili urobiť lepšieho človeka, no nereagoval som na ich pozitívne podnety a myslel som si, že byť zlým človekom bude prospešnejšie. V dôsledku toho som nikdy nechcel byť dobrý. Majster Li odhalil príčiny, prečo by mal byť človek dobrým a hovoril o základných princípoch, ľudskej povahe, morálnych štandardoch a vývoji ľudskej spoločnosti. Uvedomil som si, že to, akým sa človek chce stať, je rozhodujúce pre to, či sa dokáže zlepšiť alebo nie.

Som odhodlaný byť praktizujúcim Falun Gongu, byť dobrým človekom, prispôsobiť sa Pravdivosti, Súcitú, Znásanlivosti a vrátiť sa k svojej pôvodnej povahe.

Ťažkosti v kultivácii sa však vynorili zo všetkých smerov. Konflikty najprv často prichádzajú z vlastnej rodiny. Som mladý, no bolo pre mňa veľmi ťažké nájsť si prácu, keďže mám ukončenú len základnú školu druhého stupňa a trest v tábore nútených prác mi tiež veľmi nepomohol. Nikomu v rodine sa nepáčilo, že som ostal doma a nepracoval som. Navyše som doma čítal knihu Majstra Li a robil som cvičenia, čo moji príbuzní tiež nevedeli pochopiť ani prijať. Stále mi bezdôvodne nadávali. Tieto incidenty som považoval za prekážky, ktoré som musel prekonať, a za príležitosť, aby som si zlepšil svoj charakter. Chcel som byť doma dobrým synom a v spoločnosti dobrým človekom. Bez ohľadu na to, ako zle sa ku mne správali ostatní ľudia, vždy som sa pozeral do svojho vnútra, aby som našiel svoje nedostatky. Všetky veci som hodnotil podľa štandardov Dafa a konal som podľa nich.

Potom, čo som začal kultiváciu, som dobrovoľne vykonával všetky práce v domácnosti a kultivoval som si charakter prostredníctvom štúdia Fa. Postupne som sa zbavil všetkých zlých zvykov, ktorých som sa predtým nedokázal vzdať. V súčasnosti je moja rodina ku mne oveľa príjemnejšia. Hoci mám ešte veľa vecí, ktoré treba zlepšiť, zvnútra som sa veľmi zmenil a stal som sa lepším človekom. Mám tiež viac energie.

Chcel by som sa podeliť ešte o jeden príbeh. Minulý rok v júli bola v mojom rodnom meste veľká povodeň. Moja rodina prerábala náš dom a nakúpili sme piesok, ktorý sme umiestnili na prízemí. Po povodni prišli nejakí ľudia, ktorí bývali neďaleko, a chceli piesok ukradnúť. Otec sa ich snažil zastaviť, ale nikto ho nepočúval. Keď som sa to dozvedel, ponáhlal som sa ich zastaviť skôr, ako som sa nad tým zamyslel. Aj keď sa celá vec nevyhrotila, povedal som niekoľko zlých vecí, ako napríklad: „Nebojím sa smrti“, aby som ich odradil. Všetci poznali moju minulosť a neodvážili sa pokračovať. Po tomto incidente som svoje správanie veľmi ľutoval, pretože sa prejavila moja súťaživá povaha. Uvedomil som si, že som neprešiel touto skúškou. Samozrejme, že som nekričal a nikoho som neudrel, ako by som to urobil predtým. Keby som bol ako

predtým, zmlátil by som ich, keby ma akokoľvek využili, ani nehovoriac o krádeži piesku z môjho domu.

V minulosti sa ma ľudia, ktorí bývali v našej budove, báli a tiež ma nenávideli. Často prevracali oči a vrhali na mňa škaredé pohľady. Keď ma poslali do tábora nútených prác, všetci sa usmievali a odľahlo im. Keď som sa vrátil, všetci si mysleli, že bitkár je späť a prihodia sa katastrofy. Ich názory sa úplne zmenili potom, ako som sa začal kultivovať vo Falun Dafa. Počas povodní som dobrovoľne postavil čln a spolu s niekoľkými ďalšími mladými mužmi som prešiel dve míle, aby sme doniesli čistú vodu pre všetkých. Slnko pálilo a voda bola studená a špinavá. Zem bola horúca a na nohách som mal plúzgiere, ale nestážoval som sa. Pomyslel som si: „Som praktizujúci Falun Dafa a toto je niečo, čo by som mal urobiť.“ Pomáhal som aj ľuďom z iných budov. Na člne som chodil nakúpiť jedlo a nápoje pre všetkých. Činy sú hlasnejšie než slová. Všetci ma chválili a usmievali sa.

Samozrejme, to, aby sa ku mne ľudia správali pekne, nebolo mojím zámerom. Kultivácia vo Falun Dafa však vytvorila tento pozitívny účinok. Nekonal by som takto nebyť Falun Dafa. Skutočne som sa zmenil. Môj charakter sa zlepšil. Mám ešte väčšie odhodlanie kultivovať sa. Bez ohľadu na to, s akými prekážkami sa v budúcnosti stretnem, použijem Falun Dafa ako zrkadlo a budem sa riadiť princípmi, ktoré nám vyučoval náš Učiteľ, aby som zlepšil celú svoju bytosť. Dosiahnem kritéria opravdivého praktizujúceho Falun Dafa, budem dobrým človekom a pozitívne prispejem spoločnosti.

Prečo som sa rozhodol praktizovať Falun Dafa: Skúsenosti doktora západnej a čínskej medicíny a bývalého výskumníka čchi- kungu a akupunktúry

Od čínskeho praktizujúceho v Japonsku

Bakalársky titul som získal na Západnej lekárskej univerzite v Číne a magisterský titul na Čínskom inštitúte pre výskum lekárskeho vied. Mám magisterský titul v oblasti čchi-kungu a akupunktúry certifikovaný Štátnou komisiou pre vzdelávanie v Číne a pôsobil som ako zástupca predsedu Vedeckej výskumnej spoločnosti čchi-kungu v provincii Heilongjiang a poradca Vedeckej výskumnej spoločnosti čchi-kungu v provincii Liaoning. Pán Zhang Zhenhuan, bývalý riaditeľ Čínskej národnej komisie pre obrannú vedu a priemysel a v súčasnosti predseda Čínskej vedeckej spoločnosti pre výskum čchi-kungu a Čínskej spoločnosti pre vedu o ľudskom tele, ma tiež navrhol a odporučil za akademického poradcu pre terapeutický čchi-kung. Od roku 1985 som mal mnoho príležitostí prednášať v európskych a amerických mestách.

V roku 1989 som prišiel učiť do Japonska. V roku 1990 som prijal ponuku pracovať v Japonsku a usadil som sa v Tokiu. Pred príchodom do Japonska som pracoval ako vedúci ošetrujúci lekár čínskeho Štátneho výskumného ústavu čínskej lekárskej vedy v Pekingu a ako špe-

ciálne pozvaný lektor pre Výskumný ústav terapeutického čchi-kungu Pekinskej univerzity čínskej lekárskej vedy a medicíny.

Pre praktizujúceho Falun Dafa sú vyššie uvedené vzdelanie, tituly a hodnosti málo dôležité. Uvádzam ich tu len preto, aby som ukázal, že som absolvoval formálne vzdelanie v oblasti modernej vedy a nie som nováčikom v čínskych a západných lekárskejších vedách, čchi-kungu a vo výskume vedy o ľudskom tele. Keďže som absolvoval strednú školu začiatkom 60. rokov a prešiel som kultúrnou revolúciou a všetkými typmi ideologických hnutí, som zvyknutý kriticky hodnotiť rôzne teórie a doktríny. Neveril by som len tak niečomu a nenasledoval by som slepo niekoho alebo nejakú teóriu. Čo sa týka vecí, ktoré sú pre ľudstvo nové, som toho názoru, že by sme im nemali ani nedbalo veriť ani ich nedbalo popierať. Skôr by sme sa mali vyhýbať vplyvu našich nadobudnutých predstáv a skúmať ich pomocou racionálneho myslenia a osobnej skúsenosti. Až potom budeme schopní vyvodit' správny záver.

Teraz budem hovoriť o svojej osobnej skúsenosti s rozhodnutím praktizovať Falun Dafa. To, o čom tu budem hovoriť, je z pohľadu začiatočníka a dlhoročným praktizujúcim veľmi nepomôže. Začínajúcim praktizujúcim a tým, ktorí by sa radi naučili Falun Dafa, to však môže pomôcť dozvedieť sa viac o Falun Dafa a začať praktizovať.

V polovici roka 1993 som odišiel z Japonska do Číny, aby som sa venoval výskumu rôznych škôl čchi-kungu. Pri jazierku Zlatá ryba v parku Zhongshan v Pekingu som počul príjemnú hudbu a zaujímal ma, odkiaľ prichádza. Uvidel som viac než desať ľudí praktizovať nejaký čchi-kungový systém, ktorý som nikdy predtým nevidel.

Keď skončili s cvičeniami, porozprával som sa s praktizujúcimi. Povedali mi, že táto prax sa nazýva Falun Gong a učiteľom je pán Li Chung-č'. Taktiež spomenuli, že Falun Gong je kultivačnou praxou a Majster Li nielenže učil cvičenia, ale tiež vyučoval Fa (zákon a princípy), ktorý vedie duchovnú kultiváciu na vysokej úrovni. Pomyslel som si: môže to byť pokročilá kultivácia Dafa (Veľká cesta), ktorú hľadám už celé roky. Potom som sa začal učiť Falun Gong v parku každé ráno. Keď som sa dopočul, že Majster Li bude vyučovať v Pekingu, požiadal som kontaktnú osobu cvičebného miesta, aby ma zapísala.

27. august 1993 bol v mojom živote dňom hodným osláv. V ten deň som sa stal praktizujúcim na 13. sérii prednášok Falun Gongu v Pekingu.

V tom období som každý večer chodil na prednášky Majstra Li do továrne na výrobu lokomotív č. 27 v Pekingu, ďaleko za mestom. Po návrate domov po 3. prednáške som 30 minút cvičil piate cvičenie a cítil som sa ľahko a príjemne po celom tele, bez strčnutia alebo bolesti pri meditácii s prekríženými nohami. Bolo to po prvýkrát, čo som fyzicky zažil ohromnú moc Falun Dafa. Predtým, než som sa zúčastnil prednášok, som pri praktizovaní lotosového sedu do 30 minút začal cítiť bolesti. V minulosti som sa podieľal na výskume nadprirodzených schopností ľudského tela, ktorý vykonávali čínske vedecké a technologické komunity. V tých dňoch Ľudový denník (oficiálne noviny Čínskej komunistckej strany) uverejnil komentár, ktorý poprel existenciu nadprirodzených schopností človeka. V tom istom čase niektorí ľudia z literárnych a vedeckých kruhov uverejňovali články aj v novinách a časopisoch ústrednej a miestnej vlády, v ktorých útočili na čchi-kung a označovali nadprirodzené schopnosti ľudského tela za pseudovedu, nevedomosť a poveru. Celková situácia sa za týchto okolností stala nedobrou. Výsledkom bolo, že mnohí ľudia, ktorí prišli skúmať nadprirodzené schopnosti, boli odradení a len niekoľko seriózných vedcov pokračovalo vo výskume.

V tom čase sme pod záštitou známeho vedca Qian Xuesena zavolali ľudí s nadprirodzenými schopnosťami z celej krajiny. Vďaka koordinovanému úsiliu výskumníkov z Výskumného ústavu fyziky, Ústavu fyziky vysokých energií a Biofyzikálneho ústavu Čínskej akadémie vied a Ústavu č. 1129 Ministerstva verejnej bezpečnosti, sme mali k dispozícii pokročilé technologické prístroje, ako sú videokamery s mikrolúčom, reakčné testery a mozgové elektroskopy, a potvrdili sme nadprirodzené schopnosti ľudského tela vrátane schopnosti pozerania sa cez objekty tretím okom, jasnoviedectva a presúvania objektov cez dimenzionálne bariéry. Preto sme dospeli k záveru, že okrem fyzickej dimenzie, v ktorej žijeme, existujú aj iné dimenzie. Experimenty s ľudským telom, ktoré v tom čase uskutočnili čínske vedecké kruhy na vyššej úrovni, tiež potvrdili existenciu iných dimenzií, ktoré výskumníci nazvali „skryté stavy“ alebo „stavy polí“. Neskôr sa výskumníkom z Národnej komisie

pre obrannú vedu a priemysel pomocou vysokorýchlostných kamier dokonca podarilo zachytiť tablety lieku prechádzajúce cez rozmerové bariéry sklenenej fľaše pod energetickým účinkom nadprirodzených schopností. Práve kvôli tejto sérii úspešných experimentov v oblasti vied o ľudskom tele sformuloval vtedajší Ústredný výbor komunistickej strany a Štátna rada politiku „troch nie“ týkajúcu sa vied o ľudskom tele a čchi-kungu (t. j. žiadne propagovanie, žiadne kritizovanie, žiadne diskusie). Od roku 1996 však niektoré čínske médiá, vrátane denníka Guangming, porušovali politiku ústrednej vlády „troch nie“ tým, že otvorene útočili na Falun Gong. Situácia sa neskôr vystupňovala až k zatýkaniu praktizujúcich Falun Gongu Úradom verejnej bezpečnosti v Tianjine a k pokojnému apelu 25. apríla 1999 v Pekingu.

V nedávnej kampani proti Falun Gongu, ktorú viedol čínsky režim, sa niekoľko takzvaných odborníkov alebo vedcov spoliehalo na obmedzené vedomosti a predpoklady dnešných vied o človeku, aby unáhle popreli javy, ktoré ešte nepoznajú. Ich postoj, keď subjektívne vyvodzujú závery, je nevedecký a nepodložený. Ani z pohľadu experimentálnej vedy by sme nemali bezhlavo popierať veci, ktorým dočasne nerozumieme.

V tomto článku som hovoril o veciach súvisiacich s empirickými vedami a kultivačnými teóriami, ktoré sú často veľmi blízke teóriám v ľudskej spoločnosti, v nádeji, že nás spoločnosť pochopí alebo sa aspoň vyvaruje niektorých mylných predstáv. Taktiež si želáme, aby si čínsky režim a jeho najvyšší predstavitelia napravili svoje nepochopenie o Falun Dafa a jeho dobrosrdečných praktizujúcich.

Osobne sa rád kultivujem v tichosti a užívam si pokoj. Keď sa však s Falun Gongom takto zle zaobchádza, ako dlhoročný praktizujúci mám povinnosť ozvať sa a objasniť niektoré skutočnosti a odhaliť pravdu.

Ľudový denník nedávno uverejnil článok, ktorý obvinil Falun Gong z „hromadenia majetku“. To je úplne neopodstatnené. Za 10-dňovú sériu prednášok Falun Gongu, ktorú uskutočnil Majster Li v Pekingu a ktorej som sa zúčastnil, som zaplatil iba 40 yuanov, čo zodpovedá 500 japonským jenom (alebo približne 5 eurám), čo bola najnižšia cena, akú som kedy za výučbu čchi-kungu v Číne zaplatil. Ešte aj teraz mám osvedčenie o absolvovaní, ktoré mi vtedy vydali, s obálkou podpísanou

Čínskou spoločnosťou pre výskum čchi-kungu. Bola to Čínska spoločnosť pre výskum čchi-kungu, ktorá toto podujatie zorganizovala. Na cvičebných miestach Falun Gongu, ktoré som navštívil v niekoľkých parkoch v Pekingu, boli všetky stretnutia zdarma a poskytovali ich dobrovoľníci. Okrem toho asistenčné centrum v Pekingu nemalo ani kanceláriu. Osobne som ponúkol Falun Gongu dar, ale Výskumná spoločnosť Falun Gongu moju žiadosť zdvorilo odmietla potom, čo sa na to opýtali Majstra Li. Podľa zamestnancov Výskumnej spoločnosti Majster Li povedal, že nebudú prijímané žiadne individuálne dary, pretože potom, čo by bohatí praktizujúci poskytli dar, mohli by chcieť prispieť aj menej majetní praktizujúci. Ich finančná neschopnosť by im však spôsobila zlé pocity. Preto sa neprijímali žiadne individuálne dary. Táto odpoveď ma hlboko dojala. Bola to skutočná nesebecká dobrota a súcit! Vedel som tiež, že kontaktná osoba z asistenčného centra v Daliane kúpila vilu za svoje osobné financie a chcela ju darovať Majstrovi Li. Lenže Majster Li tento dar neprijal. Navrhol som tiež darovať Falun Gongu 6 apartmánov v nehnuteľnostiach, ktoré som kúpil v Pekingu, ale Majster Li môj návrh opäť zamietol. Všetky uvedené skutočnosti som osobne videl alebo počul.

Od roku 1995 uskutočnilo Ministerstvo verejnej bezpečnosti dve celoštátne vyšetrovania Falun Gongu a dospelo k záveru, že Falun Gong nemá politické pozadie a mal by byť regulovaný podľa Pravidiel bezpečnosti verejných skupín. V skutočnosti Falun Gong učí dobré občianstvo a ponúka inštrukcie opravdivým praktizujúcim v kultivačnej praxi. Spoločnosti to prináša len prospech a žiadnu škodu. Stručne povedané, obvinenia Čínskej komunistickej strany proti Falun Gongu nie sú založené na faktoch. Veríme, že história poskytne spravodlivé hodnotenie Falun Gongu.

„Pravdivosť, Súcit, Znášanlivosť“ pri šoférovaní

Praktizujúca Falun Dafa z Európy

Nastúpila som do auta. Moje zadné okno zdobili slová: „Pravdivosť, Súcit, Znášanlivosť.“ Ponáhľala som sa, tak som silnejšie šliapla na plynový pedál. Predbehla som taxík aj ďalšie auto, pričom som si ani neuvedomila, že jazdím chaoticky. Keď som zastala na semafore, pomaly sa priblížilo ďalšie auto a zastavilo vedľa mňa. Vodič stiahol okno a povedal: „Bolo by skvelé, keby ste jazdili podľa slov na nálepke na vašom zadnom okne.“

Vďaka tomu som si uvedomila, aká veľká zodpovednosť je prechádzať mestom s týmito tromi slovami na aute a žiť každú sekundu podľa týchto troch slov. Nesmiem ich ignorovať ani keď sedím za volantom.

Poďakovala som sa vodičovi a slúbila som, že sa polepším. Odvtedy jazdím opatrnejšie a dodržiavam všetky dopravné predpisy. Musím žiť s „Pravdivosťou, Súcitom, Znášanlivosťou“ a to nielen keď sedím za volantom, ale aj pri rozprávaní a v ďalších každodenných činnostiach. Tieto tri slová sú čoraz dôležitejšie.

Ako Falun Dafa zmenil bývalého zlodēja

Nový praktizujúci z Číny

Mám 30 rokov a pochádzam z mesta Jinzhou, provincia Liaoning. Momentálne som zadržiatvaný v tábore nútených prác v meste Jinzhou kvôli krádeži.

Mám dosť zlú minulosť. Zo školy som odišiel, keď som mal iba 10 rokov. V pätnástich ma poslali do mestskej nápravnej školy kvôli krádeži. O dva roky neskôr som bol ako zloděj odsúdený na 1,5 roka väzenia. Keď som mal 19 rokov, dostal som 10 rokov väzenia, opäť kvôli krádeži. Prepustený som bol v roku 1996. V roku 1999 som dostal 15 dní väzby za krádež. Ušiel som cez okno. O desať dní neskôr ma chytili a odviedli ma späť do väzenia, kde som bol spolu s niekoľkými praktizujúcimi Falun Gongu.

V tej dobe čínsky komunistický režim všade v médiách šialene útočil na Falun Gong útočil a tvrdil, že škodí ľuďom. Preto som bol na praktizujúcich Falun Gongu veľmi zvedavý a chcel som vedieť, či sú ešte horší ako ja. Pravda však bola ďaleko nad moje očakávania. Pochádzali zo všetkých spoločenských vrstiev. Boli medzi nimi robotníci, farmári, úradníci aj lekári. Boli zadržaní, pretože išli do Pekingu apelovať za Falun Gong, alebo za to, že cvičili svoje cvičenia v parkoch. Nepozerali sa na mňa zvrchu len preto, že som bol odsúdený zloděj. Naopak, povedali mi, aby som bol dobrým človekom, nekradol a nerobil už zlé veci. Ich slová sa ma hlboko dotkli. A najmä – niektorí z nich necítili nenávisť ani sa nestážovali, keď im dozorcovia nadávali alebo ich bili. Vždy sa k dozorcovi správali milo a hovorili im o zásadách, ako sa stať

dobrym clovekom. Bol som naozaj prevkapaný a zároveň zmätený. V televíznych programoch sa hovorilo, aký je Falun Gong zlý. Ako je možné, že sa toľko ľudí tak zlepšilo po tom, čo sa naučili Falun Gong? Z toho, čo som videl, som musel uznať, že to boli naozaj dobrí ľudia.

Zrazu som pocítil veľkú lútosť, že som za posledných desať rokov spravil toľko zlých skutkov. Aké by to bolo úžasné, keby som mohol byť dobrým clovekom ako títo praktizujúci Falun Gongu! O svoje myšlienky som sa podelil s Yan Li, Li Huan-bao, Liu Wan-sheng a ďalším praktizujúcim v mojej cele. Dali mi knihu Čuan Falun (hlavný text Falun Gongu), ktorú som si s veľkou chuťou prečítal. Potom som mal bezsennú noc. V mysli sa mi vynáral môj minulý život, keď som bol vyše desať rokov zlodejom. Urobil som veľmi veľa zlých vecí.

Spomenul som si, ako ma susedia chválili ako milé dieťa. Keď som však vyrástol, začali ma znečisťovať rôzne zlé myšlienky v spoločnosti a túžba po peniazoch, ktoré ma ovládali a tlačili do priepasti. Vo väzení ma učili o zákonoch. Niektorí lepší dozorcovia sa mi tiež snažili pomôcť zmeniť sa. Všetko to však bolo pre mňa zbytočné. Tie zlé myšlienky ma ovládali a ja som sa nedokázal oslobodiť od robenia zlých vecí. Po dočítaní Čuan Faluna som pochopil, že zákony v ľudskej spoločnosti môžu niekoho zmeniť len na povrchu, ale len vyšší zákon môže zmeniť ľudské srdce a spôsobiť, že sa clovek stane skutočne dobrým. Mal som naozaj šťastie, že som sa mohol vo väzení učiť Falun Dafa. Rozhodol som sa byť dobrým clovekom.

Neskôr ma poslali do pracovného tábora v meste Jinzhou. Veľmi som sa obával, že sa nebudem môcť stretnúť s inými praktizujúcimi, pretože som im chcel položiť ešte veľa otázok. Prekvapivo som tam však stretol mnoho ďalších praktizujúcich! Zrazu som si uvedomil, že Falun Dafa žiari svetlom do každého kúta sveta.

Keď ma prišli navštíviť moji členovia rodiny, veľmi sa nahnevali, keď sa dozvedeli, že som sa začal učiť Falun Gong. Povedali: „Ako to, že si sa tu naučil Falun Gong? Práve teraz, keď celá krajina na Falun Gong útočí!“ Povedal som im: „Nerozumiete pravde. Falun Gong nie je taký, ako sa hovorí v televízii a v novinách. Falun Gong učí ľudí, aby sa stali dobrými a je úžasný.“ Nechceli ma však počúvať. Dokonca mi pohrozili, že ak budem pokračovať v praktizovaní Falun Gongu, už ma

nenavštívia. Začal som roniť slzy. Hneď potom som si však uvedomil, že to bola pre mňa skúška. Praktizovaním Falun Gongu sa zo mňa stane dobrý človek a v budúcnosti potom členovia mojej rodiny budú vedieť, že Falun Gong je naozaj dobrý.

Sú to teraz tri mesiace, čo som začal Falun Dafa študovať. Dozorcovia aj kriminálnici vo väzení a v pracovnom tábore všetci vedia, že praktizujúci Falun Dafa sú dobrí ľudia.

Anestéziologička odmietla prijímať úplatky potom, čo začala praktizovať Falun Gong

Od praktizujúcej Falun Gongu v Číne

Keď idete v pevninskej Číne do nemocnice na operáciu, zvyčajne musíte dať dvom ľuďom úplatok v červených obálkach – jedným z nich je operujúci chirurg a tým druhým anestéziológ. Nie je jasné, ako to začalo, no dosť často sú peniaze v červených obálkach ich hlavným zdrojom príjmu. A hoci sa výška sumy v červenej obálke od jednotlivých ľudí líši, podľa mojej mladšej sestry, ktorá pracuje v nemocnici ako anestéziologička, je v tomto povolání bežné dostať mesačne sedemtisíc až desaťtisíc yuanov. Naproti tomu mesačný plat lekára činí približne tisíc až dvetisíc yuanov. Ďalším zdrojom dodatočných príjmov sú úplatky od farmaceutických spoločností za predpisovanie drahých liekov. Suma sa síce nedá porovnať s tou v červených obálkach, no nie je zanedbateľná.

Odkedy moja mladšia sestra začala praktizovať Falun Gong, prestala brať červené obálky a úplatky za predpisovanie určitých liekov. Pred začiatkom prenasledovania v roku 1999 praktizovala Falun Gong aj jej svokra a istý čas praktizoval aj jej svokor. V tom čase však sestra o Falun Gongu veľa nevedela a brala ho len ako cvičenie na liečenie chorôb a udržiavanie kondície. Po 20. júli 1999 sa jej svokra pod obrovským tlakom od Čínskej komunistckej strany vzdala praktizovania. Moja sestra sa zo všetkých síl snažila svokru presvedčiť: „Mami, ak máte pocit, že je to dobré, mali by ste pokračovať v cvičení. Prečo by ste

sa mali starať o to, čo hovoria médiá? Cítim, že je pre vás dobré praktizovať tento čchi-kung, pretože ste vďaka nemu zdravá.“ Staršia pani však už v minulosti zažila politické hnutia, ako napríklad kultúrnu revolúciu a bola na smrť vystrašená. Neodvážila sa v cvičení pokračovať.

V istom momente som sa od svojej mladšej sestry dozvedela, aká sklamaná je z úpadku morálky v spoločnosti, z chladu medzi ľuďmi a z toho, ako sa ľudia navzájom využívajú. Cítila sa zmätená nad ľudskou existenciou a trpela pocitmi prázdna, osamelosti a smútku. Mala tiež strach z budúcnosti.

Telefonicky som jej povedala o Falun Dafa a čoskoro potom začala praktizovať. O dva dni neskôr mi zavolała: „Čítala som Čuan Falun.“ Spýtala som sa jej, ako sa cíti. Odpovedala: „Je to skvelé! Rozhodla som sa, že už nebudem brať peniaze v červených obálkach.“ Jej hlas bol plný vzrušenia. „Naozaj? Ako rýchlo si zlepšuješ charakter!“ Tešila som sa z celého srdca.

Pokračovala v rozprávaní. Povedala, že konečne pochopila zmysel života a pochopila, prečo ľudia žijú na tomto svete a akú vysokú hodnotu má život. Už sa necítila zmätená. Po určitom čase mi do telefónu povedala, že odkedy kultivuje Dafa, cíti v duši úplne nový pocit obohatenia a pokoja. Už necíti úzkosť, prázdnotu ani depresiu. Pocítila, že dostala v živote novú silu aktívne napredovať a našla v živote zmysel.

Keď sa začalo prenasledovanie, objavili sa rôzne druhy propagandy útočiacej na Dafa, ktoré boli čoraz nezodpovednejšie, hroznejšie a klamlivejšie. Čína bola skutočne desivým miestom. Tvárou v tvár tomu všetkému som sa dostala do stavu zmätku. Každý deň som mala plnú hlavu myšlienok na prebiehajúce udalosti a chýbala mi vôľa, aby som sa pozrela, ako sa darí mojej sestre. Po dlhú dobu trpela podobnými problémami aj ona. Občas mi zavolała, aby mi povedala, ako sa cíti. Dozvedela som sa, že nebola vo veľmi dobrom stave. Už dlho neštudovala učenia Falun Gongu, ani nepraktizovala cvičenia. Bola utrápená a nechápala, prečo je takáto dobrá prax vystavená ohováraniam a útokom. Nemohla uveriť, ako môže vodca ČKS Jiang Zemin prenasledovať skupinu dobrých ľudí, ignorovať fakty a vymýšľať si rôzne lži, aby oklamal ľudí. Skoro ráno začala behávať. Každé ráno však počula, ako ľudia v parku hovoria o Falun Gongu. Niektoré staršie dámy si povzdychli a

pozerali na odpadky na zemi: „Keď tu cvičili praktizujúci Falun Gongu, bývalo tu čisto. Teraz je to tu špinavé.“

Počas tohto obdobia moja mladšia sestra síce prestala študovať Fa a robiť cvičenia, ale nikdy nezabudla na princípy, ktoré sa naučila. Odmietala brať od pacientov peniaze v červených obáľkach a neprijímala žiadne úplatky.

Keď som sa zamyslela nad celou situáciou, rozhodla som sa obnoviť svoju prax a pomôcť aj svojej sestre, aby sa vrátila. Keďže si naozaj kultivovala charakter a vynakladala úsilie na zlepšovanie sa, urobila veľmi rýchly pokrok. Keď sa stretla s pacientmi, ktorí sa necítili dobre, keď odmietla ich peniaze, najprv si ich vzala a po operácii im peniaze vrátila. V práci sa nestážovala na svoje úlohy, nehádala sa o pozíciu s ostatnými, ani sa nestarala o osobné straty a zisky. Získala si rešpekt u kolegov a svoju múdrosť využívala na objasňovanie pravdy pacientom aj spolupracovníkom.

Len ťažko uverit', akým človekom som bola predtým

Od západnej praktizujúcej z USA

V siedmich rokoch som začala čítať knihy o vesmíre a o našej slnečnej sústave. Prečítala som aj Bibliu a cítila som sa blízko Boha; hlboko vo svojom vnútri som vedela, že sa musím stať lepším človekom. V ôsmich rokoch som v kostole prijala krst. Stále som však cítila, že je tu aj niečo viac, niečo, čo musím urobiť. Ale čo presne to je, to som nevedela.

Keď som vyrástla, naša rodina sa rozdelila a rodičia sa nakoniec rozviedli. Odklonila som sa od kresťanstva a začala som sa prispôbovať väčšinovej spoločnosti a materializmu. Pochádzam z východného Kentucky a kvôli svojej vzdorovitej a zlostnej povahe som sa dostala len po deviatu triedu. Zo všetkých svojich pádov a útrap som vždy obviňovala rodičov. Potáčala som sa a bola som stratená v sebalútosti a v negatívnych myšlienkach. Moje dospievanie bolo chaotické, no vo vnútri mi ešte zostalo trochu božskej povahy.

Ako dvadsaťročná som vstúpila do starobylej mystickej spoločnosti a vďaka jej učeniu som sa naučila veľa vecí o svete a cítila som sa lepšie uzemnená. Do tejto mystickej spoločnosti som patrila veľa rokov, no nezabránila mi, aby som sklzla na dno, ani nikdy nezdôrazňovala cnosti a to, ako sa stávať lepším človekom. Kým som sa jej stále držala ako ochrany, pokračovala som v hľadaní pravdy, ale nikde som ju nenachádzala. Raz som pocítila, že ma láka dozvedieť sa niečo o východnom myslení a prečítala som si knihu o zen budhizme. Pri čítaní som sa dostala k časti, ktorá hovorila o meditácii, sedení v tichu a o osvie-

tení. Spomínam si na svoje rozčarovanie a na myšlienku: „Osvietiť sa k čomu?“ Knihu som odložila a usúdila som, že výhodným myšlienkam nerozumiem.

Vo veku 28 rokov sa mi objavili silné alergie a chronický zápal priedušiek. Ten ma priviedol do nemocnice niekedy aj trikrát do roka. Stále som bola členkou rádu starobylej mystickej spoločnosti, o ktorej som hovorila predtým, no môj život bol žalostný. Bola som deprimovaná a stratená. Vzdala som sa hľadania cesty a naplno som sa vrhla do veľkého farbiaceho kotla spoločnosti.

V tom čase som mala tri deti a môj rodinný život bol veľmi napätý. Nebola som ideálna mama. Neustále som strácala nervy a vždy som myslela najprv na seba a až potom na ostatných. Ak mi niekto ublížil, ublížila som mu potom oveľa viac, aby som sa pomstila. Mala som veľa nepriateľov. Udržiavala som tiež mimomanželský pomer, aby som sa pomstila svojmu manželovi za to, že mal milenkku a naše manželstvo sa z toho nikdy úplne nezotavilo.

Moja mama žila dlhé roky v Saudskej Arábii a dokonca ešte nevidela ani svoje vnúčatá. V roku 1998 sa vrátila do USA. Prestažovala sa do Texasu a požiadala ma, aby som sa tam prestažovala s ňou. Trvalo mi dva roky, kým som s tým súhlasila, keďže môj vzťah s matkou býval vždy napätý.

V júli 2000 sme sa prestažovali k mojej mame. S manželom sme si mysleli, že naše problémy tak necháme za sebou. Obaja sme získali dobrú prácu v telekomunikáciách. V septembri sme sa odstáhovali a zaobstarali sme si vlastný byt. No vo firme zrazu všetkých prepustili a my sme tým prišli o prácu. Prestáhovali sme sa teda naspäť k mojej mame. S manželom sme začali mávať strašné hádky, čo tiež veľmi zhoršilo vzťahy s matkou. Stále som bola zároveň zapojená do tajného rádu v Texase a raz mesačne som cestovala do Austinu na stretnutie.

Veľmi som sa zblížila s miestnym členom skupiny. Chcela som, aby mi odpovedal na niektoré moje otázky, ale on chcel iba fyzický vzťah. Úplne som stratila dôveru v celý rád a odišla som odtiaľ. Niečo vo mne sa prebúdzalo. Zrazu som mala zvláštnu túžbu naučiť sa po čínsky. Začala som premýšľať o kultivačných praktikách, o ktorých som už počula. Vedela som, že nevera je zlá a ja som chcela byť morálna.

Túžila som ísť do Číny a nájsť majstra, ktorý by ma viedol. Kde som ho ale mala hľadať? Nemohla som len tak opustiť svoju rodinu a odísť. Vydala som na najvyšší kopec v Canyon Lake, len tak som si tam sadla a rozprávala sa s každým, kto tam bol, aby vypočul moju prosbu. Bola to tichá modlitba k vesmíru a prosba o spôsob, ako sa kultivovať späť. Netušila som, či ma niekto počúva.

O niekoľko dní neskôr sme sa s manželom a mojou matkou dostali do veľkej hádky, ktorá vyústila do toho, že nás všetkých vyhodila z domu. Nemali sme kam ísť, takže sme skončili v útulku pre bezdomovcov. No bola to tá najlepšia vec, aká sa mi kedy prihodila. Môj manžel si našiel novú prácu a kým tam bol, chodili sme s deťmi do miestnej verejnej knižnice. Mali sme prístup k videu a ja som tiež vlastnila počítač, no nemala som prístup na internet. Požičiavali sme si videá, knihy aj CD. Pri druhej návšteve knižnice som narazila na video s názvom Pravdivý príbeh Falun Gongu. Nikdy som o Falun Gongu nepočula, no z nejakého dôvodu som si ho požičala a pocítila som túžbu pozrieť si ho.

Pamätám si, ako som vložila CD-čko do prehrávača, stlačila tlačidlo „Prehrávať“ a uvidela som symbol Falun a počula hudbu. Ohromilo ma to. Nemala som slov a nedokázala som myslieť na nič iné, len na sledovanie príbehu. V tom jednom okamihu som vedela, že som našla to, čo som hľadala celý život. Na druhý deň som sa vrátila do knižnice, aby som si na ich počítači pozrela webstránku falundafa.org. Stiahla som si jednotlivé cvičenia, vzala som si ich späť na izbu, kde som si začala precvičovať pohyby a čítala som knihu.

Na webstránke falundafa.org som našla cvičebné miesto v mojom okolí, kde som sa po prvýkrát stretla s mnohými praktizujúcimi. Nakoniec som si kúpila knihu Čuan Falun, šla som domov a prečítala som ju za jediný deň.

S manželom sme si začali obzerať domy, kam by sme sa mohli presťahovať z útulku. Jedného večera sme si išli pozrieť ďalší dom. Zastavili sme sa na čerpacej stanici, aby sme natankovali a dali si niečo na pitie. Keď som vychádzala z obchodu, pristúpilo ku mne dievča, ktoré som nikdy predtým nevidela a požiadalo ma, aby som otvorila ruku. Zdala sa mi neškodná, tak som jej vyhovelá a ona mi do ruky vložila

obrovského chrobáka. Vykríkla som a ona sa začala smiať. Chrobák vyletel do vzduchu a pristál na chodníku. Zodvihla som ho, keď vošla do obchodu. Pozrela som sa naň a uvedomila som si, že je to jedna z tých falošných imitácií chrobákov a to ma rozzúrilo. Nastúpila som do auta a čakala som, kým sa manžel vráti s deťmi. V duchu som si hovorila: „Musím to vydržať. Nie je to náhodou tiež vec, o ktorej hovorí Majster Li v knihe?“ Stále som bola ale nahnevaná. Ako sa mi to to dievča opovážilo urobiť? Keď sme odchádzali, zakričala som na ňu, a tak som neuspela vo svojej prvej skúške. Cítila som sa potom dosť zle.

O týždeň neskôr sme sa presťahovali do domu a ja som pokračovala v skupinových cvičeniach a v štúdiu učenia Falun Gongu. Každý deň po príchode domov som dlho spala a mala som hnačky. Moje telo sa očisťovalo. Vykašľavala som tiež nečistoty z pľúc, no všimla som si, že už nepotrebujem inhalátor. Na jeden deň som pokusne prestala užívať antihistaminiká, aby som videla, čo sa stane. Užívala som ich desať rokov a bez nich sa mi dýchalo ťažšie. Mala som aj nebulizátor, keďže niekedy som potrebovala hĺbkovú liečbu pľúc. Vysadila som ho a na moje prekvapenie som ho už naozaj nepotrebovala! Prestala som užívať všetko. Všetky moje alergie zmizli. Falun Dafa mi úplne zmenil život a som teraz iný človek. Ťažko čo i len uveriť, akým človekom som bola predtým. Za svoje dobré zdravie a všetky pozitívne veci v mojom živote vďačím Falun Dafa.

Moje skúsenosti z práce v čínskej reštaurácii

Od čínskej praktizujúcej v USA

Začiatkom roka 2000 som začala pracovať v čínskej reštaurácii. Boli tam rôzni ľudia s rôznym pozadím. Jeden z mojich spolužiakov, ktorý poznal ľudí pracujúcich v tejto reštaurácii, mi vopred povedal, kto je zlodej, na koho si musím dávať pozor a podobne. Myslela som si, že pre skutočnú praktizujúcu Falun Dafa, ktorá to dokáže ľahko zvládnuť, by to nemal byť problém. To, čo som mohla urobiť, bolo zmeniť prostredie okolo seba.

Pracovníci v reštaurácii zvyčajne odpočívali hneď po skončení svojich povinností a nikdy nepomysleli na pomoc druhým. Keď som tam začala pracovať, pomáhala som ostatným každý deň. Opýtali sa ma, prečo to robím. Povedala som im, že praktizujem Falun Dafa a z učení Dafa som sa naučila, že by som mala v každej situácii v prvom rade brať ohľad na druhých. Boli prekvapení a hlboko dojatí. Odvtedy sa v reštaurácii prestalo s pridelením povinností jednotlivým pomocníkom, pretože medzi zamestnancami zavládli harmonické vzťahy a každý bol ochotný pomáhať druhým. Konfliktov medzi kolegami bolo tiež čoraz menej.

Niektorí čínski pracovníci v reštaurácii, ktorí prišli prednávkou do Ameriky, nevedeli šoférovať, takže som ich vozila do práce a z práce domov každý deň. Niektorí kolegovia sa ma pokúsili presvedčiť, aby som nerobila takú „hlúposť“. Povedala som im: „Keby to nerobili, aby si zarobili na živobytie, nikto by tieto ťažké a špinavé práce nerobil. Ne-

môžeme stále myslieť len na seba. Musíme tiež brať ohľad na druhých.“ Po týchto slovách sa spolupracovníci odmlčali.

Jeden zákazník, ktorý často navštevoval našu reštauráciu, nikdy nechal prepitné. V dôsledku toho sa k nemu ani vedúci, ani zamestnanci nesprávali priateľsky. Ja som sa však k nemu správala rovnako ako k ostatným zákazníkom. Na prekvapenie mi dal 2 doláre prepitné. Všetci kolegovia boli z toho ohromení. Povedala som im: „Každý má súcitnú myseľ. Ak by sme nemysleli na to, ako vytiahnuť čo najviac peňazí od zákazníkov, situácia by sa zmenila.“ Odvtedy sa moji kolegovia začali menej zaoberať peniazmi a podnikanie v reštaurácii sa zlepšilo. Vedúci povedal, že som reštaurácii priniesla šťastie.

Vždy, keď sa mi naskytla príležitosť, predstavila som im Dafa a objasnila som im pravdu o Dafa. Štyridsaťročný muž, ktorý bol kedysi riaditeľom katedry na univerzite v Šanghaji, musel pracovať v tejto reštaurácii, pretože si kvôli svojej zlej angličtine nemohol nájsť inú prácu. Nikto sa s ním nerozprával, pretože mali podozrenie, že nie je dobrým človekom. Myslela som si, že by som mala byť zodpovedná za všetkých okolo seba, a tak som mu predstavila Dafa. Na moje prekvapenie sa okamžite zaujímal o pravdu o Falun Dafa. Dala som mu knihu Dafa a odvtedy som si všimla, že sa z neho stal veľkorysý človek.

O tri mesiace neskôr si môj manžel našiel dobre platenú prácu, takže som už v reštaurácii nemusela pracovať. Všetci boli veľmi smutní, keď som odišla. Povedali, že by radi u mňa pracovali, ak by som niekedy otvorila reštauráciu. Vedúci s manželkou mi tiež povedali, že mi radi pomôžu vždy, keď to budem potrebovať. Šéfkuchár, s ktorým som sa sotva rozprávala, povedal: „Pracujem tu už viac než desať rokov, no nikdy som nestretol takého milého a dobrého človeka, ako si ty.“

Kedysi som bola veľmi citlivá keď šlo o moju povesť. Ak by som nepraktizovala Falun Dafa, neprijala by som prácu čašníčky v reštaurácii bez sťažností. Vďaka Dafa som sa vôbec necítila unavená po celodennej ťažkej práci. Je to Falun Dafa, ktorý pre mňa vytvoril nový život, dal mi silu a pomohol mi odstrániť všetky druhy zlých názorov, ktoré sú súčasťou životov mnohých ľudí.

Desaťročia trvajúce konflikty sa vyriešili potom, čo rodina začala praktizovať Falun Dafa

Od čínskeho praktizujúceho v Kanade

V roku 2004 sme mali aj s mojou rodinou šťastie, že sme našli Falun Dafa. Počas niekoľkých posledných rokov, vždy keď som prechádzal okolo čínskej štvrte a univerzity, často som dostával letáky a CD od praktizujúcich Dafa. A hoci som im nevenoval veľkú pozornosť, pri pohľade na letáky a CD, ktoré boli očividne vyrobené s veľkým úsilím, som cítil, že títo praktizujúci Dafa sú úprimní a láskaví. Často som ich videl cvičiť a učiť cvičenia na námestí a na univerzite. Na vlastné oči som videl, že ľudia, ktorí praktizujú Falun Gong, sú všetci veľmi pokojní a slušní. Všetci robili potichu veľa práce. Keď som si prečítal články v novinách The Epoch Times o tom, ako sa mnohí stali lepšími a zdravšími ľuďmi potom, čo začali praktizovať, začal som byť zvedavý a mal som z Dafa dobrý dojem. Prešli tri či štyri roky. Zmeškal som síce mnoho príležitostí spoznať Dafa, no veci, ktoré praktizujúci potichu robili, zasadili v mojej mysli semienka, aby som neskôr pomohol svojej rodine dostať sa k Dafa.

Pretože som na vlastné oči videl mierumilovnosť praktizujúcich a tiež ich oddanosť viere, cítil som voči Falun Gongu empatiu. Čínska komunistická strana (ČKS) ho prenasleduje bez akéhokoľvek racionálneho dôvodu. Nakoniec som sa rozhodol naozaj pochopiť, aká je viera týchto praktizujúcich, čo ich motivuje byť takými vytrvalými a prečo ČKS robí všetko preto, aby týchto láskavých ľudí prenasledovala. Spo-

menul som si na webovú stránku Dafa uvedenú na letákoch. Navštívil som stránku falundafa.org a stiahol som si online verziu knihy Čuan Falun. Už po prečítaní niekoľkých strán ma hlboko oslovil zázrak tejto knihy. Mal som pocit, že som na kozmickej lodi, na ceste preskúmať hlboké tajomstvá vesmíru. Moje otázky o živote boli zrazu zodpovedané. Čo je dobro a čo zlo – všetko sa to vyjasnilo. Čierna a biela, pravda a lož, sa stali krištáľovo jasnými.

Keď som sa zoznámil s Dafa, nevstúpil som hneď na kultivačnú cestu. Pre moju rodinu tiež nebolo ľahké začať praktizovať Dafa. Keď som zistil, že Čuan Falun je taká dobrá kniha, naliehal som na otca, aby si ju prečítal. Dúfal som, že by mu mohla pomôcť, keďže je čestným človekom, ale má výbušnú povahu. Otec ale poznal môj zámer a vždy sa snažil knihe vyhýbať. Onedlho prišla zima a otec jedného dňa trval na tom, že sa pôjde korčuľovať. Trochu som sa bál, no nechceli sme mu s mamou brániť, takže sme ho nechali ísť. Nanešťastie už o chvíľu nám volali z pohotovosti, že otec si zlomil bedrový kĺb a že potrebuje okamžitú operáciu. Mal vtedy takmer 60 rokov. Pre rodinu to bol veľký šok. S mamou sme sa o neho dobre starali a dúfali sme, že sa rýchlo zotaví. Konflikty medzi mojimi rodičmi však pretrvávali.

V tej dobe som práve čítal Čuan Falun. Pochopil som, že len Dafa môže vyriešiť hlboko zakorenené konflikty v rodine, a tak som knihu znova odporučil otcovi. Nakoniec ju začal čítať a ihneď sa zmenil. Hlavne jeho výbušná povaha sa výrazne zlepšila. Začal byť tolerantný dokonca aj počas konfliktov s mojou matkou. Zlepšila sa mu aj nálada a nám všetkým to prospelo. V rodine už bolo menej konfliktov.

Takto začal môj otec praktizovať. Všetci sme z neho mali veľkú radosť. Avšak ja, ako prvý človek v rodine, ktorý spoznal Dafa, som kvôli lenivosti nepokračoval v štúdiu a praktizovaní. Práve vtedy sa u nás objavila kamarátka, ktorú som už dlho nevidel a zostala u nás niekoľko dní. Čoskoro sme sa dozvedeli, že je praktizujúcou Dafa. S jej pomocou sme sa naučili všetkých päť cvičení a spoločne sme počúvali prednášky Majstra Li.

Celá naša rodina začala cvičiť všetkých päť cvičení. Veľmi skoro sa už otec s pomocou barlí dokázal postaviť. Každý deň vytrvalo cvičil dve hodiny v stoji a jednu hodinu v sede. Otcova tvár vyzerala každým

dňom mladšia. Hoci mal takmer 60 rokov, dva mesiace po zlomenine bedrového kĺbu už mohol chodiť bez pomoci. Nemohli sme si dovoliť zdravotné poistenie, pretože otec mal iba víza pre návštevu. Bol zázrak, že mohol chodiť sám aj bez barlí. Následne otec dokonca bez problémov absolvoval lekársku prehliadku na predĺženie víz. Pred lekármí sa musel ohýbať a dvíhať nohy. Vďaka zázračnému zotaveniu po praktizovaní Dafa bol môj otec schopný úspešne absolvovať zdravotnú prehliadku.

Počas nasledujúcich šiestich mesiacov cvičila celá naša rodina spoločne. Prvých niekoľko mesiacov som často pocítil teplý prúd, ktorý zišiel z temena hlavy a rozliel sa po celom tele. Cítil som sa úžasne. Neskôr sa otec vrátil do Číny a my s mamou sme začali poľavovať v cvičení. Vedel som, že by sme to takto nemali robiť. Chcel som sa spojiť s miestnymi praktizujúcimi, aby sme mali dobré kultivačné prostredie, ktoré nám pomôže zlepšiť sa. Z rôznych dôvodov som to však nedokázal urobiť. Práve vtedy nám zavolała jedna praktizujúca, s ktorou sme sa nikdy nestretli. Volala, aby pozdravila môjho otca. Ukázalo sa, že môj otec, ktorý rád číta Epoch Times, vystúpil z ČKS pre celú našu rodinu potom, čo si prečítal Deväť komentárov ku komunistickej strane.

Neskôr som si uvedomil, že tento obyčajný telefonát predznamenal obrovskú zmenu na našich kultivačných cestách. Praktizujúca nás povzbudila k účasti na skupinovom štúdiu Fa. Miesto štúdia bolo veľmi blízko nášho domu. Spočiatku sme si mysleli, že to len vyskúšame, ale od prvého razu sme tam už neprestali chodiť. Každý týždeň sme študovali Fa a delili sa o svoje skúsenosti s ostatnými praktizujúcimi. Stalo sa to dôležitou súčasťou našej kultivácie. Vďaka povzbudzovaniu a pomoci od spolupraktizujúcich som sa stal v kultivácii usilovným. Odvtedy sa Dafa stal súčasťou nášho života. Celá naša rodina vstúpila na kultivačnú cestu.

Za rok a pol odkedy som začal praktizovať Dafa, sme zažili veľkosť Dafa. Nikdy som nebol veľmi zdravý, dokonca ani keď som bol mladý. Mal som chronický zápal priedušnice a neustálu alergickú nádchu. Po príchode na Západ ma prvých pár rokov zápal priedušnice veľmi netrápil, ale alergická nádcha mi spôsobovala problémy. Po niekoľkých rokoch som si zvykol dýchať ústami, najmä potom, čo som začal pracovať

v oblasti informačných technológií. Moja odolnosť voči chorobám sa znížila. Často som mával nádchu, ktorá pretrvávala týždne až mesiace. Moja priedušnica bola veľmi citlivá, keďže som neustále dýchal ústami. Pri každom prechladnutí som často kašľal. Navyše som bol alergický na klimatizáciu a vždy som spotreboval veľa vreckoviek. Pred niekoľkými rokmi sa mi po jazde v aute s kolegom, ktorý fajčil, vrátil chronický zápal priedušnice. Ak som išiel príliš rýchlo, lapal som po dychu. Kvôli svojej nechuti k západnej medicíne a jej liečebným metódam som nikdy neužíval veľa liekov. Len párkrát som si vzal antibiotiká, no bál som sa, že na nich budem závislý, takže som ich nakoniec vyhodil. Zvykol som počuť zvuky svojej priedušnice ale jej zápal a celoročnú alergickú nádchu som nepovažoval za choroby. Po niekoľkých mesiacoch praktizovania Dafa som si zrazu uvedomil, že všetky moje príznaky zmizli bez toho, aby som si to vôbec všimol. Bol to jasný prípad princípu Fa – získavať prirodzene bez usilovania.

V Dafa je toľko dobrých vecí, že nedokážem napísať o všetkých z nich. Dafa pomohol mojej rodine urovnať konflikty, ktoré existovali celé desaťročia. Všetci sme z neho mali úžitok, duševný aj fyzický. Ďakujeme Majstrovi Li, Dafa a všetkým praktizujúcim Dafa, ktorí objasňujú pravdu a šíria Fa na každej ulici a v každom kúte sveta. Niektorí dokonca obetovali svoje životy. Ich láskavosť pomohla mať prospech z Falun Dafa nespočetnému množstvu ľudí.

Viceprezident spoločnosti: Moje nádherné skúsenosti z praktizovania Falun Dafa

Od západného praktizujúceho v USA

Pracujem v spoločnosti v Silicon Valley ako viceprezident pre marketing a predaj. Chcel by som sa podeliť o niečo skutočne úžasné, čo ovplyvnilo môj život z mnohých pozitívnych stránok.

Bola to nepokojná noc. Už dlhší čas som bojoval s nespavosťou, prežíval som záchvaty depresie, trápili ma mnohé problémy a mnohokrát som sa cítil vyčerpaný a na dne. Veľmi som túžil po odpočinku a pokoji v mojom živote. V predchádzajúcich rokoch som na sebe veľa pracoval, venoval som sa emocionálnemu uzdraveniu a rastu, duchovnému spojeniu, pozorne som sa zaoberal vzorcami myslenia, obrazom seba samého, správaním, hranicami a hľadal som pohodu na všetkých úrovniach svojho života. Vyrovnával som sa s rozpadom dvadsaťročného manželstva a staral som sa o dcéry, keď sme prechádzali na nový spôsob rodinného života. V mojej kariére nastal veľký zmätok a chaos, pretože spoločnosť, v ktorej som pracoval 11 rokov, skrachovala krátko po tom, ako ma opustila manželka. Môj nový vzťah so ženou bol plný bolesti. Nebol som veľmi šťastný muž. Vedel som, že odpovede sa skrývajú v mojom vnútri, a pokračoval som v hľadaní.

V to ráno som sa zobudil s tým, že musím ísť cvičiť a rozhybať svoje telo. Musel som sa pokúsiť prelomiť tento stav bez energie, stav zlej nálady ráno a počas celého dňa. Pomaly som sa prebudil, obliekol som sa a vykročil som do blízkeho parku a začal som sa svižne prechádzať

po ihrisku. Ako som kráčal, pozrel som sa naľavo a uvidel som niekoľko ľudí, ktorí robili niečo, čo spočiatku vyzeralo ako Tai Chi. Keď som sa priblížil, uvidel som mladú Číňanku, ako drží ruky nad hlavou. Srdečne sa na mňa usmiala a povedala: „Chceš sa k nám pridať?“ Ihneď som odpovedal: „Áno.“ Vedel som, že je to správne.

Robil som cvičenia a pomohla mi tiež urobiť prvé dve cvičenia, ktoré som zmeškal. Skutočne sa mi to páčilo. Pozvala ma na cvičenia nasledujúci deň ráno o siedmej. Povedal som: „Dobre.“ V ten deň som si všimol, že som skutočne dokázal jasne myslieť a cítil som sa uvoľnene a pokojne. V tú noc som spal veľmi dobre. Jasné, že to všetko upútal moju pozornosť a vedel som, že na druhý deň ráno sa tam vrátim.

Budík zazvonil o 6:15, ale bol som už hore, pripravený privítať deň. Úprimne som sa tešil, že opäť pôjdem do parku robiť tie úžasné cvičenia. Dobrovoľný asistent a ostatní praktizujúci nás začali viesť pri cvičeniach. Chcel by som tiež spomenúť, že každý bol veľmi srdečný a priateľský a ich správanie bolo veľmi pokojné. Všetci sme robili päť cvičení a počas cvičenia a po ňom som sa opäť cítil úžasne. Každý deň som vstával, aby som vykonával cvičenia. Pozvali ma na deväťdňový seminár a s nadšením som sa ho zúčastnil. Pri počúvaní Majstrových slov som sa cítil veľmi uvoľnene. Veľmi sa mi to páčilo a cítil som sa nadšený, že sa chcem naučiť viac a venovať sa viac tejto praxi zvanej Falun Gong.

Minulý rok mi moja priateľka ukázala článok v časopise o prenasledovaní ľudí v pevninskej Číne, ktorí sa venujú tejto praxi. Šli sme na webstránku Falun Gongu a stiahli sme si informačné materiály. Dokonca už aj vtedy ma Falun Gong priťahoval. Zavolať som na jedno z miestnych čísel a pán mi povedal, aby som prišiel o 5:30 ráno do parku, ktorý bol dosť ďaleko a praktizoval tam dve hodiny. To ma však odradilo. V tom čase som ešte nebol na to pripravený. Teraz som bol a bolo to nádherné. Som veľmi vďačný, že som sa rozhodol začať, keď sa mi naskytla príležitosť. Ale úprimne povedané, nebolo ťažké sa rozhodnúť. Jednoducho som vedel, že je to správne a že to naozaj chcem robiť.

Dostal som obe knihy Falun Gongu, začal som ich čítať a veľmi sa mi páčilo, čo v nich stálo. Materiál bol veľmi zaujímavý na čítanie a cítil

som, že mám živú a stimulovanú myseľ. Praktizovanie Falun Gongu a štúdium Dafa malo na môj život skutočne veľmi hlboký a pozitívny vplyv. Päť jednoduchých cvičení a tri veľmi jednoduché a základné princípy usmerňujú môj každodenný život. Pravdivosť, Súcit, Znášanlivosť sú veľmi jednoduché princípy, no sú veľmi hlboké.

V súčasnosti sa oveľa ľahšie vyrovnávam s niektorými výzvami, ktorým v živote čelím, vo vzťahoch aj v práci. Všimol som si, že som oveľa uvoľnenejší a zhovievavejší pri riešení každodenných životných problémov. Cítim, že som teraz doma a som na správnej ceste k pravde. Pravdivosť, Súcit, Znášanlivosť. Aké skvelé princípy, podľa ktorých viem svoj život. Súcit a rozvíjanie charakteru sú pre mňa veľmi atraktívne a každodenne obohacujú môj život. Vždy ma priťahovali veci, ktoré hovorili o tom, ako robiť veci zo srdca a o súcite so všetkými vecami.

Keď som začal praktizovať päť cvičení Falun Gongu, okamžite som si všimol, že som pokojnejší a uvoľnenejší. Môj celkový duševný pohľad sa začal veľmi pozitívne meniť. Mám pocit, že mám väčšiu jasnosť mysle a viem sa lepšie sústrediť.

Keďže Falun Gong je veľmi holistická prax, ktorá zlepšuje a posilňuje duševnú, fyzickú a emocionálnu pohodu človeka, môžem úprimne povedať, že u mňa došlo k vynikajúcim zmenám na fyzickej aj emocionálnej úrovni. Môj emocionálny stav je taký, že sa cítim oveľa uvoľnenejší a menej vystresovaný. Cítim sa lepšie aj fyzicky a zvýšila sa mi energetická úroveň. Keď sa prebudím, s radosťou sa pustím do nového dňa a oveľa lepšie spím. Cítim sa oddychnutejší a bdelší. Fyzicky cítim, že sa mi uvoľnilo veľa stresu, ktorý som zvyčajne nosil v tele. Môj krk a ramená sú menej napäté a celkovo sa cítim oveľa flexibilnejšie a uvoľnenejšie.

Vo všeobecnosti je môj život oveľa pokojnejší a veci, ktoré mi predtým spôsobovali úzkosť a obavy, na mňa už nemajú taký silný vplyv. Pri cvičení sa cítim dobre, uvoľním sa a upokojím svoju myseľ a myšlienky. Som veľmi rád, keď každý týždeň stretávam nových ľudí a praktizujúcich. Každý praktizujúci, ktorého som stretol, je človekom so silným morálnym charakterom a je pozorný a ohľaduplný ku každému, s kým príde do kontaktu. Cítil som sa veľmi vítaný pri všetkých, s ktorými

som sa stretol. Vždy ma privítali so srdečným úsmevom a povzbudením, aby som pokračoval v praktizovaní Falun Gongu.

Pán Li Chung-č', zakladateľ a učiteľ Falun Gongu, mal veľmi významný vplyv na celosvetovej úrovni, vrátane rastúceho počtu praktizujúcich tu v Spojených štátoch, na zlepšenie vzájomných vzťahov a spoločného života ľudí. Zlepšenie charakteru a poctivosti, rozvoj súcitu a ohľaduplnosti voči druhým, ako aj hodnoty čestnosti a pravdivosti sú veľmi dobré princípy, ktoré by sme mali všetci začleniť do svojho osobného a pracovného života.

Prečo praktizovanie Falun Gongu priťahuje čoraz viac ľudí? Prečo priťahuje aj mňa? Kvôli všetkým tým príčinám, ktoré som uviedol vyššie. Fyzicky, emocionálne a intelektuálne som priamo a takmer okamžite spoznal veľmi pozitívne spôsoby, ktorými Falun Gong zlepšil môj každodenný život. Som veľmi vďačný, že som sa dozvedel o Falun Gongu, veľmi sa teším a som nadšený, že sa budem naďalej každý deň viac učiť a viac praktizovať.

Skutočne mám veľmi rád Falun Gong. Rád každý deň robievam cvičenia, rád chodievam raz do týždňa na čítanie a diskutovanie učení Majstra Li v skupine a mám rád úžasných ľudí a praktizujúcich, ktorých stretávam vďaka tomu, že som sa pripojil k Falun Dafa. Zlepšila sa moja mentálna jasnosť a sústredenie. Zlepšila sa aj moja emocionálna pohoda, duchovné spojenie a zmysel pre prijatie a tolerancia pri riešení životných problémov. Viem, že som na správnej ceste duchovného osvietenia, a to mi samo osebe prináša pokoj a vyrovnanosť. Som veľmi vďačný, že Falun Dafa vstúpil do môjho života. Môj život je skutočne obohatený praktizovaním a skutočne úžasnými ľuďmi, ktorých som stretol a ktorí praktizujú Falun Gong. Moja kultivačná energia sa zvyšuje každým dňom a môj charakter sa naďalej rozvíja a rastie. Vďaka tejto kultivačnej praxi som lepším človekom.

Praktizovanie Falun Dafa a stávanie sa lepším človekom

Od praktizujúceho Falun Dafa

V jeden deň, keď som surfoval po internete, som natrafil na Falun Gong. Čítal som o prenasledovaní v Číne a chcel som zistiť, čo na tejto duchovnej praxi bolo také mocné, že ľudia v Číne boli ochotní riskovať svoje životy, aby objasňovali pravdu a uplatnili svoje právo na vieru. Bol som zvedavý, chcel som zistiť viac a našiel som na internete informácie o miestnom cvičebnom mieste. Keď som tam prišiel, uvidel som ľudí meditovať v plnom lotosovom sede. Bol som ohromený ich pokojom a silou cvičení. Hneď som vedel, že je to niečo pre mňa, a chcel som sa o tom dozvedieť viac. Zúčastnil som sa deväťdňového seminára – prednášok na videu od učiteľa a zakladateľa Majstra Li Chung-č'. Počas seminára som vo svojom srdci vedel, že táto prax ma naučí, ako sa stať lepším človekom.

Zvykol som mať problémy s hazardnými hrami. Falun Gong mi ukázal, ako kultivovať svoje srdce a myseľ prispôsobením sa univerzálnym princípom Pravdivosti, Súcitú a Znášanlivosti. Tieto učenia mi poskytli smer, ktorý mi chýbal. Okamžite som prestal s hazardnými hrami.

Moja manželka si na mne po niekoľkých mesiacov praktizovania Falun Gongu všimla pozoruhodné zmeny, z ktorých bola taká ohromená, že tiež začala praktizovať. Aj moja dcéra bola prekvapená mojimi zmenami a chcela vedieť, čo spôsobilo túto premenu, takže som jej predstavil Čuan Falun, hlavnú knihu Majstra Li Chung-č'. Čítať si s ňou Čuan Falun bolo jednou z najlepších skúseností v mojom živote.

Mnohí z vás ste videli praktizujúcich robiť cvičenia. Možno vás tiež zaujala krása, pokoj a pozitívna energia tejto praxe. Úprimne dúfam, že si nájdete čas, aby ste pochopili, čo Falun Gong v skutočnosti je, pozreli sa naň s otvorenou myslou a srdcom a odmietli politicky motivované ohováranie od Čínskej komunistickej strany. Svet by potreboval viac Pravdivosti, Súcitú a Znášateľnosť.

Znovunadobudnutie šťastia, ktoré som zažívala ako dieťa

Od praktizujúcej v Číne

Môj otec zomrel pri autonehode, keď som bola v prvom ročníku na strednej škole. Zanechal po sebe nejaký majetok a všetci príbuzní z otcovej strany sa preto pustili do boja. Moja mama bola traumatizovaná tým, čo sa stalo. Po strate otca na mňa mala veľký vplyv neľudskosť, ktorú členovia rodiny prejavovali v boji o peniaze. Zároveň sa k nám začali zle správať aj susedia. Stal sa zo mňa excentrik, nedôverovala som ľuďom a podľahla som uctievaniu peňazí. Keď som bola v treťom ročníku strednej školy, mama sa znova vydala. Môj nevlastný otec bol veľmi čestný a dobrosrdečný človek, no ja som to považovala za zbabelosť. Neuctieval peniaze, a to som považovala za znak jeho neschopnosti. Nežiadal od života príliš veľa a ja som to považovala za nedostatok ambícií. Nikdy som ho nevolala „otec“. Hoci sme žili pod jednou strechou, naše srdcia boli na míle vzdialené. Moja mama nemala žiadne vzdelanie. Bola veľmi zdržanlivá a mala aj veľmi zlé zdravie. Od detstva sme mali problémy so vzájomnou komunikáciou. Kvôli svojej márnivosti som si myslela, že mi nepomôže dostať sa raz na vrchol spoločnosti.

V škole som sa bála, že keď spolužiaci spoznajú moju rodinnú situáciu, budú sa na mňa pozerieť zvrchu a budú ma šikanovať, preto som sa s nimi nechcela stretávať. Keď som im aj niečo povedala, klamala som. Žila som svoj život s maskou na tvári a cítila som sa v tomto svete ako cudzinec. Takmer nikomu som neverila. V noci som často plakala, všetkých som obviňovala a na všetko som sa sťažovala. Veľakrát som premýšľala, ako ukončiť svoj život. Stále som tiež chcela, aby členovia

rodiny z otcovej strany padli na kolená a prosili ma o odpustenie, aj keď som nevedela, ako to dosiahnuť. Tieto myšlienky ma znepokojovali natoľko, že som sa ani na chvíľu necítila pokojne. Veľmi som si želala, aby som sa mohla vrátiť do detstva, keď som bola šťastná a bezstarostná.

V tom čase mame veľmi chýbal môj otec a so súčasným manželom nevychádzala veľmi dobre. Môj nevlastný otec mal dieťa z predchádzajúceho manželstva. Nadalej ju obťažovali rodinní príslušníci z otcovej strany a všetky tieto konflikty zhoršovali jej zdravotný stav. Keďže moderná medicína jej choroby nedokázala vyliečiť, moja mama začala praktizovať Falun Gong. O tri mesiace neskôr sa zbavila všetkých svojich chorôb.

Bola som taká ohromená týmto zázračným účinkom Falun Gongu, že som zo zvedavosti začala čítať knihu Čuan Falun. Táto kniha je skutočný poklad! Otvorila moje srdce, ktoré bolo zapečatené a pokryté prachom. Pochopila som, že nič, čo sa na tomto svete deje, nie je náhodné, a že za všetkým je príčinná súvislosť. Či už narazíme na dobrú alebo zlú vec, pokiaľ je naša myseľ spravodlivá a riadime sa zásadami „Pravdivosť, Súcit, Znášateľnosť“, pozdvihneme si charakter.

Už som sa nestážovala a začala som vychádzať s členmi svojej rodiny. Pamätám si, že keď som nevlastného otca prvýkrát oslovila „otec“, bol taký nadšený, že sa mu v očiach zaleskli slzy. Odvtedy bol náš domov plný smiechu a radosti. Opäť dokážem slobodne a úprimne komunikovať s inými ľuďmi. Ku všetkým, vrátane členov rodiny z otcovej strany, sa správam úprimne a už nemám myšlienky na samovraždu. Som plná vitality a energie. Konečne sa mi vrátilo šťastie, ktoré som mala v detstve.

Moji spolužiaci, ktorých som dlho nevidela, žasnú nad zázrakmi, ktoré mi priniesol Falun Dafa. Túto svoju skúsenosť som napísala s nádejou, že ktokoľvek si prečíta tento článok, sám zažije rovnaký zázrak vďaka praktizovaniu Falun Gongu.

Najšťastlivejšie bytosti vo vesmíre

Od praktizujúceho Falun Dafa z Veľkej Británie

89 rokov sa môže zdať trochu neskoro pre nový záväzok na zvyšok života. No pred dva a pol rokom som z ničoho nič dostal list od starého priateľa, v ktorom som sa po prvýkrát dočítal o Falun Gongu. Neboli sme v kontakte posledných desať rokov, no praktizovali sme spolu inú duchovnú cestu a vedel som, že by sa nerozhodol bez veľmi dobrého dôvodu. Stretli sme sa teda a porozprávali sme sa. Dal mi vtedy hlavnú knihu Falun Gongu – Čuan Falun.

Vnútorne som cítil, že po 30 rokoch frustrujúceho hľadania som dostal veľkú príležitosť.

Tak ako väčšina ľudí na Západe, ani ja som nebol v kontakte s Čínou, presnejšie s tým, čo bolo dosť vzdialeným kultúrnym vesmírom čínskeho budhizmu a taoizmu. Nepochybne už mnohí z nás zistili, že nie je ľahké pochopiť niektoré preklady čínskych pojmov. Taoistické chápanie energie začalo na Západ prenikať v podstate až po zavedení akupunktúry. Tieto problémy už boli zrejme známe aj ostatným a teraz im čelíme my, keď sa snažíme šíriť túto prax.

Keď som však začal cvičiť, cítil som sa povzbudený. Cvičenia mi dodali viac energie. Potrebujem o hodinu menej spánku a očakávam, že sa to ešte zníži. Vždy som sa tešil dobrému zdraviu, ale následky troch zápalov pľúc v priebehu rokov u mňa zanechali neustále sa opakujúci kašeľ, ktorý teraz zmizol. Tri roky som mal neprijemné kožné ochorenie, kvôli ktorému som sa na radu lekára objednal na operáciu. Tú som však zrušil a stav sa mi za niekoľko týždňov úplne zlepšil.

Západ zažil v posledných 100 rokoch svoju vlastnú nepriznanú Veľkú kultúrnu revolúciu, keď bol jeho systém viery a hodnôt takmer úplne ponorený do populistických tvrdení plytkej metafyziky materialistickej vedy. Materializmus sprevádzaný naivnou vierou v technológiu, ako riešenie každého problému, sa rýchlym tempom prehnal všetkými kontinentmi a zanechal za sebou trosky tradičných hodnôt, a to aj napriek snahám menšiny držať sa ich. Odpovede na všetky hlavné problémy sme však dostali v knihe Čuan Falun. Zakaždým, keď ho čítam, objavujem nové hĺbky pravdy.

Všetci vieme, že Majster Li svojou spásnou prítomnosťou a neustályou prácou vyplnil morálnu prázdnotu a v obrovskom rozsahu svojej vízie odhalil nové racionálne chápanie vesmíru. Liečba šokom môže byť nevyhnutná súčasť božskej terapie za to, čo robíme svetu. Vznikne však zdravšie, menej sebecké a viac spolupracujúce globálne svetové spoločenstvo, ktoré v ľudskej sfére ukáže, že základnými vlastnosťami všetkého života, ako aj Veľkého vesmíru, sú Pravdivosť, Súcit a Znášanlivosť.

Sám som bol priamym svedkom celosvetovo prítomnej degenerácie, keď som videl v Ázii, Afrike, Amerike a aj v Európe eróziu tradičných hodnôt.

Po ukončení Cambridge som nastúpil do diplomatických služieb a strávil som 40 rokov rozdelených rovnomerne medzi Ministerstvo zahraničných vecí a Commonwealthu doma ako aj služby v zahraničí, pričom som sa špecializoval na vzťahy Commonwealthu. Bol to neustále sa vyvíjajúci proces, keďže britské impérium sa transformovalo na 50 nezávislých krajín. Ako dieťa prvej svetovej vojny som sa po druhej svetovej vojne zúčastnil na mierových konferenciách a prvých zasadnutiach OSN a pokračoval som v náročnej a zodpovednej práci v Indii, Kanade, Ghane, na Novom Zélande a v Austrálii, Nigérii a na Bahamách. Po odchode do dôchodku som strávil 15 rokov v Snemovni lordov.

Vychovávali ma rodičia, ktorí sa snažili v živote uplatňovať Ježišovo učenie o pravde, láske a pokore. Čeliť ťažkostiam a prekonávať svoje pripútanosti bolo jadrom mojej predchádzajúcej duchovnej cesty, na ktorej som sa snažil pracovať po odchode do dôchodku desať rokov,

pričom niekoľko rokov z toho som sa venoval joge. Moja minulosť mi teda pomohla pochopiť zvláštny charakter príležitosti, ktorá prišla.

Samotné písanie tohto článku mi pomohlo postaviť sa tvárou v tvár svojmu vlastnému skľučujúcemu spektru chýb. Samozrejme, keď príde na zbavovanie sa pripútaností, neexistuje žiaden koniec; tie duševné sú ťažšie ako fyzické. Ako ľudská bytosť si ich zväčša nevedomujem. Som morálny zbabelec, nechcem sa nechať vysmiať, hoci mi to zjavne nemôže uškodiť. Aké absurdné! Som zaseknutý vo svojom životnom štýle a som zvyknutý na život v pohodlí. Vo vyššom veku je lákavé vzdať sa činnosti, urobiť si z narastajúcich obmedzení výhovorku a pokračovať vo svojich bývalých záujmoch. Keď sa pustíte do cvičenia, všetky vaše priority sa musia nakoniec zmeniť.

Aj v takomto neskorom životnom štádiu však viem, že som konečne našiel svoju cestu s novým obzorom, novým chápaním a vďaka cvičeniam aj s väčšou energiou. A to mi aj tak uniká podstata. Dostalo sa mi nepredstaviteľnej výsady a považujem sa za jedného z najšťastnejších ľudí svojej generácie.

Dostali sme nepredstaviteľný dar a teraz stojíme pred výzvou byť ho hodní a urobiť viac pre to, aby sme rovnakú príležitosť poskytli aj ostatným.

Nájdenie zmyslu života

Od praktizujúcej z Číny

To, o čom sa chystám písať, už zažili mnohí dlhoroční praktizujúci. Cieľom tohto článku je úprimne povzbudiť tých, ktorí práve začali s touto kultivačnou praxou, ako aj tých, ktorí ešte nezačali. Dúfam, že sa mi podarí podeliť o moju radosť z objavenia nového zmyslu života, zbavenia sa chorôb a zo zlepšenia svojho charakteru – všetko vďaka praktizovaniu Falun Dafa.

Ako v minulosti tak i v modernej dobe je pre mladú ženu najťažšie vychádzať v rodine so svokrou. Skutočnou príčinou všetkých ťažkostí v mojej rodine však bolo to, že sme boli všetci proti Pravdivosti, Súcitú, Znásanlivosti. Skrátka, predtým ako som začala praktizovať, bola moja rodina na pokraji rozpadu. S manželom sme sa už takmer rozvádzali. Aby som sa zbavila bolesti v srdci, čítala som niekoľko duchovných kníh, ale veľmi mi nepomohli. V tej dobe som mala pocit, že nemám žiadne východisko. S dcérou sme boli choré a moja rodina sa neustále hádala. Boli sme k sebe chladní a ja som tým trpela zvnútra aj zvonka.

Cítila som sa beznádejne a nevedela som, čo mám robiť so zvyškom svojho života. Za posledných desať rokov sa naša nevraživosť nahromadila do výšky hory. Existujú výroky ako „Urob krok späť a oceán je širší a obloha jasnejšia“ alebo „Odpúšťať druhým je vlastné šťastie“. Teoreticky som týmto výrokom rozumela a snažila som sa pousmiať sa nad svojím smútkom. Ale moje srdce to tak necítilo. Moje telo a myseľ neustále trpeli.

9. októbra 1998 som začala praktizovať Falun Dafa. Keď mi jedna praktizujúca dala Čuan Falun, povedala mi, že táto kniha je veľmi

vzácná. Keď som ju otvorila, neuvedomila som si, že som práve začala nový život. Hoci čítam rada, nikdy som nemala v rukách knihu ako Čuan Falun, ktorá by ma dokázala tak veľmi inšpirovať. Slová v tejto knihe sú plné veľkého súcitu a inšpirujúcej spravodlivosti. Celú knihu som prečítala jedným dychom. Môj pohľad na život sa veľmi zmenil, hoci mi v hlave ostalo ešte veľa otázok. Čo ma ale naozaj ohromilo, bolo to, že som úplne zo srdca dokázala odpustiť svojmu manželovi aj jeho matke. Objavila som veci, ktoré som spravila zle, a ktoré mi spôsobili nezabudnuteľnú bolesť a už dlho ma prenasledovali. Bola som smutná z toho, že som zranila ich city. Najťažším krokom bolo pre mňa priznať si vlastné chyby a nestáť sa na iných; dokonca sa skloniť pred osobou, ktorá mi ublížila. Desať rokov nenávisti sa rozplynulo v jeden deň. Takú silu môže mať len Čuan Falun!

Niekoľko dní po prečítaní knihy môj manžel náhle ochorel. Poslali ho na pohotovosť. Celý čas som bola pri ňom a starala som sa o neho s úprimným srdcom. Spomenula som si, že keď som trpela artritídou a chcela som navštíviť lekára, obvinil ma, že predstieram chorobu, len aby som minula peniaze. Teraz, keď bol chorý, som si vzala voľno z práce, aby som sa o neho postarala. Konečne som mu mohla vrátiť jeho nenávisť svojou cnosťou. Po tomto naša rodina získala šťastie a opäť sa spojila. Viem, že manželova choroba nebola náhodná. Prišla tak prudko a predsa zrazu zmizla. A jej výsledkom bolo, že nás priviedla z okraja rozvodu k opätovnému stretnutiu.

Potom som celej rodine pustila nahrávku deväťdňového cyklu prednášok majstra Li. Takto pochopili, ako Falun Dafa zlepšuje charakter. Dozvedeli sa tiež, že praktizujúci Dafa sú dobrí ľudia, ktorí sa riadia „Pravdivosťou, Súcitom, Znášanlivosťou“. Ostatní členovia rodiny mali z toho úžitok, hoci nepraktizujú. Napríklad moja svokra veľmi oddane uctievala svojho boha, pričom za chrbtom preklínala ľudí. Teraz si dáva pozor na to, čo hovorí. Okrem toho, predtým odmietala variť pre našu rodinu. Pravdepodobne si myslela, že z pomoci svojej neveste nebude mať žiaden prospech. Neustále sme boli v spore a vzájomná pomoc bola to posledné, na čo sme mysleli. Teraz svokra pripravuje jedlo každý deň. Keď prídem domov z práce, všetko je hotové. Falun Dafa môže ľuďom pomôcť získať späť ich láskavú povahu.

Po niekoľkých mesiacoch praktizovania kultivácie som skutočne pochopila, že myseľ a hmota sú jedna vec. V tej chvíli som sa prebudila: narodenie, staroba, choroby a smrť sú fakty života na tomto svete. Najstrašnejšia vec je, keď človek nedokáže rozlišovať medzi dobrom a zlom. V minulosti som vždy posudzovala ľudí na základe svojho názoru na to, čo hovorili a robili. Teraz, keď o niečom alebo niekom premýšlam, dbám na to, aby sa moja myseľ riadila charakteristikou vesmíru – Pravdivosťou, Súcitom, Znásanlivosťou.

Falun Dafa ma pozdvihol a urobil zo mňa lepšieho človeka

Od praktizujúceho zo Singapuru

V júni 1998 mi dal môj nový kolega vytlačenú „Prednášku Falun Dafa v Sydney“. Zdalo sa mi veľmi jednoduché začať praktizovať Falun Dafa. V auguste toho istého roku som sa na Singapurskej konferencii výmeny skúseností stretol s Majstrom Li. Keď sa teraz pozerám späť, uvedomujem si, že som naozaj veľmi šťastný človek.

Od začiatku, ako som začal praktizovať Falun Dafa, som rád čítal knihy Dafa. Odvtedy ich čítam neustále, čo má pozitívny vplyv na moju vytrvalosť kultivovať sa v Dafa.

V novembri 1998 som sa zúčastnil na deväťdňovej videoprednáške Majstra Li a začal som cvičiť všetkých päť cvičení. Vtedy som si uvedomil, že moja schopnosť osvietenia nie je príliš dobrá. Hoci som rád čítal knihy Falun Dafa, sotva som si z nich potom niečo pamätal, nehovoriac o tom, že som nerozumel niektorým častiam Fa a tomu, prečo musíme študovať Fa. Neskôr som sa dostal na nové cvičebné miesto. S pomocou praktizujúcich som pokračoval v štúdiu Fa. Postupne som začal chápať Fa a dospel som aj k jasnejšiemu pochopeniu toho, o čom je kultivácia. Uvedomil som si, že Čuan Falun je kniha, ktorá skutočne vedie ľudí v kultivácii.

Úprimne dúfam, že ľudia, ktorí nevedia, čo Falun Dafa je, by si mohli prečítať Čuan Falun a dať si tak šancu zistiť, čo obsahuje. Čo sa v tejto knihe píše? Čo je Falun Dafa? Nenasledujte len chýry. Človek potrebuje pochopiť cieľ a zmysel života a mal by byť zodpovedný za svoj vlastný život. Úprimne dúfam, že každý spozná Falun Dafa a za-

žije kultiváciu na vlastnej koži. Teraz napíšem o niekoľkých zmenách, ktoré som osobne zažil počas troch rokov kultivácie.

Z chorého človeka som sa stal zdravým. Predtým, ako som začal praktizovať Falun Gong, som musel ísť každý večer pred desiatou večer spať a keď som sa zobudil, bolelo ma celé telo. Moja manželka a syn radi chodili cez víkend nakupovať. Pre mňa to bola mučivá víkendová povinnosť. Kým oni nadšene chodili z obchodu do obchodu, ja som neustále hľadal kreslo, aby som si mohol sadnúť, či podľa možnosti ľahnúť a oddýchnuť si. Teraz sa necítim unavený po celý deň a mám mnoho energie.

Aj moje duševné zdravie sa nesmierne zlepšilo. Pred začatím praktizovania Falun Gongu som sa jednoducho nedokázal usmievať a neusmieval som sa už veľa rokov. Šťastie bolo pre mňa cudzím slovom. Teraz som sa zmenil na spokojného človeka, s úsmevom kedykoľvek pozdravím ľudí a dokážem aj s optimizmom čeliť životným tlakom a výzvam.

Kedysi som bol netolerantný človek. Často som vybuchoval kvôli maličkostiam a malichernostiam v rodine. Teraz dokážem zostať pokojný v akomkoľvek konflikte, zamyslieť sa nad vecou a spraviť sebareflexiu ohľadne každej chyby, ktorú som mohol v konflikte urobiť. Stal sa zo mňa človek so širokým nadhľadom a mám tolerantné srdce.

Kedysi som bol veľmi zlý, teraz však beriem osobné výhody na ľahkú váhu a uvedomil som si, že mnohé problémy a konflikty boli v skutočnosti spôsobené mojimi pripútanosťami.

Potom, čo som sa v decembri 2000 zúčastnil na konferencii výmeny skúseností na Taiwane, som postupne získal hlbšie pochopenie. Niekdedy malo slovo alebo veta od spolupraktizujúceho zaujímavý vplyv na môj pokrok. Väčší účinok sa dal dosiahnuť, ak bolo to slovo prenikavé a dokázalo vojsť do môjho srdca. Pokiaľ sa človek dokáže k sebe vždy správať ako k praktizujúcemu a pozerá sa dovnútra, dokáže tiež rýchlo rozpoznať svoje pripútanosti.

Majster Li opakovane zdôraznil nevyhnutnosť študovať Fa. Niektorí praktizujúci si vďaka štúdiu Fa veľmi rýchlo zlepšili svoj charakter. Boli v tom iniciatívni, nespoliehali sa a nečakali na iných a vložili do

Dafa svoje srdce a myseľ. Myslím, že to možno pripísať ich neustálemu štúdiu Fa a ich spravodlivému pochopeniu.

V predhovore k Čuan Falunu Majster Li hovorí:

„Dafa je múdrosťou Stvoriteľa. Je základom pre stvorenie Nebies a Zeme a pre vytvorenie vesmíru. Zahrňa všetky veci, od extrémne malých až po extrémne veľké a na odlišných úrovniach existencie vesmírneho tela sa prejavuje odlišne. Od najhlbšieho mikrokozmu až po objavenie sa najmenších častíc, cez vrstvy a vrstvy nespočetných častíc, od malých po veľké, siahajúc až k tým z vonkajších vrstiev, ktoré pozná ľudstvo – k atómom, molekulám, planétam a galaxiám – a k tomu, čo je ešte väčšie, častice rôznych veľkostí vytvárajú životy rôznych veľkostí, ako aj svety rôznych veľkostí, ktoré sa rozprestierajú po celom vesmírnom tele.“

Toto, ako aj ďalšie učenia od Majstra, mi otvorili úplne nový pohľad na svet a spravili zo mňa iného, lepšieho človeka.

Naučiť sa povedať „bola to moja chyba“

Od praktizujúcej z Číny

Raz popoludní, keď sa môj štvorročný syn postavil na stoličku, aby si vzal hrušku zo stola, spadol a prevrátil aj polovicu taniera s ryžou, ktorý som položila na stôl. Keď ležal na zemi, telo pokryté ryžou, moja prvá reakcia bola, že sa musím upokojiť. Syn bol očividne v poriadku, tak som ho zdvihla a potom som vyčistila koberec, na ktorý spadol. Zistila som, že sa nehnevám a zároveň si uvedomujem, že tento incident nastal kvôli mojej chybe, pretože som stôl neupratala hneď po obede.

Predtým, keď moje deti niečo vyliali alebo rozsykali, automaticky som si myslela, že je to ich chyba a nakričala som na ne. Neskôr som už cítila, že toto moje správanie nie je súcitné a že musím tejto oblasti venovať pozornosť a zlepšiť sa. Nakoniec som tento svoj zlozvyk zmenila a keď sa niečo pokazilo, pozrela som sa do seba. Úprimne som synovi priznala, že to bola moja chyba a pripomenula som mu, že v budúcnosti by si mal dávať pozor. Prikývol hlavou. V tej chvíli som cítila, ako sa navôkol rozšírila pokojná atmosféra. Vytrvalo som sa kultivovala a menila som svoje nesprávne predstavy, až som si uvedomila, že sa k druhým ľuďom dokážem správať zhovievavo a zo srdca im odpúšťať. Vďaka tomu som sa vnútorne cítila veľmi dobre. Pociťovala som, aké šťastie mám, že poznám tieto večné pravdy a že mám možnosť kultivovať sa v bezhraničnej milosti Majstra Li. Vždy keď som sa zlepšila, cítila som sa šťastná a pokojná.

Deň po tomto incidente môj syn prevrátil misku s polievkou. Bez váhania som mu povedala: „To sa stáva. Si v poriadku?“ Potom som po-

lievku očistila papierovou utierkou. Jemne som ešte synovi povedala: „Nabudúce si musíš dávať pozor.“ To zahrialo pri srdci všetkých členov rodiny. Od tohto incidentu syn už len zriedkavo niečo vylial.

Jedného dňa môj manžel nemohol nájsť nožničky na nechty. Mal zlú náladu a obvinil ma, že som ich niekde zašantročila. Bol taký nahneváný, že než odišiel z domu von s deťmi, povedal mi: „Nájdí nožničky, kým sa vrátim!“ V tej chvíli bola atmosféra plná napätia. Potom môj syn povedal manželovi: „Ale keď sa vrátíme a mama ešte stále nenájde nožničky, jednoducho povedz, že je to v poriadku!“ Môj syn sa naučil odpúšťať. Takže nakoniec bolo naozaj všetko v poriadku.

V duchu som si pomyslela: „Odmenou mi nie je len moja vlastná kultivácia, ale aj vplyv, ktorý som mala na svojho syna.“ Presne ako povedal Majster v Čuan Falune:

„Budhovo svetlo žiari všade, spravnosť a spravodlivosť všetko harmonizuje.“

Naša trieda sa teraz správa dobre

Od mladého praktizujúceho na Taiwane

Som žiak šiesteho ročníka základnej školy. Krátko po začatí školského roka nás naša učiteľka požiadala, aby sme si prečítali knihu s názvom *Čuan Falun*. Tiež naučila žiakov v mojej triede cvičenia Falun Gongu.

Zistil som, že bolo veľmi dobré, že som si prečítal túto knihu. Predtým, než som si prečítal *Čuan Falun*, som ľahko stratil nervy, no teraz som sa naučil, ako sa kontrolovať. Niekedy som sa tiež hádal so svojim mladším bratom, no teraz sa už s ním nehádam a môj temperament sa taktiež zlepšil. Predtým, než sme my žiaci začali praktizovať Falun Gong, sme boli veľmi hluční a cez prestávky sme sa hádali. Odkedy sme začali praktizovať Falun Gong, správame sa veľmi dobre.

Predtým, keď sa chlapci v mojej triede rozhodli, že nemajú radi jedno dievča, nasledoval som ich a prestal som sa s ňou rozprávať. Po prečítaní *Čuan Faluna* som šiel za ňou a ospravedlnil som sa jej, čo ju veľmi potešilo. Keď jej chlapci povedia zlé veci, často sa im chce pomstiť a vrátiť im to, no ja ju vždy presvedčím, aby to nerobila. Vďaka tomu sme sa stali dobrými priateľmi.

Pred časom som dvakrát prečítal *Čuan Falun*, ale stále som nechápal, čo je to opravdivá kultivačná prax. Teraz som si konečne uvedomil, že princípy uvedené v *Čuan Falune* je potrebné uplatňovať v každodennom živote.

Letné prázdniny strávim usilovným čítaním *Čuan Faluna* a praktizovaním cvičení. Budem sa starať o svojho mladšieho brata a nikdy sa s ním nebudem hádať. Nikdy nebudem hovoriť zlé slová ostatným

žiakom a navyše zmením svoju násilnícku povahu a budem vychádzať dobre so spolužiakmi.

Určite sa musím poďakovať autorovi *Čuan Faluna*, nášmu veľkému a milosrdnému Majstrovi.

Falun Dafa je hlboko zakorenený v mojom srdci

Od čínskej praktizujúcej v USA

Po prvýkrát som počula o Falun Gongu v máji 1994, keď som sa vrátila do Číny navštíviť rodinu. Rýchlo som prelistovala Čuan Falun a zistila som, že táto kniha je príliš hlboká na to, aby som ju pochopila. Po návrate do Spojených štátov môj manžel nedokázal prestať hovoriť o tom, aký je Falun Gong dobrý. Stále som sa čudovala, ako je možné, že on, ktorý má doktorát a magisterský titul z prírodných vied, je taký zaujatý čchi-kungom. Keď sme s manželom prvýkrát dostali audiokazety s deväťdňovou prednáškou Majstra Li v Jinane, nedočkavo sme si ich pozreli v priebehu dvoch dní. Hovorila som si: „Takže toto je pravda o živote! Znie to rozumne, ale je to reálne?“ Ako by som sa mohla vzdať myšlienky vyhľadávania materiálnych záujmov ako zmyslu života? Bolo to pre mňa príliš ťažké.

Potom v októbri 1995 moja matka zomrela na rakovinu. Bola som hlboko šokovaná a veľa som premýšľala. Nedokázala som pochopiť, prečo odišla z tohto sveta vo veku, keď si mohla užívať život po desaťročiach tvrdej práce. Pod manželovým vplyvom som sa niekoľkokrát pokúsila prečítať Čuan Falun, ale nikdy som ho nedočítala kvôli silným pripútanostiam, ktoré som mala, a iným formám zasahovania.

V marci 1997 som mala veľké šťastie, že som sa mohla zúčastniť na Konferencii Falun Dafa v New Yorku a počúvať prednášku Majstra Li. V tom čase som ešte stále nedočítala Čuan Falun a mala som všetky druhy pripútaností. Mala som len hmlisté predstavy o tom, čo Majster Li hovorí, ale cítila som, ako sa mi hlboko v srdci veľmi silno chveje

nevýslovná sila. Po konferencii sa ma manžel opýtal, či sa stanem skutočnou kultivujúcou. Povedala som, že áno. Hneď na druhý deň, keď som bola u kamarátky, mi zmizli hodinky a diamantový prsteň. Nedali sa nikde nájsť.

Tiež som čelila trápeniam a konfliktom so svokrou. Odkedy som sa vydala, nikdy som nedokázala dobre vychádzať so svokrou. Mám silnú osobnosť. Vždy sa obávam toho, čo si o mne myslia ostatní ľudia, a bojím sa, že ma budú kritizovať alebo využívať. Svokra je zas priamočiarou osobou s ostrým jazykom a uprednostňuje svojho syna. V jej očiach nikdy nemôžem konať správne, zatiaľ čo on sa nikdy nemýli. Keď sa mi v roku 1995 narodilo prvé dieťa, prišla mi pomôcť a ostala u nás. Dochádzalo ku konfliktom a jeden konflikt striedal druhý. Bola som veľmi vystresovaná a rozrušená do takej miery, až som ju nemohla vystáť. Neustále som sa sťažovala manželovi. On sa ma snažil utešiť tým, že mi ukázal, čo hovorí Majster Li v Čuan Falune, ale jednoducho som nemohla zvládnuť skutočnosť, že musím dodržiavať princípy Dafa, vydržať a odpúšťať. Po zúčastnení sa konferencie v roku 1997 som si uvedomila, že sa nemôžem neustále vyhybať prekážkam. Bola som odhodlaná prijať všetko, čo môže nastať. Na druhý deň, keď sme spolu robili domáce práce, sa moja svokra začala na mňa sarkasticky sťažovať. Keďže som bola pripravená, dokázala som si po celý čas zachovať pokoj.

Potom som si myslela, že som si počínala celkom dobre. Počas toho obdobia som ostala doma, starala som sa o svoje dieťa a nechodila som veľa von. Život bol tichý a jednoduchý, no moja myseľ neostala tichá, ani pokojná. Stále sa mi v mysli vynárali myšlienky na nespravodlivosť a negatívne poznámky od svokry. Spočiatku som tomu nevenovala mnoho pozornosti, no postupne som sa s ňou začala v duchu hádať. Hoci som začala praktizovať cvičenia, netrávila som mnoho času čítaním kníh Majstra Li. Bola som stále tá istá osoba. Hlboko v srdci sa u mňa nič nezmenilo. Začala som byť nahnevaná. Dokonca som mala pocit, že som bola dosť hlúpa, keď som pri skúškach neochraňovala svoje záujmy. Mala som s ňou diskutovať a určiť, kto má pravdu a kto nie. Postupne som sa vrátila k tomu, že som sa správala ako bežný človek.

Hoci som prestala študovať učenia a cvičiť, stále som rada pozerala videokazety prednášok Majstra Li z rôznych miest a čítala som články zdieľania skúseností ostatných praktizujúcich. Cítila som sa deprimovaná, no nebola som ochotná vzdať sa pripútanosti k sláve, záujmom a sentimentalite. Dafa znel skvele, ale bolo pre mňa nemožné žiť podľa neho.

Tento problém sa ťahal až do marca 1998, keď manžel išiel na konferenciu do New Yorku a priniesol späť nahrávky prednášok Majstra Li. Opäť som sa vrátila k Čuan Falunu. Tentokrát som si povedala, že nesmiem knihu odložiť, kým ju neprečítam. Nakoniec som po štyroch rokoch, čo som počula po prvýkrát o Falun Gongu, dokončila čítanie knihy Čuan Falun a znova som sa odhodlala stať sa opravdivou kultivujúcou.

Hneď potom nasledovala skúška ohľadom sentimentality medzi manželom a manželkou. Bola som veľmi sentimentálna, plná sebaľútsosti a náklonnosť medzi manželmi som považovala za veľmi dôležitú. Vždy som mala rozrušené srdce, kedykoľvek sa ku mne manžel nesprával dobre alebo mi nevenoval pozornosť. Bolo pre mňa nemožné brať túto sentimentalitu na ľahkú váhu, nieto sa jej ešte vzdať. Táto pripútanosť bola obrovskou prekážkou, ktorá mi bránila stať sa opravdivou kultivujúcou. V tom čase som z rôznych dôvodov netrávila veľa času s manželom a cítila som sa zanedbávaná. Zdalo sa mi, že za všetko môže on. Niekoľkokrát som sa s ním pokúsila porozprávať, ale márne. Bola som zmätená. Počas čítania som sa stretla s nasledovnými Majstrovými slovami: „Kedykoľvek je tam také alebo onaké zasahovanie pri praktizovaní, mali by ste hľadať príčiny v sebe a zistiť, čoho ste sa stále nevzdali.“ (Čuan Falun) Keď som sa o tom neskôr rozprávala s druhou praktizujúcou, citovala Majstra Li, že by sme sa mali pozerat' dovnútra vždy, keď sa objaví konflikt. Uvedomila som si, že skutočná príčina tohto problému bola stále vo mne, bez ohľadu na to, že na povrchu to vyzeralo tak, že je to jeho vina. Moje emócie ma príliš zaťažovali. Obviňovala som manžela a cítila som, že moje vlastné záujmy boli poškodené. Ukrývala som sa za slová Majstra Li a šla som proti skutočnej povahe vesmíru. Aj keď som si uvedomila pravdu, stále bolo pre mňa veľmi ťažké opustiť túto pripútanosť. Cítila som bolesť, že sa nedokážem

zbaviť pripútanosti, a tak som čítala knihy, ktoré mi pomáhali odolávať zlým myšlienkam. Postupne som zistila, že pripútanosť je čoraz triviálnejšia. Postupne sa môj vzťah s manželom stal harmonickým. Nikdy v živote som necítila takú úľavu.

Som matkou, ktorá pracuje na plný úväzok a má dvojročné a štvorročné deti. Každý deň vstávam za úsvitu a zvyčajne sa mi podarí ísť spať až keď je desať alebo jedenásť hodín. Čas na čítanie a cvičenia sa snažím nájsť, keď sa deti po večeri hrajú. Zvykla som sa s nimi hrať a pokúsila som sa ukryť vždy, keď sa dalo. Čím menej som chcela, aby ma našli, tým viac ma našli. Niekedy som si želala mať kultivačné prostredie ako praktizujúci bez detí. S takouto nesprávnou mentalitou som mala s deťmi málo trpezlivosti. Niekedy som sa na ne hnevala. Krátko potom som sa pýtala samej seba: „Čo sa stalo a kde je môj súcit?“ Prečo som nedokázala vždy uprednostniť iných pred sebou? Nie je práve to najťažšie prostredie najlepšou príležitosťou na zlepšenie pre praktizujúceho? Takže som s nimi začala pozerat' deväťdňový seminár Majstra Li na videách a čítala som im Čuan Falun. Odkedy som sa upokojila, aj deti sa zmenili. Môj štvorročný syn trvá na tom, aby som mu čítala knihu, keď ide spať. Malá mi zas nedovolí zhasnúť svetlo, kým nezaspí, takže si môžem čítať, kým sedím pri jej posteli.

Hoci som sa v roku 1998 znova odhodlala stať sa kultivujúcou, stále sa mi nedarilo zlepšiť nedobry vzťah so svokrou. Rozhodla som sa držať sa od nej ďalej, aby som predišla nedorozumeniam. Začiatkom tohto roka sa svokrovci rozhodli, že nás opäť navštívia v USA. Bola som dosť nervózna a nepriala som si, aby prišli. Manželovi som povedala: „Dokážeme sa postarať o naše deti úplne sami. Jediné, čo chceš, je poležať si, keďže ti pomôžu rodičia. Čo je zlé na tom, ak vydržíme trochu viac ťažkosti?“ Vedela som, že sa mýlim, no stále som používala Dafa ako výhovorku, aby som sa tomu vyhla. Svokrovci sa napokon rozhodli nepožiadat' o víza. Cesta bola odložená. Pomyslela som si, že som mala šťastie.

V marci 1999 som sa zúčastnila Newyorskej konferencie Falun Dafa. Kultivačné skúsenosti ostatných praktizujúcich ma hlboko dojali a podarilo sa mi zistiť, kde som zaostávala. V deň, keď som sa vrátila domov, zavolali svokrovci a povedali, že idú požiadat' o víza. O pár dní

neskôr sme sa dozvedeli, že nás navštívia v máji. V tom čase som sa začala upokojovať a uvedomila som si, že sa pripútanosti nedokážem zbaviť bez ťažkého prostredia. Môj „strach“ zo svokry bol sám osebe pripútanosťou, ktorú som musela odstrániť.

V deň príchodu svokrovcov som sa dobrovoľne ponúkla, že ich vyzdvihnem na letisku. Počas nasledujúcich dní som mala mnoho príležitostí zlepšiť si svoj charakter. Niekedy som dokázala prekonať prekážku, inokedy nie. Boli chvíle, keď sa zdalo, že sa správam podľa Dafa, no nepochádzalo to z hĺbky môjho srdca. Keď sa to stalo, rovnaká prekážka sa zopakovala. Pri každom konflikte, keď sa na povrchu objavila moja pripútanosť, atmosféra sa tiež zmenila na negatívnu. Svokrovcí po príchode zasadili mnoho druhov zeleniny na zadnom dvore a trávili mnoho času a úsilia záhradkárstvom. Keď som sa v jeden deň vrátila z práce, svokra mi povedala, že niektoré z novovysadených rastlín boli rovnomerne zastrihnuté, akoby nožnicami. Vypočúvala ma a vznášala neprijemné obvinenia. Okamžite som vycítila, že ma podozrieva. Cítila som sa ukrivdene a rozrušila som sa. Čoskoro som sa však upokojila a uvedomila som si, že to, čo sa práve prihodilo, nebola náhoda. Keď som odpovedala na jej otázky, nezmýšľala som správne a obávala som sa len toho, že budem neprávom obvinená, a necítila som sa do jej situácie. Keď som sa upokojila, začala som jej pomáhať zistiť, čo sa stalo s rastlinami. Neskôr som zeleninu ohradila záhradným plotom.

O pár dní neskôr mi svokra povedala, že zistila, že to bola veвериčka, ktorá zjedla rastliny.

Keď som sa raz rozprávala s manželom, povedala som, že sa mi zdá, akoby sa svokra tentoraz zmenila. Odpovedal mi: „Nemyslím si, že sa zmenila. Stále rozpráva rovnakým tónom a správa sa k tebe rovnako. Si to ty, kto sa zmenil.“ Pred návratom do Číny mi svokor povedal: „Stala si sa vyspelejšou, odkedy si začala praktizovať Falun Gong. Tvoja svokra sa predtým mnou ešte vôbec o tebe nezmienila negatívne.“ Moja svokra mi tiež povedala: „Ako dokážeš byť plná energie po takom dlhom a rušnom dni?“

Od júla 1999 sa Dafa stretáva s nevídanými ťažkosťami. Rovnako ako mnohí ďalší praktizujúci som sa pobrala do Washingtonu D.C. Mala som tam mnoho príležitostí spolupracovať s ostatnými prakti-

zujúcimi pri šírení Dafa. Videla som, ako sa praktizujúci vždy snažia chápať všetko na základe princípov Dafa. Čokoľvek urobili alebo povedali, vždy to muselo pochádzať zo súciteľného srdca a vyjadrovali to pokojným spôsobom. U seba som naopak zistila, že som nervózna, nespokojná a ľahko sa rozruším, ale uvedomila som si, že je to skutočne dobré kultivačné prostredie, a zistila som, že som toho dost veľa pochopila.

Spočiatku som si myslela, že ostanem vo Washingtone jeden deň. Po príchode som však mala pocit, že by som mala ostať dlhšie. Potom som premýšľala, ako sa opýtať svojho šéfa na dovolenku. Pracujem pre malú firmu a nesiem zodpovednosti, ktoré je ťažké zastúpiť. Mali sme tiež projekt, ktorý sa blížil k záverečnému termínu. V mysli som však mala len jedinú myšlienku: Musím tu ostať dokonca aj za cenu straty zamestnania. Zatelefonovala som šéfovi a snažila som sa mu čo najlepšie vysvetliť situáciu a svoju ochotu vynahradiť si načas hneď, ako sa vrátim. Nebol moc šťastný a naznačil, že môžem prísť o prácu. Po tomto rozhovore som sa väčšinu dňa trápila. Odpútať sa od pripútanosti k osobnému záujmu sa vždy ľahšie povie, než urobí. Po opakovaných duševných bojoch som odhalila pripútanosti k strachu, sláve a osobnému prospechu. Po návrate z Washingtonu som sa úprimne porozprávala so šéfom. Aj svoj projekt som dokončila načas. O dva týždne neskôr mi šéf zvýšil plat.

Keď sa pozriem späť na svoju kultivačnú cestu, takmer som premeškala príležitosť praktizovať Dafa. Súcit Majstra Li mi po celý čas dával príležitosti. Odovzdal mi tento Veľký Zákon vesmíru a pomohol mi očistiť telo. Majster Li využíva každú príležitosť, aby mi pomohol odstrániť všetky pripútanosti a aby som sa stala opravdivou praktizujúcou. Pomohol mi objaviť pravdu o živote. Viem, že ešte stále mám mnoho pripútaností, ktorých sa potrebujem zbaviť a mám pred sebou v kultivácii dlhú cestu. Dafa je však hlboko zakorenený v mojom srdci. Nič a nikto nemôže otriastať mojím odhodlaním a predsavzatím byť skutočnou kultivujúcou!

Oddelovanie zrna od pliev

Od západného praktizujúceho v USA

Falun Gong praktizujem niečo vyše roka. Mám pocit, akoby som prechádzal procesom mlátenia obilia. Stalo sa toľko udalostí, ktoré oddelili plevy od zrna, od čistej podstaty toho, kým som.

Na cvičebné miesto som šiel po prvýkrát v novembri 1999. Spočiatku som nechápal veľmi veľa, no naďalej som čítal a kultivoval sa a stalo sa mi niekoľko pozoruhodných vecí.

Veľmi som sa zmenil. Pred praktizovaním Falun Gongu som trpel na posttraumatickú stresovú poruchu, pretože som bol obeťou veľmi násilného trestného činu. Mal som problémy so spánkom. Myslel som si, že na to, aby som v noci zaspal, potrebujem alkohol. Hoci muža, ktorý tento zločin spáchal, súdili a uväznili ho na doživotie, žil som v neustálom strachu, že ma napadne. Nikdy som nechcel ísť domov, a keď som sa vrátil, zamkol som sa v spálni.

V priebehu dvoch mesiacov som prestal s terapiou a nakoniec všetky symptómy zmizli. Som pokojný a vyrovnaný. Úroveň mojej energie sa výrazne zvýšila. Som veľmi sústredený na svoju prácu a dosahujem veľa úspechov.

Som realitný maklér a správca nehnuteľností. Na inštaláciu novej strechy nad garážou som si raz najal pokrývača, ktorého mi odporučil môj známy. Pokrývačovi som zaplatil polovicu zálohy a na druhý deň začal s odstraňovaním starej strechy. Jediným problémom bolo, že odstránil susedovu strechu, a nie strechu, na ktorú som si ho najal.

Netreba dodať, že ľudia, ktorí skladovali veci v susedovej garáži, boli veľmi nahnevaní. Stále kričali na pokrývača, aby prestal, a on im

stále opakoval, že oni nie sú majitelia a on pre nich nepracuje. Mnohé z ich vecí boli poškodené, pretože počas odstraňovania na ne padala stará strešná krytina. Nakoniec mi niekto zavolať a pokrývačovi som povedal, že je to nesprávna strecha. Odišiel a susedovu garáž ničím nezakryl. Sused bol na mňa veľmi nahnevaný a trval na tom, aby som strechu opravil. Keďže človek, ktorého som si najal, nemal živnostenské oprávnenie, mohol ma odmietnuť, lebo vedel, že s tým nemôžem nič robiť. Našťastie nepršalo. Trvalo to týždeň.

Napokon, hoci som bol nový praktizujúci, vedel som, že je to moja zodpovednosť. Nakoniec som sa rozhodol, že si nájdem iného pokrývača, tentoraz s licenciou, a celé náklady zaplatím sám. Vedel som, že nemám na výber. V deň, keď som si najal iného robotníka, pôvodný pokrývač prácu dokončil. Ľuďom, ktorých veci boli poškodené, som opakovane povedal, že som plne zodpovedný za ich opravu, ale dodnes odo mňa nič nežiadali.

Nemyslím si, že by mohol existovať názornejší spôsob, ako ma naučiť vzdať sa svojej pripútanosti k šetreniu peňazí alebo k tomu, ako byť zodpovedným.

Toto sa mi prihodilo potom, čo som praktizoval len pár mesiacov. Ďalšia vec sa stala len nedávno a mala na mňa oveľa hlbší účinok.

Mal som kamaráta, spolupraktizujúceho, s ktorým som sa rozprával o mnohých veciach. Robili sme veľa poznámok o iných ľuďoch a často sme ich kritizovali. Všetko to bolo nesmierne zaujímavé a poučné, až kým ma jedného dňa kamarát nezačal kritizovať. Pomyslel som si, že jeho kritika bola nesmierne nespravodlivá. Viem, že pri konfliktoch sa musíme pozerieť do svojho vnútra. Uvedomil som si, do akého rozsahu som kritizoval druhých. Obviňoval som ostatných. Videl som na nich chyby. Či som im niečo povedal alebo nie, posudzoval som ich. Teraz som to bol ja, kto bol posudzovaný a necítil som sa z toho dobre.

Potom som pochopil, že sa mi muselo vrátiť späť všetko to posudzovanie druhých, kritizovanie a ubližovanie, pretože som nikdy nemal čisté motívy. Uvedomil som si, že potrebujem byť zranený, aby som splatil zranenia, ktoré som spôsobil iným. Musel som cítiť bolesť, aby som splatil bolesť, ktorú pociťovali kvôli mne iní. Veľmi som sa stiahol a začal som pociťovať skutočnú fyzickú bolesť v ľavej ruke. Mal som

pocit, že sa zhoršuje. Dostalo sa to až do bodu, keď som nemohol zdvihnúť ruku počas druhého cvičenia, pretože ma príliš bolela.

Potom som si prečítal, čo Majster Li povedal o kritike na „Vyučovaní Fa na Fa konferencii v Singapore“:

„Často hovorím, že keď je človek zbavený akýchkoľvek osobných názorov, nie je motivovaný sebazáujmom a skutočne chce druhým pomôcť, potom keď poukazuje na nedostatky druhých alebo hovorí druhej osobe, čo je správne, táto osoba bude pohnutá k slzám.“

Pri cvičeniach na nasledujúci týždeň som dokázal zdvihnúť ľavú ruku a bolesť som už takmer necítil. Vedel som, že nespravodlivá kritika od kamaráta bola náznakom, ktorý som mohol využiť na svoje očistenie, aby som oddelil plevy od zrna, nečisté látky od čistej esencie toho, kým som.

Ako som rozriešila dlhotrvajúci konflikt s mojím manželom

Praktizujúca Falun Dafa z Číny

Predtým, než som začala praktizovať Falun Dafa, sme boli obaja s manželom vznetliví a nikdy sme si navzájom v ničom neustúpili. Väčšinu času sme trávili hádkami. Potom môjho manžela odsúdili do väzenia a jeho rodina mala niekoľko nehôd. Ponúkla som svojej svokre, aby žila so mnou a viedla som ju k praktizovaniu Dafa. O tri roky neskôr bol môj manžel prepustený. Hoci nemal žiaden príjem, neustále míňal peniaze, zatiaľ čo ja som šetrila. Snažila som sa ho tolerovať, on ma však neustále šikanoval. Raz mi kvôli nejakej maličkosti ukázal prstom na nos a urážal ma v prítomnosti svokry a mojich priateľov. Bola som nešťastná a často som vtedy plakala.

Keďže praktizujem Dafa, uvedomila som si, že musím praktizovať znášanlivosť. Keď som sa stretla s konfliktami, vždy som sa snažila zlepšiť si charakter, ale pretože som sa nepozrela do svojho vnútra a nenašla som svoje pripútanosti, konflikty neustále pokračovali. Stále som nedokázala ovládať svoj temperament. Tento stav trval pomerne dlho.

Až po tom, čo som si štyrikrát pozorne prečítala Deväť komentárov ku komunistickej strane, som skutočne našla svoju pripútanosť: bola to bojovnosť. Bola vo mne hlboko zakorenená už dlhé roky. Niekedy vychádza na povrch bez toho, aby som o tom čo i len vedela.

Keď som sa pozrela do vnútra, zistila som, že keď som sa rozprávala s manželom, neustále som mala provokačný postoj a tón hlasu. Odkedy sa vrátil z väzenia, nedokázala som s ním viesť úprimný rozhovor. Hoci som ho na povrchu tolerovala, v srdci som sa naňho pozerala zhora.

Myslela som si: „Si závislý od mojich peňazí, no chceš ma kontrolovať. Keby som nebola praktizujúca, rozviedla by som sa s tebou.“

S takýmto zmýšľaním som sa oňho ale nemohla naozaj starať a rozmýšľať o ňom dobre. Chodieval napríklad často nakupovať potraviny, no keď prišiel domov, vždy som bola nespokojná s tým, čo kúpil. Pochopiteľne ho to hnevalo. Raz minul takmer 100 yuanov, aby mi kúpil narodeninovú kyticu. Nielenže som mu za ňu nepoďakovala, ešte som sa aj sťažovala, že minul priveľa peňazí. Spočiatku býval šťastný, ale postupne sa dostal do depresie.

Keď sa na to pozerám spätne, celé to bola moja chyba. Vždy som túžila byť silná. Pred kultiváciou som mala prezývku „superžena“ a nikdy som nikomu neustupovala. Po začatí kultivácie som síce vedela tolerovať spolupraktizujúcich a priateľov, doma som to ale nedokázala. Moje správanie malo ďaleko od štandardu praktizujúceho. Ako som mohla dosiahnuť „Pravdivosť, Súcit, Znášateľnosť“? Mój kultivačný stav sa neustále menil.

Jeden praktizujúci mi povedal, že v kultivácii neexistujú žiadne skratky, a že iba so základom v dobrom štúdiu Fa sa dokážeme pozrieť do svojho vnútra, zmeniť sa a zlepšiť sa. Ak nám chýba súcit s členmi našej rodiny, ktorí majú nedostatky, je to, akoby sme sa ani nekultivovali. Jeho slová ma prinútili zamyslieť sa.

Keď som našla svoju pripútanosť, upravila som aj svoj postoj. Vidím už aj silné stránky svojho manžela a svoje vlastné nedostatky. Záleží mi na ňom a som ohľadupľnejšia. Vďaka mojej úprimnej zmene sa aj manželov postoj ku mne a k Falun Dafa zmenil. Spočiatku hovoril, že ma pošle na Úrad verejnej bezpečnosti. Teraz všetko pochopil a podporuje Dafa. Pomáha mi kupovať nahrávky, opravovať prehrávač a udržiavať knihy Dafa. Aby som mohla študovať Fa aj v noci, kúpil niekoľko lúčok a jednu pripevnil aj k posteli. Na Svetový deň Falun Dafa dokonca objednal tortu s tromi bielymi lotosovými kvetmi na vrchu, keďže jeho mama, ja aj naša vnučka sme všetky praktizujeme.

Keď som písala tento článok, poprosila som manžela, aby zašiel kúpiť papier. Zabudol na to a spomenul si, až keď prišiel domov. Potom sa poň ale vrátil. Zmena jeho postoja potešila celú rodinu a pozitívne

ovplyvnila aj našu dcéru. Kúpila mi mobilný telefón pre prácu na Dafa projektoch. Všetci tiež vystúpili z Čínskej komunistickej strany.

Moje kultivačné prostredie je čoraz lepšie a ja som hlbšie pochopila učenie Majstra Li.

Hľadal som pomstu, no namiesto toho som objavil Čuan Falun

Od praktizujúceho z Číny

Predtým, ako som sa začal učiť Falun Gong, som mal veľmi zlú povahu. Bol som výbušný a často som robil veľké problémy z banalít. Šikanoval som svoju manželku. V záchvatoch hnevu som rozbíjal veci. Potom som sa cítil dosť povznesený. Moje psychické výbuchy desili moje deti a trápili moju manželku. Naša rodina bola na pokraji rozpadu. Mimo domova som býval tým, kto musel mať posledné slovo. Bol som zamilovaný do peňazí a bojoval som do posledného centu. Nevadilo by mi ísť za dostatočnú sumu peňazí ani do väzenia. Bol som tiež nesmierne žiarlivý. Kvôli mojej zlej povahe som trpel podlomeným zdravím a mnohými zdravotnými ťažkosťami, ako migrény, vysoký krvný tlak, bronchitída a vyskočená platnička v dolnej časti chrbta, ktorá mi tlačila na nervy v nohách. Keď to prepuklo, nedokázal som sa postarať ani sám o seba. Nemohol som sa dokonca ani otočiť v posteli a nevyślovne som trpel.

Istá udalosť ma nakoniec viedla k tomu, že som sa vzdal všetkej nádeje. Niekoľkí chuligáni a zástupcovia okresného policajného oddelenia sa spojili, aby odo mňa vylákali 50 000 yuanov. Dokonca ma na 15 dní zavreli do okresného zadržiacieho centra. Väzenský dozorca bol kvôli tomuto sprisahaniu takisto nahnevaný a vyzval ma, aby som po prepustení podal na políciu žalobu. Odcestoval som, aby som odovzdal žalobu riaditeľovi verejnej bezpečnosti. Riaditeľ mi však povedal: „Aj keď ich odsúdia, svoje peniaze nedostanete späť.“ Nemal som sa kde odvolať, aj keď som bol obvinený neprávom. Od tejto chvíle som zne-

návidel políciu. Hovorí sa: „Desať rokov nie je dlhé čakanie pre človeka, ktorý sa chce pomstiť.“ Rozmýšľal som, že si kúpim zbraň. Chcel som sa pomstiť a zbaviť sa týchto chuligánov v prospech ľudu. To bola jediná myšlienka, ktorá mi vtedy vírila hlavou.

Keď som hľadal zbraň, mal som to šťastie, že som namiesto nej narazil na knihu Majstra Li, Čuan Falun. Prečítal som si ju od začiatku do konca, na jeden dych. Uvedomil som si, prečo žijeme, a ako žiť ako človek. Teórie dnešného ľudstva sú postavené na vlastných záujmoch. Všetci, ktorí sa stratili v tomto labyrinte, zhrešili. „Ak sa budete ku mne správať zle, budem sa k vám správať ešte horšie.“ Ľudia sú ochotní zabíjať pre banálne záležitosti. Konečne som pochopil princíp „dobro bude odplatené dobrom, zlo bude potrestané“ a „človek dostane odplatu za svoje zlé skutky“. Majster Li povedal: *„Mnoho ľudí žije jednoducho preto, aby dokázali svoju cenu a obesia sa, keď je toho príliš.“* (Čuan Falun)

No stojí to za to? Bol som ako balón, z ktorého vypustili všetok vzduch. Môj zločinecký úmysel bol úplne vykorenený a rozptýlený. Bol to Majster Li, kto ma zachránil pred potenciálnou katastrofou v mojom živote. Jej výsledok by bol nepredstaviteľný.

Odkedy praktizujem Falun Dafa, moja výbušná povaha spolu so žiarlivosťou zmizli. Moje bolesti v dolnej časti chrbta a hlavy zázračne zmizli tiež, rovnako ako moje ostatné ťažkosti. Som v dobrom zdravotnom stave. Môj rodinný život je oveľa harmonickejší a úplne pokojný. Zmizli u nás hádky a škriepky. V kultivácii mám ešte pred sebou dlhú cestu. Keď iní zraňujú moje city, nedokážem sa s tým celkom zmieriť. Niekedy sa vo vnútri ešte stále rozčúlim. Majster Li povedal: *„Znášanlivosť je kľúčom k zlepšovaniu charakteru. Vydržať s hnevom, pocitom krivdy alebo slzami je znášanlivosťou svetského človeka, ktorý je pripútaný k svojim starostiam. Vydržať úplne bez hnevu alebo pocitu krivdy je znášanlivosťou praktizujúceho.“* (Základy pre ďalší pokrok)

Musím ešte urobiť oveľa viac, aby som sa zlepšil vo svojej znášanlivosti, pretože ani zďaleka nedosahujem úroveň požiadaviek Majstra Li. No dokážem sa aspoň ovládať, neublížovať iným a nebojovať s nimi.

Vidím na sebe obrovský rozdiel pred a po začiatku kultivácie. Falun Dafa ma zmenil a umožnil mi uvidieť nádej a krásu. Majster Li nás naučil, ako si prostredníctvom kultivácie vybudovať nesebecký, ohľadupl-

ný a spravodlivý postoj. Človek by sa mal vrátiť k svojmu pôvodnému, pravému ja.

Preto praktizujúci Falun Dafa po celej krajine využívajú rôzne prostriedky na objasnenie pravdy o prenasledovaní. Sú ochotní čeliť obrovskému tlaku a riskovať svoje životy aj kariéry, aby vykročili vpred. Mnohí z nich boli bezdôvodne uväznení a mnohí podstúpili kruté mučenie. Statočne to znášajú a riadia sa pritom princípmi „Pravdivosť, Súcit a Znášateľnosť“.

Najlepšie rozhodnutie, aké som v živote spravil: Ohliadnutie sa späť na môj prvý rok praktizovania Falun Dafa

Od praktizujúceho Falun Dafa z Číny

Postupne, ako som dospieval a zažíval som vo svojom živote vzostupy a pády, bolo mi smutno, že som sa narodil do sveta, kde ľudia bojujú aj o ten najmenší vlastný záujem. „Prečo vlastne ľudstvo kleslo tak hlboko a stalo sa takýmto skazeným?“ Pýtal som sa v zúfalstve. „Kde nájdem kúsok čistej zeme?“ Od základnej školy až po vysokú som mal silnú túžbu skúmať tajomstvá života.

V roku 1998 som ukončil štúdium na univerzite a začal som svoju pracovnú kariéru. Nikdy som neprestal hľadať zmysel života. Odpovede som sa snažil nájsť v knihách všetkého druhu: vo filozofii, budhizme, histórii atď. Vždy som vzal do rúk knihu plný nádeje, no nakoniec som ju vždy sklamane odložil.

Nakoniec som prestal hľadať. Svoje srdce som vložil do poézie, literatúry, hudby a zábavy s priateľmi. Hoci som bol zaneprázdnený, mal som zároveň pocit, že som stratený a hlboko v srdci som cítil taký smútok, že som sa niekedy skrýval pred ostatnými.

Zdanlivo náhodou sa potom stalo niečo, čo zmenilo môj život. Bolo to v čase okolo Čínskeho nového roka 2002. Tesne pred začiatkom novoročných osláv som dostal niekoľko e-mailov o Falun Gongu. Tvrdili, že prenasledovanie Falun Gongu je najväčšia nespravodlivosť

v dejinách, a že Čínska ústredná televízia Falun Gong falošne obvinila. Keďže tieto informácie sa veľmi líšili od oficiálnej štátnej propagandy, nepovažoval som ich za vierohodné.

Na čínsky nový rok som sa vrátil do svojho rodného mesta. Počas rozhovoru s otcom, ktorý je policajtom, som sa dozvedel, že praktizujúci Falun Gongu naozaj nie sú takí, ako ich opisujú čínske médiá. Práve naopak, sú to dobrí ľudia, prekvapivo dobrí ľudia. Bol som z toho naozaj prekvapený a zmätený. „Ak sú to teda dobrí ľudia,“ uvažoval som, „prečo potom vláda proti nim šíri také veľké lži a vynakladá na to toľko úsilia?“

Po čínskom novom roku som sa vrátil do práce v meste. Zo zvedavosti som sa snažil na internete získať o Falun Gongu viac informácií. Chcel som navštíviť webstránku Minghui a zistiť, o čom Falun Gong vlastne je. Keď sa mi nepodarilo prelomiť internetovú blokádu, navštívil som mamu môjho kolegu, ktorá praktizuje Falun Gong.

Táto pani mi láskavo povedala o Falun Gongu a opísala aj svoju rodinnú situáciu. Povedala mi o zmenách, ktoré zažila od roku 1996, kedy začala praktizovať. Dozvedel som sa, že celá jej rodina žila v harmónii až do roku 1999, keď začal byť Falun Gong očierňovaný a prenasledovaný Jiang Zeminom a Čínskou komunistickou stranou. Počúvať jej príbeh bolo ako prebudenie sa zo sna. Bol som šokovaný tým, čo sa v Číne stalo.

Keď som sa vrátil domov, pozrel som si video, ktoré mi dala. Bol tam príbeh staršieho farmára, ktorý šiel na Námestie nebeského pokoja z provincie Shanxi, aby ľuďom povedal, že Falun Dafa je dobrý. Na svojej ceste žil a táboril pod holým nebom a opotreboval deväť párov topánok. Video ukázalo, ako vláda nespravodlivo onálepkovala apel, ktorý sa uskutočnil 25. apríla 1999. Skutočnosť však bola taká, že okolo desaťtisíc praktizujúcich Falun Gongu pokojne apelovalo na vládu. Ide tu pritom o vládu, ktorá má povesť brutality. Napriek tomu bolo tak mnoho ľudí, ktorí vedeli, že im hrozí smrť, ochotných nebrať ohľad na vlastný život a apelovať v mene Falun Gongu. Vyzerali veľmi pokojne, mierumilovne a sústredene.

Bola tu teda skupina normálnych občanov, ktorí boli ochotní obeť tak veľa: nie pre slávu, nie pre vlastné záujmy, ale len preto, aby

všetkým objasnili pravdu. Toto ich neobyčajné hrdinstvo ma hlboko dojalo. Keď som videl, že ľudia na Námestí nebeského pokoja stále držali transparenty so slovami „Pravdivosť – Súcit – Znášateľnosť“, aj keď ich polícia bila, nemohol som zastaviť slzy. Títo ľudia svojimi mimoriadnymi činmi preukázali neuveriteľnú nesebeckosť a obrovskú cnosť! Svoje životy očividne používali na ochranu láskavosti a spravodlivosti a na volanie po svedomí ľudí. Vďaka transparentom so slovami „Pravdivosť – Súcit – Znášateľnosť“, ktoré držali nad hlavami, som v okamihu pochopil všetko, čo robili. V tej chvíli som urobil najlepšie rozhodnutie vo svojom živote. Rozhodnutie, ktoré nikdy nebudem ľutovať: „Chcem byť jedným z nich.“

V ten deň, 3. marca 2002, som svojim priateľom povedal: „Chcem byť praktizujúcim Falun Gongu.“ Keď som videl ich udivené pohľady, úprimne som im vysvetlil: „Praktizujúci Falun Gongu boli neprávom obvinení. Sú to dobrí ľudia a sú prenasledovaní! Chystám sa povedať pravdu o prenasledovaní všetkým, ktorých poznám!“ V atmosfére násilia a zastrašovania v Číne a z obavy o moju bezpečnosť priatelia okamžite zavolali môjmu otcovi a oznámili mu túto šokujúcu správu. Otec sa hneď na druhý deň ponáhlal za mnou.

Dlho ma poučoval a cez telefón som počul plakať aj svoju mamu. Moje „impulzívne“ rozhodnutie ich hlboko ranilo. Môj otec vedel, že Falun Gong je dobrý. V jeho očiach som však bol ako nočný motýľ, ktorý letí do plameňa; moja matka zas nechápala pravdu a verila, že človek by mal ísť v každej situácii s prúdom. Naliehali na mňa, aby som sa vzdal svojej voľby. Môj otec sa dokonca vyhrážal, že preruší náš otcovsko-synovský vzťah.

Pretože som sa rozhodol kultivovať vo Falun Gongu, hrozilo, že moja rodina sa rozdelí alebo že prídem o prácu, a kedykoľvek ma mohli uväzniť a prenasledovať. Zrazu som čelil tlaku, ktorý som nikdy predtým nezažil. Začal som na vlastnej koži zažívať nepredstaviteľné ťažkosti, ktoré sa skrývali za každým krokom a každým rozhodnutím praktizujúcich Falun Gongu. V mysli sa mi vynorila scéna z Námestia nebeského pokoja, kde praktizujúci držali vysoko zdvihnuté transparenty. Hlboko v mojej duši som vedel: „Kvôli spravodlivosti a súcitu sa nikdy nevzdám!“ Nakoniec som otcovi povedal: „Otec, neľutujem

svoje rozhodnutie. Aj keby ma mali zavrieť do väzenia a ubiť na smrť, nebudem to ľutovať.“ S vedomím, že nemôže zmeniť moje rozhodnutie, otec o tri dni neskôr odišiel s pocitom sklamaní a obáv.

Začal som študovať knihy Majstra Li. Od Základov pre ďalší pokrok, prednášky Učiteľ vedie loď, až po Čuan Falun. Hoci moje pochopenie nebolo hlboké, v duši som bol znova a znova hlboko zasiahnutý. Nesmierne princípy Fa ma dojímali a presviedčali. Moja túžba kultivovať sa bola čoraz pevnejšia. Všetky moje pochybnosti o ľudskej spoločnosti a o živote zmizli. Už som nepocitoval sebalútosť zo života vo svete plnom zla a klamstva. Už som sa necítil stratený pre chýbajúci cieľ a smer svojho života. Už som necítil smútok za všetky tie vnímajúce bytosti, ktoré nedokázali utiecť utrpeniu z toho, že majú pocity ako odpor a nenávisť. Naopak, cítil som šťastie, že žijem v čase, keď sa Falun Dafa šíri po celom svete. Cítil som sa veľmi hrdý na to, že som si vybral cestu kultivácie, pretože je to cesta, po ktorej sa môžem vrátiť k svojmu pravému ja. Cítil som radosť a povzbudenie z nekonečnej milosti a súcitu, ktoré zavítali do ľudského sveta.

Začal som sa učiť cvičenia a prešiel som z pozície polovičného lotosu do úplného lotosového sedu. Vydržal som únavu počas meditácie v stoji aj nepohodlie pri meditácii v sede. Stále viac som sa presviedčal, že Falun Dafa skutočne zodpovedá svojmu názvu a povesti. Vzrástla aj moja dôvera v praktizovanie.

Keď sa obzriem späť za uplynulým rokom, z nepriateľského postoja voči Dafa som sa stal praktizujúcim Dafa. Som vďačný neznámemu praktizujúcemu, ktorý mi poslal e-mail, svojmu otcovi a mame môjho kolegu. Nebyť ich, stále by som sa túlal na ceste nikam. Od osobnej kultivácie až po potvrdzovanie Dafa, som vďačný za všetku pomoc a povzbudenie od mojich spolupraktizujúcich. Som vďačný aj za učenie a početné príležitosti na osvietenie, ktoré mi dáva Majster Li. Len vďaka všetkej tejto pomoci a podpore sa môžem krok za krokom zlepšovať.

Väčšina mojich priateľov si myslí, že toto moje rozhodnutie je dosť hlúpe, dokonca ma ľutujú. Chápe ich zmätok, keďže sú ľuďmi, ktorí nezažili kultiváciu na vlastnej koži. Keď je však srdce človeka naplnené záujmom o druhých, láskavosťou a spravodlivosťou; keď je srdce človeka naplnené pravdou vesmíru, potom sa osobný zisk stáva nepodstat-

ným. Nič nedokáže oslabiť kultivujúceho pevnú vieru v univerzálne princípy a v pravdu.

Dafa rýchlo mení ľudské srdcia

Od praktizujúcej Falun Dafa z Číny

Keď som začala pracovať v novej firme, hneď na začiatku za mnou prišla kolegyňa, aby mi povedala o svojich sťažnostiach. Robila to takmer každý deň. Najskôr mi to pripadalo trochu nepríjemné, ale uvedomila som si, že keďže kultivujem Pravdivosť, Súcit a Znášanlivosť, mala by som prejavovať súcit. Preto som si vždy trpezlivo vypočula jej sťažnosti a potom som jej povedala o princípoch Falun Dafa, ktoré sa vzťahovali na jej prípad. Povedala mi, že Falun Gong jej naozaj dáva zmysel, že vyriešil rôzne jej otázky a umožnil jej vidieť veci jasnejšie. Povzbudzovala som ju, aby začala praktizovať, no vždy mi povedala, že je príliš zaneprázdnená.

Raz sa kolegyňa vyjadrila trochu neopatrne a urazila tým ďalšiu zamestnankyňu. Tá nahlásila problém šéfovi a celá vec sa tak ešte skomplikovala. Spomenula som jej znova Čuan Falun a použila som z neho príklady, aby som ju usmernila. V ten istý večer jej zavolała urazená kolegyňa a cez telefón na ňu nakričala. Moja známa si však v tom momente spomenula na princípy Dafa a na to, že záležitosti individuálneho zisku a medziludských konfliktov je treba brať zľahka. A tak sa kolegyňi ospravedlnila. Postoj volajúcej sa okamžite zmenil a aj ona priznala, že to bolo aj jej chybou. Na druhý deň mi kolegyňa tento príbeh vyrozprávala a dodala, že chce tiež praktizovať Dafa.

Nečakala som, že potom, čo sa poznáme len niekoľko mesiacov, bude tak ovplyvnená Dafa a zvýši si svoj charakter. Odvtedy sa stala omnoho uvoľnenejšou a otvorenejšou. Zmeny na nej si všimli aj ďalší naši kolegovia a povedali, že Falun Dafa je naozaj úžasný. Vraveli, že

je to skutočne dobrá kultivačná prax, ktorá prospieva ľuďom na tele aj mysli. Vedela som, že je to všetko sila Dafa, ktorý dokáže tak rýchlo zmeniť srdcia ľudí.

Čítanie knihy Čuan Falun znovu spojilo našu rodinu

Od mladej praktizujúcej Falun Dafa v Číne

Čuan Falun zmenil môj rodinný život. Predtým, ako som začala praktizovať Falun Dafa, sa naša rodina neustále hádala. Odkedy študujem Čuan Falun, moje rodinné vzťahy sa zlepšili. Po prvom prečítaní Čuan Falunu som ho začala študovať pravidelne. Tiež som začala robiť cvičenia a kultivovať sa vo svojom každodennom živote. Na svoje prekvapenie som zistila, že sa mením. Prestala som súperiť s ostatnými a začala som premýšľať z pohľadu iných ľudí. Ak bolo niečo, čo ostatní nechceli robiť, ale malo to byť hotové, prevzala som iniciatívu a urobila som to. V tej dobe mal môj otec mimomanželský pomer. Bol zlý a hádal sa s mojou mamou. Jeho srdce nebolo v našom dome. Keďže som vedela, aká dobrá kniha je Čuan Falun, predstavila som ju svojej mame. Potom sa stal zázrak. Keď si mama prečítala túto knihu, moji rodičia, ktorí boli v tom čase už rozvedení, začali spolu postupne vychádzať. Šli spolu pracovať na juh. Teraz žijú opäť ako šťastný pár. Mama povedala, že len čo sa ich podnikanie stabilizuje, pripojím sa k nim aj ja!

Naša rodina bola zahalená v temnote. Vďaka čítaniu knihy Čuan Falun sme prešli procesom transformácie. Teraz sa teším z lásky svojich rodičov. Naša rodina je teraz pokojná a harmonická. Cítim sa veľmi šťastná a pozhnaná!

Žijem nový život

Od praktizujúceho Falun Dafa z USA

Rád by som sa s vami podelil o hlboké zmeny, ktoré som v živote zažil, odkedy som pred vyše rokom začal praktizovať Falun Dafa. Tie rozdiely sú ako deň a noc. Aby ste tieto zmeny mohli rozoznať, musím sa s vami podeliť aj o niečo málo z môjho predošlého života – od detstva až po bod, kedy som začal praktizovať.

Keď som mal len štyri roky, moji rodičia sa rozviedli. S mladším bratom a mamou sme sa veľa sťahovali, chodili sme do rôznych škôl a väčšinu času som trávil so staršími deťmi, ktoré ma zoznámili s mnohými negatívnymi vecami. Od útleho veku boli hnacou silou môjho života drogy a sex. Tieto veci určovali všetko v mojom živote, diktovali moje myšlienky a činy. Nakoniec som v pätnástich rokoch odišiel zo školy, pretože ma táto démonická povaha pohltila. V jadre som bol dobrosrdečný, no môj životný štýl s drogami a ženami neubližoval iba mne, ovplyvňoval aj iných, najmä ženy.

Ako zázrakom som si aj napriek svojim temným stavom vždy dokázal udržať slušne platenú prácu. Tiež som sa dokázal oženiť vo veku 19 rokov a udržať manželstvo až doteraz, čo je o 24 rokov neskôr. Počas tohto obdobia som vychoval dve zdravé dcéry, ktorým sa obom darí v škole. Vďaka vrodenej добрote som dokázal svojim deťom vstúpiť zmysel pre morálku a poskytnúť im stabilné prostredie. Po celý ten čas som si však na podporu svojej zlej stránky udržiaval aj druhú prácu, ktorá bola výlučne na moje závislosti. Nech ma však pohlcovali akokoľvek, nedokázali zničiť moju dobrú vnútornú povahu a túžbu kultivovať sa.

Jedného dňa mi mama povedala o čchi-kungovej praxi Falun Gong. V minulosti sa ma už snažila oboznámiť s mnohými vecami, aby som sa dokázal zbaviť svojich zlovykov, ale toto bolo v niečom iné. Vo chvíli, keď mi povedala o Falun Gongu, som pocítil jemnú, ale silnú vnútornú iskrú. Nechcel som, aby mi niečo vnucovala, a tak som si tento pocit nechal pre seba. Napriek tomu mi hneď na druhý deň priniesla video s cvičeniami Majstra Li a ukázala mi niekoľko cvičení. Niečo mi do seba zapadlo a zažiarilo ako zlato, opäť som si to však nechal pre seba.

Zavolať som mame a spýtal som sa jej na miesto, kde sa praktizuje Falun Gong v mojom okolí. Povedal som jej, že sa chcem zúčastniť cvičenia. Ukázala mi čas aj miesto a ja som plánoval ísť, ale cestou tam som zabľúdil a nakoniec som hodinu meškal. Cvičenie sa však z nejakých dôvodov nezačalo načas. Aj oni meškali hodinu. Veľmi ma to potešilo a ospravedlnil som sa za meškanie. Keď sme v ten deň cvičili, cítil som veľmi silné energetické pole v celom tele. Bol som ohromený. Z miesta cvičenia som si domov odniesol videokazetu s cvičeniami a knihu Falun Gong. Na druhý deň som sa naučil cvičenia a začal som čítať knihu. Cvičil som a študoval som každý deň, až do ďalšieho skupinového cvičenia, ktoré sa konalo o týždeň neskôr.

V ten týždeň sa moje myšlienky stávali čoraz jasnejšími, až sa stala zázračná vec. V tom čase som nemal žiadne myšlienky ani prania, aby Falun Gong odstránil moje závislosti. V skutočnosti som sa v tom období svojho života ani nesnažil skončiť s drogami, alkoholom a sukničkárstvom. Už predtým som sa viackrát pokúšal zbaviť týchto zlých návykov, no viackrát som skončil v nemocnici kvôli zdrvivujúcim abstinenciým príznakom a fyzickému vyradeniu. Ale v ten týždeň, keď som praktizoval a študoval Fa, som si uvedomil, že chcem mať v mysli jasno. Uvedomil som si, že chcem praktizovať a študovať, a že mi tieto negatívne veci stoja v ceste. V ten týždeň som už robil čoraz menej negatívnych vecí, až kým som ráno na ďalšom skupinovom cvičení neprišiel k poznaniu, že tie veci vôbec nechcem robiť. Viac ako čokoľvek iné som chcel ísť na ďalšiu hodinu čistý. Vyhodil som drogy a alkohol a od toho dňa som sa k nim už nikdy nevrátil. Ešte zázračnejšie je, že som sa odvtedy nestretol s túžbou vrátiť sa k tomuto spôsobu života. Môj život

sa úplne zmenil, tak rýchlo a úplne prirodzene. Moja rodina a priatelia boli úplne ohromení. Veľmi vám ďakujem, Majster Li.

Za niečo vyše rok sa vo mne udialo mnoho hlbokých zmien. Mám nové chápanie života – jeho zmyslom je, aby som sa vrátil k svojmu pôvodnému, pravému ja a vystúpil zo svojho predchádzajúceho života v ilúzii. Mojimi jedinými túžbami sú teraz byť Pravdivý, Súcitný a vždy Znášať. Nikdy nestrácam rozvahu a beriem ohľad na druhých. Teraz, keď som našiel Dafa, sa moja žena a dcéry vždy usmievajú, rovnako ako zvyšok mojej rodiny a priatelia.

Môj život je omnoho lepší, keď v srdci praktizujem Pravdivosť, Súcit a Znásanlivosť

Od praktizujúcej Falun Dafa z Ekvádoru, žijúcej v USA

Momentálne žijem v Severnej Karolíne, no pochádzam z Ekvádoru v Južnej Amerike.

Asi 24 rokov som praktizovala rôzne spôsoby kultivácie, aby som zlepšila svoj duchovný život. Vždy som sa snažila zlepšiť si zdravie fyzicky, mentálne aj duševne. No bez ohľadu na to, ako som sa snažila zlepšiť kvalitu svojho života, mala som počas tých rokov vždy veľa trápení, problémov, nešťastí a utrpenia.

Našťastie som jedného rána v septembri 1998 pri prechádzke okolo jazera uvidela mladého muža, ktorý robil meditačné cvičenie. Cítila som, že by som chcela praktizovať tento druh meditácie spolu s ním. Niečo silnejšie ako ja ma tlačilo, aby som sa s ním porozprávala, ale nemohla som, pretože som cítila úctu k tomu, čo robí a nechcela som ho rušiť. Na druhý deň sa zopakovalo to isté. Na tretí deň som už nedokázala potlačiť svoju zvedavosť a rozhodla som sa prerušiť jeho cvičenie. Predstavila som sa mu a po krátkom priateľskom rozhovore som sa ho spýtala, či existujú knihy s opisom týchto cvičení. Onedlho som od neho dostala sadu kníh: Falun Gong, Čuan Falun a nahrávku s návodom na cvičenie. Od toho dňa sa vďaka úžasnému kultivačnému učeniu Majstra Li a princípom Pravdivosti, Súcit a Znásanlivosti môj život veľmi zmenil, ako z hľadiska fyzického tela, tak aj mysle a duchovnej stránky.

Teraz sa snažím byť chápavým človekom a keď sa so mnou v živote zle zaobchádza, reagujem s láskavosťou. Keď sa stretávam s konfliktami, uvedomujem si, že je to príležitosť zvýšiť svoju znášanlivosť a praktizovať to, čo som sa naučila z Falun Dafa.

Napríklad pred niekoľkými týždňami som sa vracala domov zo skupinového cvičenia v parku. Išla som po ceste, kde sa dva jazdné pruhy spájali do jedného a ja som mala prednosť v jazde. Zrazu ma vytlačilo auto z druhého pruhu. Keďže som šla povolenou rýchlosťou, nemala som problém svoje auto ovládať. O to isté sa pokúsil aj ďalší človek, no na nešťastie sa mu to nepodarilo a moje auto zasiahol na pravej zadnej strane. Spomalila som a šla som zastaviť. Ten človek bol taký rozrušený, že úmyselne znovu narazil do zadnej časti môjho auta.

Obaja sme vystúpili z áut. Keď som sa k nemu priblížila, urážal ma množstvom nadávok ako typický agresor. V tej chvíli som začala prežívať reakciu, akú som mávala v podobných situáciách pred rokmi. Tentoraz som ale myslela na učenie Majstra Li o znášanlivosti. Preto som tomu človeku láskavým hlasom odpovedala: „Nechápem, prečo ste taký rozrušený. To moje auto bolo poškodené, nie vaše.“ Nezostávalo mu nič iné, len sa upokojiť. Keď som si vzala papier, aby som si zapísala jeho meno a vodičský preukaz, zrazu odišiel tak rýchlo, že som ani nevidela jeho poznávaciu značku.

Bola som vďačná, že vďaka tomu, že som sa od Majstra Li naučila znášanlivosti, som sa správala inak ako predtým. Nestratila som nič, okrem niekoľkých minút a zopár škrabancov na aute. Zároveň som však získala pokoj v duši. Teraz viem, že je skutočne možné odpúšťať tým, ktorí sa nám snažia robiť zlé veci a mať ich rád. Na vlastnej koži som zažila, ako sa môj život zlepšil, odkedy v srdci praktizujem Pravdivosť, Súcit a Znášanlivosť.

Vždy som dúfala, že sa mi podarí dosiahnuť niečo dobré pre moju dušu, no moje zlepšovanie bolo veľmi pomalé. Počas prvého mesiaca praktizovania Falun Dafa sa ale môj charakter zlepšil oveľa rýchlejšie, než za predchádzajúcich 24 rokov v iných duchovných praktikách. Mám teraz väčšiu kontrolu nad svojimi myšlienkami a vďaka cvičeniam dokážem odmietať negatívne myšlienky, ktoré mi vstupujú do mysle. Predtým to bolo takmer nemožné.

Zvyšovanie znášateľnosti, v spojení s pravdivosťou a súcitom, je veľkým požehnaním, ktoré osviežuje môj život. To mi umožňuje podeliť sa o pokoj, ktorý chce vo svojom vnútri cítiť každý. Vďaka uvedeným zmenám som dnes pokojným, harmonickým, zdravým a šťastným človekom, s oveľa väčšou nežnosťou, zhovievavosťou, láskou, úctou, toleranciou, pochopením a odpustením nielen voči členom svojej rodiny, ale aj voči celému ľudstvu.

V krátkosti si myslím, že Falun Dafa je skvelý. Z celého srdca dúfam, že každý človek na svete dostane príležitosť dozvedieť sa o Falun Dafa.

Objavil som Falun Dafa a zanechal som život zločínca

Od praktizujúceho Falun Dafa z Číny

Ak by som nebol objavil Falun Dafa Majstra Li, nebol by som už na tomto svete. Bol som stratený a zaplietol som sa do zločinu. Hnal som sa za peniazmi a materiálnymi pôžitkami. Odvážil som sa urobiť akúkoľvek zlú vec, až som nakoniec upadol do pekla drogovej závislosti. Snažil som sa s tým prestať, no bez túžby po добрote, ktorá by pochádzala z môjho srdca, bola pre mňa abstinencia nemožná. Všetky svoje úspory som minul na drogy. Aby som získal peniaze na ďalšie drogy, zúčastňoval som sa mafiánskych praktík a sám som bol zbitý. Mal som zlomenú pravú ruku a pri páde som si zlomil obe nohy. Manželka ma opustila a v mojom dome nezostalo už vôbec nič. Bol som vychudnutý, no aj napriek tomu ma závislosti stále držali v pasci. Mal som pocit, že som dospel ku koncu svojho života a pripravoval som sa na odchod z tohto sveta spáchaním samovraždy.

Predtým som sa ešte chcel rozlúčiť so svojím jediným priateľom. V tej dobe praktizoval Falun Dafa a odporučil mi ho. Otvoril som Čuan Falun a prečítal som si predslov a prvú lekciu. Okamžite som vedel, že Čuan Falun nie je obyčajná kniha. Dychtivo som si ju prečítal a úplne som zabudol na svoje samovražedné myšlienky.

Rozhodol som sa kultivovať sa a urobil som prvý krok na ceste, aby som začal svoj život odznova. Vďaka štúdiu Fa som pochopil, že skutočným zmyslom života je návrat k svojmu pôvodnému, pravému ja prostredníctvom kultivácie a prispôsobenie sa povahe vesmíru, Zhen

(Pravdivosť), Shan (Súcit), Ren (Znášanlivosť). Prostredníctvom kultivačnej praxe som sa zbavil všetkých svojich závislostí.

Prvou vecou bola abstinencia od drog. Odborníci na závislosti boli ohromení, že som na druhý deň po prečítaní Čuan Faluna prestal brať drogy bez toho, aby som musel užívať lieky. Obmedzoval som sa podľa vesmírnej povahy Pravdivosť-Súcit-Znášanlivosť, pevne som praktizoval Falun Dafa a už nikdy som sa k drogám nevrátil. Niektorí moji bývalí známi narkomani prišli ku mne a chceli brať drogy, no nedokázali už vo mne oživiť moju starú túžbu. Dokonca som im poradil, aby tiež prestali. Už nikdy ma neobťažovali. Úplne som sa zbavil svojho predošlého života.

Mám teraz normálne povolanie, naplnený život a zdravie. Som tiež plný energie. Majster Li a Falun Gong ma zachránili a poskytli mi jasnú životnú cestu.

Praktizovanie Falun Dafa v Taiwanskej armáde

Od praktizujúceho Falun Dafa na Taiwane

Praktizujúcim Falun Dafa som sa stal v máji 2003. Aj keď som vedel, že Falun Dafa je veľmi dobrý, z rôznych dôvodov som sa nezúčastnil ani na 9-dňových seminároch, ani na miestnom cvičení. V istom okamihu som sa však rozhodol študovať Dafa vážne, hoci som bol práve v tej dobe zároveň veľmi zaneprázdnený písaním diplomovej práce. Každý deň som v určitom čase študoval Fa a ďalšie prednášky Majstra Li. Postupne som získal lepšie pochopenie Fa a jeho hĺbky.

O šesť mesiacov neskôr som získal titul, no musel som podstúpiť ďalšiu skúšku – vstup do armády. Podľa taiwanského zákona musia všetci dospelí mladí muži, pokiaľ nemajú špecifické fyzické alebo psychické problémy, absolvovať službu v armáde. Každodenný život vo výcvikovom stredisku bol pre nováčikov naplnený intenzívnym drilom. Cvičenia Falun Gongu mi neboli povolené. Väčšinu času sme sa dokonca nesmeli medzi sebou ani rozprávať. Povedal som si, že ak nebudem môcť robiť cvičenia, sústredím sa na kultivovanie svojho charakteru. V armáde bolo potrebné veľa vydržať. V kritických chvíľach som si vždy spomenul na slová Majstra Li, že sme kultivujúci. Mali by sme byť láskaví k ostatným ľuďom a zároveň si držať vysoký štandard. Každý deň som si pred spaním pol hodiny čítal Čuan Falun, alebo som sa rozprával so spolužiakmi o Falun Gongu. Tým, ktorí dokázali prijať to, čo som im povedal, a prejavili záujem o Falun Gong, som požičal alebo dal Čuan Falun.

Po dvoch mesiacoch prípravného výcviku a troch mesiacoch špeciálneho výcviku som bol vymenovaný za kapitána jednotky pobrežných hliadok. Mojou povinnosťou bolo veliť jednotke a starať sa o vojakov. Keďže v mojej jednotke nebol zástupca kapitána, musel som prevziať aj túto funkciu. Okrem toho som bol vymenovaný do stravovacej komisie. Zároveň som bol jediným služobným dôstojníkom v jednotke a každý deň som mal veľa práce. Hoci som ako kapitán mal vlastnú malú miestnosť, málokedy som mal viac ako desať minút súkromia, kým niekto zaklopal na dvere a povedal: „Kapitán, hľadá vás ten a ten.“ Väčšina môjho času sa tak minula. Ale držal som sa len jedného bodu: kultivovania svojho charakteru.

Stále som si pripomínal, že Majster Li chce, aby som bol dobrým človekom v každom ohľade, a tak som denne pracoval s vojakmi. Vždy, keď som mal čas, rozprával som sa s dôstojníkmi i vojakmi a snažil som sa zistiť niečo o ich rodinnej situácii, o tom, či sa v armáde cítia dobre alebo či majú nejaké ťažkosti. Snažil som sa tiež im čo najviac pomôcť vyriešiť ich problémy. Zároveň som využil príležitosť predstaviť im Falun Dafa a povedať im o prenasledovaní Falun Dafa Čínskou komunistickou stranou.

Keďže vojaci boli veľmi mladí – mali niečo cez 20 rokov, alebo to boli ešte len tínedžeri – bolo pre nich ľahké pochopiť, keď som hovoril o prenasledovaní a porušovaní ľudských práv. Avšak nebolo ľahké predstaviť im Dafa. Mnohí si mysleli, že Budha a bohovia sú niečo abstraktné, čo existuje iba v legendách.

Knihu Čuan Falun som dal iba niekoľkým vojakom, ktorí mali skutočný záujem a boli vnímaví k Dafa, takže mali možnosť sami pochopiť jeho hĺbku. Čo sa týka ostatných, rozhodol som sa povedať im o zázračných zdravotných účinkoch Falun Gongu. Radi tieto príbehy počúvali. Vždy keď som im hovoril o svojich vlastných skúsenostiach, tvárili sa prekvapene, ale prijímali to. Niektorí sa začali pýtať na Falun Gong. Snažil som sa im čo najlepšie vysvetliť, čo sa píše v Čuan Falune. Niektorí začali Falun Gong predstavovať svojim rodinám. Keď bol niektorý vojak v depresii alebo sa cítil ukrivdený a rozrušený, našiel som si čas, aby som mu ponúkol útechu a pomohol mu vyriešiť situáciu. V

závislosti od príležitosti som mu hovoril o princípoch Falun Dafa, aby chápal, že všetko má svoj dôvod.

Som vďačný, že môžem šíriť Dafa v armáde. Uvedomujem si, že ako praktizujúci Dafa každé naše slovo ovplyvní ľudí v spoločnosti a ich názory o Dafa a praktizujúcich Dafa. Kultivovanie charakteru za každých okolností, láskavé správanie sa ku každému v našom živote a sledovanie našich slov, myšlienok a činov, je najlepším spôsobom objasňovania pravdy a potvrdzovania Fa. Je to prirodzené a pokojné a siaha to hlboko do srdca. Je to tiež spôsob, ako šíriť veľkú láskavosť, ktorú nám odovzdal Majster Li.

Dva mesiace pred odchodom z armády som bol vymenovaný za poradného dôstojníka a nemusel som sa už každý deň starať o toľko rutinných záležitostí. Mal som tiež viac času. Ak sa nič mimoriadne nedialo, počas obedňajšej prestávky som robil štyri cvičenia v stojí a pred spaním meditáciu. Môj nadriadený dal príkaz presťahovať poradenskú kanceláriu do väčšej miestnosti a požiadal ma, aby som si ju sám zariadil. Keď som videl, že hneď za stolom je prázdna stena a farba na stene sa odlúpila, išiel som cez prázdniny do kníhkupectva Yiqun v Taipei a kúpil som si veľký plagát s nápisom Falun Dafa je dobrý. Umiestnil som ho na stenu, kde sa odlúpila farba. Ľudia, ktorí prišli do miestnosti, sa predtým, ako ma oslovili, pozerali na plagát a nahlas čítali: „Falun Dafa je dobrý“. Potom sa ma pýtali: „Čo je vlastne Falun Dafa?“ Využil som tieto príležitosti, aby som im objasnil pravdu. Takmer všetci v mojom oddiele sa vďaka tomu dozvedeli o Dafa a vedeli, že Falun Dafa je dobrý.

Jedného decembrového večera prišiel asi okolo desiatej za mnou vojak, ktorý sa chystal odísť z armády. Povedal mi: „Kapitán, často som vás počul spomínať Falun Gong, ale nemal som čas sa vás na to spýtať. Čo je to vlastne Falun Gong? Je naozaj taký zázračný? Ako sa líši od budhizmu?“ Dal som mu stručné vysvetlenie a podal som mu knihu Čuan Falun. Bol veľmi šťastný a povedal: „Hneď si ju prečítam.“

O 12:30 niekto bez zaklopania vbehol do mojej izby. Bol to on. Vyzeral trochu šokovane. Vošiel dnu, hodil sa do kresla a povedal: „Kapitán, nikdy som sa nestretol s niečím takým veľkolepým.“

Na druhý deň dočítal celú knihu. Hoci sme sa obaja chystali odísť z armády, využili sme čas počas poludňajšej prestávky na cvičenia. Ne-

skôr sa k nám pridal aj zdravotnícky dôstojník a cvičievali sme spolu, až kým sme v januári toho roku neodišli z armády.

Falun Dafa úplne zmenil môj život

Od západného praktizujúceho zo Severnej Ameriky

Keď som bol malý, často som uvažoval o zmysle života. Vždy som sa snažil priblížiť k prírode, aby som lepšie pochopil usporiadanie vecí vo vesmíre. Vedel som, tak ako asi každý, že v živote existuje niečo viac než len to, čo sa mi predkladá. Možno to bola iba detská egocentrickosť, možno nie, vždy som však cítil, že osud má pre mňa pripravené veľké veci.

Keď som trochu dospel a lepšie som spoznal fungovanie tejto spoločnosti, bol som čoraz pesimistickejší a bál som sa, že nikdy neobjavím pravý zmysel svojho života. Táto perspektíva ma prenasledovala deň čo deň a nakoniec vo mne vyvolávala takú úzkosť, že sa mi dokonca ťažko dýchalo. V jedenástich rokoch som veľmi zatrpkol voči svetu a zdanlivej nezmyselnosti života a moje zdravie sa začalo zhoršovať. V trinástich rokoch som začal nadmerne piť a brať a predávať drogy. Môj životný štýl ma priviedol k mnohým pokriveným predstavám; plne som sa hlásil ku komunistickým teóriám a dokonca som čítal komunistickú literatúru. Tvrdo som sa staval aj proti tradičnej morálke, najmä voči poctivým náboženstvám, a nakoniec som úplne prestal veriť v dobro a zlo.

Krátko po dovŕšení 14-tich rokov ma vyhodili z domu. V tom čase som začal mať problémy s pankreasom z nadmerného pitia. Nedokázal som prežiť deň bez alkoholu a bol som takmer úplne nefunkčný človek. Moja myseľ sa stala takou zložitou a plnou chaotických predstáv, že som nedokázal vydržať celý deň v škole, alebo zostať počas vyučovania hore. Aj tie najjednoduchšie úlohy sa pre mňa stali takmer nemožnými.

Vedel som, že musím zmeniť smerovanie svojho života. Začal som sa viac venovať duchovným veciam. Hoci som mal nesmierne zahmlenú myseľ, pochopil som, že musím nájsť spôsob, ako dosiahnuť vnútornú slobodu, opustiť svoje predstavy a začať žiť v harmónii s vesmírom. Problém bol, že som nemal ani predstavu, ako sa k tomuto cieľu dopracovať. Počas svojho života som sa stretol s mnohými teóriami new age a náboženskými filozofiami, žiadna z nich mi však nepripadala veľmi hlboká ani pravdivá.

Aj keď som si začal dávať život do poriadku, stále som žil s takmer neustálou obavou, že nikdy neobjavím zmysel svojho života. Stále ma trápili zdravotné problémy, vrátane niektorých pretrvávajúcich následkov užívania drog. Moje vzťahy s rodinou boli dosť zlé (s otcom som sa roky takmer nerozprával) a robil som nespočetné množstvo degenerovaných vecí. Na niektoré z nich je dokonca bolestné aj spomínať.

V tom čase, keď som mal 15 rokov, ma jeden priateľ zoznámil s Falun Gongom.

Stále si živo pamätám na prvý večer, ako som začal čítať Čuan Falun. Mal som vtedy veľmi zlú náladu a cítil som sa aj dosť nahnevane a závistlivo. Keďže som nemal nič iné na práci, vzal som do ruky Čuan Falun a prečítal som si prvú lekcii. Popisované princípy ma hlboko zasiahli. Hoci veľká časť slovnej zásoby bola nad moje sily, v knihe bolo niečo, čo mi pripadalo známe a upokojujúce. Keď som ju dočítal, mal som pozoruhodný pocit, ktorý som nikdy predtým nezažil. Bol to pocit skutočného pokoja, spokojnosti z hĺbky môjho srdca. Závisť a zatrpknutosť, ktoré ma ešte pred niekoľkými hodinami pohlcovali, zmizli. V tú noc som išiel spať s úsmevom a zaspal som najlepšie v živote. Časť zo mňa pochopila, že sa už nemusím báť, že nikdy nenájdem zmysel života. Mal som pocit, že moje dlhé čakanie sa konečne skončilo. Konečne som sa vrátil domov.

Keď som sa konečne rozhodol venovať sa ceste kultivácie v Dafa, začal som prežívať mnohé z vecí opísané v Čuan Falune. Všetky moje zdravotné problémy zmizli vo veľmi krátkom čase. Približne do týždňa po tom, ako som sa rozhodol stať sa učeníkom Dafa a naučil som sa cvičenia, som sa stal účastníkom autonehody. Do dverí auta, v ktorom som sedel, narazilo iné auto. Rozdrvilo dvere a rozbilo sklo. V tej chvíli

som sa nebál, ani som nebol zranený. Odkedy som začal praktizovať Dafa, mi priatelia často hovorili, že vyzerám oveľa mladšie a že moja tvár vyzerá oveľa žiarivejšie.

Konečne sa napravili aj moje vzťahy s rodinou. Najmä vo vzťahu s otcom nastal zlom, keď som mu prvýkrát povedal o Falun Gongu. Hoci je to človek bez duchovného či náboženského presvedčenia, mal k Falun Gongu nevysvetliteľnú a okamžitú náklonnosť. Keď videl dramatické zmeny v mojej povahe, začal Dafa veľmi podporovať. Dokonca ma podporoval v mojej práci pre Dafa (finančne) a niekedy mi pomáhal platiť cesty na konferencie. Aj moja mama si Falun Gong okamžite obľúbila a obaja často hovoria svojim priateľom o prenasledovaní v Číne.

Nasledujúci rok som ukončil strednú školu o rok skôr, ako najlepší v triede. V priebehu niečo vyše dvoch rokov nastali v mojom živote obrovské zmeny. Od toho, že som takmer prestal chodiť do školy, že som bol vzdialený a chladný voči svojej rodine, že som takmer každý deň pil a oddával sa nespočetným zdegenerovaným činnostiam, a že som bol egocentrický a závistlivý, som sa stal praktizujúcim Dafa, ktorého celá bytosť bola obnovená z tej najhlbšej podstaty.

Premena ťažkostí na príležitosti kultivovať Pravdivosť, Súcit a Znášanlivosť

Od západnej praktizujúcej Falun Dafa

Podobne ako mnohí ľudia zo Západu, aj ja sa dlhodobo zaujímam o východné filozofie a holistické prístupy, vrátane akupunktúry, čínskej bylinnej medicíny, Tai-či, čchi-kungu a prepojenia mysle a tela. Túžila som pochopiť zmysel života, žiť v harmónii s prírodou a mať dlhý a zdravý život. Myslím si, že starobylá čínska kultúra so všetkou svojou múdrosťou a vedomosťami nás môže mnoho naučiť o tom, ako žiť v harmónii s prírodou a medzi sebou navzájom.

Cítim, že Falun Gong je vzácnym klenotom tradičnej čínskej kultúry. Východná medicína učí, že na to, aby ste mali dlhý a zdravý život „musíme mať čisté srdce a málo túžob“. Falun Gong nás učí, ako mať čisté srdce a málo túžob. Nejde o to, aby človek hľadal vonkajšie riešenia svojich problémov alebo chorôb. Je to o добрote a o kultivovaní nášho charakteru.

Praktizujem o niečo viac ako tri roky a zažila som hlboké zmeny v mojom pochopení, v zdraví i vo výzore. Učím v náročnom prostredí štátnej strednej školy, kde je ľahké stať sa posudzujúcim a netrepezlivým voči študentom. Prax Falun Gongu mi pomáha zostať vyrovnanou a pokojnou a premeniť ťažkosti na príležitosti kultivovať Pravdivosť, Súcit a Znášanlivosť, základné princípy Falun Gongu. Naše deti, naše školy, ako aj každý aspekt spoločnosti by sa výrazne zlepšili, ak by sme týmto princípom vrátili ich správne miesto v našich srdciach.

Nový život pre mňa a moju rodinu

Od praktizujúcej z Nemecka

Mám 26 rokov a o Falun Dafa som sa dozvedela pred viac než rokom od spolužiačky mojej sestry. V tom čase som bola k Dafa veľmi kritická. Trvalo mi ešte asi tri mesiace, kým som sa rozhodla, že ho vyskúšam. Jednoducho som ho nemohla dostať z hlavy.

Nemohla som uveriť, že ma v živote stretlo niečo také dobré ako Dafa. Počas môjho hľadania zmyslu a pôvodu života som sa stretla s mnohými negatívnymi skúsenosťami. Najskôr sa mi zdalo až príliš jednoduché, že človek sa môže vrátiť k pravde a pôvodu len pomocou knihy a piatich kultivačných cvičení.

Už ako dieťa som rada chodievala večer von. Sedela som sama v tme a cítila som túžbu a bolesť v srdci. Chcela som niekam odísť, ale nepoznala som cestu. Svet sa mi zdal plytký a plný rozporov. Napriek tomu som hlboko vo svojom vnútri vždy vedela, čo je správne a čo nie, avšak to, ako sa to odohrávalo v realite, bolo iné. Na jednej strane som vždy túžila byť usilovná, slušná a nenápadná. Netúžila som vynikať a nemala som ani veľkú túžbu po materiálnych veciach. Na druhej strane som sa ale vždy porovnávala s ostatnými. To, čo mali oni, som chcela aj ja. To, čo vedeli oni, som chcela tiež dokázať. A tak som sa začala usilovať o osobné výhody a uznanie. V škole som chcela byť najlepšia, ale ani to mi nestačilo. Chcela som mať tiež veľa priateľov a byť obľúbená. Neskôr to už tiež nestačilo. Chcela som vzrušenie, chcela som zbierať zážitky, stať sa svetobežníčkou a cestovať. Žila som v neustálom nepokoji, bola som nespokojná sama so sebou a nedokázala som zvládnuť svoj životný

údel. Spočiatku sa moja rodina a priatelia obávali o mňa a moju budúcnosť, no potom to mnohí z nich vzdali a stratili sme kontakt.

Odkedy som objavila Dafa, nepokoj a neistota ma už netrápia. Stala som sa stabilnejšou a cítim sa vyrovnanejšie. Momentálne študujem, aby som sa stala učiteľkou a učila študentov so špeciálnymi potrebami. Je to pre mňa dôležité a vidím v tom zmysel. Vnímam svoje úlohy na tomto svete a som pevne rozhodnutá ísť svojou cestou a nenechať ničomu prekážať v mojej kultivácii, alebo ma od nej odrádzať. Našla som to, čo mi dáva silu zvládať moje pocity a trápenia a to, čo mi odpovedalo na všetky otázky. Už sa neľutujem, keď sa stretnem s ťažkosťami, ani nepotrebujem utekať pred svojimi problémami. Viem, ako zvládať svoje problémy, a tiež viem, že problémy, s ktorými sa stretávam, sú pre mňa spôsobom, ako splatiť časť svojich karmických dlhov. Zrazu sa veci stali ľahkými, jednoduchými a prirodzenými.

Už sa nemusím naháňať za šťastím, zdravím, láskou alebo poznáním. Všetko, čo potrebujem, aby som sa stala šťastnou, a aby som dosiahla svoj požadovaný stav, je v knihe Čuan Falun. Všetko čo má prísť do môjho života, príde. Nemusím sa za ničím naháňať. Všetko príde samo.

Som pomerne zaneprázdnená svojim štúdiom. Nie je to ľahká cesta, ale študujem to, čo je prínosné, zaujímavé a čo sa mi zdá dôležité. Chcem sa pri tom činiť dobre, pretože keď to robím takto, zistila som, že som spokojnejšia. Už nie som netrpezlivá ako predtým. Keď mám dokončiť nejakú spoločnú úlohu, moja myseľ sa už nezaoberá tým, že to chcem robiť po svojom. Ukazuje sa, že pritom nemusím obetovať svoje vlastné predstavy. Stáva sa dokonca, že dostanem príležitosť zahrnúť aj svoje vlastné nápady. Dokážem teraz lepšie počúvať druhých a dosiahnuť harmonickú spoluprácu. Takmer cítim, ako sa mi v srdci zakoreňuje súcit a znášateľnosť.

Vďaka Falun Dafa sa aj moja rodinná situácia zmenila k lepšiemu. Predtým, ako som získala Dafa, moja sestra, brat a rodičia žili v rôznych častiach mesta. Okrem mňa a mojej sestry sa zvyšok rodiny iba zriedkavo stretával v rodinnom kruhu. Každý žil svojím vlastným životom. Čiastočným dôvodom bol problematický vzťah s mojím otcom. Jednoducho sme sa nevedeli dorozumieť. Bežne sa návštevy končili

slovnou potýčkou. Otec ma už dokonca neuznával ako svoju dcéru a vyhodil ma z domu. Nevedela som to znieš' a vyhýbala som sa mu. Napodiv, moji súrodenci s ním tieto problémy nemali. Keďže som tento problém nedokázala vyriešiť, pripisovala som jeho výbuchy hnevu duševnej chorobe, ktorou trpel. Zvyšok rodiny som tiež priviedla na svoju stranu, aby som si mohla presadiť vlastnú vôľu, kedykoľvek som niečo potrebovala.

Keď som svoje rozhodnutie vrátiť sa domov oznámila bratovi, ihneď to pochopil. Potom sa sám rozhodol, že by bolo najlepšie, keby sa naša sestra presťahovala k nemu, čo by bolo pre nás dobré riešenie, pretože by sme potom boli všetci fyzicky oveľa bližšie k sebe. Sestre by sa tým skrátilo aj dochádzanie do školy. Všetkých sa nás to veľmi dotklo, pretože predtým za žiadnych okolností nechcel, aby s ním sestra bývala. Veľmi si cenil svoju slobodu a nezávislosť. Medzitým sme sa obe sestry presťahovali; ja do domu rodičov a sestra k bratovi. Bola to pre nás veľká úľava. Moja sestra pomáha bratovi v domácnosti a my obe pomáhame našej mame s domácimi prácami. Väčšinu jedál máme spolu s rodičmi. Keď je čas, robíme spolu cvičenia alebo si čítame. Zdá sa, že to všetko uľahčuje. Napriek denným hádkam sme všetci celkom spokojní. Zdá sa, že môj otec prvýkrát v živote rozkvitol a je šťastný, že má späť svoje deti.

Je jediným z nás, ktorý nepraktizuje Falun Gong. No umožňuje nám v pokoji a nerušene praktizovať a dôveruje nám. Už len to mi ukazuje, aké pozitívne výsledky môže Falun Gong priniesť.

Ďakujem Vám, Majster Li

Od japonskej praktizujúcej Falun Dafa žijúcej v USA

Mám 53 rokov a Falun Dafa praktizujem asi 5 mesiacov.

Napriek добрote mojich rodičov a šiestich súrodencov ma počas celého detstva vždy sprevádzal pocit osamelosti a izolácie. V mladosti som bola veľmi úprimná, no raz ma niekto varoval, aby som takáto nebola; cítila som sa kvôli tomu hlúpa. Potom som sa snažila nebyť príliš úprimná a hlúpa. S pribúdajúcim vekom som sa postupne stávala „múdrejšou“, ale bolo to proti môjmu svedomiu; navyše u mňa stále ostával pocit izolácie z detstva.

Do Spojených štátov som prišla z Japonska pred 30 rokmi, aby som sa vydala za svojho snúbenca. Po svadbe som bola celkom šťastná, aspoň v súkromnom živote. Navonok som asi vyzerala normálne, ale medzi japonskými spolupracovníkmi a priateľmi som sa nemohla zbaviť pocitu odcudzenosti a mala som tendenciu uzatvárať sa do seba a kruhu svojej rodiny. Po mnohých rokoch snaženia som sa začala učiť byť sama sebou a riadiť sa vlastným svedomím a úsudkom. Stále som si opakovala: „Je v poriadku byť iná.“ Vtedy som si uvedomila, že som iná. Keď som sa blížila k päťdesiatke, tak ako u mnohých žien v podobnom veku, sa u mňa začala prejavovať hormonálna nerovnováha, ktorá vniesla do môjho zdravotného stavu chaos. Veľa problémov sa dalo zvládnuť užívaním bylín, ale väčšina z nich sa nedala užívať dlhodobo. Hneď ako som ich prestala brať, problémy sa vrátili.

Približne v tej dobe som sa začala zaujímať o meditáciu a hľadala som možnosť, ako sa ju naučiť, no bez úspechu. Potom ma jedného dňa niekto zoznámil s Falun Dafa. Po meditácii sme čítali knihu Čuan

Falun. Okamžite ma fascinovala. Po všetkých tých rokoch som našla knihu, ktorá mi hovorila, že moje svedomie malo pravdu. Nasledujúci týždeň som sa opäť vrátila na cvičebné miesto. Tentoraz nám kniha hovorila o trápeniach. Pomyslela som si: „To je ono. Naše utrpenie má nejaký zmysel.“ A tak som sa rozhodla, že ho budem musieť prekonať. Bola som nadšená. Pravdou bolo, že táto kniha ma zasiahla hlboko v srdci bez nejakej zjavnej príčiny. A nech už bol dôvod akýkoľvek, vedela som, že som našla niečo, čo som už takmer prestala hľadať. O mesiac neskôr som sa zúčastnila na deväťdňovom seminári. Keď uplynuli asi dva mesiace, zrazu som si uvedomila, že som už dlho neužila žiadne bylinky a cítila som sa dobre.

Keď som sa začala vážne venovať kultivácii, vzrástla moja túžba oboznamovať s Falun Dafa ďalších ľudí. Začala som sa zúčastňovať na aktivitách, kedykoľvek to bolo možné, so strachom hlboko v mysli, so strachom, že budem nútená čeliť svojej najväčšej slabosti a zmeniť ju, teda svojej nezvyčajnej plachosti a nervozite. Celý život som žila tak, že som sa vyhýbala pozornosti. Myšlienka na to, že by som sa mala rozprávať s cudzími ľuďmi, ma znervózňovala. Majster Li povedal, že strach je pripútanosť. Bolo nevyhnutné prejsť touto skúškou, aby som túto pripútanosť odstránila.

Keďže prenasledovanie Falun Gongu v Číne sa stále zhoršovalo, pripojila som sa k ostatným praktizujúcim v nákupnom centre, aby sme zbierali podpisy pod petíciu a zvyšovali povedomie o tomto prenasledovaní v Číne. Spočiatku som nevedela, ako sa s ľuďmi rozprávať a bola som bezradná. Nebola som teda pri získavaní podpisov veľmi úspešná. S výčitkami svedomia som sa doma chvíľu snažila premýšľať, čo sa deje.

Čoskoro som sa stretla s ďalšou skúškou. Mala som ísť do komunitného centra v deň výročia narodenín Martina Luthera Kinga. Konalo sa tam veľké zhromaždenie a spolu s ďalším praktizujúcim som mala zbierať podpisy pod petíciu. Keďže môj kolega praktizujúci nemal žiadne skúsenosti, bola som opäť nervózna. No keď sa zhromaždenie skončilo a ľudia vychádzali jeden po druhom, bez dlhého premýšľania mi slová vychádzali z úst prirodzene. Cítila som, ako sa moja pripútanosť zmenšuje.

V uplynulých mesiacoch som bol nútená postupne čeliť svojim slabostiam a chybám. Zdá sa, že skúšky prichádzajú neustále.

Raz som mala napríklad pre niekoho urobiť nejakú prácu a zabudla som na to. Keď mi ten človek zavolať, či je práca hotová, povedala som: „Jasné, je to hotové,“ a hneď ako som zložila, začala som na tom robiť. Prácu som síce spravila, ale v mysli som mala veľmi nepríjemný pocit. Povedala som si: Bola to lož? Áno, myslím, že bola. Ale nikomu to neublížilo, tak prečo ma to trápi? Je to preto, lebo je to proti zákonu vesmíru.“ Čoskoro nato som v inej záležitosti opäť klamala a tentoraz som to okamžite oľutovala a premýšľala som, prečo som to vlastne urobila. Pochopila som, že som klamala, aby som vyzerala schopnejšia a lepšia, než som v skutočnosti bola. Bola za tým pripútanosť k pýche. Cítila som sa zahanbene. Keď prišla tretia skúška, povedala som pravdu a ospravedlnila som sa.

Falun Dafa sa stal súčasťou môjho života. A kam sa podela osamelosť v mojom srdci? Neviem ju už nájsť. Ďakujem vám, Majster Li.

Doslov: Niekoľko slov od vydavateľov

Ako vydavatelia tejto knihy a praktizujúci Falun Dafa úprimne dúfame, že bolo pre vás jej čítanie príjemné a poučné. Hoci nie každý z nás zažíva také pozoruhodné zmeny, aké opísali praktizujúci v tejto knihe, všetci sme vďaka praktizovaniu Falun Dafa získali skutočné zlepšenie charakteru. Vďaka životu podľa princípov Pravdivosti, Súcitú a Znášanlivosti sme objavili stav bytia, aký sme si predtým ani nevedeli predstaviť. V nádeji, že z tejto úžasnej praxe môže mať prospech ešte viac ľudí, by sme vás chceli povzbudiť, aby ste Falun Dafa vyskúšali aj vy.

Ďalšie zdroje

Všetky učenia Falun Dafa si môžete bezplatne stiahnuť na stránke www.falundafa.org. Niektoré z nich si môžete kúpiť aj v miestnych kníhkupectvách, alebo objednať online na adrese www.tiantibooks.org/. Päť jednoducho naučiteľných cvičení sa nájdete na internete, prípadne môžete kontaktovať praktizujúceho vo vašom okolí (pozrite https://sk.falundafa.org/falundafa_u_vas.html) alebo sa jednoducho opýtajte praktizujúceho, ktorého stretnete na niektorom z našich podujatí.

Ak si chcete prečítať aj ďalšie články praktizujúcich Falun Dafa, správy o prenasledovaní v Číne, ako aj o aktivitách praktizujúcich na celom svete, navštívte webovú stránku <http://sk.minghui.org>

Slovník

Úrad 610: Vládny úrad špeciálne vytvorený na prenasledovanie Falun Gongu, ktorý má absolútnu moc nad každou úrovňou správy v strane a všetkými politickými a súdnymi systémami.

25. apríl: Ide o 25. apríl 1999, keď sa desaťtisíc praktizujúcich Falun Gongu pokojne zhromaždilo pri Odvolacom úrade Štátnej rady v Pekingu, neďaleko vládneho komplexu Zhongnanhai a úspešne žiadalo o prepustenie štyridsiaticich piatich praktizujúcich, ktorí boli nespravodlivo zatknutí v meste Tianjin.

Objasňovanie pravdy: Kvôli pretrvávajúcemu prenasledovaniu v Číne a neutíchajúcej nenávisťnej kampani, ktorú vedú čínske štátom riadené médiá, praktizujúci Falun Gongu aktívne objasňujú pravdu tým, že verejnosti vysvetľujú fakty o Falun Gongu a odhaľujú tak prenasledovanie. Aktivity na objasňovanie pravdy zahŕňajú osobné rozhovory s ľuďmi, vyvesovanie oznamov a plagátov, rozdávanie letákov a vyvesovanie transparentov. V ostatných krajinách mimo Číny praktizujúci okrem toho odhaľujú prenasledovanie aj prostredníctvom rekonštrukcií mučenia, umeleckých výstav, internetových stránok, kníh, časopisov, novín, filmov, písania listov atď. Cieľom objasňovania pravdy je pomôcť ľuďom pochopiť Falun Gong, vyvrátiť lži komunistického režimu v Číne a získať podporu verejnosti na ukončenie prenasledovania.

Kultúrna revolúcia: Komunistické politické hnutie, ktoré násilne útočilo na tradičné hodnoty a kultúru (1966-1976)

Dafa: „Veľký zákon“; princípy

Fa: Zákon a princípy; učenie Falun Dafa

Gong: 1. kultivačná energia; 2. prax, ktorá túto energiu kultivuje

Deväť komentárov ku komunistickej strane: Kniha vydaná koncom roka 2004, ktorá odhaľuje skutočnú povahu komunistickej strany. Deväť komentárov viedlo milióny ľudí k tomu, aby sa vzdali členstva v Čínskej komunistickej strane (ČKS) a jej pridružených organizáciách.

Čchi-kung: Forma tradičného čínskeho cvičenia, ktoré kultivuje čchi alebo „životnú energiu“

Ren: Znášateľnosť, vytrvalosť, tolerancia

Shan: Láskavosť, dobrosrdečnosť, súcit

Xinxing: „povaha mysle“ (doslovne), „charakter“ alebo „myšlienka“

Yuan: čínska mena; priemerný mesačný príjem mestského pracovníka v Číne je asi 500 yuanov

Zhen: Pravda, pravdivosť

Zhen-Shan-Ren: Pravdivosť, Súcit, Znášateľnosť

Čuan Falun: názov knihy, ktorá je hlavným textom Falun Dafa

