De Essentie van Geluk en Ware Vrijheid
By Kristen

Inhoudsopgave

Inleiding 1

Hoofdstuk 1: Soorten Lijden 3

Hoofdstuk 2: Psychologisch Lijden 5

Hoofdstuk 3: Het lijden van verandering (geluk) vergroot de hebzucht, terwijl hebzucht het lijden vergroot 11

Hoofdstuk 4: Elke levensvorm wordt geleverd met een unieke fabrieksinstelling 16

Hoofdstuk 5: Fabrieksinstelling en Groeiomgeving 21

Hoofdstuk 6: Leven is Voortdurend Leven 24

Hoofdstuk 7: Geluk versus Vrede 28

Hoofdstuk 8: Het principe van afhankelijk ontstaan 33

Hoofdstuk 9: Talenten, Hobby's en Persoonlijkheid Worden Niet Geërfd 37

Hoofdstuk 10: Vrije Wil en Alomtegenwoordig Lijden 41

Hoofdstuk 11: Mensen Worden Misleid door Geluk 46

Hoofdstuk 12: Mensen Worden Misleid door Vrijheid 51

Hoofdstuk 13: Vorige Levens, Huidig Leven en Oorzakelijkheid 57

Hoofdstuk 14: Karmische Oorzaak, Karmisch Effect en Hao Liao Ge 64

Hoofdstuk 15: Alles wat je genoegen schenkt, zal je zeker doen lijden 69

Inleiding

Vanaf het moment van geboorte beginnen mensen verschillende vormen van lijden te ervaren.

Zuigelingen ervaren voornamelijk honger, kou, en warmte als vormen van lijden. Meestal uiten ze hun behoeften door te huilen.Naarmate ze ouder worden, tijdens de peuter- en kinderjaren, genieten ze van spelen en zijn ze nieuwsgierig naar de natuur. Ze willen verschillende dingen observeren en proberen. Ze hebben misschien verschillende voorkeuren voor speelgoed. Als ze hun favoriete speelgoed krijgen, voelen ze zich gelukkig; anders voelen ze zich verdrietig. En als hun speelgoed verloren gaat of beschadigd raakt, raken ze ook van streek.

Tijdens de kinderjaren zijn ze energiek en genieten ze van het samenzijn met hun leeftijdsgenoten. Hoewel ze verschillende behoeften hebben, worden ze meestal gemakkelijk tevreden en gelukkig gesteld. Tijdens de adolescentie groeit hun genegenheid voor het andere geslacht. Van nature willen ze daten en voelen ze zich gelukkig tijdens het daten.Daarentegen zullen ze zich somber voelen als de persoon op wie ze verliefd zijn hen afwijst.

Naarmate ze volwassen worden, met de groei van kennis en vaardigheden, krijgen ze steeds meer verlangens en hobby's. Sommige mensen genieten van kunst zoals zingen, dansen en acteren; sommigen houden van sporten zoals vechtsporten; sommigen houden van lezen en schrijven; sommigen houden van reizen; sommigen streven naar macht; terwijl anderen hun nieuwsgierigheid en passie voor het ontdekken van de waarheid behouden.

Mensen streven naar geluk en bevrediging van verlangens door een breed scala aan activiteiten. De meeste mensen zoeken voedsel als ze honger hebben en kleding als ze het koud hebben, net als andere dieren. Hun leven draait om het instinctief verlichten van lijden en het nastreven van wat zij beschouwen als vrijheid en geluk. Weinig mensen nemen de tijd om te overdenken wat de oorzaak is van lijden, wat de essentie is van geluk, en wat ware vrijheid is.

Laten we nu deze vragen nader bekijken.

Hoofdstuk 1: Soorten Lijden

Er zijn twee soorten menselijk lijden. De eerste is fysiek lijden, dat vaak wordt aangeduid als pijn van het lichaam.

De tweede is psychologisch lijden, dat voornamelijk geworteld is in verlangens en emoties. We noemen het lijden van niet krijgen wat men wil, lijden van scheiding van wat men liefheeft, en lijden van het tegenkomen van wat men niet leuk vindt.

Laten we het stap voor stap analyseren, te beginnen met fysiek lijden. Er zijn verschillende soorten fysiek lijden: het lijden van ziekte, letsel, veroudering en sterven.

Laten we het lijden van ziekte als voorbeeld nemen. Wanneer mensen ziek worden, houdt de fysieke pijn en ongemak aan en kan zelfs in de loop van de tijd intensiveren. Tegelijkertijd kunnen ze ook verschillende negatieve emoties ervaren, zoals stress, angst voor de dood, zorgen over werk, kinderen en kleinkinderen, en zorgen over geld.

Bijvoorbeeld, als iemand acute rhinitis heeft, kan hij lijden aan verstopte neus, loopneus, moeite met ademhalen, en ongemak in het hoofd en de longen. Wanneer hij medicijnen aanbrengt om de neusgangen te reinigen, zal hij zich comfortabel voelen en zijn stemming zal ook verbeteren.

Tijdens de behandeling van een ziekte, wanneer ontsteking of virus is verdwenen, zal de pijn verminderen of zelfs verdwijnen, en het lichaam zal comfortabel aanvoelen. Na herstel, naarmate de pijn verdwijnt, zal ook het fysieke comfort verdwijnen. Vervolgens zullen de verschillende negatieve emoties ook geleidelijk

verminderen, en een ontspannen en vrolijke stemming zal even aanhouden.

Op dezelfde manier kan een persoon die honger heeft, zich zwak voelen, last van de maag hebben en angstig zijn. Wanneer hij begint te eten, neemt de pijn van de honger geleidelijk af, herstelt de energie zich geleidelijk, vervagen negatieve emoties, en verschijnt geluk.

Kortom, het gevoel dat opkomt bij verlichting of eliminatie van fysieke pijn is ontspanning, plezier of comfort in het lichaam. Het zijn simpelweg twee verschillende manieren om hetzelfde gevoel te beschrijven.

Echter, mensen zijn onwetend, klampen zich vast aan het gevoel dat ontstaat bij verlichting of eliminatie van fysieke pijn, terwijl ze de pijn zelf afwijzen. Fysieke pijn is blijvend, terwijl het gevoel dat ontstaat bij verlichting of eliminatie van fysieke pijn vluchtig is.

In de term 'Kuai Le' (geluk) betekent 'Kuai' vluchtig, terwijl 'Le' verlichting betekent.

Hoofdstuk 2: Psychologisch Lijden

Er zijn drie hoofdtypen psychologisch lijden: het lijden van niet krijgen wat men wil, het lijden van scheiding van wat men liefheeft, en het lijden van het tegenkomen van wat men niet leuk vindt.

Ⅰ. Het lijden van niet krijgen wat men wil

Wanneer mensen iets verlangen of wensen, willen ze het sterk verkrijgen. Echter, voordat ze het verkrijgen, moeten ze hun verlangen en wens beheersen.Op dat moment ontstaat het lijden van niet krijgen wat men wil. Hoe sterker het verlangen en de wens, hoe groter het lijden. Tegelijkertijd kunnen ze ook verschillende negatieve emoties ervaren, zoals spanning, angst en zorgen.

Bijvoorbeeld, als iemand een appartement wil bezitten, kan hij hard werken, zich inzetten en zijn uiterste best doen om het te bereiken. Echter, na jaren van hard werken, kan de prijs van het appartement al zijn gestegen voordat hij genoeg heeft kunnen sparen voor een aanbetaling. Of door geen lening te kunnen krijgen, lijkt het kopen van een appartement nog uitzichtlozer. Het lijden van niet krijgen wat men wil blijft hen hun hele leven bij.

Wanneer een persoon gehecht is aan iets of een carrière, is er een sterk verlangen om succes te behalen. Echter, voordat men succes behaalt, moet men verschillende ontberingen en tegenslagen doorstaan en het innerlijke verlangen naar succes beheersen. Het lijden van niet krijgen wat men wil blijft hen vergezellen gedurende hun inspanningen.

Bijvoorbeeld, een atleet die meer dan een decennium heeft gewijd

aan intensieve training en competitie krijgt eindelijk de kans om deel te nemen aan een internationaal spel. Op weg naar het spel, tot aan de avond ervoor, wordt hij zwaar belast door het sterke verlangen om te winnen. Zelfs 's nachts kan hij niet goed slapen. Tijdens het spel maakt het verlangen om te winnen hem extreem nerveus. Als hij verliest, voelt hij zich gefrustreerd, somber, en kan zelfs huilen. Hij kan alleen het lijden verdragen en wachten op de volgende kans. Het lijden van willen winnen maar het niet kunnen, kan hem motiveren om verschillende ontberingen te doorstaan en intensieve training voort te zetten.

Er zijn talloze voorbeelden van het lijden van niet krijgen wat men wil. In dit tijdperk van geavanceerde technologie ervaart de mensheid talloze vormen van lijden van niet krijgen wat men wil.

Degenen zonder een appartement willen er een; degenen met een appartement verlangen naar een herenhuis; en degenen met een herenhuis willen meer herenhuizen. Degenen zonder een auto willen er een; degenen met een auto verlangen naar een luxe auto; en degenen met een luxe auto willen er meer. Sommigen willen zelfs een vliegtuig kopen.

's Werelds rijkste persoon, Elon Musk, bereidt zich zelfs voor op emigratie naar Mars. Ik geloof dat de aarde redden meer gewetensvol en betekenisvol is dan emigreren naar Mars. Als we goed voor onze planeet zorgen, kan deze miljoenen jaren worden gebruikt. Is dat niet beter?

Wat betreft kleding, voedsel, huisvesting en transport, hoe meer behoeften mensen hebben, hoe meer lijden van niet krijgen wat men wil ze ervaren; hoe sterker hun verlangen naar die behoeften, hoe sterker het lijden van niet krijgen wat men wil. Tegelijkertijd

kan het lijden van niet krijgen wat men wil gepaard gaan met andere negatieve emoties, zoals verdriet, droefheid, minderwaardigheidscomplex, afgunst, klagen en zorgen over winst en verlies.

Wanneer aan de behoeften wordt voldaan, wordt het lijden van niet krijgen wat men wil verlicht of geëlimineerd, en worden negatieve emoties ook verlicht en vervagen geleidelijk, wat leidt tot een gevoel van geluk.

Ⅱ. Het lijden van scheiding van wat men liefheeft

Het lijden van scheiding van wat men liefheeft verwijst naar het immense lijden dat ontstaat wanneer geliefden gescheiden zijn of niet samen kunnen zijn vanwege een of andere reden. Het kan gepaard gaan met verschillende negatieve emoties zoals verlangen, spanning, angst en verdriet.

In het aardse leven ontwikkelen mannen en vrouwen sterke emotionele banden met elkaar als ze betrokken zijn bij romantische relaties. Als ze om objectieve redenen gescheiden worden, zullen ze intense ellende en gehechtheid ervaren, en immense kwelling doorstaan. Hoe sterker de emotionele hechting, hoe groter het lijden van scheiding. Emotionele hechting brengt groot lijden met zich mee.

Als een partner in een romantische relatie overlijdt, kan de overlevende partner ontroostbaar zijn. Sommigen kunnen zelfs in een depressieve toestand overlijden. Als een partner in een relatie verliefd wordt op iemand anders, kan de ander overweldigd worden door sterke woede of een verlangen naar wraak. Sommigen kunnen zelfs zelfmoord plegen of hun partner

vermoorden. Het aantal moorden als gevolg van romantische conflicten staat op de tweede plaats onder alle moorden.

Bovendien kan de emotionele hechting tussen ouders en kinderen, evenals tussen broers en zussen, ook leiden tot het lijden van scheiding van wat men liefheeft, wat resulteert in verschillende tragedies in het leven.

Op dezelfde manier kan het verlies of de beschadiging van een geliefd voorwerp ook leiden tot het lijden van scheiding van wat men liefheeft, evenals sterke woede jegens degene die het heeft beschadigd. Als het verlies te wijten is aan eigen onachtzaamheid, zal ook sterke spijt en ellende ontstaan. Dit is ook het lijden van scheiding van wat men liefheeft. Wanneer een geliefd persoon of voorwerp wordt teruggevonden, wordt het lijden van scheiding van wat men liefheeft verlicht of geëlimineerd, en worden negatieve emoties ook verlicht en verdwijnen geleidelijk, wat leidt tot een gevoel van geluk.

III. Het lijden van het tegenkomen van wat men niet leuk vindt

Wanneer een persoon een tegenstander of vijand tegenkomt, kan er wrok, afschuw of afkeer ontstaan.Tegelijkertijd kunnen ze ook verschillende negatieve emoties ervaren, zoals spanning, angst, zorgen en verdriet. Als gevolg daarvan zullen ze voortdurend angstig en op hun hoede zijn, bang om gekwetst, aangevallen, beraamd of zelfs gedood te worden door de vijand. Zelfs in mild vijandige situaties, als ze in de buurt moeten zijn van iemand die ze niet leuk vinden, zullen ze zich in een slecht humeur bevinden.

De wrok en haat tussen mensen komen voornamelijk voort uit het stelen, bedriegen of beroven van items die de andere partij

liefheeft; of het aanvallen, beledigen, belasteren, belasteren, vervolgen of bedriegen van de andere partij, of de persoon of het dier dat de andere partij liefheeft.

Daarom wordt het lijden van het tegenkomen van wat men niet leuk vindt ook indirect veroorzaakt door verlangen en wens. Als iemand zich verzoent met zijn tegenstander of vijand, zal het lijden van het tegenkomen van wat men niet leuk vindt worden verlicht of geëlimineerd, en zullen negatieve emoties worden verlicht en geleidelijk verdwijnen, wat leidt tot een gevoel van geluk.

Het gevoel dat ontstaat door de verlichting of eliminatie van psychologisch lijden is ontspanning, vreugde of geluk in de geest. Het zijn simpelweg twee verschillende manieren om hetzelfde gevoel te beschrijven.

Echter, mensen zijn onwetend, ze willen alleen het gevoel dat ontstaat door de verlichting of eliminatie van psychologisch lijden, maar niet het lijden zelf. Psychologisch lijden is blijvend, terwijl het gevoel dat ontstaat door de verlichting of eliminatie van psychologisch lijden vluchtig is. In de term 'Kuai Le' (geluk), betekent 'Kuai' vluchtig, terwijl 'Le' verlichting betekent.

Uit de analyse hierboven kunnen we zien dat gehechtheid en verlangen onvermijdelijk leiden tot de drie soorten mentaal lijden en verschillende negatieve emoties. Dit lijden kan leiden tot fysieke pijn zoals ziekte, letsel en dood. Fysieke pijn versterkt op zijn beurt verschillende negatieve emoties, waardoor fysieke pijn verder toeneemt.

Concluderend, of het nu fysiek of mentaal lijden is, het ontstaan ervan is lijden; het proces is lijden; de verlichting of eliminatie,

evenals de verlichting van negatieve emoties, is in wezen de vermindering van lijden, zonder enig ander gevoel. Mensen labelen echter ten onrechte de vermindering van lijden als comfort, geluk en plezier. In werkelijkheid is dit een psychologische misvatting.

We verwijzen naar de vermindering van lijden als het lijden van verandering. Met andere woorden, de gevoelens die mensen labelen als comfort, geluk en plezier zijn in wezen het lijden van verandering. Vanaf nu kunnen we weten dat termen als comfort, geluk, plezier en vreugde synoniem zijn met het lijden van verandering.

Hoofdstuk 3:
Het lijden van verandering (geluk) vergroot de hebzucht, terwijl hebzucht het lijden vergroot

Vandaag gaan we verder met het verkennen van het lijden van verandering (geluk) en verlangen.

In de vorige lezing bespraken:
we dat als een persoon iets doet dat hun psychologisch en fysiek lijden, evenals hun negatieve emoties, verlicht, ze een gehechtheid ontwikkelen aan dit lijden van verandering (geluk), en willen dat deze verlichting van lijden doorgaat. Als gevolg daarvan blijven ze deze actie herhalen totdat het lijden tijdelijk verdwijnt. Echter, lijden en negatieve emoties zullen weer opkomen, dus moeten ze deze actie keer op keer herhalen.

De term "gehechtheid" betekent dat wanneer het lijden van verandering (geluk) ontstaat, de geest eraan gehecht raakt, zoals olievlekken op stof die moeilijk weg te wassen zijn. Als de geest gehecht is aan het lijden van verandering (geluk), is het moeilijk om los te laten.

Naarmate we herhaaldelijk verlichting van lijden ervaren, groeit onze gehechtheid, wat het lijden van niet krijgen wat men wil, het lijden van scheiding van wat men liefheeft, evenals verschillende psychologische en fysieke lijden verder vergroot.

Elke keer dat we deze activiteit herhalen, wennen we aan deze gehechtheid; dan worden we er steeds meer van gecharmeerd, en deze gehechtheid verandert in verlangen. Op dit punt is deze activiteit een hobby geworden, en men zal het vaker doen. Als gevolg daarvan verandert de steeds groter wordende gehechtheid

in hebzucht.

Naarmate de hebzucht groeit, raakt men verslaafd aan de activiteit, en de hebzucht verandert in gierigheid. Dit staat bekend als een verslaafde.

Wat betekent "verslaving"? In medische termen wordt "verslaving" gedefinieerd als een gewoonte of afhankelijkheid die ontstaat door frequente externe stimuli op het centrale zenuwstelsel. "Verslaafde" verwijst naar een persoon die een bepaalde verslaving heeft die buiten hun controle ligt. Daarom is verslaving al pathologisch en moeilijk te behandelen.

Wanneer een persoon verslaafd raakt aan iets, zal het ernstige gevolgen hebben voor hun leven, familie en werk. In ernstigere gevallen kan het hen zelfs aanzetten tot crimineel gedrag, resulterend in verschillende fysieke en mentale lijden.

Het meest typerende voorbeeld is drugsverslaving, dus laten we dat als voorbeeld gebruiken om uit te leggen. De meeste drugsverslavingen zijn het gevolg van spirituele leegte, verveling, negativiteit en pessimisme, hoge mentale stress, langdurige sombere stemming of depressie, of een afkeer en hulpeloosheid ten opzichte van het leven. doven, tijdelijke ontspanning aan het lichaam en de geest bieden. Onder invloed hiervan kunnen hallucinaties en een gevoel van extase ontstaan, waardoor tijdelijk negatieve emoties zoals spirituele leegte, decadentie en depressie worden verlicht.

Het nemen van drugs is echter als het drinken van gif om de dorst te lessen. Nadat de effecten van de drugs zijn afgenomen, worden hun meridianen opnieuw geblokkeerd en strakker. Hun

zenuwstelsel, als een misvormde mechanische veer, kan niet natuurlijk herstellen. Als gevolg daarvan zal onbeschrijfelijk en pijnlijk lijden ontstaan in hun lichaam en geest. Bijgevolg hebben ze meer drugs nodig om de zenuwen te verdoven, de meridianen te openen, het lichaam en de geest te ontspannen en het lijden te verlichten.

In feite zullen veel activiteiten, als ze in de loop van de tijd vaak worden uitgevoerd, veranderen in hobby's.

Bijvoorbeeld geld verdienen, binge-watching, het aanbidden van beroemdheden, muziek, kalligrafie en schilderen, dansen, gamen, balspelen, sporten, concurreren, mahjong spelen, gokken, streven naar macht, en zelfs waarheid zoeken, etc.

Tijdens het stadium van de hobby kan het niet tevreden zijn enig mentaal lijden en negatieve emoties met zich meebrengen, maar het kan nog steeds worden gecontroleerd. Als we er echter mee doorgaan en er steeds meer in opgaan, valt het niet langer in dezelfde categorie als hobby's - het wordt een verslaving. Als het niet bevredigd wordt, zullen het mentale lijden en negatieve emoties intens zijn.

Op dit punt kunnen we onszelf niet helpen. Na verloop van tijd kunnen onze organen beginnen te haperen en zal het lichaam geleidelijk ziek worden.

Bijvoorbeeld tegenwoordig lijden veel mensen aan hartziekten, de drie hoge bloeddrukken, kanker, enz., en zelfs meer psychische ziekten.

Verschillende vreemde ziekten in lichaam en geest leiden tot

verschillende fysieke lijden. Langdurig lijden versnelt de dood.

Een andere mogelijkheid is dat wanneer een persoon betrokken is bij een activiteit en steeds meer verslaafd raakt, dan na verloop van tijd de psychologische lijden zoals het lijden van niet krijgen wat men wil en het lijden van scheiding van wat men liefheeft, samen met verschillende negatieve emoties, zullen intensiveren en hen lange tijd martelen. Als gevolg daarvan kunnen ze zich tot immorele of zelfs illegale activiteiten wenden. Uiteindelijk kunnen ze het leven ondraaglijk vinden, of zelfs zelfmoord plegen. Ze kunnen ook eindigen met een mentale instorting en worden opgenomen in een psychiatrisch ziekenhuis.

Samenvattend is de wortel van verlangen het lijden van verandering (geluk). Door constant de gehechtheid aan het lijden van verandering (geluk) te wennen en te vergroten, ontstaat verlangen.

Als een verlangen niet bevredigd wordt, zal het psychologisch lijden zoals het lijden van niet krijgen wat men wil, het lijden van scheiding van wat men liefheeft, en het lijden van het tegenkomen van wat men niet leuk vindt veroorzaken. Het kan ook indirect leiden tot fysieke ziekten.

Als het verlangen bevredigd wordt, zal het door gewennen sterker worden, veranderend in hebzucht of zelfs gierigheid.

Als de hebzucht en gierigheid niet continu bevredigd kunnen worden, zal het leiden tot sterker psychologisch lijden en negatieve emoties, evenals verschillende fysieke pijnen.

Als de hebzucht en gierigheid continu bevredigd kunnen worden,

is dat nog erger. Het zal snel iemands energie en geest verbruiken, resulterend in snelle veroudering, ziekte en dood.

Laten we nu samenvatten vanuit een ander perspectief.

Mensen, gedreven door verschillende fysieke en psychologische behoeften, moeten constant verkennen en leren om snelle en gemakkelijke manieren te vinden om aan die behoeften te voldoen. Om de voorwaarden voor het bevredigen van hun behoeften te verkrijgen, moeten mensen hard werken.

Terwijl ze aan hun behoeften voldoen, ontstaat en groeit gehechtheid, wat verder leidt tot verschillende fysieke en psychologische lijden. Gedreven door verschillende fysieke en psychologische lijden, zijn mensen voortdurend op zoek naar methoden om ze te verlichten.

Toch, wanneer hun lijden verlicht wordt, ontstaat en groeit gehechtheid ook, wat leidt tot verschillende negatieve emoties zoals woede, waardoor een vicieuze cirkel ontstaat.

Dit is ons leven.

In dit tijdperk van hoge technologie, zowel in het oosten als in het westen, met het gebrek aan geloof en de afname van moraliteit, pleiten de meeste mensen voor individualisme, hedonisme en liberalisme. Er komen steeds meer verslavende activiteiten op, en de mensheid valt uit de gratie. Steeds meer factoren leiden tot psychische ziekten, en hun incidentie neemt ook toe.

De toekomst van de mensheid is echt alarmerend!

Hoofdstuk 4:
Elke levensvorm wordt geleverd met een unieke fabrieksinstelling

Vandaag gaan we verder met het verkennen van de realiteit van het leven. Laten we eerst een concept begrijpen dat "de fabrieksinstelling van het leven" wordt genoemd.

De fabrieksinstelling van het leven verwijst naar onze aangeboren intelligentiequotiënt, emotionele quotiënt, spirituele quotiënt, morele quotiënt en verschillende potenties.

De fabrieksinstelling van het leven, gecombineerd met de groeiomgeving, vormt de levensdimensie van een persoon, die sterk kan variëren tussen individuen.

Dus, wat is de levensdimensie?

Simpel gezegd, het verwijst naar de huidige staat van leven van een persoon.

Bijvoorbeeld, de Monkey King en de Boeddha verschillen aanzienlijk in hun levensstaten. Monkey King, met zijn 72 transformaties en vurige ogen, heeft immense bovennatuurlijke krachten. Hij kan echter nooit ontsnappen aan de hand van de Boeddha. Na 500 jaar lijden te hebben doorstaan en begeleiding te hebben ontvangen van Avalokiteshvara en onderricht van Monk Tang, verbetert de levensstaat van Monkey King, zijn levensdimensie verandert.

Laten we nu eerst de betekenissen van IQ (intelligentiequotiënt), EQ (emotionele quotiënt), SQ (spirituele quotiënt), MQ (morele

quotiënt), enz. leren.

IQ is de meting van cognitieve intelligentie. Het weerspiegelt iemands vaardigheden in observatie, geheugen, denken, verbeeldingskracht, creativiteit, evenals probleemanalyse en oplossing. Het IQ van een normaal persoon ligt meestal tussen 85 en 115.

EQ omvat de vaardigheden van zelfbeheersing, enthousiasme, doorzettingsvermogen, evenals zelfmotivatie en zelfdiscipline.

Het is de moeite waard op te merken dat EQ ook menselijke interactie omvat. Daniel Goleman, een psycholoog met een doctoraat van de Harvard University, identificeert vijf belangrijke componenten van emotionele intelligentie:

Het vermogen om bewust te zijn van zijn eigen emoties. Dit is de kern van emotionele intelligentie.
Het vermogen om zijn emoties te beheersen en ze op een tijdige en geschikte manier uit te drukken.
Het vermogen om zichzelf te motiveren en emoties te reguleren. Het stelt iemand in staat om zich te verheffen van dieptepunten in het leven en opnieuw te beginnen.
Het vermogen om de emoties en behoeften van anderen te begrijpen. Dit vormt de basis voor gezonde interacties en effectieve communicatie.
Het vermogen om de emotionele reacties van zichzelf en anderen te reguleren.

SQ (spirituele quotiënt) verwijst naar de spirituele intelligentie van mensen, dat wil zeggen, het vermogen om de essentie van dingen te doorgronden, inzicht en intuïtie te verkrijgen buiten logisch

denken.

Zowel SQ als IQ zijn intelligentie in het begrijpen van dingen, maar SQ heeft een hogere dimensie dan IQ. SQ zelf heeft ook verschillende dimensies. Hoe hoger de spirituele quotiënt, hoe hoger de dimensie.

MQ (morele quotiënt) is het vermogen om kennis en actie te integreren. Het bepaalt hoe mensen universele principes zoals integriteit, verantwoordelijkheid, empathie en vergeving toepassen op hun overtuigingen, visies en gedragingen.

MQ omvat kwaliteiten zoals empathie, respect, geduld, vergeving, eerlijkheid, verantwoordelijkheid, gelijkmoedigheid, loyaliteit, beleefdheid, humor en alle andere deugden.

De waarden van IQ en EQ hebben geen verband met de dimensie van het leven. In dezelfde dimensie zijn hun waarden evenredig met de vaardigheden. Hoe hoger de waarde, hoe sterker de vaardigheid.

De waarden van MQ en SQ zijn evenredig met de dimensie van het leven. Hoe hoger de waarde, hoe hoger de dimensie.

MQ en SQ zijn als twee zijden van dezelfde medaille: MQ benadrukt vriendelijkheid, terwijl SQ wijsheid benadrukt.

Wanneer ze een bepaalde dimensie bereiken, smelten ze samen tot wat we "Wijsheidsquotiënt" kunnen noemen.

Individuen met lagere dimensies hebben de neiging om degenen met hogere dimensies te beoordelen op basis van hun eigen

levensstaat.

Bijvoorbeeld, mensen met een lage MQ maar een hoge EQ kunnen vleierij, hypocrisie en sterke uitvoering naar hun leiders vertonen. Aan de andere kant tonen individuen met een hoge MQ en een hoge EQ respect, loyaliteit, begrip en sterke uitvoering naar hun leiders. Mensen met een lage MQ maar een hoge EQ kunnen echter degenen met een hoge MQ en een hoge EQ beschouwen als vergelijkbaar met henzelf, ervan uitgaande dat ze bedreven zijn in vleierij, hypocrisie, enz.

IQ, EQ, SQ en MQ worden gezamenlijk de "Vier Quotiënten" genoemd, die niet worden geërfd.

Menselijke genen verwijzen naar genetische informatie op DNA, die twee kenmerken hebben: ze repliceren zichzelf trouw en er is mogelijkheid tot mutatie als gevolg van externe straling, wat leidt tot ziekten.

Daarom kunnen menselijke genen alleen op fysiek niveau werken; ze kunnen resulteren in gelijkenis in uiterlijk tussen kinderen en ouders. De Vier Quotiënten van kinderen kunnen echter zeer verschillend zijn van die van hun ouders. Ze kunnen dus niet worden geërfd.

Hoe kunnen de Vier Quotiënten worden weerspiegeld in DNA?

DNA bestaat uit moleculen. Het is een bio-macro-molecuul dat essentieel is voor de ontwikkeling en normale werking van organismen. Het is een stof op chemisch niveau.

Daarentegen zijn de Vier Quotiënten mentale vermogens, waarvan

de energievorm zich niet bevindt op moleculair en atomair niveau, maar eerder op het niveau van bioveld energie.

De waarden van de Vier Quotiënten van een persoon hebben niets te maken met de waarden van de Vier Quotiënten van hun ouders.

Bijvoorbeeld, ouders met een hoog IQ en EQ kunnen kinderen hebben met een laag IQ en EQ, en vice versa.

Op dezelfde manier kunnen ouders met een lage SQ en MQ kinderen hebben met een hoge SQ en MQ, en vice versa.

Sommige individuen vertonen hoge niveaus van alle Vier Quotiënten, wat uitzonderlijk zeldzaam is. Hun ouders kunnen echter slechts gemiddelde niveaus van de Vier Quotiënten hebben.

De aangeboren fabrieksinstelling en de daaropvolgende groeiomgeving bepalen de Vier Quotiënten van een persoon. De fabrieksinstelling, als belangrijkste factor, speelt een dominante rol.

Natuurlijk zijn externe factoren zoals de groeiomgeving, inclusief leefomgeving, sociale omgeving, onderwijsomgeving, enz., ook belangrijk voor de ontwikkeling en cultivering van de Vier Quotiënten.

In het volgende hoofdstuk zullen we doorgaan met dit onderwerp.

Hoofdstuk 5: Fabrieksinstelling en Groeiomgeving

De aangeboren Vier Quotiënten van elk individu worden geleidelijk ontwikkeld door hun groeiomgeving, die bestaat uit de leefomgeving, sociale omgeving, onderwijsomgeving, enzovoort.

De Vier Quotiënten worden vergeleken met de vier soorten mineralen: goud, zilver, koper en ijzer. De totale hoeveelheid van elk erts en het metaalgehalte daarbinnen zijn vergelijkbaar met het aangeboren potentieel van de Vier Quotiënten van een persoon. De ontwikkeling en cultivatie van de Vier Quotiënten van een individu worden vergeleken met het verwerken en verfijnen van deze vier ertsen.

Daarom bepalen de hoeveelheid, het metaalgehalte en de verwerkings- en verfijningstechnieken van elk erts de zuiverheid en hoeveelheid van het geëxtraheerde metaal.

Hoe hoger het metaalgehalte in de ertsen en hoe beter de verwerkings- en verfijningstechnieken, hoe hoger de zuiverheid van het geëxtraheerde metaal. Hoe groter de hoeveelheid ertsen en hoe ijveriger de werkers, hoe hoger de algehele hoeveelheid van het geëxtraheerde metaal.

De theorie van de ontwikkeling en cultivatie van de Vier Quotiënten van een individu is vergelijkbaar, dus hier zullen we daar niet verder op ingaan.

Nou, deze analogie is misschien niet erg nauwkeurig, aangezien mensen spirituele wezens zijn en hun fysieke en mentale werkingen zeer diepgaand zijn, buiten het begrip van gewone mensen.

Uit de moderne biologie weten we dat kinderen en ouders genetisch vergelijkbaar zijn. Echter, zelfs zonder enige genetische mutatie kunnen hun Vier Quotiënten aanzienlijke verschillen vertonen.

Daarom kunnen we concluderen dat de Vier Quotiënten van mensen niet uit het fysieke lichaam komen. Het menselijk lichaam is slechts een complex en verfijnd instrument, terwijl de Vier Quotiënten kunnen worden gescheiden van het lichaam.

Later zullen we een meer gedetailleerde analyse geven van dit onderwerp.

Bovendien is de groeiomgeving cruciaal. De ontwikkeling van de Vier Quotiënten van elke persoon kan variëren in verschillende groeiomgevingen.

Tegenwoordig richt het onderwijssysteem zich voornamelijk op de ontwikkeling van het intelligentiequotiënt (IQ) van individuen en het kweken van verschillende vaardigheden.

Vanwege variaties in IQ zijn er al op jonge leeftijd aanzienlijke verschillen in academische prestaties tussen individuen waarneembaar.

Natuurlijk zijn IQ en onderwijsniveau niet direct evenredig. Sommige mensen hebben slechts basisonderwijs genoten, maar hun IQ is hoog. Anderen hebben echter een universitair diploma, maar hun IQ is middelmatig; ze hebben eenvoudigweg het geluk of de gelegenheid om hoger onderwijs te volgen.

Vanwege het gebrek aan ontwikkeling van het emotionele quotiënt

(EQ) in het huidige onderwijssysteem, wordt EQ slechts in beperkte mate ontwikkeld en gekweekt in sociale en familiaire omgevingen. Slechts weinigen met een hoog EQ vertonen indrukwekkende kwaliteiten. Ze blinken vaak uit als leiders, ondernemers of leidinggevenden.

In het huidige schoolsysteem is er bijna geen ontwikkeling van het spirituele quotiënt (SQ). Slechts heel weinig mensen met een hoog SQ-potentieel hebben het potentieel om echte innovatieve wetenschappers of wijze meesters met spirituele verworvenheden te worden.

Op dit moment bevorderen scholen ook in zekere mate morele quotiënt (MQ)-educatie. Vanwege een ernstig tekort aan gekwalificeerde leraren en het ontbreken van een systematisch en professioneel opleidingssysteem, is de ontwikkeling en cultivatie van MQ relatief arm voor de meeste mensen.

Slechts weinigen met een hoog MQ-potentieel kunnen werkelijk sociale elites en ruggengraat van de natie worden.

Hoofdstuk 6: Leven is Voortdurend Leven

Vandaag zullen we verder de realiteit van het leven verkennen.

Door verschillende vier quotiënten en verschillende dimensies van het leven hebben mensen verschillende houdingen ten opzichte van werk. Diegenen met een lage spirituele quotiënt (SQ) en morele quotiënt (MQ) werken eenvoudigweg uit egoïstisch motief en houding. Slechts heel weinig mensen met een hoge SQ en MQ werken met een puur altruïstische houding of motief. De meeste mensen hebben een motief en houding die ergens daartussen ligt.

Diegenen met een lagere spirituele quotiënt (SQ) en morele quotiënt (MQ) hebben een lagere dimensie van leven. Ze hebben doorgaans meer behoeften, verlangens, lijden en ergernissen.

Aan de andere kant hebben diegenen met een hogere SQ en MQ een hogere dimensie van leven. Ze hebben doorgaans minder behoeften, verlangens en ergernissen, zijn tevreden met wat ze hebben en leiden een gelukkig en vredig leven.

Diegenen met een hogere spirituele quotiënt (SQ) en morele quotiënt (MQ) zijn populairder. Ze behandelen anderen gelijk en leggen anderen niet op wat ze zelf niet wensen. Ze zijn eerlijk, nederig, vriendelijk, open, humoristisch, tevreden, zuinig, vrijgevig, hebben geen interesse in competitie met anderen, enzovoort.

Aan de andere kant zijn diegenen met een lagere SQ en MQ doorgaans ondankbaar, jaloers, bedrieglijk, ontevreden en houden van competitie, klagen, vergelijken, streven naar plezier, enzovoort. Hierdoor zijn ze minder populair.
In deze tijd, als gevolg van het gebrek aan focus in de

samenleving op het cultiveren van het morele quotiënt (MQ), hebben de meeste mensen, rijk of arm, de neiging ontevreden te zijn, jaloers te zijn, van competitie en plezier te genieten, maar terughoudend te zijn om te geven.

Voor de armen is hun grootste wens overleven. Sommige mensen ploeteren op het land, anderen werken dag en nacht lange uren, als ossen. Met karige inkomsten gebruiken stadsbewoners ze om appartementen te kopen, belast door hypotheken en tot slaaf gemaakt aan hun huizen, terwijl plattelandsbewoners ze gebruiken om steeds grotere huizen te bouwen. Ondanks het leven in dure huizen zijn deze individuen spiritueel verarmd. Er is weinig vreugde en vrijheid in hun leven; ze leven simpelweg om te blijven leven.

Wat betreft de rijken die welvaart hebben opgebouwd, kopen ze misschien meerdere appartementen, bouwen ze huizen of kopen ze luxe auto's om hun status te tonen. Ze werken zelfs harder dan de armen en ruilen hun leven in voor geld. Vanwege hoge uitgaven en sterke hebzucht nemen ze vaak risico's om verder te investeren, terwijl veel blinde investeringen leiden tot faillissement.

Via de wellness retraites die we aanbieden voor ondernemers, ontdekken we dat ondernemers vaak mentaal en fysiek uitgeput zijn. Velen van hen zijn belast met oplopende schulden en negatieve activa. Door immense psychologische druk lijden de meesten aan langdurige angst, wat resulteert in een slechtere gezondheidstoestand vergeleken met gewone mensen.

Nadat mensen aan hun basisbehoeften hebben voldaan, hebben de meeste mensen, als gevolg van een lage spirituele quotiënt (SQ), minder de neiging om na te denken over het verhogen van

de dimensie van hun leven. In plaats daarvan geven ze de voorkeur aan vrijetijdsactiviteiten, games, reizen, zingen, dansen, sporten en verschillende vormen van entertainment. Ze cultiveren verschillende hobby's om de tijd te doden en verspillen zo hun leven.

Naarmate mensen meer rijkdom vergaren, hebben ze de neiging een luxueuzere levensstijl na te streven, zoals landhuizen, luxe auto's, mooie metgezellen, fijn dineren, de wereld rondreizen, sieraden, enzovoort. Sommige individuen houden er ook van om antiek, kalligrafie en schilderijen te verzamelen.

Er is een groep mensen die een sterke drang hebben naar roem, status, waardigheid en prestige. Ze genieten ervan om machtsposities te bekleden, leiders te zijn en anderen te controleren. Ze geven de voorkeur aan zoveel mogelijk ondergeschikten en zoeken zelfs bewondering van anderen.

Un autre groupe de personnes est passionné par la littérature et l'art. Nombre d'entre eux dépendent de leur écriture créative ou de leurs performances artistiques pour gagner leur vie.

Een andere groep mensen is gepassioneerd door literatuur en kunst. Velen van hen verdienen hun brood met creatief schrijven of kunstoptredens. Tegenwoordig is kunst echter steeds meer gecommercialiseerd en middelmatig geworden, zonder de onschuld en zuiverheid die te vinden is in het werk van vroegere kunstmeesters. Degenen die bedreven zijn in zelfmarketing staan in de schijnwerpers, terwijl ware meesters en experts in de basis zitten.

Veel mensen genieten van leren en kennis vergaren, maar de

meesten doen dat om beter aan hun eigen behoeften en verlangens te voldoen. Slechts weinigen hebben een oprechte nieuwsgierigheid en zijn bereid de waarheid en realiteit van het universum en het leven te verkennen en hun spirituele quotiënt (SQ) en morele quotiënt (MQ) te ontwikkelen en te cultiveren.

Het leven zit vol diverse ervaringen die moeilijk volledig te beschrijven zijn. Zoals gezegd in "Droom van de Rode Kamer":

Wat een rommel! Als de een vertrekt, neemt een ander zijn plaats in. We beschouwen een vreemd land ten onrechte als ons thuisland.

Hoe absurd is het dat al ons werk uiteindelijk trouwjurken maakt voor anderen om te dragen!

Hoofdstuk 7: Geluk versus Vrede

Er is een soort vreugde die vrede wordt genoemd, en dat is anders dan geluk.

In Hoofdstuk 1 hebben we vermeld dat menselijk lijden voornamelijk fysiek lijden is, evenals psychologisch lijden, namelijk het lijden van niet krijgen wat men wil, het lijden van scheiding van wat men liefheeft, en het lijden van tegenkomen wat men niet leuk vindt.

Wanneer dit lijden worden verlicht, worden ook verschillende negatieve emoties zoals angst, zorgen, spanning en angst verlicht. Mensen noemen de ervaring van dit proces "geluk".

In de term 'Kuai Le' (geluk) betekent 'Kuai' vluchtig, terwijl 'Le' verlichting betekent. We verwijzen naar geluk als het lijden van verandering, want in dit proces is er alleen verlichting van lijden, zonder iets anders.

Echter, wanneer het lijden of negatieve emoties tijdelijk worden verlicht, dat wil zeggen, wanneer het lijden van verandering (geluk) verdwijnt, wordt deze staat van vrijheid van lijden, negatieve emoties en het lijden van verandering (geluk) "vrede" genoemd.

Simpel gezegd is het een toestand waarin er geen lijden en geen geluk is. Vrede is puur en vrij. Deze vrede is echter relatief en tijdelijk, omdat lijden en negatieve emoties op elk moment weer kunnen opduiken.

In feite ervaren gewone mensen zelden tijdelijke vrede. De meeste tijd wordt geleefd in lijden of de verlichting van lijden, in negatieve

emoties of de verlichting van negatieve emoties.

Wanneer een persoon zwakke gehechtheid heeft aan zijn dierbaren of bezittingen, ervaart hij minder lijden. Met minder lijden ervaart hij ook minder lijden van verandering (geluk). Op deze manier zijn de relatieve en tijdelijke vrede die hij ervaart meer

Wanneer een persoon geen gehechtheid heeft aan zijn dierbaren of bezittingen, zal hij geen lijden ondervinden door hen. Zonder lijden zal hij ook het lijden van verandering (geluk) niet ervaren. In dit geval, met betrekking tot zijn dierbaren of bezittingen, heeft hij volledige vrede bereikt. Zolang hij niet hunkert, zal hij blijvende vrede bereiken.

Laten we het voorbeeld van een roker nemen. Wanneer het verlangen naar een sigaret opkomt, ervaart hij lijden; wanneer hij rookt, ervaart hij het lijden van verandering (geluk). In het begin rookt hij misschien één pakje per twee dagen, dan gaat hij over naar één pakje per dag, twee pakjes per dag, of zelfs drie pakjes per dag. Hoe groter de verslaving, hoe intenser het lijden, en hoe sterker het lijden van verandering (geluk) bij het roken.

Als een incidentele roker niet verslaafd is aan roken, dan is zijn lijden van verlangen naar roken zeer zwak, en zijn lijden van verandering (geluk) is ook zeer zwak, bijna verwaarloosbaar. Vergeleken met degenen met een rookverslaving is deze toestand relatieve vrede.

Als een persoon helemaal niet rookt, zelfs geen enkele sigaret, dan heeft hij noch lijden noch lijden van verandering (geluk) met betrekking tot roken. Als gevolg hiervan is zijn vrede met betrekking tot roken volledig, blijvend, puur en vrij.

Laten we het spelen van mahjong of ander gokken als een ander voorbeeld nemen. Wanneer de verslaving opkomt, ervaart hij lijden; wanneer hij een ronde verliest, ervaart hij nog een laag lijden. In het begin beginnen ze misschien met kleine inzetten en verhogen ze geleidelijk hun inzetten. (De gokverslaving intensiveert na verloop van tijd.)

Bij het gokken, ongeacht winnen of verliezen, geven ze prioriteit aan het bevredigen van hun gokverslaving. Als ze winnen, is het lijden van verandering (geluk) intens. Als ze verliezen, ondanks nog een laag lijden, vanwege sterke gokverslaving kunnen sommige mensen nog steeds niet stoppen, zelfs als ze op het punt staan failliet te gaan.

Als een incidentele gokker niet verslaafd is aan gokken, dan is zijn mentale lijden van verlangen naar gokken zeer zwak, en zijn lijden van verandering (geluk) is ook zeer zwak, bijna verwaarloosbaar. Vergeleken met degenen met een gokverslaving is deze toestand relatieve vrede.

Als een persoon helemaal niet gokt, heeft hij noch lijden noch lijden van verandering (geluk) met betrekking tot gokken. Als gevolg hiervan is zijn vrede met betrekking tot gokken volledig, blijvend, puur en vrij.

Sommigen zullen misschien zeggen: "Als ik helemaal geen hobby of verlangen heb, wat is dan het punt van leven?" Eigenlijk is dit onmogelijk voor mensen.

Mensen worden geboren met veel aangeboren en potentiële behoeften, wat leidt tot talloze lijden.

Naarmate ze ouder worden en onder invloed of stimulatie van de omgeving, zullen het lijden van niet krijgen wat men wil, het lijden van scheiding van wat men liefheeft, en het lijden van tegenkomen wat men niet leuk vindt, evenals het lijden van verschillende ziekten, constant opduiken. Dus moeten ze methoden zoeken om het lijden te verlichten of tijdelijk te verwijderen.

We moeten begrijpen dat in de meeste gevallen, wanneer iets in het hobby-stadium is, mensen bereid zijn om het te doen. Dit komt doordat het lijden van niet krijgen wat men wil relatief zwak is, en het is gemakkelijk om ze te implementeren en te bevredigen.

Tijdens de uitvoering worden zowel lijden als negatieve emoties verlicht, en dit lijden van verandering (geluk) lijkt een reden te zijn voor gewone mensen om door te gaan met leven.

Wanneer de basis fysieke behoeften van een persoon, zoals voedsel en kleding, zijn bevredigd, zullen andere aangeboren en potentiële behoeften voortdurend opkomen. Bijvoorbeeld sociale behoeften, de behoefte aan respect, de behoefte aan kennis, esthetische behoeften, enzovoort. Het voldoen aan deze behoeften wordt door het grote publiek geaccepteerd. Daarom zijn de entertainment- en onderwijsindustrieën welvarend, omdat ze niet alleen legaal zijn, maar ook in lijn met universele waarden.

De meeste mensen hebben echter nooit gedacht dat interesses hobby's kunnen worden, hobby's obsessies kunnen worden, en obsessies verslavingen kunnen worden. En alle hobby's kunnen intensiveren, zonder uitzondering.

Bijvoorbeeld, laten we de afhankelijkheid aan hygiëne overwegen, inclusief hygiëne van de leefomgeving, hygiëne van voedsel,

hygiëne van kleding, hygiëne van het eigen lichaam, enzovoort.

Gewone mensen waarderen hygiëne, maar hebben er geen sterke binding mee. In de meeste gevallen kunnen ze in relatieve vrede leven.

Er is een groep mensen die van hygiëne houdt en er sterk aan gehecht is. Ze stellen hoge eisen aan de hygiëne van hun omgeving, voedsel, kleding en lichaam. Ze genieten van schoonmaken of wassen.

Bovendien is er een klein percentage mensen met mysophobia, waarvan de hechting aan hygiëne pathologisch is geworden. Ze moeten voortdurend schoonmaken en wassen om hun psychisch lijden en negatieve emoties te verlichten.

In wezen zijn de liefde voor hygiëne en mysophobia hetzelfde. In beide gevallen ervaren individuen lijden wanneer ze iets als onrein waarnemen. Het verschil ligt in de intensiteit van deze hechting.

Zonder begeleiding van de wijzen zou de mensheid zich niet tot introspectie en zelfbeheersing wenden.

Daarom worden in de hedendaagse samenleving de meeste mensen steeds hebzuchtiger. Als gevolg hiervan nemen verschillende vormen van lijden en negatieve emoties toe in zowel hoeveelheid als intensiteit, waardoor het moeilijk wordt voor mensen om zichzelf te bevrijden. Als gevolg daarvan moeten ze voortdurend op zoek naar methoden om verlichting te vinden.

Hoofdstuk 8: Het principe van afhankelijk ontstaan

Einstein had een beroemde quote: "God speelt niet met dobbelstenen." Het betekent dat deze wereld één geheel is, harmonieus geordend, en de wet van causaliteit volgt. God geeft alleen menselijke zielen, waar vrije wil is, evenals verschillen in de Vier Quotiënten en persoonlijkheid.

In het boek "The World as I See It" gebruikte Einstein verschillende artikelen om zijn religieuze opvattingen toe te lichten en de relatie tussen religie en wetenschap uit te leggen.

Einstein zei: "Kennis van het bestaan van iets dat we niet kunnen doordringen, van manifestaties van de diepste rede en de stralendste schoonheid, die alleen toegankelijk zijn voor onze rede in hun meest elementaire vormen - het is deze kennis en deze emotie die de werkelijk religieuze houding vormen." Hij benadrukte ook: "In deze zin, en alleen in deze zin, ben ik een diep religieus mens."

Einstein vertelde mensen: "Genoeg voor mij het mysterie van de eeuwigheid van het leven, en het vermoeden van de wonderbaarlijke structuur van de realiteit, samen met de enkelvoudige inspanning om een deel, hoe klein ook, van de reden die zich manifesteert in de natuur, te begrijpen."

Met andere woorden, Einstein erkende dat de bestaande menselijke rede niet in staat is om volledig door te dringen tot de mysteries van het universum en het leven.

We weten dat alle theoretische kaders van de moderne wetenschap zijn gebaseerd op axioma's. De zogenaamde

axioma's zijn vanzelfsprekende basisfeiten gebaseerd op het menselijk redeneren.

Bijvoorbeeld, door twee punten is er één en slechts één rechte lijn. Elke oorzaak heeft een gevolg, en elk gevolg heeft een oorzaak. Dit zijn allemaal axioma's.

Axioma's vormen de basis voor alle stellingen, en stellingen moeten worden bewezen met logische methoden.

De wet van causaliteit is een axioma, dat dient als theoretisch fundament voor alle wetenschap en filosofie. Zonder de wet van causaliteit kunnen alle wetenschappelijke stellingen en filosofische theorieën niet worden vastgesteld.

De wet van causaliteit stelt dat elk fenomeen of ding zijn oorzaak moet hebben, dat wil zeggen, "Dingen hebben hun wortel en takken, zaken hebben hun einde en begin." Met andere woorden, elk resultaat of fenomeen ontstaat uit de combinatie van oorzaken en omstandigheden.

De wet van causaliteit wordt ook wel het principe van afhankelijk ontstaan genoemd, met de volgende drie kenmerken:

Resultaten ontstaan uit oorzaken.
Geen oorzaak, geen resultaat; waar een resultaat is, moet er een oorzaak zijn. Het is sequentieel: oorzaken gaan altijd vooraf aan resultaten, en hun volgorde kan niet worden omgekeerd.

Alles volgt de universele wet.
De relaties tussen objectieve verschijnselen bestaan objectief, niet onderworpen aan menselijke wil, en zijn universeel. Bijvoorbeeld,

geboorte wordt onvermijdelijk gevolgd door de dood, bijeenkomst wordt onvermijdelijk gevolgd door afscheid, eenheid wordt onvermijdelijk gevolgd door scheiding, en formatie wordt onvermijdelijk gevolgd door vernietiging. Dit zijn universele wetten. De diversiteit van verbindingen tussen objectieve verschijnselen bepaalt de complexiteit van causale relaties.

Bestaan ontstaat uit leegte.
De zogenaamde "geboorte" betekent overgang van niet-bestaan naar bestaan, en "ophouden" betekent overgang van bestaan naar niet-bestaan. Het ontstaan van iets is gebaseerd op leegte, van niet-bestaan naar bestaan. Het ophouden van iets is gebaseerd op geleidelijke verandering, geleidelijk overgaand naar leegte.

De aanwezigheid van iets moet de bovenstaande drie kenmerken hebben.

Laten we een boom als voorbeeld nemen.

De boom is een resultaat. Wanneer het boomzaad de juiste temperatuur, vochtigheid en voldoende voedingsstoffen heeft, begint het te ontkiemen. Vervolgens, met voldoende zonneschijn, groeit het en bloeit het uiteindelijk en draagt het vrucht. Dit staat bekend als "Resultaten ontstaan uit oorzaken."

Het gen van een boom bepaalt zijn soort-kenmerken, volgens de universele wet, dus een appelzaad kan niet uitgroeien tot een perenboom. Dit staat bekend als "Alles volgt de universele wet."

Voordat het geplant wordt, bestaat de boom niet. Het komt pas in het bestaan na geplant te zijn. Dit staat bekend als "Bestaan ontstaat uit leegte."

Als we deze drie kenmerken gebruiken om het bestaan van dingen te onderzoeken, zullen we ontdekken dat alles in het universum deze drie basiskenmerken heeft. Niets kan ontsnappen aan afhankelijk ontstaan en ophouden - de wet dat oorzaken en omstandigheden leiden tot ontstaan en ophouden. Alle dingen volgen de wet van causaliteit en hebben hun overeenkomstige oorzaken en gevolgen.

De Vier Quotiënten in de menselijke ziel en de fabrieksinstelling van persoonlijkheid zijn slechts een resultaat. Dus, wat is de oorzaak? We moeten deze vraag bespreken op basis van de wet van causaliteit.

In Hoofdstuk 5 hebben we aangetoond dat de Vier Quotiënten mentale vermogens zijn. De Vier Quotiënten van een persoon verschillen aanzienlijk van die van hun ouders.

Het potentieel van de Vier Quotiënten wordt niet geërfd. De genen van het menselijk lichaam worden geërfd van ouders, en het menselijk lichaam is slechts een gereedschap van de geest.

Gebaseerd op de wet van causaliteit of het principe van afhankelijk ontstaan, moeten de Vier Quotiënten in de menselijke ziel en de fabrieksinstelling van persoonlijkheid hun onderliggende oorzaken hebben, terwijl vrije wil inherent is aan de menselijke ziel.

Hoofdstuk 9:
Talenten, Hobby's en Persoonlijkheid Worden Niet Geërfd

Vandaag zullen we verder bewijzen dat de menselijke geest niet wordt geërfd van ouders, oftewel, de menselijke geest wordt niet gekopieerd in het lichaam.

We weten dat naast het aangeboren potentieel van de Vier Quotiënten, iedereen ook geboren wordt met potentieel voor verschillende vaardigheden en hobby's.

Potentieel kan ook talent worden genoemd. In feite zijn talent en potentieel twee aspecten van hetzelfde. Vanuit het perspectief van ‘aangeboren’ wordt het talent genoemd; vanuit het perspectief van ontwikkeling en cultivering wordt het potentieel (latent vermogen) genoemd.

Bijvoorbeeld heeft iedereen verschillende talenten op het gebied van sport, muziek, schilderen, kalligrafie, enzovoort. Zoals het gezegde gaat: "Elk vak heeft zijn meester." Met andere woorden, iedereen heeft talent op een bepaald gebied. Natuurlijk kan het niveau van talent enorm verschillen.

Bijvoorbeeld, de verschillen in talent bij Go-spelers zijn het meest duidelijk. In de amateur-fase zijn er 13 niveaus en 8 rangen, terwijl er in de professionele fase 9 rangen zijn.

We zullen de amateurs nu niet bespreken. Onder de professionele spelers besteden ze een vergelijkbare hoeveelheid tijd aan het spelen van Go, maar hun vaardigheden variëren sterk, vooral bij de hogere rangen van professionele spelers. Hoe hoger de rang,

hoe moeilijker het wordt. Dit toont duidelijk de verschillen in talent aan.

In de Chinese cultuur is er een traditioneel gebruik genaamd "Eénjarig vangen", dat onder de mensen is doorgegeven sinds de Zuidelijke en Noordelijke Dynastieën. Wanneer een kind één jaar oud wordt, leggen ouders verschillende objecten zoals een rekenmachine, pen, boek en weegschaal voor het kind neer. Op basis van het object dat het kind grijpt, kunnen voorspellingen worden gedaan over hun toekomstige beroepskeuze. Dit weerspiegelt de wijsheid die duizenden jaren is doorgegeven.

In de roman "Droom van de Rode Kamer" is er een scène waarin in Jia Baoyu's "Eénjarig vangen" hij een rouge en een haarspeld grijpt, wat zijn toekomstige temperament voorspelt.

Verder is er in Tibet een traditie om gereïncarneerde lama's te herkennen. Ze plaatsen verschillende sets gebedskralen voor het geteste kind en controleren of het kind de set gebedskralen vastpakt die de overleden lama eerder heeft gebruikt. Dit wordt gebruikt om te bepalen of het kind de gereïncarneerde lama is die ze zoeken.

Naarmate mensen ouder worden, komen verschillende potentiële voorkeuren en verlangens naar voren. Bijvoorbeeld, jongens kunnen interesse tonen in wapens, voertuigen, verschillende balspellen, enzovoort, terwijl meisjes kunnen worden aangetrokken door poppen, zingen, dansen, verkleedspelletjes, enzovoort.

Natuurlijk zijn er uitzonderingen, maar dit is waar in de meeste gevallen.

Sommige kinderen genieten van het eten van vlees of vis, terwijl anderen de voorkeur geven aan een vegetarisch dieet en misselijk worden als ze vlees eten. Sommige kinderen hebben een zoetekauw, terwijl anderen de voorkeur geven aan gekruid en zuur voedsel.

Naarmate ze ouder worden, streven meisjes vaak naar schoonheid, terwijl jongens liever stoer willen zijn. Na een bepaalde leeftijd variëren hun kledingvoorkeuren en esthetische smaken sterk. Hun individuele hobby's, zoals het bespelen van muziekinstrumenten, schaken, kalligrafie, schilderen en sport, komen geleidelijk naar voren.

Naarmate mensen opgroeien, ervaren ze steeds meer ergernissen. Vanwege de druk om in hun levensonderhoud te voorzien, kunnen jaloezie, competitiviteit, arrogantie en woede ontstaan. Deze zijn allemaal aangeboren. Echter vertonen sommige individuen vriendelijkheid, vriendelijkheid, geduld en nederigheid. Wat temperament betreft, kunnen er aanzienlijke verschillen zijn tussen individuen en hun ouders.

Volwassenen neigen ernaar hun carrières te kiezen op basis van hun voorkeuren. Sommige individuen hebben echter mogelijk geen specifieke talenten of hobby's; ze moeten een vaardigheid leren om werk te vinden. Ze hebben echter nog steeds enig talent op dat gebied. Ze kiezen van nature om een vaardigheid te leren waarin ze enig talent hebben, en vinden dan werk om in hun levensonderhoud te voorzien. Op dit punt worden hobby's niet als prioriteit beschouwd, omdat overleven de belangrijkste zorg is.

Het aangeboren temperament en de persoonlijkheid van iedereen verschillen aanzienlijk van die van hun ouders en broers en

zussen. Omdat de verschillen zo duidelijk zijn, zullen we geen specifieke voorbeelden geven.

Samengevat, de aangeboren talenten, hobby's, persoonlijkheid en temperament van een persoon worden niet geërfd; ze verschillen aanzienlijk van die van hun ouders. Daarom kunnen ze niet worden doorgegeven via DNA.
Het potentieel, de talenten, hobby's, persoonlijkheid en temperament van mensen behoren allemaal tot de menselijke geest. Terwijl de genen van het menselijk lichaam worden gekopieerd van ouders, wordt de geest niet gekopieerd van ouders. Daarom kunnen het menselijk lichaam en de geest worden gescheiden. Het lichaam is niet de drager van de geest; het is slechts een instrument van de geest.

In de volgende hoofdstukken zullen we blijven ingaan op dit onderwerp.

Hoofdstuk 10: Vrije Wil en Alomtegenwoordig Lijden

Vandaag zullen we verder ingaan op de realiteit van het leven.

We weten dat mensen subjectieve wil hebben, dat wil zeggen, mensen hebben vrije wil en creativiteit.

Volgens de natuurwetenschap, gebaseerd op de tweede wet van de thermodynamica, neigt een geïsoleerd systeem tot toename van entropie en bereikt uiteindelijk een toestand met maximale entropie, wat de meest wanordelijke toestand van het systeem is.

In een geïsoleerd systeem kan de entropie echter blijven afnemen als er een organisme met vrije wil is, voordat het organisme sterft. Dit lijkt in strijd met de natuurwetenschap.

Laten we een eenvoudig voorbeeld overwegen: een rivier stroomt naar het oosten. Dit is in overeenstemming met de natuurwet. In de rivier stroomt alles zonder vrije wil onvermijdelijk naar het oosten. Levende organismen met vrije wil kunnen echter tegen de stroom in zwemmen helemaal naar de bron van de rivier.

Bovendien kunnen dingen die worden aangedreven door organismen met vrije wil ook tegen de stroom in bewegen.

Mensen worden spirituele wezens genoemd omdat hun spiritualiteit tot uiting komt in hun vrije wil.

Hoewel mensen vrije wil hebben, begrijpen ze de realiteit en waarheid van het universum en het leven niet. Daarom neigt hun vrije wil ertoe onwetend te handelen, wat blind handelen is.

De acties van vrije wil produceren inerte kracht, die niet verdwijnt maar wordt opgeslagen als energie in de geest van elk individu. Vrije wil handelt voortdurend en accumuleert in het proces steeds meer inertie-energie.

We verwijzen naar de inertie-energie die wordt opgebouwd door de acties van vrije wil als "karma".

De energie die wordt opgebouwd door herhaalde karmische acties staat bekend als "karmische gewoonte".

Karma wordt onderverdeeld in positief karma, negatief karma en neutraal (noch positief noch negatief) karma.

De gewoonte van positief karma wordt positieve karmische gewoonte genoemd, de gewoonte van negatief karma wordt negatieve karmische gewoonte genoemd, terwijl de gewoonte van neutraal karma neutrale karmische gewoonte wordt genoemd.

Deze karmische gewoonten worden opgeslagen als energie in de geest van elk individu.

In ons dagelijks leven hebben we de term 'Zào Yè' (karma creëren) gehoord. 'Zào' betekent creëren of genereren, terwijl 'Yè' verwijst naar de inertie-energie die wordt opgebouwd door de acties. Karma creëren betekent niet "zonden begaan". "Zonden begaan" verwijst specifiek naar het creëren van negatief karma.

In ons dagelijks leven hebben we ook termen gehoord zoals 'Shì Yè' (loopbaan) en 'Jiā Yè' (familiebezit), waarbij 'Jiā Yè' verwijst naar de rijkdom en activa die familieleden hebben opgebouwd door hard werken.

Het is belangrijk voor ons om een duidelijk en diepgaand begrip te hebben van de term "karma". "Karma" is inertie-energie, en de gewoonte van karma wordt karmische gewoonte genoemd. Karmische gewoonte oefent op zijn beurt een kracht uit op vrije wil, en deze kracht wordt karmische kracht genoemd.

Naarmate de karmische gewoonte en karmische kracht sterker worden, wordt de vrijheid van mensen steeds minder.

Laten we roken als voorbeeld nemen.

Als een persoon helemaal niet rookt, hebben ze in relatie tot roken noch karmische gewoonte noch karmische kracht, ze zijn volledig vrij. Maar op een dag, verleid door een vriend, besluiten ze te proberen te roken. In het begin roken ze alleen af en toe zonder verslaafd te raken, dus de dwang om te roken is erg zwak. Met andere woorden, hun karmische gewoonte van roken is erg zwak. In relatie tot roken hebben ze nog steeds een relatief hoge mate van vrijheid.

Na een periode van gewenning verhogen ze geleidelijk hun rookfrequentie van één pakje om de twee dagen naar één pakje per dag. De karmische gewoonte van roken intensiveert geleidelijk en ze beginnen verslaafd te raken aan roken. Op dit punt maakt de karmische kracht van roken hen op de een of andere manier dwangmatig en ontbreekt het aan vrijheid. We verwijzen naar het gevoel van dwang en gebrek aan vrijheid veroorzaakt door de karmische kracht als alomtegenwoordig lijden.

Naarmate de verslaving aan roken toeneemt, moeten ze twee of zelfs drie pakjes per dag roken. Op dit punt wordt de karmische kracht gegenereerd door roken al zeer krachtig. In relatie tot roken

hebben ze zeer weinig vrijheid. Als ze ervoor kiezen om niet te roken, zal de karmische kracht hen grote ellende laten ervaren; als ze toegeven aan de karmische kracht en roken, zullen ze de verandering van lijden (geluk) ervaren, wat de karmische gewoonte verder versterkt.

Vanaf dat moment drijft het alomtegenwoordige lijden dat door de rookverslaving wordt veroorzaakt hen om een leven van voortdurend roken te leiden onder de dwang van de karmische kracht, en zo voortdurend te schakelen tussen lijden en de verandering van lijden (geluk), waarbij ze een vicieuze cirkel creëren.

In relatie tot roken zijn ze overgegaan van een staat van vrijheid en vrede naar een staat zonder vrijheid en vrede.

Laten we gamen als een ander voorbeeld nemen.

Als een persoon helemaal niet gamed, hebben ze in relatie tot gamen noch karmische gewoonte noch karmische kracht, ze zijn vrij. Maar op een dag, verleid door een vriend, besluiten ze te proberen te gamen. In het begin spelen ze alleen af en toe zonder verslaafd te raken, dus de dwang om te gamen is erg zwak. Met andere woorden, hun karmische gewoonte van gamen is erg zwak. In relatie tot gamen zijn ze nog steeds relatief vrij.

Na een periode van gewenning verhogen ze geleidelijk hun speelfrequentie van één of twee uur per dag naar vier of vijf uur per dag. De karmische gewoonte van gamen intensiveert geleidelijk en ze beginnen verslaafd te raken aan gamen. Op de een of andere manier maakt de karmische kracht van gamen hen dwangmatig en ontbreekt het aan vrijheid. Met andere woorden, ze

beginnen alomtegenwoordig lijden te ervaren.

Naarmate de verslaving toeneemt, kunnen ze vaak de hele dag spelen, en zelfs de hele nacht wakker blijven. Sommige individuen hebben zelfs gespeeld tot uitputting of plotselinge dood. Deze nieuwsberichten zijn geen geïsoleerde gevallen.

Op dit punt wordt de karmische kracht gegenereerd door gamen al zeer krachtig. In relatie tot gamen hebben ze zeer weinig vrijheid. Als ze ervoor kiezen om niet te spelen, zal de karmische kracht hen grote ellende laten ervaren; als ze toegeven aan de karmische kracht en doorgaan met spelen, zullen ze de verandering van lijden (geluk) ervaren, wat de karmische gewoonte verder versterkt.

Vanaf dat moment drijft het alomtegenwoordige lijden dat door de verslaving aan gamen wordt veroorzaakt hen om verslaafd te raken aan gamen onder de dwang van de karmische kracht, en zo voortdurend te schakelen tussen lijden en de verandering van lijden (geluk), waarbij ze een vicieuze cirkel creëren. In relatie tot gamen zijn ze overgegaan van een staat van vrijheid en vrede naar een staat zonder vrijheid en vrede.

Samengevat genereren de blinde acties van vrije wil karma, en de accumulatie van karma vormt karmische gewoonten. Wanneer een karmische gewoonte kracht uitoefent op vrije wil, wordt de karmische gewoonte ook wel karmische kracht genoemd.

Karma brengt onvermijdelijk een gevoel van dwang en gebrek aan vrijheid bij mensen. Met andere woorden, karma leidt onvermijdelijk tot alomtegenwoordig lijden.

Hoofdstuk 11: Mensen Worden Misleid door Geluk

We weten dat geluk het lijden van verandering is, een tijdelijke opluchting van het lijden. Hoe meer lijden er is, hoe gelukkiger we ons zullen voelen wanneer het lijden wordt verlicht.

Misschien zullen sommige mensen beweren: Zelfs zonder verlichting van het lijden kunnen we nog steeds geluk ervaren (lijden van verandering).

Bijvoorbeeld, vandaag ben ik in een goede bui, vol energie, zonder zorgen of lichamelijke pijn. Wanneer een ervaren massagetherapeut me een rugmassage geeft, voel ik me comfortabel en gelukkig.

Echter, de waarheid is dat er een onderliggend lijden in je lichaam is. Waarom ga je voor een massage? Dit komt doordat, op jouw leeftijd, je spieren al versleten zijn, waardoor je vatbaar bent voor vermoeidheid; en de energiekanalen in je rug zijn enigszins geblokkeerd geraakt. Als gevolg hiervan, wanneer je dit ongemak verlicht door middel van massage, voel je comfort en geluk (lijden van verandering).

Als we de rug van een gezond kind van vijf of zes jaar zouden masseren, zouden ze geen geluk ervaren (lijden van verandering); ze zouden zelfs pijn en ongemak kunnen voelen.

Naarmate de tijd verstrijkt, beginnen we te verouderen en ervaren we het "lijden van veroudering". Dit soort lijden is echter misschien niet ernstig genoeg om ons te weerhouden van leven of werken; in plaats daarvan kunnen we het nog steeds verdragen en volhouden.

Als we onszelf zorgvuldig observeren, zullen we merken dat we gedurende de dag talloze behoeften en verlangens hebben, waarvan velen we ons misschien niet eens bewust zijn. Ze zijn verborgen in onze geest en zorgen ervoor dat we ons zorgen maken over winst en verlies, onverklaarbaar geïrriteerd, depressief, geneigd tot klagen en boos worden, of zelfs angstig worden. Wanneer een verlangen niet bevredigd kan worden, kunnen we het alleen maar verdragen en onze aandacht verplaatsen naar het bevredigen van andere haalbare verlangens, waardoor we tijdelijk de onvervulde verlangens vergeten.

Als alternatief, wanneer een verlangen niet bevredigd kan worden, kunnen we het verdragen terwijl we moeite doen om te studeren en te werken, om de voorwaarden en vaardigheden te verkrijgen om aan onze verlangens te voldoen.

De meeste mensen zijn onwetend. Ze zoeken alleen geluk (lijden van verandering), maar in werkelijkheid worden ze misleid door geluk (lijden van verandering).

Wanneer mensen hun verlangens bevredigen om geluk (lijden van verandering) te verkrijgen, wordt hun hebzucht herhaaldelijk geïnstitutionaliseerd, waardoor de gewoonte van hebzucht wordt versterkt. Naarmate de gewoonte van hebzucht sterker wordt, intensiveert het lijden van niet krijgen wat men wil, waardoor mensen hun verlangens frequenter bevredigen om dit lijden te verlichten.

Naarmate het lijden van niet krijgen wat men wil intenser wordt, nemen ook het lijden van scheiding van wat men liefheeft, het lijden van het tegenkomen van wat men niet leuk vindt, en verschillende negatieve emoties toe en nemen toe, waardoor een

vicieuze cirkel ontstaat. Op deze manier maken mensen zich zorgen over winst en verlies, schommelend tussen vreugde en verdriet.

Het meest angstaanjagende is dat deze situatie de neiging heeft in de loop van de tijd erger te worden, waardoor mensen erin gevangen raken en niet kunnen ontsnappen, als duivels.

In werkelijkheid zoeken mensen echt naar vrede, niet naar geluk (lijden van verandering). Dus, wat is vrede?

Zoals eerder vermeld, is vrede een zuivere en vrije staat. Wanneer een persoon minder verlangens heeft en meer tevreden is, ervaart diegene minder lijden en geluk (lijden van verandering). Als gevolg hiervan neigt hun fysieke gezondheid beter te zijn, is hun innerlijke toestand meer rustig en ontspannen, ervaren ze minder zorgen en negatieve emoties. Dit is relatieve vrede.

Hoe minder verlangens een persoon heeft, hoe gezonder en zuiverder hun lichaam en geest worden, wat leidt tot een hoger niveau van vrede.

Om ons niveau van vrede te vergroten, hebben we begeleiding nodig van wijze leraren om de realiteit van het leven te zien, onszelf te begrijpen, onze wijsheid te ontsteken en onze staat van leven te verhogen.

Hieruit kunnen we begrijpen dat om relatieve vrede te bereiken en ons niveau van vrede te vergroten, de eerste stap is om de wortel van het lijden - verlangen - te identificeren.

Vervolgens moeten we de juiste methoden gebruiken om

verlangen te verminderen, waardoor we echt lijden elimineren, in plaats van lijden tijdelijk te verlichten door blindelings aan onze verlangens te voldoen.

Dit is de grootste misvatting voor de meeste mensen: ze geloven dat ze door aan hun verlangens te voldoen, lijden kunnen verlichten en geluk (lijden van verandering) kunnen bereiken. Deze aanpak intensiveert echter feitelijk verlangens, waardoor groter lijden ontstaat dat moet worden verlicht. Op deze manier creëert het een vicieuze cirkel en raakt men steeds dieper verstrikt.

Dus, de sleutel is hoe de juiste methoden te beheersen om verlangen te verminderen. Hier kunnen we ze kort introduceren.

Ten eerste, leer en begrijp de wet van oorzaak en gevolg. Wees op de hoogte van de relatie tussen karmische oorzaak, karmisch effect, karmische kracht en karmische gewoonte.

Realiseer je dat naarmate mensen continu aan verschillende behoeften en verlangens voldoen, de karmische gewoonte van verlangen intensiveert, waardoor eindeloos en steeds ernstiger lijden in de toekomst ontstaat. Doe moeite om met verlangen om te gaan en blijf weg van externe invloeden die verlangen triggeren.

Ten tweede, beoefen yoga of meditatie. Door het lichaam en de geest te cultiveren en onze ademhaling te controleren, kunnen we ons verlangen temmen.

Ten derde, volg een wijze leraar om wijsheid te leren. Begrijp de wortel van het lijden en de essentie van geluk (lijden van verandering). Realiseer je dat alles onbestendig is, zoals vluchtige wolken.

Hier zullen we geen gedetailleerde uitleg geven. Er zijn echter speciale leerstellingen beschikbaar om ons te begeleiden bij het leren van de juiste methoden, die ons kunnen helpen de karmische gewoonte van verlangen te verminderen en zelfs te elimineren, ons leidend naar echte en perfecte vrede.

Hoofdstuk 12: Mensen Worden Misleid door Vrijheid

Vandaag gaan we verder met het verkennen van de realiteit van het leven.

Laten we eerst praten over het conventionele begrip van vrijheid. Vanuit het perspectief van mensen wordt vrijheid beschouwd als het recht om te doen wat men maar wil binnen de grenzen van wetten en moraliteit. Met andere woorden, zolang men de vrijheid van anderen niet belemmert of schendt, kan men doen wat men wil, en dat wordt beschouwd als vrijheid.

Dus, vrijheid is voorwaardelijk; het is onderworpen aan beperkingen. De voorwaarde voor vrijheid is dat individuen zichzelf moeten beheersen, geen wetten of moraliteit mogen schenden, dat wil zeggen, de vrijheid van anderen niet mogen belemmeren of schenden.Wanneer een persoon zijn wettelijke en ethische recht op vrijheid uitoefent en wordt geconfronteerd met interferentie, beperkingen, controle, dwang, of zelfs geweld door anderen, dan wordt hun vrijheid belemmerd, geschonden, of ontnomen door andere individuen of groepen.

Let op dat het sleutelpunt van de vrijheid, "ik kan doen wat ik wil," het woord "wil" is, wat bereidheid, voorkeur en neiging overbrengt. Wanneer een persoon wordt gedreven door hun karmische gewoonte en gedwongen door hun karmische kracht, dat wil zeggen, gedwongen door het alomtegenwoordige lijden of pijn, om deze lijden te verlichten, genereren ze de gedachte iets te willen doen. De gedachte "ik wil iets doen" lijkt proactief maar is eigenlijk passief.

Vervolgens moeten ze de vrijheid verkrijgen om het te

doen.Wanneer een persoon de vrijheid heeft om te doen wat ze willen, is de volgende stap het verkrijgen van de omstandigheden om die vrijheid te bereiken, wat inhoudt dat ze voldoende rijkdom en verschillende ondersteunende factoren moeten hebben, evenals vrij zijn van interferentie, beperkingen, controle, of inbreuk door anderen.

Als ze er niet in slagen de noodzakelijke omstandigheden te verkrijgen om vrijheid te bereiken, zullen hun alomtegenwoordige lijden en pijn aanhouden, en kunnen ze alleen maar verdragen.

Wanneer een persoon de omstandigheden heeft verkregen om vrijheid te bereiken, varieert hun bereidheid om iets te doen. Bereidheid kan worden onderverdeeld in stadia van interesse, hobby, obsessie en verslaving.

Als de bereidheid van een persoon om iets te doen op het stadium van interesse ligt, zijn de alomtegenwoordige pijn en het lijden van niet krijgen wat men wil niet intens, en kunnen ze zichzelf nog steeds beheersen.

Als hun bereidheid is toegenomen tot het stadium van hobby of obsessie, en overgaat van een gevoel van dwang naar een gevoel van onrust, worden de alomtegenwoordige pijn en het lijden van niet krijgen wat men wil zeer intens. Op dit punt zullen ze het moeilijk vinden om zichzelf te beheersen. Ze kunnen vaak voorbijgaan aan de gevoelens van hun familie, vrienden of collega's en doen wat ze willen, of zelfs de vrijheid van anderen schenden.

Als hun bereidheid is veranderd in verslaving, zullen ze intense alomtegenwoordige pijn en het lijden van niet krijgen wat men wil

ervaren. Op dit punt zullen ze het moeilijk vinden om zichzelf te beheersen. Ze kunnen overgeleverd zijn aan waanzin en intense wrok koesteren wanneer hun verlangens niet worden bevredigd, of zelfs overgaan tot fysiek schaden van anderen, stelen, of het beroven van de bezittingen van anderen. Dit stemt overeen met het gezegde: "Liever sterven dan leven zonder vrijheid."

De keuzes die mensen maken op basis van hun bereidheid en voorkeuren worden eigenlijk gedreven door karmische gewoonten en gedwongen door karmische kracht. Dat wil zeggen, in wezen is het streven naar vrijheid om alomtegenwoordige pijn en lijden tijdelijk te verlichten.

Kortom, mensen verlangen naar vrijheid en de voorwaarden om het te bereiken, omdat ze alomtegenwoordige pijn en lijden ervaren. Om deze lijden tijdelijk te verlichten, moeten ze hun karmische gewoonten volgen om te doen wat ze willen.

De meeste mensen zijn onwetend. Ze verlangen naar vrijheid en de voorwaarden om het te bereiken, maar in werkelijkheid worden ze misleid door vrijheid.

Wanneer mensen vrij doen wat ze willen, wordt hun karma herhaaldelijk geïnstitutionaliseerd, waardoor hun karmische gewoonte van "iets willen doen" wordt versterkt. Naarmate de karmische gewoonte sterker wordt en de hechting groeit, intensiveren de alomtegenwoordige pijn en het lijden. Bijgevolg neigen mensen ertoe vaker te doen wat ze willen, om tijdelijk de alomtegenwoordige pijn en het lijden te verlichten. Dit creëert een vicieuze cirkel.

Als gevolg hiervan worden de alomtegenwoordige pijn en het lijden

van mensen steeds ernstiger, wat leidt tot nog sterkere hebzucht en vraatzucht. Het meest angstaanjagende is dat deze situatie met de tijd neigt te verslechteren, waardoor de mensheid in de afgrond valt en als duivels verstrikt raakt, niet in staat om zichzelf te bevrijden.

Laten we roken als voorbeeld nemen.

Een persoon die nooit rookt heeft de karmische gewoonte van "verlangen naar roken" niet; ze kunnen vrij kiezen om te roken of niet zonder alomtegenwoordige pijn.

Daarentegen heeft een persoon verslaafd aan roken de karmische gewoonte van "verlangen naar roken". Wanneer ze verlangen naar roken en dit kunnen doen, voelen ze dat ze de vrijheid hebben om te roken. Als ze de vrijheid hebben om te roken, evenals de noodzakelijke omstandigheden, voelen ze dat ze de vrijheid hebben om te roken.

Laten we samenvatten. Mensen verwijzen naar het recht om alomtegenwoordige pijn en lijden tijdelijk te verlichten als vrijheid. Echter, terwijl ze vrij doen wat ze willen, groeit de karmische gewoonte van hebzucht.

Omdat er te veel dingen zijn die mensen willen doen, naarmate de karmische gewoonten van verschillende verlangens groeien, worden de objectieve omstandigheden om vrijheid te bereiken steeds moeilijker. Het streven naar vrijheid zal onvermijdelijk invloed hebben op of inbreuk maken op de vrijheid van anderen.

Daarom zal de vrijheid van mensen steeds meer beperkingen of controle ondergaan en mag deze niet worden toegestaan. Als

gevolg hiervan zullen mensen uiteindelijk vrijheid verliezen in de zoektocht naar vrijheid. Dit is een onvermijdelijk resultaat.

In werkelijkheid is de vrijheid die mensen nastreven geen ware vrijheid. Ware vrijheid is innerlijke vrijheid. Innerlijke vrijheid betekent dat men kan kiezen om iets te doen of niet te doen, zonder alomtegenwoordige pijn, pijn, of het lijden van verandering (geluk), zonder het besef vrij te zijn of niet. Deze toestand wordt innerlijke vrijheid genoemd.

Dus hoe kunnen we innerlijke vrijheid bereiken? Laten we doorgaan met het gebruik van roken als voorbeeld.
Wanneer een persoon met een rookverslaving begint met stoppen met roken, hebben ze nog steeds de neiging van "verlangen naar roken", maar rationeel willen ze stoppen met roken, en gedragsmatig weerhouden ze zichzelf van roken. Tijdens dit proces kunnen ze alomtegenwoordige pijn, het lijden van niet krijgen wat men wil, en het lijden van scheiding van wat men liefheeft ervaren.

Maar zolang de methode juist is en men volhardt, zal hun rookverslaving geleidelijk afnemen, en de alomtegenwoordige pijn, het lijden van niet krijgen wat men wil, en het lijden van scheiding van wat men liefheeft zullen ook afnemen.

Nadat deze persoon volledig is gestopt met roken, hebben ze niet langer de neiging van "verlangen naar roken", en dus zijn ze vrij van alomtegenwoordige pijn, het lijden van niet krijgen wat men wil, en het lijden van scheiding van wat men liefheeft. Ze hebben niet langer de zogenaamde vrijheid nodig; ze hebben innerlijke vrijheid herwonnen.

Daarom moeten we om innerlijke vrijheid te bereiken, de alomtegenwoordige pijn en lijden volledig elimineren. Om dit te bereiken, moeten we de juiste methoden gebruiken om karmische kracht te verzwakken en karmische gewoonten te verminderen, in plaats van blindelings de karmische gewoonten te volgen om tijdelijk de alomtegenwoordige pijn en het lijden te verlichten.

Dit is de grootste misvatting voor de meeste mensen: als ze blindelings hun karmische gewoonten volgen om tijdelijke vrijheid te bereiken, is het resultaat een toename van die gewoonten en de groei van gehechtheid, waardoor een vicieuze cirkel ontstaat en uiteindelijk vrijheid verloren gaat.

Hoofdstuk 13: Vorige Levens, Huidig Leven en Oorzakelijkheid

In Hoofdstuk 8 bespraken we het principe van afhankelijk ontstaan, ook bekend als de wet van oorzakelijkheid. Laten we het nu samenvatten.

De wet van oorzakelijkheid is een axioma, dat dient als de theoretische basis voor alle wetenschap en filosofie. Zonder de wet van oorzakelijkheid kunnen alle wetenschappelijke stellingen en filosofische theorieën niet worden vastgesteld.

De wet van oorzakelijkheid stelt dat elk fenomeen of ding zijn oorzaak moet hebben, dat wil zeggen: "Dingen hebben hun wortels en takken, zaken hebben hun einde en begin." Met andere woorden, elk resultaat of fenomeen ontstaat uit de combinatie van oorzaken en voorwaarden.

Het principe van afhankelijk ontstaan heeft drie kenmerken:

•Resultaten ontstaan uit oorzaken;

•Alles volgt de universele wet;

•Bestaan ontstaat uit leegte.

Alles in het universum heeft deze drie basiskenmerken.

Niets kan ontsnappen aan afhankelijk ontstaan en beëindiging - de wet dat oorzaken en voorwaarden leiden tot ontstaan en beëindiging. De materiële wereld volgt de wet van oorzakelijkheid, en de spirituele wereld volgt ook de wet van oorzakelijkheid.

De traagheidsenergie die wordt gegenereerd door de acties van vrije wil wordt "karma" genoemd. Met andere woorden, al onze gedachten en acties laten indrukken achter, waardoor een soort

traagheid ontstaat. De traagheidsenergie die zich ophoopt door herhaalde acties vormt karmische gewoonten. De karmische gewoonten die ontstaan door de acties van vrije wil zullen op hun beurt de vrije wil beïnvloeden. Deze kracht die terugwerkt op vrije wil wordt karmische kracht genoemd.

In feite is de wet van oorzakelijkheid altijd aanwezig in de acties van vrije wil. Dus, de oorzaak is de kracht van karmische oorzaak, of simpelweg karmische oorzaak; het effect is de kracht van karmisch effect, of simpelweg karmisch effect; en de voorwaarde is de kracht van karmische voorwaarde, of simpelweg karmische voorwaarde.

Wanneer de vrije wil actief is, beïnvloeden karmische oorzaken ook de acties van vrije wil, wat leidt tot karmische effecten, die dan nieuwe karmische oorzaken worden. Daarom is de wet van oorzakelijkheid geen determinisme of fatalisme.

Iedereen met logisch denkvermogen kan begrijpen dat als er oorzakelijkheid is, er reïncarnatie moet zijn. Waarom? Sommige slechte individuen plegen kwaad gedurende hun hele leven en sterven zonder enige vergelding te ervaren. Daarentegen leiden sommige deugdzame individuen een rechtvaardig leven maar sterven zonder enige beloning te ontvangen. Als er geen leven na de dood en geen gevolgen zijn om mee om te gaan na de dood, waar slechte individuen hun verdiende vergelding zouden ontlopen en deugdzame individuen hun verdiende beloningen niet zouden kunnen ontvangen, zou de wet van oorzakelijkheid niet worden vastgesteld, en ethische waarden zouden betekenisloos zijn.

In de echte wereld lijkt kwaad vaak winstgevender dan rechtvaardigheid, dus waarom zouden we dan toch

rechtvaardigheid handhaven? Sommige individuen plegen immorele daden, streven alleen hun eigen belang na, maar lijken toch gelukkig te leven. Als er geen vergeldingen zouden zijn voor hun daden, zou het dan niet redelijker zijn om slechte daden te begaan?

Daarom hebben we alleen reden om rechtvaardigheid te handhaven en betekenis te vinden in het nastreven van rechtvaardigheid als immorele daden onvermijdelijk leiden tot vergeldingen, deugdzame daden uiteindelijk beloningen brengen, en rechtvaardigheid zegeviert.

Het aangeboren potentieel van de Vier Quotiënten, evenals verschillende hobby's, vaardigheden, persoonlijkheid en temperament van een persoon, is verschillend van hun ouders. Ze worden niet geërfd, noch bepaald door God. De karmische effecten waarmee we in dit leven worden geboren, moeten hun oorzaken hebben in onze vorige levens.

Zelfs onder broers en zussen die zijn opgevoed door dezelfde ouders in dezelfde gezinsomgeving, kunnen hun persoonlijkheden aanzienlijk verschillen: sommigen zijn medelevend, anderen zijn onverschillig; sommigen zijn empathisch, anderen zijn egoïstisch; sommigen zijn sterk, anderen zijn zwak; sommigen zijn ruimdenkend, anderen zijn conservatief... Deze persoonlijkheden beginnen zich te manifesteren in de vroege kindertijd, vóór formeel onderwijs. Dit is ook te zien in hun interesses en gedragingen. Sommige individuen worden geboren met ernstige intellectuele beperkingen, terwijl anderen geboren genieën zijn. Sommigen zijn van jongs af aan goedhartig, terwijl anderen egoïstisch zijn. Sommigen zijn van nature makkelijk in de omgang en zacht, terwijl anderen koppig en ongeduldig zijn. Zonder onderliggende

oorzaken zouden er geen dergelijke aangeboren karmische effecten zijn. Bovendien worden sommige mensen zelfs geboren met herinneringen aan hun vorige levens. Dergelijke variaties bestaan. Als er geen vorige levens waren, zou de wet van oorzakelijkheid niet worden vastgesteld.

Nog overtuigender bewijs is te vinden bij identieke tweelingen. Ze hebben dezelfde genetische samenstelling, hetzelfde uiterlijk, dezelfde ouders, groeien op in dezelfde omgeving, dragen dezelfde kleding en krijgen hetzelfde onderwijs. Echter, naarmate ze ouder worden, tussen de leeftijd van drie en zeven jaar, beginnen hun verschillende persoonlijkheden, voorkeuren, talenten, mogelijkheden, evenals verschillende intelligentiequotiënt, emotionele quotiënt, spirituele quotiënt en morele quotiënt zich te manifesteren.

De bewering dat mensen geen vorige of toekomstige levens hebben, ontbeert wetenschappelijke basis. Geen enkele wetenschapper kan beweren dit statement te hebben bewezen door experimenten. Een verklaring die niet is bewezen door experimenten en praktijk is slechts speculatie. Hoe kunnen we er blindelings in geloven?

Sommige mensen kunnen zich afvragen: "Als er vorige levens zijn, waarom herinner ik me ze dan niet?"

In feite, als we rustig reflecteren, zullen we beseffen dat zelfs zonder rekening te houden met vorige levens, een gewoon persoon zich nauwelijks iets kan herinneren vóór de leeftijd van zes jaar. Hoeveel dingen kun je je nog herinneren van enkele decennia geleden of zelfs slechts een paar jaar geleden? Hoe kun je zeggen dat dingen die je je niet herinnert, nooit zijn gebeurd?

Na negen en een half maand in de baarmoeder van de moeder te hebben doorgebracht, is het normaal om volledig te vergeten over vorige levens.

Natuurlijk zijn er zeer weinig individuen die zich hun vorige levens herinneren, maar naarmate ze ouder worden, vervagen deze herinneringen meestal geleidelijk. Dergelijke gevallen zijn gedocumenteerd en gemeld door de geschiedenis heen. Wetenschappelijke onderzoekers in het Westen hebben ook het bestaan van zielen na de dood bevestigd door middel van hypnose en onderzoek naar individuen die na de dood zijn teruggekeerd (bijna-doodervaringen).

Natuurlijk, om reïncarnatie te verifiëren, zijn er meestal twee mogelijkheden:

De eerste is door de beoefening van yoga, mindfulness of meditatie. Na een bepaald niveau te hebben bereikt, kan men het misschien rechtstreeks waarnemen en ervaren. Dit is bevestigd door talloze beoefenaars.

De tweede mogelijkheid is dat wetenschappers in de toekomst meer geavanceerde instrumenten kunnen uitvinden die zielen na de dood kunnen detecteren.

Alles heeft zijn oorzaak en gevolg. Van de vorming van sterrenstelsels tot gestoken worden door een mug, er zijn altijd oorzaken en voorwaarden achter. Niets gebeurt zonder oorzaak. Oorzaken leiden tot gevolgen, en gevolgen worden verder oorzaken. Oorzaken en gevolgen zijn met elkaar verbonden als een eindeloze circulaire ketting die niet stopt. Op basis van de voortdurende aard van oorzakelijkheid kunnen we ook bewijzen

dat de wet van oorzakelijkheid onvermijdelijk is gedurende vorige, huidige en toekomstige levens.

De wet van oorzakelijkheid is een natuurwet die het universum en het leven bestuurt. Niets is toevallig of wanordelijk. De ervaringen en ups en downs in ons leven, evenals de mensen die we ontmoeten en de omstandigheden waarmee we worden geconfronteerd, zijn niet willekeurig. Aangezien er in het universum de wet van causaliteit is, moet er reïncarnatie zijn.

Veel mensen zijn niet bereid om in deze waarheid te geloven, voornamelijk vanwege hun arrogantie. Ze weigeren te accepteren dat er grote wijzen in deze wereld zijn, met wijsheid en vaardigheden ver voorbij gewone mensen.
Bovendien gaan veel mensen ervan uit dat oude wijzen gewoon vergoddelijkt en geïdoliseerd zijn door latere generaties. Een dergelijk geloof zit diep ingebakken en is moeilijk te veranderen. Deze verschillende twijfels en vooroordelen belemmeren hen om te leren met een open en nederige houding, waardoor het moeilijk voor hen is om de wijsheid van de wijzen op te nemen.

Elke gewone persoon wordt door zijn eigen karma in deze wereld getrokken. Afgezien van de dood, die zeker is, weten ze niets over de toekomst. Hun onderbewustzijn is gevuld met angst en vrees. Degenen die niet geloven in reïncarnatie kennen de redenen achter dergelijke gevoelens niet, noch overpeinzen ze waarom het gebeurt. Wanneer ze alleen en werkloos zijn, achtervolgen deze onverklaarbare rusteloosheid, angst en eenzaamheid hen vaak. Niet in staat om zichzelf onder ogen te zien, zoeken ze vaak toevlucht in het gezelschap van anderen, bezig met entertainmentactiviteiten zoals kletsen, gamen en dansen, om de tijd te doden en deze gevoelens te vergeten. Ze kunnen er ook

voor kiezen zich onder te dompelen in kunst. Het meest voorkomende fenomeen in de moderne samenleving is het kijken naar tv of scrollen door smartphones, om doelloos de tijd te verdrijven.

Mensen die niet geloven in leven na de dood, denken in hun onderbewustzijn: Mensen zijn niets meer dan zeer complexe maar niet mysterieuze elektrochemische machines. Ze geloven dat er na de dood niets overblijft, dus terwijl ze leven, zouden ze ten volle van het leven moeten genieten. Wat betreft criminelen, denken ze dat ze na de dood alle verantwoordelijkheid voor hun daden kunnen ontlopen. Zo plegen ze misdaden met deze mindset van geluk en hebzucht.

In de wereld van vandaag hebben mensen blind vertrouwen in de wetenschap. Geobsedeerd door de ontwikkelingen in technologie staan ze voor een ernstige spirituele crisis die zich blijft verspreiden over de wereld. In westerse landen worden verschillende verwarrende sociale kwesties steeds prevalenter en uitdagender.

Tegenwoordig groeien en verspreiden individualisme, liberalisme, materialisme en hedonisme opnieuw en vormen ze subtiel de sociale sfeer. Mensen over de hele wereld worden steeds materialistischer, zoeken snel succes, zijn kortzichtig, gewetenloos, spiritueel leeg en onverantwoordelijk.

Hoofdstuk 14:
Karmische Oorzaak, Karmisch Effect en Hao Liao Ge

Laten we eerst de belangrijkste punten van het vorige hoofdstuk herzien.

Hoewel mensen vrije wil hebben, begrijpen ze niet de waarheid en realiteit van het universum en het leven. Daarom neigt hun vrije wil ertoe onwetend te handelen, wat blind handelen is.
De inertie-energie die voortkomt uit de acties van vrije wil wordt "karma" genoemd. Wanneer vrije wil voortdurend handelt, hoopt karma zich op en worden karmische gewoonten gevormd.

Wanneer karmische gewoonten terugwerken op vrije wil, staat dit ook bekend als inertie, of eenvoudigweg karmische kracht. We weten dat terwijl vrije wil handelt, deze wordt beïnvloed door karma.

We verwijzen naar de functie van karma als karmische oorzaak en het effect van gezamenlijke acties van vrije wil en karmische oorzaak als karmisch effect. Karmische effecten worden dan nieuwe karmische oorzaken, die blijven deelnemen aan de acties van vrije wil en nieuwe karmische effecten teweegbrengen.

Op deze manier worden in onze geest verschillende en ontelbare karmische oorzaken en gevolgen gegenereerd. De wet van causaliteit zal nooit falen.

Laten we een voorbeeld nemen. Stel dat je huis zich in de buurt van een rivier bevindt en er zijn twee bruggen om de stad aan de andere kant te bereiken. Eén brug bevindt zich aan de oostkant van je huis en de andere aan de westkant, beide ongeveer 200

meter verderop, met even goede wegen om te reizen. Elke dag fiets je over de rivier om boodschappen te doen.Vandaag kies je er misschien voor om de brug aan de oostkant te nemen, terwijl je op een andere dag misschien degene aan de westkant kiest. In de loop der jaren zou de waarschijnlijkheid om elk van deze twee bruggen te gebruiken ongeveer 50% zijn. Dit illustreert vrije wil.

Op een dag verhuist er een nieuw gezin naar de oostkant, en ze hebben een Tibetaanse Mastiff. Elke ochtend, wanneer je de brug oversteekt, zou de eigenaar de hond op de brug uitlaten, wat je angstig maakt. Daarom stop je met het gebruiken van de brug aan de oostkant. Deze angst is de karmische oorzaak. Beïnvloed door de karmische oorzaak verandert je vrije wil je gedrag.

Na enkele maanden ontmoet je toevallig de eigenaar van de hond en ontdek je dat ze een mooie actrice is die je bewondert.Vanaf dat moment overwin je je angst en begin je de brug aan de oostkant opnieuw te gebruiken, hopend met haar te kunnen praten. In feite bijt haar hond niet. Op deze manier, beïnvloed door andere karmische oorzaken, verandert je vrije wil je gedrag opnieuw. Als gevolg hiervan wordt je innerlijke vrijheid beïnvloed door karmische krachten, waardoor je minder vrij wordt.

Een andere mogelijkheid is dat je niet bang bent voor honden; in feite houd je vooral van Tibetaanse Mastiffs. Dus, je begint elke dag de brug aan de oostkant te gebruiken om de hond te zien en brengt zelfs wat snacks voor hem mee. De eigenaar van de hond is een gewone vrouw. Dit gaat zo door voor enkele maanden. Dan krijg je op een dag een klein conflict met de eigenaar van de hond en wil je haar niet meer zien. Vanaf dat moment overwin je het verlangen om de Tibetaanse Mastiff te zien en begin je in plaats daarvan de brug aan de westkant te gebruiken.

Mensen zijn zo, ze worden steeds minder vrij onder invloed van karma. Elke persoon heeft zijn eigen vrije wil. Gedurende ontelbare levens hebben we door elk van onze gedachten ontelbare karma gecreëerd, verschillende karmische oorzaken gevormd en ontelbare karmische gewoonten opgebouwd.

Naar andere individuen of rassen toe hebben we verschillende karmische oorzaken opgebouwd, zoals genegenheid of afkeer, jaloezie of minachting, angst of woede. Naar verschillende dingen toe hebben we karmische gewoonten opgebouwd zoals gehechtheid, verlangen, hebzucht en gierigheid.

Alle karmische gewoonten die in het verleden en het heden zijn opgebouwd, of ze nu positief, negatief of neutraal zijn, worden de karmische oorzaken voor de volgende wedergeboorte. Na de wedergeboorte zijn het aangeboren potentieel van de Vier Quotiënten, evenals verschillende talenten en interesses, persoonlijkheid en temperament, allemaal karmische effecten die voortkomen uit de karmische oorzaken die zich hebben opgehoopt gedurende ontelbare levens. De karmische krachten, karmische gewoonten, karmische oorzaken en karmische effecten van alle levende wezens verstrengelen zich en beïnvloeden elkaar, waardoor de loop van de menselijke geschiedenis ontstaat.

Vrije wil, beïnvloed door karmische krachten, creëert alles, zoals een kunstenaar. Karmische oorzaken en effecten groeien cyclus na cyclus, ontstaan en beëindigen zich door verschillende omstandigheden, onvoorstelbaar, waardoor alle verschijnselen in de wereld ontstaan, zoals een danser. De karmische gewoonten van mensen leiden tot alomtegenwoordig lijden, waardoor ontelbaar veel pijn en lijden van verandering (geluk) ontstaat.

Elke persoon gaat door geboorte, veroudering, ziekte en dood; elk gezin staat voor vreugde en verdriet, scheiding en hereniging; elke carrière ondergaat opkomst en ondergang, succes en falen; elk hart ervaart geluk, woede, verdriet en vreugde.

De wereld is als een toneel, waar een complex en voortdurend veranderend drama zich constant ontvouwt bij elk moment.

Bergen verplaatsen zich, valleien veranderen, zee verandert in velden.

Jeugdige gezichten van het verleden zijn nu versierd met grijs haar. Emoties fluctueren tussen vreugde en verdriet, lachen en boosheid. Dag en nacht draaien, winter en zomer wisselen elkaar af.

Bewolkt of zonnig, donker of helder, het weer is onvoorspelbaar, de zon en de maan achtervolgen elkaar.

Het leven zit vol met cycli van rijkdom en armoede, winst en verlies, opkomst en ondergang, zonder een vast patroon.

Relaties zijn veranderlijk: vleierij van gisteren kan veranderen in conflict van vandaag.

Mensen weten niet of er onsterfelijken zijn in de wereld. Sommige mensen geloven misschien in het bestaan van onsterfelijken, maar ze weten niet wat voor wezens het zijn. In hun verbeelding zijn onsterfelijken wezens die eeuwig en vrij leven.

In werkelijkheid is waar mensen echt naar verlangen niet onsterfelijkheid, maar innerlijke vrijheid.

Daarom wordt de oorspronkelijke *Hao Liao Ge* uit de Droom van de Rode Kamer aangepast als volgt:

Iedereen verlangt naar vrijheid, maar ze kunnen roem en succes niet loslaten!
Waar zijn de groten van vroeger? Ze liggen nu in met gras begroeide graven.

Iedereen verlangt naar vrijheid, maar ze kunnen goud en zilver niet loslaten!
Elke dag mopperen ze dat het niet genoeg is, maar als ze eindelijk genoeg hebben, sluiten hun ogen voor altijd.

Iedereen verlangt naar vrijheid, maar ze kunnen hun dierbaren niet loslaten!
Dag na dag uiten hun dierbaren liefde, maar zodra ze overlijden, gaan hun geliefden er met een ander vandoor.

Iedereen verlangt naar vrijheid, maar ze kunnen hun kinderen en kleinkinderen niet loslaten!
Liefhebbende ouders zijn er talloze geweest sinds de oudheid, maar wie heeft werkelijk filiale kinderen gezien?

Hoofdstuk 15:
Alles wat je genoegen schenkt, zal je zeker doen lijden

De mensheid heeft een basiskarakteristiek: we hebben de neiging te vertrouwen op dingen die ons genoegen schenken.

Dus, hoe ontstaat genoegen?

In de menselijke hersenen is er een neurotransmitter genaamd dopamine, een chemische stof die cellen helpt signalen te verzenden. Wanneer individuen externe stimuli ervaren en hun latente gehechtheid, verlangen, hebzucht en gierigheid worden bevredigd, wordt er in grote hoeveelheden dopamine vrijgegeven. Bijvoorbeeld, een knuffel, een compliment of dagdromen kunnen de niveaus van dopamine verhogen. Wanneer de externe stimuli sterk genoeg zijn om aan de verlangens van een persoon te voldoen en tijdelijk de verborgen pijn van niet krijgen wat men wil te verlichten, ervaren ze een gevoel van ontspanning en opluchting in hun zintuigen, wat genoegen is.

Arvid Carlssons ontdekking van dopamine als neurotransmitter in de hersenen leverde hem de Nobelprijs voor Fysiologie of Geneeskunde op in 2000. Dopamine wordt geassocieerd met verschillende verslavingen. Overmatige afgifte van dopamine kan schade veroorzaken aan de hersenen, het hart en de bloedvaten.

Oppervlakkige ervaringen van genoegen omvatten grappen, heerlijk eten, plagen, lof, sensatie zoeken, of zelfs angst. Gematigde ervaringen omvatten roken, gamen of cosmetische chirurgie ondergaan. Diepere ervaringen omvatten seksuele activiteiten, overmatig gokken of druggebruik, vaak aangeduid als "seks, gokken en drugs".

Als we deze drie vergelijken, verhoogt seks de niveaus van dopamine met 100%, cocaïne verhoogt dopamine met 350%, en methamfetamine leidt tot bijna 1200% toename. Het is dus erg moeilijk om drugs op te geven.

De wereld wordt steeds meer open en ongeremd. Mensen zoeken voortdurend verschillende plezierige ervaringen op internet, zoals daten, entertainment, gamen, roddels en geheimen. Wat zorgwekkend is, is dat alles wat je genoegen schenkt, je zeker ook lijden zal bezorgen.

Bijvoorbeeld, mooie vrouwen, heerlijk eten, zoete woorden, tabak, alcohol en drugs kunnen een gevoel van genoegen brengen, maar ze kunnen ook schade veroorzaken: heerlijk eten kan leiden tot gewichtstoename en gezondheidsproblemen, zoete woorden kunnen mensen zichzelf doen verliezen en loskoppelen van de realiteit, mooie vrouwen kunnen verlangen triggeren en mensen hun verstand doen verliezen. Nog afgezien van de bijwerkingen van tabak, alcohol en drugs. Dit wordt ook genoemd in de Tao Te Ching: "De vijf kleuren verblinden de ogen, de vijf geluiden verstommen de oren."

Nog angstaanjagender is dat wanneer dopamine vaak wordt overgeproduceerd, de drempel voor het ervaren van genoegen zal worden overschreden, wat leidt tot ongevoeligheid voor genoegen. Naarmate de drempel blijft stijgen, als een persoon continu genoegen wil ervaren, moeten ze constant het niveau van stimuli intensiveren. Ze moeten meer continu en intensiever worden gestimuleerd om genoegen te blijven ervaren.

Bijvoorbeeld, sommige mensen beginnen met roken bij één pakje om de twee dagen, gaan dan over naar één pakje per dag, twee

pakjes per dag, en bereiken uiteindelijk een punt waar ze zelfs twee sigaretten tegelijk moeten roken om het gevoel te krijgen.Op dezelfde manier kunnen mensen die van pikant eten houden zichzelf vinden hunkeren naar steeds pittiger gerechten.

Dit patroon is van toepassing op alle verslavingen zoals gamen, drugsgebruik en gokken.

Er is een experiment als dit: een elektrode wordt geïmplanteerd in de hersenen van een muis, en de muis mag op een pedaal drukken om een elektrische stimulatie af te geven. Bij elke druk stimuleert de elektrode de dopamine producerende neuronen, wat opwinding veroorzaakt. Als gevolg daarvan drukt de muis op het pedaal met een snelheid van enkele honderden keren per minuut totdat hij uitgeput is en sterft.

Het gevoel van genoegen kan worden geconstrueerd. Wat het meest angstaanjagend is in deze tijd, is dat het gevoel van genoegen kan worden geconstrueerd door moderne technologie en algoritmen.

Er zijn bijvoorbeeld steeds meer entertainment-apps, en wat ligt er aan de kern van de meeste apps? Achter elke app staat een krachtig team dat gebruikmaakt van geavanceerde technologie (AR+VR) en gebruikmaakt van grotere reken- en gegevensverwerkingsmogelijkheden (cloud computing+big data).Via verschillende middelen zoals geluid, licht, interactie en feedback gebruiken ze op theorieën gebaseerde, algoritme-gestuurde nauwkeurige aanbevelingssystemen op het gebied van psychologie, consumentengedrag, neurowetenschappen, enzovoort. Ze bombarderen je voortdurend met stimuli, bevredigen elke wens en bezorgen je voortdurend genoegen, waardoor je

steeds afhankelijker van ze wordt.

In de ogen van kapitalisten is er alleen geld en winst, maar geen menselijkheid en rechtvaardigheid. Metingen zoals registraties, dagelijkse actieve gebruikers (DAU), maandelijkse actieve gebruikers (MAU) en gemiddelde online tijd bepalen de waarde van een app. Tegenwoordig is er geen app die niet wordt gemeten aan deze normen.

Als de verlangens van een persoon eindeloos kunnen worden bevredigd, is hun ondergang niet ver weg.

Het internet is een tweesnijdend zwaard. Aan de ene kant biedt het ons verschillende gemakken; aan de andere kant biedt het ook allerlei rommelige inhoud, zoals vulgaire shows op live streaming platforms, misleidende talentenshows of realityshows, verwarrende fantasie romans, enzovoort. De logica erachter is gebaseerd op het eindeloos bevredigen van menselijke verlangens. Nooit eerder heeft iets de menselijke aard zo grondig kunnen begrijpen als het internet.

Het voorwoord van "Amusing Ourselves to Death" zegt: "Degenen die ons zoveel zouden geven dat we tot passiviteit en egoïsme zouden worden gereduceerd... de waarheid zou verdrinken in een zee van irrelevantie... we zouden een triviale cultuur worden, bezig met een equivalent van de 'feelies', de 'orgy porgy' en de 'centrifugale bumble puppy'..."

Die kapitalisten of zakenmensen maken gebruik van hun discoursmacht om een "informatiebubbel" om je heen te creëren, waarin je wordt gevangen in de wereld die ze creëren, zoals verschillende vakantie-uitverkopen, hersenspoelende advertenties

en manipulatieve tactieken die zijn ontworpen om je te lokken.

In dit tijdperk van vrije informatiedeling dringt allerlei vulgaire informatie elke hoek binnen, zoals strijd, verafgoding van beroemdheden, handel in aandelen, roddels, geweld, sensatie zoekend gedrag en misbruik, die allemaal verschillende donkere aspecten van de menselijke aard en verlangens triggeren en vervullen.

Iedereen verlangt naar vrijheid, maar zonder onderwijs en beperkingen in wet en moraal, en zonder studie en praktijk in zelfdiscipline, kan vrijheid alleen leiden tot decadentie, ziekten en zelfs vernietiging.

Dopamine speelt een rol bij het reguleren van verschillende fysiologische functies van het centrale zenuwstelsel. Echter, wanneer dopamine gedurende lange tijd overmatig wordt geproduceerd, kan dit leiden tot verstoringen in neurale regulatie, resulterend in verschillende stoornissen zoals de ziekte van Parkinson, schizofrenie, chronische multiple tic disorder, aandachtstekortstoornis met hyperactiviteit (ADHD), hypofysetumoren, enzovoort.

Alleen vertrouwen op zelfdiscipline en zelf-cultivatie is niet genoeg; er moet een reguleringsmechanisme in de samenleving zijn om de donkere kant van de menselijke aard te beteugelen en de heldere kant te koesteren. Wij ondersteunen ten zeerste de controle van de staat over het internet en de entertainmentindustrie, want zonder dergelijke regelgeving zou het leven van mensen vervuild raken en zouden ze steeds dieper wegzinken.

De meest fundamentele leer in de Chinese cultuur is zelfdiscipline,

wat in wezen betekent dat men zijn verlangens op de juiste manier moet beheersen. Echter, tegenwoordig beperkt maar heel weinig mensen proactief hun verlangens.

Wanneer de meeste mensen ervoor kiezen zich te laten verdoven, kiezen maar heel weinig mensen voor zelfdiscipline en geduld.

Alleen zij die sterke wilskracht gebruiken om verlangen en woede te overwinnen, kunnen spiritueel ontwaken, transcendentie en verheffing bereiken. Het zijn vaak deze vastberaden individuen die nooit de menigte volgen en grootse dingen kunnen bereiken.
Goede medicijnen smaken bitter, en eerlijk advies is moeilijk te accepteren. Ik hoop dat jullie die naar deze lezing kijken, zullen streven naar zelfdiscipline, niet aan genoegen en opwinding zullen vasthouden, jullie vermogen tot onafhankelijk denken zullen cultiveren en versterken, voortdurend zullen studeren en hard werken in jullie toegewijde vakgebieden en steunpilaren van de toekomst zullen worden.

Proost!