

Opírajíc se o své zkušenosti praktické lékařky Luule Viilma nabízí učení o duchovním rozvoji, které pomůže nejen vyléčit konkrétní onemocnění, ale i obnovit duševní rovnováhu a získat vnitřní klid.

Učení je uvedeno v pěti knihách: první knihou je *Duševní světlo*, druhá sestává ze dvou částí. I. část – *Zůstat anebo jít*, II. část – *Beze zla v sobě*, kniha třetí – I. část – *Hřejivá naděje*, II. část – *Světlý pramen lásky*. Kniha čtvrtá – *Bolest ve tvém srdci*.

Máte v ruce I. část páté knihy. Toto dílo je plodem mnohaleté lékařské praxe a potřebou autorky přesvědčit člověka, že se může vyléčit sám a může být šťastný, zůstane-li Člověkem v jakékoli situaci.

*V každém člověku je něco z jeho osobnosti,
ne každý člověk však je osobností.*

*Osobností není ten, kdo si přeje být osobností.
Osobností je ten, kdo cítí potřebu být sám sebou.*

*Kdo se namáhá ve jménu cíle, může se stát vlivnou
osobností – osobností formou, nikoli však podstatou.*

*Může sám sebe osobností nazývat, i jeho ctitelé ho
mohou nazývat osobností. Pravda se ukáže později.*

*Jedině tehdy, když člověk začne rozpoznávat svá
pochybení, dochází k očistě jeho podstaty. Začíná
zdokonalování osobnosti – její rozvoj.*

Tehdy člověk pochopí, že je člověkem.

Prostě člověkem.

*Život člověku stále přináší duchovní, duševní
a materiální lekce k sebepoznání.*

*Z toho všeho je třeba:
 $\frac{9}{10}$ pouze procítit a pochopit
a $\frac{1}{10}$ ještě k tomu prožít.*

*Z této $\frac{1}{10}$ je třeba:
 $\frac{9}{10}$ si osvojit pomocí zkušeností
a pouze $\frac{1}{10}$ pomocí utrpení.*

To je jen malá špetka z celkového množství.

*Život ukazuje, že podíl utrpení stále roste,
neboť lidé neumějí myslet s láskou.*

*Kdo se naučí vážit si svých citů a rozumět jejich
smyslu, ten se naučí myslet s láskou.*

*Kdo si uvědomí, že život není nic jiného než
učení, bude napříště myslet s láskou.*

*Schopnost přemýšlet o lásce s láskou je štěstím.
To znamená: šťastní jsou ti, kteří opatrují duševní
klid a ve stavu duševního klidu přebývají.*



KNIHA HRDOSTI A STUDU

Člověk je zrcadlem svého charakteru



MYSL JAKO STŘECHA NAD HLAVOU

Čas plyne svým tempem. Život nestojí na místě a člověk s ním musí držet krok. Kdo to nebere na vědomí jako osobní potřebu, jde jako na galeje. Čím větší je vzdálenost mezi člověkem jdoucím vepředu a tím, jenž zaostává, tím víc roste napětí. Poněvadž všechno, co je na světě, je v člověku, cítí napětí všichni. Ti, kteří jdou vepředu „vysilují“ opozdilce a opozdilci „vysilují“ ty, co jsou vepředu.

Čas plyne svým tempem a nižší, primitivnější, prostší úroveň vývoje je nevyhnutelně zaměňována za vyšší, pokročilejší, složitější. Kdo se chytá starého jako spolehlivé opory, zaostává v čase. Formálně žije v budoucnosti, ale v podstatě v minulosti, čímž ničí obsah, to jest sebe samého jako člověka. Když nadejde hodina, která člověka nutí zřít se minulosti, upadá v zoufalství. Člověk ve stavu zoufalství je zvířetem. Pouze vykonává činnost, nic však plně nechápe.

Změna zvířete v člověka probíhala pomalu a obtížně. Evoluce člověka v sebe sama probíhá ještě pomaleji a obtížněji. Člověk pocítující strachy lpí na svých přesvědčeních, ztotožňuje se s tělem, zoufale se snaží dokázat svou pozitivitu a neuvědomuje si tvůrčí, podněcující princip v sobě. Při takovém životním postoji, kdy je brána za základ vnější forma, se rozvoj obsahu odsouvá do pozadí.

V duchovním i v materiálním světě je stavební materiál stejný. Je jím energie. Při koncentraci, tedy při zhuštění duchovní energie, v určité etapě vzniká hmotné tělo. Posléze při zhutnění tohoto těla vzniká ještě hustší energie – patologie tohoto těla. Zhutnění na patologickou, to jest přílišnou hustotu vede ke krachu – bum! A příliš husté tělo se rozletí – jeho forma přijde vniveč. Neviditelné, které se na určitou dobu stalo viditelným, se znovu změnilo v neviditelné. Viditelné tělo ukončilo existenci, avšak jeho vzniklá duchovní energie bude existovat věčně.

Tímto způsobem vzniká pozemský život i nemoci. Stejným způsobem může nastat jejich konec. Kdyby člověk uměl vědomě ředit energii zhutnělou do stádia nemoci, opustil by tento

[9]

svět nikoli proto, že už nemá sílu dále trpět, ale proto, že na-
dešel čas. V této knize budu znovu vysvětlovat, jak si pomoci,
s ohledem na problémy, s nimiž se v praxi setkávají lidé řídící
se touto teorií.

Hlavní chyba spočívá v tom, že materiální život není vnímán
jako součást života duchovního. Při vzniku nemoci (nemoc je je-
vem hmatatelným, materiálním) se jí lidé chtějí **zbavit** a nikoli ji
osvobodit. Vždyť nemoc je materiální, ve vztahu k ní tedy musejí
platit zákony materiálního života. Jednoduše řečeno – právo sil-
nějšího. Tělo je přece velké a dobré a nemoc malá a špatná, tělo
se tedy snaží o dobré a musí nemoc přemoci. Ve skutečnosti to
probíhá opačně. Vítězem je v každém případě nemoc, i když je
z těla odstraněna chirurgickou cestou.

Mnozí z těch, kteří se začali zabývat odpuštěním, pocítili lé-
čivé vlastnosti odpuštění a předpokládali, že našli prostředek, do-
volující zbavit se všech nemocí. Ve skutečnosti byl první léčebný
efekt zároveň i posledním. Pokud nemoc ustoupila, vystřídala
ji jiná, ještě závažnější. Proč? Protože **člověk změnil odpuštění**
v prostředek k dosažení svého cíle. To je nesprávné.

Proč?

Protože přání, pokud se jimi řídíme, dovolují žít dobře *pou-
ze* v materiálním světě. A to pouze do té doby, dokud se dobré
nestane přílišným a nepromění se ve špatné. Řídí-li se člověk
potřebami, žije normálním životem jak v duchovním, tak i v ma-
teriálním světě. Střídání obyčejného malého dobrého a špatného
je normou, která člověku v jeho životě a vývoji dovoluje dosáh-
nout vyššího a složitějšího stupně vývoje s normou vlastní jeho
životu. Toho se dosahuje prací na sobě, pokud se tato práce stane
způsobem života.

*Odpouštět znamená dávat to nejcennější z toho, co člověk vů-
bec může dát. Dáváme-li duchovní ve jménu získání materiální-
ho, srážíme duchovnost do materiálnosti, kde vévodí pozemské
chamtivé cíle. Co se děje, když chceme dosáhnout cíle? Vždy nám
vyklouzne, i když se jedná o nepohyblivý předmět.*

[10]

Představte si nějaký cíl. To jest to dobré, které chcete získat. *Neviditelnou rukou přání* popadnete cíl za krk, aby byl Váš. Co byste udělali Vy, kdyby někdo chytil za krk Vás? Dali byste se na útěk, není-liž pravda? Stejně tak se zachová i cíl. Ženete se za ním, jste mu v patách a ze strachu, že ho ztratíte, ho sevřete ještě křečovitěji. Cíl zrychluje běh, Vaše sevření sílí a v jistém okamžiku je cíl prostě zadušen.

Teď už ho nepotřebujete, neboť to není to, co jste si přáli. Pocit viny napovídá – naprav svou chybu, Vy se začnete ospravedlňovat a ze všeho obviňujete cíl. Kdyby neutíkal, zůstal by naživu. Pouštíte se do dokazování své neviny – vždyť jste se ho ani prstem nedotkli a podle Vás máte pravdu. Vše je jakoby v pořádku, pocit viny se však nezmenšuje. Vaši blízcí možná nevyčítají, ale Vám připadá, že je tomu naopak. Vaši duši začíná soužití nespokojenost se všemi a vším.

Je třeba naučit se každé vznikající přání uvítat otázkou: „*Potřebuji to?*“ Sami ucítíte, zda ano či ne. Pokud *nepotřebujete*, s klidnou duší se začnete zabývat něčím jiným a neztrácejte zbůhdarma čas, životní síly a peníze. Ucítíte-li, že *potřebujete*, bude Vám jasné, **v čem potřeba spočívá – nemůže nepřijít**. Přijde to samo. Člověk se zabývá svými každodenními věcmi, dveře jeho duše jsou otevřené a co cítí jako potřebu, přichází tehdy, když je připraven to přijmout. Zralý člověk přijímá, co mu život přináší a darované nehodnotí kladně ani záporně. Potřeboval jsem to a děkuji, že to tak dopadlo.

Jiný člověk možná označí obdržené jako dobré nebo špatné, nebude to však zralý člověk.

Na závěr úvodu k této knize zdůrazním následující:

Kdo se naučí poznávat sám sebe, pozná člověka.

Kdo pozná člověka, pozná lidstvo a život pro něj nepředstavuje problém, neboť člověk je středem všeho existujícího.

STÁT SE ČLOVĚKEM NEBO JÍM BÝT?

Člověk přichází na svět, aby se **vyvíjel** jako člověk,
začnou ho však **vychovávat**, aby
z něj udělali člověka.

Člověk přichází na svět, aby se **vyvíjel** jako osobnost,
začnou ho však **vychovávat**, aby
z něj udělali osobnost.

Rozum není v stavu pochopit, že
vychováváme-li člověka, člověka
v něm ničíme a vychováváme-li
osobnost, ničíme tuto osobnost.

Existuje množství dobrých rad, jak vychovávat člověka a osobnost a existuje množství lidí, ukazujících prstem na ty, kteří to tak nedělají. Nejvíc ze všech se snaží ti, s jejichž vlastními dětmi není všechno v pořádku. *Skutečnou životní hodnotou člověka je životní moudrost, založená na osobní zkušenosti, vnucování této hodnoty druhým však samu hodnotu ničí.* Hodnota se mění v rozumářské mentorování neomylné ve své správnosti a vyžadující od druhých bezpodmínečné podřízení se. Taková ponaučení mají své klady i zápory. Je dobré, když si ten, kdo dává ponaučení, uvědomí chyby vlastních rodičů, kterých se dopustili během jeho výchovy a vynasnaží se neopakovat je při výchově svých dětí. Špatné je, když pro sebe nevyvodí žádné závěry, připadá si div ne jako hrdina, jako zvláště zocelený člověk, čehož dosáhl díky výchovnému drilu a nyní má v úmyslu vychovávat k obrazu svému vlastní děti, aby byly pracovité a zocelené, *ať to stojí, co to stojí.*

Při takové výchově je pro každou následující generaci stále těžší zůstat sám sebou. V touze zachovat si svou osobitost vymýšlejí děti stále nové a nové způsoby odvetného působení proti výchově, která z nich vyleptává člověka. *Proto je pro jejich rodiče výchova dětí stále obtížnější a krušnější.* Vinny jsou děti. Jsou „vinny“ tím, že nedovolí ničit člověka v sobě. Jsou vinny i tehdy, když dovolí, aby k tomu docházelo, protože si přejí být v očích vlastních rodičů dobrými dětmi. Dospělí, aniž by tušili,

[12]

jaké to bude mít důsledky, přemísťují všechnu vinu na duše dětí a nechápou, odkud se berou *děti se srdečními nebo psychickými onemocněními*.

Když v mé přítomnosti člověk, který se zabývá dětmi – učitel, pěstoun, organizátor nebo vedoucí pracovník – začne dokazovat svou profesionalitu a motivuje to tím, že on sám má děti, mám chuť se ho zeptat: „*A není to trochu málo?*“ Kdyby se v této funkci ocitli mnozí bezdětní lidé, kteří si nepořídili děti ze strachu, aby se s dětmi nestalo to, co se stalo s nimi samotnými, chovali by se k dětem s mnohem větším pochopením, protože v sobě znovu dokázali nalézt člověka.

Výchovu osobnosti dnešního dítěte je možné srovnat s pěstováním květin v moderním skleníku, kde jsou všechny podmínky nezbytné pro růst vědecky zdůvodněny takovým způsobem, aby bylo dosaženo nejlepšího výsledku a dosaženo je ho tehdy, pokud si nevšímáme rostlin, které jsou vyřazeny. Oči i srdce plesají nad krásou nejkrásnějších květin na světě a všechno je zdánlivě v pořádku. Jednoho krásného dne však přijdou ke slovu ostré nůžky a ty **nejlepší z nejlepších jsou dány do prodeje**. Radosti je až nad hlavu, ale štěstí žádné. Vše jen kvůli tomu, že *rodičům kvůli velkému rozumu ani nepřijde na mysl zeptat se dítěte, zda dětské city souzní se znalostmi dospělých. Potřebuje dítě to, co si přeje dospělý?*

Pomalu, pomaličku se dětský cit formuje v dospělé znalosti, že na světě je všechno na prodej a poté už dítě prodává samo sebe a považuje takový život za jediný správný. S největší pravděpodobností si nikdy neuvědomí, že zakořeněná přesvědčení jsou stresy, které přivádějí jeho tělo k **bažině osudu – ke studu**, což člověku nikterak není po chuti, i když stresy do sebe vpustil sám.

Jak se člověk může stát šťastným? Jelikož štěstí spočívá v dávání a nikoli v dostávání, musíme si k tomu, abychom byli schopni dávat, najít **v životě své místo**. Místo, které jsme my sami ztratili a které celý život hledáme. *Najít si své místo a zůstat na něm není těžké jedině pro toho, kdo věří v sebe, jde cestou, kterou mu ukazují city a buduje vlastní, uvědomělý život.*

Některý z čtenářů zde může namítnout, že v takovém případě muži vůbec nemohou žít, poněvadž jsou považováni za bezcitné.

Ve skutečnosti je tomu naopak. **Obvykle jsou ženy emocionální a muži citliví**, proto je mužský orgán citů – srdce – obzvláště citlivý, přesněji řečeno křehký. **Čím lepší chce muž být, tím křehčí je jeho duše.** Nezávisle na pohlaví člověka je zdrojem jeho problémů emocionalita. Pokud ji osvobodíme, vyvede nás na cestu, kterou doopravdy potřebujeme, pomůže nám provést bezchybný výběr a ochrání nás před pokušením.

Můžeme říci: „*Myslím, že takhle to bude správně.*“ A můžeme říci: „*Cítím, že to tak bude správně.*“ Postavte proti sobě tyto dva výroky a ucítíte, že dokonce i v té nejakademičtější společnosti je cesta citů tím, co potřebujete a cesta rozumu tím, co si přejete. **City nevyklučují rozum, ale rozum city vylučuje** – mění city v emoce, které posléze začne potlačovat a ničit. **Spojení citů a rozumu je uměním, k jehož dosažení je zapotřebí času.** Říkáme-li, že nás to *o čas připravuje*, znamená to, že čas, který nám život vždy v potřebném okamžiku, na potřebném místě a v dostatečném množství poskytuje, od života neumíme přijmout.

Jedině Člověk, duchovní stvoření, zná a cítí své místo v duchovním světě a vzhledem k tomu, že pozemský svět je pouhou maličkou částí duchovního, zná a cítí své místo i na Zemi. Místem, které si lidský duch pro své vtělení zvolí, je **matčino lůno**. To je jedinou svobodnou volbou, kterou uskuteční ve svobodném duchovním světě. Někteří lidé s tím, že tuto volbu nazývám svobodnou, nesouhlasí a říkají: „*Vy sama tvrdíte, že duch se znovuzrozuje proto, že ví, že musí vykoupit svůj karmický dluh.*“ Na to odpovídám: „*Nemusí, ale potřebuje to. Duch nedělá nic na něčí příkaz, ani na vlastní, ani ze smyslu pro povinnost. Dělá to, co je dělat potřeba, bez čeho by nemohl postupovat dál. Duch, který se nevyvíjí, hyne.*“

Následujícím místem, které dítě potřebuje, je domácí krb a místo v tomto domově. Kdyby rodiče věděli, kdo konkrétně jim požehnal svým příchodem, nepřipravovali by dítě o jeho domov

a místo v něm. Jak by však rodiče mohli něco vědět o potřebách svého nenarozeného dítěte, když ani o sobě nic nevědí? Takže jim jejich chybu odpusťte.

Ať vědí, co vědí, jedno rodiče cítí určitě – **moje dítě je jedinečné**. To se týká každého dítěte. Kdyby se rodiče spolehli na svůj cit a neměřili všechny děti jedním metrem, jednou by pochopili, že jejich dítě skutečně jedinečné je. Co to znamená? Znamená to, že **každý člověk rodící se na svět má jednu výjimečnou zvláštnost: něco, co umí dělat nejlépe ze všech a nepovažuje se přitom za lepšího než jsou ostatní**. Kdyby mu v jeho vývoji nepřekáželi, tato jedinečnost by se časem projevila. Vždyť když vyraší výhonek, také se nedá hned poznat, co z něj vyroste. Avšak *dáme-li mu čas*, ukáže se, že je to rostlina jedinečná. Druhá taková nebyla a nebude.

Člověk přichází na svět, aby rozvíjel své **jedinečné umění, je talentem, má dar** a cítí, že vše, s čím se setkává na životní cestě, tvoří svého druhu základ pyramidy a když ho řádně zpevní a utvrdí, vrcholek pyramidy bude výš. Když člověka vychovávají tak, aby z něj bylo něco jedinečného a neopakovatelného, jeho unikátnost se schová, aby nebylo možné ji zničit. Místo toho, aby člověk rostl a vyvíjel se vědomě, to jest lidsky, roste a vyvíjí se podvědomě, pochybuje a váhá, vpouští do sebe stresy, dokud není pohřben pod jejich tíhou a v duši si hýčká nesplnitelný sen být jedinečným.

Abychom se vyvíjeli a zůstávali při tom lidmi, je nezbytné mít v životě své místo.

Kdo chce toto místo získat, je na patřičné místo vykázán.
To znamená, **že cítí stud.**

Nejčastěji vykážou dítěti patřičné místo *dobří* rodiče. Myslí za ně, rozhodují i všechno dělají, poněvadž jsou náramně spokojeni, že jejich dítě teď má své *bezpečné místo*. Dítě, které se ještě nestalo úplně bezcharakterním, si dělá všechno podle svého a možná se mu to i daří. Navzdory tomu však se neodvažuje

rodičům podívat do očí. Je nuceno se stydět, neboť nedělá to, co si přejí oni. Zvláště vyvinuté ego mají dnešní rozumní a pracující rodiče. Přejí si vykázat dítěti patřičné místo, ale ukáže se, že dítě vykážalo místo jim samým a to je těžké odpustit.

V matčině lůně, na tomto prvním, vpravdě nezbytném místě, začíná pro člověka cesta jeho osudu v nynějším životě, kde jsou **tělesné možnosti omezeny, avšak možnosti duchovní omezeny nejsou.** Člověk o tom všem ví a přichází na svět, aby *učil své rodiče duchovně a dostával od nich pozemské lekce.* Každý duchovní tvor přichází, aby svůj nynější život prožil ideálním způsobem a **dle možnosti** si zcela osvojil jeho lekce, poněvadž ví, že s konečnou platností ideálním se hned tak nestane. K tomu, aby byl život dokonalejší, jsou nepostradatelné dvě komponenty: člověk jako duchovní bytost a jeho tělo, které sestává z rodičů. Obě součásti si vzájemně odpovídají. *Když jsou tyto dvě součásti připraveny k oboustrannému vzájemnému obohacení, dochází k realizaci myšlenky sebezdokonalení.*

Duchovní tvor ví: protože můj život začíná ode mne, potřebuji svou víru, naději a lásku dávat dokonce i v tom případě, když se moji blízcí ještě nenaučili toto vše přijímat. Proto jsem přišel na svět, abych naučil rodiče přijímat to, co jim dává život. Tuto vyšší pravdu procítili ti rodiče, kteří říkají: **šťasten je ten, kdo má děti.** Vždyť rodiče cítí, že spolu s dětmi se vyvíjejí s překvapivou lehkostí.

Rodiče, kteří nejsou schopni přijmout to, co jim děti dávají, rodí děti proto, aby splnili svou povinnost, aby prostřednictvím dětí něčeho dosáhli nebo něco získali. Tvrdí však opak, a protože nenašli své místo v životě, nejsou ani dítěti schopni poskytnout jeho místo. Ve svém slepém přání být dobří dítěti naopak jeho místo berou. **Vězte, že tato chyba je napravitelná.**

Rodiče, kteří chtějí dítě, se na jeho příchod připravují úplně jinak než **rodiče, kteří dítě potřebují.** Bývají i děti neočekávané nebo nechtěné, které jsou vnímány jako nutnost a těm je přikázáno, aby ze svého koutku nevystrkovaly ani nos. Ty se ze známého důvodu nacházejí ve výhodnějším postavení než děti, které jsou

velice chtěné. Je velký rozdíl, zda je mi vyhrazeno místo s láskou, jako dlouho očekávanému člověku nebo zda mě dají do košíku jako čistokrevné štěně a kážou: „*Tohle je tvé místo. Pamatuj si, nikdo nemá místo lepší*“. Či drsně ukážou na místo – když už jsi přišel, tak tu zůstaň nebo zlostně vyštěknou: „*Místo!*“ – a ty musíš tryskem, sotva dechu popadaje pádit tam, kam ti určili. Nehněvejte se, že srovnávám děti a zvířata. Snažte se pochopit, proč to dělám.

Lidská duše je složena z energií zvířat. Tělo je zrcadlem duše. Život představuje růst úrovně vývoje duše a těla. Pokud se to podaří, zvyšuje se duchovní úroveň člověka.

Duchovní úroveň zvýšit nelze – duchovní úroveň se zvyšuje sama.

Pozvedá se tím výš, čím déle je člověk schopen žít a zůstat člověkem.

Pozemská délka a duchovní výška jsou rovnocenné.

Stejně jako zvíře i lidské dítě potřebuje vlastní místo ve vlastním domově, kde může být o samotě samo se sebou, cítit se bezpečně a vyrůstat v člověka. Když dítě v mateřském lůně vidí, jak k jeho příchodu chystají postýlku a laskavé ruce matky na kolébce každý den – jakoby náhodou – něco upravují, samo aktivně pomáhá vlastnímu narození. *Vidí, zda ho chtějí či potřebují. Cítí, že matka, která dítě očekává s láskou, je schopna tímto způsobem dítě očekávat pouze v případě, když miluje muže, jenž dítě počal.* Vidí-li dítě, jak otec pohledem hladí na ně čekající postýlku nebo svou lásku vyjadřuje tím, že rukama kontroluje její pevnost, cítí, že i na otce se může spolehnout. Takový otec čeká na dítě, protože ho potřebuje. *Tímto dítětem je on sám – muž v lůně milované ženy. Není možné ho nemilovat.*

Přítom kdo neumí milovat sám sebe, neumí milovat ani své dítě a k partnerovi, stejně jako k dítěti, se chová jako k majetku. Pravé lásce se ještě bude muset učit.

Člověk, jenž by byl nadobro zbaven pravé lásky, neexistuje. Až 51% energií v člověku tvoří vyrovnanost, která je láskou. Jiná věc je, kolik z toho se skrývá pod jařmem nevyrovnanosti, to jest

majetnictví. Je-li dítě navzdory všemu schopno přijmout lásku rodičů, nepůsobí při porodu bolest matce ani sobě. Do jaké míry to dítě dokáže, závisí na rodičích. To mohou potvrdit rodiče, kteří, když očekávali dítě, na sobě zapracovali. Čím menší jsou stresy rodičů, tím více jsou rodiče otevřeni sami pro sebe, jeden pro druhého i pro dítě. Dítě už není vedeno rodičovskými stresy, ale čistými city, které napovídají, co je v konkrétní situaci nejúčelnější.

Není důležité, jakou má dítě kolébku – přepychovou nebo jednoduchou, drahou či levnou. Ani nemusí být nová, hlavně, aby byla po zdravých dětech; může být třeba vyrobena z postele dospělých – důležité je, aby předcházející majitelé byli zdraví. Konec konců může to být i poduška či kobereček v čistém koutku. Hlavně ve vlastním koutku. Když dítě přineseme domů z porodnice, **je třeba ho hned položit výhradně na jeho vlastní místo.** A napadne-li vás ještě říci mu: „*Milé dítě! Tohle je tvé místo. Přijmi ho*“, počítejte s tím, že dítě ho ihned přijalo. V takovém případě bude Vaše dítě hned od počátku dobře spát.

Máte své místo v životě, v rodině, ve škole, v pracovním kolektivu, ve společnosti, mezi lidmi? A jaký máte spánek? Dobrý? Pokud ne, odpusťte rodičům jejich chybu a osvobodte svůj problém, abyste přestali obviňovat své rodiče z toho, že vás nenechají žít.

Co udělají dobří rodiče, když přinesou novorozence domů? Kam miminko položí, když manželská postel rodičů a dětská kolébka stojí vedle sebe? Na postel rodičů, že? Je tam hodně místa a novorozenci se nemůže stát nic špatného. Skutečně nemůže – fyzicky.

Ve skutečnosti dítě přichází na svět nikoli kvůli tomu, aby okupovalo místo svých rodičů, ale proto, aby je zpočátku učilo duchovně a v důsledku toho jim pomáhalo fyzicky. Nemá-li své místo, cítí vinu pokaždé, když se rodičům něco nedaří. Je sklleslé a unavené, spát však nechce. Ve skutečnosti nemůže, neboť pocit viny mění spánek v mučivý přízrak. Odpusťte rodičům jejich chybu, i když si nejste jisti, zda ji udělali či nikoli. Pokud

se Vám hned uleví na duši, znamená to, že chyba byla napravena oběma stranami. Rodiče přijali Vaše odpuštění. Poproste o odpuštění také své dítě. A je to opět stejné: pokud se Vám ulevilo na duši, tuto chybu jste sice udělali, teď jste ji však napravili a problém přestal existovat. Chyba bývá mnohem větší, když je dítě z dobrých pohnutek uloženo ke spánku *vedle matky*. Když je však dítě na znamení zvláštní lásky uloženo ke spánku *mezi rodiče*, je to obzvlášť velkou chybou, která bude mít vážné následky. *Dítě spící mezi rodiči představuje jakoby stěnu mezi nimi*, to jest *stěnu mezi svými dvěma polovinami: pravou a levou, horní a dolní, přední a zadní*. Takové dítě se celý život souží, neboť je složeno jakoby z nespojitelných fragmentů: pravá strana neví, co se děje v levé; horní část neví, co dělá dolní.

Mnohé ženy, kterým jsem o tom říkala, radostně vykřikovaly: „*Můj muž to nedovolil!*“ „*Máte rozumného muže,*“ odpovídám obvykle. „*Proč se však na něj za to dodnes zlobíte?? Proč, když mu chcete způsobit bolest, říkáte dětem, že je otec nemá rád? Napravte tuto chybu!*“

Ne všichni muži však jsou v této otázce rozumní, neboť *přání být dobrým mužem a dobrým otcem* jim nedovoluje být *prostě mužem a prostě otcem*. Přespříliš dobrý otec postoupí své místo dítěti a pak se diví, proč je dítě v tak dobrých podmínkách nemocné. Máte-li takového otce nebo Vy sami mezi takové otce patříte, odpusťte svému otcovi i sobě, že k tomu došlo a zároveň poproste o odpuštění dítěte. Vězte, že muž, který objímá svou ženu alespoň v noci, nenechá ženské city pod útlakem pozitivivity s konečnou platností zchřadnout. *Přítomnost výrazných pocitů při splynutí manželů napomáhá vývoji citů dítěte a to mu zajišťuje život*. Žena, která se stydí a manžela odstrkuje, dítě ničí, aniž by si toho byla vědoma.

Muž potřebuje zůstat mužem i tehdy, když je žena neschopna zůstat ženou. I v případě, že mužova tchýně je přeplněna dobrými úmysly a ve svém věčném *znepokojení* o osud dcery a vnuka se snaží, aby se jim žilo *co možná nejlépe*. I když se přespříliš pozitivní tchán domnívá, že jeho zeť je k ničemu.

Oženit se není legrace, ale vážná věc. Stejně jako provdat se. Do manželství si nemůžeme jenom odskočit. Náprava chyb, jichž jsme se dopustili, je velkou, avšak blahodárnou prací.

Na tom, zda muž dokáže zůstat mužem, závisí budoucnost života na Zemi.

Udělá-li člověk bezděčně nějakou správnou věc, řekli bychom neúmyslně, neznamená to, že i v budoucnu bude jednat uvážlivě. Když například matka v *návalu nadšení* pokládá své *božské* dítě do *úchvatně* krásné kolébky, může svým nadšením zase všechno pokazit. Stačí, aby ji nějaký uznávaný člověk, například lékař, za její dobrý skutek pochválil, v matce se *probudí hrdost* a neví, co všechno ještě udělat, aby si vysloužila ještě větší pochvalu. Že kojeneček poté trpí říháním nebo plynatostí, těžko a bolestivě se mu prořezávají zoubky a jedna nemoc střídá druhou, to vše není s ničím spojováno.

Člověk, který čeká na pochvalu, ji nachází i v pouhém souhlasu a ztotožňuje svůj čin se sebou samým. Před časem jsem řekla jedné ženě, že *udělala* správně, když začala používat dětskou postýlku k tomu, k čemu je určena. Všimla jsem si, že se žena nafoukla jako páv, avšak hovor se stočil jinam a nepodařilo se mi už upozornit ji, že se kvůli tomu nemá naparovat. Jak to podle Vás dopadlo? Žena začala každému, kdo se namanul, vytrubovat, že Viilma jakoby řekla, že ona je tou nejlepší a nejmou-
dřejší matkou, a že svým skutkem obšťastnila dítě na celý zbytek života. Jaký byl výsledek?

1. V prvním okamžiku – pokazila vztahy s druhými matkami, když sebe označila za nejlepší, neboť jim automaticky dala nálepkou špatných. Tím je potupila a to se hned tak nezapomíná, neboť žádný člověk není lepší nebo horší než druhý. Člověk ve stavu stresu nebere na vědomí nepřipravenost svého protějšku. Vyslechne začátek věty a všechno hned obrátí naruby. Není schopen proniknout do smyslu. Na to nemá čas.

[20]

2. V následujícím okamžiku – k hanění druhých použila jméno Viilma. Pro matky se stresy je to stejné, jako by je pohaněla Viilma sama. Tyto ženy už nechtějí o odpuštění a stresech slyšet nic víc, třeba jen proto, že Viilma zdůrazňuje důležitost odpuštění. Nemají ani tušení, že si tím velice škodí a pokud to vědí, stejně budou raději trpět, než by ustoupily. To by se blížilo ponížení, ale ponížit se jim duch tvrdohlavosti nedovolí. Odpor pokračuje, dokud je život oklikou nepřivede ke stejné pravdě. Má-li však jiné jméno, ženy triumfují, neboť ani v největších nesnázích nemusely poslechnout nenáviděnou Viilmu.

3. Zanedlouho – dítě onemocní, aby se matka přestala vznášet v oblacích, ale stála nohama na zemi. Snaží se tím rodičům vysvětlit, že *přikládat příliš velký význam jakýmkoli – ať už kladným či záporným – maličkostem, je vždy tragikou, která nakonec vede k tragédii*. V daném případě jí byla nemoc. *V době nemoci dítě potřebuje rodičovskou a zvláště mateřskou blízkost, něhu a laskavost – jak duchovní, tak fyzickou, pak se brzy uzdraví*. Matka, o níž hovoříme, uvěřila, že dítě je od nynějška třeba držet pouze v jeho postýlce. I ona udělala z toho, co slyšela, povrchní a jednoznačný závěr. V důsledku toho se nemoc dítěte protáhla.

Dětská nemoc je důsledkem duševního odcizení mezi rodiči, po němž dozejista následuje odcizení fyzické. Dítě, které spí mezi rodiči, je často prostředkem ke zdůvodnění vzájemného odcizení, ve skutečnosti však slouží k jeho ospravedlnění. *Nemoc dítěte je třeba léčit prostřednictvím obnovení duševní blízkosti rodičů*. Pokud nemoc dítěte rodiče duševně spojí, dítě se uzdraví, ať je kdekoli. Vzhledem k tomu, že se většina rodičů z nemoci dítěte obviňuje vzájemně, nemůže dítě spát mezi nimi, poněvadž rodičovská duše je spojena s tělem tvrdým poutem. *I strachy se mezi sebou spojují tvrdým poutem*. Dítě, uložené ke spánku mezi takovými rodiči, se uzdravuje pomalu nebo se neuzdraví vůbec.

Dlouhou dobu jsem nemohla pochopit, proč se u zdárně se uzdravujícího dítěte proces uzdravování náhle zastaví. Cítila jsem, že problém tkví v přílišné pozitivitě a říkala jsem to rodičům. Jelikož jsem neuměla zdůraznit každou podrobnost, nerozuměli mi.

Neuměli to samostatně domyslet do konce. Nerozvinutá myšlenková schopnost vypovídá o tom, že se mužská energie v rodině nachází pod nadvládou ženy. V rodinách s nemocnými dětmi jsou otěže vlády v rukou matky a otec zpravidla pouze plní její příkazy. Dokonce i když přijde do ordinace společně se ženou a dítětem, obvykle jen dopraví dítě na místo a v myšlenkách je někde daleko, neboť se bojí slyšet v každém slově obvinění na svou adresu. Vždyť poslušného vykonavatele příkazů je zvykem považovat za dobrého a kdo by nechtěl být dobrý?

Logika rodičů byla prostá: budou-li spát odděleně, matka bude moci lépe pečovat o dítě a otec se bude moci konečně v klidu vyspat ve vedlejším pokoji, i když by samozřejmě raději spal vedle své ženy. Ženy mnohdy směřují fyzickou blízkost k sexu, dokonce i když muž takový úmysl nemá a jelikož v muži spatřují sebe, zlobí se na něj pro jeho přání. Je-li dítě nemocné, i muži považují fyzickou blízkost se ženou a zejména sex za hřích. Názor dítěte nikoho nezajímá. Dítě čeká, až rodiče znovu najdou duševně jeden druhého, třeba i prostřednictvím sexu. *Lidé se nijak nemohou naučit, že fyzický kontakt je mimořádně důležitý k tomu, abychom obstáli v životě. Může mít i životně důležitý význam, aby se člověk dostal ze slepé uličky, když už žádné jiné prostředky nezbývají.*

Takže, když Vám někdo řekne, abyste nebyli příliš dobří, zamyslete se, co to znamená. Neporozumíte-li, osvobodte ze sebe pozitivitu a pak nejspíš pochopíte. Poradila jsem rodičům, aby poprosili dítě o odpuštění za své chyby, *poté* je položili na jeho místo a doprovodili to slovy: tohle je tvé místo. *Což je třeba dělat do té doby, dokud dítě nepřijme místo za vlastní.* Nehrozila jsem jim prstem ani kategoricky neprohlašovala: „*V žádném případě nedávejte dítě k sobě do postele!*“ A jak myslíte, že to dopadlo? Po nějaké době ke mně rodiče přišli znovu, poněvadž dítě ještě v den našeho posledního setkání onemocnělo a stále se neuzdravovalo, i když rodiče dělali všechno, jak jsem poručila. To oni si usmysleli, že jsem poručila.

Vězte, že ***slepá poslušnost je pravou pohromou***. „*Kazetu jste poslouchali?*“ – *zeptala jsem se* (rozhovor s pacienty obvykle nahrávám na magnetofon, jinak zapomínají). Jak bychom mohli, všechen čas zabrala péče o dítě. Zapamatujte si: ***pokud za dobrou radou následovalo něco špatného, znamená to, že ne vše bylo správně pochopeno***. Rodiče se snažili chybu napravit, položili dítě znovu k matce do postele a sami se ve stejném čase v duchu zabývali nápravou svých chyb. Pak poprosili dítě o odpuštění a teprve potom je přendali do jeho postýlky. Dítě, jakoby zázrakem, neprotestovalo! A více než to – uzdravilo se.

Dítě, jemuž doma nebylo ihned vyhrazeno vlastní místo, má rádo svou postýlku a rádo v ní pobývá. Zůstane u matky v náručí jak dlouho je třeba a dá vědět, že je čas položit je zpět. Matka má *schopnost cítit* potřeby dítěte a podvědomě vždy položí dítě do postýlky. Dá-li je mimoděk jinam, sděluje dítě svým neklidem, že se mu tam nelíbí a matka chybu napraví. Než kojenec usne, může v postýlce strávit i celou hodinu, a když se probudí, potichoučku se dál zabývá svými věcmi, dokud nedostane hlad.

Maminky mně nezdá se, jak padaly únavou, když se zabývaly staršími dětmi, pak se narodilo nejmladší a ony byly zpočátku znepokojeny, že je s ním něco v nepořádku, neb bylo až moc klidné. Když však začaly s dítětem rozmlouvat a viděly, jak svou matku pozoruje velkýma jasnýma očima a adekvátně reaguje na řeč, uklidnily se. Dobře se vyvíjející, klidné a zdravé dítě je schopné uklidnit každou matku.

Proto, abychom dělali co je třeba, není nutné pouštět se do čtení chytrých knih. Matka, která na sobě pracuje a sama sebe zná, zná i dítě a jeho potřeby. V cizích očích se možná chová nerozumně, pro své dítě se však chová moudře a rodina je spokojená. Poslouchat cizí rady a přesně je dodržovat znamená stát se poslušným vykonavatelem. Taková poslušnost vede k bolestem hlavy a vypnutí sluchu jak u matky, tak u dítěte. Rady je třeba uvážít a připojit k vlastním vědomostem; což sice vyžaduje čas,

ale stonásobně se to vrátí. **Zdravé dítě nás o čas nepřipravuje – zdravé dítě nám čas dává.**

Nastane den, kdy je dítě v komunikaci se sebou samým dostatečně vyvinuté a dá najevo, že teď potřebuje společnost. To znamená, že *pro ně nastal čas fyzického vývoje*. Rodič, který si toho všimne, nezakazuje dítěti komunikovat s vrstevníky. Takový rodič nekultivuje negativní postoje k dětem na dvorku, na ulici, ve školce ani ve škole. Což znamená, že rodič nemá negativní vztah ke dvorku, ulici, školce ani ke škole a jeho dítě se všemi normálně vychází, poněvadž se nepovažuje za lepší ani za horší než ostatní. Na dvorku se na ně nelepí špína, ve školce nemoci a škola je neotupuje a neudělá z něj troubu. Nepořádá každodenní nervující ranní představení a už od útlého věku je důstojným členem společnosti. Umí být samo a umí být samo sebou.

**Komunikace se sebou samým rozvíjí člověka,
to jest osobnost, komunikace s ostatními rozvíjí tělo,
to jest osobu.**

Čím silnější je přání rodičů být dobrý, tím více jsou vytvářeny podmínky, aby dítě nikdy nezůstávalo samotné, aby vedle něho vždy někdo byl, aby matka žila *pro dítě*. Panuje názor, že dobrá matka dítě stále drží v náručí. Mladá, nadšená maminka se tak chová. Když proti tomu dítě protestuje, kvoká kolem něj ještě víc. Dítě se s tím smiřuje tím méně, čím silnější je jeho potřeba, aby bylo samo sebou. Avšak čím více ve dne v noci křičí, tím častěji je matka chová. Ustrašená matka to jinak neumí.

Kruh se uzavírá. Dítě si zvyká na své postavení, ale zároveň se u něj rozvíjí zvyk matku málem terorizovat. Ještě se pořádně neprobralo ze spánku a už matku kráká za vlasy, drápe, strká jí prsty do úst nebo do nosu, a když mu matka nedovolí to dělat, začne křičet a vzpouzet se, dokud mu nedovolí dělat to, co právě zakázala. Výsledkem je, že dítě už doopravdy neví, co je dobře a co špatně, co je dovoleno a co zakázáno. Lepí se na matku

[24]

a současně ji všemi dostupnými způsoby odstrkuje, až nakonec dosáhne svého. Jen otevře oči ještě zamlžené spánkem, dá se znovu do protestování.

V důsledku toho matka nakonec roky trátí své nervy i čas, když se například snaží uložit děti ke spánku a nechápou, proč tomu tak je. Tato chyba je napravitelná. Dítě, které není naučené chodit spát v dobu pro děti normální, se to klidně naučí za týden, když rodiče vážně, ale bez paniky, začnou tuto chybu napravovat. Co je třeba, to je třeba. Dítě nebude protestovat proti potřebě. Zabývá-li se zavedením řádu dítěte pouze matka, vyžádá si to více času a sil, neboť dítě potřebuje poučit oba rodiče. Začnou-li se rodiče navzájem obviňovat z prohřešků ve výchově, proces se protáhne na velmi dlouho.

Matka snažící se být pro dítě vším, tedy matka, obětující se ve jménu dítěte, překáží jeho duchovnímu vývoji, neboť klade hlavní důraz na fyzický vývoj. Tak ji to učili a je to považováno za správné. Má se za to, že dítě už od narození potřebuje masáže a cvičení, ve skutečnosti mu však stačí každodenní hygiena. Prvotní nezbytností pro malé miminko je komunikace. Novorozenec rozpozná pohled, který je na něj upřený a reaguje na myšlenku, mající k němu vztah. Otevírá se vstříc lásce jako kvítek slunečním paprskům. Každý fyzický kontakt, jímž se snažíme zlepšit pocity miminka, je pro ně přílišnou surovostí. V sebeobraně ztuhne a upadá do křečovitého napětí. Možná, že v tomto stavu už přišlo na svět z mateřského lůna, nebo se naopak narodilo zvadlé jako lilium, čili přeplněné zoufalstvím, přesně podle momentální nálady matky.

Každý novorozenec má rád hlas své matky, zurčící potůček, který uklidňuje, uvolňuje a zasévá naději. Bez předcházejícího myšlenkového a slovního upozornění bychom neměli začínat žádné fyzické procedury ani se zdravými dětmi. Masírujeme-li a cvičíme s dítětem vystrašeným až ke křečím, jen mu tím ubližujeme.

**Komunikace s dítětem, to jest
bezpodmínečná láska k dítěti, to jest
přístup k dítěti bez emocionálního hodnocení,
uvolňuje dětskou spasticitu vyvolanou strachem
lépe, než jakékoli fyzické procedury.**

Vyrovnaná matka umí beze shonu rozdělit svůj čas mezi děti a práci. Její denní pracovní rozvrh, sestavený jakoby mimochodem, zahrnuje i děti, které pro sebe nacházejí právě to zajímavé zaměstnání, které potřebují. Maminčiny záležitosti jsou pro děti zajímavé a zábavné přesně v té míře, v níž jsou pro ně potřebné. Taková matka o sobě nemůže říct, že je dobrou matkou, ale ani že je matkou špatnou. Požádáme-li ji, aby ohodnotila sama sebe, upadne do rozpaků. Je prostě matkou a to stačí. Její dítě si myslí totéž, ať okolí říká cokoli. Taková *matka sama žije a nechává žít i dítě*, ať je dítě ještě drobeček nebo dospělý člověk.

V dřívějších dobách matky neměly čas být dobrými matkami. Všechn jejich čas pohltilo živobytí. Dnes matkám stále nestačí čas, aby byly tak dobré, jak by chtěly být. *A to je případ, kdy bytí stále více ztrácí své předurčení.* Ženy se mohou roztrhnout mezi možnostmi a přáními, jsou stále nešťastnější, a aby před podobným utrpením uchránily děti, nerodí raději vůbec. Nebo rodí děti co možná nejméně. Rození dětí přenechávají těm, kdož si ještě nestačili takové problémy vytvořit.

Tak se mateřství mění v povinnost. Dnešek nutí matky být dobrými. Čím je přání matky být dobrá silnější, tím těsněji srůstá s dítětem – jsou jako dva stromy vysazené do jedné jamky. *Kořeny prorůstají, srůstají i kmeny*, koruny však hledí každá na svou stranu. Nastane den, kdy stromy začnou vzájemně brzdit svůj růst. Buď chřádnou nebo jeden strom potlačuje druhý. To znamená, že matka ničí dítě, nebo dítě ničí matku. Zpočátku se utlumí kvalitativní, tedy duchovní rozvoj, a posléze kvantitativní, to jest fyzický a strom může zahynout.

Zbaví-li matka dítě těch okamžiků, kdy mohlo být samo se sebou, tedy růst jako člověk, dítě se nevyhnutelně zachová k matce stejně. Strach ztratit lidskou tvář je nutí, aby se od sebe vzdalovali.

[26]

Dítě nemůže jít nikam, matka může. *Mateřská únava, nervozita a omrzelost ukazují na to, že matka nutně potřebuje čas, kdy bude moci být sama se sebou.* Obvykle to bývá tak, že i když matka od dítěte uteče, spěchá k přítelkyni postěžovat si na svůj těžký život a smutný osud, čímž stav pouze zhoršuje. Když si žena často stěžuje na svůj nelehký úděl, pěstuje v sobě nesnesitelný smutek.

Chůva, která zůstala doma, se zatím moří s dítětem, které je neklidné. *Stav matčiny duše se promítá do duše dítěte.* A když navzájem srostlé stromy od sebe naráz odtrhnou, stěžují si na bolest z ran.

V takové situaci je těžké najít pomoc, neboť všichni umějí jen radit, jak se stát ještě lepší matkou. Hledá se uhranutí, uřknutí či jiné poškození, které se posléze i snímá, ani to však nepřináší výsledky. Utrápené mladé matky, které se matkami staly s velkými obtížemi, si přicházejí stěžovat na to, že nemohou s dítětem zůstat samy doma. Říkají, že pravou příčinu nemohou nikomu odhalit, poněvadž jako odpověď uslyší: jsi špatná matka, měli by ti dítě vzít.

Milují své dítě tak *šíleně*, že víc už to nejde. Navzdory tomu, když je spatří, jak řve, popadne je někdy slepá zuřivost a zdá se, že ještě okamžik a s dítětem to špatně dopadne. Stačí jeden takový záchvat bezmocného hněvu a matka může upadnout do hluboké deprese. Není schopna zapomenout na myšlenku, která jí probleskla hlavou a bojí se, že to udělá. **Strach zostudit se** ji blokuje s konečnou platností.

Doslýchá se o strašných zvěrstvech, která matky provedly svým ratolestem, a strach se rozrůstá. Pomyslí-li žena na postoj společnosti k takovým matkám, jen tím svůj strach prohlubuje. Není divu, že se novopečené maminky bojí, že se zblázní. Některým se to skutečně stane a udělají to, co by neudělal žádný člověk se zdravým rozumem. Takové případy jsou bohužel stále častější a z celé hromady obviňovatelů, kteří se pokládají za normální lidi, nikoho ani nenapadne zeptat se: *Proč se to stalo?*

Tento problém je důsledkem všeobecně panující domněnky, podle níž dobré – je jen dobré. *Všichni musí být dobří*, všichni se snaží stát se dobrými, následky jsou však špatné, protože lidé

přestanou myslet, jak mysleli kdysi – tehdy, když naslouchali hlasu srdce. Místo toho svědomitě *plní příkazy*, diktované panujícími představami. V důsledku toho se lidé stávají **oběťmi rozumu a pozitivitu**. Domov, v němž toto vše není pochopeno, se stává malým peklem. Utýraná, podrážděná, hysterická matka strčí dítě otci přicházejícímu z práce, sotva se objeví na prahu. Pro otce se dítě mění v *trest* za to, že se matka celý den zabývala výlučně prací a otec nedělal *nic*. Nevyhnutelně v něm zraje protest, když však odejde do ústraní, vzápětí bude oceňován jako špatný otec.

To, že se otec vrátí domů z pracovního kolektivu, kde se celý den namáhal a potřebuje být alespoň chvíli sám, však nikoho nezajímá. Muž, který nepomáhá ženě, je špatný a tečka. Obviňující vzájemné vztahy unavují a odcizují. První se obvykle odcizí otec. Proč? Protože muž je tvůrcem fyzické stránky života a nemůže-li se vyvíjet jako člověk, mění se ve zvíře. Poněvadž zákony zvířecího společenství by lidskou rodinu zničily, hledá otec podvědomě jiné východisko, aby zůstal člověkem.

Život otci dává různé možnosti. První a nejrozšířenější z nich je zůstat déle v práci. **Zapamatujte si, že vždy, když muž zůstává dlouho v práci, vypovídá to o nesouladu rodinných vztahů.** On sám pro to nic nepodniká, okolnosti se utvářejí jakoby samy: tu i tam vznikají průtahy, práce vážne. Život otci poskytuje okamžiky, aby mohl pobýt sám se sebou. Přijímá-li je s vděčností, získává duševní klid a domů se vrací s lehkým srdcem. Ať má žena jakoukoli náladu, muže se to nedotkne, neodrazuje ho to od rodinného krbu a děti s otcem mohou vyvádět, jak se jim zrovinka zachce. Otec umí milovat, chovat se ke členům rodiny s porozuměním a brát na vědomí vznikající situace.

Chcete-li namítnout, že muž i před svatbou pracoval na stejném místě a byl nucen odlučovat se nadlouho od domova, například jako námořník, řidič dálkové přepravy či voják z povolání, je třeba, abyste pochopila, proč jste k sobě takového muže přitáhla. Znamená to, že v dětském věku ani u Vašeho muže, ani u Vás vzájemné vztahy mezi rodiči neklapaly. Pro rodiče bylo snadnější *pokojně* se snášet, když se viděli zřídka. Když otec zůstal dlouho doma, vznikaly třenice. Nad skutečností, že domácí klid a klid

duševní jsou různé věci, se v té době nikdo z nich nezamýšlel. Oboustranná nechuť k hádkám nachází své vyjádření právě v takových sňatcích. *Na toho, kdo je daleko, čekáme a milujeme ho. K tomu, kdo je vedle nás, máme výhrady a býváme s ním nespokojeni.*

S muži, kteří se vracejí domů s lehkým srdcem, se v dnešní době téměř neseťkáte, neboť muži bez pocitů viny prakticky neexistují. Muž s pocitem viny si hledá zaměstnání, aby zaplnil v práci vznikající přestávky. Protože se bojí, že takové zaměstnání nenajde, ani ho nenachází a sebebičování ho dříve nebo později přivede k hledání zábavy. *Díky ní se pocity vyvolávající neklid utlumují a neklid se vytrácí.* To je třeba vědět a počítat s tím, pak přestaneme jeden druhého odpuzovat a jeden od druhého utíkat.

Ženy nazývají útěk z domova sebezpotvrzením a nechápou, že na světě nikdy nebyl a nebude vyšší stupeň sebezpotvrzení, než je výchova dítěte v dospělého člověka. Se vzrůstající úrovní vzdělání ženy i muži přikládají sebezpotvrzení stále větší význam a neberou v úvahu skutečnost, že do ženského a mužského sebezpotvrzení je přírodou vložen zcela různý smysl.

Dítě je duchovním učitelem rodičů – rodiče jsou pozemskými učiteli dítěte. Žena, která 10 let vychovává děti a nemůže se na své bujné ratolesti dosyta vynadávat, je možná hloupější než ta, která 10 let studovala na vysokých školách, je však rozumnější a lidštitější. Nenačila se práci, vyžadující vysokou kvalifikaci, na niž ta druhá vynaložila 10 let, se svými obratnými rukama ji však zvládne bez zvláštní námahy. Kupa dětí naučí matku tomu, čemu nemůže naučit ani deset univerzit.

Tato slova znějí velice krásně, ale život takhle krásný není, řeknete. Dnes jsou uctívány a respektovány ženy bezdětné nebo s minimálním počtem dětí, které považují domácí krb na druhorádý. Matky s mnoha dětmi se zdravým rozumem jsou vnímány jako debilky, když však někdo takovou myšlenku vyjádří, pustí se vysoce postavený státní úředník do dokazování, že stát podporuje rodiny s mnoha dětmi. Přestože stát podporu poskytuje – stát

znamená materiální úroveň – tyto peníze nekompensují ponižující postavení. Za pomoci peněz můžeme odchovat zvíře, nikoli vychovat člověka.

Za peníze můžeme získávat jídlo, oblečení a např. hygienické potřeby, aby však člověk vyrostl v člověka, je zapotřebí *času*. Život poskytuje každému člověku tolik času, kolik potřebuje, kdo však chce tento čas upotřebit na něco chytřejšího, tomu čas protéká skrz prsty. Kdo využívá čas v první řadě ku škodě peněženky, tomu jednou život dá tolik peněz, kolik potřebuje, aby se duch a tělo mohli vyvíjet harmonicky. Kdo si přeje, aby stát v první řadě dával, ten se připraví jak o čas, tak o peníze, dokonce i tehdy, když mu tohle všechno stát dal. Přidělené peníze se jakoby hodily, užitek však ve skutečnosti nepřinesly. Člověk je nespokojen jako dřív.

Ať je tomu jakkoli, dítě je tak či onak vychováváno. Když se matka vrací z mateřské dovolené do práce, dítě začíná vychovávat jeho okolí: babička, chůva, jesle, školka, škola. Matka bývá obvykle se všemi nespokojena ve stejné míře, v jaké je nespokojena s dítětem. Působením nového prostředí se dítě mění, vzdaluje se od rodičů i od domova, což se samozřejmě nemůže líbit rodičům, kteří se považují za dobré.

Život učí, že dvojí dobro najednou nezískáš a budeš-li se honit za obojím, dostane se ti zla – a dokonce přenáramného. Malé dítě – malé starosti, čím je dítě větší, tím větší jsou i starosti. Chyby ve výchově dítěte je zvykem svalovat na cizí hlavu a kdo se bojí děti vychovávat sám, strká hlavu do písku jako pštros, dokud se neprojeví první příznaky něčeho špatného. Tehdy si rodič přeje a někdy i vyžaduje, aby se převýchovou dítěte zabýval stát. Přestane-li dítě poslouchat, vinni jsou vychovatelé a učitelé. V určitém smyslu mají rodiče pravdu.

Prostředí, v němž se dítě pohybuje – přátelé, kolektiv, společnost, až po velký svět, utváří dítě ke své podobě. Nezávisle na tom, zda toto utváření probíhá po vzestupné či sestupné linii, zasahuje pouze rozum a tělo. Čím *lépe* je vyvinuté tělo, tím *hůř* se vyvíjí duch. Dítě, které vybojovalo zlatou medaili ve sportovních

soutěžích, je zcela ztracenou existencí, protože *už nemá volný čas*. Jeho každodenní rozvrh je zcela zaplněn akcemi rozvíjejícími tělo, jejichž počet je tím větší, čím báječnější jsou cíle, které vymýšlejí rodiče, učitelé a trenéři, aby se oťřeli o vavříny vítěze. Tak matka, která dala dítěti život, dítě o život připravuje.

Okolí utváří člověka k obrazu svému. ***Okolní ovzduší, které vdechujeme, má vliv na kvalitu člověka.*** V každé oblasti života existují různé společnosti. Všechny spojuje jeden *společný zájem* nebo *společné kořeny* či *společný cíl*. Člověk, který si neuvědomuje své místo v životě, lpí na cizí společnosti a napíná své síly pro krásu cizího peří. Čím více na ní lpí, tím silnější je skrytá zloba, neboť lpění vyvolává závislost. ***Závislost je duchovním vězením.*** Stálý host sešlostí může cítit ke své společnosti nenávisť, pohrdání, odpor, přát jí zkázu, ale nikam se před ní neschová – sám se jí drží jako klíště. Proč? Protože se bojí zůstat sám. Strach zůstat sám se životem ho nutí kousnout se do jazyka a zachovat vlídnou tvář i při špatné hře.

Člověk zvyklý držet se od útlého dětství společnosti to neumí jinak a bojí se žít jinak. Milovník samoty žasne nad tím, jak je možné, že se lidé neustále trávící čas v hlučné společnosti, dokážou nezbláznit. Družný člověk se naopak diví tomu, jak si samotář dokáže uchovat zdravý rozum. *Každý má své strachy a jim odpovídající druhy zloby.* Milovník samoty se může vinou okolností na dlouhou dobu ocitnout v houštině lidských mas, dokáže-li se však soustředit, rychle se přizpůsobí a nic strašného se nestane.

Společnost ho nejspíš nepřijme, ale je-li Člověkem, *budou s ním počítat*. Jinak je tomu s člověkem, který se bojí lidí a zachraňuje se před nimi útekem do samoty. Násilně vnucená komunikace s lidmi v něm zesiluje strachy a skrytou zlobu, což provokuje agresivitu okolí. Člověk se stává terčem zlobných výpadů a nakonec z toho onemocní.

Pro člověka je ze všeho nejdůležitější, aby se vyvíjel a zůstal při tom člověkem, dokonce i když si to neuvědomuje. Kdo pocítuje zhoubný vliv okolí, zachraňuje se před ním útekem. Děti utíkají do svého pokoje, dospělí domů. Nedají-li člověku pokoj tísnivé

myšlenky, vytváří kolem sebe nové technické prostředí: rozhlas, televize, magnetofon, počítač. Když ho tento „společník“ omrzí, může si na něm zchladit žáhu. I takové prostředí však může člověka připravit o určité okamžiky, podstatné k tomu, aby ve svém vývoji zůstal člověkem.

Počítač je báječné zařízení, překáží však člověku ve vývoji, má-li při tom zůstat člověkem.

Přesycenost informacemi, jejichž význam nechápeme a nejsou používány v praxi, působí na ducha ničivě. Informace usazující se v mozku ničí nervovou soustavu.

Podvědomí rozpoznává a shromažďuje všechny okamžiky, kdy člověk nedokázal pobýt o samotě sám se sebou, dokud se *nesečtou v nepřiměřené přání, udělat něco, aby ukonejšil duševní bolest a stesk*. V okamžiku zoufalství toto vše vyplave ven a nutí člověka zůstat se sebou o samotě, kdy je možné dokončit všechny nedodělané věci. Taková samota má dvě krajnosti: ***nemocnici a vězení***. V zásadě mezi nimi není žádný rozdíl, ne nadarmo je nemocnice někdy nazývána vězením a naopak. Nejedná se o přeřeknutí.

Pokud člověk onemocněl a nic kromě nezbytné péče a procedur ho neobtěžuje, má dostatek času k tomu, aby pobyl sám se sebou a dozajista přemýšlí o příčině nemoci. Jedna myšlenka plodí druhou a člověk si nenápadně uvědomuje svůj problém. Tím okamžikem začíná uzdravování a probíhá překvapivě rychle. Brzy je z nemocnice propuštěn a domů se vrací zcela jiný člověk. Když ho spatří známí, říkají: „*Hledme, ty jsi nepoznání!*“ a on se přitom ani trochu nezměnil. Bohužel, málokterý nemocný má pro uzdravení vytvořeny takové podmínky. A i když podmínky vytvořeny jsou, pacient prahne po tom, aby ho navštěvovali soucitní lidé a nechce zůstat sám. Cítit se opuštěný a zapomenutý je pro něj možná horší než smrt.

Pocit viny před nemocným člověkem nutí přátele, příbuzné i známé přicházet k jeho loži jako na poutní místo. Jsou-li návštěvy zakázány, vyvolá to bouři nevole. Lidé se hněvají i na

samotného nemocného, když prosí, aby ho nechali v klidu. Návštěvy zvědavců ho mohou úplně dorazit. Nedovolí člověku, aby nemoc vystonal, životní lekce zůstane neosvojená a vše se vrací do starých kolejí.

Dostane-li se člověk do vězení, ale ani tam není možnost, aby byl sám se sebou o samotě, neuvědomí si svou chybu a dříve nebo později se znovu ocitne za mřížemi. Pobyt v lidském stádu ve velké vězeňské cele mění člověka ve zvíře, neschopné po uplynutí trestu být s lidmi zadobře a vycházet s nimi. Ustrašené a ponížené zvíře nezapomíná na křivdy a instinktivně napadá každého, kdo se ho jen trošičku dotkne. Kdo nerozumí sobě, nerozumí ani druhým.

Kdyby měl každý vězeň samostatnou celu, třeba bez veškerého příslušenství a možnost minimální komunikace s ostatními, měl by čas uvážit své myšlenky a procítit své city, aby si uvědomil vinu a už nikdy v budoucnu chybu neopakoval. K vytvoření takových podmínek by se společnost měla praštit přes kapsu. Poněvadž však chápe, že penězi se problém nevyřeší, ani je nevydává a to, že by se měla změnit sama, společnost nechápe. Bez poznání vlastních potřeb nelze pochopit potřeby vězňů. Nakonec se část těch, kteří nepoznali sami sebe, ocitne za mřížemi, je naplněna nenávistí k sobě podobným, kteří zůstali na svobodě a dále se považují za lepší než ostatní.

Takže, vyvíjí-li se člověk a zůstává při tom člověkem, rozvíjí rovněž své tělo, když si však za nejdůležitější cíl vytkne fyzický rozvoj, můžeme si v člověku čehokoli lidského nevšimnout. Žákovský protest proti všemu, co se ve škole děje, zpočátku začíná jako protest proti hodinám tělesné výchovy. Ať se vedení školy snažilo jakkoli ospravedlnit a napravit situaci, žáci pokračovali ve svých protestech: „*Nemáme lidské podmínky!*“ A skutečně je nemají, protože děti nebyly považovány za lidi a bylo jimi manipulováno v souladu s představami dospělých o harmonicky vyvinutém člověku. Snažíme se děti vychovat jako dokonalé a nechápeme, že z nich děláme jen figurky, které jsou srdcím dospělých tak milé.

Symptomem takové manipulace a násilného vměšování se do vývoje je bolení v horní části břicha. Prakticky jakákoli nemoc dětí začíná bolením břicha.

OKAMŽIK, KDY ČÍŠE PŘETEČE

Můžeme být přecpáni stresey k prasknutí a přesto zůstat zdraví. Proč a kdy vzniká nemoc? Proč má u jednoho nemoc lehký průběh a u druhého těžký? Proč se třetí kvůli stejné energii nakonec stane zločincem?

Stresy se hromadí proto, že člověk se strachy žije city a vše hodnotí jako dobré nebo špatné. Jiná varianta na pozemské úrovni není. **Dobré je dobře a špatné špatně.** Nebo velmi špatně. Na duchovní úrovni, to jest na nebesích, jsou city k ničemu a hodnotit tam není co. Bylo by přece hloupé nazývat nebesa dobrými nebo špatnými. Prostě jsou. Vyrovnaný člověk žije podle nebeských zákonů i na pozemské úrovni, je zdravý a šťastný, neboť pro něj všechno existující prostě je. A pokud i vyjádří svůj úsudek o nějaké části jediného celku, nerozšiřuje tento názor na celý celek. Dnešní den je pro něj možná špatný, nevyplývá z toho však, že je špatný celý život. Nemusí se mu líbit čin druhého, neznamená to však, že o tomto člověku špatně smýšlí.

Hodnocení je chybou, kterou by bylo třeba neprodleně napravit. Uchopit myšlenku nebo slovo, vyslat ji jiným směrem a podatknout pro sebe: mýlím se. Není-li chyba napravena, přiřadí se k ostatním chybám čekajícím na nápravu. Je to jako stoh sešitů rostoucí na lavici žáka a čekající až se jejich majitel pustí do práce na chybách. Stoh nikam nezmizí, dokud chyby nebudou napraveny. Bez nápravy chyb se člověk nemůže vyvíjet lidsky a vyvíjet se zvířecím způsobem je člověku k ničemu.

Představte si nějakou nádobu. Třeba sklenici nebo láhev s úzkým hrdlem. Samozřejmě víte, že lijeme-li do láhve úzký rovný pramínek tekutiny, plní se láhev pomalu, když však tekutina

dostoupí k hrdlu, plnění se náhle zrychlí a než si stačíme všimnout, přeteče přes okraj. Nádoba se vždy naplní náhle.

My jsme těmi nádobami. Vše do sebe nasáváme a nasáváme a ani nás nenapadne, že **objeví-li se napětí v ramenou, je to signál, že číše co nevidět přeteče**. V ramenou sídlí stres **přílišné náročnosti**, který vyjadřuje lačnost. Tento stres chce mít všeho co nejvíc, nejrychleji a nejlepší. Co nejrychleji to možné je, co nejlepší také, co nejvíc se však nevejde. *Přeměna přání v přílišnou náročnost může proběhnout nenápadně a naráz*. Přílišná náročnost dnes žijících lidí je do té míry trvalá, že si lopatkový pletenec neodpočine ani v noci. Zvlášt zřetelně se to projevuje v noci, když se člověk probudí a cítí křečovitě napětí v lopatkovém pletenci ve chvíli, kdy ostatní svaly těla jsou uvolněné. Často to vede k **ranní bolesti hlavy**.

7. krční obratel, nacházející se v místě, kde lopatkový pletenec protíná páteř, je místem příliš náročné cílevědomosti. **Příliš náročná cílevědomost** je mimořádně závažným stresem. Člověk, o němž můžeme říci, že je *svou věcí pohlcen až do morku kostí*, si vyslouží **dysfunkci a onemocnění orgánů systému krve tvorby**. Čím větší je 7. krční obratel, tím silněji má člověk *cílevědomost vrozenou*. Čím větší je hrbol na **šiji**, jenž nad 7. krčním obratlem narostl, tím silnější je *cílevědomost získaná během života*. Její velikosti odpovídá nemocnost lopatkového pletence, rukou, šíje a hlavy. Můžeme říci, že pokud dnešního člověka tato část těla nebolí, nachází se alespoň ve stálém napětí, člověka však ani nenapadne, že by tomu mohlo být jinak. *Smířil se se situací, vzdal se*.

Neumí-li člověk na sobě pracovat, jednoho krásného dne je nacpaný stresem až po krk, neboť ho stresuje veškerá jeho prospěšná činnost i práce. V takové situaci se říkává: **má toho po krk** – nic víc už člověk nechce. Nechce dokonce ani dobré. Myslet se mu také nechce, nevejde se do něj už nic. Takový stav se nazývá **zoufalstvím**. Vše, co bylo city nahromaděno, se chce teď najednou dostat ven. Čím prudší má člověk povahu, tím razantněji to udělá. Výsledek odpovídá činu. Jednomu pacientovi jsem žertem řekla: *„Právě tohle jste chtěl a najednou už nechcete.“* Stává se,

že se člověk zlobí: „**Chtěl jsem dobré, nepřál jsem si nic špatného!**“ Co je dobré, neví. Ví, co je dobré *podle jeho chápání*.

Představte si, že jste dům. Dům má problém připomínající po okraj naplněnou nádobu, která je Vám k ničemu. Chcete se jí ihned zbavit. Zoufalý člověk nechápe, že problém je učitelem, jehož učení je třeba přijmout a osvojit si je. Proto z úcty k učiteli a jeho učení neotevře dveře. Chce se zbavit nečistot a začne je vylévat. Můžete si domyslet, jak se mu to daří. Nečistoty mu cákají přímo do tváře a on se zlobí ještě víc. Ostatní nečistoty začnou prosakovat podle stupně zoufalství z děr, štěrbin a trhlin. *Z očí* – slzy, hnis, krev, *z uší* vytéká ušní maz, tkáňová tekutina, hnis, krev, *z nosu* hlen, hnis, krev, *z úst* – sliny, zvratky, hleny, krev. *Z kůže* – pot, krev, hnis, tkáňová tekutina, *z močového měchýře* – moč, hnis, krev, *z pohlavních orgánů* – sekrety, hnis, krev, *z konečníku* – stolice, a možná též hnis a krev. Máte-li něčeho až po krk a je to jedna věc, může Vám téci jen z jednoho otvoru, máte-li po krk všeho, může téci ze všech současně.

Je-li Vaše zoufalství podobné **palčivé** zlobě, rozhoří se v těle požár – **nemoc se zvýšenou teplotou**. Existuje teorie, podle níž člověk, který má jedenkrát ročně při nemoci vysokou teplotu, ne onemocní rakovinou. Řečeno polopatě – kdo jednou ročně udělá pořádný generální úklid, neutopí se ve vlastním svinstvu.

Nemoc se zvýšenou teplotou je svého druhu darem, jenž příroda daruje těm, kteří toho jsou hodni. Důstojnost je rozumná vyrovnanost, umění přijímat život takový, jaký je.

**Nemoci se zvýšenou teplotou pomáhají očistit se těm,
kteří se nestydí
za svou primitivitu,
za nízkou úroveň materiálního života,
za své tělo,
za svou zem,
za svůj lid a
svůj rodný jazyk.**

Čím víc se za toto vše stydíme, tím vzácněji nám přichází na pomoc nemoc se zvýšenou teplotou. Stydět se můžeme za jednu věc, za několik věcí nebo za všechny najednou.

Kdo se stydí za své špatné, potlačuje v sobě své stresy a chce si zachovat reputaci dobrého člověka. Je podobný dveřím odpovídajícím evropským normám, jimiž nepronikne ani vzduch. O vylévání nečistot už ani nemluvě. Bouře ve Vašem kýblu s pomyjemi může vyvolat pocit teploty, teploměr ji však nezaznamená. Jsou to těžká muka – dusit se inteligentností a ve svinstvu inteligentností se utopit. Duševní muka. Duševní muka mohou být tak velká, že ve srovnání s nimi je i ta nejtěžší nemoc ničím.

Čím chce být člověk lepší, do tím kompaktnějšího a tvrdšího stavu se nečistoty slisovávají. Představte si, že v návalu zoufalství hodíte poleno na zavřené dveře. Co se s dveřmi, to jest s Vaším tělem, stane? V závislosti na velikosti polena a síle hodu se dveře mohou pokrýt množstvím nevelkých, oku neviditelných škrábaců, prasknout, nebo se rozštípnout. Pokud poleno nevyletělo ven, nemoc postupuje dál. Vyhozené poleno je jako nádor odstraněný chirurgickou cestou – v těle už není, rány po těle na něj ještě nezapomněly. Možná, že tato nemoc už o sobě nikdy fyzicky nedá vědět, energeticky se však přenese do dalších tkání těla a zhutní energii stresů, která se v nich nachází. Vždyť každý orgán má své zvláštní určení a ostatní orgány ho nemohou nahradit. Pravdou je, že jeden z párových orgánů může zesílením své činnosti funkci chybějícího partnera nahradit, nemůže však odstranit nahromaděnou negativní energii.

Představíte-li si ještě vyhazování různě velikých kamenů či všelijakých kusů železa, pochopíte, proč se stává, že dveře jsou vyraženy i s rámem, či s celou stěnou, nebo se dům sesype celý. Nával zoufalství může vést ke krajně nepříjemným důsledkům jak v duchovním, tak ve fyzickém smyslu. Proto je třeba i při těch nejmenších příznacích zoufalství pracovat na jeho osvobození. Člověk ve stavu velkého zoufalství se už nemůže soustředit na své myšlenky, protože vyvíjí *zběsilou aktivitu*, aby se *nepříjemnosti* zbavil.

Pravděpodobně jste si všimli, že někteří lidé stále protestují, vylévají si nespokojenost na svých blízkých a nic se jim neděje – jsou zdraví. Máte pravdu. Navenek tomu tak je. *Stále* vylévání vlastních pomyjí na okolí jim nedovolí fyzicky onemocnět. Jsou nemocni duševně a velmi vážně. Kromě toho na sobě mají **nálepku špatného člověka**, která je samotné přežije. Kdo je schopen své emoce zadržovat až do úplné krajnosti, může vybuchnout, stát se zločincem a žít s poskvrněným jménem, což je těžký kříž. Nikdo mu nerozumí a rozumět nechce. On sám sobě rovněž nerozumí.

Chtěli byste mít takové zdraví? Myslím, že ne. Vnímejte proto takového člověka jako negativní příklad učitele a děkujte Bohu, že Vám pomáhá, abyste nebyli stejní. Nutí-li Vás takový člověk zamyslet se, pomáhá Vám vyhnout se utrpení. Utrpení největšímu, neboť *soustavné, úmyslné působení utrpení vlastního okolí je zlomyslnou zlobou*. Jakou nemoc taková zloba vyvolává, už víte. Řeknete-li, že řvouni rakovinu nemívají, podívejte se na jejich děti. Děti ji mají. To, co rodiče chrlí ze svých úst, děti drží v sobě, aby jim nebyly podobné. Nesnesitelný stud za chování rodičů je schopen vyvolat u dítěte rakovinu.

Podle stupně intenzity rozlišujeme dva protikladné druhy zoufalství:

- **BOJOVNÉ ZOUFALSTVÍ** – podobné vybuchlé bombě, vyrážející okna i dveře,
- **POKORNÉ ZOUFALSTVÍ** – tiché uhasínání svíce života, kdy se člověk ponořil do bažiny bezvýchodnosti, zklamání, rozhořčené zarputilosti a smutku.

Bojovné zoufalství vyvolává onemocnění, jejichž počátek je vyjádřen akutní formou, pokorné zoufalství ta, která začínají jako chronická. Strach, že mě nemají rádi, dělá z člověka bojovníka, jehož zbraní je obviňování. Strach, že moje láska není potřebná a pocit vlastní viny dělají z člověka poražence. Čím silněji je vyvinut komplex méněcennosti a čím více se člověk za to stydí, tím snaživěji skrývá své nedostatky. V důsledku toho vznikají

[38]

nemoci, které začínají nepozorovaně, časem jsou však životu nebezpečné.

Mnozí pacienti ke mně přicházejí a říkají: „**Věřím, že ve mně stresy jsou, ale já je necítím.**“ Čím je nemoc těžší, tím výraznější je problém necitlivosti. Lidé s fyzickými nemocemi se snaží alespoň nějak porozumět příčině nemoci, avšak pacienti s poruchami nebo nemocemi psychiky na mě doslova útočí. Hlavně aby dokázali, že nemají stres, jenž nemoc vyvolal. Čtení mých knih se však současně dotýká jakýchsi jejich vnitřních strun. Je to cosi, co nepřiznají, poněvadž necítí, co je nutí zajímat se o teorii stresů.

Co je to cítění a co necitlivost? Kde probíhá hranice mezi citlivostí k nějaké energii a necitlivostí k ní, mezi potvrzením a odmítáním?

Představte si nějaký stres. Víte, že je to neurčitý mlhavý shluk negativní či pozitivní energie, jenž existuje, i když ho nevidíte. Vzduch také není vidět a neznámá to, že není. Kdyby neexistovaly stresy, bylo by to stejně špatné, jako kdyby neexistoval vzduch. Vzduch, který se dostal do rychlého pohybu, se může změnit v bouři, která smete vše, co jí leží v cestě. Totéž se děje se stresy, když se rozrůstají do hněvivého zoufalství. Hádat se s bouří nemá smysl. Je rozumnější držet se od ní co nejdál. Tomu učí pud sebezáchovy a člověk to respektuje. Čím je však člověk chytřejší, tím víc chce nad bouří zvítězit. Chytré lidstvo se ještě nenaučilo utišovat přírodní bouře, zato se všichni úspěšně učí utišovat bouře běsnící ve vlastní duši. Potlačováním svých stresů je lidé materializují ve fyzickou nemoc.

Co se se stresy děje?

Při stlačení vzduchu vzniká kapalný plyn. Při stlačení kapalného plynu vzniká dřevo. Při vymačkání vody ze dřeva vznikne kámen a při stlačování kamene kov. Kovů je v našem těle až, až – začněme třeba stříbrem, zlatem a platinou. Onkologové se tím zabývají od rána do večera.

Když Vás zatlučeme jako klín do štěrbin ve dřevě nebo ponoříme do tekutého betonu nebo kovu, necháme je ztvrdnout a pak začneme tímto dřevem, betonem nebo kovem pohybovat, ucítíte tento pohyb? *Neucítíte!* Proč? Ze stejného důvodu *necítíte pohyb*, když sedíte ve vlaku, který začne odjíždět z perónu současně s vlakem stojícím u sousedního nástupiště. *Necítíte pohyb*, protože se pohybujete spolu s ním. Právě tak i fyzická nemoc – pohybuje se spolu s tělem, dokud nezačnete protestovat proti energii, z níž Vaše nemoc sestává. Čím je protest zoufalejší, to jest, čím více si přejete zbavit se nemoci, tím prudčeji vytryskává negativní energie a vyvolává to zmatené pocity. Materiálně je to vyjádřeno bolestí.

Pokud jste k tomu ještě nedorostli, neodmítejte alespoň existenci svých stresů. Máte-li problémy, jsou i stresy. Čím závažnější jsou problémy, tím větší je míra stresů, Vy je však necítíte, ale potlačujete, až do necitlivosti. Jste-li zvyklí být pokaždé v právu, vězte, že: **právo ještě není pravda**. Vaše tělo říká pravdu i v tom případě, když všichni chytří tvrdí opak. Chytrý člověk, sám sebe považující za velmi chytrého, je nerozumný. Proto věřte tomu, co říká vlastní tělo.

Existuje jen jeden opravdový cit – Láska.

Vše ostatní jsou pocity, které nejsou ničím jiným než emocemi a stresy, odkloněním od lásky. Osvobozujeme-li je, láska se znovu stává Láskou. Většina z nás bohužel své stresy potlačuje, aby si jich nikdo nevšiml. Potlačované stresy se materializují do dvou fyzických pocitů. Do **bolesti a necitlivosti**. Každá emoce se může změnit v bolest. Boj proti nemoci jakýmikoli prostředky vede k necitlivosti. **Necitlivost je nejstrašnější pocit, který může člověk zakoušet.**

Představte si, že každá prvotní částice nemoci je jako molekula, atom nebo nejmenší elementární částice, z níž je bolest složena. Osvobozujete-li kladné a záporné náboje, které jsou v ní obsaženy, mění se. Osvobozuje se stres za stresem, jedna elementární částice za druhou, atom po atomu, molekula za molekulou. Celkový počet nemocných buněk se zmenšuje, buňky se ředí

[40]

a řídnu. Hustota kovu řídne do hustoty kamene, hustota kamene do hustoty dřeva, hustota dřeva do hustoty tekutiny. Čím méně hustá je tekutina, tím je čistší, až je z ní průzračná lymfa – nemoc se díky odpuštění vytrácí.

Budete-li si věřit a beze spěchu se zabývat sami sebou, uzdravíte se, aniž byste si všimli něčeho zvláštního. Bolesti nebo akutní nemoci vznikají v tom případě, *chcete-li se nemoci zbavit, vyhnat ji ze sebe*. Zoufalství vybuchne jako bomba a uvede do pohybu lavinu. I když je to jen lavina špíny, když se jí postavíte do cesty, bude to moc bolet. ***Nechápete-li rozdíl mezi osvobozením a zba-vením se stresů, cítíte zklamání***, poněvadž podle Vašeho názoru jste pracovali, jak jsem učila. Pokud jste udělali chybu a přiznáte si to, dokažte i poděkovat nebesům zato, že se energie daly do pohybu. Bolest je špatnou stránkou dobrého, ale zmenšuje se, když se k ní nechováte negativně.

Chcete-li vše snadno odbýt a začnete se ospravedlňovat vlastní neznalostí, hloupostí, neuměním, bezmocností, neschopností a rovněž vnějšími faktory, nepomůže to. Začněte se místo toho zabývat svými stresy. Čas, který ztratíte, se stokrát vrátí v podobě Vašeho zdraví, štěstí a úspěšnosti.

Ztracený čas se stane časem znovu získaným.

Díky získanému času už nikdy neřeknete, že jste kvůli nemo- ci zbytečně ztratili čas.

Existuje mnoho stresů. To jest pocitů, které člověk vnímá. Jeden z nejrozšířenějších zní následovně: „*Nebojím se toho, že mě nemají rádi. Vím, že mě nemají rádi.*“ **Všimněte si: člověk se ne- bojí, protože ví. Do jaké míry je jeho znalost věrohodná, nad tím se nezamýšlí. On necítí – on ví.** A věří tomu, že má pravdu. Takové „vědění“ se podobá kousku ledu slisovanému ze studené- ho vzduchu. ***Strach se slisovává ve znalost.*** Vězte, že Vás nelze nemilovat jako člověka, něco úplně jiného však je, když někomu není po chuti nějaký Váš konkrétní skutek. Kdybyste v sobě už jako dítě neumlčovali strachy z přání být odvážný, nestaly by se znalostí. Vmete-li Vám někdo do tváře, že Vás nemá rád, vězte, že

tato slova jste na svou adresu vyprovokovali Vy sami. Váš strach „nemají mě rádi“ se chtěl přesvědčit, že Vás rádi mají a dostali jste to, čeho jste se báli: potvrzení znalosti nemají mě rádi. Zacyklili jste se na ní a myšlenky pak už nešly dál.

Jakákoli znalost je potlačovaný strach. Nazývá se rovněž odvahou. **Znalosti dělají člověka odvážnějším, odvaha dělá člověka rozumnějším.** Odvaha a rozum jsou dobré věci, které zlepšují život. *Kdyby byla tato logika správná, lidé by byli zdraví a šťastní.* Soudě podle toho, že nemoci se stávají stále těžšími a složitějšími, život ukazuje, že uvedená logika kulhá.

Ustrašený člověk chce být odvážný. Domnívá se, že čím víc všelijakého dobrého nashromáždí, tím bezpečněji se mu bude žít. Chrání se nabytým rozumem, bohatstvím i krásou a nechápe, proč se bojí o ně přijít. Svůj rozum, bohatství a krásu velice chrání, čímž docílí toho, že se změní v hloupost, chudobu a zrůdnost. Dochází k tomu různě. Je-li člověk absolutně přesvědčen o tom, že je krásný, chytrý a bohatý, pak mu navenek až do necitlivosti potlačovaný strach, jenž je odvahou či egoizmem, působí převeliká utrpení.

Ustrašený člověk chce všechno vědět. Zdá se mu, že bude-li vědět, kdo se k němu chová špatně, nebude to tak strašné. Opakuje druhým banální pravdu, že hlupákovi se lehkou žije: kdo neví, ten se nebojí. Člověk ve stavu stálé napjaté sebeobrany mu do té míry přivykne, že ho považuje za normální. Když přijde nemoc, je vnímána jako chyba, jako nespravedlnost. Takový úsudek je přirozený člověku, jenž kvůli špatnému vztahu k sobě setrvává ve stavu nepřetržité sebeobrany. Zmíněný úsudek je jen další neúčinnou znalostí, proto působí škodu.

Kdo osvobozuje své znalosti, cítí, do jaké míry on sám druhého vyprovokoval, aby se k němu choval špatně. **Zdání věrohodnosti vlastní znalosti přináší uspokojení.**

Neznalost života lidi nutí dozvídat se o něm co možná nejvíce. Uznávají-li pouze své znalosti, považují se za neomylné, neuvědomují si však, že znalost je jako sluneční paprsek, vycházející

z nějakého centrálního bodu. Tuto znalost můžeme do nekonečna vědecky rozvíjet. Může být nazývána dobrou a je-li používána v praxi, lidé nevyhnutelně docházejí k závěru, že existuje i druhá strana mince. Tím docházejí k filozofickému myšlení.

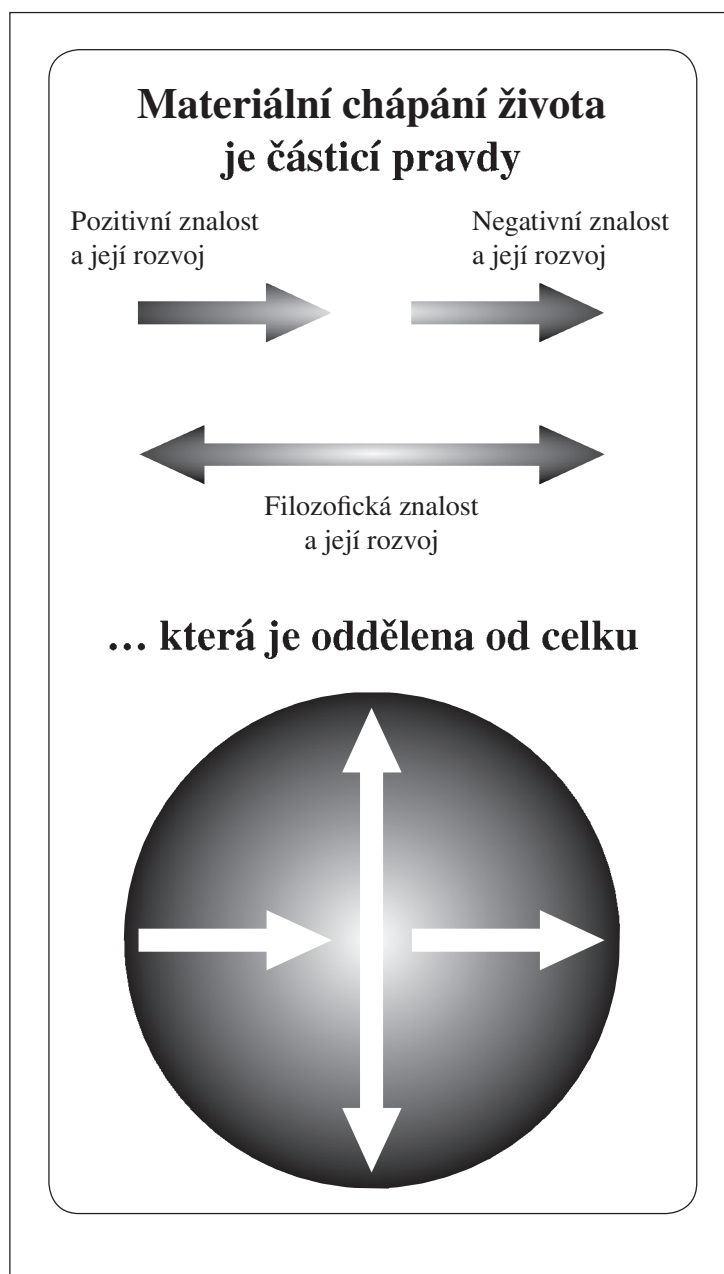
Filozofické znalosti jsou jako nekonečná přímka, sestávající z viditelného a neviditelného slunečního paprsku. Hovoříme-li o každém paprsku jednotlivě, chodíme jako kočka kolem horké kaše, ale podstata věci se nevyjasní. Jedině osvobozujeme-li své znalosti, dojdeme do okamžiku, kdy se dá podstata věci postihnout našimi pocity. Cítíme, že hovoříme o věci, která je zdrojem vyzářování, jako slunce. O slunci můžeme vykládat vše, co víme, můžeme se na ně dívat, když se však soustředíme a pokusíme se je procítnout, ucítíme cosi, co slovy vyjádřit nelze. Hledáme-li pozadí těchto pocitů, můžeme ve slunci odhalit něco nového.

O svém objevu můžeme pronášet dlouhé učené řeči, budeme-li však slunce prociťovat znovu a znovu, ucítíme pokaždé něco nového. Najdeme-li tomuto novému období na fyzické úrovni, budeme objevovat stále menší částice hmoty, které dříve jakoby nebyly. Objevili jsme je díky pocitům.

Nové objevy jsou vždy založeny na pocitech, na intuici.

Stejným, málo prozkoumaným zdrojem vyzářování je člověk, každý z nás. Víme o sobě jakoby všechno, avšak stane-li se nečekaná událost, ukáže se, že o sobě nevíme nic. Ve svém přání být odvážní se chytáme svých znalostí a jak už to bývá, ony nás v tom nejnevhodnějším okamžiku podvedou. Osvobozujeme-li své znalosti o sobě, lépe poznáme sami sebe. Domněnky, na nichž jsme dříve lpěli, se mění a utrpení je méně.

Těm, kteří dávají přednost vědeckému zdůvodnění života, se vynasnažím vysvětlit to trochu jinak. Použiji k tomu definice uvedené v Estonské encyklopedii, vysvětlující obsah pojmů. Pro jednoduchost použiji ty nejznámější z nich. Všimněte si rovněž prvotního významu názvů vědeckých pojmů, neboť není náhodný. Každé slovo má nekonečně hluboký význam. Názvy si vědci nevyucali z prstu.



Životní pravda

Osvobození znalostí
dovoluje poznat
jednotnou podstatu energie.
Úplná svoboda
dovoluje pocítit každou energii
ve formě zdroje vyzařování,
jehož působení je nekonečné.

Vědecký pojem	Smyslový význam
<p>Látka – forma hmoty charakteristická od nuly odlišnou hmotností stavu klidu a relativní stabilitou. Protikladem látky je <i>pole</i>. Ke komponentám látky patří především proton, neutron a elektron.</p>	<p>Pozemský život jako celek sestává z pozemské a <i>duchovní</i> části, hodnotíme-li ho však materiálně, dochází k tomu, že tyto komponenty stojí proti sobě.</p>
<p>Element (lat. elementum – <i>živel, prvotní látka</i>). Nejznámější je učení o čtyřech přírodních elementech: ohni, vodě, vzduchu a zemi.</p>	<p>Všechny hmotné látky sestávají z elementů a ty zase z molekul. Kdyby nebylo všech prvotních duchovních sil, hmota by se rozpadla. Smysl života představuje prvotní životní sílu, která je složena ze všech v harmonii se nacházejících elementů.</p>
<p>Molekula je nejmenší elektricky neutrální částice látky, která existuje v normálních podmínkách samostatně a má vlastnosti této látky.</p>	<p>Lidský mikrokosmos – částice života, schopná v normálních podmínkách tj. v podmínkách světa samostatného života a v širším aspektu identická makrokosmu.</p>
<p>Látky jsou složeny z elementů, elementy z molekul, molekuly jsou složeny z atomů.</p>	<p>Smysl života je složen z principů, které, pokud jsou v souzvuku s časem, působí jako atomové elektrárny, ale pokud zmrtní, změní se v atomové bomby jak uvnitř člověka, tak vně něho. Principy se utvářejí z představ, které hodnotí tu či onu věc jako dobrou, špatnou nebo normální a jsou v tomto</p>

Vědecký pojem	Smyslový význam
<p>Elementární částice – fundamentální částice, nejjednodušší částice prvopočáteční síly nebo elementu.</p> <p>Všechny látky jsou složeny z molekul. Molekula (lat. moles – <i>hmota</i>) je nejmenší elektricky neutrální částice látky, existující samostatně, v normálních podmínkách, stabilní dynamický systém, tvořený stejnými nebo různými atomovými jádry a elektrony, vnitřní síla, jejíž vzájemné vlivy převyšují sílu vlivu na okolní prostředí.</p> <p>Stabilita molekul je podle klasického modelu určována především spojením mezi určitým způsobem umístěnými atomy. Molekula je složena z atomů.</p> <p>Molekulární síla představuje elektromagnetickou sílu, závislou na stavbě molekul,</p>	<p>hodnocení vystaveny vlivu mnoha vnějších faktorů.</p> <p>Nejjednodušší částice života, na níž se život zakládá. Je smyslem života, základem života, jeho fundamentem.</p> <p>Jak zdraví, tak i nemoc představují látky, složené z elementárních částic, které se spojují především v představy, poté v principy a pak ve smysl života. Jaký je smysl života člověka, takový je i jeho život. Vnitřní rozpory člověka jsou vždy silnější než rozpory s okolím. Kdo nevidí do hloubky, domnívá se, že je tomu jinak – úměrně jeho chápání, jeho představám.</p> <p>Staví-li člověk na rozumných principech, tj. vyvážených, jeho spojení s okolním životem je v pořádku a vše v pořádku je i s ním samým. Tehdy je jako člověk věčný. Dá se říci, že člověk sestává ze svých představ, neboť na nich závisí jeho osud.</p> <p>Úměrně energiím, z nichž člověk sestává, k sobě buď přitahuje nebo odpuzuje toho,</p>

Vědecký pojem	Smyslový význam
<p>vzájemné vzdálenosti a vzdálenosti center a vzájemné orientaci molekul. Při menší vzdálenosti převažuje odpudivá síla, při větší přitažlivá.</p> <p>Atom (z řeckého atomos – <i>nedělitelný</i>) – nejmenší částice chemického prvku. Atomy se od sebe liší hmotností, složením a rovněž tím podmíněnými fyzikálními a chemickými vlastnostmi. Atom je složen z <i>kladně</i> nabitého jádra, kolem něhož se pohybují <i>záporně</i> nabitě elektrony, které vytvářejí elektronový obal. U neutrálního atomu se počet elektronů rovná počtu protonů v jádru. Atomy mohou elektrony přibírat nebo předávat a stávají se kladně nebo záporně nabitými ionty.</p> <p>Elektrický proud – usměrněný pohyb nabitých částic.</p>	<p>s kým v daném okamžiku komunikuje. Lidé si osvojují základy komunikace, neumějí však ještě komunikovat harmonicky a vzájemně doplňovat jeden druhého. Proto je to táhne k sobě, když je dělí velká vzdálenost, a když jsou vedle sebe, jeden druhého odstrkuje. Při plné shodě dochází k souznění, při zvětšení rozporů se lidé rozcházejí.</p> <p>Představy lidí se rozlišují podle materiálních a duševních aspektů životních zkušeností, majících vliv na rysy charakteru. Čím hodnější je duše, tím je okolí horší a nikdy nedá pokoj. Čím lepší mínění o sobě člověk má, tím více v něm sedí strachů, které přitahují to, čeho se bojí. Vedlejší souběžná negativita – špatné – člověka nutí cílevědomě se pohybovat. Čím více je špatného, tím více se orientační bod mění v cíl. Při poklesu či vzrůstání negativity dochází k pohybu směrem k rovnováze.</p> <p>Uspořádaný pohyb myšlenek je tvořením. Cílevědomý pohyb myšlenek, tj. pohyb orientovaný výlučně na cíl, je destrukcí.</p>

Vědecký pojem	Smyslový význam
<p>Elementární neboli fundamentální částice – nejmenší částice fyzické hmoty, mající nebo nemající strukturu a účastníci se jako nedělitelný celek všech v současnosti známých fyzikálních procesů. Celkem bylo objeveno 350 elementárních částic a jejich počet stále roste. Není vyloučeno, že je jich obrovské množství.</p> <p>Jaderné a elementární částice se mohou přeměňovat jedna v druhou v souladu se zákonem o zachování hmoty a energie.</p> <p>Elektrofilita (z řeckého <i>elektron</i> – jantar, tedy vnitřní pohyb a <i>phileo</i> – mám rád) – schopnost částice (kationtu, molekuly, radikálu) ve volném jednoelektronovém stavu spojovat elektrony, čímž se tato částice začíná pohybovat v opačném směru.</p>	<p>Jednoduchých myšlenek je nekonečně mnoho. Probíráme-li se jimi, přemýšlíme o životě. Nejsem si jista, napočítám-li 350 jednoduchých myšlenek. Přemýšlíme-li o životě bez hodnotících myšlenek, udržujeme život v pohybu, což zajišťuje neporušenost našeho života. Stačí však zacyklit se na těchto myšlenkách a začínáme ničit základ vlastního života.</p> <p>Stresy se mění a mění svůj název, celková životní energie však zůstává jako dřív. Jakékoli změny hmotné úrovně, které překračují hranice normálu, můžeme v mysli změnit takovým způsobem, že se vrátí do svých normálních mezí. Jakoukoli nemoc můžeme vyléčit pomocí myšlenek.</p> <p>Na světě může být nemálo špatného, láska je však schopna dát všechno do pořádku. Láska – vnitřní vyrovnaný pohyb člověka. Láska k sobě přitahuje dobré, které je uzavřené ve špatném. V důsledku toho se špatné harmonizuje a mění svou podstatu i působení.</p>

DUŠE A DÝCHÁNÍ

Duši a dýchání obvykle není zvykem vzájemně spojovat, navedení tomu, že v estonském jazyce mají tato slova společný kořen a mohlo by nás to přivést na myšlenku, že jedno i druhé principiálně představuje stejnou energii. Dokud člověk dýchá, jeho duše se pohybuje. Pohyb je život. Dokud se duše pohybuje dovnitř a ven, v těle se drží život. To, co vdechujeme, v to se pomaloučku měníme. Okolní ovzduší, jak v duchovním, tak v pozemském smyslu, člověka nepozorovaně přetváří. Začínáme poznávat své potřeby a učíme se neponechávat v sobě ovzduší, které vdechujeme, ale naopak je vydechat. Dokud k tomu nedojde, člověk ze zvyku lpí na všem, co dostává, dokud číše nepřeteče.

Když číše materiálnosti přeteče, pro duši nezůstane místo, je nucena odejít a osvobodit se od těla, aby se mohla pohybovat dál. Kdo z nich trpí? Netrpí už nikdo, protože *tělo bez duše nic necítí*. Od okamžiku osvobození se *netělesná duše* nachází ve sféře ducha, není již popoháněna strachem a nedostatkem času a může dělat závěry z toho, co prožila.

Pohyb duše neboli dýchání je upravováno bránicí.

Duše přichází na svět proto, aby se pozvedávala – vyvíjela od stavu nevyrovnanosti do stavu vyrovnanosti, to jest, aby se stala duchem. Působením strachů se pozvedávání mění v ponížení. Ponížení vyvolává zánětlivý proces. Z nesnesitelného ponížení vzniká hnisavý zánět. Čili *svými strachy ponížujeme sami sebe, působíme si zánět, pouštíme se do hledání vnější příčiny a tím ponížujeme materiálního původce zánětu*. Dá se říci, že poníženost je základní energií všech nemocí.

Člověk dýchá správně, pokud chápe, co je spravedlnost a co je pravda. **Vyrovnaný** člověk vidí, že život je spravedlivý, že každý dostává, co si zaslouží. Tak tomu bylo vždy. Vidí umírající dítě a chápe, že toto dítě dobrovolně přišlo na svět, aby právě tímto způsobem vykoupilo svůj karmický dluh. Pokud je ze všech možností tato nejtěžší, není v silách nikoho mu pomoci. Kromě jeho rodičů, kteří prostřednictvím nemoci dítěte vykupují *vlastní*

karmický dluh. Mohli by pomoci, ale jestliže to *neumějí*, nevěří nebo nechtějí, karmický dluh nevykoupí a ten se přenesení do dalšího života. Zůstat nevykoupený nemůže. ***Blízcí mohou pomoci život ulehčit, ale prožít ho za druhého nemohou.*** Takto se realizuje zásada životní spravedlnosti.

*Ustrašený člověk se vždy domnívá,
že právě nyní to horší už být nemůže,
že vždy dělá více než dostává,
že život je proti němu zaujatý a nespravedlivý.*

Považujete-li se za odvážné a myslíte právě takhle, připomenu, že **ODVAHA JE NEJSILNĚJŠÍ STRACH, JENŽ JAKO STRACH NENÍ POCÍTOVÁN, NEBOŤ HO POTLAČUJEME.**

Taková odvaha je vskutku schopna udělat mnoho, abychom získali *dobré*. Avšak její možná největší činy mají za cíl vysloužit si lásku, což nepřináší štěstí. Ze zbytečně vynaložené energie se rodí pocit nespravedlnosti, jenž vede k boji proti nespravedlnosti, který je nazýván bojem za lidská práva. Člověk bojující proti nespravedlnosti vidí nespravedlnost všude a cítí se ponížený, když nedostane to, co chce. Proto je schopen ve jménu života pohnat před soud kohokoli, v kom vidí utlačovatele, to jest, v kom spatřuje sebe. *Největším útiskem je utiskování sebe samého strachy.*

Strach být vinen je nejsilnějším utiskovatelem člověka.

Bránice ustrašeného člověka odráží problémy diskriminace, zaujatosti a nespravedlnosti. Kdo se bojí být diskriminován, má napjatou bránici a ta mu nedovoluje správně dýchat. Lidé se správně dýchat učí, ale přináší to málo užitku. Na celém světě existují školy a kurzy **vědomého energetického dýchání** (doslovný překlad = osvobozujícího dýchání, pozn. překladatele), nazývaného *rebirthing*, kde se učí osvobozování stresů pomocí speciálních dýchacích cvičení. Zabývala jsem se jím a považuji to za skvělý způsob odhalování a osvobozování stresů nahromaděných

v podvědomí. Přitom vím, že je k tomu zapotřebí speciálního místa a času, i když správně dýchat by bylo třeba pořád. Začala jsem hledat alternativu a dnes už vím, že ten, kdo osvobozuje zadržovanou **energii diskriminace, zaujatosti a nespravedlnosti**, bude dýchat stále správněji.

Vědomé energetické dýchání představuje nepřetržité dýchání. Představte si velký kruh, který vertikálně prochází skrz Vaše tělo a to je jeho součástí. Dýcháte přes kruh – *nadechnete chodidla, vydechujete temenem hlavy*. Výdech se pohybuje po kruhu dolů k chodidlům a odtud znovu nadechnete. *Dbejte na to, aby konec výdechu ihned, bez pauzy přecházel do počátku vdechu*. Je možné dýchat i naopak. Nadechovat temenem a vydechovat chodidla. Oba způsoby jsou správné a potřebné. Spolu s dýcháním usměřujete proud energie. *Je důležité sledovat, aby nádech plynule přecházel do výdechu a naopak, a aby rytmus zůstal stejný jako při obyčejném dýchání*. Ještě lepší je dýchat pomaleji. Ve školách a v kurzech se vyučuje dýchání, které má určitou orientaci v různém rytmu a s různou hloubkou. *To však není možné provádět bez přípravy*.

Je také možné nadechovat a vydechovat přes nemocné místo. Dá se nadechovat celým tělem a vydechovat rovněž – směřovat výdech z centrálního bodu paprskovitě do všech směrů. Takové dýchání může na okamžik vzniknout samo od sebe, když se člověk zabývá osvobozováním své pýchy, studu, bezvýchodnosti, neschopnosti činit rozhodnutí. Principiálně mívají takové dýchání svatí. Abychom toho dosáhli, je třeba na sobě dlouho pracovat.

Ustrašený člověk dýchá přerývaně. Po každém nádechu nebo výdechu vzniká krátká pauza – dechová křeč, která svědčí o tom, že v člověku sedí *strach dostat špatné nebo strach přijít o dobré*. Dobré, které člověk vdechuje, zůstává uvnitř a stává se zajatcem, to jest špatným. Špatné, které by bylo třeba vydechnout, se nedostává ven a usazuje se v těle v podobě škodlivin. Už jen takovým nesprávným dýcháním do sebe ukládáme nemoci. A ještě k tomu se nesprávně stravujeme – nejíme a nepijeme co je potřeba. Očistu provádíme pouze vnější, neuvědomujeme si, že je to jen maličká část očistného procesu. To vše proto, že žijeme se strachy.

Nezřídka říkáme o člověku či předmětu, který zmizel, že se vypařil nebo že ho vítr **odvál**. Například neduh nebo chorobu, jakoby vítr odvál. Byla a je pryč – během noci pominula. Pokud se problém, který soužil duši, k večeru vyjasnil a vyřešil, ráno nezůstane po lehké indispozici ani stopy, jakoby ji vítr odvál nebo vyjádřeno jinak, jakoby ji nemocný ze sebe vydechl. A skutečně ji vydechl. Pokud to proběhlo podvědomě, možná jste si indispozice ani nevšimli nebo jste na ni ihned zapomněli.

Poněvadž člověk je bytostí myslící a potřebuje na všechno přijít svým rozumem, při recidivě stejné nemoci se už tak jednoduše vydechnout nedá. Nejúčelnější ze všeho je vydechovat nemoc dýchacích orgánů cestou vědomé regulace samotného dýchání. Chce-li se člověk dobrat příčin nemoci svých dýchacích orgánů, z bránice se automaticky začne uvolňovat energie nespravedlností. Položí-li si otázku, čemu ho chce nemoc naučit, nemoc přestane být nespravedlností. Proč? Protože nemoc do sebe vstřebala Vaši myšlenku a změnila se v učitele.

Bránice koordinuje dýchání. Bez její účasti se vzduch nedostává do plic a není odváděn z plic ven. Jinými slovy, bez ní se svoboda, to jest svobodný pohyb duše dovnitř a ven, změní ve smrt. Činnost bránice je přímo závislá na představách člověka.

Poněvadž o bránici, která je přepážkou mezi hrudní a břišní dutinou, se obvykle nehovoří, krátce vysvětlím její stavbu. Je orgánem ze svalové tkáně. Svaly se upínají ke stěně hrudního koše na úrovni dolních žeber a prvních bederních obratlů. Svaly se táhnou doprostřed a přecházejí ve šlachovitou, neboli vazivovou tkáň, ve které jsou otvory, jimiž prochází jícen, všechny krevní cévy, nervy a lymfatické cévy, spojující horní a dolní část těla. Bránice má vypouklý kopulovitý tvar. Shora je vystlaná poplicnicí a osrdečníkem a zdola pobříšnicí. Je známo, že základní funkce bránice je dýchací, má-li však člověk nemocné dýchací orgány, porucha funkce bránice obvykle zůstává bez povšimnutí. Vzhledem k tomu, že mnohdy je tato porucha pouze energetická, je pochopitelné, proč nebývá klinicky zjištěna.

Čím víc člověk sám sebe *nutí* pozvednout se, to jest stát se lepším, tím silněji to táhne bránici nahoru. Může se i potrhát. Čím víc

člověk sám sebe *nutí* před někým se ponížovat, aby se mu zalíbil, aby si vysloužil jeho lásku a žilo se mu lépe, tím silněji tlačí bránci směrem dolů. Obrátit kopuli silou naruby, to jest obrátit život, se ještě nikomu nepodařilo. Kdo to moc chce, zemře.

Kopule má energii nanebevstoupení. Je to stejná polokoule jako nebeská klenba nad námi. Patrně jste již pocítili požehnaný pocit, když jste stáli v kostele pod kopulí. Ve většině kostelů je bohužel pod kopulí oltář a prostí smrtelníci nemají právo tam vstoupit. Zato Bůh nezakazuje nikomu z nás stát pod jeho kopulí, to jest pod nebeskou klenbou a přijímat od něj požehnání.

Kopule je svátost, je duchovním světlem a jejím opakem je stud, jenž je mrakem a černotou.

Deformovaná kopule má energii **potlačené poníženosti**. Všechny pozemské kopule mohou mít nesprávné proporce, být deformované, bortit se. Proto na ně nelze spoléhat. Na nebeskou kopuli se můžete spolehnout vždy. V okamžiku povznesení ztrácejí plíce člověka napětí a stávají se do té míry prostornými, že nic víc už nepotřebujeme. Pocit posvátnosti člověka pozvedá.

Osvobodte ze zajetí strachu svou povznesenost a posvátnost a ucítíte, co znamená „Já žiju“.

Bránci symbolizuje, jaké jsou vztahy mezi svobodou (plíce), láskou (srdce) a mocí (játra). Stát je orgánem moci, proti němuž se věčně protestuje, neboť protest proti donucování vzniká podvědomě, automaticky. Protest vzniká ze strachu. *Sami* se bojíme, *sami* protestujeme a *sami* jsme státem. Proto všechny tyto procesy probíhají v těle každého z nás. Čím více se člověk bojí otroctví, tím víc na něj stát tlačí a tím silnější je na játra tlak zdola nahoru. Dokud není zasaženo dýchání. Stát je se svými dobrými úmysly nucen pronásledovat člověka, dokud nepochopí, že stát je nutný, protože se lidé ještě nenaučili žít jinak. Poněvadž se bojíme lidí, kteří Vás omezují a utiskují, jakmile si tito lidé osvojí význam státu, Vaše strachy se začnou množit.

[54]

To znamená následující: *čím větší je počet lidí, kterých se bojíte, kterým nedůvěřujete, kteří, jak se zdá, Vám nepřejí nic dobrého nebo Vám přejí zlo, kteří se snaží zesměšňovat Vaše znalosti a dovednosti, tím víc Vás zlobí játra.* Tito lidé jsou částkou státu, v němž žijete. *Snažte-li se nepodlehnout,* bránice se dostane do křeče, neboť játra stále tlačí zespodu, protože svým křečovitým strachem k sobě přitahujete útočníky. Čím odvážněji se snažíte klást odpor, tím více se játra zvětšují a zbytnují, poněvadž se ke svým útočníkům zřejmě chováte nenávislně. A proč o svých počitech nehovoříte – o tom teď není řeč. Játra také nejsou vidět.

Mnozí nazývají své „nikoli přátele“ – aby neříkali přímo nepřátele – jedním obecným slovem: materialisté. Což v sobě nepochybně zahrnuje i představu peněz. Ať jste ke svému okolí jakkoli laskaví, když Vám někdo překáží, abyste se věnovali své práci, abyste, jak se říká, plnili své poslání, začne se vám těžko dýchat. Abyste se nadechli, musíte jakoby shora zatlačit na játra, aby se vrátila na své místo. Tlak sám o sobě není energií ponížení. Je to totéž, jako kdybyste svou oduševnělostí ponížili materialisty a ti by byli nuceni vyvinout na Vás nátlak, abyste jim vysvětlili duchovní moudrosti, neboť i oni cítí potřebu se pozvedat. Je to totéž, jako kdyby moc také potřebovala svobodu. Poněvadž to neumí jinak, domnívá se, že svoboda je, když se játra zvedají na úroveň plic.

Tyto energie můžeme osvobozovat různě. *Můžete osvobozovat svobodu a moc a rovněž játra, srdce a plíce – osvobozovat jako energie.* Chce-li být svoboda výš než vše ostatní, je to opravdu strašné. Pokud se svoboda, která je láskou, změní ve zlobu, může uhodit hrom z čistého nebe a země se otevře.

Skutečná svoboda je jako nebe obklopující zemi – není možné ji utiskovat.

Zdánlivá svoboda je jako země, která si usmyslela stát se nebem. Když se to nepodaří, je to zjevné utiskování. Kdo tomu překáží, ten je utiskovatelem. Přání získat svobodu jakoby nechává tělo člověka zevnitř vybuchnout a jeho fragmenty rozmetává po nebi. Člověk jako by vůbec nebyl. Je tu rozhněvaný tvor, který už

není člověkem, ale zvířetem. Žluč rozhněvaného člověka se dostává do krve a je roznášena po celém těle. Kdo se zabývá nápravou svého způsobu myšlení, neprovokuje druhé k výbuchu. Přestane být utiskovatelem.

Není-li utiskování, nevzniká zoufalství. Tyto dva stresy jsou podobné dvěma rváčům, kteří si přes bránici naslepo zasazují rány podle zásady „kdo s koho“. Ani jeden z nich nestrpí předpoklatý postoj nebo nespravedlnost. **Utiskování** drží IV. čakru v železném sevření a nutí člověka bojovat za svá práva jako za vzduch. Člověk při tom netuší, že pokud ho někdo utiskuje, je to jedině on sám. Boj proti utiskování vždy vede k zoufalství, které si železným sevřením podřizuje III. čakru. **Zoufalství** pozastavuje životní činnost, aby člověk měl čas popřemýšlet o svém životě. Když už člověk nemůže nic dělat, přemýšlet přece může.

**Utiskování v protivníkovi spatřuje nespravedlnost.
Zoufalství v protivníkovi spatřuje zaujatý postoj.**

Bránice nacházející se mezi nimi slouží jako stěna, jako terč, do něhož jsou vystřelovány hodnotící úsudky. *Nad bránicí se hromadí nespravedlnost a pod ní zaujatost.* Rozdíl mezi nimi pociťují lidé s jemným cítěním, když se přidávají další stresy. Pro lidi méně citlivé je toto vše jednou velkou směsicí. Jestliže o existenci těchto stresů víme, jestliže je osvobozujeme, dokážeme všichni pociťovat rozdíl mezi nimi.

V dnešní době se „útisk“ stal módním slůvkem. Všichni kolem bojují proti útisku a utiskovatelům a nechápou, že v první řadě bojují sami proti sobě. Cítí-li člověk, že je utiskován, utiskují ho dokonce i tehdy, když ho nikdo neutiskuje. Určujícím je pocit. ***Kdo má pocit útisku, tomu se utiskovatel zjevuje i tam, kde není.*** Dítěti připadá, že ho utiskují rodiče. Studentovi se zdá, že ho utiskují učitelé. Pracovník se domnívá, že ho utiskuje vedení. Boj proti utiskovatelům probíhá jak duchovně, tak fyzicky. Utiskovatelé upadají do zoufalství a cítí, že jsou utiskováni. Obě strany jsou v právu, leč skutečnost je taková, že strach být utiskovatelem

[56]

a strach být utiskovaným sídlí v duši každého člověka a kvůli tomu jsou lidé stále méně schopni se ovládat.

Bránice se tedy aktivně podílí na dýchacím procesu a vznikne-li náhle strach ze zaujatého postoje a nespravedlnosti, **strach sevře dýchání**, i když člověk v daném okamžiku o problému zaujatosti či nespravedlnosti nepřemýšlí. Vyřešeno – uděláno. Není důležité, kdy přesně vyřešeno. *Neosvobozená energie o sobě vždy dá vědět v ten nejnevhodnější okamžik – tím si můžete být jisti.*

Přejete-li si v klidu a míru vydržet, brzy Vás navštíví smutný pocit, že lidé jsou stále diskriminováni, že bohatý je považován za lepšího než chudý, chytrý je lepší než hloupý, starý je lepší než mladý, hezký je lepší než ošklivý, bílá rasa je lepší než černá, Váš bratr je lepší než Vy, Vy jste lepší než Vaše sestra, matka je lepší než otec nebo naopak atd. Smutek kvůli takové nespravedlnosti vede k vyduť bránice, které může být mimořádně velké. Tak velké, že může být viditelné prostým okem, často je to však přičítáno nadváze. Jen u velmi hubených lidí můžeme na úrovni dolních žeber pozorovat **kruhové vyduť**. Má slova o otoku nebo vyduť bránice bude většina lékařů a zdravotníků samozřejmě považovat za směšná.

Bránice dělí tělo na dvě poloviny. Kdo dělí život v jeho celistvosti na minulost a budoucnost nebo na pozemské a duchovní, má s bránicí stálé problémy. Kdo *hovoří* o minulosti a budoucnosti odděleně, neumí žít v přítomnosti a jeho bránice je tím v menší či větší míře postižena. Bránici mají zdravou ti, kdo prostě žijí a obejdou se bez žvanění.

Protože všechny problémy pramení ze strachu, může být bránice v napětí v důsledku strachu. Náhle vzniklé napětí může být pocíťováno jako křeč, kvůli níž nemůžeme dýchat. V takové situaci člověk začne pohybovat rameny nahoru a dolů a nafukuje plíce jako měchy harmoniky. Když člověka nenapadne to udělat, může ztratit dech. *Stálé napětí bránice vyvolávané strachem, je vlastní lidem, kteří stále ztrácejí na váze*. Bojí se diskriminace, zaujatosti a nespravedlnosti, nebudou však před tím, kdo jim ublížil, obhajovat své ani cizí morální právo křikem, pěstmi ani zbraní.

Spastické zkrácení bránice – škytání, je obvykle považováno za neškodný jev. Pokud ke škytání dochází často a trvá hodiny, když skončí, je z toho člověk celý rozbitý a pochopí, že to není žádná legrace. **Škytání** vyjadřuje strach ze ztráty smyslu života a to je vážná věc. I samotný život je vážná věc, avšak chovat se k němu se smrtelnou vážností netřeba. I škytajícího člověka se ostatní snaží rozesmát. Říkají mu: „Vzpomeň si, kdys naposledy viděl koně šerškové barvy a ke komu stál zadkem?“ A člověk se zamyslí.

Tolik se zamyslí, že zapomene na škytání. Možná si vzpomněl na koně, možná ne, ale škytavka zmizela. Co to znamená? To, že *když se člověk nachází ve stavu duševní krize, je třeba mu dát nějaký konkrétní úkol související s myšlenkovou činností, jehož nesplnění samo o sobě neznámá nic tragického*. Při škytání se rovněž říká: někdo na mě vzpomíná. Je-li člověk přeplněn radostnou nadějí, jen díky samotnému pokusu zjistit, kdo na něj myslí, škytání přestane.

Škytající miminko samozřejmě takové myšlenky nenavštěvují. Dětská duše rozpozná přiblížení další rodičovské hádky. Začnou-li se rodiče vzájemně vytáčet, dítě se dá do škytání, aby rodiče přivedlo k rozumu. Matkám jde dětské škytání hodně na nervy. Když matka ve svém rozčilení přestane přemýšlet o otci, škytání ustane. Stačí se však k předešlým myšlenkám vrátit a dítě začne znovu škytat. Může proškytat i celý den.

Situace začne být velice vážná, když těžce nemocný člověk má škytavku celé dny a žádný žert ani žádné rozptýlení mu nepřináší úlevu. Odsoudil-li se člověk k smrti, optimistickými řečmi se vyburcovat nedá. Optimizmus v něm vyvolává smutek a smutek se mění ve zlobu na vlastní nemoc, která mu nedovoluje radovat se spolu s ostatními. Smutek vede k otoku jater a zloba v játrech vyvolává vnitřní oheň, což společně zesiluje podráždění bránice. V takové situaci je třeba podívat se pravdě do očí a otevřeně mluvit o životě a o tom, co v minulosti bylo dobré a co špatné.

Uzavřou-li se v jedné polovině těla **vertikálně umístěné energetické kanály**, není to ještě žádná pohroma, poněvadž kanály druhé poloviny těla pomáhají člověku dál žít. Uzavře-li se křížový

kanál, znamená to konec. Křížový kanál není nic jiného než kanál bránice. Obvykle se o tom nemluví. Ve východních učeních, která jsou rozšířena i u nás, se mluví hlavně o vertikálních kanálech, neboť fyzické tělo se na Východě léčí tímto způsobem. O léčení myšlenkami, jako o nejvyšším stupni léčení charakteristickém pro východní filozofii, mně říkali mnozí z těch, kdo se zajímají o duchovní vývoj a komu se do rukou dostala odpovídající literatura.

Je-li člověk nemocen, je postižena i bránice. Onemocní-li však **pouze horní nebo pouze dolní část těla**, je energie bránice rozhodně ve větší či menší míře blokována. Například při otékání dolní části těla, neproporcionálním zvětšení nebo při jiných symptomech zduření či otoků, se energie nahromaděná v dolní části těla nemůže pohybovat po celém těle. To znamená, že pozemská energie není schopna zvednout se nahoru, poněvadž člověk je zajatcem materiální úrovně. Takový člověk *bojuje s nespravedlností a staví se proti ní jako zeď*. Svou materiálnost považuje za negativní jev a chtěl by se jí zbavit, ale země ho nenechá.

Materiálnost ví, že když člověka pustí, nebude dlouho přemýšlet a vrhne se tam, kde mu bude – jak se domnívá – dobře, tedy na nebesa. To však znamená smrt.

Pokud čas ještě nenastal, osvobozujte pozvolna materiálnost a dolní část těla se uzdraví. *Přání utéct od materiálnosti, která ztěžuje život, přitom však takovým způsobem, aby se materiální statky zmnožily, se koncentruje v dolní polovině těla v podobě nemoci.*

Člověk s materiálními názory je na duchovnost ještě nepřipravený a proto k ní nespěchá. Žije si na světě zdravý a radostný život a nemá zdání, co je to hoře. Je-li se svým životem spokojen, k životu a zdraví mu stačí pozemský život. Vždyť v podvědomí ho přece řídí duch a člověk dělá všechno, co je třeba, aby byl život uspořádaný.

Projevy otékání, včetně otylosti, nebo nahromadění **nemoci, které zasahují pouze horní část těla**, znamenají, že člověk má *strach z nespravedlnosti*, kterou si v sobě pěstuje. Jeho mlčenlivý protest proti nespravedlnosti mění horní povrch bránice v těžko

proniknutelnou energetickou stěnu a v horní části těla se hromadí tím více tekutin, čím silnější je smutná neochota a nechuf člověka klesnout tak nízko. Objem horní části těla se nepochybně zvětší pokaždé, když člověk vidí nějakou nepřístojnost, podlost, nechutnost či nehoráznost a sám sobě přísahá, že **on nikdy neklesne tak hluboko, protože něco takového si zakázal.**

U dětí, které jednoho krásného dne začnou myslet vlastní hlavou a hodnotit své okolí, dochází doslova k viditelným fyzickým změnám. Tyto děti bojují s přáním utéct z domova, kde kvete hulváctví a ignorance a rovněž s přáním nikdy neklesnout na úroveň svých rodičů. V důsledku toho onemocní všemožnými nemocemi v oblasti hrudníku. Proto nikdy neslibujte, že neklesnete hluboko. Když to slíbíte, klesnete, poněvadž Vás k tomu přinutí stres. Osvoďte raději svůj strach z nespravedlnosti a rovněž sebevědomí, které Vám slibuje, že nepadnete hluboko. Vězte, že sebevědomí je stresem, který ze sebe chrlí sliby. Jenže bohužel nesplnitelné.

Zvlášť velký je tento stres u lidí, kteří se považují za duchovní. Břemeno nespravedlnosti, které si s sebou přinášíme z předcházejících životů a kvůli němuž v současném životě vidíme více nespravedlnosti než je třeba, je problémem každodenního života.

Když se *zachraňujeme před materiálností útekem do duchovnosti*, začneme se považovat za duchovní, k materialistům se stavíme jako k něčemu zvlášť přizemnímu a nevidíme, že sami stojíme oběma nohama na zemi. Nevznášíme se jako andělci na nebesích.

Strach skutálet se znovu do čistě materiální úrovně člověka nutí zapřísáhnout se, že nikdy neklesne tak hluboko. Člověk, který se považuje za duchovního, se utvrzuje v pocitu nadřazenosti nad materialisty a život ho rukama materialistů dozajista odkáže do patřičných mezí.

Je nemálo těch, kterým se říká **závistivci**. Člověk po všech stránkách kladný, to jest přející si být lepší než druzí, hovořící o svých neúspěších a neštěstích a stále je srovnávající s cizími úspěchy, může překypovat neskrývanou závistí. Vnímá-li nerovnost jako nespravedlnost, postupně se na něj valí jedno neštěstí

horší než druhé, poněvadž tvrdošíjně trvá na svém názoru a v životě se mu nic nedaří. Čím otevřenější a zlostnější jsou jeho nářky, tím nebezpečnější je rozvíjející se **otevřená forma tuberkulózy plic** tohoto člověka, s níž se dnes, navzdory existenci dobrých léků, setkáváme na celém světě stále častěji a častěji. Kdo se bojí nebo stydí vykřičet své neštěstí z plných plic, onemocní **uzavřenou formou tuberkulózy plic**.

- Neštěstí a stud jsou blíženci.
- Neštěstí se stane tomu, kdo se stydí, že není svobodný.
- Do neštěstí se dostane ten, kdo neumí žít.
- Kdo se stydí přiznat, že něco neumí, toho dožene neštěstí.
- Kdo ze svého neštěstí obviňuje sebe nebo druhé, si k vlastnímu neštěstí vyslouží ještě i nemoc.
- V závislosti na zvláštnostech obvinění jako formy boje proti nespravedlnosti vznikají mj. onemocnění plic.
- Závist kvůli svobodě druhých lidí vyvolává tuberkulózu plic.

Stlačená bránice překáží jak dýchání, tak příjmu potravy. Nevysvětlitelné nechutenství svědčí o tom, že člověku chybí chuť k *takovému* životu. Chtěl by jiný život, ale není kde ho vzít. Nepřeje si mít dobrý život, neboť se domnívá, že není hoden dobrého, nechce však ani život špatný. Materiální těžkosti ho neděsí tolik, jako morální problémy. Rodiče toho, kdo myslí tímto způsobem, si určitě vzájemně působili příkoří. Dítě o tom ani nemusí vědět, v jeho *vědomí* to není zaznamenáno, protože rodiče před ním špatné věci skrývali. Dítě o tom ví podvědomě, zdánlivě bez jakékoli příčiny se bojí, že v jeho vlastní rodině se může stát totéž. Zpravidla se jedná o problém nevěry.

Koho nenachytáš s předmětem doličným, toho přímo neobviníš. Strach však zůstává a stále koná své dílo, zejména pokud manžel(ka) něčím vyniká a upoutává na sebe pozornost mimo domov. Věrnost není možné spojovat pouze se sexuálním životem. **Věrnost je především jednota názorů.** Lidé se vyvíjejí společně a společně mění názory. Chybí-li duchovní shoda, názory se

rozcházejí. *Duchovní nejednotnost vede k nejednotnosti duševní a ta posléze vede k hmotnému rozchodu.*

Člověk se stále napjatou bránicí, žijící ve jménu dobrého, se bojí naplno dýchat, protože se bojí vydechnout. Jinak řečeno **bojí se žít radostně, to jest žít naplno**, poněvadž se děsí výlevu smutku, který se ve stínu radosti skrývá. Vyjádřeno ještě jednodušeji, je to **strach žít**. Strach žít člověka nutí všechno si zakazovat a druhým dovolovat. Během let stres sílí a mění se v podivínskou *nenáročnost, která dráždí okolí*. Jí například nekvalitní potravu a všechno, co je lepší, schraňuje pro druhé. Jeho blízcí přitom vůbec nechtějí, aby svá přání a potřeby potlačoval. Když si někdy i dovolí malinkou radost, končí to sebedičováním.

Žije-li takový člověk bok po boku s dalšími členy domácnosti, může se stát nenápadným jako stín. Ve starostech všedních dní jeho podivínství jakoby nepozorujeme, ale o víkendech se ostatním plete pod nohy a vyvolává podráždění. Je živou výčitkou svých blízkých, ze kterých číší radost ze života, energie a elán. Ti mají nutkání pořádně s ním zatřepat a někdy to i udělají, tím se to však jen zhorší. Takový člověk začne členům rodiny dělat ostudu.

Pokud podobného člověka znáte a *dráždí Vás svou lakotou*, vězte, že v něm vidíte vlastní skrytou stránku. Zesiluje ve vás pocit viny za Vaši marnotratnost. Stačí ho jen spatřit a i Vám se sevře dech a začnete se překotně starat. To znamená, že chcete dýchat z plných plic a jakoby naplno i žijete, ale cizí zdrženlivost Vám šlápla na kuří oko a připomíná, že si žijete nad poměry, dokonce i když tomu tak není.

Ve svém dychtění po výšinách jakoby zdůrazňujete přizemnost druhých a proto jste zaujatí a nespravedliví k těm, kteří jsou nuceni žít v chudobě. Osvobodte svůj **strach žít**. Propusťte rovněž **strach z morální zaujatosti a nespravedlnosti**. V opačném případě se rozezlíte na nespravedlnost a tedy na sebe samého.

Strach žít plnohodnotným životem nás nutí spokojit se s málem, jen s tím nejnezbytnějším. Pro takového člověka je hojnost v mládí nežádaná a ve zralém věku nepřijatelná. Pokud člověk

z počátku přijímá, co druzí nabízejí, později už odmítá, neboť strach nepozorovaně přerůstá v protest. Časem v něm dozraje úplně nepřijetí přepychu a nenávisť k jeho ctitelům. Získání ať už jakékoli věci je vnímáno jako zbytečný luxus, dokonce i když ta věc ulehčuje, urychluje a zvyšuje kvalitu práce.

Když si někdo z rodiny – například milovaná žena – koupí něco nového, je to v pořádku. Když však něco nového dostane on, může dárek roky ležet v horní přihrádce skříně a čekat až přijde jeho čas. Technická novinka zestárne dřív, než se začne používat. Strach žít plnohodnotným životem člověka pronásleduje jako mámení, nutí ho *pyšnit se* svou zdrženlivostí, opravovat staré věci a předvádět jejich vynikající funkčnost a kvalitu. Ve stínu takové nenáročnosti dost často vzniká lačnost k penězům, skrblictví a závislost, o čemž jeho blízcí nemají tušení. Ani rodina vždy neví, kolik je doma peněz. A jen *pocit kroucení a napětí* ve střední části těla nám dává vědět o existenci problému.

Když *v muži sedí strach žít plnohodnotným životem*, musí jeho žena stále pocíťovat svou vinu za rozhazovačnost. Skutečná marnotratnice s chamtivcem nevydrží dlouho, kdežto duše šetrné ženy musí být připravena na každodenní traumata. I když neutratí zbytečně ani co by se za nehet vešlo a šetří na vlastním žaludku, dokud neuschne, i tehdy se najde důvod k výčitkám. Kdo se bojí žít plnohodnotným životem, vnímá jako rozmařilost i koupí bochníku chleba. Strach vypadat jako marnotratník ničí chuť k jídlu. Sousto neleze do krku, i když člověk několik dní nejedl. Krize vznikne, když ho přepadne *sebelítost kvůli neschopnosti žít plnohodnotným životem*. Nakonec z toho je **anorexie** – strach z jídla, jenž je v podstatě strachem z *takového* života. Předběhnu zde téma a doplním, že anorexie vyjadřuje problémy života a smrti, přebývající v nadledvinkách. **Kdo se bojí matky, ten se bojí života. Neúměrně velký strach z matky a ze života vyvolává anorexii.** Opačnou stranou tohoto strachu je zloba na matku. Je-li to pomstychtivá zloba, člověk na anorexii zemře. Hlavní je pomstít se svou smrtí matce. Za nic na světě to však nepřizná.

Člověk bojící se žít plnohodnotným životem, deprimuje strachem své blízké a ti začínají proti tomuto strachu protestovat.

Z dítěte lakomého rodiče může vyrůst takový marnotratník, že vcukuletu rozfofruje majetek rodičů, který shromažďovali celý život. Sídli v něm **až do necitlivosti potlačený strach**, jenž je **zdánlivou odvahou žít plnohodnotně**. Odtud plyne i **přání vzít si od života vše, co je možné**. Zlo působit nechce, ale protest ho k tomu nutí – zatočí s majetkem tak, že všechen prošustruje. Jí, pije, rozhazuje peníze a strojí hody jako ďáblem posedlý. Možná se Vám stalo následující: v přítomnosti očividně hladového člověka, který nechtěl jíst, jste najednou měli hlad jako vlk. Nacpali jste se k prasknutí, on seděl proti Vám a srkal obyčejnou vodu nebo zobal drobký.

Představte si, k jaké tloušťce můžete dospět obžerstvím, když strach žít plnohodnotným životem, který cítí Váš partner, Vás rozčílí pokaždé, když si sednete k jídelnímu stolu. Možná se vám dařilo opíjet se do němoty jenom proto, že nějaký svatoušek Vám hučel do ucha, že za celý život nevzal do úst ani kapku alkoholu. Nebo Vás popadla nakupovací vášeň, když před Vašima očima člověk skromného vzhledu, ale vůbec ne chudák, začal přepočítávat své měďáky. Zbytečně koupená nepotřebná věc se pak obvykle někomu daruje. Tím byl vyjádřen Váš **protest proti neplnohodnotnému životu**, přestože je možné žít život plnohodnotný. Kvůli danému stresu si zakazujete žít neplnohodnotný život a z tohoto zákazu tloustnete.

Život sestává z minulosti, přítomnosti a budoucnosti. **Strach z budoucnosti a strach z minulosti** shodně blokuji budoucnost i minulost. *Kdo se bojí budoucnosti, žije v minulosti*. Jakoukoli dobrou a prospěšnou novinku vnímá jako těžkou povinnost, proti níž podvědomě nebo vědomě, tiše či hlasitě protestuje. *Vše nové ho dráždí*. Připadá mu, že každá nová věc je nepochybně špatná a k ničemu. Je-li v desetitisícové sérii zboží jeden jediný výrobek vadný, dostane ho právě on. I když je věc bez kazu, v jeho rukách nefunguje. Koupí jinou, ale opakuje se totéž.

Jiný člověk je nucen neustále něco opravovat, nosit do záručních opraven či rozebírat, aby s překvapením zjistil, že je vše v pořádku, ale věc přesto nefunguje. Zato když ji znovu smontuje, začne najednou fungovat, i když se nic neopravovalo. Jak dlouho ještě se bude život člověku vysmívat? Dokud bude žít ve strachu. Dokud se nenaučí žít plnohodnotným životem.

Lékaři mohou takovému pacientovi předepsat všemožné posilující prostředky proti stále pokračujícímu hubnutí, avšak nic nepomáhá – směřodatný je stres. Nemocného trápí nepříjemné, svíravé pocity v nadbřišku, záchvaty nevolnosti a zvedá se mu žaludek – nicméně na zvracení nedojde. Žádný prostředek nepomáhá, poněvadž na strach léky neexistují. Čím je v člověku silnější *prání a výzva dokázat všem, že on sám vystačí s nepatrným málem*, čímž vyjadřuje protest proti marnotratnosti, tím víc se začne podobat chodící kostře.

Mohu říci, že strach žít plnohodnotným životem se občas stává dotěrnou myšlenkou. V tom případě jsou členové rodiny nuceni trpět víc než samotný trpitel. Máte-li v rodině takového nešťastníka, vynasnažte se mu pomaloučku, opatrně problém vysvětlit. Zmýlíte-li se ve výběru taktiky a začnete o stresu mluvit v obviňujícím duchu, důsledky přičtete sami sobě. Proto než něco někomu řeknete, osvobodte *svůj strach z plnohodnotného života* a rovněž *protest proti neplnohodnotnému životu. Naučte se být taktičtí.*

Přímo opačným způsobem působí **strach z minulosti**. *Vzniká, když se člověk za minulost stydí.* Nutí člověka chovat se negativně ke všemu, co bylo a přát si výhradně nové. Strach ho nutí žít pro nové a ve jménu nového. Proti modernizaci starého nic nemá. Při práci na modernizaci se člověk, jenž se bojí budoucnosti, může plně shodnout s osobou, která se bojí minulosti, i když v ostatních situacích se stále nacházejí na hranici hádky. Pokud jsou ti dva manželským párem, jejich společný život se nerozpadne jedině *díky chytrosti toho z nich, který je zacyklený na budoucnosti.*

Vše, co do domácnosti opatřil, pomaloučku stárne a přestává být pro partnera problémem. Jak si vyčihá vhodnou příležitost k pořízení něčeho nového, to je zvláštní kapitola. Co se týče žen – ty umějí peníze z muže vytáhnout, když však o nové usiluje muž, i kdyby si stoupl třeba na hlavu, peníze od ženy nedostane. Proto mnozí své polovičce hospodaření s penězi nesvěří, aby si neničili nervy.

Mezi takovými manžely stále probíhá skrytý nebo otevřený boj. Čím více let spolu prožili, tím častěji a otevřeněji si manželé jeden druhého dobírají ještě před konkrétní událostí. Jeden se

smíchem říká, že druhý stejně nic kloudného nekoupí a druhý, že jeho partner se nikdy nedovtípí a nekoupí domů něco nového a potřebného. Ve skutečnosti je to smích skrze slzy, za nímž je ukryt zadržovaný hněv, který se dříve nebo později stejně dostane na povrch. Jak skrytá, tak otevřená válka posiluje přesvědčení o vlastní pravdě. Oba cítí, že opačná strana nemá pravdu. Stálý smích skrývající slzy je nejnebezpečnějším druhem smíchu ze všech existujících, neboť vede k rakovině, aby si člověk uvědomil, že smutek je třeba osvobodit a nikoli převracet ve smích.

Nevyhnutelný vývoj směrem do budoucna manžela žijícího budoucností vysiluje, protože je stále nucen prosekávat se stěnou strachu, kterou zbuďovala jeho druhá polovina. Současně ten z manželů, který se chytá minulosti, cítí, že se mu nezaslouženě křivdí. *Ženská zacyklenost na minulosti* brzdí život ve značně větší míře. Má-li muž v práci pověst velmi cenného zlepšovatele a doma je všechno naopak, zachraňuje se před rodinou prací. Když ani to nepomůže, odejde od rodiny úplně. Podle ženina názoru se muž, jenž opustil nemocnou ženu, zachoval krajně nespravedlivě.

Je-li muž zacyklený na budoucnosti, je v jeho domácnosti plno domácích spotřebičů a mohou být v takovém množství, že pro ženu tam už nezůstane místo a sama odejde. Zálibu v technice dokáže snést, poněvadž není v jejích silách jí porozumět. Když však musí konkurovat elektrickým a elektronickým přístrojům, vzdá se. Žádný člověk nesnese pocit, že je využíván až v poslední řadě, když už jsou udělány důležitější věci. Kdo je nucen soupeřit s věcmi, začne věci nenávidět. Proto ženy cítí nenávisť k mužově práci, k počítačům – mužské zábavě a muži k ženským hadříkům, trečkám a věčnému obnovování nábytku. Důsledkem toho je nemoc, odpovídající druhu nenávisť.

Na univerzitě nás učili diagnostikovat **brániční kýlu**. Podezření na ni vzniká, když má člověk při příjmu potravy potíže s dýcháním. Kdo *se chce jedním skokem přenést z minulosti do budoucnosti nebo tak činí*, u toho dojde k roztržení

bránice. Následkem toho vznikne kýla. Poněvadž většina lidí se vrhá do budoucna a nutí se do práce, vzniká brániční kýla nejčastěji v levé polovině těla a žaludek tlačí na kýlní vak. Srdce a plíce na kýlní vak netlačí. To znamená, že skutečná svoboda a láska se nesnaží pozvednout se – bylo by to vlastním ponížením. Nu a žaludek, střevní trakt a játra tlačí. Příčina je Vám již pochopitelná.

Zoufalé přání probít se kvůli svým cílům do společnosti, kde na člověka zjevně nečekají a kde na jeho objevení přítomní na okamžik reagují zatajeným dechem, vyvolává **kýlu v otvoru jícnu**, když se člověk rozzlobí, ale od svého neustoupí. V bránici je pro jícen dostatečně široký otvor. Co se však stane, když se do tohoto otvoru zespoda vklíní žaludek, zmenší své rozměry a působí bolest? Čím silněji člověk dychtí plavat proti proudu, tím větší rozměry má kýla v otvoru jícnu nazývaná latinsky *hernia hiatus oesophagi*. Mnohaletá kýla v otvoru jícnu stále traumatizuje jeho tkáň a může ji natolik ztenčit, že vznikne trhlina. Život může zachránit neodvratná operace, když však je tkáň hodně vysílená, vznikají komplikace.

Brániční kýla je nemoc záhudná a vážná. Může vést k nočním záchvatům dušení (z nedostatku vzduchu), které byly možná v průběhu mnoha let interpretovány jako poruchy srdečního rytmu, vyvolané poklesem napětí v nočních hodinách. Léky se tato porucha odstranit nedá, neboť příčina spočívá jinde. Příčina spočívá v tlaku kýlního vaku na srdce, jenž se zesiluje, když člověk spí. Důležitou roli hraje poloha spícího člověka. Bolest je zvlášť velká, když se člověk před spánkem přejí.

Zraje-li ve Vás protest proti tomu, že minulost je více ceněna než budoucnost, nebo proti tomu, že je minulost hanobena, kdežto budoucnost vychvalována, pak se Váš bezmocný smutek převrací v bezmocný hněv, neboť nejste s to nikomu nic dokázat. V celém těle na úrovni horní hranice pasu Vás trýzní stálá bolest, poněvadž Vy se trýzníte přáním něco někomu vysvětlit. Například ve jménu velikého cíle jste se natolik přepínali, že jste těžce onemocněli a jste nuceni se se svým krásným snem rozloučit. Někdo se snaží zvednout vám náladu a začne Vás přesvědčovat,

že Váš krásný sen je ve skutečnosti k ničemu. Takovou diskriminaci vnímáte jako obłudnou nespravedlnost a kvůli této křivdě se se svým příznivcem hádáte. Váš **protest proti diskriminaci** Vám nedává možnost nechápavým cokoli objasnit. Jejich pozice je neotřesitelná. Vaše také.

Nikdy jsem neslyšela o tom, že by někomu byla stanovena diagnóza – zánět bránice. Pokud zánět vznikne, je diagnostikován v závislosti na komplikacích – zánět plic, srdečního svalu nebo jater. Stejně se při jakémkoli zánětu předepisuje stejný způsob léčby – antibiotika.

Zánět bránice je ponížením kvůli zaujatosti a nespravedlnosti.

Hnisavý zánět bránice je nesnesitelným ponížením kvůli zaujatosti a nespravedlnosti.

O diagnóze „hnisavý zánět bránice“ jsem nikdy neslyšela, poněvadž, když hnis pronikne do dutiny břišní, je diagnóza stanovena v závislosti na místě, kde se hnis nachází. *Operace je osvobozením nesnesitelného ponížení a pooperační ošetřování je péčí a láskou, které zmírňují nespravedlnost.* Kromě toho je člověk nadlouho nebo navždy vytržen z prostředí, v němž onemocněl a problém nachází rychlé řešení. Nemocný se uzdraví. Jiná věc je – zda úplně.

Příklad ze života

Znala jsem se s mladým mužem, který onemocněl, když byl na vojně. Vyšetřovali ho, léčili, nenašli však nic zvláštního a byl poslán zpět ke svému útvaru. Za nějaký čas se vše opakovalo znovu. Na základě příznaků zánětu, které ukázal rozbor krve, absolvoval několikrát léčbu antibiotiky, ta však zabírala stále pomaleji a pomaleji. Tento případ se stal před dvaceti lety, kdy jsme ještě neznali moderní počítačovou diagnostiku. Při dalším zhoršení podstoupil mladík operaci břišní dutiny, poněvadž nic jiného se už nedalo dělat.

Pod játry byly nalezeny dva litry sterilního hnisu. Jak to, že sterilního? Velmi jednoduše: antibiotika zahubila všechny mikroby.

[68]

Jelikož však problém zůstával, zůstával i hnis. Do armády se už nevrátil. Ani se však neuzdravil. Považoval se za člověka nijak zvlášť chytrého, chudého, nehezkého, skromného, malého vzrůstu – zkrátka trpěl komplexy malého člověka a nyní všude spatřoval nespravedlivé chování ke své osobě. Před pár lety nakonec zchřadl a zemřel.

Lékaři byli proti jeho stresům bezmocní.

Čím více má člověk vyvinutý smysl pro spravedlnost, to jest, čím víc se bojí nespravedlností, tím víc se mu všude zjevuje zaujatost a nespravedlnost.

Přeje si obnovit spravedlnost pokojnou cestou, ihned však zjistí svou bezmocnost a upadne do smutku. Čím silnější je ve Vás *smutek z důvodu diskriminace, to jest nespravedlnosti jakéhokoli druhu* a čím jste citlivější, tím zjevněji ucítíte, že Vám v plicích jakoby nestačí místo. Jakmile jen trochu uvolníte tělo, vzniká nedostatek vzduchu, i když podle tvrzení lékařů jsou plíce zdravé.

Budete-li nedostatek vzduchu zkoumat, pochopíte, že dýchání je uzavíráno břichem. Když se protahujete, je Vám lépe, od stálého vytahování zad se však unaví svaly. Trávicí trakt je jakoby zdrav, uvnitř se však usadil matný nepříjemný pocit, něco jako nevolnost. Pokud problém zůstane, časem si všimnete, že při uvolnění těla se začne objevovat zvláštní pocit plnosti v místech, kde by nemělo být nic, žádné orgány, které by mohly onemocnět.

Smutek vyvolává vzednutí. Je-li vzedmutá bránice, otvory v ní se zužují, potrava, než se dostane do žaludku, vážne a prochází přerušovaně. Je to nepříjemný pocit, z něhož se rodí panika. Panika vede k rychlejšímu tlukotu srdce a pozornost se obrací namísto příčiny k důsledku. Velké tepny nejsou schopny zásobovat dolní část těla kyslíkem a živinami v patřičné míře. Velké žíly nemohou v dostatečné míře transportovat do srdce krev, zbavenou kyslíku. Od bránice směrem dolů dochází k městnání krve – ke kongesci. Ještě horší je, že v důsledku poruchy látkové výměny lymfa rovněž není schopna odvádět škodliviny.

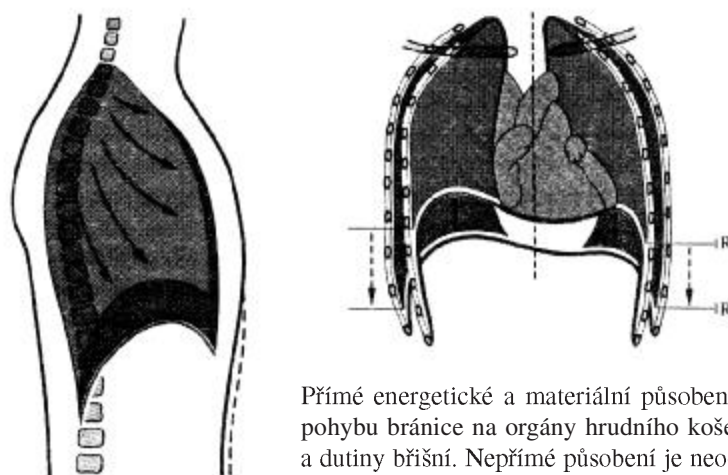
Zvětšené lymfatické uzliny mohou simulovat nádory, mohou se v ně však i měnit, pokud městnání trvá příliš dlouho. Čím déle trvá smutek, tím tlustší tuková tkáň se utváří. To znamená, že není-li smutná situace napravena, začne ji člověk časem vnímat jako *urážku a tloustne v pase*. Jak uvnitř, tak zvenku se objevují tukové záhyby. Teď už je potřeba kvůli okolnostem stále stahovat břicho a vystrkovat hrudník, aby člověk nebyl postavou podobný žábě. Stálé napětí unavuje, i když se uvolní a trup vskutku vypadá jako žabí. Čeho se člověk bál, to dostal.

Lidi se žabím trupem potkáváme na každém kroku. Od nepaměti to bylo považováno za neestetické, defekt býval skrýván pod korzetem, čímž se zkracoval život jak v přímém, tak v nepřímém smyslu. Problém zůstává a předává se z pokolení na pokolení. Není důležité, zda je člověk tlustý nebo hubený, mladý či starý, o dalším ani nemluvě. Má-li pas obalený tukem, znamená to, že ho postihla nespravedlnost, a že on sám k sobě nespravedlnost přitahuje. Přitahuje ji *strachem z nespravedlnosti a zlobou na nespravedlnost*.

Žába představuje energii ukřivdění. Jako obojživelník se zachraňuje před nebezpečím na souši tím, že skočí do vody. Když se jí ve vodě něco nelíbí, vrátí se na břeh. Něco dělá ve vodě, něco na suchu. Pro ni je žabí život přirozený a nezbytný. Nafoukne-li se člověk křivdami, podobá se žábě, žije a chová se jako žába. Před suchem se zachraňuje ve vodě a před vodou na souši. Přitom doufá, že okolí změní jeho životní podmínky, udělá je důstojnými pro lidskou existenci, že díky okolí bude konec nespravedlnosti. Ve vodě kváká, že mokro je špatné, na suchu kváká, že je špatně na suchu a vše dělá tak, až těžce funí. Vždy je nespokojený s tím co má nebo s tím kde je. Jeho heslem je – dobře je tam, kde nejsem a přitom si vůbec nevšimne, že do hloubi duše křivdí lidem, kteří mu nabízejí vše dobré. Takový člověk je nazýván obojživelník a všichni chápou, co má řečník na mysli.

S bránicí souvisejí nejen změny v pase, ale i objem a tvar hrudního koše.

[70]



Přímé energetické a materiální působení pohybu bránice na orgány hrudního koše a dutiny břišní. Nepřímé působení je neomezené v čase i prostoru

Strach žít plnohodnotným životem, to jest strach dýchat z plných plic, má za následek malý hrudní koš a obtížný nádech, ale výdech je volný. Vydechování vyjadřuje osvobození tohoto člověka od příliš dobrého materiálního života.

Odvaha žít plnohodnotným životem, to jest odvaha dýchat z plných plic, je ve skutečnosti odvahou potlačenou strachy. Z toho se člověk stane chamtivcem. Bere si od života vše, co jen je možné. **Odvaha žít plnohodnotným životem rozšiřuje hrudní koš, umožňuje volný nádech, překvapivě velký objem plic a neslyšný a nenápadný výdech.** Člověk si myslí, že tak to má být.

Stal-li se během let Váš hrudní koš ve srovnání s dolní polovinou těla neproporcionálně velký, nebo takový byl vždy, začněte osvobozovat svou zdánlivou odvalu žít plnohodnotným životem. Kromě duševních útrap Vám hrozí i plicní choroby. Je načase pochopit, že s každým nádechem do sebe nadechujete příliš mnoho a s každým výdechem vydechujete z plic zdaleka ne všechnen upotřebený vzduch. Se vzduchem se do lidského těla dostává všechno, co člověk k životu potřebuje. 15 vdechů za minutu, 15 × 60

[71]

za hodinu, 15 × 60 × 24 za 24 hodin se rovná plnohodnotnému obědu.

Přijímáme-li to, co se nám dává, měli bychom výměnou dávat to, co již nepotřebujeme. Když to neděláme, vše nepotřebné zůstává v těle v podobě škodlivých látek. A jakákoli nemoc je přece znečištění škodlivým látkami – jak duševní, tak materiální.

Mučivou nemocí je **astma**, při němž člověk *nemůže* vydechnout. Dusivý pocit nutí ústy lapat po vzduchu, člověk bez zvláštního úsilí naplní plíce vzduchem, ale zpět vzduch nevychází, i když průdušky nejsou ucpané. Proč? Protože měchem pohybujičím plícemi je bránice a když nám na duši leží tak těžké břímě, že pro bránici už nezůstalo místo, měch nemůže pracovat.

Povím Vám o osobní zkušenosti, která mě popohnala ke studiu tohoto problému. Navzdory chatrnému zdraví jsem v dětství a mládí mohla být právem hrdá na velký objem plic, dokonce i sportovci zůstávali pozadu. Když mi však od pětadvaceti let horní část šatů začala být těsná, už se mi to nelíbilo. Léta plynula a moje proporce se měnily ve prospěch horní poloviny těla. Nelze říci, že bych vůbec nevěnovala pozornost svému dechu. Velmi dobře jsem znala pocit, kdy hrudní koš se rozpínal až do bolesti, div mi z toho nepraskla žebra a chtělo se mi nadechnout ještě více vzduchu. Když se problém, kvůli kterému jsem se dusila, vyřešil, vydechla jsem jediným výdechem a vše pominulo.

Astma jsem považovala za nejstrašnější nemoc ze všech, nenapadlo mě však položit si otázku: „*Proč nemocný přišel zrovna když jsem sloužila já?*“ Chápala jsem, že techniku poskytování první pomoci při astmatickém záchvatu je třeba se naučit velice důkladně a naučila jsem se ji. Chápala jsem tedy, že se potřebuji ještě učit. Nechápala jsem však, že kromě znalosti léků, nemoci i samotného pacienta hlavně potřebuji *poznat sebe samu* v souvislosti s touto nemocí. Pokaždé jsem si říkala, že je třeba chránit se před faktory vyvolávajícími záchvaty astmatu, poněvadž jakmile poskytnu pomoc astmatikovi, cítím, jak se mi svírá vlastní dech. Snažila jsem se chránit své dýchací orgány, abych neonemocněla stejnou nemocí. Patrně jste již pochopili, že toto vše přinášelo

[72]

pramaly užitek, poněvadž skutečná příčina astmatu se skrývá podstatně hlouběji.

Příklad ze života

Život mě na pět let obdaroval člověkem, jenž byl těžce nemocen rakovinou. Během těch pěti let jsem dělala vše, co bylo v mých silách, abych tomuto mladíkovi prodloužila život. Chápal tolik, kolik mohl, osvobozoval své stresy a zpočátku byl efekt dobrý. Cítila jsem, že je to efekt jen vnější, klamný a řekla jsem mu to. On sám říkal, že pokaždé, když obětoval nápravu způsobu myšlení světskému pokušení, nemoc se zhoršila.

Poněvadž největším světským pokušením pro něj bylo zvýšení studijní zátěže a sport, čímž chtěl dokázat svou nadřazenost nad ostatními, nikdo ho nemohl donutit, aby se těchto věcí zřekl. Odvážila jsem se matersky mu vyhubovat a zakázat mu to, on mi však prostě odpověděl: „*To není problém*“. Takhle mluví ti, co mají ve zvyku nakládat si na sebe nejtěžší břímě. Jeho zvyky jsem přemoci nedokázala.

Protest v něm vyvolávala pouze medikamentózní léčba, vyprávěl, jak se při ní cítí a jaké ničivé účinky se projevují na jeho organizmu. Než onemocněl, zbožňoval vědění a tělesnou činnost, díky čemuž bylo možné dosáhnout jakýchkoli výšek. O tom, že by se všeho zřekl a věnoval se výhradně nemoci, nemohlo být ani řeči, neboť **změna názorů je tím těžší, čím je člověk sebevědomější**. Sebevědomí se zakládá na absolutních znalostech a zacyklenost na nich dodává odvaze sílu vůle.

Vědomí, že nedělám nic špatného a to, co jsem dělal, mně přinášelo jen dobré, mění člověka ve slepého, hluchého a necitlivého ke všemu, co se nachází vně tohoto přesvědčení. Sebevědomí roste díky inteligentnosti, která velí být trpělivý k lidem a mít přívětivou tvář, i když máš chuť dát někomu přes hubu. Sebevědomí je velice těžký stres, o němž budeme mluvit zvlášť.

Čeho se člověk bojí, to k sobě přivolává a co nenávidí, mu působí bolest. Nemoc mého pacienta se zhoršila, následovaly léčebné terapie a komplikace po aplikaci léků. Byla jsem překvapena a dotčena, když se obvinění sesypala na mou hlavu a ještě více mě deprimovalo, že mladík byl v každodenním životě se svou

nemocí prakticky sám. Ve své praxi jsem měla pacienty s rakovinou, kteří se rychle uzdravovali, čemuž napomáhali partner, děti a rodiče, poněvadž se zabývali zlepšením *své*ho způsobu myšlení, ale k tomu, aby se tím člověk zabýval, nemohu nikoho donutit. Kdybych měla možnost použít v případě mého pacienta alternativní způsoby léčby, odvážila bych se ho od chemoterapie odradit. Takové možnosti však v Estonsku nejsou a já cítila, že začínám ustupovat smrti.

Život mi umožnil hledat pomoc v daleké cizí zemi. A také jsem měla možnost setkat se tam s lékařem, který měl velké možnosti. Vyslechl mě a jakoby mimochodem s jistotou řekl: „*Neznejte se, dá se mu pomoci. V minulosti jsme u nás takové pacienty léčili.*“ Sebevědomí lékaře mě ohromilo, chtěla jsem však doufat, že bude líp. Pamatuji se, jak jsem začala lapat po vzduchu, cítila jsem sevření na prsou a snažila se popadnout dech. Tu hodinu a půl, co jsem čekala na lékaře, abychom dohodli podrobný plán, jsem dýchala jako nikdy dřív.

Žádalo se ode mne pouze nadechovat, zpět vše vycházelo samo. Uvnitř jakoby se nahromadilo neuvěřitelné množství čehosi, co teď začalo spolu s dýcháním odcházet. Stála jsem a cítila, že podprsenka je mi velká. Pak začala sjíždět dolů, poněvadž se uvolnilo napětí od přílišné náročnosti, která zvedá ramena nahoru, skoro až do výše uší. Ramena se uvolnila do té míry, že šev šatů v pase klesl na své místo. Už jsem nepotřebovala žádat od sebe nemožné. Za hodinu jsem potkala známou, s níž jsem den před tím strávila několik hodin a ta vykřikla: „*Ty jsi nějaká malinká!*“

Co to vše znamenalo? Uvědomila jsem si, že jsem na sebe vzala zodpovědnost za záchranu života jiného člověka a ta tížila mou duši jako obrovské břemeno. Nic dobrého jsem tím pro něj neudělala, zato sobě jsem způsobila zlo. Nemálo jsem se snažila ho ze sebe vysvobodit, on se mě však držel ze všech sil, takže odstrčit ho by pro něj bylo smrtelným úderem. Žil mnou. Jeho fyzická smrt by mě duchovně zabila, protože společnost se ke mně chovala jako zvěř připravená ke skoku. Vždyť v našem vědomí se pevně zakořenil názor, že lékař nese za život pacienta odpovědnost. Nemohla jsem se neznepokojovat za nás oba. Tehdy jsem ještě byla příliš dobrým člověkem.

[74]

Všichni přicházíme na svět, abychom nesli odpovědnost za vlastní život, nemáme však právo odpovídat za život druhých. Bereme-li toto právo na sebe, stává se povinností a nesplníme-li povinnost, čeká nás odsouzení. Mě odsuzovali, bylo to těžké, můj pacient se považoval za viníka a trpěl se mnou. Vysvětlovala jsem mu, že jsem to způsobila *sama*, svým strachem z nespravedlnosti, že je to *má* chyba, on to však nedokázal vydržet, neboť se o mě *bál*.

O jednom takovém případě jsem vyprávěla ve své třetí knize, když jsem uváděla příklad s mladíkem, který byl zoufalý ze smutku a bezmocnosti, což se u něj stalo příčinou nahromadění životu nebezpečného množství tekutin v pravé plíci. Z mého trápení obviňoval sebe. Vysvětlovala jsem mu, že vinen není, on si však, ani při vši oduševnělosti z práce, kterou na sobě udělal a jejích důsledků, nedokázal představit, jak velké bylo novinářovo „ego“. Novinář nebyl vinen tím, že si ve své úplné nevědomosti a honbě za senzací nevybíral prostředky a myslel jenom na sebe. Věděl však, že mluví s člověkem nemocným rakovinou, jehož křehkou psychiku bylo třeba vzít na vědomí, a ve své *životní naivitě, což je samo o sobě egoizmem*, nemyslel na důsledky. Hladový myslí pouze na to, jak utišit svůj hlad. V tom okamžiku je na hony vzdálen jak soucitu, tak pocitu odpovědnosti. Nejsou vinni lékaři, považující medicínu za jediný správný způsob léčeni. Otevřít oči jim zatím ještě brání strach a profesionální čest. Kvůli cizím stresům nelze zvětšovat své vlastní a uprostřed nich zemřít.

Pacient mě vyslechl, projevoval souhlas a porozumění, ale jeho *mladá duše*, která se díky mým řečem na chvíli pozvedala a byla příznivá remisím – to jest dočasnému oslabení nemoci, které trvalo půl roku – začala znovu brzy vstřebávat špatné, pocházející z dobrých přání dobrých lidí. Od okolí nebyla podpora žádná, i když právě toto okolí se znepokojovalo a různým způsobem se o něj obávalo. Obavy a znepokojení jsou upírem, jenž do poslední kapky vypije životní sílu tomu, o koho se obáváme, leč dobří lidé o tom nevědí a vědět nechtějí. *Chtějí být dobrými lidmi a znepokojení a obavy jsou znakem dobrého člověka.*

Situace se nemění navzdory tomu, že toto vše je nám známo. Problémy se řeší, když osvobozujeme své znalosti, když se očistujeme. To znamená, že k sobě už nepřitahujeme tak velké množství špíny. K očistění duše je potřeba čas, ale **dobří lidé jsou společenstvím aktivně bojujícím se zlem**, které čas nedá. Člověk spěchá, bojí se nestíhat, bojí se být vinen. Dobří lidé vědí, že spěch není zajíc, který uteče. Přestaneš spěchat a spěch není. Navzdory tomu člověk honí sebe i druhé a ničí vše, co je skutečně krásné. Poprosíš-li běžící: „*Dejte mi čas!*“ – ušlapou tě. Lidé spěchající z pocitu viny jsou k prosbám hluší. Chtějí hmatatelný výsledek dostat ihned – nejlépe včera.

V dobrých lidech sedí velký strach, **vypadat v očích druhých dobrých lidí jako egoista**, jako člověk, který kašle na druhé, proto se do všeho pletou, i když sami jsou neuměteloové. Užitek z nich není žádný, neustále však dokazují, že jsou dobrými lidmi. Ani je nenapadne, že tím působí více škody než užitku. Přičemž nejen tomu, komu chtěli pomoci, ale i celkově.

Vštěpovala jsem pacientovi: uvolni pocity viny! Měl jich však za předcházející životy a za počátek života nynějšího nahromaděno tolik, že osvobodit je najednou bylo nemožné. Pokud by mu ti, před nimiž se cítil vinen, řekli upřímně přímo do očí: „*Ne! Ty nejsi vinen. Svou vinu jsi vymyslel ty sám, poněvadž sis usmyslel dávat všem víc než je možné a potřebné*“ – břímě z jeho duše by ihned spadlo, stejně jako mně. Během té půldruhé hodiny jsem předala odpovědnost za život svého bližního jinému lékaři a mohla jsem začít dýchat lidsky. Vzal-li lékař tuto odpovědnost na sebe – to už je jeho věc. Věřím, že nevezal, neboť byl chytřejší než já.

Zřejmě vás zajímá, zda se můj pacient vyléčil. Ne, nevyléčil. Už není naživu. I když se začal uzdravovat, nedala mu pokoj **dotěrná myšlenka – takový život nemá smysl. Styděl se žít jako invalida**. Nemohl se smířit s myšlenkou, že likvidace důsledků nemoci si vyžádá ještě 10 nebo 20 let. To znamená následující: **znalost a uznání vlastních chyb znamená dosažení duševního klidu, ale jen vědomá náprava chyb přináší uzdravení těla**.

V takové atmosféře jsem ho nemohla naučit myslet samostatně tak rychle, jak bylo potřeba, protože *byl od dětství zvyklý plnit příkazy*. Dělal pouze to, co jsem mu radila. Počáteční efekt byl kladný, poněvadž jeho stresy byly porovnatelné s neodbornou prací. Bylo lehké je vysvětlovat. Z roku na rok, z měsíce na měsíc, ze dne na den jsme se nořili do hloubky a dospívali jsme ke stále větším podrobnostem. Myšlenková práce byla stále složitější, on ji však zvládal, poněvadž se objevily záblesky samostatného myšlení. S ohledem na stále se zrychlující tempo každodenního života to bylo štěstí, protože jsem nemohla stačit sledovat každý jeho krok. Dobří lidé na něj bohužel útočili svým negativním hodnocením pokaždé, jen se stačil vzpamatovat z předcházejícího úderu. Pokaždé jsme museli napravovat, co bylo poničeno. Na jak dlouho však tomu nešťastníkovi budou stačit síly?

Ať mu říkal kdokoli cokoli, byl zvyklý všemu naslouchat. Jakýkoli úsudek vnímal jako příkaz nebo zákaz. Řekli: dobře a on věděl, že je to tak správně. Řekli špatně a on věděl, že tohle se nesmí. V duši protestoval proti povinnostem, ven se však protest nedostával. Neochvějná víra v to, že pocit odpovědnosti byl, je a bude heslem Člověka, se odstraňuje velice těžko. Stačilo, aby mu někdo *ve jménu dobrého* přikázal – a on ihned bral odpovědnost na sebe. Ať se komukoli *zachtělo pochlubit se jeho úspěchy*, hned běžel, dokud mu stačily síly. I mně sám nejednou říkal: „*Dobře, ať je po tvém!*“ Ze špatných předtuch mi hrůzou vstávaly vlasy na hlavě a nejednou jsem spustila křik: „*Pro koho je to dobré? Pro mě nebo pro tebe?!*“ Někdy žertem odpovídal: „*Pro tebe také!*“ A měl pravdu. Kromě přání vidět ho živého, jsem si přála duševně zůstat celá. Kvůli jeho smrti by mě neupálili, časy se změnily, obvinění by však spalovala mou duši jako bych byla vinna jeho nemocí, ale nemohla ho vyléčit.

Co by bylo, kdybych si nevzala na svou duši odpovědnost za jeho život?

Dávno by umřel, ale mě by z jeho smrti nikdo neobvinil.

Proč se objevil v mém životě – vždyť se mohl i neobjevit?

Bylo to naše karmické spojení. Někdy v minulosti, před mnoha životy, mi pomohl *navzdory těžkostem* a jeho srdce vědělo, kde nyní najít takovou pomoc, za kterou by nebyl nic dlužen. **Pocit**

viny je pocitem odpovědnosti, smyslem pro povinnost – přičemž nejsilnější je smysl pro povinnost z vděčnosti. Nejvíce ze všeho se bál být vinen a být něco dlužen. Mně nic dlužen nezůstal. Náš karmický dluh je nyní vykoupen.

Měl hrudník obrovských rozměrů, do nějž se vešlo břemeno obrovské odpovědnosti. Nesl ho s *hrdostí*, a když se s konečnou platností přesvědčil, že k uzdravení je nezbytné ještě nemilosrdněji změnit životní styl, podlomilo ho to. Nechtěl vidět špatné. To je největším neštěstím těžce nemocných lidí, protože se u nich ihned objeví pocit, že kvůli tomu budou považováni za špatné. To znamená, že dobří lidé, kteří dříve chválili, se nyní stávají osočovateli, tedy špatnými. Když se nemocný *stydí špatně se vyjadřovat o lidech*, nechce nic špatného slyšet. Nemoc jako zamotané klubko negativní energie kvůli tomu zůstává nerozmotaná a neléčí se. Jako znak odsouzení mi zazněla jím poprvé pronesená věta, která se zařezávala do uší svým stařeckým laděním: „*Nechci, aby na mě někdo vzpomínal ve zlém.*“ Na mou výzvu, aby se vzpamatoval a vážil svá slova, odpověděl, že je zřejmě *příliš hrdý, než aby se ponižoval. Připadalo mu, že nebýt na samém vrcholku je ponižením a hanbou, což je horší než smrt.*

Zakořenila v něm představa, že odpuštění je snížení se na úroveň viníka, což znamenalo nedostatek sil zůstat nad špatným. Vždy a všude ho učili *být nade* všemi a *nade* vším, jak se na důstojného člověka patří. Nikoho ani nenapadlo, že *důstojnost je povznesením sebe i druhých* a nikoli nadřazeností nad někým či nad něčím. Byl v něm *neuvědoměle* pěstován egoizmus, i když egoizmus kritizovali a zakazovali. Nakonec vznikl nepřiměřený skrytý egoizmus, jehož důsledkem byl rakovinový nádor. Později si ještě o vzniku rakoviny podrobně povíme.

Hrdost zakazuje mluvit o špatném, dokonce i v tom případě, kdy je mluvit o špatném životně nezbytné, aby ze sebe člověk spolu se slovy vypustil negativní energii. Neštěstím mého pacienta byla právě hrdost. Zvláště velkým neštěstím ještě proto, že jí pacient nedovoloval, aby se navenek projevovala. Proč? Protože ještě byli lidé, u nichž si chtěl potvrdit svou nadřazenost. Chtěl být ještě lepším, aby především sám sobě dokázal, že je nejlepší ze všech. Takový byl jeho cíl, za nímž se skrývalo přání pomstít

nezapomenuté dětské ponížení a křivdy. Když **hrdé přání dýchat z plných plic** natropilo své – smířit se s něčím menším bylo horší než smrt. Takovým životem žít nechtěl, a když člověk ztratí přání žít, stává se živou mrtvolou. *Přál si být důstojným a vidět důstojnost těch, kterých si chtěl vážit. Především svého otce a matky a pak učitelů. Snažil se stát se ideálním a přál si, aby ostatní byli stejní. Byl příliš náročný ke všemu. Navenek to byl klid sám.*

Onemocněl náhle, po neúspěšné účasti na mistrovství, kde se od něj očekávalo vítězství. Rozvinula se u něj lymfogranulomatóza, nádorové onemocnění lymfatického systému. **Lymfogranulomatóza vzniká, když člověk cítí smrtelný stud, vyvolaný tím, že nedokázal dosáhnout toho, co fakticky vůbec nepotřeboval.** Styděl se přede všemi, jejichž naděje zklamal. A těch bylo mnoho. Jako nemocný si přál svým *uzdravením dokázat* všem, kteří se v něm zklamali, že je schopen dokázat víc než se od něj očekává. Dokonce i uzdravení se pro něj stalo cílem. Snil o tom, že po uzdravení bude dělat zázraky, a pouštěl se do toho ihned, jak se cítil lépe. Život dokázal, že **navzdory subjektivně dobrému stavu = dobrá znalost sebe samého, se dobře vůbec necítil** a posílal mu zhoršení nemoci. Pocit studu bez ustání rostl kvůli pravidelnému ztroskotávání jeho úmyslů, dokud se nezměnil v tragickou bezvýchodnost: stejně se mi nic nepodaří.

Jako naschvál v té době došlo k řadě nepříjemností se známými lidmi požívajícími autority a po každé z nich buď chytil nějakou horečnatou nemoc nebo upadl do deprese. **Cítil stud kvůli hanbě druhých lidí.** Nakonec si vybral – rozhodl se *zavrhnout smrt za života a dát přednost životu po smrti*, kromě mě však o tom nikomu neřekl. Věděl, že dobří lidé to nebudou schvalovat. Nechtěl nikomu působit bolest. Snažila jsem se mu vysvětlit, že nemáme právo žít život za druhého. Chytil se mých slov a řekl: „*No právě*“. Tím měl na mysli, že nemám právo odsuzovat jeho volbu. Nechtěl už déle žít takovým životem v tomto nestoudném světě.

Takový je životní osud člověka, který přinesl sám sebe jako oběť.

Roky, které jsem prožila vedle něj, mě naučily lépe se vyznat v příčinách vzniku a průběhu a v možnostech uzdravení rakoviny.

Stala jsem se svědkem toho, jak člověk, který zvolil smrt, je schopen najít sám sebe díky nápravě způsobu myšlení. Najít do takové míry, že utrpení jeho fyzického těla bylo minimální. Byl spíš podobný poutníkovi, chystajícímu se na dlouhou cestu, který vyrovnal všechny účty se světem. Vypravoval se na cestu a pokládal za potřebné říci jen: *nevzpomínejte ve zlém*. Byla to současně prosba i ponaučení: nedokázal jsem zapomenout na špatné, proto jsem tak příšerně trpěl. Neopakujte mou chybu!

Člověk, jenž není schopen najít sám sebe doma, začne při svém hledání vandrovat po světě. Spatřuje-li v tom cíl svého života a tomuto cíli se oddá, když odchází na svou poslední cestu, ničeho nelituje. Odchází s pocitem, že jedná správně, neboť mu podvědomí říká, že nastalo poslední období k proslapání cesty do příštího života.

Před tím, než začnete číst kapitolu o rakovinových onemocněních, mohu říci, že všechno, co jsem o vzniku rakoviny v předcházejících knihách napsala, je bohužel pravdivé. **Rakovina je výsledkem nahromadění energie nevraživé zloby.**

Nevraživost představuje nerealizovanou zlovolnost = nechť být špatným člověkem, který se začíná mstít všem, kteří ho nutí a zotročují. *Nevraživost je přáním zabít bez vraždy*. Přání zabít je umrtvováno pocitem studu za takové přání a člověk necítí, že se v něm usadilo přání tak hanebné. *Člověk nemocný rakovinou, který si přizná, že by zabil, kdyby byl přesvědčen, že se o tom nikdo nedozví, se bezpodmínečně začne uzdravovat*. Osvobozují-li svou touhu zabít, dochází k pochopení toho, že přání zbavit se špatného je intelektuálním přáním zabíjet. Poté následuje ještě jedno osvícení: přání, aby vše bylo jen dobré, je fakticky zabítím. Co na tom, že jde o odstranění špatného. Dobré přece beztak nikdo neničí.

Když je bránice ve zvednuté poloze, není možné vydechnout. Maximálně zvednutá poloha je jako nebeská klenba bez mraků, nad níž už není nic. Kdo se domnívá, že se to rozumí samo sebou, cítí nespokojenost, když se na nebi objeví mraky.

[80]

Není schopen pochopit, že pod ustavičně bezoblačným nebem se může rozprostírat jediné poušť. Stále zvednutá poloha bránice zháší svíci života.

Život je pohyb. Bránice zajišťuje pohyb, to jest život. Při pohybu bránice dolů probíhá nádech, při pohybu nahoru výdech. Spočívá-li na srdci tíha z pocitů viny, bránice se nemůže zvednout tak vysoko, aby vznikl povznesený pocit. To znamená, že výdech neproběhne až do konce a tělo se nemůže plnohodnotně očistit pomocí dýchání. Poněvadž žít bez očisty se nedá, člověk se při vydechování uchyluje k pomoci pomocných svalů a zvykne si na to.

Vše na co si zvykneme, považujeme za normální a přirozené. Normální *neslyšné volné dýchání* se mění v *normální napjaté hlučné dýchání*. Podle míry růstu napětí dýchání slábne, mění se v *nemohoucí zvuky, vydávané na hranici mezi životem a smrtí*, což normálním už nazvat nelze. Člověku může být tak krušno, že i dýchat je těžké.

Strach, který byl potlačován a proto se obrátil v odvahu žít plnohodnotným životem, se mění znovu ve strach tím rychleji, čím silnější je pocit viny. Představte si plíce a dýchání, když *přání žít odvážně plnohodnotný život začne bojovat s dotěrným strachem, že plnohodnotný život dál žít už nelze*.

Strach hrudník *stlačuje*.

Odvaha hrudník *rozšiřuje*.

Strach vyvolává křeč bránice a ta se dostává do horizontálně *ploché* polohy.

Odvaha v maximální míře tlačí *nahoru nebo dolů*.

Nahoře může vzniknout nebezpečné napětí až do samotné perforace, které tlačí na plíce. Dole vzniká bolestivý tlak na níže umístěné orgány a tkáně. Když strach sevře hrudník a zplošťuje bránici, zůstává málo místa pro nádech. Jinak řečeno, do těla se

dostává málo čerstvého vzduchu. Skutečnost, že tělo nemůže žít bez kyslíku, je známa každému.

*Čistý vzduch dává tělu vše, co je pro život nezbytné a bere z těla vše, co je pro život nepotřebné. Když to neodebírá, vše, co v těle zůstává, se stává životu nebezpečným. Takový stav se nazývá **dechová nedostatečnost**, jednodušeji řečeno dušení. Dýchací proces, který je povolán člověka pozvedávat, se pro něj stává ponižujícím. **Zablokování energetického centra dýchání vede k přetížení a nemocem v dolní části plic.***

Odvaha je potlačeným strachem a působí přímo opačným způsobem. Čím silnější je přání žít plnohodnotným životem, tím silněji člověk usiluje o lepší, *bránice se zvedá nahoru a zosobňuje tak úroveň lidských přání. Přání mít stále víc a víc se rozrůstá a mění se v přání mít stále více a více svobody. To nachází své vyjádření v rozšíření plic jako orgánu svobody, hrudník má však své hranice. Každé přání je strachem, že nedostanu to, co chci a poněvadž tomu tak je, vzniká pocit, že život je jakoby nespravedlivý. To vede k napětí v bránici. Čím více vzduchu člověk ústy lapá, tím níž se musí bránice prohýbat, ale to nedovolují játra, žaludek a celý trávicí trakt.*

Jak podvědomě, tak vědomě chápeme pojem plnohodnotný jako něco ideálního, co se nachází někde na nebesích. Přání žít plnohodnotný život vede ke zvednutí bránice, jakoby mířila k nebi. Když se bránice zvedne na maximum, člověk nemůže vydechnout. Množství škodlivých látek, které v těle zůstaly, vyjadřuje stupeň závažnosti dechové nedostatečnosti, tedy stupeň nebezpečí pro život. **Střed dýchacího procesu se přitom přesouvá nahoru, což vyvolává přetížení plicních hrotů a jejich potenciální onemocnění.**

<p>Zastavte se nyní a věnujte se tomu, jak se cítíte. Možná jste si už dříve všimli, že Váš dech se jednou zrychluje, jednou zpomaluje, ale v každém případě se Vám dýchá těžko. Ano, i srdce bije jednou tak a podruhé jinak. Taková reakce doprovází čtení</p>
--

*jakéhokoli textu a prohlubuje se podle toho, do jaké míry se do toho, co čtete, pohroužíte, to jest, *splynete s tím*. Udělejte si přestávku a propusťte získané vědomosti. Pak čtete dál. Upamatujte se, zda se Vám někdy stalo, že jste odložili knihu nebo noviny a zvolali jste: „*Fuj, to se vůbec nedá číst!*“ Hltali jste knihu, dospěli jste na hranici přesycení a vyřešili tak situaci. Bylo by lepší udělat to jinak. Naučte se položit si otázku: *Čemu mě přečtené naučilo? Jaký problém potřebuji osvobodit?**

Zvednutá poloha bránice se ještě více zvyšuje tlakem zdo-la. Zřejmě každý člověk měl možnost zakusit tíživý pocit v oblasti od pasu či pupku k žebrům, který nelze přičíst žádné nemoci. Může být slabý a obtěžovat léta, může mizet a znovu se objevovat. Někdo ho spojuje s nárazově vznikajícím a posléze slábnoucím nadmutím břicha a někdo ho připisuje nepochopitelnému zaoblení pasu, o němž neví, kde se vzalo. Někoho jiného čas od času obtěžuje nepochopitelné uvolňování plynů, odcházejících jak ústy, tak z trávicího traktu a člověk se hned potom cítí lépe. Leckdo si všimne zvláštního pocitu prázdnoty, jenž ho nutí nacpat si žaludek. Někdo jiný ho však považuje za obyčejný pocit hladu.

Koho stále pronásleduje pocit přeplněného žaludku a současně hladu, nají se až je mu těžko a současně se cítí jako nafouklý balón. Tělo tlačí stále více dolů a balón táhne stále silněji nahoru, dokud jednou neucítíte pod bránicí jakoby plochý vzduchový polštář, jenž co nevidět praskne, zatím však tlačí na všechny strany. Kvůli maximálně zvednuté bránici polštář nemůže nahoru, dolů však také ne – tam překážejí játra a žaludek.

Vzduchový polštář se dere nahoru, nezávisle na poloze Vašeho těla. Krátkodobé zvýšení tlaku v polštáři může vyvolat nepochopitelný pocit bezmocnosti, smutku, pocity hrůzy, bezvýchodnosti, zoufalství a připravit Vás na nějakou dobu o spánek. Napětí zeslábně, najdete-li rozumné vysvětlení. Stálý neklid vede k neuróze, poněvadž nemoc je naprosto zřejmá a medicína nezjistila nic. Je-li takový záchvat silnější než obvykle, dá se usuzovat na onemocnění ledvin, poněvadž ledviny jsou potom zvlášť citlivé a může se zdát, že jsou jakoby vně těla. Poněvadž víte, že to se

stát nemůže, začnete sami sebe uklidňovat. Situace, kdy nemoc je a současně není, má špatný vliv na Vaši psychiku.

Věnujte pozornost větě „*sami sebe uklidňovat*“, již se rozumí, že svými znalostmi sami sebe přesvědčíte až do stavu necitlivosti, to jest do smrti. Takhle přemlouváme sami sebe i okolí a zesílíme stresy vedoucí k neurastenii. Astenie je slabost, nemohoucnost. Astenik je jako vyždímaný citron, ze kterého je vymačkána všechna šťáva, to jest, byla vymačkána přirozenost citronu.

Můžete vypadat jako klid sám „díky“ vlastnímu uklidňování, avšak všimněte si: stačí, aby se objevil nespokojený člověk, jenž Vám začne vnucovat své nároky, a začne se Vám nadouvat horní část břicha. Zvláště zjevná je tato reakce v případě, kdy pro Vás někdo *velmi mnoho znamená, bojíte se ho ztratit a vysluhujete si jeho lásku*. Zejména má-li silně rozvinuté ego a je zvyklý trvat na svém. Rozhodně na Vás nemusí útočit. Naopak: nejhorší pro horní část břicha je, jedná-li se o člověka inteligentního a *Vy mu musíte ustoupit, abyste si s ním nepokazili vztahy*. Je-li takový Váš manžel, horní část břicha máte dozajista vypouklou. *Stálý strach z nespokojeného člověka a stálý stav sebeobran*y vedou k otylosti břicha. Ke stejnému efektu vede i pouhé vědomí toho, že podle názoru manžela stejně v ničem nemáte pravdu. Abyste získali schopnost samostatně řešit své problémy a počínali si jak je třeba, je nezbytné nejprve uvolnit jmenované stresy.

Rodiče! Je-li Vaše dítě příliš baculaté s bříškem jako balón, znamená to, že cítí svou bezmocnost, neboť si uvědomuje, že *nikdy nemá pravdu*. Dítě je v bezvýhodném postavení, neboť jste mu vštíplili, že pravdu máte vždy Vy. Kdybyste neměli tento problém, neponížili byste ani dítě. Ať se budete jakkoli snažit váhu dítěte upravit, nedokážete to udělat, dokud se nenaučíte vážit si sebe, manžela i dítěte a přijmout je takové, jací jsou. Mužský rozum nedělá muže mužem. Ženský rozum nedělá ženu ženou. Rozum je pouhou vlastností, pokud se s ní ztotožní, pouštětji se do hájení svých práv a nutí druhé k sebeobraně. Bojí-li se Vás ztratit, chrání se pasivně – tělo se rozšiřuje, tj. tloustnou.

Duchovní sebeobrana dělá člověka tlustým. Proto ve vyspělých zemích vzrůstá problém dětské obezity a tloušťky obecně. Člověku, který vycení zuby, když se ho někdo pokouší obalamutit nebo vnutit svou pravdu, tloušťka nehrozí. Může se mýlit, může leccos zkazit, ale protože nedovolí, aby se mu někdo pověsil na krk, netloustne. Špatný člověk netloustne, tloustne člověk dobrý. Čím víc si vysluhuje lásku, tím víc je v něm vnitřní prázdnoty. Vnitřní prázdnotu je povolán kompenzovat přímo opačný vnější vzhled.

Vnitřně prázdňý člověk je **neurastenikem**. Je to nemocný člověk, který ze sebe pomocí různých, tu i onde načerpaných znalostí vyždímal úplně všechno. *On sám není, zůstaly jen od okolí převzaté představy a hodnocení*, které nepřinášejí to, čím by se upokojila duše. Čím víc se takový člověk nutí žít podle příkladu druhých, tím necitlivější se stává jeho tělo, které kvůli tomu nemůže ani onemocnět. Zato duševních muk je dost na zbláznění.

Takže:

Čím více kladní chcete být,

tím trpělivěji se chováte k lidem, to jest, tím větší ohledy na ně berete,

tím větší význam přikládáte každému jejich slovu,

tím víc si všechno berete k srdci a ponecháváte v sobě,

tím víc se v životě snažíte zavděčit druhým,

a tím víc v sobě ničíte člověka.

Hyne-li člověk, hyne i tělo.

To vše úhrnem je neurastenie, která se prohlubuje, když se sami začnete nazývat člověkem nervově nemocným, potlačujete své neštěstí a skrýváte je před ostatními. Dříve nebo později vše vyplyne na povrch, buď formou neurastenie, která je všem blízkým protivná, nebo formou fyzické nemoci. Věnujte pozornost roli, kterou při vzniku tohoto stavu hraje ze všech stran vychvalovaná trpělivost. Jedině takhle může skončit vychvalování trpělivosti, učení se trpělivosti, násilná výchova sebe i druhých v duchu trpělivosti.

Člověk nemusí počítat s druhými, počítat s druhými je jeho potřebou.

Chtěli byste se po tom množství slov konečně dozvědět, z čeho vzniká **mučivý stav naplnění vzduchem**? Co to všechno znamená? Znamená to, že člověk je **přeplněn duchem**. Tento jev Vám musí být znám. Člověka svrbí pěsti, tvář zčervenala vzrušením a nezaujatí pozorovatelé žízníci po pomstě tohoto ducha popichováním rozpalují. Nikoho ani nenapadne, aby se zastavil a zeptal sám sebe, co to znamená. Znamená to, že **neomezený duch se v tomto okamžiku ocitl v zajetí omezeného prostoru těla**.

Takhle působí **pokles duchovního dávání na úroveň pozemského získávání**. V tomto stavu **člověk ve všem vidí peníze, všechno dělá jen pro peníze** a ještě **je hrdý, že se mu vše daří**. Uvedený postoj ničí vše posvátné a čím větší potřebu posvátnosti člověk má, tím víc sám sebe ničí. **Člověk rozpínaný idejemi a tedy přeplněný sám sebou, se nafukuje vzduchem** a jeho nafouklost nezmizí, dokud všechny své nápady nerealizuje. Když jeden z nich uskuteční, tiše a v klidu se raduje, najednou se však někdo objeví a řekne, že to dělal jen pro peníze. Člověk, který lidem předal nápad jako vzduch, či jinými slovy, který ze sebe nápad osvobodil, má nakonec pod hrudní kostí znovu **pocit balónku nafouklého vzduchem**.

Kdo má hodně nápadů, tomu se dá taková rána před tím, než se vydá k praotcům, zasadit mnohokrát. Kdo vydává své nápady po kouskách, musí nemálo trpět. Člověka hýčkájícího si jediný nápad vypěstovaný mnohaletou prací, která je hodna, aby se stala veřejným vlastnictvím, může takové hodnocení povznést do světa idejí, jenž je světem posvátnosti.

Stav, kdy je člověk naplněn vzduchem, představuje hrdost z důvodu hrdosti. Čím víc se chcete pyšnit realizací svých nápadů, třeba i velmi nenápadně, tím víc jste nafouklí. Přejete si být například normálním člověkem, ale nechápete, že jedno přání je málo. Snažte se být skromní, příjemní, chápající, milí, usměvaví,

tiší, shovívaví – a daří se Vám to. Svou prácičku jste znamenitě zvládli a s pocitem uspokojení jste se odebrali domů. Avšak hned jak jste ucítili, že z Vás spadlo napětí, vznikl nový problém: jste k prasknutí nafouklí plyny. Hledáte skryté místečko, abyste je vypustili a když ho najdete, nedaří se to a horní část břicha zůstává stále nadmutá. Tím o sobě dává vědět **hrdost na to, že jste nezpychli**.

Příklad ze života

Znávala jsem jednoho akademika, který si usmyslel, že vytvoří materiální podmínky pro realizaci své geniality. Stát mu peníze nedal a on si vzal svůj geniální nápad s sebou do hrobu. Stát jeho nápad nepochopil a on nepochopil stát, jelikož svým nápadem hodně předběhl čas. Když mu dali najevo, že se žene *jenom* za penězi, byl do hloubi duše uražen, protože celý svůj život prožil ve více než skromných podmínkách. V podstatě se dožadoval jen tolika peněz, aby mohl uskutečnit svůj nápad, což ho nakonec podlomilo. Věděl a cítil, že společnost bude brzy jeho nápad potřebovat a snažil se dokázat, že je třeba si pospíšit, jinak bude pozdě, to jest – je třeba bez otálení začít, vládci státní pokladny ho však nepochopili.

Celá křivda byla čitelná na jeho tváři. Což znamená, že byl nanejvýš příjemným džentlmenem, nahlodávala ho však nemoc, která se odrážela v jeho obličejí. Stud veřejně přiznat, jak velice nesprávně byly interpretovány jeho iluze, stejně jako skutečnost, že mu naplili do duše – to vše měl v tváři pokřivené nemocí napsáno. Odpověděl-li by na křivdu tímtež, naplil by do vlastní duše, neboť jedním z jeho cílů bylo zůstat vždy džentlmenem. Džentlmenem by mohl zůstat, kdyby zůstal Člověkem. On však příliš uvízl ve svých zásadách, které vyžadovaly, aby ze všech sil hájil své ideje.

Zde by bylo na místě vyjádřit se ohledně státu, ale toho se zdržím. Zdůrazním naopak, že život člověka závisí na něm samotném. Osvobodte v sobě pokles duchovního dávání k materiálnímu dostávání a nikdo Vám nedokáže slovy zasadit ránu pod pás a uzavřít Váš energetický kanál.

Nejvyšší se vyvažuje nejnižším. Čím vyšší slovo, ideu nebo teorii vydáváte, tím více jste obviňováni z peněžního prospěchu. Proč? Protože se bojíte a nepřijmete pokles duchovního dávání k materiálnímu dostávání.

Dejme tomu, že jste učitelem z kategorie nemajetných. Nu a dejme tomu, že máte oblečeny jediné kalhoty a v kapse se krčí poslední měďáček – vždyť myšlenky na peníze Vás navštěvují až v poslední řadě. Když se však odvážíte požádat o důstojný honorář za svou práci, dostanete odpověď, že myslíte jen na peníze. Neuvědomujete si, že Vaše odvaha je potlačovaný strach, který přitahuje to, čeho se bojíte. Bojíte se, aby Vás nepovažovali za špatného člověka. A hledme – považují.

Osvoďte-li svůj *strach a zlobu, které pociťujete v souvislosti s poklesem duchovního dávání na úroveň pozemského získávání*, pochopíte, proč peníze byly od nepaměti považovány za špinavé. Myšlenka je svátostí, která tvoří materiální svět včetně peněz, chamtivost však svátost ničí a ničí tedy i vlastního tvůrce. A tak člověk, kterému jste před okamžikem poskytli nezištnou pomoc, ve Vás může spatřit svou vlastní lačnost k penězům a obvinít Vás buď přímo do očí nebo za zády. Nechápe, že když zasadil ránu Vám, dal i sobě ránu do jater a v játrech nahromaděná zloba se vyhrnula ven. Jeho podvědomí mu připomnělo, že existuje posvátný zákon přírody, jenž říká, že duchovní a pozemské dávání musí být v rovnováze. Když někdo pracoval, aby ti pomohl, je třeba se mu za to odvděčit, tím mu pomůžeš. Chamtivost však člověku nedovolila s tím souhlasit. **Chamtivost** je taková věc, že člověk neustále hrabe pod sebe, **když však není na koho útočit, neútočí.**

Kritizujete-li cizí chamtivost a duchovní přízemnost, strefujete se sami do sebe, protože v druhém člověku fakticky kritizujete sebe. Čím víc se domníváte, že takoví nejste, tím víc takoví jste. Poněvadž Váš postoj k tomu je negativní, skrýváte danou kvalitu před sebou i před ostatními natolik pečlivě, že se o ní nikdy nikdo nedozví. Ví o tom jen život a Vaše živé tělo a reagují odpovídajícím způsobem.

Příklad ze života

V minulosti jsem začala pracovat společně s jedním rozumným a velmi aktivním organizátorem. Rozdíl mezi námi spočíval v tom, že zatím co já ještě přemýšlela, on už jednal. Zapojil do věci široký okruh osobních známostí. Ještě jsem svůj nápad ani důkladně nepromyslela a neprověřila a on už byl nadšený. To na mě působilo a působí jako červené světlo semaforu. Zdálo se mi, že se ve svém spolupracovníkovi dost dobře vyznám, když najednou po úspěšném vyřešení jakéhosi složitého problému začal s nadšením mluvit o tom, že s mými schopnostmi zvládneme cokoli.

Jeho plán měl podle formy za cíl spasit svět, podle obsahu se jednalo o pokoření světa. Tehdy jsem *nevěděla*, že on to *ne-cítil*. Já však ano a *byla jsem šokovaná* tím, že duchovní člověk, jak jsem se domnívala, může být tak chamtivý. Tehdy jsem ještě *nevěděla*, že žádný člověk nemůže být *pouze* duchovní. V té době jsem ještě byla tak naivní, že jsem věřila chytrým, znalým lidem, kteří byli uchvázeni duchovností. Cítila jsem, že zde je cosi v neoprádku, ale nechápala jsem, o co jde.

Moje výzvy k opatrnosti šly jedním uchem tam a druhým ven. Chtělo se mi obrátit se a dát na útěk, vychování mi to však nedovolovalo. Cítila jsem se stále hůř a hůř. Zachránila mě nemoc – nedovolila mi podlehnout inteligentnosti a já neudělala nic, abych nemoci zabránila. Chtělo se mi onemocnět a onemocněla jsem. Během hodiny mi teplota vyskočila na 40°, „teklo mi ze všech otvorů“, poněvadž mou jedinou myšlenkou bylo: „*Pryč odsud a navždy!*“ Přála jsem si onemocnět, abych člověku požívajícímu autority přímo a otevřeně nepověděla svůj názor. To znamená, že tehdy jsem se ještě neodvažovala být sama sebou.

Dokud jsem se v rozrušení trýznila otázkami – proč a jak je to vůbec možné, teplota se nesnižovala. Jakmile jsem se však pustila do osvobozování **chamtivosti, která mění svátost ve zboží**, teplota začala klesat. Dnes mě už takové návrhy tolik neohromují – vždyť přece závisí jenom na mně, zda ze sebe dovolím udělat zdroj příjmu či nikoli. A také jsem pochopila, že není špatné dostávat za svou práci odpovídající odměnu. To neznamená, že

jsem na uvedený stres zapomněla, ale že jsem ho ještě nestačila úplně osvobodit. V podmínkách vzrůstajícího tlaku ze strany světa peněz je třeba se nepřetržitě starat o svou duševní čistotu. Kdo to nedělá, ještě nemá ani potuchy, co to znamená.

Ať je druhý člověk jakýkoli, můj postoj je mým osobním postojem a čím je negativnější, tím více utrpení se mi dostane. Kdyby nebylo strachů, nemuseli bychom se chránit.

Nejvíce bolesti si člověk působí sám. Zamyslete se nad tím, jak se Vaše duše trápí pocity viny, když chcete dávat jen tak a nepočítáte s žádnou náhradou. Poněvadž bez peněz se vyžít nedá, jste nuceni peníze přijímat. A co je ještě horší, musíte je žádat za poctivě odvedenou práci. Dokud cítíte *strach a nechuť* k poklesu duchovního dávání na úroveň pozemského získávání, budete se *k odměně za práci chovat jako k dostávání*. Budete se obávat jakékoli práce, která se náhodně naskytne a stydět se sami před sebou, ať za ni dostanete sebestmálo.

Přestanete si všimnout, co sami dáváte a nebudete umět přijímat to, co dostáváte výměnou. Přejete si být příliš dobří, jako anděl. Při peněžních těžkostech si vyčítáte, že peníze berete a současně i to, že *peníze neberete*. Dusíte sami sebe a stačí jen málo a začnete se bičovat za to, že *chcete peníze*, a že na ně vůbec myslíte. Všechno kvůli tomu, že jste nedokázali osvobodit jeden stres.

Problém peněz se osobně dotýká každého, včetně mě. Proto se snažím vyhledávat, nacházet a osvobozovat stresy, které vedou k mým vlastním nedorozuměním. Vybízím Vás, dělejte totéž. Vězte, že kdo se chová k penězům nepřátelsky, buď už má, nebo mu vzniknou finanční problémy. Člověka majícího finanční problémy dráždí vše, co se peněz týká, dokonce i řeč o penězích. **Kdo se sám nezmění ve zdroj příjmu, nezmění ve zdroj příjmu ani jiné lidi; může mít hodně peněz a nevalí na sebe karmický dluh.**

Když osvobodím pokles duchovního dávání na úroveň pozemského získávání, bude potřeba, abych se tím v budoucnu ještě

zabývala? – zeptala se automaticky jedna z posluchaček. Po hlučném reptání ji polil ruměncem a sklopila oči. Posluchači ji odsoudili. Když jsem se přítomných zeptala, jak to bude, nikdo mi nedokázal odpovědět. „Tehdy se stanete dávajícím, jenž přijímá to, co mu dávají. Dávají Vám to, co potřebujete. Dávají Vám tolik, aby Vaše srdce bylo spokojené jak v duchovním, tak v materiálním smyslu.“

Existují posvátné okamžiky, kdy je dávající vděčen, že jeho dar byl přijat a kdy je nevhodné platit čímkoli, kromě slov díků. Takové okamžiky člověk musí rozpoznat sám. Pokud jste si nevšimli, chcete se vyrovnat a vidíte, že druhý je dotčený, můžete svou chybu napravit prostými slovy: „*Promiň, bojím se, že jsem něčemu úplně neporozuměl.*“ Odpustí Vám. Sami to ucítíte.

Člověk je šťastný, když je vyrovnaný. Vyrovnanost vzniká, když jsou obě stránky života – duchovní i fyzická – rovnocenné. Duchovní úspěchy napomáhají k úspěchům pozemským. *Duchovní ziskuchtivost napomáhá jen pozemskému získávání.* Člověk myslící materiálně chce *jen dostávat*, proto v jakémkoli duchovním dávání spatřuje *pouze dostávání*. Není schopen si uvědomit, že *kdyby nedostal duchovně, nedostal by ani v pozemském smyslu*. Člověku, který bere, se vždy zdá, že mu dali málo a dávat mu nedovoluje *lakota*.

Ten, kdo uznává jen materiální hodnoty, si přeje, aby mu dali všechno hned a hotové. Je spokojený, když mu v lékárně dají léky za peníze, které získal za vlastní nelehkou práci. Zda léky stojí za tak šílené peníze a pomohou-li mu – to v daném okamžiku nemá význam. Na nadávání bude čas později. Duchovní učení, vysvětlující, jak si zlepšit a uchovat zdraví, začne odsuzovat ihned, jakmile je třeba za ně zaplatit, protože nedostal nic hotového a hmatatelného. A i když platit nemusel, stejně kritizuje. Alespoň proto, že byl nucen nadarmo ztrácet drahocenný čas na poslouchání řečí. To je důvod, proč se vskutku dobří alternativní léčitelé bojí brát od pacientů peníze, o tom, že by si sami stanovili cenu, vůbec nemůže být řeč a přitom trpí materiálními problémy. Obětují se a jejich léčitelské schopnosti kvůli tomu slábnou.

Zákony přírody praví prostě a jasně: **každý potřebuje dávat to, co má. Tehdy dostává to, co potřebuje.** Dává-li jeden druhému svou duchovní energii, druhý *potřebuje* prvnímu dát svou materiální energii, aby byla zachována rovnováha.

– **Když *beroucí* dává** dávajícímu *méně, než si dávající za svou práci zasloužil, dostane *beroucí* méně, než mu dali. Část jemu předávané energie se vytrácí do vzduchu a možná to mělo životní význam. Ztotožňuje-li se dávající s hmotnou odměnou, včetně odměny finanční, kterou výměnou dostal, jeho pocit vlastní důstojnosti se snižuje. Byznysmeni říkají: musíš znát svou cenu a neprodávat se levněji, než za kolik stojíš. Jinak se změníš ve zlevněné zboží. V tom mají pravdu.*

– **Když *beroucí* dává** dávajícímu *víc, než si dávající za svou práci zaslouží a dávající to přijme, zmenší se dávajícímu schopnost dávat* podle růstu jeho nenasytosti. Nepochopil, že si ho jako člověka koupili. To znamená: koupili si ho, protože se prodal. To znevažuje důstojnost dávajícího a úcta k němu se tím snižuje. Proto se říká, že **každý dává i bere podle svého svědomí.**

– Když člověk nemá peníze a nemůže platit, srdce ho přivede k takovému pomocníkovi, jenž pomáhá kvůli pomoci a ne hůř než ti, jimž je třeba platit. Když tomu však strádající přijde na chuť a chce z pomáhajícího člověka udělat dojnou krávu, pomoc brzy ustane. Zasáhne sám život a uzavře cestu chamtivosti.

Život člověka má svůj počátek u rodičů. Pokles duchovního dávání na úroveň pozemského dostávání má svůj počátek rovněž u rodičů. Nemluvně začne plakat nebo onemocní, když

1. jeho matka vmete do tváře otci v myšlenkách nebo slovy obvinění: „Ty mě nemáš rád. Druzí si žijí jako páni, a já nemám nic!“

nebo když

2. otec místo „my“ říká „já“.

Nemajetní lidé snižují lásku k penězům a bohatí k tělu. Chtějí peníze a chtějí tělo, avšak s nimi nebo bez nich je to stejně špatné, neboť takové názory nepřinášejí štěstí. Komplex méněcennosti

nutí muže říkat: „*Moje rodina. Moje peníze. Moje děti.*“ S těmito slovy souhlasí stejní lidé, jako je on sám. Říká-li stejný člověk naše rodina, naše peníze, naše děti, hned o něm začnou říkat, že je nekňuba. Pod vlivem okolí doma začne říkat: „*Moje peníze!*“. Svých slov adresovaných ženě, která nevydělává ani o chlup méně než on, si nevšímá.

Nerozumná žena udělá z tohoto důvodu hysterickou scénu. Rozumná křivdu mlčky spolkne. Zvláště bolestivě vnímá egoismus muže žena, která proseděla několik let doma a vychovávala děti. Když dítě onemocní, znamená to, že matce bylo ukřivděno zvláště bolestivě. V horní části dětského břicha vznikají silné křeče pokaždé, když slyší, že se láska opět přepočítává na peníze nebo na věci.

Vztahy začínající u rodičů se rozšiřují na celý svět. Když vidíte, jak opovržlivě se lidé chovají k lásce nebo jak se o ní vyjadřují, je docela dobře možné, že se Vám zoufalstvím sevře dech. Při myšlenkách na lepší budoucnost lidstva propadnete pocitu bezvýchodnosti a pesimizmu. Neumíte-li je osvobodit a nechcete, aby nad Vámi získaly převahu, začnete je v sobě potlačovat a nutíte se doufat, že zas bude líp. Nutíte se vychvalovat duchovní hodnoty takovým způsobem, aby je pochopilo a uznalo i Vaše okolí.

Mnozí je uznají, avšak ti, kteří je neuznají, Vám začnou zasazovat rány. Jak se říká, dávají Vám co proto. Tím Vás učí, abyste dostali rozum a abyste, dřív než začnete poučovat, raději osvobodili své stresy. Ústy lapáte po vzduchu, rukama se držíte za břicho a začnete přemýšlet. Stejně jako svého času já. Když se zoufalství stane nesnesitelným, nezbyvá než začít přemýšlet nad jeho smyslem.

Přání rodičů, aby jeden druhému dokázal svou lásku, přerůstá v přání, aby děti dokazovaly svou lásku rodičům. Poněvadž muži kvůli neschopnosti dokázat svou lásku trpí víc, většina z nich to od dětí nevyžaduje. Raději se od dětí drží dál, neboť začínají dokazovat, kdo je v domě pánem. Dokázat lásku je nemožné, ale dokázat, že jsi pánem domu, možné je. Matky nejspíš budou až do své poslední hodinky lamentovat nad nedostatkem peněz jako nad hlavní příčinou jejich nešťastného života. Tím dokazují, že

nelze milovat muže, který drží rodinu v chudobě. Dokazují, ale dokázat nemohou. Začnou tedy všechny obviňovat z toho, že jim nevěří. Mají pravdu – nevěří.

Patří-li k nim i Vaše matka a Vy sami jste velmi citliví, můžete ucítit, že při myšlenkách na matku se Vám nadýmá břicho, citelně, viditelně i hmatatelně. Stejně tak při myšlenkách na chamtivost otce nebo obou rodičů. Propusťte **přání dokázat svým rodičům, že jednají nesprávně i přání obšťastnit rodiče a dotukat se do jejich srdcí** a budete mít o jedno trápení méně.

Mohu říci, že osvobodit tyto dva stresy bývá obzvlášť těžké, pokud se svými zkostnatěle myslícími rodiči často fyzicky komunikujete. Pokud rodiče již tento svět opustili, je snazší prosit je o odpuštění za to, že jste jim nedokázali vysvětlit duchovní hodnoty života, i když právě kvůli tomu jste přišli na svět. Duchům je snazší odpustit, že ponaučení nevyslyšeli. Poprosit o odpuštění vlastní tělo je rovněž splnitelným úkolem.

Předělat rodiče je nemožné, je však možné postarat se, abych se sám takovým rodičem nestal. Nejlepším učitelem je novorozenec. **Vězte, že během kojení kojeneček polyká vzduch, když matka nebo jiní přítomní degradují lásku na hodnotící obdiv dítěte** nebo na zdrcující hodnocení, když se dítě nenarodilo zdravé. Pokud si na to člověk nedává pozor, působí škodu zdraví.

Vzpomeňte si na principiální problémy související s nezdravostí horní části břicha, o nichž jsme hovořili v minulé kapitole a snadněji pochopíte tuto část.

Vzdušná bublina v žaludku, která se dostává ven v podobě hlasitých zvuků, držíme-li dítě vertikálně, vyvolává v dětském bříšku stejně řezavou bolest, jako je ta, kterou dětské duši působí matčina slova nebo myšlenky. Moc dobře víte, jak nepříjemným problémem je dětská plynatost. Čím víc se dítěti obdivujeme, to jest čím víc jsou zdůrazňovány dobré vlastnosti, tím silnější je přání i v budoucnu vidět totéž. Poněvadž život plyne po sinusoidě, **absolutně totéž se nemůže zopakovat nikdy**. Když si to i přesto přejeme, zastaví se kvalitativní vývoj života. Čím více se u postýlky nemocného dítěte rmoutíme, tím méně reálný je vzestup jeho životní sinusoidy.

Bývají od narození nemocné děti, které nesnášejí předstírané veselí, přílišné něžnosti a dojaté šišlání. Osvobodte svůj optimismus a buďte normální. Pochopte, že Vaše dítě dává přednost pesimismu před optimizmem. Nejvíce vhod je mu klidná vážnost. Vrozená patologie vyjadřuje karmický dluh, jenž vznikl v předcházejícím životě jako důsledek toho, že člověk si přál příliš mnoho. Nyní přišel, aby poznal zjevně špatné. Pomozte mu svou čestností a neskrývejte špatné. Věřte, že špatného ve Vás není víc než 49%. V množstevním smyslu jsme v tomto ohledu všichni stejní. Uvědomíte-li si to, stanete se člověkem, který bere na vědomí okolnosti a přizpůsobuje se jim, překvapivě se rozvine Váš důvtip a vynalézavost, s nimiž dítěti pomůžete přizpůsobit se životu.

Každý člověk má něco, co je pro něj svaté. Svátost, která se vychvaluje do nebe, zdá se být veliká a krásná a cti velebit ji se obvykle dostává mocným tohoto světa. O ní hovořit nebudeme. Mluvím o **skutečné svátosti**, která je pro každého člověka natolik osobní, že o ní nikdy nemluví. Pro vyjádření svátosti neexistují slova. **Posvátný pocit** může jakéhokoli nepatrného člověka změnit ve svatého, pokud ve svou svátost věří a nebojí se, že může pohasnout, zmizet nebo být zničena. Vyrovnaný člověk drží svou svátost při sobě, neboť ví, že provokovat závist okolí je k ničemu.

Většina ustrašených lidí svým strachem provokuje okolí k poskvřňování jejich vlastní svatyně a proto se tak děje. Někdy zlomyslně, avšak častěji bez jakéhokoli zlého úmyslu. Není-li stres odstraněn, čím víc si člověk přeje, aby jeho svátost uznávali, tím víc urážek musí snášet. V kom není svátost, stává se hříšníkem okamžitě.

Kdo světlí neděli, neb ji považuje za posvátnou, tomu je jedno, že může být považován za lenocha. V posvátný den se zabývá problémy duše víc než ve všedních dnech a očišťuje se od toho, co druzí považují za vinu. **Posvátným dnem** nemusí být nevyhnutelně neděle. Každý může mít svůj posvátný den, posvátné konání, svou svátost vyvolávající rozechvělou, nábožnou úctu. Nazýváme-li něco posvátným, například rodinu a současně se snažíme držet se od rodiny opodál, abychom si odpočinuli – mýlíme se. Chceme rodinu považovat za svátost, ale nepovažujeme, protože rodina nás unavuje. Odtrhneme od rodiny posvátný den – neděli, abychom na

sobě pracovali a cítili se šťastní, šťastní však nejsme. Příliš mnoho práce posvátnost ničí. Obecně ji ničí jakákoli nadměrnost.

Svatokrádež vede k zoufalství – ke stresu, jenž ocelovým stiskem svírá III. čakru. V okamžiku prudkého zoufalství vzniká potřeba vyprázdnit střevní trakt. Čím je zoufalství větší, tím více je vyjádřeno formou náhlých žaludečních obtíží. Někomu stačí jen si pomyslet: opět jsem šlápl vedle a už spěchá na toaletu.

Trávicí trakt fungující jako hodinky má ten,

1. pro koho v životě není nic posvátné, neboť je mu vše lhostejné,

nebo ten,

2. kdo umí svou svátost v srdci chránit tak, že ji pozemské záležitosti nemohou poskvřnit, což je ideální způsob, jak svátost uchránit.

Vězte, že *když je to třeba*, svobodná energie se realizuje sama. Osvobodte proto své vytoužené plány, protože bez toho se stejně nemohou realizovat. Umíte-li to, osvobodte všechny plány najednou, jestli to neumíte, osvobozujte jeden po druhém. Jestliže poté z úst a střevního traktu budou vycházet plyny bez zápachu, zvládli jste to. V budoucnu život ukáže, je-li Vaší krásné myšlenky souzeno uskutečnit se na fyzické úrovni.

Nejneuskutečnitelnější ze všech myšlenek, kterou člověk může mít, je myšlenka převýchovy druhého člověka v duchu ideálu nebo udělat ho zdravým a šťastným.

Posvátnost je ideálem, bez něhož nelze žít, proto v jakémkoli živém člověku je něco posvátného, i když na protest prohlašuje, že nic posvátného nemá. Nezávisle na úrovni vývoje se duchovní hodnoty idealizovaly vždy. Jsou-li spatřovány v pozemských věcech, *pozemská věc se stává cennou*. Strach vede k opaku. Mění danou pozemskou hodnotu v nepřítele ducha a domnívá se, že když je pozemské pomíjivé, duchovní hodnotu nemá.

Duchovní hodnota pozemské věci spočívá v samotné její existenci. Čím silnější je strach, s tím většími obavami se člověk chová

ke všemu pozemskému a tím víc je odvrhuje, neboť v něm spatřuje ďábla, kterého je třeba zničit. Bez ohledu na to je pozemské tělo a duchovní tělo zpočátku rovnocenné, mají však různý smysl. Proto je třeba *stejně hodnotit* podstatu obou, nelze však *spojovat* duchovní hodnotu a fyzickou. Nicméně se to děje nepřetržitě a všude.

Život je uspořádán tak, že jestli tělo mající prvořadý význam, to jest duchovní tělo, dává pozemskému tělu, *co pozemské tělo potřebuje*, pozemské tělo mu výměnou dává *to, co potřebuje tělo duchovní*. **Oboustranné dávání pomáhá žít a vyvíjet se, opírat se o vzájemnou pomoc.** Duch tělu sděluje životní moudrost, jejímž prostřednictvím tělo vytváří materiální hodnoty, což je zase nezbytné pro duchovní vývoj. Jdou jakoby svou cestou, stále si však vzájemně předávají něco, co druhý potřebuje a dostávají náhradu. Takový pohyb je jako spirálové schodiště vedoucí do nebe.

Takové schodiště, jehož schody se symbolicky vztahují k vývoji fyzického těla a zábradlí k vývoji duchovnímu, existuje v jádru každé buňky lidského těla. Říká se jim **DNK – deoxyribonukleová kyselina**, která vypadá jako dvojitá spirála, složená z řetízků. Články řetízků se nazývají **geny**, jsou v nich zapsány **všechny dědičné informace o životní činnosti jak buňky a organismu, tak i o životní činnosti jejich potomstva**. I když jsou buňky různých tkání navenek odlišné, mají principiálně stejný obsah.

Buňka představuje model těla a je v ní všechno, co je v těle. Jádro buňky, kde se nachází spirála DNK, je rovnocenné srdci, to jest středu duše. To znamená, že všechna skrytá tajemství duše ve skutečnosti tajemstvími nejsou, poněvadž jsou zvěčněny na fyzické úrovni, jen přechít je *zatím ještě* neumíme. Místo toho, abychom, když odhalíme chybu, člověka naučili tuto chybu napravit, se nyní snažíme vyřadit nemocný gen ze spirálového řetězce a vyměnit ho za zdravý. Vědci se nezamýšlejí nad tím, že působí násilí. Ačkoli duše protestuje, dovoluje, aby se to dělalo. Zkušenostmi se přece učíme. Vědci si neuvědomují, že je tu ještě někdo, kdo se dívá na toto jednání zvenku a ví o nákladech tohoto dobrého konání. Je to Duch.

Duchovně je možné spatřit patologii genů, vyvolávající genetická onemocnění. Jestliže se *gen v genovém řetězci posunul ze svého místa*, znamená to, že člověk kvůli svým chybným představám sešel ze své životní dráhy na *nesprávnou cestu*. Nesprávnou cestou se obvykle rozumí cesta vedoucí ke zločinu. Nesprávná cesta je důsledkem nesprávné *duchovní cesty*. Nemí vyloučeno, že věda nám brzy dovolí pohlédnout na náš nemocný gen na fotografii. Osvobodíme-li stres, jenž patologii genu vyvolal, již na následující fotografii se budeme moci potěšit výsledky svých schopností. Doufám, že pak už uvěříte v sílu myšlenky.

Kdo v minulých životech dost často opakoval jednu a tutéž chybu v různých situacích a i v nynějším životě si volí podmínky k jejímu opakování, má vinutí spirály dokončené. Dále už se nemůže vyvíjet *způsobem primitivního člověka*, páchajícího zlo. Konkrétní energie přetekla přes okraj a vyjádří se ve formě nemoci na následujícím vyšším stupni vývoje. To znamená, že když si člověk neuvědomil své chyby, když *páchal zlo*, mohl by si je uvědomit nyní, když jak se domnívá, *koná dobro*. Dítě s genovou poruchou se samo učí tomu, jak se stát normálním a učí tomu rodiče. Osvobozují-li rodiče **nesprávné** myšlenky, začínají se jeden k druhému chovat v souladu se svou pohlavní příslušností. Jinými slovy, začínají se jeden k druhému chovat normálně. **Posunutý gen dítěte se vrací na své původní prastaré místo**. Vztahy mezi rodiči se uspořádaly a dítě se uzdravilo. Nikdo nikoho nepředělával, všichni se změnili sami. Případů, kdy se malý pacient vyléčil, bylo v mé praxi nemálo. Získané nemoci rovněž představují takový posun genů. Vždyť každý gen je nositelem jedné konkrétní myšlenky. Posunutí genu v genovém řetězci je defektem oku viditelným. Což je analogické tomu, že **špatný člověk je špatný proto, že jeho špatné je pro okolí viditelné**. V boji „kdo s koho“ je slabší vyhozen ze svého místa. Čili, kdo dá místo primitivní potyčce přednost skrytému boji, tomu vznikají změny v genu. Což je analogií toho, že **dobry člověk je dobrý proto, že skrývá své špatné**. Když ho člověk skrývá a pěstuje, aby v určitém okamžiku projevil svou moc, poškodí svůj gen zevnitř. Nastane den, kdy ochabne a vypadá defektní dokonce i zvenku. Z hlediska nejnovějších poznatků

medicíny vzniká nemoc vyvolaná tímto zmrzačeným genem. My ho však z buňky vyjmeme a zaměníme novým. Grandiózní! Uděláme z člověka nového. Dělá se to tak. Zbrusu nového, natolik, že **sám sebe nepozná**.

Vědci ani netuší, do jaké míry správné věci říkají. Vezmou člověku *gen konkrétní nesprávné představy* a vymění ho za *gen normální představy*. Jedinečná myšlenka, jen člověk sám nehnul ani prstem. Opět někdo udělal na fyzické úrovni všechno za něj a přitom v člověku žije vědomí, že na svět přišel dobývat štěstí v životě svými rukama. V tom spočívá smysl života každého z nás. Ani jeden gen neexistuje samostatně a nevyvolává nemoci sám o sobě.

Gen je jako nějaká myšlenka, která k dosažení vlastního cíle zapřáhá do spřežení další myšlenky. Zkusíte uhodnout, co se stane, když panovník autoritativního systému není akceschopný, je odstraněn a vyměněn za normálního vladaře? V prvním okamžiku nastane úplný bláznec – chaos. Nikdo se v ničem nevyzná. Nikdo už není sám sebou. Chaos se dá zlikvidovat násilně a vnějšími faktory – léky, problém však zůstává a další nemoci nejsou daleko za horami.

Revoluce ve státě vymění jednu hlavu státu za jinou. Co se stane, když se hlavou státu stane svatý? Nejsou-li občané na takový zvrat připraveni, může se stát nemálo podivných věcí. Zcela normální gen je symbolicky svatý. Naučí-li se lidé chápat duchovní stránku života, svou novou hlavu státu přijmou. Což znamená, že uvědomí-li si člověk své chyby i jemu pomůže rychleji se postavit na nohy genová léčba a jak lékaři, tak pacient začnou lépe rozumět životu. V opačném případě bychom měli jako důsledek stále agresivnější společnost.

Osvobozujete-li stresy, zlepšujete vlastní genetický kód a genetický kód svých potomků. To jest, likvidujete spolu s tím i ty nemoci, které ještě nevznikly, ale už se začaly rýsovat na Vašem horizontu. Taková je skutečná preventivní medicína.

Základní energií genetických odchylek je **negativní postoj**.

O STVOŘENÍCH BOŽÍCH

Všechno existující je svaté. Dáváme-li existujícímu jednoznačné ohodnocení, ničíme svatost. Vše, co hodnotíme, energeticky zůstává uvnitř nás a vyvolává churavění různého stupně a dává nám tím pokyn, abychom je osvobodili.

V zajetí bránice se souží nemálo zástupců živočišného světa. Energie žáby je energií ukřivdění a s připojením poníženosti se mění v energii **krokodýla**, neboť ponížení se nás nejvíc dotýká. Krokodýl je zběhlý v kalení vody a umí se tudíž v kalné vodě orientovat. Když rozevře tlamu, něco se do ní dostane. Požírá oběť a přitom prolévá krokodýlí slzy sebelítosti. Proč? Protože se domnívá, že se musí spokojit s ubohou, hubenou kořistí. *Stydí se, poněvadž se cítí potupený.*

Energie žáby a krokodýla je komplexem malého člověka. Kdo se považuje za lepšího než je, má energii velryby a žraloka.

Malý člověk čeká, až jeho život uspořádají druzí. Velký člověk chce dokázat, že jak svůj, tak cizí životy zlepší sám. Ani jeden ani druhý nechápe, že duchovně dělají všechno jen pro sebe, a že svými činy není třeba se před druhými chlubit. V každodenním životě těmto energiím říkáme – **malichernost a velkorysost**. Ve smyslu společenského postavení tedy velký člověk může být malicherný a člověk malého vzrůstu se může projevit velkorysostí povahy.

I když je bránice **orgánem napohled jednoduchým**, můžeme v ní najít energii mnoha druhů zvířat. Podíváme-li se na ni z hlediska smutku, to jest vody, najdeme v ní vodní živočichy. To znamená: kdo žije ve smutku, měl by osvobodit odpovídající vodní živočichy. Kdo se smutku nebojí, chová se k němu beze zloby a jeho **bránice je jako medúza**, žijící *blízko pod povrchem vody* a pohybující se nahoru a dolů lehce a nenuceně. Přiměřeně elastická a pružná medúza si žije jakoby mimochodem v hloubce, která je pro ni vhodná a nikoho neobtěžuje. Vlny jsou pro ni rytmickým střídáním podmínek, bez nichž by nebyla medúzou.

[100]

Oteká bránice je jako velryba, která se snaží stoicky snášet nespravedlnost, je však smutná ze svých obrovských rozměrů. Velryba patří mezi savce. Protože krmí svá mláďata mlékem, je dávajícím, který se snaží dávat, aby s ním byli spokojeni. Velryba, vyhozená na břeh vlnami smutku, umírá a rozkládající se hora masa není rozsahem hniјící tkáně srovnatelná s žádnou jinou mršinou. Právě proto bývají tak velká ložiska hnisu pod játry. Tekutina pod játry je jako velrybí slzy – je smutkem kvůli tomu, že se musím podřídít hmotností, neboť má nade mnou převahu.

Zánětlivá postižení či změny jsou jako žralok, zmocňující se kusů masa zuby. Člověk rozzuřený kvůli nespravedlnosti je takovým žralokem. Dokud je tato energie krocena přáním být dobrým člověkem, působí bolest sobě. Když bolest člověka přivede k zoufalství, vrhne se na bezbranné. Jak už to tak bývá, na ty, kteří jsou slabí a ubozí. Energie velryby ustupuje z cesty žralokovi, jinak řečeno – dobrý člověk se stane špatným. Ten, kdo má bránici napjatou, může cítit řezavou bolest, když jí příliš rychle nebo příliš mnoho – to jest, když si nacpe žaludek přesně jako žralok. Protože je pocit protestu a přání přeprat nespravedlnost silnější než strach zakusit bolest z jídla, člověk jí, aby nabral sil. Jakékoli postonávání, o bolesti, která nepolevuje, už ani nemluvě, přivádí člověka k zoufalství. Zoufalý člověk se dá lehko zahnat do kouta a ponížít. Kdo se pustí do kvílení a křiku, tomu se záněť bránice dostane ven v podobě nečistot. Kdo všechno drží v sobě, může z vlastních nečistot umřít.

Z hlediska nespravedlnosti je život u vodních živočichů jednodušší než u pozemských, poněvadž voda je krmí i chrání. Stejně se chová vodní živočich v člověku. Patrně víte z vlastní zkušenosti, jak je možné se krmít a chránit za pomoci slz.

U pozemských živočichů jsou vzájemné vztahy s vodou poněkud jiné.

Příklad ze života

Bránice jedné z pacientek přede mnou vyvstala jako **žirafa**, která až po uši vězí v jámě s močůvkou. Začala jsem vyšetřením

bránice, poněvadž žena dýchala velmi povrchně. Vnější nečistoty energeticky stlačily hrudník pacientky. Ona sama hořekovala nad tím, jak nevysvětlitelně špatně se cítí i po dvou pobytech v nemocnici.

Poprvé ji léčili po kousnutí klíštětem a kvůli srdci, ale objevila se alergie na léky a žena nemocnici opustila. Na tento fakt byla hrdá. Ve skutečnosti cítila, že v nemocnici se k ní chovají jak k pomatené, která je nespokojená s léky. Podruhé jí léčili plíce, ale i tentokrát vznikla alergická reakce. Žena se nervově zhroutila a léčení bylo přerušeno. Domnívala se, že jako pacientka nikoho nezajímá, proto ji tak lehkomyšlně z nemocnice propustili.

Aby se vyhnula nejhoršímu, rozhodla se smířit s nezávažným postonáváním, rozhodla se překonat špatné. Chronický kašel s bílým hustým hlenem však zůstal. *Energie žirafy představuje přání mít vždy navrch nad nepřijatelnou nespravedlností a dívat se na ni z výška. Přání samostatně urovnávat své záležitosti. Žena měla neobyčejnou trpělivost. Posuďte sami – mohli byste čekat, jako čeká žirafa, ponoření až po uši do každodenních nečistot – to jest do nespravedlnosti?*

Chronická bronchitida vzniká, když člověk protestuje, proč takový těžký život má právě on, který *stále zápasí s těžkým a nespravedlivým životem a současně se s tím smíruje, protože chce dokázat, že je nad tím*. Je výš, je lepší. Ocitne-li se v bezmocném, smutném a bezvýchodném postavení, cítí zlost kvůli vlastní nemohoucnosti vyhrabat se z dané situace.

Když jsme osvobodili žirafu, objevila se ovce tlustoocasá. Žena už dávno cítila na hrudi tíseň a nepříjemnou tíhu, ale zvykla si na to. Jelikož její stížnosti nikdo nemohl pořádně vysvětlit, přestala naříkat. Když jsem se zeptala, zda tyto pocity ještě má, začala je živě popisovat. Žena byla z těch, o kterých se říká, že jsou jako ovce, kterým stále stříhají srst a nakonec se ocitnou na rožni.

Jedná se o to, že člověk se *vědomě smířil s tím, že je úmyslně vykořisťován*, neboť nemá rozum, bohatství ani sílu, aby se ubránil. Rozdíl mezi smířlivectvím ovce tlustoocasé a obyčejné ovce

spočívá v tom, že tlustoocasá při tom cítí zlobu a hromadí ji do zásoby. Žena potvrdila, že nenávidí nespravedlivost a zaujatost, protože jí brání lidsky žít. Skrytá zloba se ukládá v podobě tukové tkáně dokonce i v místech, kde by tuková tkáň být neměla.

V daném případě se zloba, již žena k nespravedlnosti pocítovala, nahromadila na horním povrchu bránice a zloba k zaujatosti – pod bránicí, z čehož vznikl stálý pocit stísněnosti. Horní část břicha měla tvar soudku, skrývající v sobě starostlivě nashromážděný soudek tuku. Připadala si tak stará, že vnější vzhled už pro ni neměl význam, avšak byla vždy připravena pochlubit se svou pracovitostí a spořádaností. Jak jinak se pochválit, když ne navelek? Nikde jinde na těle jsem si u ní tuku nevyšimla.

Dýchat s takovou bránicí je velice těžké. Za prvé proto, že je těžká, za druhé proto, že zabírá příliš mnoho místa. Stačí to nejmenší fyzické úsilí a člověk se zadýchá a stírá z čela pot. Pocit únavy se stává chronickým a chuť k životu pozvolna vyprchává. *Člověk snažící se obstát pod náporom nespravedlnosti* se chce tichounce skrýt ve své noře. Jediným jeho přáním je, aby nespravedlnost byla zničena.

Život si bere své a člověk je z toho stále zdrchanější. Nutí ho hýbat se, což ho časem stále víc a víc rozčiluje, až do nechuti k nejmenšímu pohybu. Nechce vidět dětské hry, spěchající mladé lidi, běžící zvířata, uhánějící automobily a nic z toho, co by ho donutilo zrychlit krok. Když onemocní, lékař mu radí více pohybu, nu a takový lékař je špatný. Zeptá-li se ho lékař příště, jestli začal chodit na procházky, připadá mu, že se mu lékař vysmívá. Copak není pochopitelné, že nemocný člověk nemůže běhat?! Uzavírá se v samotě, zpočátku je mu tam dobře, později velmi špatně.

Čím víc se člověk dusí ve vlastní zlobě jako tlustoocasá ovce, tím závažnější nemoci vznikají.

Potřebovala jsem nemálo času, než jsem pochopila, že stav bránice ukazuje na to, do jaké míry jsme lidmi, a do jaké míry zvířaty. **Pro koho je život svátostí, ten je člověkem.** Kdo *chce* být člověkem, tomu v bránici přebývá energie zvířete a nutí ho

chovat se analogicky jako toto zvíře. Shodně s přáním člověka stát se lepším může bránice odhalit neobvyklá zvířata nebo vytvořit jejich nepřirozenou a zrůdnou symbiózu. *Uvědomit si symbol není vždy jednoduché*, lidé však sami pomáhají uhádnout jeho smysl.

Je-li v člověku pocit posvátnosti, bránice se zvedá a klesá rytmicky a dovoluje výše a níže položeným orgánům, aby se rovněž pohybovaly do taktu s rytmem normálního života. Čím výrazněji je pociťována nespravedlnost a zaujatost, tím větší je v bránici napětí, což působí prakticky na všechny tkáně těla. U orgánů, které se jí přímo dotýkají, se jedná o přímé působení, u ostatních o nepřímé.

ZVÍŘECÍ ŽIVOT

Nakolik je člověk fyzicky nemocen, natolik je zvířetem. Proč? Protože zvíře není schopné potlačovat v sobě stresy. Lidské zvíře není schopno *donekonečna* v sobě stresy potlačovat, ani kdyby to bylo na místě. Když číše přeteče, nahromaděné vyteče ven a materializuje se formou nemoci. Podle stavu bránice se dá určit, co člověk představuje – pozvednutého člověka nebo ponížené zvíře.

Od bránice směrem nahoru se nachází energie nespravedlnosti. Symbolicky se vztahuje k **energii býka**. Kdo se cítí jako zvíře odchované proto, aby je využívali, ten je býkem. Na člověku závisí, zda dobytčetem je nebo není, zda dovolí, aby ho využívali, či nikoli. Kdo je člověkem, k tomu se nechovají jako ke zvířeti.

Od bránice směrem dolů se nachází energie zaujatosti. Symbolicky se vztahuje k **energii ovce**. Kdo se cítí jako ovce, které pravidelně stříhají srst, ten je ovci. Jestliže ze sebe ovci neosvobodí, bude k dovršení všeho napíchnut na rožeň. Kdo není důvěřivou ovci, neoblbuje své bližní.

Nespravedlnost a zaujatost působí na celé tělo – od temene hlavy do konečků prstů u nohou – přes *horizontální energetické kanály*. Vše, co se týká *přání* člověka dělat se cítí svou prací a být

svatý, je spojeno s pocity studu, dokud se nenaučí žít a vycházet při tom ze svých potřeb. Dokud nepochopí, co je čestnost a poctivost a co lež, co je čest a co hanba.

Divoká zvířata vyrůstají v lůně přírody a mají pocit vlastní důstojnosti. Domácí zvířata – hovězí dobytek, patří k masnému skotu a už od narození je využíván k potřebě lidského žaludku. Dítě, které lidé vychovávají a vycházejí při tom z vlastních přání, je jako hovádko, které stále trpí nespravedlností. Dítě je nikdo a je využíván v závislosti na tom, jak dalece se líbí. Čím více se líbí, tím častěji je používáno. Čím více se se zatajeným dechem namáhá, tím tlustší má bránici. Nakonec tají dech při každé maličkosti a najednou se ukáže, že ho už nepotřebují. V kritickém okamžiku z něho vše vytryskne v podobě zvířecí zuřivosti.

Jednou jsem se zabývala mladou ženou, která měla **roztroušenou sklerózu** (*sclerosis multiplex*). Jaký stres tuto nemoc vyvolal? Bylo to zoufalství z odhalení strašné pravdy: *mám ráda, jako má rádo nevinné dítě, ale udělali si ze mě nástroj k dosažení svých cílů. Jsem dobrá, ve všem se snažím být ještě lepší, ale udolali mě a zradili. Kvůli své lásce jsem nucena dělat všechno, co se ode mne chce, v opačném případě o lásku přijdu.* Energická žena s pevnou vůlí ze sebe udělala bytost bez vůle. Do tohoto stavu ji přivedl strašný hněv, **hněv rozružené lvice** a **přání pomstít se nicneděláním a absolutní nepohyblivostí**, která je podobná **svlečené hadí kůži**. Proč se to stalo? Protože se žena **styděla chovat se tak, jak se jí chtělo**. Jednalo-li by se pouze o jejího učitele, dostal by za vyučenou a vysmála by se mu do tváře. Myšlenky na hanbu, která ji čeká, až najednou bude všem všechno jasné, umlčely přání pomstít se. **Podřízením vůle pocitu hanby vyvolalo nemoc související s nepodřízením svalů vůli**. Tělo ukazuje, že někdy dochází k tomu, že člověk nemá vlastní vůli.

Ne nadarmo existuje výraz „zabejčít se“. Někdo si postaví hlavu a vystřelí rohy, jinak řečeno protestuje tak, že se k němu nikdo nepřiblíží. Nic s ním nehne. Lepší je jít mu z cesty a nechat ho v klidu. Druhému je milé, když se s ním párají, i on však vyvolává přání držet se opodál, ale když to uděláte, začne **naříkat, stěžovat si a funět**. Malé dítě ukřivdění kvůli nespravedlnosti funí

jako býček a dívá se posupně. K tomu, abychom zjistili, jakou má náladu, není potřeba žádná vyšší matematika.

Zato babička v jednom kuse hlučně funí celé dny, a když se jí zeptáte, co s ní je, je dotčená. Sama neví, co s ní je. Zdá se jí nespravedlivé dokonce i to, že druzí jsou mladší než ona. A tudíž také radostnější, šťastnější, zdravější, chytřejší, bohatší. K ní se život zachoval nespravedlivě! Pokud na to zavede řeč každý den, mladí od ní utíkají, aniž by ji vyslechli až do konce.

Mladšímu nebo mladému člověku, jenž je nucen s takovým starým člověkem žít pod jednou střechou, se může stařecké brčení natolik zhnusit, že začne nenávidět všechny staré lidi. Samozřejmě, že už je k sobě nepustí. Starým lidem se takový člověk zdá být nespravedlivý, ve skutečnosti si však chce jen zmenšit pocit viny. Je pořád v sebeobraně a každá maličkost ho vyvede z míry.

Uvolněte všechny jmenované stresy a zapamatujte si, že nespravedlnost je to, co za nespravedlnost považujete. Jedna maminka řekla: „*Samozřejmě, že je to nespravedlivé, že do mého novorozeného drobce tak příšerně píchají injekce.*“ Během několika týdnů na sobě kolosálně zapracovala, aby vykoupila to, co se stalo při porodu a její miminko se k překvapení lékařů rychle uzdravilo. Stačilo mi jen se zmínit o stresu nespravedlnosti a hned vytryskl ven v té formě, v jaké se skrýval v duši.

Žena velmi dobře chápala, že dítě potřebuje léčení, a že léky se nedají do těla zavést jinak než injekcemi. Za celou dobu ani jednou neobvinila lékaře, který vedl porod a už vůbec ne ty, kteří léčili její miminko. Chápala, jak mnoho chyb udělala ona sama. Celá její bytost vyzařovala nekonečnou vděčnost, avšak neodstraněné stresy si vždy najdou cestičku, aby se prodraly napovrch.

Kdo provádí samosoud, v tom klokotá zloba proti nespravedlnosti a stále se mu zdá, že je život nespravedlivý. Bránice představuje energetickou hranici, dělící tělo vejpůl – na budoucnost a minulost, kdežto ona sama je přítomností. **Kdo si dnes ujasní filozofii pravdy a práva, tomu se včerejšek a zítřek slije v jediný celek.** Celistvý život – to je zdravý život.

Příklad ze života

Jednou jsem měla přednášku a jeden z posluchačů pořád kašlal. Hned jak jsem skončila, přišel a zeptal se: „*Slyšela jste, jak jsem kašlal?*“ Abych to neslyšela a neviděla, musela bych být hluchá a slepá. Odpověděla jsem. Kašel trval už několik měsíců. „*Jaký stres to ve mně sedí?*“ – zeptal se. Odpověděla jsem, že se považuje za natolik dobrého člověka, že si osobuje právo vášnivě bojovat proti nespravedlnosti a je zarmoucený z toho, že jeho boj je neúspěšný.

Ztichl a hned nato se hlasitě rozesmál. Nevýslovně ho rozveselilo, že jsem ho nazvala dobrým člověkem. Během přednášky nejednou dělal sarkastické poznámky ohledně dobrých lidí a teď byl najednou sám nazván dobrým. Pochopil, co dříve nechápal – když viděl v druhých lidech pseudo-dobré, spatřoval v nich sám sebe.

Za hodinu přišel znovu, tentokrát s velkou suitou a řekl mi, že kašel zmizel. Chtělo se mu ukázat lidem člověka, který ho zachránil z neštěstí. Řekla jsem mu, že stačilo být rozvážným a rychle v sobě rozpoznat zlobu – proto kašel přestal. A že nechápvostí je v něm také dost, jinak by mě nepovažoval za osvoboditelku. Na okamžik udělal grimasu protestu, vše však pochopil a se spokojenou tváří se vydal domů.

Když si člověk přizná svůj omyl, neduh se pohotově vzdá svých pozic. Za energetickým zlepšením následuje fyzické uzdravení.

Všechny nemoci plic souvisejí s bránicí. Bakteriální záněty plic pocházejí z toho, že člověk protestující proti omezování své svobody obviňuje druhé z neobjektivity, zaujatosti a nespravedlivosti, sebe však zvenku nevidí. Takovým „druhým“ může být například chladno. Strach z chladu vyvolává zlobu na chlad, člověk vyjde z domu nedostatečně nabalený jako na Severní pól a má zlost, proč se ochladilo právě dnes. Viníkem zápalu plic, jenž po nastuzení následuje, je vyhlášeno ochlazení. Ve skutečnosti je chladno jako strach pouze podpůrným faktorem.

Virové záněty plic vznikají, když z nedostatku *osobní svobody, to jest z nedostatku možností*, člověk *obviňuje sám sebe*. Vyčítá si například, že udělal hloupost, když nevrátil pravdu pravdovci druhému do tváře, že dostal strach a nerozbil mu nos do krve, že ztratil hlavu a nedal mu přes hubu. To znamená, že **virový zánět plic vznikne, když člověk viní sám sebe z toho, že nezpůsobil úmyslně komukoli zlo**.

Když si jeden z rodičů vyčítá: „Proč jsem muži neřekla, aby šel a udělal pořádek! Proč jsem mu neřekla, aby se nevracel domů dřív, než se za tu nespravedlnost pomstí!“, dítě onemocní virovým zánětem plic. **Příčina dětského virového zánětu plic tedy spočívá v tom, že jeden rodič se obviňuje, že druhému neporučil, aby někomu způsobil úmyslné zlo**.

Člověk, který se stal obětí nespravedlnosti, začíná hledat východisko. Čím víc trpěl, tím víc se snaží vyhnout se nespravedlnosti, dokud nedojde k závěru, že je **nejrozumnější ji předvídat**. *Zapamatujme si následující: předjímání problémů za pomoci úskoků vymyšlených rozumem tento problém z duševního hlediska zvětšuje. Fyzický problém se stává duševním*. Ve snaze předejít nespravedlnosti se člověk snaží být užitečný. Tak se člověk, jenž nechce být hloupou ovčí, kterou stále stíhají, to jest šidí, mění ve zvíře, z něhož si hned, bez předcházejícího stíhání, kousek odřízne. **Ve snaze předejít nespravedlnosti se člověk stává její obětí**.

Stresem, s jehož pomocí k tomu dochází, je **přání být užitečný**, které člověka nutí nabízet své služby. Jsou při tom možné dvě varianty: služby buď přijaty jsou, nebo nejsou. Přijme je ten, kdo nechce druhého urazit, to jest v kom sedí **strach ukřivdit**. Tomu, kdo své služby nabídl, se to líbí a předpokládá, že tomu, kdo je přijal, se to líbí rovněž. Často tomu tak zvláště zpočátku je. Nabízejícího to inspiruje a nabízí stále víc a víc, dokud se nevyčerpá. Pak se pustí do obviňování druhého, že ho využíval. Pokud ho skutečně využíval, vysměje se mu přímo do tváře a řekne – podruhé budeš rozumnější. To znamená, že člověk, který tě využil, je čestným, i když drsným učitelem. Kdo druhého člověka vůbec využívat nehodlal, je hluboce uražen – možná se dokonce obětoval, aby druhému vyhověl a přijal, co mu bylo nabídnuto.

Ukazuje se, že nabízející vnutil své zboží a nyní za ně požaduje závratnou cenu.

Kdo se bojí křivdit druhým, tomu je křivděno.

Ten, jehož svědomí se včas probudí, nabízené nejspíš odmítne. Jednou mu možná nabízející poděkuje, ale zároveň je ukřivděný a nikdy na to nezapomene. To znamená – neodpustí. Klasickým příkladem jsou zamilované ženy, zejména mladé dívky, které se nabízejí svému vyvolenému. Dávají to, co považují za nejcennější, lásku, kterou si často pletou s tělem, a když ji muž nepřijme, urazí se do hloubi duše. ***Žena nabízející se muži mu nikdy neodpustí, když ji muž odmítne.*** Možná až do konce svého života bude snít o pomstě. Současně s tím bude cítit vděčnost, že muž nezneužil jejího mládí, hlouposti, krásy a nevinnosti a uštědřil jí pořádnou lekci. Proto dnešní muži stále sporadičtěji odmítají ženské tělo. Velmi dobře cítí, že ženská mysl a zejména zloba je největší silou na světě.

Touha po pomstě vede k onemocnění krve.

Utrpení kvůli neopětovné lásce a zamýšlení pomsty může vyvolat rakovinu krve.

Přání být užitečný manželovi, matce, otci, rodičům manžela, babičce, dědečkovi, dítěti, přátelům, příbuzným, známým, sousedům, kolegům, národu, státu, lidstvu znamená plýtvání sebou samým. Důsledkem je v každém případě nespokojenost, neboť nikoho se nedaří obšťastnit a více než to – komu Vaše služby nepřišly vhod, ten závidí těm, komu jste byli prospěšní.

O NEZBYTNÉ POTŘEBĚ

K vysvětlení podstaty stresů budu používat takové pojmy jako „vězení“, „zajatec“, „vězeň“. Nejsou-li Vám tato slova vhod, najděte si pro sebe jiná. Důležité je, abyste se naučili osvobozovat stres.

Zajatec potřebuje svobodu. Svoboda sama o sobě je všechno to, co člověk potřebuje ke štěstí. Každý vězeň žije ve jménu svobody. Jeho duše touží po svobodě. Rozum vymyslí, jak jí dosáhnout a ruce a nohy vymyšlené realizují. Ruce zajatce nemohou zahálet. Musejí se přinejmenším pokusit prorazit otvor ve stěně cely. Čím déle držíme negativitu v zajetí, tím je větší a tím širší musí být otvor, jenž bude použit k útěku.

Otvor ve stěně je nemoc. K zazdění otvoru se přivolá pracovní tým. Čím je budova impozantnější, tím prestižnější jsou mistři. Čím je bohatší, tím vyšší jsou jejich ceny. Čím je proslavenější, tím proslavenější je i pracovní tým. Název tohoto pracovního týmu je – Medicína. Není-li to celý tým, je to nějaký dobrý člověk, který slíbil, že defekt odstraní. Možná i odstraní. Otvor byl vyplněn cizíma rukama a navenek se zdá, že je zeď celá. Pravdu zná jen sama budova.

Uprchlý zajatec je znovu chycen a umístěn do vězení. Uvrhne ho do hlubokého podzemí, kde za desaterými zdmi a závorami je spolehlivější místo, vzdálené cizím očím. Zvenku je postavena stráž, která chodí sem tam a pravidelně nahlíží špehýrkou. Je-li stráž svědomitá, neomezuje se na rutinní dozor, ale ve služebním zápalu začne mentorovat moralizujícím tónem: „*Dobře vím, co tam děláš. Dobře vím, na co myslíš. Tiše sed, teď už nikam neutečeš.*“

Takovými strážnými se ve větší či menší míře stávají všichni rodiče a starší lidé, kteří se alespoň trochu starají o dítě nebo zainteresovaně sledují jeho úspěšnost. Jinými slovy ti, co přejí dítěti dobro. Dítě je tím zajatcem a zbystří pokaždé, když slyší blízkí se kroky stráže. Snaha o svobodu uvádí jeho ruce do pohybu. Strážný, který ho chytí s předmětem doličným, začne nadávat, vyhrožovat, varovat, přesvědčovat a vysmívat se.

Čím je strážný rozumnější, tím větší má pocit odpovědnosti, využívá své právo silnějšího, vymýšlí zákazy a příkazy a neuvědomuje si, že to vše je ponižování. Strážce se vypořádává se svou prací tím líp, čím víc se sám trápil v rodičovském zajetí. Strach, že mě přestanou mít rádi, nebudu-li horlivě plnit své povinnosti, v něm bezděky prohlubuje dřívější chyby. *Spatřit v dítěti sebe samého a vychovávat ho v duchu srdečné dobroty jsou schopni pouze ti rodiče, pro které bylo dětství v rodičovském zajetí*

nesnesitelně těžké a jejichž duše zůstala zázrakem celá díky pomoci a zastání anděla strážného. Více vězeň nepotřebuje. Humánní strážce obnovuje ve vězni smysl života.

Je třeba zdůraznit, že všechny symboly, které v popisu používám, jsem převzala od pacientů. Doufám, že rodiče čtoucí tuto knihu, kterých se to týká, se nebudou hněvat, že je autor nazývá strážci. S ohledem na reakce, vyvolané předcházejícími knihami věřím, že je tato poznámka zcela namístě.

Čím víc se strážce snaží o veřejné schválení, tím surovější je ke svému zajatci. Touha po životě velí zajatci namáhat si mozek, aby stráž přelstil. Až ho jednou napadne báječná myšlenka. A právě toho dne se zrodí **inteligentnost** – schopnost **skrýt před cizíma očima všechno špatné a vystavit na odív vše dobré**. Strážný nahlízející okénkem od nynějška nevychází z údivu nad změnou, která se s vězněm udála – změnil se v náruživého kameníka, jehož rukama se ohavná kamenná stěna pokrývá prolamovanými krajkami a odpudivé vězení se mění v překrásný palác. Čím víc vězně chválí, tím víc začíná věřit ve vlastní pozitivitu. Minulost se v myšlenkách odsouvá do pozadí – vždyť nyní je přece vše v pořádku. Přání oklamat stráž se mění v potřebu klamat sebe samého, neboť tak se člověk snáz nachomýtně k dobrému.

Vše se jakoby uspořádá, jednoho krásného dne se však celá stavba sesype. Nikdo nechápe proč. Jen budova ví, že prolamované stěny nevydržely tu tíhu. To znamená, že inteligentnost zahubila duši dobrého člověka a tělo nevydrželo rovněž.

Co dělat, aby se Vám nestalo totéž?

**Představte si, že se ve Vaší duši nachází vězeňská cela.
Je to cela strachu.
V cele sedí vězeň. Jeho jméno je Problém.
Představte si, že otevíráte dveře místnosti dokořán a říkáte vězni:
„Jsi volný. Odpusť, že jsem ti dosud nedal svobodu.
Odpusť, že jsem tě vypěstoval takového, jaký jsi. Od nynějška jsi svobodný.“**

Dívejte se, jak vězeň vstává a jde ke dveřím – volání svobody je nepřekonatelné. Dívejte se, jak překračuje práh, jak se mění jeho vzezření, když se ocitne na svobodě. Narovná záda, hlavu drží vzhůru, vypne prsa, dýchá lehce a oči mu září. Po cestě kráčí člověk, který cítí, že země mu dává teplo. Právě jemu. Květiny kvetou a ptáci zpívají také pro něho. Pocit osamělosti mizí.

Odpusťte si, že jste nedokázali osvobodit svůj problém dřív. Odpouštějte tak, abyste ucítili, že je Vám lehčeji na duši a hlava se projasnila. Přesvědčte se, že se změnilo nejen Vaše celkové rozpoložení, ale i vztahy s lidmi. **Odpuštění sobě je nejdůležitějším prvkem v procesu odpouštění.** Kdo odpustil sobě, je schopen odpustit druhým. V opačném případě se odpuštění mění v plané žvanění z úst dobrého člověka.

Neříkejte, že nevidíte svůj stres. Udělejte si alespoň jednou na sebe čas a *soustředte se*. Udělat něco tak jednoduchého může každý. Je k tomu potřeba jen čas a *zpočátku možnost být sám se sebou*. Život nám stále dává čas, abychom na sobě pracovali, my ho však neumíme využívat. Umíme jím plýtvat na to, na co bychom neměli.

Praxe ukazuje, že ženy se učí vizualizovat své stresy rychleji než muži. Muži naproti tomu mají zřetelnější smysly a pocity i schopnost orientovat se v nich. Rozvíjíte-li v sobě schopnost, k níž máte dispozice, nezapomínejte, že k poznání sebe samého jsou potřebné všechny smysly a pocity. Kdo se kvůli své schopnosti duchovního vidění považuje za lepšího než druzí, může být dobrým jasnovidcem, pokud však nekontroluje sám sebe ostatními pocity, *bude mu obraz, jenž se mu zjeví, nepochopitelný* a svým výkladem bude zasévat strach a zděšení. Využijeme-li k objasnění podstaty věci všechny své smysly a pocity, dovedou nás nakonec k přesvědčení, že prvotní pocit byl správný a pozdější pocit klamný. Pozdější pocit vzniká z toho, že člověk začne přemýšlet. *V myšlenkách svůj pocit přejinačí* a rozhodne se, že takhle bude přesnější, neboť rozum mu našeptává, že je to tak lepší.

Rozum se vždy chová k citu a pocitům výsměšně. Proto čím chce být člověk rozumnější, tím méně o citu a pocitech hovoří. *Zpočátku se stydí před okolím, později se stydí sám před sebou a tím cit i pocity umrtvuje.* Když později říká, že ví, že nelže, může si položit ruku na srdce a říkat to sobě i druhým. Nechejme slova slovy a řeči řečmi a zapamatujme si, že každodenní problémy nám oznamují právě naše pocity. Přiznat si pravdu bývá zvlášť těžké pro muže. Chtějí vypadat silní a rozumní a proto se stydí říci, že pocity jim napovídají, jak je třeba dělat tu či onu věc. Říkají: „*Já vím.*“ To zní solidněji. Kdo cítí, jak se věci mají, tomu by bylo ku prospěchu prověřit své pocity tím, co vidí. *Říkají-li všechny smyslové orgány v zásadě totéž, znamená to, že jste si podstatu neviditelného vysvětlili správně.*

Právě do všestranného poznání sebe sama by bylo třeba zapojit všechny smysly, pocity i cit. Obráťte se například k jednomu orgánu – dejme tomu k srdci, plicím nebo játrům, ke svalu, nervu, pojivové tkáni či ke zmrzačené kosti a *vynasnažte se představit si ho.* Vezměme například srdce. Neumíte-li to jinak, vybavte si vyobrazení srdce v anatomickém atlase nebo si představte vepřové srdce, které se prodává v masně. Obráťte se k němu jako k *živému* srdci. Podívejte se, zda stojí vertikálně, nebo se kvůli poruše rovnováhy kloní na jednu či druhou stranu. Všimněte si, jaký je jeho tonus – zda je normální nebo začal být ochablý či unavený a není-li Vaše srdce zvětšené. Čím soustředěněji je budete pozorovat, tím zřetelněji ucítíte, zda je zdravé či nikoli. Uvědomte si, jak dalece jste je obtížili pocity viny, zarmoutili, unavili a vše osvobozujte.

Pak naslouchejte jeho hlasu. Co se Vám snaží říci? Vposlouchejte se do jeho šelestu, tlukotu i šustění a vězte, že vše, co jste uslyšeli – ať se Vám to líbilo nebo ne, je třeba osvobodit. Energický, rytmický tlukot vzbuzuje uklidnění a skřípající šustění jakoby říká: uvolni svůj strach být vinen, vždyt spoutává srdce, zužuje jeho dutiny i krevní cévy. Jestliže poté šramocení neustane, znamená to, že došlo ke zvápenatění – ke zkamenění, které říká: osvobod svůj smutek a hrdost na úspěšně skrývaný smutek. *Je-li narušen rytmus, znamená to, že žijete nesprávně.*

Dále své srdce očichejte. Soustředte se na jeho vůni. Vůně svěžesti svědčí o tom, že srdce je v pořádku. Pach čerstvého krvavého masa vypovídá o tom, že v srdci se usadila touha po pomstě. Smrdutý zápach znamená, že v srdci je faleš. Hnilobný zápach ukazuje na to, že v srdci je zánět, jenž se chce z celé duše zbavit nesnesitelného ponížení, ale neví jak. Nejvíce ze všeho ponižuje člověka on sám. Čím konkrétně? Tím, že se mění v upracované hovádko, v otroka. Pachy bývají různé, každý něco znamená. Po přemýšlení-li si sami v sobě, pochopíte.

Dále vyzkoušejte chuť svého srdce. Ucíťte-li jazykem nepříjemnou chuť, snažte se určit, jaká potravina má takovou chuť a už ji nejzte, neboť jí máte v těle přebytek. Chuťové pocity mohou být nejrůznější: slané, sladké, hořké, kyselé, chladné, horké, pálivé. Dojdete-li k závěru, že ve Vašem těle je

- přehnané **přání být silný**, které v těle zadržuje **sůl**,
 - přehnané **přání, aby vše bylo velmi dobré**, které v těle zadržuje **cukr**,
 - příliš mnoho **životních zklamání**, která zadržují **hořkost**,
 - příliš mnoho **obvinění**, která zadržují **kyselost**,
 - příliš mnoho **strachů**, které vyvolávají pocit **chladu**,
 - příliš mnoho **hněvu**, který vyvolává pocit **horka**,
 - příliš mnoho **chemie**, to jest přání zlepšit svůj život chemickými prostředky, což v těle zadržuje leptavé látky –
- znamená to, že dokážete osvobodit stresy. Ještě si představte, že skrz srdce protéká potůček teplé, křišťálově čisté vody, jenž s sebou odnáší látky, které srdce znečišťují. K tomu si představte, že probíráte tkáň srdce svými prsty, vyzařujícími lásku a tím srdce ještě lépe promýváte. Škodliviny se vyplavují vodou. Věřte, že stejným způsobem se rychle očišťuje i fyzické tělo. Až s očišťováním skončíte, budete své srdce vnímat úplně jinak.

Svůj orgán je možné procítovat rovněž duchovně. Začněte v myšlenkách své srdce hladit, vnímejte, jak se táhne za Vaši ruku a je Vám najednou překvapivě hřejivo na duši. Nikdy jste si nemysleli, že je možné milovat vlastní srdce. Ukázalo se, že to

možné je. Srdce, které Vás miluje, otevřelo cestu Vaší lásce a Vy si uvědomíte, že Vaše tělo Vás, jak je vidět, miluje všemi svými orgány, tkáněmi a buňkami, o čemž jste dříve neměli ani tušení. Začnete nyní, když jste učinili tento objev své tělo milovat?

Přejete si o všem se přesvědčit na vlastní oči, těžko však dokážete nahlédnout do vlastního hrudníku. Představte si proto, že zmiňovaná vězeňská cela se nachází před vámi. Řekněte si: „*Tady je má vězeňská cela a zde je můj zajatec, kterého nyní pouštím na svobodu.*“ Otevřete dveře cely a řekněte mu všechno, co můžete. Pokud Vaše představivost selhává, nic se neděje. Prociťujte tento obraz. Vždyť cítit přece můžete. Nemůžete-li ani cítit, znamená to, že stres je příliš velký a je třeba, abyste od nynějška měli na zřeteli, že tento stres ve Vás je. Věřte, že všechny energie, které na světě existují, jsou i uvnitř Vás.

Když jsem si uvědomila možnost takového osvobození, hned mě napadlo, proč mně byla dána: vždyť jsem přece hledala způsob, jak naučit lidi odpouštět od srdce, neboť mnozí už byli na odpuštění připraveni a zabývali se jím. Poněvadž výsledky byly bídné, lidé byli brzy zklamáni. Dnešní člověk chce všechno hned. Nemá trpělivost vyzkoušet jedno nebo druhé, dokud *nerozpozná*, co potřebuje. Chce spolehlivou metodu nebo technologii, aby i on dostal to dobré, které získal jeho bližní. Je dalek myšlenky, že k procítění je potřebný jedině čas. Jiné podmínky jsou nepodstatné.

Když člověk otevře dveře temnice ve svém srdci dokořán, vychází odtud ven vše, co v srdci nahromadil; on sám se stává pružnějším a chápajícím všechno a všechny. Nejspíš se kromě jiného přesvědčí i o tom, že považoval-li se kdy za moudrého myslitele, ve skutečnosti jen polykal dávno přežvýkané nepotřebné nesmysly.

Příklad ze života

Jednou ráno zazvonil telefon. Na druhém konci se ozývalo ženské vzlykání, křik a nesouvislé volání o pomoc. Žena byla v panickém strachu. Cítila jsem, že nemám co do činění s obvyklou hysterií, ale s opravdovým neštěstím. Bylo třeba jednat

a nikoli vést dlouhé utěšující řeči. Panický křik bylo třeba překřičet hlasem silnějším, aby bylo možné vzít situaci pod kontrolu. Křikla jsem tak hlasitě, že by k ní má slova mohla doletět i bez telefonu: „*Přestaňte nařikat! Co se stalo? Mluvte, rychle!*“ Žena se strachy zajíkla a v několika větách načrtla situaci.

Včera večer ji s dítětem propustili z nemocnice. Lékaři označili dítě za téměř zdravé. Jakoby se nic nedělo, ale dělo se – a bylo to něco strašného. Mé ucho poslouchalo ženu a srdce naslouchalo dítěti – slyšela jsem sténání dusícího se děčka. Uvědomila jsem si, proč srdce matky vytočilo číslo mého telefonu a nikoli záchranné služby. Žena ucítila, že v dané situaci může záchranka s pomocí přijít pozdě.

Bleskově jsem pochopila, že žena se únavou sotva drží na nohou. Podepsaly se na ní dlouhé dny a noci strávené péčí o dítě, kterému bylo jen pár měsíců. Strach jí nedovoloval zavřít oči a sebebičování únavu zesilovalo. Doma napětí opadlo. Žena spala celou noc jak zabitá a ráno se probudila strachy. Zavalila ji devátá vlna sebetržnění: „*Co jsi to za matku! Máš nemocné dítě a ty spíš!*“

Nevěnovala pozornost zrychlenému tlukotu srdce, vyvolanému pocitem viny, která na srdce dolehla, nevšimla si vlastní dýchavičnosti, poněvadž viděla, že s dítětem není něco v pořádku. Nevšimla si shody mezi vlastním stavem a stavem svého dítěte. Strach, že dítěti je zle, jí sevřel hrdlo ledovou rukou. Totéž se stalo i dítěti. „*Co jsem to zase provedla?*“ Vykřikla duše matky a přitiskla se k dítěti. Nechtěla uvěřit, že nebezpečná nemoc, před níž dítě zachránili, se znovu vrátila. Když však spatřila, že se dítě začalo dusit, nezbylo než uvěřit.

Ode mne se žádalo, abych poskytla okamžitou pomoc. Udělala jsem to, co mi napovídalo mé srdce, nesnažila jsem se být zdvořilá a taktní. Začala jsem rvát do sluchátka – hlavní bylo překřičet matku, aby se zcela přepnula z dítěte na mě. Zásadní bylo, aby uposlechla mých slov. „*Milá maminko! Vy nejste vinna! Dělal jste chyby, jako je dělají všichni lidé. Váš strach být vinna je najednou tak veliký, že Vám nedovoluje dýchat. Uvolněte pocit viny. Podívejte se, v hrudníku máte věžeňskou celu. Podívejte se! Vidíte ji? Podívejte se znovu! Už ji vidíte? Je tam?*“

Okamžik bylo ticho a pak žena vykřikla: „*Je!*“ Křičím dál: „*Podívejte se dovnitř, sedí tam vězeň! Vidíte ho?*“ – „*Vidím,*“ – následovala přesvědčivá odpověď. „*To je Váš pocit viny*“ – křičím do sluchátka. „*Otevřete dokořán dveře temnice a řekněte zajatci: ‚Jsi volný, odpusť, že mě dřív nenapadlo tě osvobodit. Odpusť, že jsem tě vypěstovala až do téhle velikosti.‘ Podívejte, vězeň vstává a míří ke dveřím. Vidíte?*“ Žena nemohla nevidět. „*Podívejte, jak lehce vykročil a zhluboka si oddechl. Podívejte – jak jeho oči zazářily! A teď se podívejte na své dítě.*“ Uběhlo několik vteřin a chroptění přerývaného dechu ustalo. Ozvalo se několik jednotlivých bezmocných vzlyků a pak hlasitý pláč. Dýchací cesty se znovu otevřely.

Hovořím dál: „*Podívejte se znovu do svého hrudníku. Je tam ještě jedna cela. Podívejte se, kdo je v ní!*“ Žena neodpovídá. Cítím, jak usilovně se snaží. Vidí, ale nemůže uvěřit. Zmocňuje se jí zděšení. Začnu ji provokovat: „*Odpovězte! Kdo je to? Odpovězte! Kdo to je?... Kdo to je?... Kdo to je?*“

Ozve se potlačený výkřik: „*Moje dítě!*“ – „*Ano, je to tak, své lpění na dítěti jste považovala za lásku. Otevřete dokořán dveře temnice a řekněte svému chlapečkovi: ‚Jsi svobodný! Odpusť, že jsem to nedokázala udělat dřív. Teď to umím.‘ Pohledte, jak vstává a řape svými malinkýma nožkami ke dveřím. Vidíte, škrábe se přes práh. Potřebuje svobodu. Podívejte, kráčí po své životní cestě stále jistěji. Ach, s jakou důstojností se napřímil!*“

„Všimla jste si, jak mu zazářily oči? A teď se podívejte na svého klučínu, vezměte ho do náruče a přitiskněte k hrudi. Teď je svobodným dítětem a ne Vaším zajatcem. Spojuje Vás skutečná a nikoli majetnická láska. Poproste je o odpuštění za to, že jste na ně přivolala virové onemocnění kvůli sebebičování. Odpusťte mu, že přijalo váš virus, poněvadž také chtělo být dobré. Vždyť dítě myslí stejně, jako jeho matka.“

Slyším, jak dítě několikrát vzlyklo a zařvatlalo.

První pomoc byla poskytnuta. A poskytnuta efektivně, neboť trpící člověk pomoc přijal s otevřenou duší. Učení o odpuštění

bylo pro člověka přijatelné. Vždy tomu tak nebývá. Lidé se snaží o ukázkové dobro a skutečné dobro se u nich setkává s odporem. Proč? Protože pravda je vědecky nedokazatelná. Lidé věří nikoli svému srdci, ale vědě, která tvrdí, že nemocí člověka je vinen odvěký nepřítel – virus. Když je virus *zabit* léky, zdraví by se mělo vrátit, ale nevrací se, člověk už neví, čemu má věřit. Zároveň se *zabíjí* i víra v medicínu. Čemu teď má ustrašený člověk věřit? Ničemu a nikomu.

Život bez víry se rovná smrti. Tímto způsobem medicína nevyhnutelně odpuzuje lidi, aby *trpící člověk znovu našel cestu k sobě*. Aby uvěřil v sebe. Jak je vidět, přináší-li medicína dobré, dělá špatně a působí-li zlo, činí dobře. Považovat ji však za dobrou i špatnou je hloupé.

Stává se, že mnohé stresy z těla odcházejí a jeden vzdoruje, i když volání svobody je neodolatelné. Proč? Protože ho nechcete osvobodit náležitým způsobem. *Nechci* – je strach, přerostlý ve zlobu. Napětí způsobené strachem je mimořádně velké a Vy si přejete jen jedno – zbavit se ho. Zoufalý člověk na nic jiného nemyslí. Chce se Vám zbavit se tohoto stresu – konkrétně: dát někomu přes hubu, ať už slovy nebo pěstí. Pustit se do divoké hádky s jejím očištným ohněm, aby se v duši nahromaděné nečistoty dostaly ven.

Na slova i pěstí je vždy dost času. Osvobodte především svůj *strach zbavit se stresu, který by Vám pomohl vyjasnit si vztahy a také zlobu, ta je přáním říci svůj názor, protestem proti mlčenlivému utrpení*. Osvobodte také *strach, co se stane, když se budu chovat jako zvíře*. *Strach něco udělat i neudělat nic*. Tehdy se osvobodí i zatvrzelý stres. Poté ucítíte, zda je třeba ještě něco říkat. Bude-li to třeba, jděte a mluvejte. Sami se budete divit svým klidným, rozvážným slovům, za něž Vám bude upřímně vděčen i Váš nedávný nepřítel. Zamyslete se a pochopíte, že dokud ve Vás problém seděl jako pod zámkem, viděli jste ho v druhém člověku a měli jste chuť vrhnout se na něj.

VE SLEPÉ ULIČCE LASKAVOSTI

Nejsem ani první ani poslední, kdo učí, že je třeba zkrátka a dobře být. Je patrné, že v této větě jakoby něco chybí, poněvadž takové věci nejsme zvyklí říkat. Ve větě chybí **hodnocení**, to jest **pro smyslové orgány reálná, materiální úroveň**. Jen ve velmi vážných případech se říká: „*Bud' lidský!*“ Obvyklé je: „*Bud' tak laskav!*“ nebo „*Bud' tak dobrý!*“

Člověk, který chce být dobrý, na to odpovídá: já takový jsem. Copak je na tom něco špatného, když chci být dobrý? A jak mu vysvětlit, že **prostě být a být dobrý – jsou vzájemně se vylučující pojmy**, když se ani neobtěžuje to vyslechnout. Je ve svém živlu a ještě ke všemu je dobrým člověkem. Dobrý člověk chce mít všechno hned: chce být a chce být dobrý. Ani ho nenapadne, že bytí je vyrovnanost, schopnost být sám sebou. „Dobrý a špatný“ – jsou již hodnotící pojmy, vznikající ze strachu. Takže slovem „dobrý“ ustrašený člověk hodnotí dobré a tedy neviditelné špatné.

Většina lidí považuje sama sebe za dobré jen proto, že dobré chce. Pro sebe osobně a pro své blízké. Nevědí však to, že přání je negativita. **Ostatní se považují za dobré proto, že nechtějí špatné.** Snaží se dokázat svou pozitivitu tím, že bojují se špatným a přitom si neuvědomují, že je možné dokázat jen to, co existuje materiálně. Skutečnou, pravou pozitivitu, to jest duchovnost, není možné dokázat. **Skutečná pravda se dokazuje sama.** Kdybychom měli schopnost vidět, pochopili bychom to.

Život dokazuje jedněm i druhým, že *přát dobré*, znamená totéž, jako *nepřát špatné*. V důsledku toho dříve nebo později přijde pouze špatné. Rozdíl spočívá v tom, že ti první své špatné nepřiznávají a druzí se bojí ho odhalit. První ve své naivitě věří v dobré s takovým zápalem, že raději zemřou, než by změnili svůj názor. Druzí se mění v tak zuřivé bojovníky se špatným, že mohou vzplát nenávisť k vlastní osobě, jestliže na sobě najdou nějakou chybu. Se zlem bojují ve jménu toho, aby ze strany dobrých lidí získali bohu navíc, když se snaží obrátit zlo v dobro.

Jak vidíte, rozdíl spočívá v tom, že dobří lidé jako buldozer hrnou své dobré a špatní své špatné. Člověk, který buldozeru vyhověl, je nucen dříve nebo později pochopit, že násilí je dvojí: psychické a fyzické. **Psychický teror provokuje fyzický teror**, nezávisle na pohlaví, vzdělání, materiálním blahobytu či postavení ve společnosti.

Typický psychoterorista je člověk, považující se za dobrého. Čím vyšší je sebehodnocení, tím víc se člověk domnívá, že má právo ukazovat okolním lidem, kde je jejich místo. Ať to dělá mlčky v hloubi duše nebo říká svůj názor přímo, píše stížnosti kam se dá či špatného člověka uctivě odkazuje do patřičných mezí – spoluobčany to v každém případě dopaluje. Obě strany chápou smysl toho, co nebylo řečeno do konce. Když zastánce dobra vidí, že druhý jedná podle svého, zmocňuje se ho křivda. Ukřivděnost vyjadřuje **podrážděním**. Následující dávka slov už zní daleko důrazněji. Další slova jsou pronášena zvýšeným tónem a tak neoblomně, že to jeho protějšek provokuje k odvetné reakci. Zřejmě jsme už všichni měli možnost být svědky slovních půtek, které začínaly uctivým požadavkem, přičemž za viníka byl považován ten, kdo vybuchl jako první. Když oponent vidí, že sympatie přítomných jsou na straně provokatéra, probudí se v něm bezmocná zuřivost a přicházejí ke slovu i pěsti. Dojde k fyzickému násilí. Pokud se taková situace opakuje znovu a znovu, ponížený člověk popadne nůž. Tak se ponížený stává zločincem a ponižovatel dostane, co si zasloužil.

Můžete namítnout, že člověk bodl nožem náhodou, nebo že nevinného člověka zasáhla zbloudilá kulka, určená někomu jinému. Ještě jednou připomínám, že náhoda neexistuje. V kom je **na svou příležitost čekající energie poníženosti, která je příležitostnou krutostí**, toho dostihne náhodná kulka nebo nůž. Kdo se zná s člověkem, kterého postihlo něco podobného, ví, že se u něj čas od času zčistajasna projevila krutost k níže postaveným, i když byl v zásadě dobrák. Proč k tomu dochází? Protože byl někdy v minulosti ponížen a doutná v něm touha po pomstě jako uhlík pod vrstvou popela.

Každý ponížený člověk nevědomky přikrmoval jeho energii ponížení, která se z něj na druhé lidi vyhnula vždy, když jí dostal příliš mnoho; energie se však pokaždé začala hromadit znovu. Hromadila se, aby mu ušetřila ještě pádnější lekci. Navíc ho ještě ponižovali nadřízení. Vylít si na nich svou zlobu se neodvažoval, neb na nich závisela jeho prosperita. Nezbyvalo nic jiného, než ponižovat lidi i beztak ponížené. Jelikož velikánské ponížení vyvolává touhu zabít viníka ponížení, dochází k tomu.

Nebo ještě jeden příklad: disciplinovaný člověk disciplinovaně přechází silnici na „zebře“ a *dostane se pod kola*. Řidič z místa nehody ujede. Zákon je ve všech směrech na straně poškozeného. Proč se to stalo? I tady funguje přírodní zákon „podobné k sobě přitahuje podobné“. Doslova pod kola se dostane ten, kdo sám občas v přeneseném smyslu vyjíždí na druhé. Vyjíždí slovy nebo chováním. Navenek přitom dělá ten nejpříjemnější dojem. Často používáme výraz „vozit se po někom“, nezamýšlíme se však nad jeho smyslem. Byl-li řidič opilý, znamená to, že i *poškozený, když je pod vlivem alkoholu, terorizuje své okolí*. Pokud poškozený alkohol vůbec nepije, znamená to, že byl ve stavu krize, vyvolané smutkem.

Jedině smutek, jenž je bezmocnou zlobou, ponouká člověka k alkoholu. Koho neponouká, ten má z alkoholu strach, nenávidí ho a k jeho poznání alkoholu musí dojít přes člověka, který pije. *Abstinent musí kvůli alkoholu trpět, dokud nepochopí, že abstinence a alkoholismus jsou jen dvěma konci jedné hole.* Oba se zrodily ze smutku. Abstinent zůstává abstinentem, dokud se smutku bojí. *Nepijící člověk se může rychle opít, když smutek přeroste v zoufalství.* V zoufalou nechuť bát se smutku.

Každý, kdo se lituje, zasévá smutek a tedy alkoholismus. Kdo si člověka plného nářků nepustí blízko k srdci, nebude utápět sebelítost ve víně. Zapamatujte si: **budete-li litovat kňourala, stanete se alkoholikem.**

Pokud se obětí autonehody stalo dítě, znamená to, že jeho rodiče jediné tímto způsobem pochopí, jak velice jeden na druhého

vyjíždí. Má-li dítě, které se dostalo pod kola, poškozené měkké tkáň, znamená to, že právě tak někdo najíždí na jeho matku. A jsou-li ještě k tomu přelámané kosti, znamená to, že stejným způsobem se někdo naváží do jeho otce. Zlomená kost – nalomený otec. Jsou-li vzájemné vztahy otce a matky špatné, mají stejné vztahy se všemi ostatními představiteli opačného pohlaví, i když navenek vypadají dobře. Předstírané dobré nás nikdy před žádným neštěstím nezachrání. Vydává-li člověk verbálně špatné za dobré, prohlubuje špatné.

Kdyby dobří lidé přestali být dobří, špatní by neměli důvod být špatnými. Opačné přání protičečí přírodním zákonům, proto je to nemožné, byť bychom si to přáli jakkoli silně. Kdybychom byli prostě lidmi, i ostatní by byli ve vztahu k nám prostě lidmi. Dokud existují příliš dobří lidé, musí existovat stejný počet příliš špatných – tak život utváří rovnováhu. Chcete-li, aby Váš život začal být normální, to jest vyrovnanější, buďte sami normálnější a všichni lidé se k Vám budou chovat normálněji, protože změníte své chování k druhým. Udělali jste reálnou věc a nešřfili jste se o tom, jak jste dobří nebo jak dobří chcete být. Normální člověk nepotřebuje ukazovat svému okolí, jak je dobrý – on prostě je.

Typický dobrý člověk si přeje, aby druzí věděli, že je dobrý. Proto jeho pusa jakoby sama o sobě začne popisovat, komu udělal dobré, kolik a jaké konkrétně. Čím je člověk „dobřejší“, tím mnohoslovnější a emocionálnější jsou jeho řeči. Dobrota touží po pozornosti a pochvale, nevšímavost jí působí bolest. Vzpomeňte si, kolikrát jste během celého Vašeho života znovu a znovu zaváděli řeč na svůj dobrý skutek nebo vydařenou věc a doufali jste, že lidé Vás budou považovat za dobrého člověka. Nahlas jste si nadávali za svou chybu, aby druzí pochopili, že jste nechtěli špatné. Rmoutili jste se kvůli cizímu poklesku a divili jste se tomu, jak se lidé mohou takhle chovat – to je také způsob, jak nevtíravě zdůraznit svou pozitivitu.

Patrně máte pocit, že už vůbec nesmíte otevřít pusu, abyste nepláclí něco nesprávného. O špatném mluvit nelze, o dobrém

také ne – jak máte dál žít? Odpovídám: *učte se sledovat, co říkáte a hned napravujte své chyby. Jakmile si všimnete, že se z Vašich úst ozvalo třeba jen malé hodnocení, hned je napravte.* Jinými slovy, pokud jste něco nazvali dobrým nebo špatným, hezkým nebo ošklivým, moudrým nebo hloupým, čistým nebo špinavým, vynasnažte se a přemýšlejte, proč se tak stalo. Snažte se pochopit, čemu vás toto špatné učí. Můžete dokonce provést nápravu svých chyb nahlas a uvidíte, co a jak se mění. Dokud je člověk úplným materialistou, ukládá co spatřil do podvědomí a alespoň podvědomě cítí vděčnost.

Dobry člověk dozajista hovoří o příčinách, kvůli nimž koná dobro. Někdo vyvažuje nezištnou pomoc, podporu či součinnost, kterou mu někdy někdo poskytl, jiný odčítá nějaký materiální nebo morální dluh, který už není možné vrátit na danou adresu. Člověk zdůrazňuje – když ti pomohli, i ty napříště pomáhej druhým. Takové srdceryvné scény jsou pro naše lidi velmi typické. Potom je zvykem až do konce života vzpomínat na svou dobrotu a myslet si, že si to pamatují i druzí lidé. Tímto způsobem se člověk, kterému někdo poskytl zcela nezištnou pomoc, stává pod působením strachů ve skutečnosti hamižným. Kdo se snaží být ze všech sil dobrý, toho zřejmě vůbec nenapadne, v jakou lavinu se obrátí jím kultivované pochopení. Dobry člověk nemůže nepřipomínat všechna duchovní i fyzická utrpení, která musel vydržet během svého sebeobětavého jednání.

Chovat se tak ho nutí stres, jehož jméno je **dluh vděčnosti**. Člověk udělal pro druhého dobrou věc a ihned na to zapomněl. Druhý, čekající na dobro, z toho má stres, neboť mu srdce napovídá, že on sám by se tak zachovat nedokázal. **Dluh vděčnosti je největším z těch, které nikdy není možné vykoupit.** Pocit dluhu nás může svrbět na duši celý život. Staví člověka do pozice závislosti, dokud dluh nebude splacen. Kvůli přání být dobrý mnozí lidé nepožadují odměnu za vykonanou práci a obdarovaný člověk se stává celoživotním dlužníkem. Motivace je přesvědčivá: ode mne si za dobro nic nevzali, jak bych si mohl vzít já od tebe? Pocit nevráceného dluhu představuje pocit viny, z něhož

onemocní srdce. Avšak ani dobrodinec, ani obdarovaný o tom nic nevědí.

Na otázku, jak žije jeho rodina, člověk už odpovídá zcela jiným tónem. Všichni dobrodinci mají špatného manžela nebo přinejmenším nedobrého. Děti jsou nemocné, neposlušné nebo se nechtějí učit. Ty, které jsou starší, si pořídily rodinu, zmýlily se však ve výběru životního partnera, protože neuposlechly rady rodičů. Proto i vnuci jsou buď nemocní nebo neposlušní nebo se nechtějí učit. Kvůli tomu všemu je dobrému člověku špatně. Nejprve je špatný život a nakonec i zdraví. V poslední době se setkávám s lidmi, kteří mají nemocnou celou rodinu a říkají, že všechno je dobré.

Je zvykem považovat za dobrého člověka toho, kdo koná dobro pro druhé. Dělat dobro pro cizí je snadné, pro své vlastní je to však těžké, neboť ti nepotřebují vnější efekt, ale potřebují podstatu. Když dobrodinec koná dobro, ví, co dělá, poněvadž během této činnosti necítí strach *nemají mě rádi* nebo strach *nikdo mě nepotřebuje*. Každá činnost je potlačením strachu. Rovněž jakékoli slovo díky nebo pochvaly. Pro děti vyrůstající v takových rodinách to není žádný med a když vyrostou, začnou se chovat stejně.

Uražený rodič, od něhož se dítě odvrátí, netuší, že dítě přesně opakuje jeho samého. Mnozí se ptají: „*Proč v rodině mých rodičů, prarodičů, praprarodičů i v mé rodině ve stejném věku vznikl stejný rodinný problém?*“ Odpovídám, že má-li člověk v úmyslu vykoupit všechny hříchy svého předka, který žil před čtyřmi pokoleními, pouze tím, že se snaží být velmi dobrým člověkem, všechno bude pokračovat postaru až do sedmého kolena. *Být dobrým znamená skrývat chyby a nenapravovat je.*

Stará-li se člověk jen o to, aby dělal dobro, je nucen ho vnučovat druhým, i když je jim k ničemu. Lidem z delikátnosti nezbyvá než děkovat a chválit – nezarmucovat toho moc hodného člověka. Pochvala dává dobrákovi křídla, ať je jakkoli unavený. Může se stát, že dokud se nenajde přímý, čestný člověk, který mu řekne pravdu do očí, on sám nepochopí, že je třeba se zastavit.

Příklad ze života

Starší žena vypráví o svém nezdaru, ke kterému došlo navzdory tomu, že si přála jen to *nejlepší*. Přestože je svědomitou disciplinovanou ženou a nikoli prvním rokem se zabývá odhalováním a odváděním svých stresů, tato příhoda ji přímo omráčila.

Přála si radikálně změnit svůj život a změnila zaměstnání. Pochopila, že byla příliš dobrá, snaživá, svědomitá, spolehlivá, což spolupracovníci ochotně využívali a žena cítila, že bez změny místa obrat o 180° neudělá. Nechat vše při starém také nebylo možné, protože ji začalo zlobit zdraví. Poslední kapkou byl úraz obličeje, který jí napověděl, že krásné iluze dostaly pořádný políček.

Překonala dokonce i to, že její dospělé děti se matce vyhýbaly a co víc – nepouštěly ji k vnukovi. Babička přitom s vnukem strávila celé dny a noci v nemocnici a pečovala o něj. Zdraví dítěte bylo v kritickém stavu a vyhnulo se tomu nejhoršímu jen díky její intuici. Za vnějším zdárným vývojem babička cítila nebezpečí života v okamžiku, kdy se specialisté domnívali, že už je všechno v pořádku.

V novém kolektivu tiše dělala svou práci a nepletla se do cizích věcí, neboť mezi kolegy s mnohaletou praxí ihned vycítila ducha soupeření a boje o vedoucí pozici. Druhý týden se stala obětí člověka, který se rozhodl vylít si jí svou duši. Ve snaze být zvláště pozorná a soucitná to zjevně přehnala, a aniž by si toho sama všimla, řekla mu: „*Nepovažujte se za dobrého člověka.*“ A to po jeho slovech o tom, jak je dobrý a jací jsou všichni ostatní špatní. Chtěla doplnit, že žádný člověk není ani dobrý ani špatný, že každý má své přednosti a nedostatky a všichni dělají chyby. Chtěla, ale nestačila to, protože nešťastník, který jí odhalil své nitro, upadl do zuřivosti: „*Takže podle tvého jsem špatný člověk! Sama se v ničem nevyznáš, ty správná ženská a dovoluješ si urážet druhé!*“ Krátce řečeno jeden dobrý člověk vylil kýbl špíny na druhého a vzdálil se s hlavou hrdě vztyčenou, poněvadž měl pocit, že to druhému ještě málo nandal.

Žena byla sklíčená. Chápala, že něco udělala nesprávně a tím kolegu vyprovokovala, nechápala však, v čem byl problém. Jakou udělala chybu?

Začala svou řeč negací. I Vy si zapamatujte: nikdy neříkejte „ne“. Ani sobě, ani druhým. Říkejte vždy „ano“. Dokonce, i když nesouhlasíte. Začnete-li svou řeč negací, člověk očekávající od Vás přitakání se chytí Vašeho prvního slova a místo spolubesedníka budete mít proti sobě hluchou stěnu nebo soptící vulkán. Když chce druhý člověk dokázat, že je dobrý, řekněte mu: „*Ano, možná ti to tak připadá. Všem je nám vlastní se mýlit. Všechno se hned pochopit nedá.*“ Nebo ještě něco v tomto duchu. Druhý člověk bude možná zklamán Vaší lhostejností, alespoň se však nebude hněvat a přetrhávat navždy Vaše vztahy. Oba si zachováte něco velmi důležitého. V následujícím rozhovoru můžete doplnit něco přesvědčivého a třeba se trochu zamyslí. Nebude Vás však považovat za protivníka. Nejste-li protivníkem, nejste tedy ani nepřitelem. Nejste-li pro něj nepřitelem, jste přítelem. Možná to v naší době zní bláznivě, ale uklidňuje to duši. Postupně i toto hodnocení mizí.

Vycházejte ze stejného principu a **nikdy nikomu neříkejte, že vám nerozuměl.** Jak jen to vyslovíte, buďte si jisti, že se mezi Vámi neprodyšně zabouchnou dveře. Chování Vašeho partnera v rozhovoru závisí na tom, jak je v daném okamžiku velké jeho přání být inteligentním člověkem. Možná začne najednou velice spěchat a odejde. Nepochybuje o tom, že se dosti dlouho znovu nesetkáte. Pokud se vůbec ještě setkáte. Možná, že se otevřeně rozzlobí, neboť pro člověka rozumu je ze všeho nejurážlivější, když mu někdo řekne, že ničemu nerozumí.

Kdo si přizná, že mnoha věcem v životě nerozumí, nestydí se ani, když to přizná před lidmi. O jeho chápavosti zpravidla nikdo nepochybuje a neuráží ho svými podezřeními.

Doufám, že se už nepovažujete za dobrého ani za špatného člověka. Rovněž doufám, že své kladné a záporné charakterové rysy již nehodnotíte pouze kladně nebo záporně, že dokážete

uvěřit tomu, že momentální forma v sobě skrývá obsah, který hledáte. Doufám, že ho najdete.

O SKUTEČNÉM A ZDÁNLIVÉM

Všichni chtějí dobré – kde se tedy bere špatné? Z pekla – tvrdí křesťané, avšak hovořit o čertu je tabu. Dokázali byste mi prostě a jasně odpovědět co je co?

Co je dobré? Položili jste si někdy tuto otázku? Říká se, **dobré je to, co nemám a dobře je tam, kde nejsem**. Zamýšleli jste se nad tím, co to znamená? Řeknete například: když se člověk vrátí z daleké cizí země a s radostí se dělí o své dojmy, ukazuje suvenýry – tehdy je tento výrok pravdivý. V jakém smyslu pravdivý? Ve smyslu materiálním? Zcela správně; u nás vsutku není všechno to, co je tam v daleké zemi. Má to však u nás být? Potřebujeme to? Bylo by nám dobře, kdybychom všechny divy světa potkávali na každém kroku? Nebo by bylo lepší, kdyby si každý národ zachovával svůj svéráz, aniž by se považoval za lepší či horší než jiné národy?

Je tomu tak, že člověk odjíždí do širého světa, když sám sebe nemůže najít pod rodným nebem. Snaží se o všechno dobré, co lahodí oku i uchu, až si jednou uvědomí, že to vše nepotřeboval. Skutečné dobré, které hledáme, je to, co přináší duši klid a máme je doma. **Kdo má v duši klid v rodných zdech, má duši klidnou všude**. Cestujeme-li po světě a pozorujeme život různých lidí, jen si tuto pravdu upevňujeme. Proto je potřeba cestovat.

Jelikož mít duševní klid je v chápání materialisty – dobré, budu kvůli srozumitelnosti používat pojem „dobré“ tak, jak jsme zvyklí. Obecně, jakmile je vyřčen hodnotící názor, ihned se zapojí materiální energie. *Přemýšlíte-li o duchovnosti a používáte hodnotící výrazy, spadnete s nebe na zem rovnou na zadek*. Bác! – Stali jste se „*strašně duchovním člověkem*“. V předcházejících knihách jsem ne vždy a ne ve všem dokázala udělat rozdíl mezi duchovní a fyzickou stránkou, ale v této knize to zkusím udělat zřetelněji. Snažte se pozorněji vnímat hodnotící slova a bude snazší postihnout myšlenku.

Skutečné dobré je volně se pohybující energie. Což je to, co si člověk zatím ještě neosvojil. Představte si, že někde daleko je dobré, o které se snažím. Moje přání dostat ho je jako dlouhá, oku neviditelná ruka, která chytá toto dobré a chce si ho přisvojit. Není důležité, zda jsem ho dostala fyzicky nebo ještě ne, či zda vím, že ho nikdy nedostanu. Chci ho stejně jako dřív a v každém případě jsem ho už umístila do *temnice své duše*. Nyní je zajatcem a já sama vězením. Vztahy mezi námi jsou jako mezi vězněm a vězením. Jeden ničí druhého a oběma to působí bolest.

Všechno, co člověk pro sebe chce, si přisvojuje duchovně. Není možné vyjmenovat všechno to, co člověk nazývá svým, proto uvedu jen to nejdůležitější.

Moje matka, můj otec, můj muž, moje žena, moje dítě. Moji sourozenci, moji dědečkové a babičky, můj tchán, moje tchýně, moji přátelé, moji příbuzní, známí, kamarádi, kolegové, partneri. Má zvířata, rostliny, věci. Moje tělo, duch a duše. Moje srdce, plíce, játra, mozek, ledviny. Moje svaly, tuková tkáň, pojivová tkáň, nervová tkáň. Můj růst ve formě embrya, můj kojenecký věk, moje dětství, mládí, období dospělosti, stáří, můj osud, moje budoucnost, minulost, přítomnost, karma. Moje problémy, touhy, přání, myšlenky, stresy. Moje strachy, pocit viny, zloba, bezmocnost, smutek, sebelítost, hněv, hysterie, vampyrismus, protest, krutost, stav, kdy jsem v koncích, přílišná náročnost, nespokojenost, přání být nejlepší ze všech. Můj rozum, úspěšnost, bohatství, peníze, hodnoty.

Tohle napadlo mne. Napište do rámečku, co považujete za potřebné doplnit z Vaší strany:

Zkrátka, ať Vám přijdou do hlavy jakékoli myšlenky, přicházejí proto, abyste je osvobodili. Podvědomí, odkud přicházejí, přesně ví, proč je předkládá právě v tomto pořadí. Spolehněte se na své podvědomí, to jest na duši. Začněte od toho nejdůležitějšího.

1. MATKA

Představte si, že ve vězeňské cele Vaší duše je Vaše matka. Zabránit tomuto obrazu může jedině spěch, tedy přání, co nejdříve ze sebe setřást špatné. Otevřete dveře temnice a řekněte: „*Milá maminko! Jsi svobodná. Odpusť, že mě nenapadlo osvobodit tě dřív. Odpusť, že jsem tě považovala za svou, domnívala jsem se, že tě miluji víc, než ve skutečnosti.*“

Dívejte se, jak vstává a jde, jak překračuje práh. Pocítíte ulehčení v sobě. Necítíte-li ho, znamená to, že ze *strachu přijít o matku* jste ji schovali velmi hluboko uvnitř. Když konečně matku osvobodíte, jako byste osvobodili nějaké energetické tělo a tudíž se něco změní.

Osvobození jednoho a téhož stresu probíhá u každého jinak. Není důležité, kolikrát to uděláte, ale je důležité, že to děláte upřímně, ze srdce. Jsou lidé, jejichž *přání dostat dobré* je tak velké, že je nutí zapomínat na jídlo i spánek a zabývat se jen a jen odpuštěním, přičemž výsledky jsou podprůměrné, i když člověk dělal všechno, jak bylo třeba. To znamená, že se člověk zabýval odpuštěním z povinnosti nebo z přání dosáhnout cíle. Takové odpuštění je už přeháněním. **Přehnat můžeme cokoli.** *Zacyklenost na cíli* mění potřebu v přání, a když člověk nedostane to své, vede ke zklamání. Kromě toho *panické myšlenky, soustředěné na jediný cíl*, vyvolávají zablokování mozku.

Při opravdovém osvobození nastane okamžik, kdy sami sebe přistihnete, že slova „*moje máma*“ už říkáte jinak. Říkáte „*moje MÁMA*“ s důrazem na slově „*máma*“. Cítíte, že smysl už je jiný. Chápete, že Vaše matka je tou ideální matkou, jejíž obraz uchovávejte v duši, dřív jste to však nechápali, neboť jste házeli na jednu hromadu negativitu matky, to jest nezvládnuté lekce a její ideální stránku. Není snadné rozplést takovou motanici. Tato chyba je

však Vaše, nikoli matky. Neuměli jste se k matce chovat správně, proto jste jí nerozuměli. A co víc, začali jste se k ní chovat se zvýšenou náročností. V důsledku toho trpíte Vy i ona.

Ze své zkušenosti mohu říci, že za tyto roky jsem osvobozovala svou matku tisíckrát a stačí na ni jen vzpomenout a osvobozuji ji znovu. Je to očistění vlastní duše – zaměstnání, které nemůže omrzet. Jde rovněž o nápravu vztahu k matce a díky tomu se zlepšuje komunikace s ní. Ať už jste považovali svou matku za jakkoli dobrou či špatnou, pravda se postupně vyjasňuje a Vy si uvědomíte, že právě tuto matku jste si vybrali, abyste se naučili své životní lekce.

Příklad ze života

Pro každého člověka je matka nekonečnou lekcí. Osvobozuji-li ji takovou, jaká je nyní, když mě rozeznila, často přijdu na něco, o čem jsem dřív vůbec nepřemýšlela. Několik desítek let se donekonečna chystala umřít. Jako by už skoro umírala. Až jednou mě osvětila myšlenka – pustím *smrt matky* na svobodu. Vhled mě ohromil. Smrt matky přede mnou vyvstala jako jezdec bez hlavy, který jede a jede na svém smrtelně unaveném koni a nemá klid. Klid nastane tehdy, až najde svou hlavu a hlavu má v podpaží. Uplynulo několik dní, než jsem tento obraz podrobně rozluštila. Mohla jsem ho jednoduše osvobodit, ale *potřebovala* jsem si vše důkladně vyjasnit.

Hlava je otec, muž, syn, mužský rod na fyzické úrovni. ***V podpaží se nachází energie lásky – skryté, nedělitelné, zavržené.*** Hlava v podpaží znamená, že muž schoval svou lásku na nejskrytější místo a nejhorší je, že na místo nejneforemnější. *Když se žena stydí milovat muže, změní se muž v tupou slepici, která schovává hlavu pod křídlo.* Přeríznutý krk znamená, že matka, žena, dcera, ženské pohlaví celkově je pro něj polovičaté, nedokonalé. Láska, kterou má matka k otci chovala, byla zvláštní, bolestná, protože její vlastní skvělý otec zemřel mlád. Kdo lpí na otci, na svém milém, na muži, či synovi, ten právě jeho ztratí. ***Muž musí být buď osobností nebo egoistou, aby ho žena nemohla zničit svou vlastnickou láskou.***

Strach ztratit muže ženu mění buď v otrokyni nebo v démona. Vztah k otci určuje vztah k muži, synovi a mužskému pohlaví celkově. Rozporuplný vztah matky k mužům mi začal být pochopitelnější. Jezdec bez hlavy – to je přece mrtvola, která hledá svou hlavu, to jest rozum, aby ho vedl. **Rozum rodiny se nachází v hlavě muže.** Ustrašená žena, která se pořád dokola obětuje a žádá za to vděčnost, neuznává zdravý rozum svého muže. Často ani nemá takovou možnost, neboť muž ve strachu o její integritu před ženou rozumnost skrývá. Tak se muž, jehož všichni považují za rozumného, doma stává onucí a je pod pantoflem.

Osvobodila jsem ze sebe tohoto *nešťastného, utrápeného jezdce bez hlavy* a pak jsem si vzpomněla, že matčinou oblíbenou knihou v mládí byl „Bezhlavý jezdec“. Jak vidíte, podstatu své smrti matka vyjádřila už velice dávno, nikdo však nechápal smysl jejích slov. Konec konců, tak tomu bývá vždy. Od toho okamžiku mě matčina slova o smrti přestala zraňovat. Pozoruhodné bylo, že téma smrti se v matčině hovoru začalo vyskytovat méně často!

Po osvobození matčiny smrti mi přišla myšlenka, zda bych neměla osvobodit rovněž **život matky**, který byl jak pro ni, tak pro mě nemalým utrpením. Udělala jsem to a vyvstal přede mnou obraz: celou temnici zaplnil běloskvoucí anděl s labutími křídly, jehož nenechali, aby projevil svou podstatu. Labuť je pták a pták symbolicky odpovídá bezstarostnosti. Labuť je majestátním ptákem, ztělesňuje tedy vznešenou bezstarostnost. Ve své dobrotě moje matka může být a vskutku byla živoucím andělem, kdyby jen neoplakávala svůj nešťastný osud.

Celý její život jí připadal jako nepřetržitý proud starostí, jakoby neexistovalo nic dobrého. Posílal-li Bůh někomu těžké zkoušky, byla moje matka ve svém živlu. Obětavě se mu vrhala na pomoc. Proto jsem jako dítě chtěla být nemocná a dokonce umřít – tak moc jsem na sobě chtěla vyzkoušet matčinu andělskou péči. Vyzkoušela jsem si ji i s úroky a bylo jí tak moc, že vznikla potřeba najít skutečnou matku bez příkras.

Našla jsem ji. **Rozpoznáš-li ve své matce opravdovou matku, ucítíš štěstí, které léčí staré rány.** Cítíš duševní klid díky vědomí

toho, že jsi udělala vše, co je v tvých silách, dokonce i tehdy, když to matka neumí přijmout. Tebe se to však už nedotýká.

Anděl jako symbol má svůj význam. Existují místa a národy, kde panuje doslova kult andělů.

Jednou jsem měla možnost být hostem v domě, v němž bylo sebráno množství různých andělů. Byly tam dětské kresby, plakáty, olejové malby, reprodukce fragmentů obrazů velkých malířů, na nichž byli zvěčněni andělé, laciné i drahé sošky. Byla to Krása, která mi však už za pár dní začala jít na nervy. Přemýšlela jsem, co by to mohlo znamenat. Když jsem pochopila, podráždění zmizelo.

Anděl je symbolem svobodné duše. Úctyplný vztah k andělům ukazuje na *oduševnělost svobodné duše*. Jedná se o snahu o duševní osvobození. Pobývání mezi všemožnými anděly zlepšuje vlastní rozpoložení. Sám člověk se však v anděla bohužel nezmění. Dochází pouze k oduševnění andělů, to jest *zasvěcení duchovnu*. Všechno opět vede k tomu něco dostávat. Pro takového člověka se reálná skutečnost stává nesnesitelnou. Možná dokonce nespravedlivou. Cítí, že je utiskován a nechápe, že svou nespokojeností sám utiskuje druhé.

Svobodná duše představuje ducha.

Úctyplný vztah k andělům je vlastní lidem, kteří jsou tvrdě přesvědčeni o tom, že jsou svobodní. Bojí se nečekaných událostí jakéhokoli druhu a nepozorují, že se nacházejí v zajetí svých strachů. Jsou zvyklí na pohodlí a nejsou schopni přizpůsobit se prostým, přirozeným podmínkám. Posedlí svobodou, jedou až na kraj světa, avšak chtějí být přesvědčeni, že tam vše do nejmenších maličkostí bude podle jejich gusta. I když vše bude odpovídat jejich neúměrným požadavkům, jejich duše nenajde klid. Poněvadž anděl není osvobozen.

Při rozjímání nad skupinou andělů se nemajetnému člověku z očí řinou slzy. Nesnaží se získat tyto anděly pro sebe, chtěl by sám být andělem. Nedaří-li se mu to, raději by zemřel, neboť

nechce žít v chudobě a neštěstí. Vyobrazení andělů, jimiž jsou nabity kostely, jsou adresována právě těm, kteří ztratili naději a tito lidé do kostelů chodí, aby naději načerpali až do té doby, dokud se nezmění v anděly nebo nezemřou. Přitom by bylo možné ještě za života začít pomaličku osvobozovat své stresy.

Nadšený postoj k andělům představuje útek od reality, což je naší životní naivitě vlastní. Životní naivita je vlastní nám všem. Čím je větší, o tím pohádkovějším životě člověk sní. Sní a snaží se vytvořit svět odpovídající jeho přáním. Zatvrzelí materialisté se jeho pokusům vysmívají a stávají se tím ještě materiálnějšími. Tak život zajišťuje rovnováhu. Výsledkem je, že fantazie lidí nadšených duchovností se nerealizují tak brzy, jak by mohly. V duši tvůrce ideje dochází k nalomení. Všechno předvídal, nepočítal však s tím, že realizace duchovní ideje na materiální úrovni může zabrat hodně času. Není divu, že v takové situaci dochází k narušení psychiky nebo k duševním poruchám.

To znamená, že *když otec se svým zdravým rozumem nepřiměje matku, aby sestoupila z nebe na zemi, vzniknou u dětí duševní nemoci*. Příliš pozitivní muž sám bloudí v oblacích. Muži obvykle vracejí ženy z nebe na zemi tím, že z nich dělají husičky. V takovém případě dítě utrpí duševní trauma, což vede k fyzickému poškození dětského mozku, které je nezřídka doprovázeno poruchami psychiky.

2. OTEC

Čím důkladněji ze sebe osvobozujete otce, tím rychleji dojde k poznání jeho podstaty a neřeknete už: „*Můj otec*“. Pronesete „*Otec!*“ a automaticky při tom narovnáte záda a zvednete hlavu. Otec je rovněž tím člověkem, jehož negativita, která představuje lekce, jež se nenaučil, se v našem vědomí slila s jeho ideálním obrazem. Jelikož si neuvědomujeme svou chybu, začneme otce hodnotit a odsuzovat. Pokud otce neznáte, žije ve Vás smutek a toužíte po dobrém otci, vězte, že Vaše vnitřní vědomí zná právě toho muže, jež Vás počal. Stýská se Vám po něm. Osvobodte ho

a poproste o odpuštění za to, že jste ho posuzovali podle zkazek druhých. Odsuzovali jste ho, proto odsuzují i Vás.

Osvobození otce a matky znamená osvobození sebe samého, protože dítě je součtem otce a matky. Bude pro Vás možná jednodušší, budete-li osvobozovat dobrou matku a špatnou matku odděleně. Všechno dobré, co v matce *podle Vašeho názoru* je, tvoří dobrou matku. Vše, co je v matce špatné, tvoří špatnou matku. Stejným způsobem je možné posuzovat otcovy kladné a záporné stránky (jako dobrého a špatného otce). Osvobozujeme-li je, stávají se prostě otcem. Brzy Vám rodný otec bude i blízký duchem, což dříve nebylo.

Dále osvobodte svého manžela.

3. MUŽ

Ženy! Možná se budete poprvé v životě cítit šťastné, když místo „můj muž“ řeknete „MUŽ!“ Ucítíte, že tento ideální muž se už dál netrápí v zajetí ve Vašem srdci. Začnete se chovat s porozuměním k jeho nedostatkům, poněvadž jim rozumíte a učíte se s nimi počítat, s ženskou šikovností je uzpůsobujete ku prospěchu rodiny, protože je chápete. Přestanete být otrokyní muže nebo jeho velitelkou. Stanete se prostě Ženou.

Příklad ze života

Zatelefonovala mi známá a zeptala se: „*Dříve jsem přece byla tak dobrým člověkem. Jak se do mě vejde tolik špatného?*“ Řekla jsem: „*Je dobré, že neříkáš, že ty sama jsi špatná, ale že v tobě špatné sedí.*“ Odpověděla mi: „*No právě. Víš, co se stalo mezi mnou a mužem? Chytil mě za ruku takovou silou, že mi vytryskly slzy. Obvykle mě hned potom začal bít (a já si vždycky ráda zafňukala). Najednou jsem si řekla: To není můj muž, to je agresivita mého muže. Představ si, že pustil mou ruku a řekl: Odpusť, asi tě to bolelo. Neudělala se mi ani modřina. Dosud se divím, co je schopná udělat myšlenka ženy. Kolik jsem toho v životě musela vytrpět a všechno to neštěstí jsem na sebe přivolala sama. No řekni, nejsem blbá?*“

I beze slov je jasné, že to jsem říci nemohla. Poradila jsem jí:
„Jen teď nezačni odpočívat na vavřínech, ať se to staré nevrátí.“

4. ŽENA

Muži! Osvobodte svou ženu. Svobodný člověk miluje a ochraňuje věrnost z dobré vůle a ne ze strachu, že na něj padne hanba. Svobodná žena je milující žena, která dává muži, co on potřebuje a s radostí od něj přijímá to, co muž má. Dávat pro ně oba znamená přesně tolik, kolik je potřeba ke štěstí. Milující žena muže s všemožnými výmluvami neodstrčí duševně ani tělesně. Dává muži své tělo nikoli proto, že se mu chce odvděčit za dárek nebo službu. Její pohlavní orgány neonemocní kvůli ponížení, které skrývá. Chováte-li se k ženě jako k majetku, vidíte pouze její tělo a nikoli člověka.

Kdo je využíván jako věc, tomu se v duši hromadí křivda, i když si to vše neuvědomuje. Jak dlouho je žena schopna mlčky polykat křivdu? Jestliže dlouho, stává se necitlivou a chladnou a žije jen podle zásady: ať se děje, co se děje, hlavně že mám muže a bez skandálů. Takhle zašlapáváte ženu, její pracovní schopnosti i tělo, dokud se najednou neukáže, že okouzlení zmizelo. Ostatní si toho na ní nepovšimnou, za to Vy to vidíte, protože žena pro Vás přestala existovat.

Záchranným kruhem se může stát nemoc, kterou oba budete považovat za příčinu nevydařeného života. Žena teď má výmluvu, aby Vás nemusela pouštět k sobě do postele a Vy máte důvod k ospravedlnění pletek bokem. Jestliže se o tom žena dozví, bude nucena mlčet, neb sama má máslo na hlavě. Bude trpět a ospravedlňovat Vaše chování tím, že muž nemůže být bez ženy. Tím se snaží projevit dobrý vztah k Vám a Vás tato dobrota může přivést k šílenství.

Příklad ze života

Pětatřicetiletý muž je znepokojený kvůli svému srdci. Jelikož podrobné vyšetření neukázalo nic, kromě **zvýšeného obsahu cholesterolu**, začal sledovat svůj tep a všiml si krátkodobých

poruch rytmu. Muž zpanikařil, neboť jeho otec měl infarkt také v mladém věku.

Na to jsem řekla, že s otcem má i jiné společné rysy. Muž zbystřil, avšak tvářil se, jako že nechápe, o čem je řeč. Nejspíš to nevěděl, ale tušil. „*Jakže, Vy nevíte, co souží Vaše srdce? Samozřejmě, že víte, nepovažujete to však za příčinu srdeční choroby a proto mlčíte. Nechápete, proč se lékař zajímá o nepodstatné podrobnosti, které se věci vůbec netýkají,*“ řekla jsem. Muži se to nelíbilo. Jako bych pochybovala o jeho rozumových schopnostech.

Měřítka dobrého a špatného se nachází u každého člověka v jeho duši a dá o sobě vědět vždy, když se člověk mylí. Poukážeme-li na to v souvislosti s jeho nemocí, zpravidla následuje přiznání: „*Tušil jsem to, ale nevěřil jsem.*“ Rozum vždy nachází argumenty, aby vytlačil víru – vytlačil duchovnost ve prospěch fyzická. Bylo pro mě důležité, aby se muž zamyslel a uvědomil si své chyby. Řekla jsem tedy: „*Vy se domníváte, že Vaše **srdce a pohlavní život spolu nesouvisejí, avšak jsou to dva póly jednoho celku, představující duchovní a fyzickou stránku lásky.***“

Váš otec byl sukničkář jako Vy teď. Přiznejte si to, přiznávat to druhým je k ničemu. Kardiolog se na takové věci neptá. Já také ne. Hovořím o nich sama, když už jste si ke mně přišel pro pomoc. Kdybych Vám nevysvětlila podstatu problému, bylo by mi těžko u srdce. Dokud svůj způsob života ospravedlňujete, přiznat si to nedokážete“.

„*A jak má muž žít, když žena nechce sex?*“ vypálil na mě.

Řekla jsem *neospravedlňujte se, a Vy jste se hned začal ospravedlňovat. To, že Vás žena odmítá, je Váš problém.*

Čím důkladněji svůj problém osvobodíte, tím lépe si pro sebe ujasníte jeho význam. Nevznikl přece náhodou – je to Vaše neosvojená lekce. Spočívá ve Vašem neumění komunikovat se ženami. **Kdo je žena? Není snad v první řadě člověkem?** Na to se muž stáhl do sebe jako hlemýžď do svého domečku. Ještě toho trochu – žena a člověk! Tento postoj převzal od otce a ten ho zase zdědil po svém dědovi, neboť děd byl autoritou. Několik generací

přesvědčených ateistů, k ženám se však chovají z náboženských pozic, neboť *je to pro ně výhodné*. Ospravedlnění je tak jednodušší. *Vlastní žena je vinna* tím, že muži odmítá plnit jeho přání a *cizí je vinna* tím, že je neodmítá. Žádostivost muže bohužel narůstá, protože si neuvědomuje, co potřebuje.

„Vidím, jaký trumf máte v rukou“ – řekla jsem. „Nemoc Vašeho otce však vyvrací toto hloupé přesvědčení. Předčasná smrt otce ukazuje na to, že nepochopil podstatu. Otec dál žije v synovi a načerpává přes Vás rozumy. Osvobodíte-li křivdu, kterou působíte ženám, Vaše mužská hrdost přestane být pro ženy terčem a nebude Vám hrozit osud otce. Zkreslený postoj k ženám je Vaším omylem, který jste neuvedl na pravou míru, a jenž se projevuje pocitem viny. Je třeba ho osvobodit. A co děláte Vy? – Snaživě si ho pěstujete.“

Podvědomý pocit viny před ženou muže nutí ve všem ženu obviňovat. Vědomí toho, že jeho žena je krásná a dobrá mu to nedovoluje říci nahlas. A když k tomu ještě připočteme, jak skvělou je matkou, nezbyvá než zavřít pusku na zámek, protože přijít o takovouhle ženu by bylo obrovské neštěstí. Lepší ženu nenajdeš. Muži však nedá pokoj nerealizovaná fyzická láska. Nevysvětlitelná touha v dolní části těla vyvolává strach přijít o mužskou přirozenost.

Muž se stále častěji chce přesvědčovat o normálním průběhu své mužské funkce, což ho nutí zabývat se sexem, žena však nechce. Cizí ženy se našťastí neprotiví a muž alespoň v tomto směru získává duševní klid. Z druhé strany však na srdce dopadá těžké břímě viny a strach být usvědčen ze svých hříchů, to jest **strach být vinen, který vyvolává právě arytmií srdce**.

Přání alespoň nějak vykoupit svou vinu ho nutí pracovat do úmoru. Peněz je sice víc, náklady však rostou, protože milenky neodměňují chudé nápadníky. Milenky se učí svou lekcí kradené lásky a to je nelehký úkol. Dostávají to, o co je připravena rodina, a to ještě více zesiluje pocit viny, i když rodina materiálně v ničem nepocituje nedostatek.

Pocit viny muži velí kompenzovat penězi nedostatek duševního tepla. Nastává krize, při níž cítí, že nejdůležitější ze všeho je peněženka nacpaná k prasknutí a mužské tělo. Svou sexualitu musí dokazovat jedině sobě, přece se ženám nepřizná, že je používá pouze jako zkušební králíky. A síly zatím ubývají. Nemohoucnost je sebelítost kvůli tomu, že mě nepovažují za člověka. A také kvůli tomu, že není nikdo, komu bych si mohl vážně postěžovat na svoje neštěstí tak, aby se něco změnilo k lepšímu. Kdo se k němu bude chovat jako k člověku, když ani sebe ani ženu za člověka nepovažuje? Lidi dělí na muže, ženy a děti.

Muž, o kterém je řeč, dlouhou dobu trpěl **zánětem prostaty**, ale neodvážil se jít k lékaři. Dával přednost nejistotě. Pocit sexuálního ponížení, vzniklý ze vztahů se ženou, zastíral navštěvováním cizích žen. Krátce řečeno, *nevázaný způsob života muže zachránil před daleko vážnějšími onemocněními pohlavních orgánů, projevil se však na srdci.*

Předstojná žláza je nepřítelem otcovství. Zánět představuje pocit ponížení. Muž, který chce být skvělým otcem, vidí, že žena si s dětmi umí poradit lépe než on a cítí se poníženým otcem. Vyfantazíroval si svou otcovskou poníženost a chová se k sobě jako k poníženému otcovi. Jeho děti musí být svaté, aby se k otci nechovaly tak, jak se k sobě chová on sám.

Orgánem lásky je srdce. **Osrdečník – perikard vyjadřuje pocit odpovědnosti člověka související s láskou.** *Povinnost milovat omezuje nekonečnou lásku, to jest uzavírá ji do temnice. Srdce je jakoby umístěno v uzavřené krabičce a tato krabička se musí roztrhnout, aby láska mohla znovu bez překážek proudit. Na to poukazuje onemocnění perikardu, které o sobě dává vědět stále častěji, jakoby muži říkalo: „Osvobod svou ženu. A ty ostatní ženy také. Potom uvidíš, že jste znovu získali jeden druhého a vše se uspořádalo. Cizí ženy se nebudou stavět za svá práva. Proč? Protože ses naučil svou životní lekci. Už nebude nutno nikomu dokazovat, že jsi muž, poněvadž Mužem jsi.“*

Člověk vyslechl mou dlouhou řeč se zjevnou nespokojeností: k silnému muži se nehodí podléhat blábolení jakési tety. Její slova

však měla svou logiku a proti ní nic nezmůžeš. Nezbylo mu, než poslouchat, alespoň kvůli těm nesmyslům kolem cholesterolu. I tuto otázku se teta vynasnažila objasnit.

Pro dnešního člověka se cholesterol stal prokletím, jehož je třeba se zbavit co nejdříve – jinak je smrt nevyhnutelná. Zvýšený obsah cholesterolu v krvi vede k všemožným těžkým nemocem, protože se hromadí na stěnách krevních cév, ty se tím zužují a ztrácejí svou elasticitu. Není tkáň, v níž by nebyly krevní cévy, proto je tato porucha látkové výměny potenciálním předpokladem všech onemocnění. Nejrozšířenějším z nich je zvrápenatění krevních cév a žlučnickové kameny. Velmi často dochází k usazování cholesterolu v bílé hmotě mozkové a v srdečních cévách.

Mnozí lidé se zvýšeným obsahem cholesterolu se cítí nešťastní, protože léta drží přísnou dietu a svědomitě polykají léky na snížení cholesterolu, obsah cholesterolu se však nechce snížit. Vlivem vedlejších účinků léků vznikají choroby trávicího traktu, bolesti svalů, otoky, ztráta sil, nedostatek vitaminů a minerálních látek. Člověk se v důsledku toho cítí nemocen, kdežto zvýšený obsah cholesterolu by mu ani v nejmenším nebránil normálně žít a pracovat. Mnohé lidi to rozzlobí a přestanou na kontroly k lékaři docházet.

Jestliže se při zvýšeném obsahu cholesterolu zakazuje konzumace živočišných potravin, zejména tučného masa, mléka a mléčných výrobků, při jeho sníženém obsahu by bylo záhodno tyto potraviny doporučit, to se však nedělá. Kdyby byl zvýšený obsah cholesterolu charakteristický výhradně pro tloušťky, stačilo by pouze zhubnout, ale tak tomu není. Kdyby byl zvýšený obsah cholesterolu výhradně vlastností alkoholiků, abstinenti by tento problém neměli, ani takhle to však není. Rovněž snížení konzumace soli na minimum zdaleka ne vždy obsah cholesterolu ovlivní. Snažte se proniknout do následujícího výkladu a pochopit, proč k tomu dochází.

Je pravda, že *cholesterol je velmi špatným steroidem*, jak se někteří lidé, spojující první část slova se slovem „cholera“ domnívají?

V populární interpretaci existuje dobrý, špatný a velmi špatný cholesterol. Posledně jmenovaným je zřejmě ten, jenž je dáván do souvislosti s cholerou. Nikde však není vysvětleno, co to znamená. Výklad je následující. Člověk v nezbytné míře potřebuje všechno TO, co je na světě. Chce-li víc a lepší, *překročí míru* a to je *špatně*. Chce-li jen nejlepší, *překročí míru mnohonásobně* a to je už *velmi špatně*. Jedná se o **SÍLU**.

- Cítí-li člověk **potřebu být pevný**, jeho obsah *cholesterolu* je *v potřebné míře*.
- **Přeje-li si** člověk **být pevný**, znamená to, že **chce být silný a cholesterolu má přebytek**.
- **Přeje-li si** člověk **být nadmíru silný**, můžeme jeho *obsah cholesterolu v krvi nazvat životu nebezpečným*.
- Jsou i lidé *s příliš nízkým obsahem cholesterolu v krvi*. To znamená, že **člověk hodnotí svou pevnost velmi nízkou a vůbec se na sebe nespolehá**. Zkratka **člověk si zoufá**.

Tak zvaný *dobrá cholesterol* představuje chemické látky – *steroly*, nezbytné pro životní funkce organismu, které se dělí na živočišné, rostlinné a mykotické. Například stigmasterol je **rostlinným steroidem**, jenž je ve velkém množství obsažen v *sójových bobech*. Svou strukturou je podobný cholesterolu. Ze stigmasterolu organismus vyrábí ženský hormon *progesteron* – *hormon mateřství*. K **mykotickým steroidům** patří plísně a námel obsahující *ergosterol*. V dnešních podmínkách je vyráběn z kvasnic. Při ultrafialovém záření ergosterol vyrábí *vitamin D2 – kalciferol*. Kalciferoly jsou v tuku rozpustné vitaminy, regulující výměnu vápníku a fosforu v organismu.

Cholesterol živočišného původu se syntetizuje ze sacharidů a živočišných kyselin a vytváří s živočišnými kyselinami étery. Jedním z nich je například aspirin. Kdybychom žili podle svých potřeb, měli bychom éterů potřebné množství, naše krev by měla správnou hustotu a nemuseli bychom si kvůli ředění krve znečišťovat organismus syntetickým aspirinem. *Cholesterol je výchozí látkou pro syntézu steroidních hormonů*. Steroidní hormony jsou

hormony kůry nadledvinek, na nichž je přímo závislý *život nebo smrt* člověka. Pohlavní hormony rovněž patří ke steroidním hormonům a závisí na nich pokračování rodu, tedy život.

Příroda člověku dává všechny možnosti. Člověk se může stravovat rostlinami, houbami, masem nebo vším jmenovaným dohromady a organizmus v každém případě provede syntézu látek, potřebných k udržení vlastního života. Dělá to vyváženě, chrání zdraví, pokud člověk žije *v souladu s potřebami*. Přeje-li si člověk jen to nejlepší, potřebuje k tomu, aby toho dosáhl, dodatečné síly. Aby byl silnější, musí dostávat víc, rychleji a nejlepší kvalitu. Právě získání dodatečných sil se odráží na zvýšení obsahu cholesterolu v krvi, po němž nevyhnutelně následuje jeho pokles, stejně jako vzápětí po pýše přichází stud. **Přebytečný, tedy špatný** cholesterol proudící v organizmu spolu s krví, se stává velmi špatným od toho okamžiku, kdy se začne usazovat na dně kalichu utrpení – to jest v tělesných tkáních.

Jeden a ten samý dobrý cholesterol se nejprve mění ve špatný a poté ve velmi špatný pouze tím, že jeho množství nejprve překročilo kritickou hranici zdraví a poté už kritickou hranici života. To znamená, že je velmi špatné, když člověk ztrácí naději. Čím více sil chce člověk mít k boji, tím víc se musí bránit, neboť provokuje boj proti sobě. Stálý boj unavuje, člověk se stává krutým, rodí se pocit beznaděje, apatie a kompromisu. Obsah cholesterolu *v krvi* se přitom snižuje, vše je jakoby dobré, ve skutečnosti je však situace ještě horší, protože cholesterol se uložil na stěny krevních cév nebo ve tkáních a zvětšil znečištění organizmu.

Proto, když *cokoli hodnotíme, je nutné ujasnit si i opačnou stranu hodnocení.*

Ke snížení cholesterolu se předepisuje především rostlinná dieta. Kdo je s tím spokojen, tomu se cholesterol skutečně sníží. Kdo se bojí, že zeslábne, na toho dieta nemusí vůbec zapůsobit. Ještě horší je, přistupuje-li člověk k rostlinné stravě se zlobou, jeho obsah cholesterolu může skočit nahoru ještě víc. Proto by

bylo třeba, aby člověk při regulaci vlastních životních funkcí pomocí diety věděl, proč jsou rostlinné steroly pro zdraví prospěšnější, než živočišné. K tomu je dobré připomenout, jakou má maso energii. Je to energie zloby. Je to tak, že?

Tučné maso – otevřená zloba.

Libové maso – skrytá zloba.

Pro koho má postavení ve společnosti životně důležitý význam, ten by vůbec neměl konzumovat živočišný tuk. Kdo kašle na slušné chování a pořád si vylévá svou zlobu spolu s nadáváním, může jíst tučné maso plnou pusou a žádného cholesterolu se bát nemusí. Škoda, že toto právo mají jen debilové. Rozumně myslící lidé, kteří se nechtějí umoudřit a zakazují si dávat průchod svým pocitům, odcházejí ze života předčasně. Proto máte-li chuť říci praseti do očí, že je prase, dejte tomuto přání svobodu. Potlačujete-li v sobě zlobu, budete mít nevidanou chuť na slané sádlo nebo špek. Když toto přání potlačíte, spácháte na sobě ještě jedno násilí. Zloba kvůli takovýmto *zákazům* působí na Vaši slinivku, zejména na metabolismus cukru a důsledkem toho je *tloušťnutí bez konzumace tuku*.

Člověka to táhne k takové potravě, jež vyrovnává stresy, které potřebují vyvážení. Čím více je v člověku skryté zloby, tím větší chuť má na libové maso. Libové maso jsou svaly. Svaly vyjadřují sílu vůle. Konzumujeme-li maso zvířat, posilujeme v sobě živočišnou sílu vůle, což samo o sobě je kultivováním násilí. Aníž bychom to sami pozorovali, pouštíme se do ničení špatného, jelikož jsme absolutně přesvědčeni o správnosti svého konání. Ničíme-li špatné, ve skutečnosti ničíme sami sebe. Jak jsme byli úspěšní, ukazuje vyšetření na cholesterol. Špatný výsledek je dobrý v tom smyslu, že člověk teď bude více pečovat o sebe. Doufejme. Stane-li se tak, způsobí svou vnější pozitivitou všem méně zla.

Síla vůle představuje energii zloby. Osvobozená síla vůle je svobodnou vůlí, jež je potřebou, která se podle potřeb realizuje. Osvobodte svou otevřenou zlobu, chyba bude napravena

[142]

a nebudete už více muset znásilňovat sami sebe, abyste ji skryli. Osvobodte rovněž svou skrytou zlobu, a přestanete se bát, že si uříznete ostudu.

Zkrátka:

Čím víc je člověk hrdý na svou sílu, tím vyšší je obsah cholesterolu.

Stud silného člověka za vlastní slabost vede ke vzniku cholesterolových vloček, které cirkulují v krvi do té doby, dokud hrdost bojuje se studem. Čí stud zažene hrdost do kouta, tomu cholesterolová vločka ucpe úzkou kapiláru. Vzniklá porucha zásobování krví nepomine, nemá-li člověk naději získat něco lepšího, aby se stal lepším sám. Rozšíří-li se bezvýhodnost do jiných oblastí života, cholesterolové vločky, stejně jako sněhové vločky, začnou zalepovat stěny krevních cév v jiných, odpovídajících částech těla. Krevní systém se nepozorovaně mění ve znečištěné potrubí. Krev dobrého člověka, jež je láskou, je od nynějška nucena téci cévami, které usazeniny stále více zužují, dokud se člověk neocitne tvář v tvář faktu, že průchod je zazděn. Takový stav může být životu nebezpečný.

Kdo přežije, ten se zamyslí: potřebuji to, po čem duše teskní, nebo ne?

„*Chci dostat od života všechno, co se dá!*“ vyhlásí dnešní lidé. A berou. Když jim život nedává, berou si sílu, neboť tak jim velí jejich přání. Zkuste trochu přejinačit toto heslo a přizpůsobit ho sobě. „*Potřebuji přijímat od života vše, co dává.*“ Procitujte, která z těchto poloh vám dodala pocit důstojnosti.

5. DÍTĚ

Rodiče, vypusťte z duševního zajetí na svobodu své dítě, děti, vnuky, jestliže jim chcete pomoci. Nyní jste uvnitř ucítili slabý impulz protestu, protože nemáte osvobozený strach připravit se o toho, kdo je Vám drahý. **Pletete si svobodu a nevychovanost.**

Příklad ze života

Do ordinace přišla matka a její desetiletá dcera. Matka věděla vše, ničemu však nerozuměla. Dcera nevěděla nic, poněvadž mé knihy nečetla, v tu ránu a velice přirozeně však rozuměla všemu, o čem jsem mluvila. Vysvětlila jsem jim smysl vlastnické lásky a naučila jsem je vysvobozovat zajatce z temnice. Dívka pozorně naslouchala celým srdcem, matka pouze ušima.

Zeptala jsem se: „*Řekněte mi, když osvobodíte dceru ze své temnice, přijdete o ni?*“ Analogickou otázku jsem hned položila dceři, aby si matka mohla odpověď promyslet.

Matka se zachvěla jako třtina ve větru, začala rychle dýchat, zvedla oči ke stropu, jako by tam hledala připravenou odpověď. Dcera reagovala okamžitě: „*Ne nepřijdu.*“ Matka ustrašeně civěla na dceru. „*A co bude potom?*“ zajímala jsem se já. Matka začala lapat po vzduchu a s konečnou platností ztratila schopnost cokoli pochopit. Dcera odpověděla prostě: „*Pak budeme přítelkyněmi.*“ Správně, právě takhle jednoduše je život zařízen! Tuhle šikovnou dívčinu se matka snažila předělat k obrazu svému a udělat z ní spořádaného dobrého člověka! Ani ji nenapadlo se s dcerou poradit nebo se zajímat o její názor.

Mám pocit, že matka si dosud neuvědomila své chyby, protože si nenašla čas, aby se začala zabývat osvobozováním stresů. Dcera si upevnila pocit vlastní důstojnosti, vždyť ponaučení pro ni šlo ze srdce do srdce: Milé dítě, věř si a neboj se říci svůj názor. Bojíš-li se následků, uvolni svůj strach a směle otevři pusku. **Věř, že odtud budou vycházet zcela jiná slova, která nikomu nebudou působit bolest.** Nebude-li se to někomu líbit, je to jeho věc. Rodičům se tvá slova rovněž mohou nelíbit, protože pro rodiče je těžké se předělat. Pokud ses dříve považovala za dobré dítě, je možné, že nyní tě budou hubovat za to, že jsi špatná. Když se uzdravíš, změní svůj názor. Vždyť ve skutečnosti si nikdo nepřeje špatné. Přestanou tě vychovávat a nechají tě dospívat.

Co se děje s energií, kterou osvobozujete? Představte si člověka, kterého jste pustili ze zajetí, od něhož nepožadujete žádné opětování služby ani odměnu. Neřeknete mu ani – až mně bude zle, budu počítat s tvou podporou. Jinými slovy neszvazujete ho

nijakými závazky, osvobodíte ho dokonce i od vyjádření vděčnosti. Myslíte, že se dá na útěk a zapomene na Vás navěky? Navěky zůstane Vaším *skutečným* přítelem, který se vždy, když bude třeba, objeví vedle Vás. Stane-li se Vám malé neštěstí, bude s Vámi a fyzicky Vám pomůže. Když přijde velká pohroma, bude s vámi duchovně a pomůže vám ještě efektivněji. Odkud se dozví, kdy a kde se objevit? Srdce mu napoví.

To znamená, že když špatně šlápnete a upadnete, přijde a podá vám ruku ku pomoci. Nepříjemnost je to malá a pomoc nevelká. Ocitnete-li se v hotovém pekle a z vlastní hlouposti se propadnete do bezedné propasti, odkud se nedá dostat, třeba jen malý okamžik před smrtí se Vám vynoří v mysli a už v příští chvíli budete nahoře vedle okraje propasti. Jak se to stalo, Vám bude záhadou. Byla to duchovní pomoc Vašeho přítele, kterou jste přijali, poněvadž dveře pro ni byly otevřené. Co nedokázal udělat rozum, udělala láska. Srdce vnuklo myšlenku chytit se rukou tam, kde se to neutrhne a položit nohu na místo, kde je opora. Srdce umí to, co neumí rozum.

6. JAKÉKOLI PROBLÉMY

Osvobodte všechno, čeho se jen trochu bojíte, tedy vše, co Vám přijde na mysl. Představte si to ve formě energetického těla, majícího lidské nebo zvířecí rysy, které vychází ven a vynasnažte se podle jeho chování pochopit, co to znamená. Proč má vzhled člověka nebo zvířete? Učím tak, jak učili mě. Vidíte-li to jinak, je to Vaše věc a nemělo by to být překážkou, abyste mu dali svobodu. Předstupují-li před Vás Vaše energie v podobě zvířat, snažte se ujasnit si podle jejich chování podstatu Vašeho problému a pak je osvobodte.

Příklad ze života

Přišel muž, kterého dříve pořád bolela záda. Začal se usilovně zabývat sám sebou a napravoval způsob myšlení. „*Ještě nedávno jsem mohl říci, že mám záda úplně zdravá a nyní se našlo místočko velké jako mince, které velice bolí. Moc jsem se snažil*

počhopit, co to znamená, ale nevím to. Mám takový pocit, že o to místo musím pečovat a hýčkat ho, jinak se stane nevím co.“ Po-
dívala jsem se a řekla: „*Ta bolest znamená Těhotenství Mojí Ženy. Správně říkáš, že je třeba o ni pečovat a hýčkat ji, jinak se stane nevím co. Ještě jsi však nepochopil, že nejlepší péče a hýčkání znamená – osvobodit svou ženu a plod, pak se budou moci chovat tak, jak v daném okamžiku potřebují. V přírodě má všechno své místo, pokud se do toho člověk neplete. Tvůj problém je v tom, že lpíš na své ženě a dítěti a komplikuješ jim život.*“

Přání líbit se všem přitahuje všemožné trpící, které člověk nemůže odmítnout. Situace začala být zvlášť složitá v souvislosti s těhotenstvím manželky. Teď je o ni třeba pečovat víc než kdy jindy a okolní lidé ze zvyku i nadále žádají pomoc. Z nesnázi muži pomohlo tělo tím, že onemocnělo. S nemocí se musí počítat a lidé tedy zmírnili své nároky.

Bolestivé, těžko snesitelné napětí zádových svalů, při němž se člověk nemůže narovnat a je nucen naklánět se dopředu, **představuje přání líbit se**. Člověk má pocit, jakoby měl ke kříži přivázaný kámen. Přání líbit se bolest nevyvolává. Zřejmě jste měli možnost vidět shrbené lidi, jejichž horní část trupu byla skoro vodorovně se zemí a oni nicméně chodí s úsměvem na tváři. Člověk dostal to, co si přál a je svým způsobem spokojen. Chce-li se zkroucený člověk líbit navíc i zevnějškem, začne žádat narovnávat. Neúspěch je příčinou zoufalství a zoufalství je příčinou bolesti. Takže **bolestivé, těžko snesitelné napětí zádových svalů představuje zoufalé přání líbit se**.

Bolest je vždy zloba, přesněji primitivní, krutá zloba. Odmítání formulované slovem „nechci“ již obsahuje zlobu, která vyjadřuje zoufalství. Čím je zoufalství silnější, tím větší je výlev energie a tím silnější je bolest.

Přání líbit se je stresem podélných zádových svalů, které drží v napětí celá záda, poněvadž podélné zádové svaly se táhnou od zátylku ke kostrči. Protipólem napětí je ochablost. Dnes můžeme nejčastěji pozorovat nepevná, ochablá těla

u dětí. Nejnázorněji se to projevuje u nemocných, zasažených chabou obrnou, kteří nejsou schopni ani samostatně sedět. **Jaká-koli ochablost představuje bezvýhodnost.** Kdo je odmala zvyklý zoufale se naparovat, aby se zalíbil, tomu v určitém okamžiku dojde trpělivost a začne mu být všechno lhostejné. Důsledkem toho je změna zakřivení páteře, podobná slabošskému červu. Totéž se může stát dítěti, když jeho matce při porodu dojde trpělivost. Matka už se dál nemůže a nechce zalíbit ani porodní asistentce. Stává se, že novorozenec přijde na svět rychlostí blesku a vznikne porodní trauma, jako by realizoval matčinu myšlenku.

Jindy někdo řekne: „*Bolí mě v kříži.*“ To znamená, že jeho **konání je přímo protikladné jeho přáním.** Vědomí, že je třeba se zalíbit protestuje: „*Nechci!*“ Nicméně člověk se zachová opačně. Výsledkem toho je onemocnění páteře v oblasti kříže, které uloží člověka do postele, kde je nucen ležet a tedy dělat to, co je třeba.

*Muži si stěžují na bolavá záda.
Ženy si stěžují na bolavý kříž.*

To znamená, že oblast kříže a bederní páteře u mužů onemocní ze zoufalství, když muž není v stavu uspokojit nároky všech, kdo chtějí, aby za ně udělal *jejich* práci. Ženě kříž onemocní, když je zoufalá, že nezvládá *všechnu svou práci.* Žena se chce v první řadě líbit sama sobě svou pracovitostí a teprve potom okolí. Bolí-li bederní páteř a kříž ženu, znamená to, že se chce líbit okolí svou pracovitostí. Jinými slovy – *ženy se snaží dosáhnout ideálu víc a rychleji než muži.* Bolí-li kříž muže, vypovídá to o tom, že myslí žensky, to jest horoucně, vášnivě se chce líbit sobě, aby se teprve potom líbil všem ostatním.

Příklad ze života

Nedávno mi jedna pacientka řekla: „*Podívejte se, připadá mi, že mám v levé ledvině kámen. Včera mě to chytlo a dnes jsem celý den proválela v posteli. Za 24 hodin se to stalo úplným postrachem.*“ Odpověděla jsem: „*Ledvina umí vskutku hodně bolet, ale protože je hluboko, i bolest musí vycházet z hloubky. U Vás tomu*

tak není. Za druhé – kdyby to byla ledvinová kolika, neusmívala byste se uctivě provinilým úsměvem, neb je to pekelná bolest. Vy cítíte, že bolest povolí – stačí, když se stočíte do klubička.“

„To cítím – přesně“ – vykřikla žena – „ale já nemohu být v takové poloze, mám o hodně mladšího muže!“

Sama příčinu své nemoci pojmenovala. Bylo to ***přání líbit se muži***, které se z nedůvěry změnilo v zoufalství. Vzrůstalo po každé, když muž odcházel z domova sám. Rostlo i každé ráno, když se muž vypravoval do práce, i když práci žena považovala za bezpečné odloučení.

Spojí-li lidé život s člověkem podstatně mladším, ve většině případů mládnou. Co se dříve zdálo být velmi důležité, se v okamžiku stává nepodstatné. Všechny myšlenky jsou od nynějška soustředěny na to, jak se nepřestat líbit svému vyvolenému. *Strach znelíbit se a strach ztratit milovaného člověka* nutí div se nepotřhat, jen aby vypadal mladě. Čím déle období ***nazývané druhým mládím*** trvá, tím dětinštější se starší člověk stává.

Ne vždy je to spojeno s výměnou partnera. Člověk si může *přát líbit se také mladým*. Fyzická forma se při tom třeba i zlepší, duchovní vývoj se však buď pozastaví nebo nastoupí regrese, neboť *přání líbit se svým mladistvým způsobem myšlení*, brzdí přirozený proces vyžívání člověka.

Náladový, svěhlavý stařec, tvrdohlavě trvající na svém, je horší než malé dítě. Čím víc lidé chválí vnější vzhled starého člověka, který se chce všem líbit a zejména pak zevnějšek ženy, tím více oleje přilévají do ohně. I tehdy, když se žena křížuje a říká, že je stará, nehezká a hodí se už jen jako potrava červům. Kdo nevydrží napětí, které vyžaduje jeho přání vypadat vždy mladší než kolik mu je let, zlomí se a jednoho dne se probudí jako stařec. Všechno snažení a chytristiky přišly nazmar. Zůstane-li člověk sám sebou, pomaloučku stárne a k žádným nenadálým změnám nedochází.

Přání líbit se mladým je schopné rovněž vyvolat menstruaci u žen, které dosáhly menopauzy.

Příklad ze života

Starší ženu jednou napadlo, co s ní bude, když se ve stáří roz-
nemůže? Vždyť vlastní děti nemá. Kdo se o ni bude starat? Kdo ji
pochová a bude přicházet k jejímu hrobu? Teď nemluvíme o tom,
jaká byla reakce ze strany mladých příbuzných na tetičku, která se
nejednou změnila – stala se ztělesněnou dobrotou a mladistvostí,
ale o tom, že po desetileté pauze se znovu obnovila menstruace.
Vyplašení lékaři se snažili najít rakovinu dělohy, avšak nikde nic
nebylo. Zato krvácení podobné menstruaci bylo. Žena díky tomu
celá rozkvetla.

Dalo by se říci, že všechno je v pořádku a není důvod dělat pa-
niku. Není však všechno zlato, co se třpytí. Hormony odpovídající
mladému organismu dříve nebo později vyprovokují nežádoucí
procesy v organismu starém, neboť takový stav je rovnocenný
nepřátelství ke starému tělu. Pro mladé tělo je rychlý růst buněk
jevem kladným a prospěšným, ale pro staré negativním a nepo-
třebným. Takže lékaři neměli i měli pravdu. Názor ženy, že lékaři
ji zbytečně trápili, se ukázal správný i nesprávný zároveň.

Jistě chápete, jak velký význam má čas. To, co je dnes tak,
může být zítra úplně jinak. Proto se nikdy nechtejte té či jiné
Vám určené diagnózy. Zabývejte se nápravou svého způsobu myš-
lení, aby se strašná diagnóza lékaře nebo senzibila nepotvrdila
a byla vyvrácena jeho oponentem. V opačném případě se setkáte
s tím, že oslavované vítězství a zesměšňování autora diagnózy se
jednou změní v slzy.

Této ženě chtěli lékaři pro každý případ odstranit dělohu, po-
něvadž se domnívali, že rakovina se nachází ve skryté formě ně-
kde hlouběji. Co je pravda, to je pravda. Právě ve skryté formě
a mnohem hlouběji, to jest ještě se nestačila materializovat ve
fyzickém těle a odstranění dělohy by tedy přineslo málo užitku.
Bez likvidace skutečné příčiny by se rakovina materializovala
v jiném, stresy zatíženém orgánu. V daném případě v mozku, je-
likož žena od rána do večera trápila svou hlavu myšlenkami, co
ji v budoucnu čeká.

Co takovému člověku poradit? Kdo je v životě zvyklý myslet
vlastní hlavou, tomu se dají poradit dvě existující varianty a dát

mu právo výběru. Kdo začne smlouvat a žádat záruky, prožil celý život ve svědomitém plnění cizích příkazů. Nabídneš-li mu, aby se zabýval pouhou nápravou způsobu myšlení nebo doporučíš jiné alternativní léčení, vystavíš se nebezpečí, že tě začne obviňovat.

Této ženě jsem poradila, aby se zabývala nápravou myšlení, jak před chirurgickým odstraněním dělohy, tak po něm až do konce života. Trochu se zamyslela, vstala a řekla: „*Dobře!*“ Odešla důstojně, s tváří člověka, který našel sám sebe a zanechala za prahem mé ordinace obraz lehkomyšlné dívčiny. Pochopila jsem, že se rozhodla především promyslet, co jsem jí řekla. Člověk učinil výběr dle své vůle a měl na to právo.

Přistoupí-li starý člověk k zrcadlu a začne oplakávat svou bývalou mladost a krásu, je to předzvěstí brzké ztráty schopnosti myslet. Neutěšujte ho, neříkejte mu, že i nyní je ještě hezký, a že ho máte rádi takového, jaký je. Neví, co znamená „takový, jaký je“. Možná v tom okamžiku máte na mysli pouze jeho vnější vzhled, poněvadž lítost svrhne z nebes jakéhokoli člověka, to jest z duchovní sféry na zemi. Očekává od Vás soucit a porozumění jeho neštěstí, a proto Vás bude považovat za krutého, když mu řeknete, že jeho vnější vzhled pro Vás nemá žádný význam. Máte-li ho rádi a řeknete, že máte rádi jeho duši, pronikne to do jeho srdce a věřte, že přestane přikládat tak velký význam svému tělu. Rodičům je možné říci: „*Mám rád svou mámu, která by bez vrásek vůbec nebyla mámou.*“ Nebo: „*Táto, mám tě ráda a kvůli tvým nemocným nohám tě nebudu mít ráda míň.*“

S cizími lidmi je to trochu složitější, neboť je neumíme milovat, a proto nám vyznání lásky nejde z pusu. Dokud nedosáhneme materiálního blahobytu, jenž nabízí kurz rozvoje, jímž se ubíráme, můžeme jakkoli štěbetat: „I love you“ a nikdo to nebude brát vážně. Prázdná fráze, za níž se skrývá pouze přání zalíbit se. Samozřejmě, že dožijeme-li se blahobytu, nebude nám z toho ani horko ani zima. Máme jediný cíl – líbit se.

Nemá význam, zda máte slabé zdraví od narození, či nemožnost přišla až s věkem. Stále si připomínejte, že život není nakupení dnů, ale jejich umístění vedle sebe. To znamená, že už

[150]

dnes je třeba utvářet budoucnost. **Pro mládí je důležitý vnější vzhled, pro stáří vnitřní obsah. Dát Vám ho nemůže nikdo, kromě Vás samých.**

NAROZENÍ SYNA NEBO DCERY: ŠTĚSTÍ NEBO NEŠTĚSTÍ?

Mnozí lidé jsou nespokojeni se svým pohlavím. Narodila se jako žena a chtěla by být mužem a naopak. Proč? Protože člověk **si přeje být takový, jakého jej chtějí vidět druzí.** Kdo jsou ti druzí? Víme kdo – především rodiče. Nikdo si tak silně nepřeje předělat člověka jako jeho rodiče. Nejsou vzácné případy, kdy člověk ví, že místo něj rodiče čekali miminko druhého pohlaví. Mnozí si takový závěr udělají z nespokojenosti rodičů. Mnozí to cítí nitrem, i když rodiče chtějí být dobří a odmítají to. Přiznat si vlastní chyby jim nedovoluje pocit viny.

Čím víc si rodiče přejí mít dítě určitého pohlaví, tím větší je potřeba dítěte vyhovět přání rodičů. Potřeba dítěte žít je silnější než potřeba být ženou nebo mužem. Ve skutečnosti si dítě, které rodiče potřebují, samo volí své pohlaví, rodičům však *o tom není dáno vědět.* Chtějí syna nebo dceru, neboť sledují určitý cíl. Svěrázná přání předurčuje i specifiku oboustranných utrpení.

Pohlavní orgány embrya se začínají utvářet v osmém týdnu těhotenství. Potřebují-li rodiče děvčátko, ale oni mají neodbytnou představu, že se narodí chlapec, dítě se nenarodí. Syn se narodit nemůže a narození holčičky je zapovězeno.

Potřebují-li rodiče holčičku, holčička je počata, avšak rodiče, když se o těhotenství dozvědí, začnou chtít výhradně chlapce, těhotenství se může přerušit. Nebo se narodí dívka s chlapeckou duší. Není vyloučeno, že bude chtít změnit své pohlaví chirurgickou cestou. Když k sobě rodiče přitahují syna, což znamená, že si syna zaslужují, ale oni chtějí holčičku, narodí se syn, který jak vyrůstá, je stále podobnější ženě – jak vzhledem, tak chováním.

Není vyloučeno, že i on bude chtít změnit své pohlaví chirurgickou cestou. Lidé se snaží předělat přírodu v naději, že takhle utopickým způsobem získají štěstí.

Čím později rodičům přijde na mysl konkrétní přání ohledně pohlaví dítěte, tím je to pro ně lepší, neboť čím více jsou vyvinuty jeho pohlavní orgány, tím méně škody se způsobí jejich vývoji. Stává se, že rodiče se zamýšlejí nad pohlavím dítěte až po jeho narození. Čím je zklamání silnější, tím pravděpodobnější je, že se dítě bude rodičů stranit. Vědomí toho, že ho nemají rádi takové, jaké je, odcizuje dítě rodičům a vede je do společnosti těch, kteří je mají rádi takové, jaké je.

O tom, jak člověk přichází do těla, povím podrobněji než v první knize v následujícím vysvětlení. Proto si vyjasníme pojem „duch“. Hovoříme-li o duchu, obvykle si ho nepředstavujeme. Hovoříme o duchu a netušíme, že ve skutečnosti vedeme řeč o ohnisku efemérního nekonečného ducha, které se někde nachází, někam přišlo nebo někam odešlo. V zásadě je duch podobný nekonečnému nebi, o čemž ještě budeme hovořit podrobněji.

Každý člověk jako duchovní stvoření přichází do fyzického těla podle svého.

I. Duch dítěte přichází současně s tělem.

Duchovní stvoření, to jest duch, přichází do fyzického těla v okamžiku vzniku fyzického těla. Jinak řečeno v tom okamžiku, kdy *vajíčko přijímá spermii*. Tím začíná **chtěné těhotenství**. Můžeme si ho v tom okamžiku neuvědomovat, je však chtěné, když žena i muž – oba dva plánovali početí. U takového dítěte je amplituda stresů malá, stresy na ně nesesílají choroby a neuzavírají mu životní cestu. Neohýbají je k zemi lekce každodenního života, neboť má schopnost načerpat ze zdánlivě bezvýznamného problému velký, důležitý závěr.

Rodiče, kteří milují jeden druhého a jeden s druhým počítají, počítají rovněž se životem a okolnostmi, proto nemívají problém

s pohlavním životem, ani s ochranou před těhotenstvím. Počnou tolik dětí, kolik potřebují, ať je to jedno nebo jedenáct. Jsou s dětmi šťastní a děti jsou šťastné s nimi.

Není-li přání líbit se, není ani neochota a nechť líbit se a člověk může šťastně být sám sebou, tedy osobností.

II. Duch dítěte přichází před vznikem těla.

Duch přichází do vajíčka dřív, když vidí, že matka otce odstrkuje, to jest *vajíčko odstrkuje spermii*. Potřeba fyzického zrození je potřebou vývoje a duchovní energie je nucena uplatnit vynalézavost. Kvůli vlastnímu dobru je člověk schopen vynalézt cokoli. Vědomí ducha ví, že člověk zdolávaný strachy není schopen přijmout to, co se mu nabízí. Vidí v druhém sebe sama a začíná ho odstrkovat. Duch to vidí a přichází s láskou, aby vyvážil matčiny strachy. Když je duch ve vajíčku opodstatněný, je opodstatněný i v ženě samé. Žena už muže neodstrkuje s někdejší silou a spermie pronikne do vajíčka. Tímto způsobem si duch, jenž je člověkem, pomáhá, aby se mohl ztělesnit.

Odchýlím se od tématu, abych zdůraznila význam dávání. **Člověk je šťastný, když dává, proto je vždy třeba od svého bližního přijímat to, co dává.** Není tomu tak vždy. Zdvořilé fráze typu: „*Ale to ne!*“ „*To není třeba!*“ – fakticky znamenají nepřijetí nabízeného. Přijme-li člověk fyzicky, ale nepřijme-li duchovně, je to stejné, jakoby nepřijal vůbec. Proč? Protože dávající dávanému nežehná a dělá z druhého člověka beroucího, i když druhý brát nechce, protože nechce být nešťastný. Což je důvodem, proč to, co je dáváno z prospěchářských pohnutek, u člověka vyvolává automatické, zdvořilé odmítnutí.

Duch je ztělesněním klidu. Vše nezaujatě pozoruje a přivádí duši k lekcím, které je nutné se naučit. Duch pozoruje zmítání duše a těla v houštině stresů, neznepokojuje ho to však, neboť ví, že tímto způsobem děti poznávají samy sebe. Duše je prvním prostředkem komunikace a neoklameš ji. Ani v tom případě, když duše zakusila tolik nespravedlností a klamu, že přestala

věřit komukoli. Stejně rozezná upřímnost od falše. K tomu, aby lidé neodmítali to, co máte v úmyslu jim dát, osvobodte svou *chamtivost*.

Když intuitivně ucítíte chamtivost, uvolněte svůj *strach z chamtivosti a zlobu na chamtivost*. V opačném případě nebudete chtít přijímat ani dary přírody. Což je největší chyba, které se dopouštíme. Divoká příroda ví o všem nejlépe ze všech. Rostliny, jejich květy a plody dávají dokonalou energii, kterou člověk právě v *daném okamžiku* potřebuje. Kdo využívá darů přírody, rostlin rostoucích v blízkosti domova, snadněji, zdravě a šťastně přežije do příští sklizně. Rostliny v sobě ztělesňují ducha, tedy vyrovnanost. Duch vyvažuje a vyrovnává – dokonce i způsob myšlení člověka. Ať je Váš pozemek jak chce velký a pěstujete tam cokoli, vše, co na něm vyrostе, má ideálně vyváženou energii. Vše nezbytné, co jste nezaseli, dá plevel. Ví, co chybí k úplné dokonalosti.

Plevel se stará o to, aby stačil jedlým, jinak řečeno dobrým rostlinám předat špatné, které je často více potřeba než dobré, dřív než ho člověk ze země vytrhá. Zničíme-li plevel už v zárodku jedovatými látkami, připravujeme se o skutečné nezbytnosti, což je důležitější než to, že jíme jed.

Příroda by pomohla tělu člověka zbavit se nečistot, kdyby jí člověk, při vši jeho vnější pozitivitě, dal takovou možnost. Jestliže to nevidíme, nemůže nás to ani napadnout, a když o tom někdo mluví, nevěříme mu.

Kdo upřednostňuje živočišnou potravu před rostlinnou, ničí sám sebe stejně jako zvíře. Rostliny se snaží v rámci svých možností tuto chybu napravit. Království rostlin člověku nabízí ku pomoci rostliny podobné zvířatům – houby. Úkolem hub je obrátit v prach a půdu vše, co zemře, proto vědí, kdy se objevit a jak. Jelikož jedině ničitel je schopen pochopit druhého ničitele a nasměrovat ho na pravou cestu, je v houbě soustředěna energie ničení. ***Houby umožňují smrti změnit se ve zrození.***

Příroda ví všechno předem. Kdybychom nespěchali, dokázali bychom naslouchat její řeči. Dokázali bychom pochopit, že

hojnost hub je předzvěstí zkázy. Každý druh houby se odlišuje svou energetikou. Příroda nám dává tolik různých druhů hub, kolik mohou zničit v daném místě bydlící obyvatelé a kolik jich má v úmyslu zemřít. Kdo se v lese spoléhá na své vnímání, bude mít v košíku právě ty houby, které potřebuje. Pojídání hub, které jsou považovány za nejlepší, vyrovnává ničivý způsob myšlení, jenž člověk vůbec vnímat jako ničivý nemusí.

Domníváme se, že houby jsou špatně stravitelné. Existuje názor, že houby jsou zcela nestravitelné a jsou lidé, kteří houby zbožňují. Těžko by houby zbožňovali s vědomím, že narušují trávení. Co to vše znamená? – Tohle: *kdo se v důsledku svých ustrašených představ dobere až k tomu, že život je těžký, stěží houby stráví.* Kdo odmítá neviditelné, odmítá i intuitivní myšlení – myšlení srdcem a absolutizuje racionální myšlení – materiální myšlení mozkiem, ani ten *houby vůbec netráví.* Kdo miluje život, má rád houby a tráví *houby ke svému prospěchu.*

Takový člověk má rád les a s vděčností přijímá jakýkoli lesní dar. Když nějaký z darů nepotřebuje, neničí ho. Nerozkopne muchomůrku jen kvůli tomu, že je jedovatá. Nedovoluje mu to udělat láska k životu. Nemusí to ani vědět, avšak cítí, že muchomůrka je k něčemu potřebná. Vězte, že kdyby nebylo muchomůrek, lesní zvíř by nemohla obracet v prach své chorobné mikroby a les by se stal zdrojem infekce jak pro zvířata, tak pro lidi. Vztek-lé zvíře sní muchomůrku a houba je pro ně lékem. Muchomůrka odvede z těla zvířete *zvířecí zlobu, vyvolanou bojem o existenci* a mikrobi odejdou sami, protože už déle nemusejí poučovat jeho duši. Instinkt vede zvíře k houbě a houba zvířeti pomáhá úměrně jeho stádiu vývoje.

Plísňové onemocnění postihne člověka, když se chce zbavit špatného, když chce špatné zničit. Čím hůř se člověk chová k čemukoli nebo ke komukoli, tím víc se snaží udělat to tak, aby přestalo existovat, tím víc ho nenávidí a tím neodbytněji se mykóza usídí v odpovídající části těla. Nemůže-li člověk zlikvidovat pro sebe nepříjemného člověka nebo situaci, nenajde se ani lék, jenž by byl schopen zlikvidovat plísňové onemocnění. Všechny léky něco ničí, nicméně ničitele nezahubí. Plíseň,

jako zpracovatel nečistot jakéhokoli druhu, má vždy poslední slovo.

Plísňové onemocnění vždy souvisí s přáním zbavit se vlastního studu.

Energie má vědomí. Vědomí plísňí ví, jak ovládat mikroby. **Vědomí mikrobů ví,** že připravují přeměnu živočišné energie na rostlinnou. **Vědomí plísně ví,** že plíseň je poslední z řady těch, kdo přetvářejí živočišnou energii na rostlinnou. Smrt zvířete znamená zrození rostliny. Jinými slovy – změnu nevyvážené energie ve vyváženou – v prach, znamená zrození nové kvality vyrovnanosti, to jest zrození nové rostliny.

V přírodě to obvykle bývá tak, že je-li hodně hub, je i hodně lesních plodů a jeřabin. Jeřabina je strom ztělesňující důstojnost. Je dobré, když jíte houby a bobule jeřabin, a ještě lepší je, když rovněž osvobodíte ničení a důstojnost. Nepojídáte-li dary přírody, zříkáte se vyvažovače kosmické energie tohoto roku v jeho pozemském vyjádření a zbavujete se přirozené imunity.

Vztah k houbám je identický vztahu k ničení. *Kdo se chce zbavit špatného, je ničitelem.* Nechápe, že ničí-li bližního, ničí sám sebe. V těle ničitele dochází k bouřlivému růstu plísni. Nikoli těch, co jsou v lese, avšak principiálně stejných.

Jakákoli žena, domnívající se, že ji nemají rádi, od sebe odstrkuje muže v myšlenkách nebo v realitě a v pohlavních orgánech u ní nevyhnutelně dojde k bouřlivému výskytu plísně. Totéž se stane muži, jenž se domnívá, že ho nemají rádi.

Nenapravená chyba vždy dává vzniknout pocitu viny a obvinění. *Obvinění se materializuje ve formě kyselosti.* Houby dávají vzniknout právě kyselému prostředí. Kdo neosvobodí pocit viny, tomu se zvyšuje kyselost. Když kyselost dosáhne kritické hranice, paralyzuje pohyblivost spermie a ta nepronikne do vajíčka ani tehdy, když žena k sobě muže v sexuálním smyslu pustí.

Výraz „pustit k sobě“ je běžný. Co znamená? Doslova to, co se v něm říká. Když muž není úplně takový, jakého by si ho přála

vidět žena, patrně ho k sobě pustí fyzicky, nepřipustí však splynutí duše a ducha muže se svou duší a duchem. Totéž se děje s vajíčkem a spermií. Vzniku těhotenství to však nijak nebrání.

Ustrašená žena, to jest ta, která myslí v materiálních kategoriích, si přeje, aby muž byl mužný.

Materialistický světonázor utváří hierarchii hodnot tím způsobem, že na prvním místě je to, co se nachází nejbliž k zemi. Podle toho je mužem ten, kdo má v první řadě genitálie a čím jsou větší, tím lépe. Poté následuje síla a teprve po ní rozum. Opět čím víc, tím líp. Nu, a že všechny tyto velké dobré věci dávají vzniknout násilí, na to si lidé vzpomenu až v poslední řadě.

Stálé zvyšování požadavků na tyto tři mužské znaky nedovoluje vidět v muži člověka. Muž, jenž se chce ženě zalíbit, se stává zženštilým. Žena ho nakonec odstrčí jak duchovně, tak fyzicky. Konflikt končí rozchodem.

Muž, jenž se chce líbit, se snaží vrátit náklonnost ženy a zlomit její odcizení. V určitém okamžiku se mu to možná podaří a tehdy počne děvčátko. V tom případě žena, která cítí, že ji nemají rádi, získává v dceři stejně smýšlejícího člověka a to se jí líbí. Mužům, kteří se chtějí líbit ženám, se dcery líbí. Strach přijít o ženu může vyvolat podvědomou nechuť zplodit syna. S takovým způsobem myšlení se často setkáváme u vojáků z povolání, kteří motivují své přání mít dceru snahou zajistit dítěti lepší osud. Zvolili si navenek výjimečně mužnou profesi, kterou se snaží kompenzovat svůj komplex méněcennosti. Zklamání prohlubují skrytý negativní postoj k mužskému pohlaví.

III. Duch dítěte přichází po vzniku těla

Tělo se vždy nachází v energetickém poli ducha a duše. Je-li ohnisko ducha umístěno vně těla, je tělo jako bez ducha. Kdo myslí dopředu, raději počká a nespěchá, aby se objevil v místě, které není bezpečné a odkud bude muset vzít nohy na ramena. Duch, jenž se přichází na zemi učit, tím v potřebné míře projasňuje napjatou situaci, která vznikla z momentální nálady rodičů,

jinak by jeho příchod nebyl bezpečný. Duch sám je nezranitelný, neboť je vyrovnaností, jeho chování je však diktováno péčí o duši.

Duše – je žena, matka. Žena pocitující komplex méněcennosti se bojí, že její láska není potřeba, že je její láska k ničemu, proto lpí na muži a chce se mu líbit. Všem jsou známy obvyklé úskoky, k nimž se ženy uchylují, když se chtějí muži zalíbit. Toto přání může být tak nezměrné, že žena dovoluje, aby se s ní dělalo všechno, co nemocná obrazotvornost muže vymyslí. Žena, která se k takovému utrpení odsoudila, od sebe nejspíš v minulém životě muže odstrkovala s tak velkým strachem a nenávisť, že zůstala bez muže.

*Strach zůstat bez muže a přání dostat muže u ženy potlačuje pocit vlastní důstojnosti do té míry, že se žena smíruje s jakýmkoli ponižováním, jen aby ji muž neopustil. Nezaujatým pozorovatelům, kteří si ještě neosvojili tuto lekci, se to zdá být nepochopitelné. Jedním z podvědomých prostředků, jak si udržet muže, je dítě, v němž jsou muž a žena navždy nerozluční. Nekonečné neštěstí s nechtěnými těhotenstvími – je tím, k čemu vede *přání líbit se mužům*.*

Žena, která se snaží líbit se muži, je jako améba vtahující do sebe úlovek. I ten nejmírumilovnější muž se začne chránit a každá sebeobrana jednou přejde do útoku. Proč? Pamatujete si, z čeho vzniká hněv? Když se potlačovaný „*strach nemají mě rádi*“ mění v bezmocnost a smutek, které člověk umlčuje, tehdy vzniká hněv. Muž je před ženou vždy bezmocný, neboť ženská mysl je silnější než mužova síla. Proto duchovní teror ze strany ženy vede k fyzickému teroru ze strany muže. Což je diktováno mužským přáním *dokázat, že jsem muž*. Muž ve všedním životě rozvážný a klidný, jenž není zvyklý na mazlení, v sobě skrývá přání dokázat, že právě on je mužem – přání líbit se sobě samému.

Přesně tak se chovají i spermie muže. Výsledkem je početí chlapce, jehož narození upevňuje sebeuvědomění muže, důstojnost, sílu a vše další, co tento muž považuje za znaky mužnosti. **Narození syna je pro otce hrdostí**, ať už si to přizná nebo ne.

Příliš hrdému muži se synové často nenarodí. Méně hrdému se narodí, začne-li se však svým synem chlubit, přijde o něj.

Strach přijít o mužnost vede ke strachu ztratit syna, což otce nutí, aby byl na syna velmi surový. Proto otec až do smrti synovi nedovolí stát se lepším než on, tedy stát se moudřejším, úspěšnějším, proslavenějším. Pokud syn otce nechápe, mohou se stát zapřisáhlými nepřáteli.

Muž s komplexem méněcennosti, jehož pocit vlastní důstojností se narozením syna nezvýší, bude pravděpodobně plodit syny, i když si jeho žena zoufale přeje mít dceru. Na účet mužů, kteří mají samé syny, lidé obvykle žertují, že neumějí udělat holčičku. Takový muž se žertu směje spolu se všemi, pyšně vypíná hrud', v srdci však cítí zvláštní ponížení. Žertuje se rovněž na účet mužů, majících samé dcery. Lidé se svými žerty snaží změnit způsob myšlení muže.

Muž, jenž se chce ženě líbit, počne dceru.

Muž, jenž si přeje dokázat své schopnosti, to jest chce se líbit sobě, počne syna.

*Na matce závisí narození dítěte,
na otci závisí pohlaví dítěte.*

Vyjádřeno všedním jazykem – muž, jenž chce dokázat ženě svou lásku, počne dceru. Ten, jenž chce sobě samému dokázat svou mužnost, počne syna.

Když žena rovněž chce, aby jí muž dokázal svou lásku, je narození dcery hotovou věcí. Chce-li žena, aby muž dokázal svou mužnost, mohou počít jedině syna. *Vždyť muž přece činí tak, jak žena myslí a ne jak mluví.*

Žena, která se chce muži líbit, přijímá, co jí muž nabízí.

Žena, která chce dokázat vlastní schopnosti, nepřijímá, co jí muž nabízí.

Chtějí-li se líbit oba, vyhrává vůle silnějšího. Je-li přání líbit se u obou stejně velké, narodí se dvojčata. Narození dvojčat vypovídá o nadměru velkém přání ženy dokázat, že je ženou. Při dozrání

jednoho vajíčka se narodí jednovaječná dvojčata, při dozrání dvou dvouvaječná. Pokud se v daném okamžiku chce muž ženě velmi moc zalíbit, narodí se děvčátka. Když si chce dokázat, že je muž, narodí se synové. Když si muž velice silně touží dokázat, že je člověk, narodí se syn a dcera. Zkrátka, je-li přání líbit se u muže a ženy nepřiměřené, narodí se najednou syn a dcera.

Narozené děti prožívají stejné stresy, jako jejich rodiče.

Každý stres časem může přerůst kritickou hranici a tedy změnit se ve svůj opak. Tímto způsobem se přání líbit se druhým mění v:

1. neochotu a nechutí – protest proti tomu, kdo mě chce předělat podle svého gusta a možná i protest proti všem příjemným lidem;
2. přání líbit se sobě, přání dokázat vlastní schopnosti, přání sebepotvrzení – toto vše je přáním ospravedlnit svou existenci. V obecnějším smyslu se jedná o strach, že mě nemají rádi takového, jaký jsem.

Děti se nerodí:

A. Když se oba rodiče chtějí líbit pouze sobě, když se jeden u druhého za něco stydí. Takové rodiny drží pohromadě práce, peníze, byznys, sláva, sebeutvrzení, že je pro ně narození dítěte důležitější. Jsou-li se sebou spokojeni, možná jsou spokojeni i jeden s druhým a život je pro ně radostí. Většinou se to nepodaří.

B. Když přání líbit se přerostlo v neochotu a nechutí. Když se toto přání dostává na povrch v podobě hlučných skandálů a bití, lidé se rozcházejí. Když je zahrnuto do hloubky kvůli zachování reputace dobrého člověka, lidé dál žijí společně, a necítí, že život je fádní a jednotvárný. U takových manželů *neochota a nechutí líbit se* vznikla už v dětství, v důsledku konfliktů rodičů. Děti se snaží rodičům vyhovět tehdy, když *si rodiče životní neúspěchy vylévají na dětech a u těch pak mizí jakékoli přání líbit se*. Dítě se stává necitlivým, což se mu velmi dobře hodí při výprasku.

[160]

Kdo zatím manželství neodmítá, přísahá si, že jeho rodinný život bude vypadat jinak. Tak tomu i je. V jeho rodinném životě je všechno *naopak*: žádné ostudné skandály, hlouposti, špína, nechutnosti, lenost, ubohost, vzájemné ničení. Naopak, manželé žijí mírumilovně, rozumně, čistotně, slušně, jsou pracovití, možná i bohatí, jeden s druhým počítá. To znamená, že manželé se **snaží líbit se jeden druhému svou mírumilovností, rozumem, čistotností, vychovaností, pracovitostí, bohatstvím, uměním počítat s druhým. Hlavní je, aby se člověk nemusel stydět.** Vše je jakoby dobré, štěstí však chybí a nejsou děti.

Manželský pár podvědomě doufá v to, že dítě situaci změní. Dítě se však nemůže narodit – překážkou je skryté špatné. V dřívější době fyzicky zdravým rodičům radili: najděte si nového partnera. Kdo velmi silně toužil po sebepotvrzení na účet dítěte, zachoval se tak a dítě se možná skutečně narodilo. Naštěstí nebo naneštěstí, o tom teď nehovoříme.

Na tuto kapitolu čtenáři reagují zcela různě. Někdo se cítí vinen a někdo ze sebe naopak břemeno viny shodí. Velmi bouřlivě reagují muži. „*Hned jsem jim říkal, že není důvod mě vyšetřovat, že jsem zdrav!*“ – prohlásil **muž, přesvědčený o své mužské důstojnosti**, jehož sperma bylo uznáno za životaschopné, leč navzdory tomu děti neměl. Takové prohlášení byl ochoten udělat i dříve, ale bez zaručeného potvrzení přece nemohl. Výsledek vyšetření muže změnil – z dříve rezervovaného člověka se stal člověk hrdě vyzývavý, za znak násilí to však nepovažoval. Přesto v něm kypěla zloba uraženého člověka. „*Známá věc! Ženy se pošpatnily!*“ – říká muž, **pochybující o své mužské důstojnosti** a snažící se najít argumenty, které by v něm upevnily pocit vlastní důstojnosti, jenž však nepovažuje za argument, že má děti. Má právo takhle uvažovat, poněvadž děti má a opak nikdo dokázat nemůže. Muž, jenž **se cítí vinen**, raději mlčí – spermie má buď oslabené, nebo nejsou vůbec. Je tedy vinen sám.

Pravdu má první, druhý i třetí. Pravda spočívá v tom, že **dítě je plodem společného tvoření. Skutečné, harmonické tvoření jde přes srdce. Narození dítěte závisí na ženě, dítě je však**

především člověkem – duchovním stvořením. Tvůrcem jeho těla je tvůrce materiálního světa – otec. Muž, který si začne sám sebe vážit, napomáhá uzdravení svých pohlavních orgánů.

Přílišná materiálnost nevyhnutelně představuje násilí, i když nazývat ji tak je nepříjemné. Násilí, které je přítomno ve vztazích muže a ženy, ve tmě pod dekou, se ve většině případů na světlo boží nedostane: například, sotva někdo ví o skutečné podstatě pohlavních vztahů mezi rodiči. Přitom tyto vztahy poznamenávají začátek našeho života a dítě by mělo bezpodmínečně vědět o pocitech prožívaných v tom okamžiku. Druhá věc je, jak to udělat. Téma je to delikátní, proto je třeba mluvit o něm s taktem.

Sklon k násilí tak může být u muže zcela potlačen a ví o něm jen srdce ženy – její prvořadý prostředek komunikace. Žena, která měla příležitost zakusit sexuální násilí v nepříliš časově vzdálených minulých životech, se násilí bojí. Sexuálním násilím není jen znásilnění, ale i pohlavní zvrácenost. Zahrnuje rovněž vynucený sňatek bez lásky, sex z pocitu povinnosti, nechutný živočišný sex, primát muže v intimních vztazích, založený na právech silnějšího, využívání ženy jako stroje na rození dětí. Srdce ženy, která takové chování na sobě poznala, cítí podvědomý strach z násilí, včetně sexuálního a při sebemenším projevu mužského násilí se uzavírá.

Takže narození dítěte je bezprostředně závislé na strachu ženy a nepřímo na násilí muže.

Druhý z výše vzpomínaných mužů možná ani netušil, jak veliký je jeho sklon k násilí, avšak s každou návštěvou lékaře z důvodu bezdětnosti se v něm posilovala arogance a nadutost. Jeho neschopnost, tedy strach, přistoupit k ženě s láskou, se postupně měnila v hrubý nepokrytý sex. Žena, obviňující se z bezdětnosti, která se bojí sexuálního násilí, ale současně se bojí muže ztratit, **dovolí, aby byla ovládnuta, avšak nedává.** Nedává tu lásku, která by přijala lásku muže.

Mnohé ženy se zlobí na má slova, že **mimoděložní těhotenství vzniká, když žena nechce dítě od daného muže.** Taková hrůza, jestli se o tom dozví muž! Ještě strašnější je však být vinen bez viny, poněvadž si takovou myšlenku nikdy nepřipustila. Za

sebe dodávám: nepřipustila si ji vědomě. Neuvědomělé myšlenky působí přesně stejně. Ztotožňuje-li se muž s rysy svého charakteru, může vzbuzovat úplnou antipatii kvůli pouhému jedinému rysu nebo zvláštnosti chování. Nepřijetí nějakého charakterového rysu je ztotožňováno s antipatií k muži samotnému, jenž – a jakpak by ne – plodí děti, které jsou mu podobné.

Mnohé ženy přiznávají, že v tom okamžiku skutečně dítě nechtěly, neboť se muž choval jako opravdový hulvát, jako do sebe zamilovaný kohout, jako nekonečný nemotora, jako bezhlavý, nerozvážný kluk – což se ženě zdálo být zcela nepřijatelné – a v důsledku toho vzniklo mimoděložní těhotenství. Mnohé ženy se neobtěžují zamyslet se nad tím, co bylo řečeno a je tedy přirozené, že podstatu problému nepostihnou. Nepříjemnou věc je nejjednodušší odmítnout.

Mnohé ženy chtějí žít s mužem, avšak mít dítě nikoli od něj, neboť muž má nějakou vrozenou vadu, nevyлčitelnou nemoc nebo je potencionálním nositelem dědičného onemocnění. Ukáže se například, že v mužově rodu byli duševně nemocní, lidé s odchylkami ve vývoji nebo s jinými dědičnými nemocemi. ***Přání mít zdravé dítě je strachem mít nemocné dítě.*** Čím silnější je strach, tím více přitahuje to, čeho se bojíme. Důsledkem přání, která si vzájemně protičečí, je mimoděložní těhotenství.

Takže příčinou mimoděložního těhotenství je přání ustrašeného člověka dostat to, co ve skutečnosti nechce, to jest lásku s předložením podmínek. Každý člověk má své přednosti a nedostatky, považujeme-li to však za dobré nebo špatné, vytváříme si problém. Chová-li se muž v daném okamžiku tak, jak si žena přeje, ta blahosklonně přijme, co jí nabízí. Nabízí-li jí rodinu, oplodní vajíčko, i když dítě nechtějí.

Jestliže muž nedělá, co si žena přeje, bude to, co dává, odmítnuto, i když dítě chtějí. ***Je to totéž, jako když žena chce dítě, ale nechce muže takového, jaký v daném okamžiku je.***

Opakuje-li muž stále jednu a tutéž chybu, vzniká strašidelná, neodbytná myšlenka, že takový je. Přání muže vyvrátit názor ženy silou je přemoženým ženským strachem a dítě není počato.

Pečlivá účast vdané ženy na sexu je strachem muže ztratit, jenž ho horečně přitahuje a zároveň odstrkuje. „**Chci tohoto dobrého muže“ a současně „nechci tohoto špatného muže“ – právě toto vede k mimoděložnímu těhotenství.**

Osud oplodněného vajíčka je závislý na vzájemných vztazích mezi rodiči během prvního týdne těhotenství, když vejcovod transportuje vajíčko do dělohy. Když něco v muži u ženy vyvolá nechuť a vznikne-li v ní protest: „*Nechci takového muže! Nic od něj nepotřebuji!*“, oplodněné vajíčko zůstane ve vejcovodu, kde se dál vyvíjí. Což je mimoděložní těhotenství.

Čím je ženská zloba agresivnější, tím rychleji dochází k protržení vejcovodu a žena se ocitne na operačním stole. Čím silnější je neochota odpustit, tím závažnější jsou komplikace. Když se z prvního mimoděložního těhotenství neudělá závěr a nenapraví se chyby, následuje druhé. Víc vejcovodů žena nemá.

Zde je nutné upozornit na velkou úlohu ženiny *matky* při řešení problému mimoděložního těhotenství. Medicína tento problém obvykle řeší operativně, odstraněním vejcovodu. Pravda, už jsou vynalezeny preparáty, které se injekčně aplikují do embrya a vyvolají pozvolné vstřebání plodu. Je však málo pravděpodobné, že takový vejcovod bude v budoucnu použitelný. Ve skutečnosti je vejcovod schopen vyprázdnit svůj obsah do dělohy a očistit se menstruační silnější než jindy. Co to znamená? ***Energie vejcovodu je symbolicky srovnatelná se ženou, která závisí nebo nezávisí na vůli a hodnotících názorech své matky.***

Žena, která je závislá na navenek dobrých mateřských příkazech a zákazech, a která se bojí matčinych škodolibých výroků, se před matkou neotevře a nebude bědovat nad problémy rodinného života. Její ve vejcovodu zrající těhotenství se nemůže vyřešit přirozenou cestou. To znamená, že před tím, než matka začne dceru odsuzovat, by se měla zamyslet nad vlastními chybami.

Čím víc se dcera před matkou **stydí**, tím hlouběji jsou ukryty gynekologické problémy, včetně nemocí. Dceru, která ani jednou neotevřela matce svou duši, čeká v životě nemálo utrpení. Matka,

která dceru jako ženu zahanbuje, tím u ní urychluje vznik rakovinného onemocnění pohlavních orgánů.

Když dcera udělá chybu, je to chyba matky, která zůstala ne-napravená. Podezření vzniklá ze strachu dcery je třeba rozptýlit. Když matka dceři, která se zklamala v ideálním muži, vysvětlí, že každé zlo je k něčemu dobré, že strach má velké oči a není zas tak špatný, že všechno je jen nedorozumění, dcera přestane negativní kvality muže vnímat s odporem. Těhotenství, které se ve vejcovodu pozastavilo, se přemísí do dělohy.

Rovněž žena pokročilejšího věku, přistupující mateřsky k rodnému problému mladé ženy, jí může pomoci odvrátit mimoděložní těhotenství, ke kterému ještě ani nedošlo. A naopak, hněvivé obviňování muže vycházející z cizích úst, je schopné rozpálit hněv trpitelky a vést k výbuchu. K výbuchu může dojít ve vejcovodu a vzniklé krvácení může být životu nebezpečné.

Ženy, jimž byl odstraněn jeden vejcovod, se poplašeně ptají, zda to znamená, že budou mít děti jen jednoho pohlaví. Nyní už mohou směle odpovědět: „Ne, pohlaví dítěte závisí na ženě v té míře, v jaké žena ovlivňuje muže. Na vejcovodech závislé není.“

Existují bezdětné páry, které žijí celý život v klidu a shodě. Jsou si věrní a vyvolávají sympatie lidí. Co to znamená? Když se dcera odmala ze všech sil snaží přizpůsobit se matce, kdežto matka se domnívá, že děti **dělají** rodičům jen **ostudu**, jsou s nimi jen samé starosti a bez nich by se žilo lépe, podvědomě předá takový způsob myšlení dceři. Ta cítí, že bez dětí by se žilo lépe. Je doopravdy šťastná, když najde mladého muže, který se natrpěl stejně jako ona. Nezastávají-li tak radikální názory, že děti vůbec nechtějí, při volbě mezi partnerem nebo dítětem oba zvolí partnera. Takoví manželé jsou obvykle lidmi velmi **stydlivými**.

Je možné, že o tomto delikátním tématu nemluví nikdy s nikým, dokonce ani s partnerem a jsou mu vděční za to, že na to nezavádí řeč. Žena žijící v takové rodině adresuje své mateřské city muži a on s tím je spokojen. Tam, kde je třeba projevit otcovské

kvality, chová se otcovsky. Lidé se jim pochechtávají, ale oni žijí šťastně. Když se jim při tom v plné míře podaří realizovat energie všech úrovní – lidskou, mateřskou nebo otcovskou a dětskou, neskolí je žádná choroba.

Má-li takový stres jeden z manželů, vzniká hodně problémů. Stává se, že mladý muž, jenž má pocit, že je pro matku břemenem, je silně přitahován k dívce, která ho chce odstrašit a prohlásí, že nebude mít děti. On by přitom dal přednost raději zdravé ženě. Takový muž uzavírá manželství za podmínky, že děti mít nebudou.

Narození dítěte je závislé na ženě i proto, že pokud si to hodně silně přeje, dítě se narodí. Mužovo sperma může být téměř bez spermií, láska ženy však dokáže překvapivým způsobem využít ty jednotlivé spermie, které jsou k oplodnění nutné.

Další reakce muže bude závislá na pružnosti ženy. Je-li žena *hrdá a neoblomná*, egoizmus muže rozkvete velkolepými květy a všechna péče o děti se přesune na bedra ženy. Největším dítětem v rodině je muž sám. Na všechny nezdary související s dětmi reaguje neměnným: „*Chtěla jsi přece děti!*“ I beze slov je jasné, že on je nechtěl. Život ukáže, zda se dítě bude chtít svému otci líbit nebo ne, bude-li svůj vztah skrývat nebo se bude projevovat otevřeně. Žije-li taková rodina pohromadě, žena musí být stejně silná jako muž. Jenže dva stejně silné žernovy dobrou mouku nenašelou. Není vyloučeno, že takový muž začne považovat své děti za lidi, až když budou dospělé. Jiná věc je, zda ho ještě tehdy budou za otce uznávat.

Má-li stres *nepotřebnosti pro vlastní rodiče* pouze žena, tak čím víc se snaží muži zalíbit, tím méně pravděpodobné je, že otěhotní. Vyjádřeno jinak – čím silnější je přání muže mít děti, tím nemožnější je pro ženu otěhotnět. Když se rodiče snaží zavděčit se jeden druhému prostřednictvím dítěte, dítě se nenarodí.

Muž cítí, že když stvoří dítě, dokáže všem, že je skutečný muž. Avšak **dokázat existenci něčeho, když to existuje, se rovná jeho ničení.**

Na světě není dokonalejšího stvoření, než je dítě. Proto se o rodičích často soudí podle jejich dětí a rodiče si přejí vykořenit v dítěti své nedostatky. *Stud za sebe samého se mění ve stud za*

dítě, které od rána do večera dostává od rodičů za to, že je jako by jim z oka vypadlo a proto je s ním všechno nalevačku. Pro děti, žijící ve světě dospělých, to nikdy není žádný med: přizpůsobí-li se rodičům, rodičům se to nelíbí. Nepřizpůsobí-li se rodičům, také se jim to nelíbí.

P. S. Pamatujte, že nic na světě se neděje kvůli jednomu, jedinému stresu. Mezi stresy je jeden ústřední a působí na celou situaci nebo nemoc způsobem jemu vlastním. Existence a rozsah dalších stresů může změnit podobu konkrétního působení stresu, čímž začne být celý obraz zamotaný. Soustředění se na problém však dovoluje stres odhalit.

ŽÍT NEBO BÝT DOBRÝ?

Kdyby na přání líbit se záviselo pouze pohlaví novorozence, bylo by to dobré. Ve skutečnosti na něm však závisí jak narození, tak i smrt. Nejmučivější umírání je duchovní umírání. Aby se tomu lidé trýznění duševními mukami vyhnuli, vzývají Boha, aby je duše opustila.

Přání líbit se člověka ničí; to jest přináší duchovní počátek jako oběť fyzickému. *Přáními se řídíme ve fyzickém světě, potřebami v duchovním. Potřeba dává vzniknout duchovním i fyzickým hodnotám – přání pouze potřebám fyzickým. Když se potřeba mění v přání, přestáváme být Člověkem, jenž kromě jiného je ženou nebo mužem. Stáváme se pouze ženou či mužem, kteří často zapomínají na to, že jsou lidmi.*

**Čím silnější je přání,
tím více člověk odmítá duchovnost,
tedy sebe samého,
považuje za člověka muže nebo ženu,
nacházející se ve svém obalu,
a neuvědomuje si skutečnost, že tělo
je malinkou částí člověka.**

Strach dává vzniknout pocitu, jakoby se celý svět točil kolem mě, poněvadž díváme-li se očima, připadá nám to tak. Kdo osvoboduje své strachy, uvědomí si, jak velký je člověk, sebe za velikého však nepovažuje. Přestává pro něj existovat velké a malé, dobré a špatné, hezké a ošklivé. Vše existující prostě je a on se nepotřebuje líbit druhým.

Ustrašený člověk má v hlavě zmatek: *cítí, že je člověkem, avšak cítí své tělo, které považuje za člověka* a tím začíná nekoječný výčet nářků kvůli vlastnímu tělu. Tělo je zrcadlem duše, proto, když ho měníme, nutíme měnit se i duši a nepřemýšlíme o tom, že šaty nejsou člověkem. Šaty nedělají člověka. Jelikož přání líbit se přikazuje člověku podobat se ostatním, ničí svou neopakovatelnou individualitu a stále častěji se setkáváme s překrásným oblečením, v němž člověk vlastně ani není. Existují supermuži a superženy. Takže **přáním líbit se druhým člověk dobrovolně ničí sebe samého.**

Člověk, který se chce líbit, se snaží uhodnout nebo rozpoznat, co se druhému člověku zvláště líbí a chová se podle toho. Čím nižší je jeho sebehodnocení, tím víc se snaží. Když se večeré jeho úsilí zalíbit se bližnímu ukáže jako zbytečné, vzplane v něm zlost na bližního. Celou svou bytostí jakoby říkal: „*Já se div nepřetrhnu a pro tebe stejně nejsem dost dobrý!*“ Vmete-li tuto výčitku druhému člověku do tváře a ten ho ujišťuje – ne, ty se mně líbíš – člověk stejně zůstane nespokojený. Cítí, že věci jsou právě tak, jak si myslí a druhý člověk mu nijak nemůže dokázat opak.

Takový člověk chtějící se líbit časem cítí, že ho nikdo nepotřebuje, a že druhému by se daleko víc líbilo, kdyby vůbec nebyl na světě. Je-li to řečeno nahlas, obvykle následuje odpověď – poslyš, přestaň plácát nesmysly nebo: nic lepšího sis vážně nemohl vymyslet, abychom se pohádali, nebo jiná káravá odpověď. Káravá odpověď je vnímána jako potvrzení toho, že druhý ho nepotřebuje. **Přání líbit se se nakonec pro člověka, který ztratil svou svébytnost, promění buď v nehodu nebo v nemocniční lůžko, končící smrtí.** V tom případě by byl o moc efektivnější pořádný

nářez, jímž by druhý člověk dokázal, že k člověku vynucujícímu si lásku není lhostejný.

Takže, když ve Vaší přítomnosti někdo prohlásí, že se ho chtějí zbavit, vězte, že to neříká jen tak. Takový člověk se nachází ve stavu krize. Vyslechnout ho a vysvětlit mu problém je úkol i Vám přiměřený. Nečekejte, že se toho chopí někdo jiný. Nemáme u nás tolik psychologů a psychiatrů, aby mohli pomoci všem trpícím. A je to vůbec potřeba? Přívětivost druhých je často nejlepším psychologem nebo psychiatrem.

Přání líbit se vede k tomu, že je člověk připraven obětovat to nejcennější. Člověk, který se chce líbit, obvykle za nejcennější považuje své tělo. Pro nic za nic své tělo nabízet nebude, ale když už to udělá a tělo nebude přijato, může se stát něco nepředvídatelného. Zraněná ješitnost odpojí rozum a plane touhou po pomstě. Člověku už není nic milé, možná dokonce ani vlastní tělo. Vychovaná, spořádaná dívka nabídne své tělo muži, a když si muž nechce užít její panenství, může to nesprávně pochopit a zmocní se jí touha pomstít se tomu, kdo ji urazil, nejstrašnějším způsobem. Přání líbit se škrtá jakoukoli morálku a mravnost.

Muž, který byl odmítnut, je v návalu křivdy a zoufalství schop sebevraždy. K čemu je život, když ho nikdo nepotřebuje! – A že život potřebuje on sám, nad tím nepřemýšlí.

Taková situace vzniká kvůli *nespokojenosti se svým vnějším vzhledem* – člověk nesnáší, když je s ním někdo, kromě něho samotného, nespokojený. Poněvadž vnější vzhled odráží stav duše, srovnáváme-li se s druhými lidmi, nevšimneme si, že se ztotožňujeme s tělem druhého. Kdo z nás nebyl zarmoucený z důvodu, že druhý člověk je učiněný krasavec a já jsem jako strašidlo? Nebo z toho důvodu, že on je takový šikovný, já neohrabaný a právě proto mě nechce. On je takový půvabný, já obrostlý tukem a proto se mu hnusím. On je takový chytrý, já ho nikdy nedorostu. On je takový talentovaný a já beznadějně tupý. On je takový bohatý, ani se na mě nepodívá – na chudou, žebravou myš. Má takové krásné věci a já nemám nic a nikdy mít nebudu. Pouhé takovéto srovnání je přáním být takovým, jako je on.

Lidem se líbí uniforma. Vojenská uniforma dělá muže mužem – vzdychají ženy. Jakýkoli člověk v uniformě vyvolává uctívou bázeň. Stejný člověk bez uniformy je jakoby prázdným místem. Obléci uniformu se proto zvláště snaží ti, kteří by se jinak cítili jako prázdné místo. Pomáhá-li uniforma člověku, aby našel sám sebe, není to špatné. Stejnokroj bohužel člověka mění v jeho nositele, jenž se stále více odcizuje sobě samému podle toho, jak dlouho uniformu nosí. Ženy se stávají nositelkami uniformy pouze tehdy, když dozrává krize ženské přirozenosti. Čím více žen je „v uniformě“, v tím větší krizi se společnost nachází. Pro vyvážení, to jest pro záchranu světa, ještě větší počet žen ve všemožné „uniformitě“ není.

Duše spojuje ducha a tělo v jediný celek.

Slovo vyjadřuje to, co v daném okamžiku *cítí* duše.

**Kdyby se cit stačil proměnit v myšlenku,
je možné, že slovo by nebylo proneseno,
nebo by bylo proneseno jiným tónem,
s jiným významem.**

**Poněvadž NEBYL ČAS,
cit zůstal neuvědomělým.**

**Nemá-li mluvící čas
a nemá-li čas naslouchající,
každý mluví o svém.**

ČAS VYVAŽUJE.

**Je-li čas posečkat, kývající se váhy se samy
zastaví.**

**Důsledek: situace se beze slov vyjasní pro ty,
kteří klidně čekají.**

**Nedojde k žádnému zkreslenému výkladu
a následnému odsouzení.**

K vyrovnanosti je tedy potřeba čas. Vyrovnaný člověk chápe, o čem jeho protějšek mluví – jestli o koze nebo o voze. *Nevyrovnaný slyší, co chtěl slyšet*, to jest slyší to, co chce slyšet sám. Nu a dopadne to tak, že jeden mluví o koze a druhý o voze. Kdo se chytí kozy, nemá čas vyznat se ve voze. A kdo o koze musí

mluvit ve spěchu, nechce slyšet o ničem jiném. Praští pěstí do stolu a basta!

Příklad ze života

Zazvonil telefon. Je slyšet medový hlas, telefonuje známá někoho z dlouhé řady známých a říká, že její dítě strašně kašle, a že po lécích, které mu lékař předepsal, je mu ještě hůř. Vzdychnu si pro sebe – zase jedna z těch, kteří se **snaží zalíbit se mně výpady na adresu lékařů**. Ví, jaké jsou vztahy lékařů a zdravotníků k takovým, jako jsem já a chce toho využít, neb se domnívá, že v sobě chovám děsnou zlobu na medicínu. Ona na mém místě by ji v sobě měla. Kdybych jí řekla, že v sobě žádnou zlobu nemám – nevěřila by. Má o životě své představy. Po krátkém působivém úvodu vznikne pauza. Žena čeká na mou reakci. „*Tak co? Dá se mu pomoci?*“ – zeptá se. Otázka je formulovaná chytře. Neříká, že ode mne čeká pomoc, ale ani neprojevuje iniciativu.

„*Nemohu Vám k tomu nic říct, protože nevíte nic o uvolňování stresů,*“ – odpovídám. „*Ale kdepak, vím, hodně se o tom mluví.*“ Já vím, o čem mluví lidé ve volném čase. „*Dobře*“ – vzdávám se, poněvadž se mohu mýlit. „*Je to protest proti nedostatku svobody.*“ – „*Ale jděte! Dítě má úplnou svobodu,*“ – zaštěbetalo to v telefonním sluchátku. „*Tak vidíte, už jste podrážděná. Dokud se neseznámíte s teorií vysvětlenou v mých knihách, budeme mluvit různými jazyky,*“ – snažím se ukončit nesmyslný rozhovor. „*Víte Vy, co!?*“ – hlas zjevně zhrubl. „*Já vůbec nejsem podrážděná, ale chci přece dostat hmatatelný výsledek. Teď se přece nemohu vrhnout do čtení Vašich knih, když dítě pořád kašle.*“

Kašel dítěte nenechává matku v klidu, zesiluje v ní pocit viny, proto se obrací na ty, kteří podle jejího názoru musejí dítěti pomoci. Což znamená, že fakticky útočí na sebe, ale neuvědomuje si to. Podle matčina názoru je život nespravedlivý. Jiné děti se uzdravují, ale její dítě ne, protože nikoho nezajímá. O tom, že jiné matky si z nemoci dítěte pro sebe udělají závěr, neví a vědět nechce. Tohle vše u dítěte vyvolává bezmocný smutek a stěny průdušek se kvůli tomu stávají hrbolaté. Pohybující se vzduch naráží na překážku a dětský boj s nespravedlností se stává ještě zatvrzelejším.

Kdybych na začátku rozhovoru řekla, že kašel dítěte je přímo vyvolán **bojem matky proti nespravedlnosti**, přilila bych jen olej do ohně, poněvadž matka by se hned přiřadila k hrdinkám. Všechno následující vysvětlování by šlo jedním uchem tam a druhým ven, i když žádná chvála v mých slovech nebyla, vnímala by to jako pochvalu. *Každý slyší to, co slyšet chce*. Člověk hrdý na to, že bojuje s nespravedlností, je oslepen a zbaven rozumu. Zakořeněné představy mají obrovskou setrvačnou sílu.

Řeknete-li bojovníku za spravedlnost, že se mýlí, rozdrtí Vás na prášek, protože se domnívá, že jste k němu nespravedliví. **Matka bojující za spravedlnost je jako včela, které způsobili bolest** – neuklidní se, dokud do tebe nezabodne žihadlo a na to se dá i zemřít.

Mohla bych jí říct, že hmatatelné, viditelné a slyšitelné výsledky své práce už má, ale udržela jsem se – i bez toho byl rozhovor málo příjemný. „*Je nemocný už několik měsíců,*“ – říkám. Jako odpověď stále stejný, nepříjemný tón s odstínem výhrůžky: „*Tak Vy nepomůžete?*“ – „*Vy sama můžete dítěti pomoci,*“ – snažím se zainteresovat matku na její další účasti, ve sluchátku však už zní obsazený tón. S povzdechem připomínám, že tato matka se ani jednou nezeptala, čím by sama mohla dítěti pomoci. Naprosto zřejmá lhostejnost, která je sama o sobě nespravedlností k vlastnímu dítěti, nu a protože člověk vždy vidí v druhém člověku sebe, ukazuje se, že já – lékařka, **nechci** pomoci jejímu dítěti. Z toho plyne, že nespravedlivá jsem já.

Abychom skryli vlastní nedostatek, napadáme vždy druhého člověka. Strachy, které se k tomu přimíchají, problém okoření a *nespravedlivé zobecnění* je hotové: všichni lékaři jsou stejní. Člověku vydávajícímu se za anděla není hanba bolestivě bodnout všechny lékaře. Žena nemůže nevědět, že lidé jsou zranitelní, proto je její zloba úmyslná.

Pokud se to dotklo někoho, kromě ženy samotné, je to už jeho problém, že však ona sama utrpěla, je jisté. Takže: před tím, než vyjádříte nespokojenost, se zamyslete. Není důležité, o kom se mluví kriticky – o lékaři, učiteli, stavbaři, řidiči, policistovi, politikovi, novináři. I beze slov je jasné, že každý člověk dělá

chyby, avšak před tím, než na jeho chybu poukážete, napravte svou vlastní.

Přání zalíbit se druhému člověku je samo o sobě přáním udělat z něj své vlastnictví. Abychom ho poté využili.

Laskavý hlas, pěkný vzhled a srdečná účast se stávají pastí, která z myši udělá své vlastnictví. Ale i v tom případě je past sotva spokojená. Myš se pasti tak jak tak zdá být krásnější, než je ona sama, lepší, chytřejší, šikovnější, známější, více obdarovaná přírodou. V určitém okamžiku už majitel není schopen déle to vydržet. Od toho momentu budou přednosti myši ubývat. Dochází k tomu z nekonečných výčitek. Myš se snaží stát se špatnou, aby s ní pastička byla spokojená. Osobnost degraduje a nakonec máme místo jednoho nespokojeného dva. Ve skutečnosti však potřebujeme *druhé lidi i sebe samé pozvedat.*

Hodnotíme-li se najednou velmi nízko a lidé nespěchají, aby nám dokázali opak, nejspíš se nám zachce stát se horšími, než jsme, aby se druhý člověk mohl opájet svou nadřazeností. Toto je rovněž přáním líbit se. Zalíbit se špatnému, ošklivému, hloupému, otrhanému bezmocnému člověku, který mě považuje za dobrého.

Setkáváme se s krásnými lidmi, kteří najednou začnou mluvit sprostě, přestanou dbát o svůj zevnějšek, vypadají neupraveně nebo se změní nějak jinak. My však netušíme, že se tímto způsobem snaží zalíbit sprostákovi, špindíře, cuchtě a jim podobným. Což uspokojení nepřináší.

Vnější shoda s člověkem je potřebná k tomu, aby bylo možné jít společně.

Skrytý rozdíl je potřebný k tomu, aby bylo možné společně se rozvíjet.

Pod vlivem strachu se obě potřeby mění v přání materiální úrovně.

Potřeba duševní krásy vede člověka k hledání toho, kdo má krásnější zevnějšek, aby se i on sám stal krásnějším. Když si

ošklivý myslí: „*Ty jsi takový krásný, budu se snažit, abych tě byl hoden.*“ – začne se duševně pozvedat. Při pohybu správným směrem se stane krásnějším i tělo. Když si krásný myslí: „*Jsem tak krásný. Mohl bych si vybrat lepšího partnera.*“ – začne duševně degradovat a jeho tělo přijde o krásu. Úlohy se vymění. Jestliže na začátku *duše utvářela tělo, nyní tělo utváří duši*, dokud chyba nebude napravena.

Takový zvrát můžeme často pozorovat u manželských párů. Strach být ošklivý člověka pohání dbát o svůj zevnějšek tím usilovněji, za čím krásnějším se považuje. Estonské ženy se považují za krásné a toto vědomí u Estonek vyvolává velkou nespokojenost s vlastním zevnějškem. V důsledku toho ženy rychle stárnou a ztrácejí formu. Estonci by jako národ vymřeli, kdyby se estonský muž nesnažil zůstat sám sebou; proto se muži pokročilejšího věku nacházejí v lepší formě než ženy. Konec konců u druhých národností je to v zásadě stejné.

Pro koho je obsah důležitější než forma, formu ztrácí. Jinými slovy, formu ztrácí ten, *pro koho je „mnoho“ lepší než „málo“*. Je to jako těsto na pečení chleba, do něhož dáme příliš mnoho droždí, aby ho bylo víc. Vylézá přes okraj mísy. To znamená, že vztahy mezi obsahem a formou jsou narušeny ve prospěch obsahu a ke škodě formy. Aby hodnotný obsah nepřišel nazmar, je třeba zvětšit rozměry mísy. Správnější by bylo *udělat revizi obsahu a stále se zbavovat hodnotných komponent, které se ukázaly být nadbytečné*, tomu však brání *strach odhalit svou dutost a neužitečnost*. Jde o strach, že moje láska je nepotřebná, nikdo nepotřebuje, co ve mně je. Takový názor, více než co jiného, dělá člověka smutným, bezmocným a bezvýchodným. Smutek zvětšuje objem, bezmocnost nic nepodnikne a bezvýchodnost napomáhá nekontrolovanému rozbředávání.

U lidí, kteří ztratili formu, se objevuje přání zabývat se shromažďováním malých věcí, aby z nich slepili velkou věc a pak ji slavnostně předali. *Neodvažují se darovat maličkosti*. Kdo osvobodí *přání* dělit se o velké, toho přání se změní v *potřebu* dělit se o to, co má a co lidé potřebují.

Duchovní drobné hodnoty v součtu dávají zvýšení kvality a materiální drobné hodnoty v součtu dávají zvýšení množství, to jest zvětšení váhy. Tlustý člověk vždy má ve špajzu nepotřebné harampádí, o němž ani sám nemá představu. Kdo neosvozuje stresy, je možná ochoten podělit se, nenajde však nikoho, komu by svůj poklad předal. Jeho poklad může být vskutku cenný, on však neumí najít kanál, který by ho přivedl k strádajícím. *Ukřivděnost kvůli tomu, že moje dobré se ukazuje jako nepotřebné a za cizím špatným se lidé honí*, člověka ještě více vyvádí z formy.

Není důležité, o co konkrétně byste se chtěli podělit, ale když vidíte, že se to nepoužívá a ponecháváte si to při sobě – vycházíte z formy. **Patří-li nepoužívané věci k majetku**, čili jsou to hmotné předměty, jídlo a peníze, můžete je vynést na ulici, dát zvířatům nebo odvézt na skládku – kde si je někdo vezme. Je ještě jedno východisko. Hodit je do odpadků nebo spálit. Nemáte-li se s kým podělit o svůj rozum, už je to horší. Velké rozumy mohou pojednat své znalosti vědecky, na papíře, dát jim formu vědecké knihy beze škody pro formu vlastního těla. Malé rozumy, což je většina lidí, si drží své znalosti při sobě, protože se stydí podělit se o ně. Aby byl člověk ve formě, stačilo by podělit se s rodinou, zejména s dětmi, ale i to se bojíme udělat – stydíme se.

Nejhorší ze všeho je, když není využívána **rozvážnost**. To jsem si vyzkoušela na sobě. Během prvních dvou let, kdy jsem se začala zabývat alternativním léčením, šlo všechno jako po másle, neb lidé přijímali vše, o co jsem se dělila.

Pohyb energie orientovaný správným směrem přináší okamžitě patrný efekt. Není to zázrak? Vejdeš do ordinace lékaře nemocný a vyjdeš zdravý, když není nemoc smrtelná. Když jsem si uvědomila, že takové léčení je nesprávné, začala jsem přesvědčovat lidi, aby si pomáhali sami. Od toho okamžiku jsem se střetla s protestem. Víc už mě nepřijímali. Moje láska pro ně byla nepotřebná. Chtěli, abych jim škodila, poněvadž nevěděli, co je dobré a co špatné. Byla jsem z toho smutná, i když jsem věděla, že lidé nechápou podstatu věci a proto chybují. Ale protože jsem člověk a ne anděl, chytla jsem se do téhle pastičky a vyšla jsem z formy.

Nejvíc ze všeho se vnější forma naruší u těch, kteří si přejí, čekají a touží po tom, aby jejich láska byla vnímána jako hodnota a byla využívána.

Zvlášť nebezpečné jsou touhy, protože nás připravují o klid a dokonce i o spánek. Nesmírně dobrotivý člověk, jenž stále touží po tom, aby jeho dobrota byla jednou oceněna, bude stále dál tloustnout, dokud nepochopí, že pro uskutečnění touhy je potřeba něco udělat. Kůže na jeho kulatém obličejí dále zůstane hladká, čistá a hedvábná do té doby, dokud bude naivně doufat v to, že když dělá lidem dobro, mají ho rádi a potřebují ho. V tom okamžiku, kdy se jeho iluze rozplynou, tvář dostane podobu černé masky žalu. Takový je úděl člověka věřícího v dobro. Abychom se před takovým neštěstím ochránili, je také třeba rozpoznávat špatné a nejen v druhých lidech. Zvlášť důležité je vidět ho v sobě.

Zklamání pocházejí z vlastních chyb. Když si to člověk uvědomí, bude vděčen svým chybám za to, že mu otevřely oči, aby viděl pravý stav věcí. Dokáže chyby napravit a jít životní cestou dál.

Chybami se učíme. Znalosti získané na základě cizích chyb jsou dobrá věc, ale přinášejí málo užitku, když člověk chce být dobrý. Zdvořilé chování je rovněž formou. Formou prezentovat se. Kdo ji přecení, vyjde ze své formy. Kdo říká, jak se věci mají a nazývá je pravými jmény, neuškodí si. Toto umění ovládají lidé, kteří mají čas. Špatní lidé také neztrácejí formu, škodí však světu obsahu. Takže, kdo si *přeje* zůstat vnitřně krásný, stane se nehezským navenek. Bohužel je málo těch, jejichž vnější forma by postupně nezačala ovlivňovat obsah. Proto je třeba zeptat se sám sebe: „*Je třeba se tímto způsobem obětovat?*“

Vnější forma určuje cenu. Kdo z mužů by nechtěl mít krásnou mladou ženu, a která z žen by nechtěla krásného bohatého muže, jenž by ji zbožňoval? Zda je to třeba, nad tím se zpočátku nezamýšlíme. Přání mít dobré dává vzniknout přání líbit se a toto dobré dostat – jak jinak! Kdo nezná svou cenu, začne se hodnotit a přesně tak ho začnou hodnotit druzí – podle čeho jiného než podle vnější formy.

[176]

Kdo se chce líbit, **láme si hlavu** a snaží se vymyslet, jak to udělat. Jelikož největším důkazem lásky, který je vhod všem, je položit na oltář lásky sám sebe jako oběť, uchylujeme se právě k tomu. Jsou malé oběti, o nichž ví jen člověk sám a druzí si toho nevšimnou. Jsou i oběti velké a obrovské – když je jako oběť přinesen vlastní život. Komu je život přece jen milý, *láme si hlavu, čímž vyvolává bolest hlavy*. Kdo se vyzbrojí heslem, že on a jedině on musí něco vymyslet, jinak náklonnosti k sobě nedosáhne, bude si lámat hlavu i nadále, dokud se duchovní muka nezmění ve fyzická. Zoufalství z důvodu vlastní hlouposti a neschopnosti něco vymyslet, vede například k rakovině mozku.

Kdo se snaží **zalíbit se racionálním myšlením**, přetěžuje levou hemisféru, která je zasažena nemocí. Kdo se snaží **zalíbit se předvídáním cizí nálady**, ale neuhodne ji, tomu se zoufalství vyvolané jeho omyly hromadí v pravé části hlavy formou nemoci. Stupeň a závažnost nemoci závisí na rozsahu stresu. Zvláštnosti průběhu nemoci závisejí na stupni zoufalství.

K příznakům předcházejícím mozkovému nádoru patří poruchy rovnováhy, křeče, bolesti hlavy, krátkodobé ztrnutí těla. Tyto symptomy jsou zpravidla vnímány jako samostatné nemoci, protože většina lidí si láme hlavu celý svůj život, avšak žádné nádory nevzniknou. Proč? Protože lidé si vylévají své zoufalství na svých bližních, provokují hádky a tímto způsobem spalují energii nemoci. V horším případě je raní mrtvice.

Ženy! Osvobodte přání líbit se svému muži a stanete se samy sebou. Vše, co Vaši duši dříve soužilo, se promění v cennost a budete se sebou spokojeny. Přestaňte obviňovat těžký život, špatného muže, rození dětí a tak dále. Vše, co Vám bralo mladost a krásu se překvapivým způsobem ztratí. Najdete v sobě potřebu pečovat o své tělo, obejdete se bez dodatečných peněžních nákladů, přičemž péče o tělo bude možná spočívat jen v tom, že tělu začnete věnovat pozornost. Nesmýváte jen špínu s rukou a obličeje, ale myjete ruce a obličeje. Není důležité, zda studenou či teplou vodou, důležité je, že myjete svou tvář a ruce.

Jsme zvyklí dávat význam nepodstatnému. Například alespoň tomu, že obličej je třeba umývat studenou vodou, neboť pleť je potom pružná. Ještě lepší je polévat se ledovou vodou – říká se, že to odstraní všechny neduhy. Kdo to nedělá, toho nemoc nemine. Život však dokazuje, že ti, kteří to dělají, se ne vždy mohou pochlubit výtečným zdravím, protože se zabývají otužováním a ne vlastním tělem. V rozhlase jednou vysílali interview s jakousi vetchou stařenkou. Novinář byl velmi překvapen tím, že nemá vrásky. Stařenka se pousmála a řekla: „*Můj milý! To je tím, že si každé ráno umývám obličej hodně teplou vodou.*“ Její život začínal u ní samotné a dokázala neuvědoměle dosáhnout jednoty se svým tělem.

Začnete-li si všimnout sami sebe, uvidíte, že v očích se objeví lesk a vrásky se budou vyhlazovat bez nákladů na drahou kosmetiku a ty, které se nevyhladí, Vám přidají na individualitě a muž i děti si budou tyto milé vrásky pochvalovat. Při pohledu na mužovy vrásky se ve Vás bude rozlévat teplo a nebudete chtít přijít ani o jednu z nich. Až se objeví vrásky na tvářích dětí, přijmete to s úsměvem a nebudete se cítit jako špatná matka, která nedokázala dát dětem lepší život, než měla ona sama.

Postupně se celé tělo změní k lepšímu a nemoci – ty zmizí. V zrcadle uvidíte odraz čisté, zralé krásy svého těla. Skutečně byste souhlasili a vyměnili si tělo s někým jiným? Pokud byste souhlasili, museli byste žít tím životem, jímž žije člověk, jehož tělo se vám tak zalíbilo. Možná, že žije ve jménu vnější krásy *životem naplněným prázdnotou*. To jest životem naplněným mukami samoty, břemenem lhostejnosti, hýřením vlastním egoizmem. Souhlasili byste s tím? Jestli ano a Vaše přání je velké, dostanete, co jste chtěli. Jestliže už ne v tomto životě, tak v následujícím.

Přání líbit se je přebarvováním sebe samého, své osobnosti, podle cizího měřítka. V důsledku toho člověk ničí svou neopakovatelnou individualitu. Je-li vedle nás osobnost, nevěnujeme pozornost jejímu zevnějšku či chování – do té míry je nám komunikace s ní příjemná. Když osobnost začne sama sebe ničit, ihned to ucítíme, nezávisle na tom, zda umíme filozoficky myslet nebo

ne a vzniká v nás protest. Duše je naším prvořadým prostředkem komunikace. Tímto způsobem se snaží přimět nás, abychom začali přemýšlet.

V kostce lze říci, že **když se snažíte líbit se a domníváte se, že se nelíbíte, máte pravdu**. Skutečně se nelíbíte, neboť čím víc se snažíte líbit se, tím méně zůstáváte sami sebou. Jinak řečeno stále více se měníte v toho, komu se chcete zalíbit. Nepozorujete, jak odbočujete ze své životní cesty a ocitáte se na cizí. Kdyby to druhý člověk dovolil, byl by nucen zahynout, poněvadž na světě nemohou být dva zcela stejní lidé. Vzniká pro něj argument k sebeobraně, protože Vy jste na dosažení svého cíle soustředili veškerou sílu vůle a on ne. V materiálním světě funguje právo člověka silnějšího a s pevnější vůlí.

V materiálním boji o život je úder zasazen především duši. Jakožto nevyrovnaná lehko podléhá vlivu. Výsledkem toho je, že duše a tělo vytvoří tandem, který se začne *domáhat svých práv* až do té míry, že duch opustí tělo. **Duch nebojuje, nevíteží a nevzdává se – odchází, protože nespěchá**. Duch poodchází stranou a čeká, neboť čas pro něj neexistuje. Dokáže-li se daný člověk stát člověkem v tomto životě nebo až v následujícím – a možná, že bude potřebovat ještě více času – pro ducha není důležité.

Duch nemá cíl, ale má směr. Cílevědomě může jít ten, kdo existuje. Duch se stará o vlastní existenci. Kdyby se vyskytli fyzicky dva zcela stejní lidé, znamenalo by to jak duchovní, tak fyzickou smrt jednoho z nich. Vzhledem k tomu, že se z celého srdce snažíte podobat druhému člověku, mobilizovali jste veškerou svou vůli a jste vůči němu ve výhodě. V zápase a v boji platí právo silnějšího. Druhému člověku tedy hrozí záhuby. **Přání líbit se bližnímu je v konečném výsledku zhoubné i pro bližního**.

Nyní chápete, proč slavné osobnosti, jimž se v zásadě obdiv ctitelů líbí, hledí na své obdivovatele zvyška, ponižují je a různými způsoby se jim vysmívají? Proč zbožňovaný manžel od sebe svého zbožňovatele odstrkuje? Proč se nesmírně milované dítě chová

k rodičům povýšeně? Proč se ve všech směrech pokorné dítě střetává s nepfetržitým ponižováním ze strany rodičů? Proč se otrokář krutě posmívá otroku, který se před ním plazí po kolenou? Uvedené chování je spouštěčem podvědomého pudu sebezáchovy.

Jste-li nespokojeni s druhým člověkem, jste ve skutečnosti nespokojeni se svým tělem, to jest se svým přítelem, protože jste nedosáhli žádaného. Chtěli jste na sebe obrátit pozornost druhého člověka, získat přátelství nebo lásku, možná jste však právě o toto vše přišli.

Představte si, zda byste mohli cítit nelibost ke svému starému příteli kvůli jeho zevnějšku. Copak má přírodou daný zevnějšek význam, když mezi Vámi panuje vzájemné porozumění a láska? Přátelské city se projevují péčí, s níž se k příteli chováme, a to zcela přirozeně. Přání líbit se působí tělu škodu. Jeho láska k Vám je přinášena jako oběť.

Dítě, které si **přeje líbit se matce**, je matce navenek podobné a to, které si **přeje líbit se otci**, je navenek podobné otci. Přání se může měnit a člověk podle toho může v životě nejednou změnit svou podobu. Kdo si přeje **líbit se oběma rodičům**, zdědí od obou nejzdařilejší vnější rysy. Kdo se **chce líbit sobě samému**, není rodičům podobný vůbec. I nemoci bude mít jiné než rodiče. Komu se **líbí svéráznost**, vybere si svérázné rysy rodičů, z nichž utváří sebe. Takové dítě není nikomu podobné. Je svébytné.

Možná, že jste ze všeho nejvíc podobní babičce. To znamená, že když jste byli v matčině lůně, přáli jste si líbit se babičce. Proč? Zřejmě ona byla tím dobrým andělem, díky jemuž Vás matka mohla přivést na svět. Vždyť mladí manželé zpravidla nemají existenční prostředky, vlastní střechu nad hlavou, práci a proto jsou závislí na rodičích, kteří se ne vždy chovají k narození plodu lásky laskavě.

Bývají děti s tváří podobnou babičce a tělem dědečkovi nebo naopak. Vysvětluje se to tím, že mladí rodiče se ocitli se svým dítětem v bezvýhodném postavení a babička s dědečkem je zachránili. Dítě se narodilo díky lásce babičky a dědečka.

Vnější podoba dítěte s někým z dospělých je viditelným vyjádřením vděčnosti za poskytnutí životně důležité podpory tímto člověkem. Může to být přesně stejné mateřské znamínko, ruka, noha či prsty na nohou nebo na rukou.

Jinak řečeno – shodný prvek je **znakem vyjádření lásky a uznání**. Mezi lidmi, kteří jsou si podobní, existuje v životě nevysvětlitelná sympatie, i když se jeden z nich stane hotovým ďáblem.

U rostoucího dítěte se vnější vzhled může měnit každý týden. Jednou je podobný matce, podruhé otci, tu se ukazuje podoba s babičkou nebo dědečkem, se sestrou, bratrem nebo s někým z dalších příbuzných. Tak se projevuje přání líbit se tomu, komu se líbím. Na vnější vzhled dítěte může mít vliv i hodný cizí člověk. „*Chci a nechci je v podstatě jedno a totéž, ale mají různou formu.*“

Kdo se nechce líbit matce, je jí navenek podoben, má však nějakou vnější vadu nebo vrožený defekt. Vzniká-li protest proti matce po narození, vzniká současně i defekt. Kdo se **nechce líbit otci**, u toho je podoba s otcem narušena nějakou vadou nebo deformací páteře. Kdo velmi silně protestuje proti iluzím rodičů, narodí se s anomáliemi obličejové části lebky. Tímto způsobem se uskutečňuje přání dítěte, aby bylo samo sebou – dítěti se znaky znetvoření nikdo nebude vnucovat roli vynikajícího člověka. Dochází ke krutému zúčtování za vlastní protest z předcházejícího života. Odstranění kosmetických defektů se úspěšně daří těm, kteří osvobozují vnitřní protest proti rodičům.

Kdo ví o svých do očí bijících fyzických nedostacích, zvláště ostře reaguje na to, že si okolí nevšimá jeho snah líbit se lidem. To, čeho se nedostává, se snaží kompenzovat nějakou nadměrností – projevuje nadměrnou horlivost v práci, vede medové řeči, chce se blýsknout svou výřečností nebo se snaží až směšně uctívat někoho nebo něco.

Abychom se takové chybě vyhnuli, je třeba vědět, že **dítě s fyzickými nedostatky nikdy nelze litovat**. Ještě dřív než začne srovnávat sebe s ostatními, je nutné mu vysvětlit, že jeho fyzická

vada je nevyhnutelně vyrovnána duchovními schopnostmi, neboť v přírodě je vše v rovnováze. Stejně, jako je možné rozvíjet fyzické schopnosti, můžeme rozvíjet i schopnosti duchovní.

Přikládají-li rodiče prvořadý význam fyzické dokonalosti, začnou dítě litovat a **ničit sílu nutnou k tomu, aby se stalo člověkem**. Slzy prolévané nad nemluvnětem vyvolávají neporozumění pouze u rozumu nemluvněte – to jest u těla – a duch i duše všechno vidí. Dětský duch ustoupí, když si duše, která je matkou, vybere těžší lekci.

Duch je klid sám. Necítí lítost kvůli tomu, že si duše i tělo vybraly těžší utrpení než je nezbytné. Poskytuje nejúčelnější možnost vykoupit karmický dluh. Kdo toto neumí využít sobě ku prospěchu, volí neúčelný způsob, jenž zabere více času, je to však jeho svobodná volba.

Soucící matka, která upřímně přemýšlí, jak od prvních dnů dítěti pomoci získat návyky, nezbytné pro další život, neodrazuje dětského ducha od duše a těla. Nazývají ji možná surovou a bezohlednou, dítě však cítí, že právě tak je to třeba, jinak se u něj nerozvinou ty malé fyzické schopnosti, které má.

Matka, která má pocit veliké viny, nemyslí dopředu, chce být dobrá, aby v sobě tento pocit utlumila a dítě se mění v rozmazleného lenivého invalidka, jenž s potěšením pozoruje, jak se kolem něj všichni točí. Jakmile s tím přestanou, dítě se ihned rozhořčuje.

U invalidního dítěte, na rozdíl od zdravých dětí, je pláč svým způsobem hrozivý, řeže do uší, je nepříjemný a pocit viny přítomných se pláčem dítěte zvětšuje.

Směrníkem lidského života je pohyb k dokonalosti, stálé sebezdokonalování. Jinými slovy – **štěstí nespočívá v tom, abychom se dostali do ráje, ale v pohybu směrem k ráji.** *Strach tento směrník mění v životní cíl.* Život směřuje k materiální rovině, která je považována za jistotu, na níž lpíme. Materialista se nad lidmi jako já ušklíbá a říká, že štěstí je pouze v penězích, protože do ráje se stejně neprobojujeme. Bohem je pro něj cíl.

Zbožňování obrazu cílevědomého člověka, pozorované na konci století, bylo mnohem větší, než byl ve své době obdiv k Hitlerovi a ke Stalinovi.

Čím vyšší má takový člověk mínění o svém rozumu a schopnostech, tím víc dělá pro to, aby zdokonaloval materiální svět, včetně lidského těla. Se zlepšením každodenního života se nespokojí, chce hned jen ten nejlepší život. Tak skvělý cíl je podporován a financován tím víc, čím víc se ukazuje a dokazuje příčin nedokonalosti. Již je dokázáno, že všechny nedostatky lidského těla jsou podmíněny geny a objevila se věda, jejímž cílem je geny změnit. Opět změnit! Všichni se stále měníme a měníme, všichni děláme jen dobré a lidí s fyzickými nedostatky, to jest s genetickými poruchami, se rodí stále víc. Děje se tak proto, že věda není schopná postihnout pravé příčiny. Konstatuje fakty materializované pouze na fyzické úrovni.

Věda už potvrdila, že místem strachů v mozku je jeho část nazývaná latinsky *hippocampus*. Současně se zveřejněním tohoto objevu na stránkách tisku zazněla přemoudrá myšlenka: od nynějška nebudou žádné problémy – kdo se chce zbavit strachů, nechť se obrátí na chirurgy, ti mu odstraní hippocampus a špatné bude pryč.

Pokud se domníváte, že tuto zprávu všichni vnímají kriticky jako idiotizmus, mýlíte se. Ustrašení lidé se této zprávy chytají jako záchranného stébla. I když chápou, že operace mozku není legrace, stejně se zlobí, že jim nikdo nechce pomoci. Pro ustrašeného člověka se jakákoli nová znalost mění ve faktor zhoršující jeho život. Ve vztahu k danému tématu je na místě rčení – hlupákovi se lehkou žije, neví, čeho se má bát. Hippokamos – mytologická bytost, z poloviny mořský koník, z poloviny had, na němž jezdili jako na koni mořská božstva. Vidíte, mytologie našla správný název pro nepřirozený spěch člověka – všechno cvalem, všechno tryskem – a to dlouho před tím, než medicína udělala svůj objev. To znamená, že příroda dodává materiálnímu formu, dle možnosti blízkou jeho duchovnímu obsahu.

Taková přeměna je násilím. Je to rozvojem idey o čistotě rasy na úrovni *dobré vědy*, vyhlášené *špatným Hitlerem*. Forma je

nová, obsah starý. Špatné se přejmenuje na dobré a ve skutečnosti vše pokračuje postaru.

**Pravá příčina fyzických, genetických poruch
spočívá ve stále více zakořeněném přání
udělat materiální svět s konečnou platností
dokonalým,
to jest přáním materializovat ducha,
jenž je dokonalostí.**

Toto výhradně dobré přání v sobě skrývá zvláště negativní důsledky, neboť *ducha materializovat nelze. Duch se materializuje sám, když to potřebuje.*

Život nelze udělat s konečnou platností dokonalým, život je třeba stále dělat dokonalejším.

Symbolem dokonalosti je vejce. Změnit se ve slepici by se nedokázalo bez kohouta a bez normálního prostředí. Prvotní materiální buňkou člověka je rovněž vajíčko, pro něž jako semeno slouží spermie. Žena, která umí být především člověkem a muž, umějící být především člověkem, nepopohání sebe ani partnera, aby *měli to nejlepší a stali se lepšími*. Nedokončené vzdělání, nedodělaná práce, uniklý úspěch, nerealizovaná sláva, bohatství, které se nekonalo, nekoupené auto, domácnost se spoustou nedodělků – to je přirozený stav pro Člověka bez strachů na nekonečné životní cestě. Člověk ví a cítí, že to, co ruce neudělaly dnes, dodělá zítra, když se dnes naskytly důležitější věci.

Neuskutečněné cíle jsou vnímány ustrašenou ženou a mužem jako tragédie, zejména když zatím nejsou samostatní a jsou na někom nebo na něčem závislí. Zoufalství materializuje duševní tragédii v podobě dítěte, které se narodí s odchylkami ve vývoji. Narození dítěte, včetně zdraví dítěte závisí na ženě. Čím silněji chce žena dokázat svůj rozum a pracovitost, to jest, čím silněji chce v ní strach, že ji přestanou mít rádi kvůli nedokonalosti, tím víc si přeje stát se s konečnou platností dokonalou, dříve než dovolí

[184]

dítěti se narodit. Je-li vedle ní muž, jenž si přeje líbit se druhým lidem svým rozumem či pracovitostí nebo všemi svými kladnými vlastnostmi, neodvratně přijde neštěstí v podobě nemocného dítěte. Život učí, že vlastní stín nepřekročíš (čti: stud).

Odchytky ve vývoji ukazují na to, že rodičovská láska se vyvíjela nesprávně, protože byla kultivována ve jménu cíle. Člověk přejmenovává špatné na dobré, ospravedlňuje se nebo skrývá své nedostatky za jakékoli vnější faktory a věří, že jedná správně. Tímto způsobem jakoby sám o sobě vzniká zkreslený názor na sebe samého. Později se člověk diví: „*Copak bylo nutné, vystavit to takhle veřejně na očích?*“ Ne, nebylo. Chyba by měla být napravena.

Oboustranná přizemní lež, a tím víc nevěra, je pokřivením podstaty lásky; v důsledku toho se objevují odchytky ve vývoji dítěte.

Stálá úporná práce unavuje a unavený kůň potřebuje jak oves, tak bič. Oves – to jsou všechny vitaminy, minerální látky a rovněž povzbuzující a tonizující prostředky, které zvedají náladu a dávají sílu i chemické látky, na něž se v poslední době začala lepit nálepka „přírodní“. Přání stát se dokonalým nás nutí věřit jim a používat je. Nikoho nelze odsuzovat – tyto prostředky jsou skutečně dobré a věda to potvrzuje. Skutečně dobré znamená dobré na materiální úrovni, poněvadž na úrovni *skutečné pravdy* jenom dobré nebo jenom špatné nebývá. Zvláště efektivně postaví člověka na nohy hormony, jen se otočíš a už běhá – takže užijete je ku zdraví! A podíváme se, co z toho bude! Doufám, že moji ironii – smích skrz slzy – neberete vážně.

A ještě víc člověka postaví na nohy mimomanželské styky. Na jak dlouho, to už je věc jiná. Velkou novou lásku a milostné úlety mnozí lidé považují doslova za nezbytné, poněvadž tím, přinejmenším sobě, dokazují, že jsou lidmi moderními, pokrokovými. Kdyby věděli, že důsledkem takového života může být dítě s odchylkami ve vývoji, udělali by všechno, aby se dítě nenarodilo. Muži se v podstatě tak chovají, ale oklamaná žena či milenka, která chce dokázat svou lásku, máří mužské plány.

O tom všem se dá obrazně říci, že z normálního slepičího vejce se lidé snaží udělat pštrosí. To jest, z malého špatného se snaží udělat velké dobré. Výsledkem je třeba i velké, nikoli však dobré, ale špatné. To znamená, že výsledkem je **podobnost vejci**. Jak jinak nazvat člověka, který má od narození zkrácené ruce, nohy nebo je vůbec bez končetin? V posledním případě se jedná o to, že končetiny chybí nebo ztratily svou funkci v důsledku nemoci či úrazu.

V životě se častěji setkáváme s duchovní podobností vejci. Vyjadřuje-li se mládež o někom kriticky, můžeme slyšet: „*Je jako vejce – všechno ho obteče, všechno jde mimo něj! Vůbec se na něj nedá spolehnout!*“ To znamená, že když člověk chce být pro všechny dobrý, v neštěstí se s ním nedá počítat. V krizové situaci není schopen komukoli pomoci, protože se sám stává bezmocným.

Muž a žena, kteří cítí komplex méněcennosti, a chtějí proto jakýmkoli způsobem dokázat svou nadřazenost, chtějí totéž ve vztahu k sexu a budoucím dětem. Svě znepokojení drží v sobě, zamlčují ho dokonce jeden před druhým a mohou si natolik shodně přát jedno a totéž, že se dítě narodí se symetricky nevyvinutými rukama a nohama. Uznají-li oba rodiče svou chybu a napravují ji, je možné, že ruce a nohy dítěte se vyvinou normálně. U novorozence to probíhá rychle, vždyť hlavní jeho činností je růst.

Materiální dokonalost chce být prospěšná. To znamená, že čeká, aby byla využívána. Když ji používají, je šťastná a připravena dát první poslední, až do té doby, dokud nenastane krize, v níž vznikne zloba, že byla využívána k ziskuchtivým cílům některých lidí. Čím více se dokonalost bojí, že bude nepotřebná, neb její úroveň je ve srovnání s ostatními příliš vysoká, tím rychleji se jí to stane. S dokonalostí, která stojí dlouho naplano, se stane totéž co s dlouho ležícím vejcem – zatuchne. Nesnesitelné ponížení kvůli vlastní nepotřebnosti mění člověka v **zatuchlé vejce**.

Dokud si dokonalosti člověka všímá okolí a ještě k tomu je jím zdůrazňována a vychvalována, člověk setrvává v **pštrosí lehkomyšlnosti**. Příčinou toho jsou dogmatické představy, že srdce může být klidné, protože poslušně dělám vše, co se ode mne žádá

a žádáno je pouze dobré. Člověk, jenž takhle myslí, nechápe, proč ho jakékoli pocitové vnímání nutí někam se schovat a strčit hlavu do písku. Pštroší bezstarostnost na něj přivolává těžké starosti. Stejně těžké jako je váha samotného pštrosa, jenž kvůli vlastní tíze není schopen vznést se k nebi, přestože je ptákem.

Můžete říci, vždyť jsem se vším počítal, když jsem pro dítě vytvářel absolutně bezstarostný život. Ano, počítal jste se vším, ale nechápete, co to je starost a péče a co bezstarostnost. Pštroší bezstarostnost může člověk naštěstí osvobodit. Jsem přesvědčen o tom, že genetické poruchy u dětí, když už vznikají, se dají i odstranit, avšak představuje to dlouhodobou, velkou trpělivost vyžadující systematickou práci na sobě.

Obecně řečeno, **stydí-li se člověk za své pocity** a proto se považuje za nešiku a to nejen ve vztahu k práci, ale i ve všem ostatním, například ve vzájemných vztazích s lidmi, může se mu přerušit vývoj rukou (od zápěstí po konečky prstů) a nohou (od kotníků po konečky prstů). Myšlenky o vlastní neobratnosti člověka často navštěvují dodatečně a představují dvojitý trest za chybu, za niž člověk beztak už dávno zaplatil. *Přílišné* lpění ať již na komkoli ve jménu přátelství nebo lásky, slepá důvěra, sebezapírání, přísluhování, skutečnost, že člověk se v rukou druhého změnil v nástroj, může způsobit, že se sám na sebe rozezlí a *proklíná se za vlastní hloupost*. Pokud se to stalo v předcházejícím životě, může se v nynějším životě narodit s nevyvinutými rukama nebo nohama v tom či onom stupni. Přičemž si vybere rodiče s analogickým způsobem myšlení.

Zvlášť těžká zkouška je připravena pro ty, kteří se považují za lepší než jsou druzí. Když člověk **proklíná sám sebe, provokuje stejný postoj ze strany okolí** a toto vše dohromady může mít za následek velmi těžkou formu fyzického znetvoření v následujícím životě. *Rodiče, kteří se proklínají analogickým způsobem*, k sobě takové dítě přitahují. Například dítě, které v minulém životě v *duchu* lpělo na milovaném člověku, příteli nebo společenském postavení a doufalo, že si zařídí šťastný život, se narodí rodičům, z nichž alespoň jeden se přesně stejně drží druhého, neboť bez něj by byl ničím. V předcházejícím životě byl zavržen kvůli tomu

samému. Obviňuje a proklíná více sebe než druhé a nepochopil, proč se toto neštěstí stalo právě jemu. Nyní se narodil bez prstů. Aby se naučit nechytat se druhých.

Rodiče, jimž se narodilo dítě s nevyvinutými končetinami, mu mohou pomoci osvobozením vlastních stresů. Co je to za stresy? *Stud za vlastní nedokonalost a přání, který člověka přinutil bát se a chytat se blízkého člověka, aby o něj nepřišel. Strach otevřít se a vítat život s otevřenou duší. Přání být dokonalost sama. Stud za nepřitažlivost, hloupost, neobratnost, nešikovnost a další nedostatky. Stud za vlastní zrůdné myšlenky.* To jsou složité stresy, které by bylo třeba osvobodovat postupně spolu se stresy jednoduššími, které v sobě nacházíte.

Aby se dítě nenarodilo s fyzickými vadami, je třeba změnit vlastní postoj k nim. Každý člověk, jenž se ještě nenaučil být Člověkem, je potenciálním rodičem, babičkou/dědečkem nebo prababičkou/pradědečkem dítěte, které se narodí s odchylkami ve vývoji. Čím víc se člověk považuje za lepšího, pořádanějšího, morálnějšího, dokonalejšího, neomylného atd., tím méně je schopen pochopit, že **člověk s odchylkami ve vývoji je také člověkem**. Udělal chybu v předcházejícím životě, jelikož se pokládal za absolutně kladného. Byl-li mu dokázán opak například tím, že ho nepokrytě využívali, udělal ještě jednu chybu: rozhněval se na sebe a přál si potrestat se za vlastní hloupost. *Trest, jenž se z toho či jiného důvodu nerealizoval v předcházejícím životě, se realizoval nyní.* Možná, že se dokonce i potrestal, například se donutil trpět, považoval to však za nedostatečné.

Příklad ze života

Byl u mě pacient, který v předcházejícím životě nespáchal sebevraždu kvůli smyslu pro povinnost k rodině. Když byl podlým způsobem připraven o existenční prostředky, omrzly mu ruce a chodidla. Styděl se žít v ponížení, hledal rychlou smrt a dočkal se jí po dlouhém utrpení poté, co živořil v úplné bídě, jež vystřídala velkou slávu a přepych. Ty, kteří ho odsoudili k hanbě, považoval současně za elitu společností i za hnusné zrůdy a nemohl se zbavit pocitu, že sám je jedním z nich.

[188]

Stud žít jako zrůda u něj zůstal v minulém životě nerealizovaný. Do nynějšího přišel, aby ho realizoval. Narodil se bez prstů na ruce a nohy, se zkrácenými chodidly. Díky babičce a rodičům prsty a chodidla dítěte začaly viditelně růst, protože rodiče si přiznali analogický způsob myšlení a hned se pustili do nápravy svých chyb. Kromě toho rovněž využili alternativní i klasické způsoby poskytnutí pomoci. Chirurgický zákrok se rozhodli odložit už v počátečním období.

Ať nazýváme člověka s odchylkami ve vývoji jak chceme, je třeba si uvědomit, že je naším učitelem. Jeho nynější existence je nutná jak pro něho samého, tak pro nás. Učí, že jestli ty, milý člověče, myslíš stejně jako myslel on v předcházejícím životě a jak mysleli tví nynější rodiče a prarodiče, může stejné neštěstí postihnout tvé děti nebo vnuky. Neumíš se stát dokonalým, ale budeš se jím stávat. Pokud jsi to nedokázal sám, zvláště usilovně zatoužíš po tom, aby se dokonalými staly další generace.

Podstata karmického dluhu, který na člověku s odchylkami ve vývoji leží, je krátce charakterizována slovem **ZRŮDA**. O čem toto slovo vypovídá? Tuto otázku jsem pokládala mnohým. Odpovědi byly různé, stejně jako lidé. Od úplné lhostejnosti po nespoutaný výlev emocí.

Možná se Vám to, co nyní řeknu, bude zdát kruté, ale vždyť i zrůdnost je svým způsobem životní krutostí. Kdo v předcházejícím životě jednoznačně a kategoricky změnil někoho – třeba i sebe samého – ve zrůdu, má v osudu psáno, že sám bude mrzákem v životě současném. Nynějšímu dění možná předcházelo mnoho životů, během nichž v *myšlenkách* někoho zrůdou nazýval. Následovaly životy, kdy to nelítostně říkal *nahlas* a po té životy, kdy to vlastnoručně, nebo svými příkazy přímo nebo nepřímo *dělal*. Nyní bude muset plody svého chování okusit, aby už nikdy stejnou chybu neopakoval.

Zrůdou se stává ten, kdo padá z vysoka. Dereme-li se k výšinám, odsuzujeme se k pádu a provokujeme lidi, aby nás shodili dolů. *Nejúspěšněji pádu napomáhají* naši blízcí: *rodiče, manžel,*

děti, přátelé. Nešetří nás ani bývalí stejně smýšlející lidé. Čím vyšší, nádhernější a ušlechtilější jsou cíle, tím silnější, bolestivější, zruďnější, více zarmucující a krutá je rána, kterou zasadí.

Míří-li člověk k výšinám, pozvedá sebe nebo snižuje druhé. Obvykle se děje jedno i druhé. Proto po pádu člověk obviňuje jak sebe, tak ostatní. Kdo spadl z výšky v předcházejícím životě a ještě nestačil porozumět podstatě svého pádu, přichází na svět s fyzickými vadami, jejichž úkolem je zabránit, aby se mstil a mrzačil druhé. Například člověk, který byl obviněn z krádeže a usekli mu za to prsty, nebude mít klid, dokud se nepomstí. Tu drobnou krádež nespáchal. Ve skutečnosti však spřádal plány na krádež hodně velkou, ale když přišel o prsty, byl nucen od plánu ustoupit. Již několik životů za sebou mu život brání, aby se stal zlodějem. Neuvědomí-li si své duchovní pochybení díky fyzickému utrpení, čeká ho fyzická zkouška podstatně surovější.

Člověk, kterému byla zasazena duševní rána a on ji neodpusťtil, přichází na svět s vrozenou srdeční vadou. V opačném případě by možná někomu zasadil fyzickou ránu do srdce a stal by se vrahem. Kdo přišel cizím zaviněním o nohu, očekával, že mu zmrzačení bude vynahrazeno, ale nedočkal se, ten se narodí bez nohy. Jinak by z někoho udělal invalidu. Způsobil by například havárii, v níž by někdo přišel o nohu. Člověk, jenž prožil nesnesitelnou hanbu a ponížení v předcházejícím životě, přichází na svět s tajným přáním zlámat vaz tomu, kdo mu ublížil, čeká ho však porodní trauma. Karmický dluh si tedy nyní nezpůsobuje, ale vykupuje ho. V životě je to zařízeno tak, že jednou děláme chyby, podruhé je napravujeme. Totéž se týká rodičů. Velké chyby jsou vykupovány následujícími pokoleními. Kdo to nepochopil, bude muset svou chybu vykoupit trochu později – ve svém následujícím životě.

Svým fyzickým znetvořením vykupuje člověk karmický dluh předaný od rodičů a jejich rodičů, v jehož základu se nachází **negativní postoj k mrzákům.**

Mnozí lidé, kteří měli z lidí s vadami strach, si hledají práci, v níž je nutné o ně pečovat. Začínají se k lidem s vadami chovat

s láskou a vykupují tím svůj karmický dluh. Kdo není schopen v sobě najít lásku, uteče k jiné práci a dále mrzáky přezírá. Kdo se k člověku s odchylkami v duševním nebo fyzickém vývoji chová jednoznačně jako ke zrůdě a nevšímá si lidské hodnoty v něm, prohlubuje svou chybu. Takovým lidem se narodí defektní dítě nebo vnuk. Při péči o něj si člověk uvědomí, že každá mince má dvě strany. Kdo i nyní přezíravě odmítá svou životní lekci, tomu je souzeno narodit se jako zrůda v příštím životě a budou se k němu chovat přesně tak, jak se on sám choval k lidem s vadami v životě nynějším.

Zákon života říká:

**Strach přitahuje špatné,
pocit viny slouží jako půda
k jeho růstu,
zloba ničí špatné,
které sama zasela.**

Nevyzná-li se člověk v tom, co je správné a co *nesprávné*, snaží se o správné, nazývá je dobrým a sebe správným. Všechno *nesprávné* přezírá, popírá, odmítá, kritizuje, zakazuje, odstraňuje. Zkrátka ničí. Protože na pozemské úrovni žádnou energii zničit nelze – *může se jediné změnit v jinou energii – je-li změněna*, začne se vyvíjet nesprávně. Což znamená, že **nemá-li možnost vyvíjet se svobodně přiměřeně potřebě, začne se vyvíjet nesprávně úměrně vynucenému stavu**. V důsledku toho dříve nebo později dojde právě k nesprávnému, **defektnímu vývoji**. Každé odchylce ve vývoji předchází nesprávný, zruďný způsob myšlení, jehož nositelé ho považují za znak rozumu, inteligentnosti a vzdělanosti.

Čím silnější je v člověku *strach ze zruďnosti jakéhokoli druhu*, tím víc ji k sobě přitahuje a tím zuřivěji se snaží už v zárodku ji zničit. Když muž i žena hodnotí někoho z okolí nebo nějaký životní jev, mohou, aniž by to sami zpozorovali, použít slovo „zrůda“. Domnívají se, že mají ve všem pravdu, stále kritizují druhé, nazývají je zrůdami a dozajista se jednou pustí jeden do

druhého. Člověk vyvedený z míry poprvé řekne svému manželovi žertovným tónem se zdánlivým klidem: „Ty jsi ale zrůda“ a předpokládá, že partner to přijme jako žert. Kdo má rád kruté žerty, možná to tak i vezme. *Odpoví-li však stejně, znamená to, že to vzal jinak.*

Musí-li dítě poslouchat takové slovní bitvy rodičů, může onemocnět životu nebezpečnou nemocí. Zeptáme-li se dítěte, které kvůli tomu onemocnělo, až dospěje, co pro ně znamená slovo „zrůda“, může se mu zablokovat myšlení do té míry, že se bude dušovat, že takové slovo nikdy neslyšelo; alespoň ne od svých rodičů. Ve skutečnosti se ze všech sil snaží si to nepamatovat. Strašně se stydí na to vzpomínat.

Zrůdnost představuje ponižující postoj ke špatnému, tedy prohloubení špatného.

Neuvědomují-li si lidé, že v ostatních spatřují sebe samé, jejich životní lekce se stává drastičtější. Možná se jejich dítěti přihodí něco, kvůli čemu se stane invalidou nebo spojí svůj život s člověkem, který *se v průběhu života stal invalidou nebo má odchylku ve vývoji*. Některý člověk k sobě defektní partnery přitahuje tak dlouho, dokud si jednoho z nich nevybere. Cit mu napovídá, že s ničím lepším nemůže počítat. Nejspíš ho však ani nenapadne, že jeho duše – podvědomí k sobě přitáhla principiálně stejného člověka. Duchovní invalidita jeho rodičů nebo duchovní zrůdnost, snaha, aby jeho bližní ztratili půdu pod nohama, měla za následek principiálně stejnou fyzickou invaliditu u dítěte nebo partnera. Proč? Vždyť od prvopočátku dítě takové nebylo. Ano, nebylo, jeho energie zrůdnosti se však rozrostla do nadkritických rozměrů tím, že převzalo názory rodičů. Proč? Protože se svým rodičům chtělo příliš zavděčit. Doufalo, že díky tomu budou lepší, hodnější, láskyplnější.

Je zvykem považovat za invalidy osoby s fyzickými nebo duševními odchylkami. Z nějakého důvodu se lidé nezamýšlejí nad tím, že člověk, jemuž byl chirurgickou cestou odstraněn nějaký orgán, je v podstatě také invalidou. Dítě, které po takové zkoušce lpí na rodičích jako dřív a chce se jim zavděčit až do té míry, že

dává v sázku svůj rodinný život, si může vysloužit teratom – nádor (lat. *teratoma*), jenž představuje přílišné nahromadění zrůdnosti. Teratom vzniká *ze zoufalého přání odpovědět viníkům svého utrpení jejich slovy*, která však zůstanou nevyřčena.

Teratom vzniká z přílišných heroických utrpení, kvůli zrůdnému myšlení, kdy se člověk sám neodvažuje řešit, jak má žít. Teratom je nádor, který dosti často bývá zhoubný. Je-li zhoubný, znamená to, že se za nadávkou „zrůda“ skrývala zlomyslnost, přání pomstít se, zmrzačit, zničit život, přání trvat na svém a dokázat svou nadřazenost. Ustrašené dítě, které přebírá rodičovský postoj k životu, do sebe ze všech stran vtahuje analogickou energii. Zvláště těžké utrpení je čeká, když samo je chudé a je nuceno žít uprostřed materiálního blahobytu. Proč? Protože zrůdný postoj k životu je ze všeho nejvíc vlastní lidem, kteří se považují za lepší, než jsou druzí. Domnívají se, že mají právo chovat se povýšeně k opravdovým mrzákům i k lidem, kteří nezvládají svůj život. Slovně to možná odmítají, ale protože myšlení je činnost, projevuje své působení.

Pokud se lidé přesvědčení o své nadřazenosti chovají velkodušně a dobrotivě k dětem, které se narodily jako mrzáci, ke zdravým, ale v životě neúspěšným lidem se chovají způsobem přímo opačným. Zvláště těžké to mají jejich vlastní děti, které rodiče velkodušní ve vztahu k druhým, vychovali jako nemohoucí a bezmocné. Demonstrativně laskavé chování rodičů k ostatním způsobuje, že vlastní dítě začne toužit po tom, aby onemocnělo a bylo invalidní. Naděje, že okusí rodičovskou lásku, může mít ve skutečnosti za následek neštěstí.

Není-li přání dostatečně velké, nebude se realizovat dříve, než si trpící dítě pořídí své vlastní dítě, v němž se budou nevyhnutelně nacházet stejné energie. Nyní se dětská invalidita stane ponaučením pro tři generace.

Je-li člověk stále potlačován, začne se považovat za nešiku, kterému se nic nedaří. Ani duchovně, ani duševně ani fyzicky. Při každém novém neúspěchu si začne nadávat, nazývat se idiotem,

nešikou, slabochem, zrůdou. Kdo se k sobě neumí chovat jinak, bude se muset někdy ještě jednou přesvědčit o tom, co je za nermroucha, když nedokázal ani počít ani porodit normální dítě. Ve vlastních očích je zrůdou, ze které se zrodila další zrůda. Neposlechl rodiče a dostal, co chtěl. Ve skutečnosti je neštěstí v tom, že slovům rodičů naslouchal až moc. Kdyby krutá slova na svou adresu použil jedním uchem tam a druhým ven, nestalo by se tak strašné neštěstí.

Krutého trestu rodičů se zpravidla dostane zbloudilá dceř, která *si kvůli pokání přeje být skrz-naskrz pozitivní*. Přebírá názory rodičů a v budoucnu se už bude hodnotit, to jest trestat sama. Matka, jež se dcery zeptá: „*Který mrzák ti tu zrůdičku udělal?*“ – sama vůbec netuší, že právě značkou kvality ocejovala výrobek – polotovar, jehož jméno je vlastní vnuk.

Můžete namítnout, že žádná matka vlastnímu dítěti nic takového neřekne. Máte pravdu. Matka nic takového neřekne, zato dobrá matka může říct i něco horšího. Kdyby byly slovní výpady matek zřídka jevem, nepsala bych o nich. Kdyby dobré matky věděly, kolik škody způsobí vlastním jazykem, nechovaly by se tak.

Odpouští-li člověk své matce, cítí v duši klid a jeho tělo dostává možnost překonat nemoc. Odpouštíme-li, napravujeme její chyby duchovně. Prosíme-li o odpuštění své děti, napravujeme duchovně vlastní chyby. Odpouštíme-li sobě a uvědomujeme-li si své chyby, napravujeme je rovněž i materiálně.

Svou hřivnou přispívá i otec, jenž vedle ženy neumí zůstat mužem a otcem a projevuje své city s ohledem na okolnosti. Odpouštíme-li otci, začneme ho chápat. Zjistíme, jak velká je závislost muže na ženských emocích, které se ženou ztotožňuje a proti nimž je absolutně bezmocný.

Další rozšířenou chybou je ponaučení: *neříkej hanlivá slova a nadávky*.

Příklad ze života

„*Co Vám říká slovo zrůda?*“ – zeptala jsem se ženy, jejíž dítě má Downův syndrom. Odpověď následovala okamžitě: „*V naší rodině bylo zakázáno takové slovo říkat.*“ Toto pravidlo zavedla

matka, poněvadž její sousekka, když mluvila o jiných lidech, toto slovo vždy používala, dokud sama neporodila dítě – zrůdu.

Matka nebo otec, kteří dávají dítěti ponaučení: neopovažuj se nazývat někoho zrůdou, jestli nechceš, aby se narodila zrůda tobě, mají dobrý cíl. Bohužel si neuvědomují, že kdyby nebylo strachu ze zrůdnosti, nic takového by je ani nenapadlo. Pokud strach existuje, věnuje se pozornost právě tomu, že někdo, kdo nazýval lidi zrůdami, sám nakonec má dítě s odchylkami ve vývoji. Rodiče zakáží sobě i dítěti toto strašné slovo říkat a doufají, že teď bude všechno v pořádku. Narození dítěte s vadami ve vývoji však ukazuje, že odpovídající energie dál žije v mysli i v paměti.

Abychom dítěti pomohli, všichni zúčastnění by měli osvobodit energii pohrdavého postoje. Čím je dítě starší, tím je těžší napravit jeho fyzické nedostatky. To by však rodičům nemělo bránit v péči o jeho správný duchovní vývoj.

Příklad ze života

Se stejnou otázkou – co pro Vás znamená slovo *zrůda*? – jsem se obrátila na další ženu, jejíž dítě bylo invalidní v důsledku porodního traumatu. Pozorně se na mě podívala, zamyslela se, zaposlouchala se do sebe a pomalu potřásajíc hlavou pronesla: „*Nic*.“ Svě dítě tak nikdy nenazvala ani v myšlenkách. Proto „zrůda“ k ní nemělo jakoby žádný vztah. Za pár minut se najednou nezdramitelně rozplakala. Ukázalo se, že se vždy *cítila být* zrůdou kvůli svému vysokému vzrůstu, širokým kostem a v poslední době i kvůli nemalé váze.

Ve skutečnosti na jejím vnějším vzhledu nic zrůdného nebylo. *Do jejího postoje k sobě samé se přenesla hodnotící kritéria předaná její matkou.* Kladnou stránkou této neveselé historky je to, že žena své dítě miluje a díky tomu se děcko sice velmi pomalu, ale přece jen uzdravuje. Ostatní to nevidí, ale matka to cítí i vidí. Cítí a ví také to, že kdyby její dítě najednou rychle vyléčili, část lekce by zůstala neosvojená a to by v budoucnu vedlo ještě k většímu neštěstí.

Z tohoto příkladu vyplývá jednoznačný závěr: přírodní zákon, podle něhož k sobě podobné přitahuje podobné, stále zůstává

v platnosti. **Duchovní zrůda k sobě přitahuje fyzickou zrůdu** s tím, že když budou mít rádi jeden druhého, začnou mít rádi i sami sebe. Vždyť jeden v druhém vidí sám sebe. Nazýváme-li věci svým jménem, je snazší uvědomit si podstatu problému. Jak vidíte, nazvala jsem ženu zrůdou, protože ona se jako zrůda *cítí*. Žena ví, že si to nemyslím, a že určující význam má myšlenka. Dokud neodmítne hledání svých chyb a jejich nápravu, ani já jí neodmítnu pomoc. Naděje žije v každém z nás. Otec dítěte má naštěstí stejný názor.

Dokonalost a zrůdnost jsou dvěma stranami jednoho celku.

Čím silněji si člověk přeje být dokonalý a udělat dokonalými své děti, tím rozsáhlejší zrůdnost se v něm skrývá. Ze strachu odhalit v sobě zrůdu, jež o sobě dává vědět, se rodí strach ze zrůd. *Člověk bohužel nechápe, že mu není dáno cítit nic jiného, než to, co je v něm samém.* Kdyby nebylo tohoto strachu, vztahy mezi lidmi by nebyly tak zmrzačené.

Relativní počet zrůdností a všemožných invalidit na celém světě roste. Abyste se před podobným neštěstím ochránili, naučte se slyšet, co lidé říkají, jak vyjadřují své postoje. Vzpomeňte si, jak se chovali ke špatnému a jak se o něm vyjadřovali Vaši rodiče a rovněž jejich rodiče. Čím povýšeněji a opovržlivěji byly názory pronášeny, za tím dokonalejší sami sebe považovali. To znamená, že ze sebe potřebujete osvobodit lživou dokonalost, vždyť jste složeni z energie svých rodičů. Přiznejte si vlastní chyby spolu s chybami předcházejících generací a osvobodte je, neboť jiný způsob, jak se zbavit dané energie, neexistuje.

Člověk s fyzickými nedostatky disponuje svými zvláštními duchovními schopnostmi, *kteří se projevují, když se k němu okolí chová jako k plnohodnotnému člověku.* Když není odstrkován, ponižován a lidé ho nepovažují za horšího, než jsou sami. Obvykle se to daří špatně, neboť dítě – zrůda vyvolává nepřízeň. Je zosobněním neochoty líbit se rodičům. To znamená, že má své rodiče rádo a přišlo na svět, aby je poučilo, nenašlo však jiný způsob, jak rodičům ukázat jejich chyby, neboť jiné argumenty by

nevyslyšeli. Protože protest rodí protest, v rodině, kde je invalidní dítě, je nemožné bez předcházejícího odstranění stresů bezvýhradně milovat. Že se to snaží dělat, aby se ukázali před okolím, to už je jiná kapitola. Taková láska není pravá a nemá léčebný efekt. V lepším případě stav invalidy zůstane jako dřív.

Duchovně zdravý muž – invalida je schopen lépe než druzí vynalézat mechanické nebo elektronické pomůcky určené pro fyzické invalidy, protože přesně zná potřeby strádajících. Mozek takového muže je schopen vymyslet nebo vynalézt nejlepší prostředky, možnosti, cesty a zákony k poskytnutí pomoci trpícím v jakékoli oblasti života. V tomto směru má jeho mozek prakticky neomezený potenciál. Každý z geniálních filozofů, vědců i vynálezců si touto cestou kompenzuje svůj vlastní nedostatek.

Duchovně zdravá žena – invalida je nejlépe ze všech schopna svou láskou stmelit rodinu a společnost. Umí vdechnout duchovnost těm, kteří zabředli do materiálnosti a nenápadně uzemnit rozbourěný vzlet duchovnosti. Taková žena má velkou a laskavou duši stejně jako matka země, pro niž jsou všichni lidé jejími dětmi. Ani ona necítí duševní muka kvůli svým fyzickým vadám. Duchovně zdraví invalidé jsou schopni cítit se v jakémkoli kolektivu jako ve vlastní rodině a díky tomu požívají úcty.

Kde však jsou duchovně zdraví invalidé? Téměř nejsou, protože rodiče je svými nářky duchovně degradovali na úroveň ústavů pro handicapované. Přání líbit se tedy ani nedovoluje optimálně vykoupit karmický dluh.

VE SVĚTĚ, KDE PANUJE PŘÁNÍ LÍBIT SE

Chcete se líbit?

Chcete.

Líbí se Vám sebevrazi?

Nelíbí.

Tudíž, chcete být sebevrahem, ale sebevrazi se Vám nelíbí.

Přání líbit se ničí osobnost. V jazyce stresů znamená sebevraždu. Čím silnější je přání líbit se všem napořád, tím rychleji dojde i k fyzické sebevraždě. Alternativou jí může být neštěstí, do něhož člověk spadne vinou okolností, například výjimečná situace, automobilová nehoda, živelní pohroma. Copak řízení auta v opilosti není sebevraždou? A řízení ve stavu duševní rozervanosti – copak to není sebevražda? A přání nežít – copak to není sebevražda? Je.

Positivní způsob myšlení, to jest způsob myšlení, podřízený přání líbit se, což je vyjádřeno příjemným chováním, má vlastnost přikrášlovat formu, aby lahodila oku, nikoli však duši. V důsledku toho hyne obsah.

Sledujte, do jaké míry jste večer vyčerpaní, když jste se celý den snažili líbit se okolí. Přáli jste si zlepšit kvalitu svého života, to se však nezdařilo, navzdory tomu, že Vaše přání líbit se, *se líbilo* většině těch, s nimiž jste se během dne setkali. Odpovídali Vám tímtež, Vy však cítíte, že nikomu z nich byste nemohli otevřít duši. Můžete říci, že všechno je dobré, dokonce tomu sami věříte, jen v duši máte úzkost. Dopřáváte hlavě zábavu, abyste se poté ponořili do těžkého spánku. Bez alkoholu nebo utišujících prostředků usínáte stále obtížněji.

Ráno vše začíná znovu, dokud číše trpělivosti nepřeteče. Už nemohu dál, protože nechci. Nemoc ukáže, jaké následky má přání líbit se tentokrát. Pocit viny, smutek a sebelítost udělají své.

Pocit viny vyvolává pocit únavy, depresi a apatii.

Smutek vyvolává pocit tíhy.

Použijete-li slovo „těžký“ v jakémkoli významu, vždy znamená smutek, který se rodí z bezmocnosti vyřešit problém. Je mi těžko na duši, tělo těžkne, mám těžkou hlavu, ruce, nohy, tašku, práci. O těžkostech, na které síly nestačí, už ani nemluvě. To vše znamená, že člověk nenachází východisko, neumí řešit své problémy, jelikož jeho hlava je zablokovaná strachem. Vyjádřeno jednodušeji, neumí žít lidsky, všeho chce dosáhnout silou.

Můžete namítnout, že osvobodíme-li svůj smutek, ta mnohatunová tíha lehčí nebude. Ona lehčí nebude, ale na duši se ulehčí,

což dovolí vymyslet způsob, jak si s mnohatunovou tíhou poradit. Přestane být vnímána jako tíha a důvod litovat se zmizí.

Přání litovat se představuje *život, ve kterém vévodí city*, tedy život výhradně v materiálním světě. Slovo „cit (pocit)“ se používá v různých formách, v různých spojeních a kontextech. Cítit, cítící, citlivý, necitlivý, necitelný, bouře citů, vyjádření citů, smyslové orgány, klamání citů, zakalení citů, zvýšený pocit, přízemní pocity, jemnocit, smysl pro humor, zbavit se pocitů a množství dalších.

Tyto příklady jsem uvedla nikoli proto, že pochybuji o Vaší znalosti jazyka. Toto lexikum dokazuje omezenost našeho vidění světa.

Pro člověka žijícího emocemi je přání líbit se přirozené a ani ho nenapadne, že se dá žít i jinak. Je připraven nepřetržitě se usmívat nejvíce okouzlejícím úsměvem, pronášet s patosem nadšené řeči, s vděčností přijímat všechno, co mu dávají – hlavně, aby se nikoho nedotkl. Snaží se postřehnout i tvé nejmenší přání, aby je ihned splnil. Pokud přání splnit nemůže nebo nechce, má k tomu velice pádné, na něm nezávisějící důvody, které vytrubuje do všech stran, jen aby si o něm nikdo nemyslel nic špatného.

Ochotně přijímá, co mu dávají a o své, těžce vydobyté, se dělí nerad. Při vší jeho výřečnosti a sklonu poučovat, od něj opravdovou věcnou radu neuslyšíš, protože nechce a neodvažuje se vzít na sebe odpovědnost. Samé uhlazené řečičky, nic kloudného ani rozumného. Za vším se skrývá **naprosto věcný kalkul** – nevyjadřovat se o nikom špatně pro případ, že by někdy bylo třeba jeho služeb. Člověk může přáním líbit se nasáknout do té míry, že se stane dětsky naivním. Popisuji člověka s krajními projevy přání líbit se, neboť doufám, že Vám tento popis pomůže najít stejné rysy v sobě samém.

Když lidé, kteří se chtějí líbit, onemocní, je s nimi velká patálie – *nepřijímají pomoc*. Uvázli v bažině nemoci po krk, o pomoc však žádají polohlasem, aby nikdo později nemohl říci, že řvali jako tur.

Natáhnete-li k nim ruku a řeknete prostě: „*Chyťte se*“ a obejdete se přitom bez zdvořilostních frází, pohrdlivě zkříví ústa a pomoc odmítnou. Aby nevznikl pocit, že Vámi pohrdají, odvrátí

hlavu – jakoby nic nevidí a neslyší. Jelikož víte, čím to všechno skončí, padnete na okraji bažiny na kolena a křičíte, aby se chytili Vaší ruky. S milostivým úsměvem natáhnou svou ručku, aby bylo jasné, že *dobrodiní prokázali oni Vám*. Ve skutečnosti se takhle chová nikoli člověk, ale jeho stres. Kdyby člověk uměl vidět sám sebe zvenčí, to co by spatřil, by bylo do té míry šokující, že by se pustil do vlastní nápravy.

Stres je síla, která strhává dobrého člověka pod sebe a nutí ho dělat to, co by za žádných okolností dělat nechtěl.

Přání plodí další přání. Čím silnější je přání líbit se, tím větší měrou člověk přehlíží rodinu a své blízké, ve snaze zalíbit se celému světu. Čím početnější je dav, vzdávající chválu nějakému člověku, tím je pravděpodobnější, že nemá rodinu. Buď už nemá, nebo ji nikdy neměl, protože přání líbit se bylo od dětství tak velké, že mu zabránilo zabývat se lidskými hloupostmi. Přání líbit se neumožňuje uvědomit si, ze kterého konce začíná život.

Lidé, kteří nejsou schopni uspořádat si vlastní život a založit rodinu, často vyhlašují, že principiálně zasvětili svůj život službě společnosti. Posluchači na takového mimořádného člověka zírají zamilovanými očima a volí ho jako svého představitele. Přání líbit se je stresem, jenž svádí dohromady lidi stejného typu. Brzy jsou obě strany zklamány jedna z druhé, neboť prožít život ve snaze líbit se je nemožné. To znamená, že i když je rozum připraven vést objektivní, čestný a poctivý rozhovor o reálných rozumných věcech, ústa pod působením stresu zpívají subjektivní chvalo zpěv. Později se možná bude za svou chvalořeč stydět, leč co bylo řečeno, zpátky se vzít nedá.

Přání *líbit se lidem* dělá z člověka tribuna lidu, dokonce i představitele moci – i když mu Bůh nedal kvality vůdce. Představitel moci, jenž se chce líbit lidu, dává obyvatelstvu překrásné sliby, které je nemožné splnit, neboť není v silách ani jednoho vedoucího pracovníka jediným mávnutím ruky obšťastnit tolik lidí. Ti však čekají a chtějí své a *nepřemýšlejí o tom, že chtějí nemožné*. Lidé chtějí, aby šéf byl především sympatický, to jest takový, jenž

[200]

se líbí. Jejich nespokojenost podlamuje pozici vedoucího pracovníka a ten začíná chránit své křeslo silou své moci. Aniž by to sám chtěl, přináší zkázu stejným lidem, kterým se chtěl ještě nedávno líbit. Současně si lidé vyřizují účty se svým vůdcem, který se jim ještě nedávno líbil.

DŮSLEDKEM PŘÁNÍ LÍBÍT SE je následující:

1. člověk, jenž se chce líbit, se připodobňuje předmětu svého zbožnění:
 - a) *částečné připodobnění* – snaha dosáhnout vnější shody,
 - b) *úplné připodobnění* – snaha jak o vnější, tak o duševní shodu;
2. člověk, jenž se chce líbit několika idolům:
 - a) jak duchovní, tak fyzické rozměňování sebe samého,
 - b) rozptýlení sebe samého mezi ty, komu se chce líbit.

1. Přání líbit se druhému způsobuje, že mu člověk začne být podobný. To znamená, že člověk přestane být sám sebou, to jest osobností. Na počátku se podobnost omezuje na změnu šatníku a vnějšího vzhledu. Člověk zpravidla zkrásní. Tato změna je dobrovolná, uvědomělá. Dále následuje napodobování gest, držení těla, chování, životní moudrosti, šikovnosti, nadání a dalších vnějších kvalit. Opičení se stává samoúčelností. ***Opice představuje energii zacyklenosti na vyšším cíli,*** proto je zde slovo „opičení“ zcela na místě. Ztráty vlastní osobitosti si obvykle lidé nevšimnou, kdyby si jí však všimli, leknutím by se mnozí z nich znovu stali sami sebou.

Provedu upřesnění: ***opice představuje přání stát se člověkem a strach, že se jí to nepodaří.***

Kdyby člověk věděl, do jaké míry se mění, nejspíš by úplně ztratil chuť líbit se komukoli. Nejpomaleji ze všeho se dospělému člověku mění postava. Změny funkcí orgánů a tkání probíhají rychleji. Například zesílení růstu vlasové pokrývky u žen a jeho prořídnutí u mužů probíhá jakoby samo o sobě, když se lidé chtějí líbit opačnému pohlaví, avšak vrátit dřívější normální stav už vyžaduje seriózní práci na sobě.

II. Přání líbit se dvěma lidem současně člověka trhá na dvě půlky. Když spolu tito dva, řekněme matka a otec, nejsou zadobře, může člověk propadnout zoufalství. Přání líbit se nutí člověka pozorně sledovat druhé, aby zachytil i nejjemnější odstín nálady a choval se podle toho. To ještě není příliš složité. Komplikace začínají například v situacích, kdy člověk, jenž se chce líbit, se západem v rozhovoru přitakává nějaké uznávané osobnosti, vychvaluje její dar výřečnosti a najednou se objeví další uznávaný člověk. Jsou-li obě autority mezi sebou ve pří, člověku, jenž se chce líbit, vůbec není do smíchu.

Jsou-li tito dva v přátelských vztazích, líbit se je snadné, výsledek však může být velmi žalostný, protože ve třech kolem sebe vytvářejí natolik odporně nasládlý svět, že ho ostatní lidé nepřijmou. Dítě, které se chce líbit rodičům, staví vzdušné zámky, když se však objeví jiné děti, bezohledněji než kdo jiný vytvořenou krásu ničí. Upřímnost jim nedovoluje přitakávat rozrůstání lži, avšak dobří lidé tohle nechápou.

Když rodiče z jakýchkoli důvodů chrání své dítě před špatnými dětmi, dělají mu medvědí službu. V takových sterilních podmínkách, odtržené od trápení a zkoušek, je dítě ochuzeno o možnost uvědomit si své chyby. Pro koho je přání líbit se důležitější než vlastní život, ten sám sebe ničí. Rodiče se často nemohou dost naradovat z toho, jaké mají báječné dítě. Dokonce ani po jeho smrti nemohou pochopit, že se dítě obětovalo – hlavní je, aby rodičům bylo dobře. Viníky smrti dítěte hledají jinde.

Jací jsou rodiče, takový je pro dítě i okolní svět. Utrpení zakoušená v rodičovském domě pokračují celý život, dokud dítě nenajde samo sebe. Rodiče, kteří se *otevřeně* nesnášejí, působí dítěti, které se chce líbit, *oku viditelné* nemoci. Rodiče *skrývající* konflikty působí dítěti, které se chce líbit, *skryté* utrpení. Dříve nebo později se tato utrpení změní ve stejné nemoci.

III. Přání líbit se mnoha lidem současně vede ke křečovitě-mu zmítání. Strach člověka nutí provést volbu. Kdo se chce líbit dobrým, pustí se do kritizování špatných. Nepřijmou-li dobří lidé jeho oddané snažení a mezitím se ukáže, že někdo ze špatných

k němu chová vřelé city a projevuje péči, popadne ho přání líbit se špatným a nevyhnutelně začne kritizovat dobré lidi.

Člověk chtějící se líbit, je velmi pravděpodobně nadměru aktivním bojovníkem za blahobyt a štěstí lidí a pokud neupadá do krajností, lidé ho mají rádi. Přání líbit se mnoha lidem způsobuje náchylnost ke stádní kultuře – klany, strany, sekty, organizace, v jejichž čele stojí lidé s neúnavnou energií, připravení vždy dokázat, že pravda je na jejich straně, a že spolu se spolubojovníky dělají bohu libou věc, neboť jsou nejlepšími z nejlepších.

IV. Přání líbit se všem vede ke krajnímu rozptýlení vlastní duchovní energie. Čím je přání silnější, v tím větší míře se člověk duchovně rozdává a důsledkem toho je úplná vnitřní duchovní prázdnota. Život ztrácí svou hodnotu i smysl, zůstává jen velký a nedosažitelný cíl. Představte si, že byste se najednou chtěli líbit celému svému národu, nebo dokonce celému lidstvu. Abyste se beroucím zalíbili, museli byste se rozkrájet a rozdávat po kouskách, až do úplného vyčerpání

Prázdnota nic neváží. Opakem duchovní prázdnoty je fyzická olověná tíha. Váha těla člověka, jenž je v tomto stavu, mnohokrát ztěžkne. Až do té míry, že se nenajde prostředek, jenž by ho odtrhl od zemského povrchu a udržel ve vzduchu. *Je odsouzen obrátit se v prach.*

Takovému člověku je vlastní bezuzdná aktivita a pošetilé plány. Když si udělá alespoň trochu známé jméno, domnívá se, že má právo žádat, aby mu byly vytvořeny ještě příznivější podmínky a nejsou-li splněny, propadne zoufalství, které ho provází na onen svět.

Člověk v takovém stavu by neměl usedat za volant, lézt na lešení, závěsné stavební můstky a lávky, neměl by se zabývat sportovní gymnastikou, skákat, houpat se na houpačce a rovněž pěstovat další druhy sportu, které vyžadují obratnost a jsou spojeny s rizikem. V žádném případě ne dříve, než pomine stav duševní prázdnoty. Neměl by létat letadlem ani cestovat lodí. Proč? Protože duchovnímu zániku je možné se vyhnout, fyzická smrt je však nevratná.

Když se na palubě letadla ocitne určitý počet lidí, kteří se chtějí líbit všem, například celému světu, dojde k letecké katastrofě. Proč? Protože promarněná duchovní energie vytváří prázdnotu, která se zaplní energií fyzickou. Vzniká mnohonásobná, neuvěřitelná tíha, kterou je schopna vydržet jedině země.

Přání líbit se všem a každému zároveň říká, že v rakvi se budeš líbit všem, jelikož už nebudeš hodnotit druhé, ani oni tebe. A když tě hodnotit budou, tobě už z toho nebude ani horko ani zima.

Nevysvětlitelné automobilové a letecké katastrofy, záhadná ztroskotání lodí, která se nedají rozumně vysvětlit, podivné bleskové nemoci končící smrtí – k tomu vede *přání líbit se všem*. Kdo říká, že to byla sebevražda, má pravdu. Kdo říká, že to sebevražda nebyla, má pravdu rovněž.

V duchovním smyslu to byla sebevražda, ve fyzickém to jako sebevražda chápáno nebylo. Proč zabíjet, když člověk už byl i bez toho mrtvý? Zpětně je možné obviňovat kohokoli, vždyť v materiálním světě je zvykem hledat viníka, aby mohl být potrestán. Rozmyslete si to raději předem, aby Vaší smrtí nebyl nikdo vinen bez viny. Osvobodíte-li přání líbit se všem, neocitnete se ve společnosti těch, kdo svým přáním líbit se všem vystavují riziku jak vlastní život, tak životy druhých.

Když se chce člověk líbit druhým, přizpůsobuje se jim a přestává tedy žít vlastním životem, udělá ze sebe poslíčka, směje se cizím smíchem a pláče cizími slzami. Dokud nepřijde zoufalství, takový člověk si neuvědomí, že život byl prožit zbytečně. Z první krize se bohužel potřebné závěry nedělají, i když všichni, včetně aktérů samých, si nemohou nevšimnout, že dříve dobrosrdečný člověk se stal nepřívětivým a hrubým člověkem, který **dosahuje cíle jakýmkoli prostředky**. Někdo ho ještě postaru nazývá srdečným, neb ho takového *znal*, ostatní říkají, že je bez srdce, protože takový *se jeví* novým známým.

Čím je takový člověk slavnější, tím víc se mu lidé chtějí líbit a žádný mu nechce říci pravdu do očí, aby se vyhnul nepříjemnostem.

Člověk cítí, že lidem prokazuje dobro, ti si ho neváží a on se kvůli tomu stává nelítostným. V prvním období cítí chladnou lhostejnost ke slabším než je on sám a silnější zasypává hrubými nadávkami. Není daleko doba, kdy člověka, jenž padl vysílením, nechá na zemi umírat a siláka, jenž se na nic neohlíží a dere se dopředu, složí jedním výstřelem z revolveru. Když se takové neštěstí stane, nikdo si už nevzpomene, že tenhle člověk bývával krotkým beránkem, bytostí chtějící se líbit, která není schopna ublížit ani mouše. Nikoho ani nenapadne, že všim je vinen stres, který bylo možné už dávno osvobodit.

Čím silnější je přání líbit se všem, tím ničivější je zoufalství. Maximální stupeň zoufalství je nazýván šílenstvím. Šílenému člověku není už život milý. Takže v duchovním smyslu jsou člověku city k ničemu a ve fyzickém se bez citů, to jest ve stavu šílenství, donekonečna žít nedá.

Když v novinách nebo časopisech vidím článek popisující ctností známého činitele, našeho současníka nebo historické postavy, v němž je nám dáváno za příklad jak **šíleně** je talentovaný, **šíleně** pracovitý, **šíleně** schopný milovat, jakou má **šílenou** fantazii a schopnost obětovat svůj život ve jménu vytvoření něčeho nebývalého, velikého a mocného, propadám zoufalství. Ještě jsem se nenaučila na **idealizaci šílenství** reagovat zdrženlivě.

Snažíme se zalíbit se, aby nás neodstrkovali a neodmítali, aby námi darované bylo přijato. Zvláště, když darované je hodnotné, tím spíš, má-li duševní nebo duchovní hodnotu, neboť nepřijetí hodnot tohoto druhu raní nejvíc. Takové ponížení, které je dávající nucen mlčky snášet, napomáhá vzniku rakoviny. Proto se snažíme líbit se tím víc, čím víc se bojíme si uškodit. Kdybychom uměli své přání líbit se osvobodit, uměli bychom dávat své dary takovým způsobem, aby byly přijaty. A pokud by přijaty nebyly, nedotklo by se nás to. Jako dávající bychom pochopili, že druhý člověk *zatím ještě* není připraven přijmout, co mu dáváme, *protože se dál dívá na svět postaru, skrz prizma svého egoizmu*. To jsem si sama vyzkoušela a dodnes na sobě pracuji, abych nezačala

obviňovat lidi, kteří ze mě dělají svého nepřítele, i když neznají ani mě, ani mou práci. Neskrývám, že práce na sobě je stálá a těžká práce.

Každý by měl vědět, že jednostranné materiální vidění světa, to jest vnímání *smysly, určuje velmi mnohé a je potřeba to respektovat*. Říkat všechno, co člověka napadne, je šílenství. Nikdo by nechtěl poslouchat takové bláboly. Včetně těch, kteří jsou sami zvyklí bez výběru plácát nesmysly. Snaha líbit se přílišným krasořečnictvím je také šílenstvím. Čím více osvobozujete přání líbit se všem, tím nenucenějšími a pro všechny pochopitelnějšími se stávají výrazy, jimiž se vyjadřujete. Dokážete neztrácet důstojnost a říkat bez urážky komukoli všechno, co je třeba. Vaše slova možná bude vnímat každý jinak, neboť každý má své představy, ani jedna duše se však na Vás neurazí. Díky tomu Vás vyslechnou i příště a Vy budete moci ještě něco vypovědět.

Přání líbit se všem má každý. Hlavně, aby nepřeteklo přes okraj.

Příklad ze života

Když jsem tohle všechno vysvětlila ženě, která přišla do ordinace, viditelně zbledla. I když byla vzorná řidička, během posledního týdne se dvakrát chovala za volantem tak, že nezbylo než se divit, jak mohla zůstat naživu. Poprvé měla doslova zatmění a projela křižovatku na červenou. Za pár dní, když zahlédla, červenou vší silou sešlápla plyn, jakoby ji nějaká neznámá síla ponoukala, aby dělala nerozvážené skutky. V jejím podvědomí se uhnízдила špatná předtucha, že se říká – do třetice všeho dobrého a nevěděla, jak se ochránit, kromě strachu. Má slova jí vše vysvětlila a napětí opadlo.

Žena se štvála mezi rodinou a prací, až se zdevastovala do té míry, že své blízké i všechny ostatní vnímala, jakoby jí úmyslně překáželi a škodili, a nechápala, že vše zaviniilo její přání líbit se všem svou pracovitostí, které se rozrostlo nad únosnou míru. *Přání líbit se všem se změnilo ve zvláštní životní cíl, který velel přidat plyn. Když člověkem lomcuje přání, nevnímá výstražné signály, které mu posílá život. Člověk doufá, že se ještě trochu*

příčiní a pak se už určitě začne líbit. Tato naděje ho dělá slepým i hluchým a zbavuje ho schopnosti logicky myslet. Zpětně je možné obviňovat druhé, ale ztracené už nevrátíš.

Osvobození přání líbit se člověku pomáhá znovu se najít.

Přání líbit se jednomu člověku může nepozorovaně přerůst v přání líbit se všem.

Přání líbit se všem může přejít v přání líbit se jednomu člověku, když nám začne být sympatický. Čím silnější je přání líbit se tomuto jedinému, tím více se snažíte uhodnout, co právě on má rád a děláte vše tak, jak to má rád. Když se mu někdo nelíbí, protože je sám zklamán ze života a považuje svět za špatný, přání zalíbit se tomuto člověku Vás nutí, chovat se ke světu přesně stejně jako on, navzdory tomu, že než jste se seznámili, byli jste úplně jiní. Ani jste si nevšimli, jak Vámi začíná manipulovat a více než to – využívat Vás jako prostředku, jako nástroje k dosažení vlastních cílů. Nejdřív v této roli vystupujete podvědomě, později možná už i vědomě a dokonce dobrovolně, protože se stáváte podobným jemu a přebíráte nepřátelský postoj k životu.

Zpočátku se Vám zdá, že společně vedete ušlechtilý boj se zlem, časem však začínáte být zlostní a je zcela pravděpodobné, že se z Vás stanou zločinci. Možná malí, které pověsí na šibenici, možná i velcí, kteří se budou vozit v luxusních limuzínách.

Varianty, které se stávají, jsou nespočetné, když život svede dva lidi na jednu cestu. Kdo se stane zločincem v pravém slova smyslu, toho potrestá pozemský soud a kdo v přeneseném, toho potrestá soud duchovní – vyjádřeno jinak – člověka postihne nemoc. Pohlaví člověka, věk ani postavení ve společnosti nehraje žádnou roli – *přání líbit se se projevuje principiálně stejným způsobem, ve vztahu ke všem.*

Dříve nebo později ucítíte, že se tomuto člověku nelíbíte. Čím silnější bylo přání líbit se, tím prudčeji dojde ke zvratu opačným směrem a vzplane *neochota a nechut' líbit se*, když ucítíte, že veškeré snažení zalíbit se bylo neúspěšné. Pocit je pocit, ne vždy se mu důvěřuje, když není možné vidět očima, slyšet ušima nebo ohmatat rukama. Dokáže-li však někdo, že se svému idolu nelíbíte, ihned se vzdáte a uvěříte, což převrátí celý Váš život. Ani jste

nepotřebovali na vlastní oči vidět nebo rukama ohmatat – uvěřili jste nepodloženému tvrzení. A je-li v těchto slovech alespoň částka pravdy – o tom jste nepřemýšleli.

Ustrašený člověk, který se chce líbit, všemu na slovo věří a toho je využíváno. Splétají se lstivé, důmyslně koncipované řeči a on všemu věří. A stačí, aby na potvrzení těchto slov spatřil, jak jeho idol na ulici někoho zdraví, přichází někomu na pomoc, s někým rozmlouvá nebo se objeví v doprovodu někoho a v jeho duši vzplane požár slepé žárlivosti. **Přání líbit se se mění v nenávisť.**

Přání líbit se a věrnost vystavovaná na odív chodí ruku v ruce. Člověk s malými životními zkušenostmi cítí, kdy se skutečná věrnost stává okázalou. *Strach být oddaný* a strach, že vinou toho se může ukázat, že se nelíbím, se vzájemně posilují.

Fakt potvrzený *jedním* smyslovým orgánem, může mít za následek náhlý zvrat u *dalších*; bude Vám připadat, že něco podobného jste už dříve slyšeli, viděli, čichali nebo ohmatávali. Nepochopíte-li nakolik je Vaše logika vadná, vychrlíte svou nevoli idolu do tváře a on nejspíš řekne, že se mu *to* nelíbí. Vy to však vnímáte, jakoby řekl, že se mu nelíbíte Vy. Je Vám vlastní *ztotožňovat člověka s jeho skutky* a neuvědomujete si, že ve svém idolu též vidíte jen sebe.

Čím více se snaží dokázat, že se mýlíte, tím silněji se zacyklíte na své neodbytné myšlence, že už naprosto přesně víte, že se mu nelíbíte. Vyzbrojili jste se hodnověrnými fakty a nechápete, že fyzická úroveň ještě není všechno. Nechcete vyslechnout žádná vysvětlení. Vaše přání líbit se stále více přerůstá v neochotu a nechutí líbit se. Můžete dále se stisknutými zuby pokračovat ve vedení společných hospodářských věcí, pokud Vás spojují materiální hodnoty, Vaše *přání líbit se danému člověku* se však postupně změni v *přání líbit se jinému nebo jiným, jen ne jemu. Mstíte se mu* tím, že dobýváte lásku druhého a tato pomsta je *sladká*. Mstíte se za to, že Vaše utrpení nebylo oceněno. **Nepotřebujete ocenění, chcete však být ocenění, to jest nepotřebujete neštěstí, ale chcete neštěstí.**

Přání líbit se u každého začíná od jeho rodičů. Pochází z přání líbit se matce. Není-li matka schopna milovat v první řadě muže,

připadá jí, že muž ji nemá rád a snaží se líbit dítěti, aby ji alespoň ono milovalo. Dítě se z vděčnosti snaží líbit matce, protože matce se to líbí.

Matka si často neuvědomuje, že snaha líbit se dítěti je vyvolána hněvem a představuje **přání pomstít se muži za to, čím muž ve skutečnosti není vinen**. Tato pomsta je v podstatě zaměřena proti mužskému principu a rukojmím pomsty se stává dítě, poněvadž pomsta působí na levou část těla, hlavu, rozum, logiku, kostru, vůli, lymfu atd. Čím déle se matce daří líbit se dítěti, tím je dítě lepší – které dítě by se nesnažilo být dobré, výměnou za matčinu lásku a mazlení.

Všichni **víme**, že dobrotu oplácíme dobrotou. Kdo se pokoušel oplatit, ten na sobě pravděpodobně *pocítil*, že *oplatit dluh vděčnosti je nemožné. Je však možné ho pomstít*.

Není nic zvláštního na tom, že žena zklamaná v lásce se chce muži pomstít. Nepodaří-li se jí, aby se pomstila jemu osobně, touha po pomstě se automaticky přenesla na dítě. Jelikož dítě je tím prostředkem, kterým k sobě žena chtěla muže připoutat a předělat ho podle svého a jestli se to nepodaří, vina padne na dítě. Nakonec se matka, chtějící se líbit svému dítěti, po rozvodu začne **dítěti mstít**. A nejen to, bude-li si chtít pořídit nového muže, dítě se v jejích očích stane nepřekonatelnou překážkou. Většina takových matek, které se zamotaly do duševních protikladů, pokračuje ve výchově svých dětí dál, ale neumějí je při tom milovat. Někdo však vydá dítě napospas osudu. V obou případech si děti *přejí líbit se matce s tím, aby matka nebyla špatná*, aby matka začala žít společně s otcem, aby je matka znovu vzala k sobě atd. U takových dětí je odhodlání k sebeobětování zvlášť velké.

Nejsem překvapena, když slyším, jak žena beze studu a dokonce v přítomnosti dítěte říká: „*To není moje dítě. Je celé po otci!*“ Nebo: „*Nechápu, po kom to dítě je. Ani po matce, ani po otci! Vždycky jsem to věděla.*“ Takové výroky působí na dítě unavené vysluhování si lásky jako rány bičem a zraňují je do hloubi duše. Čím vážněji potom onemocní, tím více doufá, že alespoň

tímto způsobem vyvolá lásku – možná, že alespoň jako nemocné je budou mít rádi. Dítě soudí podle sebe. Vždyť samo se s rozehvělým soucitem chová k našim malým bratřím – nemocným, bezbranným, obklopuje je péčí a láskou, aby nemocnému bylo dobře. Proto počítá se stejným chováním k sobě. Jeho **nesplnitelná touha se mění v bezvýhodnost**. U takového dítěte není naděje na vyléčení.

Ve snaze obrátit pozornost matky na její chyby se ptávám: „*Chápete alespoň, co jste nyní řekla?*“ Místo odpovědi mnohdy následuje útok: „*Já velmi dobře vidím, jak se ke mně chováte!*“ Matka je připravena hájit svá práva.

Žena, která je kvůli nenapraveným chybám a pocitu viny neustále ve stavu sebeobran, nechápe, že dělá stále nové chyby. Říci jí to však nelze, neboť podrážděný člověk je výbušný. *Přeje si zalíbit se mi, ví, že se mně nelíbí a není s to pochopit, že se stavím špatně k jejímu chování, nikoli k ní samé. Ztotožňuje člověka s jeho chováním a je přesvědčena o tom, že já také.*

Po setkání s takovými lidmi se ptám sama sebe: „*Má vůbec smysl učit je?*“ To, co poskytuji já, nepatří do povinných školních osnov, k nimž vzniká automatický protest. Nikomu se nevnučuji. Místo toho, abych lidi lákala, vysvětluji jim, že by bylo lepší začít na sobě pracovat. Člověk, kterého potkalo neštěstí se bohužel chová jako býk, který sletěl do studny. Nejprve chce nabrat na rohy toho, kdo se snaží ho odtamtud vysvobodit. Soucítím s takovým člověkem a cítím, jak moc potřebuje pomoc. Neumí pomoc přijmout, zlobí se na sebe a vylévá si zlost na druhých, včetně mě. Pokaždé znovu se přesvědčuji o tom, že **učit je potřeba, ale tak, aby člověk neuškodil sobě. Zvládnout umění tohoto druhu učení není práce lehká.**

Pro štěstí svých rodičů jsou děti odhodlány ke všemu, dokonce i ke smrti. *Každé dítě svou duší cítí, přinese-li užitek či nikoli.* Spatřují-li v tom děti poslední šanci, která však nepřináší užitek, část z nich se už k životu nevrátí a u těch, které se vrátí, přání líbit se rodičům přeroste v **neochotu a nechť líbit se rodičům** a bude stále sílit. V tom okamžiku, kdy daný stres získá

nepřiměřený rozsah, je takové dítě schopno zmlátit matku nebo otce kvůli tomu, aby se zalíbilo světu. Přesněji řečeno zmlátí je nikoli samo dítě, ale jeho přání líbit se světu. S tím, že si posléze uvědomí, že světu se přesto nelíbí.

Přání líbit se všem nejvíce zasahuje **lidi populární, slavné**. Trochu slávy a hned se dít s tragickým zoufalstvím, čímž vyvolávají nadšení u emocionálních obdivovatelů. Jejich okruh se rozšiřuje. Vášně se rozpalují, odevšad je slyšet chvála, člověk pyšně zvedá nos nahoru a přestává se dívat pod nohy. Kdo se nedívá, ten nevidí, že za každým vzestupem následuje pokles. Takový je přirozený rytmus života.

Slavní lidé životní rytmus nemají. Krouží ve zničujícím pekelném kole, z něhož se člověk může vytrhnout jedině sám. Okolí mu může jen pomoci. „*Lepší je hořet než hnít,*“ – říká se v sebechvále a v sebeospravedlňování. Zvolí-li člověk takový život, když umírá, je k ničemu hledat viníky jeho smrti. ***Svou smrtí je každý člověk vinen sám.*** Byl to jeho osud, jenž ho poslal právě v ten čas na to místo, kde našel svůj konec. Měl možnost vybrat si jinou cestu, zvolil však tuto.

Ateista nenávidí fatalistu – toho kdo věří v osud, protože fatalisté sedí se založenýma rukama a čekají, co jim osud připraví. O osudu jsem začala mluvit proto, abyste pochopili, že **osud je možné napravit**, zlikvidujeme-li příčinu a nebudeme-li klást svou odpovědnost za důsledky na druhé. Nevnímejte řečené jako ospravedlňování trestné činnosti, lhostejnosti, lajdáctví, lenosti, zlomyslnosti a všeho dalšího, co slouží jako blahodárná půda ke vzniku osudných následků. Sedíte-li za volantem pozemního, vodního nebo vzdušného dopravního prostředku a mezi pasažéry je někdo, kdo ztratil vůli k životu, a *Vy jste člověkem se sklony k lenosti, který počítá s tím, že o údržbu dopravního prostředku se budou starat jiní, zahynete oba, poněvadž Vaše myšlení bylo ničivé.*

Neméně ničivé je **přání proslavit se, abych se líbil všem**. Toto přání nutí vyhledávat způsoby, jak se stát slavným a jak se líbit lidem. Děti již od útlého dětství vědí, čím chtějí být, až vyrostou.

Zpravidla jsou to profese vedoucí ke slávě. Pokud se touhy nesplní – a většinou se nesplní – člověk cítí neutuchající zoufalství pramenící v neschopnosti líbit se. Jestliže člověk v práci toto zoufalství ze všech sil skrývá, když přijde domů, vylije si je formou hněvu na členech rodiny, kteří jsou vinní tím, že se přání nesplnilo. Ženský hněv je vyjadřován ječením a křikem, mužský bitím a ničením nábytku. Oba manželé mají východisko – odejít z takové rodiny.

Dětem nezbyvá než vybrat si jednu ze dvou možností:

1. Držet všechno v sobě a onemocnět. Být nemocný velmi dlouho a těžce, dokud nepříjde na pomoc smrt;
2. Pouštět vše jedním uchem tam a druhým ven a stát se bezcitným, abych se jednou vysmál křiklounovi do tváře, obrátil se a s tupou lhostejností v duši se vydal, kam mě oči povedou.

Je strašné dívat se na nemocné dítě, jemuž by mohli doopravdy pomoci jedině jeho rodiče, ti mu však nepomáhají, protože nepřiznají vlastní vinu. Ještě strašnější však je, dívat se na fyzicky zdravé a přitom zcela *bezcitné* dítě. Nedávno mně jeden mladý vězeň řekl absolutně klidným hlasem: „*Já nemám vůbec žádné city.*“ Nenadával ani si nestěžoval. *Nemohl cítit, protože byl skutečně bezcitný.* Mohl celé hodiny sedět a nepřemýšlet o ničem, přesně jako svatý. Svatý je v tomto stavu celý soustředěn na sebe, celý se oddává volnému vznášení ducha, počítkům, nirváně. Tento mladý muž cítil, jako by nebyl. To znamenalo úplné duchovní ochromení. Díky tomuto vězni jsem si udělala hlubší představu o bezcitnosti, třebaže dřív se mi tenhle problém nezdál být zvlášť důležitý. Proč? Protože se mě tento problém netýkal.

Řekla jsem: „*Máš všechny předpoklady k tomu, abys byl šťastný. Uveď všechno do pohybu. Začni všechno propouštět skrz sebe a sebe skrz všechno a staneš se tím, kým ve skutečnosti jsi.*“ Chvilku na mě pozorně hleděl, zvažoval, co uslyšel a náhle v jeho očích zaplály živé jiskřičky. Musel být nemálo překvapen, když u sebe objevil vřelé pocity. Ještě vteřinu a už se skryl za obvyklým, neproniknutelným pláštěm sebeobrany. Tohle z něj udělalo utrpení, jehož příčinou bylo přání líbit se.

Existuje hodně způsobů, jak se zalíbit. V naší současnosti člověkem nejčastěji hýbe **přání líbit se svou pracovitostí**. Dnes je módní žít ve jménu práce, ve jménu pracovní slávy a cti. Společnost to vítá a dává snaživého pracovitého člověka za příklad povalečům a darmošlapům. Nikoho z dobrých lidí ani nenapadne, že vychvalování workoholiků, jejich odměňování čestnými tituly a vyznamenávání medailemi na ně působí ničivě.

Je to stejné, jako popichování za volantem sedícího řidiče, jenž už i bez toho překročil rychlost. Beztak se už chytil na udičku. Jestliže v prvním období kladl zvýšené požadavky na sebe a vytvářel si pro práci nezbytné podmínky, začne později klást stejné požadavky na druhé, aby zdůraznil vlastní schopnosti a pracovitost. Přílišná fyzická aktivita jak ve sportu, tak v práci se neobrací v nic jiného než v duchovní prázdnotu a nespokojenost se sebou a rovněž s okolím. I velmi malá překážka na cestě k rozšíření možností může být osudná.

Pokud člověk kromě přání líbit se svou pracovitostí pocituje **přání líbit se svou precizností**, je celý napjatý jako struna. A je-li rovněž **přítomno přání líbit se racionálním využitím času**, jeho život se mění v tragédii, poněvadž okolí do nekonečna narušuje do poslední minuty promyšlený denní rozvrh a hatí všechny plány. Chce-li se člověk líbit na veřejnosti, vylévá si svou zlobu doma. Nechtějí-li se členové rodiny hádat, budou ve stálém napětí poslouchat jak hodinky, i to se však může nelíbit, neboť bez konfliktu se zloby nezbavíš. Chce-li se člověk líbit své rodině, vylévá si zlobu na cizích lidech.

Vzhledem k tomu, že společnosti se špatní lidé nelíbí, člověk je rychle odkázán do patřičných mezí a chce-li přežít, nezbyvá mu, než se předělat. V jaké míře z takového nuceného stavu onemocní, se ukáže později.

Kdo se chce líbit, přeje si, aby se jeho bližní líbili jemu. Je považováno za přirozené, že *když já se přizpůsobuji tobě, musíš se ty přizpůsobit mně. Člověk, jenž se dobrovolně stal otrokem, žádá od druhého, aby se na znamení vděčnosti stal rovněž otrokem*. Ten, kdo se chce líbit, může být báječným člověkem,

maskujícím svá snažení mírností a povolností. Pokud je mi to po chuti, můžeme se jeden druhému líbit donekonečna a být si do té míry podobní, že nás budou považovat za dvojčata.

Příklad ze života

V době, kdy jsem pracovala jako gynekoložka, jsem se setkala s takovými pacientkami. Připadalo jim, že je nikdo nemá rád, proto se měly rády s naprostou oddaností. Rodinu neměly. Když jsem jedné odstranila cystu z vaječníku, přítelkyně zahrmla nemocnou vpravdě mateřskou péčí. Za pár měsíců jsem zjistila stejný problém u ní samé. Žena zazářila radostí. Byla šťastná, že její přítelkyně nebude muset trpět víc, než ona sama.

Byla jsem ohromená, poněvadž tou dobou jsem se ještě v podobných věcech nevyznala. Dokázala jsem jen říct, že cesty boží jsou nevyzpytatelné a cystu jsem odstranila.

Byla jsem dobrou lékařkou, která se oběma pacientkám líbila, sobě však nikoliv. Proč? Protože jsem cítila, že tuto chorobu by bylo možné vyléčit jiným způsobem. Vzhledem k tomu, že pacientky se chtěly zbavit nemoci co nejdříve a totéž mi diktoval lékařský způsob myšlení, udělala jsem svou práci, v duši však dodnes zůstala tříska. Kdyby jí nebylo, na tento případ bych si nevzpomněla.

Právě takto věčně ze všeho obviňujíc sama sebe a jako dobrý člověk, jsem se snažila prožít za druhé jejich život, nahromadila v duši hodně veteše a očistit od ní jsem se nedokázala dodnes.

Do takové krajnosti se obvykle situace nevyvine. Kdo nedosáhne svého, ten se urazí. Zpočátku mlčky snáší křivdu, ale když druhý neprojevuje horlivé úsilí, vmete křivdy přímo jemu do tváře. On je vinen, protože neoceníl mé utrpení. Nejtypičtější jsou takové krize pro vzájemné vztahy mezi muži a ženami. Měla jsem možnost vyslechnout stížnosti žen: „*Sliboval, že mě bude nosit na rukou a teď – podívejte se, v co se změnil!*“ Toto je ještě ta nejvíce delikátní replika. Muži zase lamentují: „*Slibovala, že bude dobrou ženou, ale kdepak!*“ V obou případech ten, kdo sliboval, utíká od toho, kdo čeká. Někdo uteče a spadne do bahna, jiný uteče do nebe a další s výčitkami běží pryč po

[214]

pozemské cestě. Slibovat absolutně nemožné, znamená přivolat na sebe velké neštěstí.

Přání líbit se svým jemnocitem, respektováním potřeb druhých a nevměšováním se do cizích věcí je jako kočka, chodící kolem horké kaše – zesměšňují jí, nepočítají s ní a proto jí nepřicházejí na pomoc. Takový život rovněž vede k *zoufalství*. A člověk, jenž se chce líbit, cítí, že *vychovanost a delikátnost k ničemu dobrému nevede*. Druhý si bez okolků přisvojil to, co jsem já tolik uctíval. Takhle člověku odvedou ženu nebo vezmou muže, tak přijde o výnosné či společenské postavení.

Kdo si **přeje líbit se stydlivostí**, bude se později stydět ještě víc. Člověk se cítí *oklamáný*, i když nebylo žádné ujednání. Není divu, že z *pocitu nespravedlivého postoje k sobě se rodí touha pomstít se*. Nyní spočítejte, kolik bylo výše uvedených těžkých stresů, vyvolávaných přáním líbit se – a to se hovořilo jen o *přání líbit se svou delikátností*.

Duch je naprostým uspokojením, nacházejícím se ve stálém pohybu a vývoji.

Vznikne-li naprosté neuspokojení – přichází smrt.

Je špatné, když člověk upadne do **deprese**. Ještě horší je **přílišná aktivita**. Každý člověk by měl milovat své blízké alespoň do té míry, aby lidem z nejbližšího okolí zabránil upadnout do krajnosti a řekl: „*Tak už dost! Je čas, abys přišel k rozumu, jinak umřeš!*“ Možná Vám někdo kvůli tomu řekne, že jste špatní, ale zachránili jste život člověku a on to jednou přizná. Uvědomí si, že přání líbit se dělá z člověka kašpara, jenž na sobě nechá dříví štípat jak v práci tak ve volném čase, jak v kostele, tak v hospodě.

Je-li to ve volném čase nebo v hospodě není to velké neštěstí, ale v práci a kostele je to už zlé. Existuje výraz: „*zavděčit se Bohu a sloužit Bohu*“. Smysl je jasný i beze slov. Vždyť každý chápe, že Bůh nehodnotí své děti podle jejich pochlebování, ani podle výše milodarů. Je to jen lidský výmysl hanobící podstatu Boha.

JEŠTĚ JEDNOU O PŘÁNÍ LÍBIT SE

Když někdo, například dítě, řekne, že udělalo něco naschvál, vyčítají mu to. Jen si představte – ví, že se to nesmí a stejně to udělá, to je nestydatost! Současně se my sami chceme líbit, ale za nestoudné to nepovažujeme. Takže **nestoudné je to, co my sami za nestoudné považujeme**. Kdo žije a důvěřuje jen vlastním očím, tomu se oči zkazí. Když si to člověk uvědomí a překoná stud za takový život, zrak se může napravit. Když se člověk spoléhá na všechny smyslové orgány a napravuje zkresení vyvolaná převládáním jednoho z nich, všechny smyslové vjemy se mu normalizují.

Přání líbit se je vždy zjištné. Člověk se chce líbit, aby dostal to, po čem touží: věc, peníze, dárek, vlídnost, uznání, úctu, práci, komunikaci, přátelství, pocty, pozornost, péči, lásku druhého člověka, rodinu, duševní klid, zdraví, službu.

Přání ženy líbit se mužům může být tak silné, že ji všichni muži zdaleka obcházejí, navzdory tomu, že žena je příjemná, upravená, chytrá, inteligentní. Toto přání ženu nutí oblékat se v pánském stylu, nosit pánský účes, osvojovat si mužské profese, pracovat jako muž, nelitovat sil, vyhledávat mužskou společnost nebo mužský kolektiv, přebírat mužské názory a odmítat vlastní, ženské. Přání přizpůsobit se mužskému rytmu života, může dokonce vyvolat poruchy ženského menstruačního cyklu. Vznikne-li přání líbit se mužům náhle a podřídí si všechny ženské city a myšlenky, může menstruace úplně přestat – muži přece nemenstruují.

Přílišná přízeň k mužům, vedoucí až k nepřijetí všeho ženského, má za následek, že se žena připraví o ženské orgány. Pokud ji muži, navzdory ženské chytristice, neobdarují svou přízní, rodí se v ní protest proti mužské lásce. „Chci“ se měnit v „nechci“. Protest vede k tomu, že se člověk uzavírá do sebe. Energie lásky nenachází východ, koncentruje se v podobě nemoci v levém prsu a žena může o prs přijít. Analogický protest vůči soupeřkám ženského pohlaví vede k onemocnění pravého prsu. Soupeření mezi

matkou a dcerou se rovněž může stát problémem, jenž je překážkou v lásce k muži.

Ženské přání líbit se mužům vychází z *přání líbit se otci*. Někdo si přeje líbit se otci, protože otec je dobrý. Někdo se snaží líbit se mu, aby se špatný otec stal lepším. Někdo z toho důvodu, že otci se těžko žije, tak aby mu bylo líp, alespoň díky dceři. Analogicky se to přenáší do vzájemných vztahů s dalšími muži. Nechce-li se dcera líbit otci, nechce se líbit ani druhým mužům. Příčiny jsou u každého individuální, v závislosti na zvláštnostech neosvojených lekcích.

Mužské přání líbit se ženám může být tak velké, že se takový muž stává terčem posměchu v očích všech žen, navzdory tomu, že má řadu předností, které jsou u mužů vysoko ceněny. Některý svobodný mládenec je ochoten běhat za každou sukni bez výběru. Nosí květiny, dává drahé dárky, používá všechny nové způsoby svádění, ale neúspěšně. Přání líbit se z něj vyleptalo člověka a jeho tělo je ženami odmítáno. Drobnosti ženské úpravy zevnějšku, dlouhé nebo obarvené vlasy, ozdoby atd., které vypadají přirozeně u domorodých kmenů, mění muže ve zženštilou bytost. Proč? Protože důraz na vnější formu má zcela jiný význam. Domorodec zůstává ve svém rouchu mužem, protože vezme-li si sukni, nesnaží se tím zalíbit ženám. Při všech tamějších podmínkách zůstává vždy sám sebou.

Mužské přání líbit se ženám se rodí jako přání líbit se matce. Chlapci, který je maminciným mazlíčkem, se zakulatí zadeček, stehna tloustnou, prsa se zvětšují. Pokud pravidelně nesportuje, jeho svaly jsou nepropracované. Vousy začínají růst později a poskrovnu. Pohlavní orgány mají menší rozměry, než je obvyklé a jejich funkce je oslabená. *Projevy impotence se začínou objevovat při vzniku nepřiměřeného přání obzvlášť se zalíbit ženě.*

Všichni jsme něčími dětmi a všem by se nám tak či onak chtělo líbit se rodičům, abychom si je udrželi při sobě, abychom o ně nepřišli, abychom je odloudili sourozencům, abychom něco vyzískali, něčeho dosáhli, abychom získali dodatečné vítězné body. Tuto sobeckou zjištnost jsme zdělili po rodičích, ti ji rovněž

zdědili po svých rodičích. Obviňovat kohokoli nemá smysl. Ničíme tím jen své city. Pravděpodobně už je Vám jasné, že život bez citů je smrtí zaživa.

Přání líbit se mění člověka v pokušítele. Nejsnadněji podléhají pokušení děti, protože jsou bezelstné a nejsou schopny rozpoznat cizí potměšilost. Proč se děti dostávají do rukou zvrhlíků? Protože se jejich rodiče chtějí líbit jeden druhému a také dítěti, natahují se po všem příjemném a dobrém. Pocit nebezpečí se u dospělých otupuje a u dětí tím víc. Nešťastné zneužití dítěte pro nás všechny učitelem, jenž učí, že jen příjemným a dobrým se na světě žít nedá.

Špatné není třeba odmítat a není třeba se ho ani bát – je třeba s ním počítat.

Kdo osvobozuje své přání líbit se, toho na nic nenalákáš. Bohužel místo toho, aby rodiče osvobozovali strachy, pouštějí se do ještě většího zastrašování dětí. Ty jsou už i bez toho strachy slepé i hluché. Při takové výchově strach nevyhnutelně přerůstá ve zlobu. *Bázlivé dítě je zastrašováno, na rozzlobené dítě se působí bolestí.* Existuje ještě jeden způsob, jak děti ochránit – dohlížet na ně. V důsledku toho je dětem nařízeno, že musí být na dohled. Vychovatele vystřídá tělesná stráž, zejména když jsou rodiče dítěte majetní. *Neustálý dozor zbavuje dítě možnosti být samo se sebou, tedy možnosti stát se člověkem.* Jedině o samotě je tělo schopné objevit, že existuje současně s člověkem a má možnost komunikovat se svým druhým „já“. Pocit osamělosti pomíjí.

Stálá přítomnost lidí zesiluje strach být sám. Dítě potřebuje spát ve vlastní posteli, usínat v určité hodině bez přítomnosti jiných osob a samostatně se probouzet. Uspávat dítě na rukou je možné jedině ve výjimečných případech. Klidné vyprávění před nadcházejícím spánkem, v němž je spánek dítěti představen jako přítel, souzní s dětskou duší od prvních dnů života, jestliže během těhotenství matka četla pohádky. Zejména tehdy, když je četla jak

[218]

sobě, tak plodu. Když je dítě ukládáno ke spánku a začne řvát na celé kolo, vyžene tím zbytky spánku a svědčí to o tom, že se bojí zůstat samo.

Strach rodičů ze samoty a opuštěnosti byl předán dítěti. Dítě, které se stále drží máminy sukně, už potřebuje společnost. Matka se bojí, že dítě má strach a vzniká začarovaný kruh strachů. **Matka se bojí, že se dítě bojí a dítě se bojí, že se bojí matka.** Jaká děsivá směsice strachů! Život není jen vzájemným poutem. Je potřeba se také činit. Strach mění potřebu v přání a od dítěte je vyžadována odvaha. Stává se odvážným, aby se líbilo – zpočátku rodičům a později stále většímu počtu známých, jenže strach se úměrně tomu zesiluje. Skrytý strach k sobě přitahuje všechno to, čeho se člověk bojí. Místo toho, abychom k nebezpečí přistupovali se strachem, bylo by třeba osvobodit energii nebezpečí a nebezpečí by se nám vyhnulo.

Osvobodte rovněž **přání líbit se titulem dobrého rodiče**, který se stará o své dítě, předvídá všechna nebezpečí, nikdy nenechává dítě samotné nebo v péči druhého rodiče. Ustrašený rodič, který vidí na světě jen špatné, dítěti naočkuje nepřátelský postoj ke světu. Takové dítě se bude domnívat, že na kámen neupadlo samo, ale že je kámen uhodil do tváře. Drobné potíže rodiče nutí zesílit bezpečnostní opatření, život však člověku nařizuje zajímat se o život. Co zvítězí? Jak kdy. Zpočátku jedno, později druhé.

Čím silnější je **moc dobrých přání rodičů, v tím větší míře dítě vyrůstá v infantilního, k životu nepřizpůsobeného, naivního člověka**, který přestal žít život, vycházející z jeho vlastních potřeb a žije jen s ohledem na přání rodičů. Nepouštějí ho nikam, kde by se mohl setkat se špatným a špatné je všude. Mateřská škola se dá vyměnit za chůvu. Mnohem těžší je zaměnit školu za domácího učitele, i to je však možné. Dalším bezpodmínečným krokem je odmítnout v zájmu rodičovské lásky založení vlastní rodiny. Odváží-li se dítě projevit zájem o opačné pohlaví, ortel bývá jediný: „*Ty nemáš rád své rodiče!*“ To je smrtelný hřích. Dobrá přání rodičů mohou být natolik slepá, že dítě chrání dokonce i před prací, protože při práci se člověk může zamazat, uhodit

nebo unavit. Příliš dobří rodiče chtějí vidět své dítě čisté, zdravé a svěží. Na předvádění; aby se líbilo všem.

Zřejmě se zeptáte, proč mluvím o věcech velmi vzdálených životu. Mluvím o nich proto, že se na mě s takovými problémy obracelo velmi mnoho lidí. Jejich počet roste úměrně se zvyšováním materiálního blahobytu – osobního nebo celé společnosti. *Kdo se nenaučil pohybovat končetinami, protože žije zcela bezstarostně, toho ani krajní potřeba nenaučí namáhat si mozek.* Jedno i druhé za dítě dělají dobří rodiče. Rozhodně nemusí být bohatí, ale usadilo se v nich obrovské přání být pro dítě lepšími rodiči než byli jejich vlastní nebo jiní, libovolní rodiče z jejich okolí.

Rozvedlo se neuvěřitelně mnoho lidí, kteří, ne že by se chlubilí sami sebou, ale přáli by si, aby jim děti byli vděčné za to, že matka s otcem věnovali všechen denní čas jejich výchově a domácností se zabývali po nocích. Děti však žádnou vděčnost necítí. A nejen to, začínají protestovat, odvracejí se od rodičů, odcházejí z domova dříve než jim stačí zesílit křídla. Proč? Protože jim nestačí pouhá pečlivá starostlivost a mazlivé šišláni; potřebují dělat domácí práce spolu s rodiči, neboť si potřebují osvojit tuto oblast života. Kdo o svém dítěti říká, že nerado pracuje, nenechá je, aby si práci vybralo samo, ale vybírá ji za ně, rozumí se, že takovou, která je vhod jemu samému. Nebo nechá dítě dělat to, co rád dělá sám.

Odcizení dítěte od práce vzniká samo o sobě, když rodiče z těch nejlepších pohnutek dělají všechno za dítě. Doufají, že tímto způsobem zajistí dítěti světlou budoucnost. Rodiče si od počátku přejí, aby se dítěti žilo lehko a časem si totéž bude přát i dítě. Na komfort a zahálku si tělo rychle zvykne, navzdory tomu, že duše má potřeby jiné. Dokud jsou pracující rodiče naživu, vše je jakoby v pořádku, když však před smrtí rodiče onemocní a potřebují pomoc, dítě jim ji neumí poskytnout. Čím méně majetku za života získali, tím větší zoufalství ze všech zúčastněných tryská. Za to, že život je bídný, mohou všichni a tedy – stát. Život to je člověk. Stát je tedy vinen tím, že člověk je špatný. Stát – to jsou všichni občané země, včetně člověka samého. Takže **člověk je sám vinen tím, že člověk je špatný.**

Přání líbit se svou spořádaností, přílišnou náročností a přísností v podstatě představuje přání líbit se tím, že jsem špatný rodič. Čím širší je okruh lidí, jimž se chce takový rodič líbit, tím silnější je teror ve vztahu k dítěti. Dítě je nuceno poslouchat jako hodiny. Nemá hlasovací právo. Má nařízeno dělat, co od něj rodiče očekávají a zakázáno dělat to, co je jim nepříjemné. Lidé, jimž je jedno, jaká jména jim okolí dává – hlavně, že jsou peníze – nutí děti pracovat v potu tváře. Někdo toho dosáhne vyhrůzkami, někdo určí pokuty za jakýkoli tělesný pohyb nebo za známky v žákovské knížce. Stačí, aby dítě dostalo špatnou známku a hned je mu zakázáno všechno to, co dříve bylo blahosklonně povolováno.

Lidé vyprávějí, jaký měli smrtelný strach, když nesli domů jinou známku než jedničku. Čekala je pohrdavá ironie matky, otce nebo obou rodičů. Nejhorší ze všeho však bylo mlčení, které jakoby dítě varovalo, že se ho rodiče zřeknou – vyhrůžka kterou je rodiče čas od času strašili. Zoufalé šprtání, jen aby mě rodiče nevyhnali z domu, měnilo učení v prokletého nepřitele a dítě se učilo jen kvůli tomu, aby dostalo vysvědčení. Kvůli rodičům se získávalo i vysokoškolské vzdělání. Takové studium nerozvíjí umění používat nabyté znalosti v praxi. Je dobré, když vede k poučení – já takhle své děti ničit nebudu. I na to však mnozí rodiče zapomenou, protože přání líbit se je silnější než osobní zkušenosti a soucit.

Patříte-li k těm, kteří ospravedlňují spořádanost a přísnou náročnost, narodí se Vám stejné děti. Čím je takové dítě starší, tím více imunní je k duševním hodnotám jakéhokoli druhu. Ví, že za vše je třeba platit, přičemž přesně ví, co kolik stojí. Dovolávání se jeho svědomí ho může jedině dopálit. Nezištnou pomoc bude poskytovat jedině bohatým, protože podle jeho názoru právě bohatí pohánějí život kupředu.

Přílišná náročnost může dítě přivést do hrobu. Dokud se to nestane, reaguje dítě na každý příkaz protestem. Nedělá to, co mu nařizují, ale jen to, co je mu po chuti. Mlčenlivý protest může postupně přerůst v otevřenou agresivitu. Takového člověka zdvořile poprosíš, aby něco udělal a on se na tebe vrhne pěstmi.

Říká se, že každý člověk má v duši dítě. Ano, to má – u jednoho je však toto dítě na svobodě a u druhého uvězněné. Kdo měl od dětství právo být dítětem, hrát si s hračkami, běhat, všude šplhat, trhat kalhoty, když leze přes plot, strkat všude svůj nos, pokládat hloupé otázky, účastnit se spolu s dospělými jejich záležitostí a práce a pociťovat svou sílu a komu nic nevyčítali, nenadávali mu, netrestali, nezahanbovali, nevybízelí, aby se stal předmětem rodičovské hrdosti, u něj toto dítě žije svobodně. Koho od narození vychovávali, aby byl stařecky uctivý a horlivý, u něj se dítě souží v uvěznění. Takového člověka je snadné nalákat a on se chytí na udičku.

Neprožitá dětská fantazie se drží toho, kdo si slibuje splnění krásných snů. Tak je možné zlákat nejen dívky a chlapce, ale i dospělé vdané ženy a ženaté muže. Jsou odváděni od rodiny a oni přitom nadšeně vzdychají: „*Poprvé v životě jsem tak šťastný!*“ Tím je opuštěný partner i s dětmi okamžitě škrtnut. Jiný navnaděný partner říká svému bývalému přímo do očí: „*S tebou jsem nikdy nebyl šťastný!*“ Přičemž klade důraz na slovo „nikdy“, aby zdůraznil neobvyklost svého nového štěstí.

V takových výročích se nevyhnutelně skrývá přání pomstít se člověku za to, že mi svého času nedokázal dát něco stejně neobvyklého. Ani jeden z těch dvou nenaslouchá svému vnitřnímu pocitu nebezpečí, který říká: to, jak se nyní chováš k němu, se brzy stane tobě. Zanedlouho ti někdo řekne: „*S tebou jsem nikdy nebyl šťastný!*“ Proto si už nyní pro každý případ představte, co by na to řeklo Vaše srdce. Možná, že potom nebudete mít chuť ničit srdce druhému člověku.

Nemá-li člověk potřebu líbit se, nesvedeš ho. Nelze pošlapat duši člověka, který si chrání své „já“, to jest je Člověkem. Většině lidí nestačí líbit se jednomu člověku, mnozí se ze dne na den pouštějí do všemožných chytráctví, aby jim výhodné zboží nevyklouzlo z ruky. To znamená, že neuvěřitelné množství lidí žije bez lásky, jakoby v nuceném stavu, protože lepší varianta se ještě neobjevila.

Potkal-li Vás hořký úděl tímto způsobem trpět či uchystáváte takové utrpení druhému, přiznejte si své chyby nebo se za

nějaký čas ocitnete v situaci přímo opačné. Člověk, který působí utrpení, se mění v trpitele, protože se ukáže, že nové štěstí vůbec není štěstím, stejně jako chvilková radost, která se v šedi všedních dnů mění ve smutek. Trpitel skrývající své slzy se stává uraženým mstitelem. *Čím více je člověk hrdý, tím větší je křivda a tím zuřivější je slepý hněv. Čím hůř se v nedaleké minulosti zachoval k druhému člověku, tím hůř se nyní chovají k němu a jeho hněv může být ničivý. Stud za to, že lidé viděli mé ponížení, zabíjí.*

V běžné mluvě se místo „zabít“ často říká „zlikvidovat“, „odstranit“ nebo „skoncovat“. **Uražený člověk zdrcený ponížením se chce vypořádat s tím, kdo ho urazil a zachovat se stejně, jako se zachoval on k němu.** Pošlapaný člověk se vždy bude snažit o pomstu. Jak se toto přání uskuteční, závisí na stupni inteligentnosti. Neinteligentní člověk toho, kdo mu ublížil, zabije a doplní řady zločinců. Vysoce inteligentní člověk začne svého pokořitele mučit. V rodinných vztazích se mučí prostřednictvím těch věcí, které jsou pokořiteli drahé. Týraný člověk musí cítit, jak moc špatné je, když přijdeš o to, co je srdci milé. Takovými věcmi jsou peníze, šperky, byt nebo jiná nemovitost a přirozeně děti. Věci se netýrají, ale ničí, peníze se vyhazují do větru, nemovitosti se znehodnocují a děti se mění v lidské trosky.

Ať se v životě děje cokoli, netřeba podceňovat minulost. Některý dobrý člověk pochová manžela a plane nadšením, když o svém znovuzískaném štěstí skromňoučce prohlašuje: „*Nikdy bych si nemyslel, že štěstí je takové.*“ Jako by nikdy dřív nebyl šťastný. Na to odpovídám: „*Copak tohle se říká? Váš manžel se teď v hrobě obrací – tak moc ho to bolí. Opravdu nechápete, jak jste nespravedlivý? Copak se Vaše nemoc může vyléčit? Nikdo se neodvažuje Vám to říct, protože chtějí být dobrými lidmi. Já Vám to říkám, protože potřebuji být člověkem. Můžete se na mě hněvat, ale přesto se zamyslete: Nepřišla jsem já za Vámi, abych Vám to řekla, Vy jste přišel se svou otázkou ke mně a já vám odpověděla.*“

CHCI SE LÍBIT JAKO ČLOVĚK

Lidé na své sebeospravedlnění mnohdy říkají: potřebuji jen, aby mě považoval za člověka. To je **přání líbit se jako člověk**. Na to odpovídám – **kdo sám sebe nepovažuje za člověka, toho za člověka nepovažují ani ostatní**. Dokud se nenaučíte být člověkem, vše zůstane při starém. To znamená, že *kdo chce, aby ho považovali za člověka, musí dokázat, že člověkem je. A to je nemožné, jelikož člověk je duchovní bytost, oku neviditelná pravda, která dokazuje sama sebe, když existuje*. Nicméně se to dělá skoro pořád, jakoby na důkaz vlastní omezenosti.

Příklad ze života

Jednoho svěžího rána jsem se procházela po jedné málo frekventované uličce Talinu. Přemýšlela jsem, jako vždy se zabývala svými problémy a najednou jsem se zastavila. Něco zřejmě nebylo v pořádku. Ohlédla jsem se, spatřila starého ochmelku, který spal stočený do klubíčka jako kočka ve stínu u stěny domu, s blaženým výrazem ve tváři. Ještě nedávno by mě taková strašná podivná praštila do očí už zdaleka. Zeptala jsem se sama sebe, co se stalo, že jsem s klidnou duší mohla projít kolem člověka, který upadl do takové bídy. Copak jsem skutečně začala být tak lhotejná? Odpověď mého vnitřního hlasu mě uvedla do rozpaků: *„Tady žádný člověk není. Takhle spí toulaví psi a kočky a protože ty je vnímáš takové, jací jsou, udělala jsi to i v tomhle případě. Za člověka je možné považovat toho, kdo se za člověka považuje sám. Podívej se na něj, vezmi rozum do hrsti a uč druhé, aby se s nimi nestalo něco podobného.“*

To byla nejneškodnější a ve společenském slova smyslu nejméně nebezpečná varianta přeměny člověka ve zvíře. Nemohu však nezdůraznit, že takový člověk, který sklouzl až na dno, se nicméně narodil jako člověk a jeho životní cesta začala od rodičů. *Dítě milujících rodičů se nestane zvířetem*. I v životě tohoto bezdomovce určitě bylo období, kdy chtěl dokázat, že je člověkem, nyní se však toto přání změnilo v **neochotu a nechuf dokázat, že člověkem je – ve stres, jenž z člověka udělal zvíře**.

[224]

V čím mladším věku se v člověku vytratí přání dokázat, že je člověkem, protože ho stejně nikdo za člověka nepovažuje, tím dříve se člověk změní ve zvíře. Mladé zvíře je aktivní a silné, staré pasivní a unavené. Staré pro společnost není nebezpečné, mladé ano. Proto se společnost, to jest my všichni dobří lidé, nad tím musí zamyslet. Zamyslet se velice vážně. Když už ne kvůli nim, tak alespoň kvůli sobě.

Čím dříve začneme přemýšlet, tím lépe se nám žije. Kdo považuje dítě za člověka, k tomu se i dítě bude chovat s úctou. Kdo považuje výrostka za člověka, toho bude za člověka považovat i on. Kdo je schopen považovat za člověka i dítě i výrostka, je schopen vnímat každou na světě žijící bytost především jako člověka a on sám je za člověka považován.

Jak ale považovat za člověka toho, kdo se za něj už sám nepovažuje a vyleptává ze sebe vše lidské? V takové situaci je třeba přizvat na pomoc rozum, ten božský dar. Když nás city podvedou, na pomoc přicházejí znalosti. Mé city nerozpoznaly člověka v bytosti zbavené lidského zevnějšku. Proč?

A proč někdy říkáme: „Ach, já tě nepoznal!“ Zevnějšek našeho známého se možná změnil jen nepatrně, já ho však nepoznal, nepocítil. Ve vztahu k jednomu z dávných známých je to dobrý pocit a k druhému špatný. Znamená to následující: Kdo se stal vyrovnanějším – tam je to dobrý pocit, kdo se stal nevyrovnanějším, tam je to pocit špatný, i když je možná sympatičtější než kdykoli před tím. Člověk, jenž stárne a navenek se mění, zůstává sám sebou a nemění se. Toho poznáme vždy. Vyvolává hřejivý pocit na duši.

Někdy člověk říká: „*Já nepoznávám sám sebe.*“ Přemýšleli jste někdy nad tím, co to znamená?

Znamená to, že *přání člověka konat dobro se obrátilo v neochotu a nechut*. Ve hmotném světě existují dvě možnosti: kdo nedělá dobro, působí zlo. Možná jen sobě osobně. To znamená – sobě zcela přímo a ostatním nepřímo.

1. Přeměna aktivní činnosti na pasivní nečinnost působí škodu.

V první řadě člověku samotnému.

2. Přeměna kladné aktivní činnosti v negativní aktivní činnost působí zlo.

V první řadě okolí.

Necítíte-li v člověku člověka, vnímejte ho jako zvíře, ale vězte, že i zvíře má duši a i k němu je třeba se chovat s úctou. Kdo první vběhne do otevřených dveří? Pes nebo Vy? Samozřejmě, že pes. A Vás to nezlobí. Máte-li ho rádi. Pes vběhne první, jako první skočí na kanape a čeká tam na Vás se zářícíma očima a mávajícím ocasem – je důvod se zasmát. Co na tom, že je kanape zmazaná špinavými packami. Kdybychom se od začátku chovali stejně k lidem, kteří neumí být lidmi, protože jim v dětství nebyla *dána* možnost, aby se jako lidé projevili, rozpoznali by v sobě člověka. Jinak to být ani nemůže. Jiná věc je, že viditelná změna neproběhne jako mávnutím kouzelného proutku.

Neznamená to, že byste nyní měli žít podle zákonů živočišné říše a dovolovat, aby se Vám věšeli na krk ti, kdo neumějí být lidmi. Naučíme-li takového člověka dobrým způsobům přátelsky, jako učíme psa, nepoleze příště už na kanape ve špinavých botách. Pokud je to nutné, nevychovaní lidé si rychle osvojují dobré způsoby a jsou za to vděční. Pokud se k přátelskému chování nutíte se stisknutými zuby a domníváte se, že barbar Vašemu stavu nerozumí, mýlíte se.

Čekáte-li na to, aby se změnil jako první, fakticky čekáte na to, aby ho někdo pro Vás převychoval. To znamená, že chcete, aby Vás za člověka považoval ten, kdo jím sám ještě není. A to znamená, že jste současně zajatcem strachu a jeho strážcem, vystupujete střídavě v jedné nebo v druhé roli, dokud číše trpělivosti nepřeteče a pak už se bez cizí pomoci nelze obejít.

- a) Zajatec si přeje, aby byl považován za člověka, strážce ho však za člověka nepovažuje. Proč? Protože si přeje, aby jeho práce byla více ceněna.
- b) Strážce si rovněž přeje, aby byl považován za člověka, avšak nadřazení si to nemyslí, protože chce ještě větší plat za svou práci.
- c) Vedoucí pracovník ještě ve větší míře chce, aby byl považován za člověka, protože zastává vysokou funkci, vládá

ho však za člověka nepovažuje. Protože vláda chce cítit jistotu a bezpečnost.

- d) Každý ministr má právo vyžadovat, aby se k němu chovali s respektem, když už není v jeho silách mlčet: „*Copak nemám právo být člověkem?!*“ Protože chce mít klid. Lidé však ministry za lidi nepovažují, protože všichni stále chtějí urvat co nejvíce pro sebe.
- e) Řada přišla i na *prezidenta*. Žádá-li pro sebe totéž, narazíme přímo na vězeňskou celu. Uvízne za mřížemi, dokud se neobjeví osvoboditel. Kdo? U takových přání je jediným možným osvoboditelem smrt. Jak v osobním, tak ve veřejném smyslu bude výsledkem velká nula.

Chce-li se někdo líbit tím, že považuje druhé za lidi, bude využíván nejnemilosrdnějším způsobem. Toto přání je ve skutečnosti přáním zamezit nespravedlnosti. Jedná se o mlčenlivé stanovení podmínky: já tě považuji za člověka, považuj tedy za člověka i ty mě. *Sám považuje zajatce za zajatce a přeje si, aby ho zajatec považoval za sobě rovného. Zajatec to dělá. Zneužívá toho, že se mu chce dobrý strážce líbit a v lepším případě podnikne útěk. Strážce je obviněn, dostane se před soud jako zločinec. V horším případě zajatec strážce zabije. Kdo osvobozuje svá přání, tomu ožívá podvědomí a dovoluje mu být člověkem do té míry, do jaké to připouští opačná strana. Překážky budou existovat do té doby, dokud společnost – to jest my všichni – nebude připravena na úplné osvobození zajatců.*

Vzhledem k tomu, že ve vězni společnost spatřuje výhradně zločince, není bezpečné osvobodit ani toho, kdo si svůj trest odseděl, o amnestii už ani nemluvě. **Osvobozený vězeň, kterému vězení nepomohlo, aby se stal člověkem, se může znovu ocitnout za mřížemi, narazí-li na svobodě na jedno ze zvířat, považující se za člověka.** Odtud plyne názor, že vězni jakoby vůbec nejsou lidmi. Přičemž lidé, kteří sdílejí tento názor, mají v podstatě pravdu: člověk – jako duchovní stvoření – ve vězení nemá místo. Do vězení se dostávají jedině ti, jejichž duše se dlouho před tím ocitla v zajetí stresů.

Příroda to zařídila tak, že **neviditelný obsah určuje viditelnou formu**, to jest podstatné určuje méně podstatné. Je-li člověk posedlý touhou dokázat, že je člověkem, nechápe, co je podstatné a co nepodstatné. Je pro něj nejdůležitější, aby dokázal, že je skvělým člověkem. Nakonec poklesne na úroveň těla a začne předvádět své fyzické schopnosti.

*Přání dokázat, že jsem člověkem, vede k přání dokázat, že jsem zcela zvláštní žena nebo zvláštní muž. Jako důkaz je nezbytné ukázat genitálie, žena ukazuje také prsa, což se děje stále častěji a častěji. Toto pole působnosti svědčí o překvapivé vynalézavosti při sportovních soutěžích. Demonstrovat je možné pouze *druhotné pohlavní znaky*. Prvotní, to jest nejzávažnější argumenty příroda uschovala v hlubinách těla, dál od nepovolaných pohledů, jakoby říkala, že toto není třeba nikomu ukazovat. Rozumný člověk se s tím nesmíří. Nemůže se dočkat, aby dokázal, že je pánem tvorstva. Proto začne demonstrovat své prvotní pohlavní znaky. **Obnažení se mění v demonstrování. Přání zdůraznit se mění v předvedení. Přání se mění v jednání.***

Je možné předvádět orgány, které jsou ukryty v těle? – Zeptáte se. Vždyť nikomu kromě lékařů není dáno spatřit ženské vaječníky a dělohu, stejně jako není možné uvidět mužské chámovody a prostatu. To je pravda, o jejich existenci však vypovídá jejich činnost, funkce. Přání dokázat, že jsem muž, zvyšuje mužovu hrdost, má-li na svém kontě co možná nejvíce žen. Z počátku je důležité množství, později kvalita. Veliká pýcha nedovoluje snížit se k holce z ulice – zachtělo se mu mít na svém kontě princeznu nebo královnu, bohatou nebo slavnou, krásnou či úspěšnou. Pýcha ničí schopnost myslet a nakonec se i ten nejchytřejší a nejznámější člověk může ocitnout v situaci, kdy se všichni za pomoci masmédií začnou štourat v jeho anatomii a fyziologii. A není daleko ani závěr: jako muž je nevalný.

Muž je tvůrcem materiální úrovně, proto jsou jeho milostná dobrodružství přirozenější než je stejné chování ze strany žen. Proč všichni muži chodí za ženskými? Není-li muž schopen najít sám sebe, to jest najít v sobě člověka, doufá, že ho najde prostřednictvím ženy.

Muž se snaží vrátit se tam, odkud vyšel – do ženského lůna. Komu se nedaří, ten se chce vrátit do počátečního stavu. Toto přání je zrozeno nadějí, že nyní vše půjde, jak je třeba. Ve svém hledání může dojít až k tomu, že už není čím hledat – vznikla impotence. Teď už je připraven dát cokoli, jen aby sehnal prostředky zvyšující potenci. Kde jsou peníze, tam je i zboží, když už jsou odpovídající léky vynalezeny. Vynalezeny jsou, to ano, nikdo se však nezamýšlí nad tím, co to může mít za následek.

Je to stejné, jakoby si člověk koupil za vlastní peníze karabáč ve chvíli, kdy si potřebuje jen odpočinout a pobýt sám se sebou, aby si ujasnil problém. Sebeklam, jenž vymýšlíme kvůli vteřinovému obnovení jedné funkce škodí tomu místu, kde vznikla tato dobrá myšlenka – mozku. Stále čtenější onemocnění mozku, jimiž trpí muži rozumu, ukazují na to, že muži rozumu se zabývají sexem nikoli z lásky, ale ze smyslu pro povinnost. **Přání dokázat, že jsem člověkem rozumu, ničí mozek.** Dokazován je vždy opak.

Přání líbit se se tedy u rozumového člověka stále častěji mění v povinnost líbit se. Člověk si nasadí falešnou masku a ospravedlňuje se tím, že jinak to nejde, že situace je bezvýchodná. Neuvědomuje si, že problém by se vyřešil, kdyby z celé duše osvobodil přání líbit se.

O TOM, JAK ČLOVĚK NIČÍ SÁM SEBE

Abychom pochopili, proč je přání líbit se pro člověka zhoubné, je třeba pochopit, kdo to je člověk.

Položili jste si někdy otázku: „*Kdo vlastně jsem?*“ Pravděpodobně nikoli. A jestli vám někdy někdo tuto otázku položil, určitě se Vám chtělo odpovědět mu ironicky: „*Jsem člověk, copak to nevidíš?*“ Obvykle se však takhle lidé neptají. Otázka je formulována tak, že protějšek v odpovědi sdělí své jméno, věk, funkci, pracoviště. O tom, že je člověkem, není pochyb. Jak vidíte, já jsem připravena zapochybovat.

Člověk je ztělesněním ducha, jenž přichází na svět, aby si osvojit lekce materiální úrovně. Přečází z jednoho života do

následujícího s vědomím toho, že na cestě vzestupu na vyšší úroveň vývoje nelze přeskakovat jednotlivé stupně. Je mu známo, že nejlépe porozumí tomu, co mu je podobné, proto je třeba porozumět materiálnosti, když jsme ve fyzickém těle. Duchovní počátek si vybírá materiální tělo. Vybírá si ho jako přítele na období pobytu v materiálním světě. Společně s tímto přítelem projde určitou část po cestě svého osudu.

Duch je cit, duše je poznání.

Duch volí místo životních lekcí, duše volí prostředky poznávání.

Duchovní bytost ví, jaké těžkosti ji na tomto světě očekávají a přesto přichází, aby si je osvojila. Poznání přináší málo užitku, pokud si je neosvojíme. Osvojené poznání se usazuje ve vědomí a je používáno k utváření materiální úrovně. Rozum, jenž působí stejným způsobem jak v duchovní, tak v materiální rovině, představuje životní moudrost.

Otázka: Co znamená duchovní podstata? Je možné ji spatřit?

Odpověď: Je to možné, budeme-li se dívat srdcem. Popíše ji. Představte si bod, z něhož vychází v různých směrech energetické vlny. Jsou nekonečné. **Takový jsi i ty, člověče – jsi duchovní bytostí.**

Otázka: Máme začátek nebo konec?

Odpověď: Ne. Existuje jen střed (středobod).

Otázka: Existuje začátek a konec života? Nebe? Boha?

Odpověď: Ne. Vždyť je to jedna a tatáž energie. Rozlišují se jen názvy v závislosti na tom, z jakého úhlu to posuzujeme. Zamyslete se: „*Jsem nekonečný, život je nekonečný, Bůh je nekonečný. Střed mého života spočívá ve mně a já svým středem – v nich. Zkrátka a dobře: ve mně je všechno a já jsem ve všem.*“ Byli bychom schopni vidět to srdcem, slyšet srdcem, číchat srdcem, ochutnat i ohmatat srdcem – tedy pociťovat, kdybychom se neomezovali kvůli strachům. Urazíme se, když o nás někdo řekne: „*Omezený člověk!*“ Ano, jsme omezení, pojďme si to přiznat

[230]

a staneme se díky tomu méně omezenými. Omezenost a neomezenost je v každém člověku.

Omezený člověk je vystaven nemocem. Proč?

Vzpomeňte si, co Vás učili od dětství, když se Vám něco nedařilo. Nejspíš Vám říkali: „*Snaz se!*“ Což jste taky dělali. A děláte dodnes, navzdory tomu, že užítku je z toho stále méně a méně. Co to znamená? To, že žijeme v moci strachů a automaticky děláme to, co dělá strach: *vyvolává napětí, zkracuje, stlačuje, vyvolává strnulost, zbavuje pružnosti*. Jakmile něco uděláme, hned to začneme hodnotit, to jest ničit.

Vše, co je omezeno, podléhá hodnocení. Vše, co je neomezeno, hodnocení nepodléhá.

Zapamatujte si: pokaždé, když řeknete „já“, „sám“ nebo „člověk“ je uvedena v činnost energie duchovní bytosti. Představte si duchovní bytost a co se s ní děje, když napínáte své síly. Berete ji, jako byste vzali nekonečné nebe a začínáte ji uprostřed stlačovat. Mobilizujete a koncentrujete ji, aby se smáčkla, přesně stejně, jako se stlačuje jitrnicový prejt, když se vtlačuje do střívka. To odebírá čas i síly – hodně času i sil – a nakonec je dosaženo žádaného. Začnete ji hbitě zastrkávat do sebe a kupodivu cítíte, že konzistence je málo hustá. Dílo se stále nedaří a Vy začnete mít výčitky, neboť Vám někdo z okolí řekl: „*Vzmuž se!*“ A Vy to uděláte. Soustředíte veškerou svou sílu a dovednost v ruku, dokud se ruce nezatnou v pěst ze strachu, že žádaného nebude dosaženo. Jdete dál a zmlátíte pěstmi toho, kdo je podle Vašeho názoru vinen. Možná, že ani nezmlátíte, protože jste se dost vyřádili v minulých životech, byli jste i sami bití a cítíte, že takhle se to nedělá.

Jak se nyní zachováte? A jak se zachová ustrašený člověk? Je schopen myslet pouze jedním způsobem. To znamená, že se bude ještě víc tužit, ještě silněji zatne pěsti, čímž v nich uvězněná energie zhoustne do té míry, že vznikne ložisko nemoci.

Tkáně lidského těla není možné stlačit na hustotu převyšující hustotu těžkých kovů, protože dříve než tento stav nastane, tělo člověka se odebere k praotcům. Duše má nyní možnost

udělat závěry z chyb minulého života a spřádat plány do života budoucího.

Tedy – když se člověk **namáhá, mobilizuje a koncentruje** – chová se **nesprávně**. Jak by to mělo být?

Příklad ze života

Šla jsem jednou ve dne po ulici a uviděla jsem houf chlapců, hlučně se zabývajících nějakými svými záležitostmi. Zdaleka bylo vidět, že jeden z nich – ten s chytrou tváří – nedávno plakal. Kdo mu ublížil? Ostatní byli na pohled mírumilovní.

Co myslíte, kde se k člověku chovají nejlaskavěji a kde nejvíc vyhrožují a straší? Samozřejmě, že doma. Zalétla ke mně slova vůdce skupinky, který přátelsky radil: „*Hele, tak už to pusť z hlavy, stejně je to pitomost!*“ Zasmála jsem se pro sebe, protože jsem už dávno neslyšela takovou obyčejnou a přitom moudrou radu. Bylo by prima, kdyby rozvážnost tohoto chlapce nebyla zahrnata do kouta kvůli kalhotám, které roztrhal, kdyby ho rozumní lidé nedokázali přinutit, aby se namáhal a vzchopil.

Představte si, že se Vy, celí *ukáznění a napjatí* uvolníte, to jest, dáte si svobodu. Rozlijete se do všech stran jako nebe. Nenaucené životní lekce jsou jako mraky na obloze – stejně ohraničené, jako Vaše strachy. Podívejte se, mrak má stejný střed jako Vy – duchovní bytost. Zkuste spojit vlastní střed a střed mraku – problému, to jest **soustředit se**. Možná se Vám to nepodaří hned.

Pokud víte, že je *třeba* se soustředit, mezi těmito dvěma body vznikne přímka a soustředíte-li se, dokážete udělat krůček směrem ke druhému středobodu. Zaposloucháte-li se do svých pocitů a pouvažujete, leccos se vyjasní. Druhý den se soustředíte znovu a něco bude ještě jasnější. Nyní budete možná potřebovat několik dnů nebo týdnů, abyste pochopili smysl získaných informací – natolik jsou objemné.

Budete-li se soustřeďovat stále cílevědoměji, dostanete se k jádru prvního problému a ucítíte, jakoby se tam roztrhla nějaká smyčka. To je prvotní energie, která vyvolala problém, která se

[232]

začala rozmotávat díky výhradně lidské vlastnosti soustředit se a rozuzlila celý zbývající problém. Rozuzlila ho sama. Od Vás se nic víc nežádalo. I tak jste už vykonali skutek, jenž je hoden člověka. Nyní už bude mnohem lehčí soustředit se na další problém.

Zvíře umí napnout síly a napadnout předpokládaného protivníka děj se co děj. **Skutkem hodným lidské rozvážnosti je soustředění**, s jehož pomocí je možné řešit všechny problémy člověka, jak nebeské, tak pozemské.

Každý člověk je schopen soustředit se, i když mnozí, aniž by se o to pokusili, si stěžují, že se jim to nedaří. Čím silnější jsou strachy, tím víc spěcháte a tím obtížněji se to daří. Chybí-li Vám vytrvalost, ani se o to nesnažte. Osvobodte strachy a pokuste se pomalu a klidně se soustředit. Soustřeďte se uvědoměle. Řekněte v myšlenkách: „*Propouštím strach na svobodu. Strach odchází. Nyní se soustředím. Něco se nedaří. Zkusím to znovu. Už je to trochu lepší.*“ Sami volte slova k rozhovoru se sebou. Přesvědčte se o tom, že tělo není napjaté, jinak to bude sebeklam. Uvolněte se. Soustřeďte se znovu. Jak říká přísloví – „voda omílá kámen“. Nepochybujte – je to tak.

Můžete namítnout, že to je utopie, a že soustředěnost za Vás neudělá nastávající těžkou práci. Správně, neudělá; ale dostane se Vám podpory. Objeví se pomocníci i odjinud. Přijdou sami, bez Vašeho přispění. Přijdou, protože potřebují tuto lekci. Až přijde čas i Vy budete poskytovat pomoc někomu třetímu, jelikož k vlastnímu vývoji bude třeba soustředit se na vykonání jeho práce. Duchovní jednota lidí je založena na tom, že každý dělá to, co prospívá jeho vývoji a v konečném důsledku se ukazuje, že je uděláno vše, co je třeba. Nikdo nepřepočítává na peníze kolik stojí moje práce a kolik mi teď máš dát a má radost z toho, že mohl něco udělat podle svých schopností – že dokázal být člověkem.

Chytrý se soustředí, aby pomohl tomu, kdo je hloupější a hloupější se soustředí, aby mohl pomoci tomu, kdo je chytřejší – je hodně toho, co neumějí chytří, zato hloupí to umějí. Oba jsou spokojeni sami se sebou i navzájem. My ale stále žijeme jen

v *postoji* přímo protikladným potřebě. Do očí si navzájem děkujeme, platíme peníze za provedenou práci a za zády jeden druhého zesměšňujeme kvůli hlouposti a neschopnosti. Tak si lidé způsobují stresy. Osvobozujete-li stresy, děláte vlastně stejnou práci, avšak přistupujete k ní s láskou, umíte se soustředit, jste šťastni, že umíte dělat to, co umíte a děkujete nebi zato, že někdo umí dělat to, čemu Vy jste se zatím nenaučili.

Podvědomě je schopen soustředit se každý člověk. Jak to rozpoznat? Přicházíte si například s někým popovídat a ještě před začátkem rozhovoru se nečekaně pro sebe zeptáte: „*Jsi tu?*“ I když vidíte, že je přítomen. Pokud si Vás druhý nevšimne, znamená to, že tam není. Je na něco soustředěný a je duchem mimo. Vzhledem k tomu, že jeho duše je na místě, dovoluje mu to zabývat se jakoukoli fyzickou prací – i vysoce kvalifikovanou.

Prvořadému prostředku komunikace – srdci, je to známo, proto z Vašich úst vylétla tato slova. Může se stát, že na Vás člověk pohlédne a z jeho očí je vidět, že nepochopil, o čem je řeč. To znamená, že tělo naučené zdvořilému chování funguje automaticky, dokud se duch nevrátí. Tuto otázku mohou položit i Vám. A Vy se podíváte: „*Já jsem tu, k čemu ta otázka?*“ Možná se dokonce urazíte.

Někdo se necítí dobře a začne druhého otravovat: „*Co je s tebou?*“ Je s ním vše v pořádku, je jen soustředěný na to nejdůležitější – na zdokonalování sebe samého jako člověka. Většina lidí je schopna soustředit se jedině o samotě, málokomu se daří to dělat v jakkoli velké a hlučné společnosti. Kdo tuto schopnost nemá, může zpanikařit, když vidí soustředěného člověka. Ve všedním životě se slovo „soustředování“ používá zřídka. O soustředěném člověku se obvykle říká: „*hluboce ponořený do svých myšlenek*“. Naučte se správně používat toto slovní spojení a dokážete bez překážek dát druhému člověku, například školákovi dobrou radu: „*Soustřed' se. Snaž se určit podstatu úkolu!*“ A nebudete-li ho nervózně popohánět, určí ji. Když mu ještě k tomu vysvětlíte, že jeho mozek je unavený z přílišného napětí a bylo by dobré trochu si oddechnout – zaběhat si, zaskákat a teprve pak se znovu soustředit na učení, pomůžete dítěti doopravdy. Potom mu učení půjde jako po másle.

Vnější vzhled soustředěného člověka je srovnatelný s vnějším vzhledem a chováním duševně nemocného. U obou se v daném okamžiku střed ducha nachází za hranicemi těla i duše. Čím vyšší a čím vzdálenější je problém, na nějž se člověk soustředí, tím výš a dál se nachází jeho duch. Rozdíl je jen v tom, že u duševně nemocného se duch schovává co nejdál od ustrašené duše, aby se vyhnul vlastní zkáze a v tomto životě se už nemusí vrátit. U soustředěného člověka se duch odloučí dobrovolně a vrátí se, kdy je třeba.

Přání být člověkem, a tedy mít všechno nejlepší, připravuje člověka o rozum.

Potřeba být člověkem, tedy dávat všechno nejlepší, dělá člověka filozofem.

Formou jsou si podobní, obsah se však výrazně liší. Obsah je vyjádřen činností: *filozof uvažuje, duševně nemocný rozumuje*. Všichni jsme do určité míry filozofy a do určité míry duševně nemocnými. Miska vah se bohužel velice naklání na stranu duševně nemocných. ***Filozofie začíná od středu, duševní nemoc středem končí.***

Filozofie se může vznést do takové výše, že zamíří do nadoblačných výšin a to, co nebude zcela pochopeno v současnosti, zůstane k osvojení příštím pokolením. I když je rozumování duševně nemocného schopno kroužit ve výšce mrakodrapu, vzlétnout nemůže, protože svými kořeny vrostlo do země.

Shrnutí:

A. Koncentrovanost zvyšuje cílevědomost a ta zase schopnost zkoncentrovat se. Tím dochází k *individuálnímu vývoji v uzavřeném kruhu*, to jest na hmotné úrovni, důsledkem toho je nemoc.

B. Soustředění formuje účelnost a účelnost rozvíjí schopnost soustředit se. V důsledku toho máme *celkový vývoj, který pozvedá jak duchovní, tak hmotnou úroveň a dematerializuje nemoci*.

Naučíme-li se vnímat sami sebe jako život a jako Boha, hranice dosud nepoznaného ustoupí a omezené představy o sobě, životě a Bohu získají nový širší rozměr. Jedině dosažením pověstné zralosti si uvědomíme, že člověk, život a Bůh – je fakticky jedno a totéž. Duchovní člověk je jako nekonečné nebe a fyzický člověk je jako zeměkoule na tomto nebi. Nebe může existovat i bez Země, Země se však nedokáže bez nebe obejít. Člověk, jenž je v daném okamžiku vyrovnaný, je schopen vidět ducha, protože se v tom okamžiku dívá srdcem.

Ustrašený člověk bohužel vidí to, co chce vidět. Z toho, co jsem viděla, mi začalo být jasné, proč východní filozofie tvrdí, že člověk je Bůh. Pro křesťany je to nepřijatelné, poněvadž křesťanství Boha vytlačuje za hranice člověka. Přesněji řečeno, Bůh je postaven nad člověka. Přání dokázat svou pravdu člověka nutí obširně hovořit o své víře. Ani ho přitom nenapadne, že se mu zoufale nedostává právě toho, o čem tak hodně mluví. Kdo věří, nevede o víře plané řeči. Věří.

Z úst vyletí to, co tíží duši.

Do úst přichází to, co duše potřebuje.

Kdo není schopen komunikovat srdcem, nechť mluví alespoň ústy – srdci se tím ulehčí. Kdo má pusku na zámek, protože si myslí jedno a říká druhé, tomu leží na srdci těžké břímě. Čí bříměno vznikalo rychleji, tomu srdce dřív vypoví službu.

Člověk, jenž je duchovně i fyzicky zdravý, má středy ducha, duše a těla umístěny tak blízko u sebe, že v okamžicích úplného duševního klidu se mohou dokonce vzájemně spojovat. Kde se tento bod nachází? Čekáte-li ode mne odpověď, zeptejte se sebe. „*Čím začíná život?*“ Láskou, je to tak, že? Čili tento bod se nachází v srdci.

Pro mnohé je problémem pocít, že se jakoby nacházejí někde na jiném místě. Na to je možné říci následující: co je pro jednoho člověka štěstím, je pro druhého neštěstím. Rozpoznání sebe samého a současně postoj k sobě jako k tělu, skutečně vyvolává **pocít rozdvojení**, jenž je schopen přivést nás k zoufalství. Vzniká otázka, který z těch dvou jsem skutečně „já“? Někdo tvrdí,

že jakoby cítí vedle sebe něčí přítomnost a stálé sledování. Tím vzniká zděšení. Ten pocit dobře znám, mně však ten záhadný někdo od dětství dodává odvalu a pocit ochrany. Vás straší – tudíž je to Váš problém.

Příklad ze života

Obrátila se na mě žena krajně znepokojená tím, že ani jeden z léků, které jí předepsali psychiatři, není schopen utišit její strachy. Cítila, že ji někdo stále pozoruje. Když byla s někým, nic se nedělo, ale jakmile zůstala sama, přepadaly ji pocity hrůzy. Jak má vědět, že ten strašný tvor se náhle nerozhodne ji napadnout a nablízku nebude nikdo, kdo by ji ochránil. Nemohla dokázat, že příčinou jejích strachů je neznámý pronásledovatel, protože ho na vlastní oči nikdy neviděla. Když jsem se jí zeptala, jak cítí cizí přítomnost, žena mi to nemohla vysvětlit. Napověděla jsem jí, že vidí srdcem a ona ihned souhlasila. Schopnost vidět srdcem nevnímala jako šťastný dar. Teprve, když jsem jí řekla, že vidím totéž co ona, s ulehčením si oddechla – konečně se našel někdo, kdo ji nepovažuje za blázna!

„*Teď se podívejte doleva,*“ řekla jsem. Obrátila tam zrak, ztuhla a mrtvolně zbledla. Všechno je jasné, tam také někdo byl. Potom se na mou radu podívala nahoru a pod nohy a obličej se jí zkřivil hrůzou. „*Tak co, jste obklíčena ze všech stran?*“ zeptala jsem se. Žerty stranou, když **příliš náročný člověk nerozumí legraci, je to vážná věc.** Koho žena viděla? Viděla sebe, duchovní bytost, to jest člověka. Vzhledem k tomu, že stejně jako my všichni sama sebe vnímala ve formě vlastního těla, nepoznala se jinak. Zeptám-li se Vás nyní: „*Proč lidé přicházejí o rozum?*“ Budete pravděpodobně souhlasit, že se zblázní proto, že vidí sami sebe v pravém světle, to jest vidí pravdu. Zvláště v tom případě, když se chtějí vidět výhradně v kladném světle.

Představte si, že jste nekonečné nebe, uprostřed něhož se nachází Země se svou atmosférou. Člověk je tímto nebem, schopným pozorovat Zemi, to jest své tělo ze všech stran – zleva i zprava, shora i zdola, zepředu i zezadu a rovněž pod jakýmkoli jiným úhlem a neotáčet přitom hlavu. Cítíte-li, že jakoby

někdo jde vedle Vás, podívejte na druhou stranu, je tam také. Podívejte se nahoru, dolů, dopředu, dozadu nebo na jakoukoli jinou stranu, dívejte se však srdcem, neboť očima ho nevidíte. Je všude, stejně jako Nebe. Dokud Vás přemáhají strachy, budete se považovat pouze za tělo, podobné Zemi, hledící na Nebe a přející si dokázat, že Slunce, Měsíc a hvězdy jsou povinny točit se kolem ní.

Jsou-li strachy osvobozeny, cítíte se jako Nebe, hledící na Zemi. Nebe je duch, to jest úplný klid, jenž se sice jako nezaujatý pozorovatel dívá, co dělá duše a tělo, nepoužívá však sílu ani moc, když začnou vyvádět nad míru a bylo by třeba jim domluvit. Duch ukazuje cestu, nedělá však za druhé jejich práci. Nabízí nejvhodnější možnost, ale nevnucuje ji.

Duše je jako zemská atmosféra, kterou Země, stejně jako tělo, vdechuje a vydechuje. Je částí Nebe, to jest ducha, spojující ducha s tělem. Čím více se přání těla rozrůstají, tím víc v sobě všechno hromadí, dokud nahromaděné nevytěsní vzduch, to jest duši. Duše odchází a tělo se mění v prach. Střed ducha a duše se přemísťují na jiné místo, aby posoudily uplynulé dění a pokud je to třeba, znovu se jednou vrátily na Zemi.

Rozměry těla jsou omezené, rozměry duše jsou proměnlivé, duch je nekonečný. Nachází-li se střed ducha a duše v mezích fyzického srdce, člověk je zdrav, poněvadž amplituda vibrací životních lekcí je nevýznamná. To neznamená, že ***není čemu se učit.*** Znamená to, že se člověk ***učí na malém.***

Duše je jako atmosféra Země, která je součástí Nebe to jest ducha, avšak náleží Zemi, pokud Země existuje. Spojuje Zemi s Nebem, ačkoli Nebe a Země jsou i tak sjednoceny. Duše učí Zemi považovat Nebe za realitu, to jest za podstatu. Kdo považuje duchovnost za prvotní, uznává jednotu Země a Nebe a lehko se mu dýchá. Snadněji uvolňuje strachy. Kdo nezlomně věří v prvotnost Země, tomu musí jeho duše ukázat, co se může stát, když nebude Nebe – člověku začne dělat potíže dýchání. Všechny nemoci dýchacích cest dokazují chybnost takových představ.

Člověk je tak velký, jak mu dovoluje strach.

Takže velikost člověka je závislá na množství strachů. Čím jsou strachy silnější, tím více je člověk zadržován ve stěně svých strachů, jako vzduch stlačený v duši fotbalového míče. Rozměry fotbalového míče se zvětšují podle množství osvobozovaných strachů a jeho obal se ztenčuje. Sotva se někomu bude chtít do něj kopnout.

Čím blíže je velikost člověka k velikosti nebe, tím menší má důvod bát se cizí agresivity. Čím je člověk menší, tím snazší je vyvést ho z míry. *Vyvést člověka z míry je možné, když jeden ze stresů přerostl jeho samého.* Například, když člověka přerostla hrdost a nevejde se dovnitř, říká se, že je nadutec. Koho přerostl egoismus, je nazýván egoistou – a zkuste se později této nálepky zbavit.

Vývoj člověka – duchovní bytosti – představuje rozšíření jeho středu a jeho přeměnu ve zdroj vyzařování. Je možné vyvíjet se dvojitým způsobem.

1. Cestou nápravy způsobu myšlení. Nazveme ho cestou uvolňování strachů. Čím více strachů je uvolněno, tím dále ustupuje rouška temnoty, která nedovoluje vidět celek. Je třeba to dělat krok za krokem, stejně, jako bychom šli po schodišti, protože každé nové poznání potřebuje tvůrčí realizaci. Uvolňování strachu je symbolicky srovnatelné s vertikálním stoupáním po spirálovém schodišti.

Přivykání nové kvalitě energií a jejich využívání v praxi je jako pohyb po schodišti v horizontální rovině. K tomu je nezbytný čas. Příkladáte-li prvotní význam zlepšení způsobu myšlení, nemusíte se bát spěchu. Ani tehdy, když lidé jdoucí hned vedle Vás v panice zrychlují běh. Spolu se zmenšením strachů se zmenšují i ostatní stresy. Získáváte schopnost dlouho a trpělivě čekat, stáváte se trpělivým člověkem.

Dlouhá trpělivost – krátká cesta.

2. Cestou hromadění osobních zkušeností. To je cesta osvobodování strachů. Touto cestou jde západní svět. Je nám vlastní nejprve dělat a teprve potom myslet, i když nám připadá, že přemýšlíme předem. Myslet rozumem, tedy vykonávat činnost. Ponořit se do práce. Rozvážně myslící člověk zvažuje, zda to, co vymyslel

rozum, je třeba či nikoli. Teprve potom se pustí do díla. Nahromaděná zkušenost je námi vnímána jako jedině správný princip.

Náš život připomíná vědeckou laboratoř mechaniky, chemie, fyziky nebo mikrobiologie, kde se provádí *vražedné* množství pokusů, abychom udělali závěr, zda je výsledek vyhovující či nikoli. Komu se přestanou třást ruce, ten dokáže, že je správný jeho výsledek.

Věříme a žijeme v tomto duchu, dokud nám sám život nedokáže, zda stojí za to věřit či nikoli. Metodou pokusů a omylů zkoumáme stále jedno a totéž – zepředu, zezadu, shora, zdola, z jedné strany, z druhé strany, *dokud se toho nepřestaneme bát*.

Jak vidíte, místo toho, abychom se soustředili na cíl a osvobodili strach, celý život (a možná ne jeden) se úporně snažíme, než se nám podaří maličko se rozvinout, maličko zlepšit sebe jako člověka. Zvolíme-li cestu zkušenosti, zesílujeme stresy a utrpení a nevěříme, že je to možné i jinak.

Netrpělivost je dlouhá cesta.

Jsmo současně žáky i učiteli. Když vystupujeme v roli učitele, přejeme si, aby žáci prováděli to, co jim učitel říká. Žákovi se nelíbí, když ho učí. Byl by raději, kdyby učitel za něj plnil úkoly sám. Jeho rozum nechce pochopit to, že učitel nemůže prožít život za žáka. Tak uvnitř každého člověka probíhá boj mezi učitelem a žákem, mezi tím, co se mi líbí a co se mi nelíbí. Osvobozuje-li člověk vše, co si přeje i nepřeje, přestává přemýšlet o tom, co se mu líbí a co ne. Probouzí se zájem o život. Vyvolává-li zájem jak výuka, tak učení, život se daří.

O DUŠEVNÍM KLIDU A SOUZNĚNÍ

Žijete v souznění, cítíte duševní klid? Když okamžitě odpovíte „ano“, zeptám se Vás: „*Jste zdraví? Jsou zdraví všichni v rodině?*“ Jestli ne, jste pěkní filutové. Snažte se pochopit, co právě Vy cítíte – duševní pohodu nebo duševní klid? Snažte se pochopit rozdíl mezi nimi.

[240]

Je-li duševní klid, je i souznění.

Když je souznění, duševní klid být nemusí. Je příjemné dívat se na lidi žijící ve jménu souznění, ale žít ve jménu souznění je těžké. Čím déle *člověk kvůli pohodě v rodině nebo v kolektivu přehlídí vlastní potřeby*, odkládá je do budoucna, potlačuje je v sobě nebo ničí, tím víc je mu těžko na duši.

Komu je život milý, ten si v kritickém okamžiku postaví hlavu a břemeno ze sebe shodí.

Kdo převrací souznění v životní cíl, v jeho jménu také zemře. Potom na něj lidé vzpomínají jako na výjimečně příjemného člověka, který za života všechno kolem sebe ozařoval svým jasem. Vzhledem k tomu, že o mrtvých říkáme jen dobré, mnoho se o něm nemluví. Ve skutečnosti není o čem mluvit – co se dá říci o člověku, jenž přinesl sám sebe jako oběť. **Strach z roztržek, konfliktů a hádek člověka nutí žít v souznění.**

Kdo se snaží, tomu se daří, a když dosáhne svého, je možná s takovým stavem věcí dokonce i spokojen. Avšak všeho do času – dokud nevznikne jiné přání. Člověk si přeje najít lidi, kteří mu budou blízcí duchem a vyhledává proto *činnost podle zájmů*, které uklidňují jeho duši. Člověk, který v práci nachází sám sebe, cítí plné uspokojení. Ať se zabývá čímkoli, setkává ve svém okolí druhého člověka, který se mu líbí a založí tedy sympatickou rodinu. Zachovat v takové rodině souznění není těžké. Takový život se líbí jim samotným i všem, kteří se s nimi stýkají. Souznění rodičů je předáváno rovněž jejich dětem a nakonec vzniká příkladná rodina. Svou rodinu milují, rádi přicházejí domů. Hovoří spolu o příjemných věcech, o nepříjemných se mlčí. Nepříjemnému se vyhýbají nebo je dle možnosti prezentují v příjemném světle. Manželé žijící v plné shodě, zastírají vznikající rozpory, aby se vyhnuli nepříjemnostem. Taková idyla trvá tím déle, čím více jsou manželé schopni předvídat ta nebezpečí, která mohou zvábit jejich děti.

Ve všem dávají výhradně kladný příklad, neodloučí se od dětí ani na minutu, nepozorovaně utvářejí děti k obrazu svému a oba mohou spokojeně žít, dokud děti nebudou dospělé. Poukazují na všechno špatné, co se děje kolem a vysvětlují dětem, jak nutné je

se mu vyhnout, aby nevyvolaly veřejné odsouzení, tiše a nepozorovaně potlačují i nejmenší výhonky domácí vzpoury. Nikdo z okolí nemůže říci, že tyto děti nejsou připravené na život běloručky. Naopak, umějí dělat všechno to, co dělají rodiče. Všichni je chválí, i sama rodina je na sebe s určitou **ostýchavostí hrdá**.

Pokud nemoci, které tuto rodinu dost často navštěvují, nepřinutí rodiče, aby se zamysleli, dítě, které je poprvé na delší dobu odloučeno od domova a dostane se do cizího prostředí, může rodičům uchystat nepříjemné překvapení. Čím ošklivější čin spáchá, tím rychleji se to k uším rodičů donese. Zpráva o trestném činu přiletí rychlostí blesku a oťrese jimi do základů. Chová-li se dítě nedůstojně, kouří, dělá v opilosti výtržnosti, vede amorální způsob života, pere se, ale na soud nedojde, rodiče tomu neuvěří. Nevěří ani rodiče, ani ti, kdo tuto rodinu znají. Vnímají zprávu jako nepěkný žert nebo pomluvu – někomu se moc dobře hodilo svalit cizí prohřešky na příkladné dítě, aby sám vyvázl s menším trestem.

Rodiče, kteří pustili dítě z domova s klidnou duší, protože byli přesvědčeni, že dítě skvěle připravili na samostatný život, zachvátí šok, když se dozvedí o tom, co se stalo. Není zrovna málo takových rodičů, jejichž dítě se hned napoprvé seznámí s policií. Nepřetvařují se, když se zapřísahají, aby jim věřili, že jejich dítě nikdy nekouřilo, nepilo, nefetovalo, nemělo zločinecké sklony, ani nic společného s prostitutí. Na důkaz toho jsou ochotni nechat si useknout hlavu. Svě dítě neopustí, neboť rodina žijící v souznění nikdy neponechá svého člověka na pospas osudu. Odhodlaně dokazují, že jejich dítě je ze spořádané rodiny a samo je spořádané. To je všem známo. **Všem známo, ale nikdo to neví**. Kdyby se vyznali sami v sobě, znali by i dítě a nemohli by takhle mluvit.

Dítě, vyrůstající v rodině, kde panuje přílišné souznění, protože rodiče se bojí skandálů, neví, co jsou to nesrovnalosti a hádky. Nebojí se hádek, a proto nechápe, proč si musí odpírat potěšení vlastních potřeb. Proč si nemůže dělat, co chce, když to nikomu neškodí? Proč musí dělat to, co nepotřebuje ani on, ani jeho rodina a co dělá kvůli veřejnému mínění? Zeptá-li se, proč musí být hodným chlapečkem, když chce okusit radostí života, osopí se na

něj – že se nestydíš. Je to taková hanba, že i doma se rozhovory na toto téma vedou šeptem. Dítěti hanba není, ale protože dítěti z dobré rodiny přísluší stydět se, tak se stydí. Rodiče si to přejí a dítě se podřídí. Nelze neuposlechnout dobré rady nebo správného požadavku. Když neposlechněš, znamená to, že doopravdy jsi hodně zlým dítětem.

Čas plyne a všechny nevýznamné mezery vznikající při seznamování se životem se sečtou v jednu velikou, která čeká na okamžik, kdy se dítě vytrhne z prostředí, kde ho velmi přísně drží na uzdě slušného chování. Cizím lidem do něj nic není, nic mu nevyčítají a nepoběží si stěžovat rodičům. Jejich připomínky vnímá, jako když hrách na stěnu hází. Cizí lidi nemusí poslouchat a neposlouchá je, protože jeho city jsou otupělé. Proto ani ty nejmírnější ovečky nejsou schopny, pod vlivem alkoholu a jiných jedů, ovládat vášně burácející v jejich nitru a stávají se nezvladatelnými. Mladý člověk, který se dostane do víru života a vyvádí škaredé kousky, je před svými stresey bezbranný. Později možná bude hořet studem, ale ani pak nedokáže vysvětlit, proč se to všechno stalo. Nic nechápe, a proto není schopen činit pokání.

Děti, které měly možnost hořet studem kvůli ošklivým scénám, které se odehrávaly mezi rodiči, umějí své emoce potlačovat do té míry, že neztrácejí inteligentní vzezření ani pod vlivem alkoholu. Také se chtějí poveselit v dobré společnosti, ale aniž by si toho okolí všimlo, přesně odměřují množství vypitého alkoholu, aby jim veselí nepřerostlo přes hlavu. Chtějí se cítit dobře i následující den po večíрку a slyšet chválu na svou adresu, budou-li srovnáváni s někým, kdo se příliš rozjel. Navenek žádná omezení, žádné příkazy nebo zákazy sobě ani druhým. Ve skutečnosti *absolutní vnímání přípustných mezí a vnitřní povel být vždy vyrovnaný*.

Je-li takový zdravý postoj vítán, z dětí vyrůstají inteligentní lidé, kteří jsou hodni svých inteligentních rodičů. Nebo je dokonce překonají. Například v tom smyslu, že rodiče se potýkají se svými nemocemi, kdežto dítě se umí chorobám vyhnout. Bohužel nastupuje období, kdy se forma dostává do protikladu s rozbuje-lým obsahem.

V tomto případě se pravda ukáže ve třetím pokolení. Čím klidnější byla předcházející dvě pokolení, tím pravděpodobnější je, že první vnuk bude naprostým nihilistou. Protestuje proti všemu a všem. Hovoří pouze v negativních větách. Odmítá i to, co si velice přeje. Když nedostane, co chce, jeho rozhořčení nezná mezí. Budeme-li ho pozorovat očima nezaujatého pozorovatele a vynasnažíme se pochopit podstatu jeho protestu, zjistíme, že dítě neumí mluvit kladně. Kdyby se babičky, dědečkové a rovněž rodiče naučili mluvit ve stejném duchu, vrátil by se domů řád. Vzhledem k tomu, že stálá negace všem jde na nervy, nikdo se neobtěžuje porozumět podstatě věci a dítě se mění ve zplozence pekla, který obrátí vniveč všechno, čeho dosáhly dvě předcházející generace. Dobří rodiče spolu s prarodiči jsou vzteky bez sebe. Kdyby si člověk, jenž je bez sebe vzteky, přiznal, že všechno to, co se vydrálo na povrch, je jeho vlastní a sedělo to uvnitř, děkoval by Bohu i dítěti, kvůli němuž se rozkatil. Lidé to však obvykle nepřiznají a viníkem zůstává dítě.

Souznění vyprchá, když si někdo z rodičů náhle usmyslí špatné dítě chránit, neboť se cítí do určité míry vinen. Ve vzniklé situaci by bylo dobré, kdyby rodiče posoudili vlastní prohřešky. Pokud to neudělají, jsou možné dvě varianty: dítě se všemi zúctuje, řádně jim nadá a těžce z toho onemocní nebo se rodiče postaví proti sobě a začnou spolu bojovat. Dítě se cítí přebytečné a hledá, kde se upíchnout, což je nevyhnutelně vrhne na amorální cestu nebo na cestu zločinu. Dokonce i v tom případě, že mu někdo z lítosti a ze soucitu poskytne přístřeší.

Stresy je třeba nepotlačovat, ale uvolňovat. Čím je duše čistší, tím je klidnější. **Duševní klid a radostná nálada jdou ruku v ruce.** Rozumná míra dobrého i špatného dodává *citům na ostrosti* a my se neukolébáváme pocitem, že je vše v pořádku. **Duševní klid předpokládá sebedůvěru, nikoli však sebevědomí.** Člověk cítí, že se všechno mění, proto je třeba zajímat se o život, abychom věděli, jak instruovat mladé pokolení, aby uposlechlo našich rad. Vždyť násilně se ničemu naučit nelze. **Učí-li učitel**

násilně, žák se neučí. Svou chybu si uvědomí až později. Cizím lidem do toho nic není, mělo by to však být důležité pro rodiče.

Duševní klid znamená *ostrost* vnímání.

Duševní pohoda znamená *otupení* vnímání.

Čím silnější je snaha o inteligentnost, tím usilovněji jsou potlačovány emoce a člověk se v důsledku toho stává tak necitlivým, že s ním nic nehne. Přestává být člověkem, přestává se vyvíjet a mění se v automat.

ZÁVĚREM

Život učí, člověk se učí.

Když se učí.

Učí se poznávat život v sobě a sebe v životě.

Jednou se to možná i naučí.

Pouhá existence znalostí a jejich hromadění zdraví nezabezpečí.

Zdraví je něco jiného.

Jedině používání znalostí v praxi napravuje chyby
a navrácí zdraví.

To je už něco nového.

Přiznáváte-li a uvolňujete-li stresy, stresů se zbavujete.

Jste svobodní.

Jste zdraví a šťastní.

*Stáváte se Osobností, která má Hodnotu sama o sobě
a je zbavena egoizmu.*

OBSAH

Mysl jako střecha nad hlavou	9
Stát se člověkem nebo jím být?	12
Okamžik, kdy číše přeteče	34
Duše a dýchání	50
O stvořeních božích	100
Zvířecí život	104
O nezbytné potřebě	109
Ve slepé uličce laskavosti	119
O skutečném a zdánlivém	127
Narození syna nebo dcery: štěstí nebo neštěstí?	151
Žít nebo být dobrý?	167
Ve světě, kde panuje přání líbit se	197
Ještě jednou o přání líbit se	216
Chci se líbit jako člověk	224
O tom, jak člověk ničí sám sebe	229
O duševním klidu a souznění	240