

Mým rodičům, dětem, sourozencům
a zbytku mé rodiny,
se kterou jsem svázán nejen láskou,
ale také krví a společnými kořeny.

Mé duchovní rodině,
se kterou jsem svázán naším rozhodnutím
založit rodinu na bezpodmínečné lásce,
vzájemné úctě a láskyplných vztazích.

A mé lidské rodině,
jejíž mysl je úrodnou půdou
pro semena lásky obsažená v této knize.

Kéž semena lásky
vzkvétají ve vašem životě.

Poděkování

Rád bych vyjádřil svou vděčnost Janetě Millsové, jejíž láska a oddanost dala této knize formu.

Rád bych poděkoval všem, kteří věnovali svůj čas a lásku a pomohli nám při psaní této knihy.

A nakonec chci vyjádřit svou vděčnost našemu Stvořiteli za inspiraci a krásu, jež daly této knize Život.

Obsah

Úvod: Mistr	11
I	
Porančná mysl	15
2	
Ztráta nevinnosti	29
3	
Muž, který nevěřil v lásku	43
4	
Cesta lásky, cesta strachu	51
5	
Dokonalý vztah	63
6	
Kouzelná kuchyň	75
7	
Mistr snů	85
8	
Sex: Největší démon v pekle	95

OBSAH

9

Božská lovkyně 105

10

Dívejte se očima lásky 113

11

Léčení citového těla 125

12

Bůh ve vašem nitru 139

Modlitby 151

O autorovi

Před tisíci lety byli Toltékové známí po celém jižním Mexiku jako „ženy a muži oddaní poznání“. Antropologové o nich hovoří jako o národu nebo rase, ale Toltékové byli ve skutečnosti vědci a umělci, kteří vytvořili společnost, aby zkoumali duchovní poznání a udržovali tradice svých předků. Mistři (*nagualové*) i žáci žili v Teotihuacanu, starobylém městě pyramid nedaleko Mexika, které bylo známé jako místo, kde se „člověk stává Bohem“.

Po tisíciletí byli *nagualové* nuceni skrývat moudrost svých předků a udržovat její existenci v tajnosti. V důsledku evropské kolonizace a zneužívání osobní moci některými žáky bylo nutné chránit učení před těmi, kteří nebyli schopni užívat je rozumně nebo je mohli úmyslně zneužívat pro osobní cíle.

Ezoterické učení Toltéků bylo naštěstí ztělesněno v různých rodech *nagualů*, kteří je předávali z generace na generaci. Ačkoli po staletí zůstalo zahaleno tajemstvím, stará proroctví předpovídala příchod doby, kdy bude nutné vrátit moudrost lidem. Don Miguel Ruiz, *nagual* z rytířského rodu Orlů, byl povolán, aby nás seznámil s tímto mocným učením Toltéků.

Toltécké učení vychází z téže základní jednoty pravdy, na které jsou založeny všechny posvátné ezoterické tradice na celém světě. Ačkoli to není náboženství, uctívá všechny duchovní mistry, kteří kdy na světě učili. Ačkoli uznává význam ducha, je spíše způsobem života, který se vyznačuje dostupností štěstí a lásky.

Tolték je umělec Lásky,
umělec Ducha,
člověk, který neustále tvoří
to nejkrásnější umění -
Umění snění.

Život není nic než sen,
a jsme-li umělci,
můžeme vytvářet svůj život s Láskou
a náš sen se stává
mistrovským uměleckým dílem.

Ú V O D

Kdysi dávno mluvil jeden Mistr k davu lidí. Jeho poselství bylo tak krásné, že všichni byli jeho slovy lásky dojata. V davu byl muž, který poslouchal každé Mistrovo slovo. Byl to muž velice pokorný a měl velké srdce. Mistrova slova ho tak dojala, že se rozhodl pozvat ho do svého domu.

Když Mistr ukončil svou řeč, muž k němu přistoupil, podíval se mu do očí a řekl: „Vím, že nemáš čas a že s tebou chce mluvit každý. Vím, že stěží můžeš vyslechnout má slova. Ale mé srdce je tak otevřené a já k tobě

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

cítím tak velkou lásku, že tě musím pozvat do svého domu. Chci ti připravit to nejlepší jídlo. Neočekávám, že mé pozvání přijmeš, ale musel jsem ti to říci."

Mistr se podíval muži do očí a s krásným úsměvem řekl: „Všechno připrav. Já přijdu." Pak odešel.

Když muž uslyšel tato slova, srdce mu naplnila velká radost. Nemohl se dočkat, až Mistrovi poslouží a vyjádří mu svou lásku. Bude to nejvýznamnější den jeho života: Mistr ho navštíví. Muž koupil to nejlepší jídlo a víno a vybral ty nejlepší šaty, aby je Mistrovi daroval. Pak pospíchal domů, aby všechno připravil. Uklidil v celém domě, připravil to nejlepší jídlo a prostřel stůl. Srdce mu přetévalo radostí, protože Mistr měl už brzy přijít.

Muž netrpělivě čekal, když někdo zaklepal na dveře. Dychtivě otevřel, ale uviděl tam starou ženu. Ta se mu podívala do očí a řekla: „Mám hrozný hlad. Můžeš mi dát krajíc chleba?"

Muž byl trochu zklamán, protože neviděl Mistra. Podíval se na ženu a řekl: „Pojď dovnitř, prosím." Posadil ji ke stolu, který prostřel pro Mistra, a nabídl jí jídlo, které pro Mistra připravil. Byl však netrpělivý a už se nemohl dočkat, až žena dojí. Stařena byla dojata jeho štědrostí. Poděkovala mu a odešla.

ÚVOD

Muž opět prostřel stůl pro Mistra, když někdo znovu zaklepal na dveře. Tentokrát to byl jakýsi cizinec, který cestoval pouští. Cizinec se podíval muži do tváře a řekl: „Mám žízeň. Můžeš mi dát něco k pití?“

Muž byl opět trochu zklamán, protože neviděl Mistra. Pozval cizince dovnitř a posadil ho ke stolu, který prostřel pro Mistra. Nalil mu víno, které chtěl dát Mistrovi. Když cizinec odešel, muž znovu všechno připravil.

Někdo opět zaklepal na dveře. Když muž otevřel, uviděl malé dítě. Dítě se na něho podívalo a řeklo: Je mi strašná zima. Můžeš mi dát nějakou deku?“

Muž byl trochu zklamán, protože neviděl Mistra, ale když se podíval dítěti do očí, pocítil v srdci lásku. Rychle přinesl šaty, které chtěl dát Mistrovi, a oblékl je dítěti. Dítě poděkovalo a odešlo.

Muž opět všechno znovu připravil. Potom čekal dlouho do noci. Když si konečně uvědomil, že Mistr už nepřijde, byl zklamán, ale okamžitě mu odpustil. Řekl si: „Věděl jsem, že nemohu očekávat, že Mistr přijde do tohoto skromného domu. Ačkoli slíbil, že přijde, muselo mu v tom zabránit něco důležitějšího. Sice nepřišel, ale aspoň mi řekl, že přijde, a to stačí, abych měl radost. “

Pomalou uložil jídlo a víno a šel do postele. V noci se

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

mu zdálo, jak Mistr přišel do jeho domu. Měl velkou radost, ale nevěděl, že se mu to jen zdá. „Mistře, už jsi tady! Dodržel jsi slovo.”

Mistr odpověděl: „Ano, už jsem tady, ale byl jsem tu už předtím. Měl jsem hlad a ty jsi mi dal najíst. Měl jsem žízeň a ty jsi mi dal víno. Byla mi zima a ty jsi mi dal šaty. Všechno, co děláš pro druhé, děláš pro mě.”

Muž se probudil a srdce mu přetévalo radostí, protože pochopil, co ho Mistr naučil. Mistr ho miloval tolik, že mu poslal tři lidi, aby mu dal toto důležité ponaučení: „Mistr žije s každým. Dáš-li jídlo člověku, který hladoví, dáš-li vodu člověku, který žízní, dáš-li šaty člověku, kterému je zima, dáváš lásku Mistrovi.”



I

Poraněná mysl

Možná jste o tom nikdy nepřemýšleli, ale na jisté úrovni jsme všichni mistři. Jsme mistři, protože máme schopnost tvořit a řídit svůj život.

Všichni si vytváříme neuvěřitelné mytologie, právě tak jako to dělají společnosti a náboženství na celém světě. V naší osobní mytologii žijí hrdinové a zločinci, andělé a démoni, králové a obyčejní lidé. Vymýšlíme si různé postavy včetně svých vlastních osobností. Pak si vytvoříme představu o sobě samých a začneme ji používat v určitých

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

situacích. Jsme umělci předstírání a stáváme se tím, co si o sobě myslíme. Když se setkáme s druhým člověkem, okamžitě ho zařadíme do nějaké kategorie a připíšeme mu určitou roli ve svém životě. Vytvoříme si o něm představu, která odráží to, co si o něm myslíme. A totéž děláme ve vztahu ke všem a ke všemu kolem nás.

Všichni máte schopnost tvořit. Tato schopnost je tak silná, že se vám splní všechno, čemu věříte. Všechno, čím jste, vytváříte sami. Jste takoví, jací jste, protože to-mu, věříte. Celá vaše realita je vaším vlastním výtvořem. Máte stejnou schopnost jako všichni ostatní lidé. Hlavní rozdíl mezi vámi a někým jiným spočívá v tom, jak své schopnosti uplatňujete a co s jejich pomocí tvoříte. V mnohém se můžete podobat ostatním lidem, ale nikdo na světě neprožívá svůj život stejným způsobem jako vy.

Celý život se učíte být tím, co si myslíte, že jste, a děláte to tak dobře, že si to nakonec dokonale osvojíte. Mistrně ovládáte svou osobnost, své názory a přesvědčení; ovládáte všechny své akce i reakce. Dlouhé roky se to učíte a nakonec dosáhnete dokonalosti. Jakmile si uvědomíme, že jsme všichni mistři, pochopíme jaký druh dokonalosti máme.

PORANĚNÁ MYSL

Když jsme malé děti a máme s někým problém, obvykle se rozzlobíme. "Ať už z jakéhokoli důvodu, hněv náš problém odstraní, a my dosáhneme toho, co chceme. Pak se to opakuje podruhé - opět reagujeme s hněvem, ale teď víme, že když se rozzlobíme, problém zmizí.

A tak to se to učíme tak dlouho, dokud se nestaneme mistry hněvu.

Stejným způsobem se stáváme mistry žárlivosti, mistry zármutku, mistry sebeodříkání. Veškerá naše dramata a utrpení jsou naučená. Vybíráme si různé role a pak se je učíme tak dlouho, dokud se nestaneme mistry. Způsob, jak myslíme, cítíme a jednáme, se nám stane rutinou, takže už nemusíme přemýšlet o tom, co děláme. Chováme se určitým způsobem na základě naučených reakcí.

Abychom se stali mistry lásky musíme se učit milovat. Také dokonalé zvládnutí lidských vztahů vyžaduje učení. Nejde však o získání teoretických vědomostí, jde spíše o praktické jednání. A k tomu je nutné pochopit psychologii lidského chování.



Představte si, že žijete na nějaké planetě, kde všichni lidé trpí kožní chorobou. Už dva či tři tisíce let všich-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

ni trpí stejnou nemocí. Po celém těle mají infikované rány, které jsou při sebemenším doteku velmi bolestivé. Všichni samozřejmě věří, že to je normální. Dokonce i lékařské učebnice popisují tuto nemoc jako normální stav. Lidé se sice rodí se zdravou kůží, ale jakmile dosáhnou věku tří nebo čtyř let, začnou se objevovat první rány. V pubertě mají rány po celém těle.

Umíte si představit, jak se tito lidé chovají jeden k druhému? Při styku s druhými si musejí chránit své rány. Nikdy se jeden druhého nedotýkají, protože je to příliš bolestivé. Když se náhodou někoho dotknete, dotčený se okamžitě rozzlobí a dotkne se na oplátku vás, aby se vám pomstil. Pud milovat je však natolik silný, že jste ochotni za to platit.

Nyní si představte, že se stane zázrak. Jednoho dne se probudíte s naprosto zdravou kůží. Rány jsou pryč a dotek nebolí. Umíte si představit, že máte zdravou kůži ve světě, kde všichni trpí kožní nemocí? Nemůžete se nikoho dotknout, protože ho to bolí, a nikdo se nedotýká vás, protože si myslí, že by vás to také bolelo.

Umíte-li si to představit, pravděpodobně pochopíte, jak by se v našem světě cítil návštěvník z cizí planety. Ale v našem případě nejde o kožní chorobu. Návštěvník by

PORANĚNÁ MYSL

zjistil, že trpíme nemocí, která se jmenuje strach. Naše citové tělo je plné ran, které jsou infikované emočním jadem. K hlavním příznakům této strašné nemoci patří hněv, závist, zármutek, nenávisť a pokrytectví. Následky této nemoci jsou všechny emoce, které způsobují lidské utrpení.

Všichni lidé jsou duševně nemocní, všichni trpí stejnou nemocí. Lze bez nadsázky říci, že náš svět je blázinec. Tato duševní choroba je na zemi už tisíce let, takže ji lékařské učebnice popisují jako normální stav. Ačkoli psychiatři a psychologové považují tuto nemoc za normální, já vám chci říci, že normální není.

Když strach zesílí, naše racionální mysl začne selhávat a přestane snášet všechnen ten jed. Psychologové tomu říkají duševní onemocnění. Nazývají to různými jmény: schizofrenie, psychóza, paranoia. Ale tyto nemoci vznikají, když naše rány jsou tak bolestivé a naše mysl tak vyděšená, že nám připadá lepší přerušit kontakt s okolním světem.

Lidé žijí v neustálém strachu z možného poranění, a to je příčinou hrozného dramatu, ať už jsme kdekoli. Způsob, jak se chováme jeden k druhému, je citově tak bolestivý, že často podléháme hněvu, zármutku, závist

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

nebo žárlivosti, aniž k tomu máme zjevný důvod. Už jenom to, říci někomu „miluji tě“, může být děsivé. Ačkoli jsou citové vztahy mezi lidmi tak bolestivé, přesto uzavíráme manželství a máme děti.

Abychom chránili své citové rány, vytvořili jsme si něco velice důmyslného: systém popírání reality. V rámci tohoto systému se stáváme dokonalými lháři. Lžeme tak dokonale, že lžeme nejen druhým, ale i sami sobě, a nakonec svým vlastním lžím *věříme*. Většinou ani nevíme, že lžeme, ale když si to občas uvědomíme, ospravedlnujeme své lži jako ochranu proti bolesti, kterou nám způsobují naše citové rány.

Systém popírání reality je jako mlha před našima očima, která nám znemožňuje vidět pravdu. Nosíme společenské masky, protože je pro nás příliš bolestivé vidět sami sebe takové, jací opravdu jsme. Náš důmyslný systém nám umožňuje předstírat, že věříme, že ostatní tomu, co předstíráme, věří. Tyto bariéry si vytváříme na ochranu před druhými lidmi, ale neuvědomujeme si, že právě ony omezují naši svobodu. Když nám někdo řekne, že jsme se ho dotkli, není to přesně tak. Ve skutečnosti jsme se dotkli nějaké rány v jeho mysli a on reaguje, protože ho to bolí.

PORANĚNÁ MYSL

Uvědomujete li si, že všichni kolem vás mají citové rány plné emočního jedu, můžete si snadno představit vztahy mezi lidmi, kteří žijí v *pekle svých snů*. Z hlediska Toltéků je snem všechno, co si myslíme o sobě samých, a všechno, co víme o světě. Když se podíváte na jakýkoli náboženský popis *pekla*, uvědomíte si, že se nápadně podobá lidské společnosti. Peklo je místem utrpení, místem strachu, místem války a násilí, místem odsuzování a nespravedlnosti, místem věčného trestu, který nikdy nekončí. V této džungli dravců bojují všichni proti všem. Všichni jsou plní emočního jedu - plní závisti, hněvu, nenávisti, viny, zármutku a bolesti. A všechny tyto démony si vytváříme sami, protože se nám zdá, že život je peklo.

Každý z nás si vytváří osobní sen o svém já, ale naši předkové už dávno vytvořili velký sen o lidské společnosti. Tento velký sen, tento sen celé planety je kolektivním snem miliard lidí. Obsahuje všechny zákony, všechna náboženství, všechny kultury a všechny způsoby existence. Všechny tyto informace v naší mysli jsou jako tisíce hlasů, které k nám hovoří všechny najednou. Toltékové tomu říkají *mitote*.

Naším pravým já je čistá láska; všichni jsme *Život*. Naše pravé já nemá nic společného s kolektivním snem,

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

ale *mitote* nám brání vidět, čím opravdu jsme. Chápete-li kolektivní sen z tohoto hlediska a uvědomujete-li si, čím jste, uvědomíte si nesmyslnost lidského chování, a dokonce vám začne připadat zábavné. To, co ostatní považují za velké drama, vám začne připadat jako komedie. Uvědomíte si, že lidé trpí pro něco, co je nejen malicherné, ale také neskutečné. Nicméně nemáme na vybranou. Narodili jsme se v této společnosti, vyrostli jsme v této společnosti a chováme se stejně nesmyslně jako všichni ostatní. _

Představte si planetu, kde má každý člověk jinou emoční mysl. Lidé na takové planetě se k sobě chovají láskyplně a mírumilovně. Nyní si představte, že se jednoho dne probudíte na *této* planetě a nemáte žádné rány ve svém emočním těle. Už nemáte strach být tím, čím opravdu jste. Nevadí vám, co o vás druzí říkají, protože to neberete osobně. Nebolí vás to. Nemáte potřebu se bránit. Nemáte strach milovat, nebojíte se otevřít své srdce. Ale nikdo jiný není takový jako vy. Jak se máte chovat k lidem, kteří jsou citově zranění a trpí neustálým strachem?

PORANĚNÁ MYSL



Člověk se rodí se zdravým tělem i myslí. Ve věku tří nebo čtyř let se v našem citovém těle začnou objevovat první rány, které se postupně infikují emočním jedem. Když se díváte na dvouleté děti, všimnete si, že si neustále hrají. Pořád se smějí. Mají bohatou fantazii a jejich sny jsou dobrodružným zkoumáním. Když se stane něco nepříjemného, děti se tomu brání, ale brzy na všechno zapomenou a opět se soustředí na přítomný okamžik a vrátí se ke svým hrám. Žijí v přítomném okamžiku. Nestydí se za svou minulost a nemají strach z budoucnosti. Malé děti vyjadřují své city a nebojí se milovat.

Nejkrásnější okamžiky v životě prožíváme, když si hrajeme jako malé děti, když si zpíváme a tančíme, když zkoumáme a tvoříme jen pro zábavu. Je nádherné chovat se jako malé dítě, neboť to je přirozený projev lidské mysli. Jako děti jsme nevinní a je pro nás přirozené vyjadřovat lásku. Ale co se nám stalo? Co se stalo celému světu?

Už od našeho dětství trpí dospělí okolo nás duševní nemocí, která je velice nakažlivá. Jak nám tuto nemoc předávají? Snaží se „zaujmout naši pozornost“ a učí nás

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

být stejnými, jako jsou oni. Tak předáváme tuto nemoc dětem. A stejným způsobem nás nakazili naši rodiče, naši učitelé, naši starší sourozenci a celá společnost nemocných lidí. Zaujali naši pozornost a vštěpovali nám své názory. Neustále je opakovali, a tak jsme se učili. Tímto způsobem se programuje lidská mysl.

Celý problém je v programu, v informacích, které máme uložené v mysli. Tím, že zaujmeme dětskou pozornost, učíme děti mluvit, číst, jednat a snít. Lidi učíme stejným způsobem, jako domestikujeme psa nebo jakékoli jiné zvíře: prostřednictvím trestu a odměny. To je naprosto normální. To, čemu říkáme vzdělávání, není nic než domestikování lidí.

Zpočátku máme strach z trestu, ale později se začneme bát, že nedostaneme odměnu, že nebudeme dost dobří pro otce či matku, sourozence či učitele. A tak se v nás rodí potřeba uznání druhými. Jako malé děti se o nic takového nestaráme. Názory druhých nás nezajímají. Nejsou pro nás důležité, protože žijeme v přítomném okamžiku a chceme si jen hrát.

Strach, že nebudeme za své chování odměněni, se mění ve strach z odmítnutí. Strach z toho, že nesplníme očekávání druhých, nás nutí přetvařovat se. Učíme se

PORANĚNÁ MYSL

předstírat, že jsme něčím, čím nejsme, abychom se zalíbili matce či otci, učiteli či knězi. Neustále něco předstíráme, až se nakonec naučíme být někým jiným.

Brzy zapomeneme, čím opravdu jsme, a začneme žít podle představ, které si o sobě vytváříme. Presentujeme světu různé tváře podle toho, s kým se právě stýkáme. Doma máme jinou tvář než ve škole. Až dospějeme, vytvoříme si nové představy a nové tváře.

To se týká i vztahu mezi mužem a ženou. Žena předstírá, že je někým jiným, ale když je sama, chová se úplně jinak. Také muž má vnější a vnitřní představy. Když dospějeme, naše vnitřní a vnější představy jsou tak rozdílné, že se skoro v ničem neshodují. Ve vztahu mezi mužem a ženou existují nejméně čtyři různé představy. Jak může jeden partner poznat druhého? To je nemožné. Mohou se snažit poznat jen představy.

Když se muž setká se ženou, udělá si o ní představu ze svého hlediska, a žena si udělá zase svou představu o muži ze svého hlediska. Pak se muž snaží, aby žena odpovídala představě, kterou si o ní vytvořil, a žena se snaží, aby muž odpovídal představě, kterou si o něm vytvořila ona. Takže nyní existuje šest různých představ. Samozřejmě že jeden druhému lžou, ačkoli si to nemu-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

sejí uvědomovat. Jejich vztah je založen na strachu a na lžích. Není založen na pravdě, protože ani jeden z nich není schopen vidět skrz všechnu tu mlhu.

Dokud jsme malé děti, nemáme žádný problém s tím, co předstíráme. Představy, které si o sobě vytváříme, začnou být zpochybňovány, teprve když vstoupíme do širšího světa a ztratíme ochranu rodičů. Proto je dospívání tak obtížné. Jakmile začneme prezentovat světu svou představu o sobě samých, svět se brání. Všichni nám začnou dokazovat, že nejsme tím, za co se vydáváme.

Vezměte si například mladého chlapce, který předstírá, že je velice inteligentní. Představte si, že se zúčastní debaty diskusního kroužku. Jeho protivník, který je inteligentnější nebo lépe připravený, v debatě zvítězí, a tím ho zesměšní před ostatními. Náš chlapec se snaží před spolužáky ospravedlnit. Je ke každému slušný, snaží se zachovat si tvář, ale uvědomuje si, že lže. Před spolužáky nedá nic najevo, ale jakmile přijde ze školy domů a podívá se na sebe do zrcadla, okamžitě je rozbije. Nenávidí sám sebe, myslí si, že je hloupý, že je nejhloupejší ze všech. Uvědomuje si rozdíl mezi svou vnitřní představou o sobě a představou, kterou se snaží prezentovat světu. Čím větší je tento rozdíl, tím obtížněji se Cíla-

PORANĚNÁ MYSL

pec přizpůsobí očekávání společnosti a tím méně se bude mít rád.

Mezi jeho vnitřní představou o sobě samém a představou, kterou prezentuje druhým, jsou samé lži. Obě představy jsou velice vzdálené realitě, obě jsou falešné, ale on si to neuvědomuje. Druzí to možná vidí, ale on je úplně slepý. Snaží se chránit své rány, ale ty jsou skutečné a on se trápí, protože se snaží zachovat si tvář.

Jako děti se učíme, že názory druhých jsou důležité, a proto se podle nich snažíme řídit. I náhodná poznámka nás může uvrhnout do pekla: "Jsi ošklivý. Nemáš pravdu. Jsi hloupý." Názory druhých mají velký vliv na nesmyslné chování lidí, kteří žijí v pekle. Proto máme potřebu slyšet, že jsme dobří, že něco děláme správně nebo že jsme krásní. Jak vypadám? Jak se ti líbilo, co jsem řekl? Jak mi to jde?"

Potřebujeme slyšet názory druhých lidí, protože jsme domestikovaní a protože se jejich názory necháme ovlivňovat. Proto hledáme uznání druhých; potřebujeme citovou podporu; potřebujeme společenské uznání. Proto mladí lidé užívají drogy, pijí alkohol nebo kouří cigarety. Dělají to proto, aby získali uznání lidí, kteří sdílí podobné názory.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Trpíme proto, že se snažíme světu prezentovat falešné představy o sobě samých. Zatímco předstíráme, že jsme velmi důležití, v duchu jsme přesvědčeni, že nejsme ničím. Tvrdě pracujeme, abychom získali uznání a obdiv. Snažíme se být důležití, mocní, bohatí a slavní. Snažíme se vnutit svůj sen všem ostatním. Proč? Protože věříme, že náš kolektivní sen je reálný. A proto jej bereme velice vážně.

Ztráta nevinnosti

Lidé jsou od narození velice citlivé bytosti. Jsme tak citliví, protože všechno vnímáme skrze své citové tělo. Naše citové tělo je jako rozhlasový přijímač, který lze naladit na určité frekvence. Dokud nejsme domestikováni a fungujeme na normální frekvenci, užíváme si života a milujeme. Jako děti neznáme žádný abstraktní pojem lásky; jednoduše lásku prožíváme. Jsme prostě takoví.

Součástí našeho citového těla je poplašný systém, jehož funkcí je upozornit nás, kdykoli je něco v nepořádku.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

ku. Naše hmotné tělo má podobný systém, který nás upozorňuje, když nějaký orgán v našem těle nefunguje. Tomuto upozornění říkáme bolest. Cítíme-li bolest, znamená to, že s naším tělem je něco v nepořádku a že bychom to měli léčit. Poplašným systémem citového těla je strach. Máme-li strach, znamená to, že je něco v nepořádku. Jsme například v ohrožení života.

Naše citové tělo vnímá emoce, ale nikoli očima. Emoce vnímáme skrze své citové tělo. *Děti vnímají* emoce, ale jejich mysl se nepokouší je interpretovat ani zpochybňovat. Proto děti instinktivně přijímají některé lidi, zatímco, jiné odmítají. Když se děti necítí dobře v přítomnosti nějakého člověka, ihned ho odmítnou, protože vnímají emoce, jež z něho vycházejí. Děti snadno poznají, když je někdo rozzlobený; jejich poplašný systém jim říká: „Nepřibližuj se.“ A děti se tímto instinktem řídí.

Všichni se učíme být emocionální podle toho, jak reagujeme na emoční energii ve své rodině. Nicméně každý bratr nebo sestra se brání nebo přizpůsobuje různým situacím jinak. Jestliže se naši rodiče neustále hádají, nerespektují jeden druhého nebo si vzájemně lžou, naučíme se chovat jako oni. I když nám říkají, abychom ne lhali a chovali se jinak než oni, emoční energie v naší ro-

ZTRÁTA NEVINNOSTI

dině nás nutí vnímat svět podobným způsobem jako oni.

Převládající emoční energie v naší rodině naladí naše citové tělo na stejnou frekvenci. Citové tělo začne měnit svou přirozenou frekvenci. Začneme se chovat jako dospělí, jako svět kolem nás. Následkem toho ztrácíme svou nevinnost, ztrácíme svou svobodu, ztrácíme svou radost a ztrácíme svou schopnost milovat. Jsme nuceni se změnit a začínáme vnímat jiný svět, jinou realitu: realitu nespravedlnosti, realitu emoční bolesti, realitu emočního jedu. Vítejte v pekle v pekle, které si lidé sami vytvářejí, v pekle, které je snem této planety. V tomto pekle jsme vítáni, ale my sami jsme je nevytvořili. Bylo to už před naším narozením.

Chcete-li vidět, jak lze zničit skutečnou lásku a svobodu, pozorujte děti. Představte si tříleté dítě, které si hraje v parku. Zatímco dítě běhá v trávě, matka ho neustále pozoruje, protože má strach, že dítě upadne a poraní se. Když chce dítě zastavit, aby nevyběhlo na ulici, kde jezdí spousta aut, dítě si myslí, že si s ním chce hrát, a začne utíkat ještě rychleji. Matka ho nakonec chytí a dítě si myslí, že si s ním hraje, ale matka mu dá přes zadek. Prásk! Jaký šok! Radost dítěte byla projevem jeho lásky, ale dítě teď nechápe, proč ho matka bije. Podobné

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

šoky postupně lásku dítěte ničí. Dítě sice neumí mluvit, ale přesto se ptá: „Proč?“

Běhání a hraní jsou přirozenými projevy lásky, ale teď už nejsou bezpečné, protože když svou lásku vyjádříte, rodiče vás potrestají. Pošlou vás do vašeho pokoje a už si nemůžete dělat, co chcete. Řeknou vám, že se chováte špatně, a to vás sráží.

Tento systém odměny a trestu obsahuje spravedlnost a nespravedlnost. Nespravedlnost je jako nůž, který otvírá emoční rány. Tyto rány se mohou infikovat emočním jedem; to záleží na naší reakci. Proč se některé rány infikují? Podívejme se na další příklad.

Představte si, že vám jsou dva nebo tři roky. Jste šťastní, hrajete si a objevujete svět. Neuvědomujete si, co je správné a co je nesprávné, co máte dělat a co nemáte dělat, protože ještě nejste domestikovaní. Hrajete si v obývacím pokoji s čímkoli, co najdete kolem sebe. Nemáte špatné úmysly a nechcete nic rozbít. Našli jste otcovu kytaru a hrajete si s ní. Je to pro vás jen další hračka; nechcete ji rozbít. Ale váš otec má špatnou náladu, protože má problémy v zaměstnání. Když přijde do obývacího pokoje a vidí, jak si hrajete s jeho kytarou, okamžitě se rozzlobí a dá vám přes zadek.

ZTRÁTA NEVINNOSTI

Z vašeho hlediska je to nespravedlivé. Otec přišel, roz-zlobil se a ublížil vám. A byl to člověk, kterému jste věřili, protože je to váš otec, člověk, který vás obvykle chrání a dovoluje vám být tím, čím jste. Nemůžete to pochopit. Máte pocit, že vám bylo ukřivděno. Je vám do pláče. Ale nepláčete jen proto, že jste dostali naplácáno, Nebojí vás tělesná agrese; bolí vás citová agrese, kterou považujete za nespravedlivou. *Nic špatného jste neudělali.*

Pocit křivdy vám otevře ránu v srdci. Vaše citové tělo je zraněno a v tom okamžiku ztrácíte trochu své nevin-nosti. Uvědomíte si, že otci nemůžete vždycky důvěřovat. Ačkoli to nedokážete pochopit racionálně, uvědo-mujete si to. „Nemohu otci důvěřovat.“ Vaše citové tělo vám říká, že existuje něco, čemu nemůžete důvěřovat, a že se to může opakovat.

Vaší reakcí může být strach, vaší reakcí může být hněv nebo pláč. Tyto reakce jsou emočním jedem, protože normální reakcí by bylo chtít uhdít otce, který uhodil vás. Když ho však uhodíte nebo když jen zved-nete ruku, otec se rozzlobí ještě víc. Reakce vašeho otce je pro vás ještě horším trestem. Teď víte, že vás otec zni-čí. Máte z něho strach a přestanete se bránit, protože ví-te, že byste všechno jen zhoršili.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Nechápete proč, ale uvědomujete si, že vás otec může i zabít. Toto vědomí otevře hrozivou ránu ve vaší mysli. Vaše mysl byla doposud zdravá, byli jste nevinní. Nyní o svém zážitku začnete přemýšlet. Naučíte se reagovat určitým způsobem, svým osobním způsobem. Na ten hrozný zážitek nikdy nezapomenete, a to změní váš život. Podobné zážitky se budou opakovat. Křivdy budou přicházet od otce i matky, bratrů i sester, strýců i tet, spolužáků i učitelů - prostě od celé společnosti. Pokaždé se naučíte bránit lépe, ale ne tak, jak jste se bránili předtím, dokud jste nebyli domestikovaní.

Emoční jed ve vaší ráně se začne hromadit a vaše mysl si s ním začne hrát. Začnete přemýšlet o budoucnosti, protože máte strach a nechcete, aby se něco podobného opakovalo. Máte však také vzpomínky na dobu, kdy vás rodiče přijímali. Pamatujete si, jak k vám byli hodní a jak jste žili v harmonii. Chcete tu harmonii obnovit, ale nevíte jak. A protože žijete uvnitř bubliny svých vlastních vjemů, máte dojem, že se všechno kolem vás děje *kvůli vám*. Myslíte si, že se otec s matkou hádají kvůli vám, ačkoli to s vámi nemá nic společného.

Postupně ztrácíte svou nevinnost, začínáte cítit nenávisť a přestáváte odpouštět. Časem zjistíte, že není bez-

ZTRÁTA NEVINNOSTI

pečné být tím, čím opravdu jste. Samozřejmě to závisí na inteligenci a vzdělání každého jedince. Závisí to na mnoha dalších okolnostech. Máte-li štěstí, vliv domestikace není tak silný. Pokud však štěstí nemáte, vliv domestikace může být tak silný a vaše rány tak hluboké, že se po nějaké době neodvážíte ani promluvit. Budete si říkat: „Ach, jsem velice nesmělý.“ Nesmělost je strach projevit svou přirozenost. Například si můžete myslit, že neumíte tančit nebo zpívat, ale ve skutečnosti je to důsledek potlačování normálního instinktu vyjadřovat lásku.



Lidé užívají strachu jako prostředku domestikace lidí. Náš strach roste s každým zážitkem křivdy. Pocit křivdy je nůž, který otvírá rány v našem citovém těle. Emoční jed se tvoří následkem naší *reakce* na to, co považujeme za křivdu. Některé rány se zahojí, zatímco v jiných se hromadí stále víc a víc emočního jedu. Když jsme plní jedu, máme potřebu se jej zbavit, a proto jej předáváme druhým. Jak to děláme? Snažíme se zaujmout jejich pozornost.

Podívejme se na obyčejný manželský pár. Manželka je z nějakého důvodu rozzlobená. Má v sobě spoustu emočního jedu, který vznikl následkem nespravedlivého

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

jednání manžela. Manžel není doma, ale ona si pamatuje, jak jí ukřivdil, a v jejím nitru se hromadí jed. Jakmile se manžel vrátí domů, manželka se snaží zaujmout jeho pozornost, neboť když ji začne poslouchat, může mu všechnen svůj jed předat. A to je pro ni nesmírná úleva. Jakmile mu řekne, jak špatně se k ní zachoval, jak je hloupý a nespravedlivý, zbaví se jedu, který má ve svém nitru.

Proto mluví a mluví, dokud ji manžel nezačne poslouchat. Manžel se nakonec rozzlobí a manželka se cítí lépe. Ale teď je plný jedu manžel, takže se musí pomstít. Musí zaujmout manželčinu pozornost, aby se jedu zbavil. Ale není to jen manželčin jed - teď je to také jeho jed. Když se podíváte na tento vztah, uvidíte, že se jeden dotýká ran druhého a že hrají ping-pong se svým emočním jedem. Jejich emoční jed se hromadí, dokud jeden z nich nevybuchne.

Když zaujmeme něčí pozornost, můžeme mu předat svou energii. Pozornost je pro naši mysl něčím velice mocným. Každý člověk se neustále snaží získat pozornost druhých. Když se nám to podaří, navážeme komunikaci. Pak předáváme druhým energii, ale zároveň s ní také emoční jed.

Obvykle předáváme svůj jed člověku, o kterém si

ZTRÁTA NEVINNOSTI

myslíme, že nám ukřivdil. Je-li však tento člověk příliš mocný, pak je nám jedno, komu svůj jed předáme. Proto svůj jed předáváme dětem, které se nemohou bránit. Mocní lidé zneužívají bezmocné, protože mají potřebu zbavit se svého emočního jedu. Potřebujeme se zbavit jedu a občas nás nezajímá spravedlnost; prostě se chceme uvolnit. Proto se celý život honíme za mocí, neboť čím jsme mocnější, tím snáze můžeme předávat svůj jed lidem, kteří se nemohou bránit.

Samozřejmě že teď hovoříme o vztazích v pekle. Hovoříme o duševní nemoci, která existuje na této planetě. Za tuto nemoc nikdo nemůže; není ani špatná ani dobrá; je to prostě normální patologie této nemoci. Nikdo nemůže za to, že zneužívá druhé. Jako lidé na oné imaginární planetě nemohou za to, že mají nemocnou kůži, ani vy nemůžete za to, že máte rány plné jedu. Trpíte-li tělesnou nemocí, nedáváte si za to vinu. Tak proč byste to měli dělat, když máte nemocné citové tělo?

Důležité je uvědomit si, že tento problém, máme. Když si to uvědomíme, budeme mít možnost své citové tělo a citovou mysl uzdravit a zbavit se utrpení. Dokud si to neuvědomíme, nemůžeme nic dělat. Jediné, co můžeme dělat, je i nadále trpět nejen ve vztazích k druhým, ale ta-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

ké ve vztahu k sobě samým, neboť se dotýkáme i svých vlastních ran, abychom se potrestali.



Ve své mysli si vytváříme imaginárního Soudce. Tento Soudce odsuzuje všechno, co děláme, všechno, co neděláme, všechno, co cítíme, a všechno, co necítíme. Neustále se odsuzujeme a neustále odsuzujeme druhé. Samozřejmě že se shledáváme vinnými a musíme se trestat. Druhá část naší mysli, která je odsuzována a má potřebu být trestána, je Oběť. Tato oběť si říká: „Já chudák. Nejsem dost dobrý. Nejsem dost silný. Nejsem dost inteligentní. Proč bych se měl snažit?“

Když jste byli malé děti, nemohli jste si vybrat, čemu věřit a čemu nevěřit. Existence Soudce a Oběti je založena na všech falešných názorech a přesvědčeních, které jste si nevybrali. Když jste se s těmito názory setkali poprvé, byli jste nevinní. Věřili jste všemu. Společnost vám vštěpovala svůj systém hodnot. Programovala vaši mysl. Toltékové tomuto programu říkají *Parazit*. Lidská mysl je nemocná, protože se v ní usadil Parazit, který vysává její životní energii a připravuje ji o radost. Tímto Parazitem jsou všechny názory a přesvědčení, kvůli kterým trpíte.

ZTRÁTA NEVINNOSTI

Tyto názory jsou tak silné, že když se po letech setkáte s novými myšlenkami a snažíte se činit svá vlastní rozhodnutí, zjistíte, že vaše staré názory stále ještě ovládají váš život.

Občas se ve vás probudí malé dítě - vaše pravé já, kterému jsou stále dva nebo tři roky. V takových chvílích máte skutečnou radost a žijete v přítomném okamžiku, ale něco vás stále strhává zpátky. Něco ve vašem nitru má pocit, že si nezasloužíte tolik radosti. Jakýsi vnitřní hlas vám říká, že není správné být šťastný. Všechna vina a všechen emoční jed ve vašem citovém těle vás stahují zpět do světa dramatu.

Tento Parazit se rozšiřuje jako infekční nemoc. Přechází z našich prarodičů na naše rodiče, z našich rodičů na nás a my ho zase předáváme svým vlastním dětem. Všechny názory, které nám byly v dětství vštěpovány, vštěpujeme svým dětem stejným způsobem, jako bychom cvičili psa. Všichni jsme domestikovaná zvířata a tato domestikace nás vede do pekla našich vlastních představ, kde žijeme v neustálém strachu. Potravinou Parazita jsou emoce, které se rodí ze strachu. Dokud se v nás neusadil Parazit, radujeme se ze života, hrajeme si a jsme šťastní jako malé děti. Ale jakmile nám nacpou

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

všechnu tu špínu do hlavy, přestaneme být šťastní. Učíme se mít vždycky pravdu a odsuzujeme všechny ostatní. Naše potřeba mít pravdu za každou cenu je důsledkem naší snahy zachovat si tvář, kterou prezentujeme světu. Svůj způsob myšlení musíme vnucovat nejen druhým, ale také sami sobě.

Když si tohle všechno uvědomíme, není obtížné pochopit, proč lidské vztahy nefungují. Proč nefungují naše vztahy s rodiči, s dětmi, s přáteli nebo s partnery. Nerozumíme ani sami sobě. Jak je to možné? Protože jsme plní emočního jedu. Jsme plní emočního jedu, protože jsme vyrostli s *představou dokonalosti*, která není pravdivá, která vůbec neexistuje a nám to připadá ne-spravedlivé.

Už jsme hovořili o tom, jak si vytváříme tuto dokonalou představu o sobě samých, abychom se zalíbili druhým, zatímco oni si vytvářejí svůj vlastní sen, který s námi nemá nic společného. Snažíme se potěšit matku a otce, snažíme se potěšit své učitele, své kněze, své náboženství a snažíme se potěšit Boha. Pravda je však taková, že z hlediska druhých nebudeme nikdy dokonalí. Naše představa dokonalosti nám říká, jací bychom měli být, abychom mohli přijímat sami sebe. To je však ta největ-

ZTRÁTA NEVINNOSTI

ší lež, protože dokonalí *nikdy* nebudeme. My si však nedokážeme odpustit, že dokonalí nejsme.

Naše představa dokonalosti mění způsob, jakým sníme. Učíme se popírat a odmítat sami sebe. Nikdy neodpovídáme svým vlastním představám, nikdy nejsme dostatečně dobří, dostatečně čistí nebo dostatečně zdraví. Vždycky existuje *něco*, co Soudce nemůže přijmout nebo odpustit. Proto odmítáme své vlastní lidství; proto si nikdy nezasluhujeme být šťastní; proto neustále hledáme někoho, kdo nás bude zneužívat, někoho, kdo nás bude trestat. Díky své vlastní představě dokonalosti zneužíváme sami sebe.

Když se tolik odmítáme a odsuzujeme a trestáme, zdá se nám, že na světě neexistuje láska. Zdá se, že existuje jen trest a utrpení. Peklo má mnoho různých úrovní. Někteří lidé jsou velice hluboko, jiní jsou jen na pokraji, ale všichni žijeme v pekle.

Už nejste děti, a pokud žijete v nějakém vztahu, v němž jste zneužíváni, pak jen proto, že to přijímáte, protože jste přesvědčeni, že si to zasloužíte. Existuje určitý stupeň zneužívání, jež jste ochotni přijmout, ale nikdo na světě vás nezneužívá víc, než se zneužíváte vy sami. Jste ochotni nechat se zneužívat druhými do té míry,

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

do jaké se zneužíváte sami. Jestliže vás někdo zneužívá víc, než se zneužíváte sami, snažte se utéci. Ale dokud vás druhý zneužívá trochu míň, pravděpodobně s ním ještě nějaký čas zůstanete. Věřte, že si to zasloužíte.

V normálním vztahu v pekle jde obvykle o splacení křivd, jde o vyrovnání. Já vás budu zneužívat tak, jak potřebujete být zneužíváni, a vy mě budete zneužívat tak, jak potřebuji být zneužíván já. Tak dosáhneme dobré rovnováhy a bude to fungovat. Energie přitahuje stejný druh energie, stejný druh vibrací. Když vám někdo řekne, že žije ve vztahu, v němž je zneužíván, a vy se ho zeptáte, proč neodejde, pravděpodobně vám nebude schopen odpovědět. Ve skutečnosti v takovém vztahu zůstává proto, že potřebuje být zneužíván, neboť tím trestá sám sebe.

Život vám přináší přesně to, co potřebujete. V pekle vládne dokonalá spravedlnost. Není koho obviňovat. Lze dokonce říci, že naše utrpení je dar. Otevřete-li oči a podíváte-li se, co se děje kolem vás, uvědomíte si, že právě to potřebujete, abyste se zbavili svého jedu, uzdravili své rány, přijali sami sebe a dostali se z pekla.

3

Muž, který nevěřil v lásku

Řeknu vám jednu velice starou historku o muži, který nevěřil v lásku. Tento muž byl docela obyčejný člověk, jako jste vy a já, ale lišil se od nás tím, že si myslil, že *neexistuje láska*. Samozřejmě že se dlouho snažil lásku najít, a proto pozoroval lidi kolem sebe. Skoro celý život hledal lásku, ale nakonec zjistil, že láska neexistuje.

Kamkoli přišel, každému říkal, že láska je pouhým výmyslem básníků či náboženství, které se snaží ovlivňovat slabou mysl lidí, aby je mohlo ovládat. Tvrdil, že láska

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

neexistuje, a proto ji nikdo nemůže najít, i kdyby ji hledal sebevíc.

Tento muž byl velice inteligentní a mluvil velice přesvědčivě. Přečetl spoustu knih, studoval na nejlepších univerzitách a stal se uznávaným učencem. Byl schopen hovořit k jakémukoli publiku a jeho logika byla velice silná. Říkal, že láska je jako droga, neboť poskytuje euforii, ale brzy se stává návykem. Stanete se na ní závislí, ale co máte dělat, když neobdržíte svou denní dávku?

Tento muž říkal, že většina vztahů mezi milenci je jako vztah mezi narkomanem a prodavačem drog. Partner, který má větší potřebu lásky, je jako narkoman, a partner, který takovou potřebu nemá, je jako prodavač drog. Partner, který má menší potřebu, ovládá celý vztah. Tuto dynamiku jasně vidíte, protože v každém vztahu je obvykle jeden partner, který miluje, a druhý, který nemiluje a pouze využívá partnera, který mu dává své srdce.

Narkoman, ten, který má větší potřebu, žije v neustálém strachu, že nedostane další dávku lásky nebo drogy. Narkoman si říká: „Co budu dělat, když mě partnerka opustí?“ Tento strach ho činí velice sobeckým. „To je moje!“ Začne být žárlivý a náročný, protože se bojí, že nedostane další dávku. Prodavač drog ovládá narkomana

MUŽ, KTERÝ NEVĚŘIL V LÁSKU

tím, že mu dává větší dávky, menší dávky nebo žádné dávky. Ten, kdo má větší potřebu, je nakonec ochoten udělat cokoli, aby ho partner neopustily

Tento muž lidem vysvětloval, proč láska neexistuje. „To, čemu lidé říkají láska, není nic jiného než vztah založený na strachu a ovládnutí. Kde je vzájemná úcta? Kde je láska? Žádná láska neexistuje. Mladí manželé dávají jeden druhému spoustu slibů před Bohem i před rodinou: „Zůstaneme vždycky spolu, budeme jeden druhého milovat a ctít v dobrých i špatných časech.“ Slibují si všechno možné. Zajímavé je, že svým slibům opravdu věří. Nicméně pár týdnů či měsíců po svatbě je jasné, že žádný ze svých slibů nedodrží.

„Snaží se ovládat jeden druhého. Snaží se zjistit, kdo bude závislým a kdo ovládajícím. Veškerá úcta, kterou si slibovali, je nenávratně pryč. Jejich vztah je plný nenávisli a emočního jedu. Jeden druhého zraňuje, až nakonec nevědí, kam se poděla jejich láska. Zůstávají spolu, protože se bojí být sami a protože mají strach z mínění druhých. Ale kde je láska?“

Tento muž říkal, že znal mnoho stalých manželů, kteří spolu žili třicet, čtyřicet nebo padesát let a byli hrdí, že to vydrželi tak dlouho. Když však hovořili o svém vztahu,

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

řikali: „Přežili jsme své manželství." To znamená, že jeden z nich se podřídil druhému a rozhodl se snášet všechno utrpení. Válku vyhrál ten z partnerů, který měl silnější vůli a menší potřebu lásky. Ale kam se poděl onen plamen, kterému říkali láska? Dnes zachází jeden s druhým jako se svým majetkem: „Ona je moje." „On je můj."

Muž každému vysvětloval, proč si myslí, že láska neexistuje. Řekl jim: „To všechno mám dávno za sebou. A už nikdy nikomu nedovolím, aby ovládal mou mysl ve jménu lásky." Jeho argumenty byly docela logické, takže přesvědčil mnoho lidí. *Láska neexistuje.*

Pak se jednoho dne procházel v parku a uviděl na lavičce krásnou ženu, která plakala. To probudilo jeho zvědavost. Posadil se vedle ní a zeptal se, zda jí může nějak pomoci. Pak se zeptal, proč pláče. Neumíte si představit, jak byl překvapený, když mu řekla, že pláče proto, že neexistuje láska. „To je zajímavé - žena, která nevěří, že existuje láska!" Samozřejmě se chtěl dovědět víc.

„Proč říkáte, že láska neexistuje?" zeptal se jí.

„To je dlouhý příběh," odpověděla žena. „Vdala jsem se, když jsem byla ještě velice mladá. Byla jsem plná iluzí a naděje, že budu sdílet svůj život s jedním mužem. Přísahali jsme si věrnost a založili rodinu. Ale brzy se

MUŽ, KTERÝ NEVĚŘIL V LÁSKU

všechno změnilo. Byla jsem oddaná manželka; starala jsem se o děti a domácnost. Pro manžela byl však důležitější úspěch v zaměstnání než rodina. Přestal si mě vážit a já si přestala vážit jeho. Jeden druhému jsme ubližovali, až jsem si nakonec uvědomila, že ho nemiluji a on nemiluje mě.

„Děti však potřebovaly otce, a proto jsem s ním zůstala a snažila se ho podporovat. Dnes jsou děti velké a odešly z domova. Už nemám žádný důvod žít s manželem. Mezi námi není žádná úcta ani láska. Vím však, že i kdybych si našla někoho jiného, nic by se nezměnilo, protože láska neexistuje. Nemá smysl hledat něco, co neexistuje. A proto pláču.”

Muž to chápal velice dobře, objal ji a řekl: „Máte pravdu, láska neexistuje. Všichni hledáme lásku, otvíráme své srdce, stáváme se zranitelnými, a nakonec najdeme jen sobectví. To nám ubližuje, i když si myslíme, že ne. Nezáleží na tom, kolik máme vztahů; každý vztah končí stejně. Proč tedy hledat lásku?”

Muž a žena se stali přáteli, protože si byli velice podobní. Byl to krásný vztah. Jeden druhého si vážili a nikdy se neuráželi. Kdykoli byli spolu, byli šťastní. Nebyla mezi nimi žádná závist ani žárlivost. Ani jeden se nesna-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

žil ovládat druhého. Jejich vztah se postupně prohluboval. Trávili spolu stále víc času, protože když nebyli spolu, stýskalo se jim.

Jednou, když byl muž na nějaké cestě mimo město, napadla ho podivná věc. Říkal si: „Možná k ní opravdu cítím lásku. Ale je to něco jiného než to, co jsem dosud poznal. Není to takové, jak to popisují básníci, a není to takové, jak to popisuje náboženství, protože se za ni necítím zodpovědný. Nic si od ní neberu; nepotřebuji, aby se o mě starala; nemám potřebu svádět na ni vinu za své vlastní problémy. Cítíme se spolu dobře; máme se rádi. Respektuji její způsob myšlení a cítění. Nikdy mě nepřivádí do rozpaků a nikdy mě neotravuje. Nežárlím, když je s ostatními lidmi. Nezávidím jí, když má úspěch. Láska možná *existuje*, ale je to něco jiného, než si lidé myslí.“

Nemohl se dočkat, až se vrátí a řekne jí o svých podivných myšlenkách. Když začal hovořit, žena mu řekla: „Vím přesně, o čem mluvíš. Už dávno mám podobný pocit, ale nechtěla jsem ti to říci, protože vím, že v lásku nevěříš. Láska možná existuje, ale je to něco jiného, než jsme si mysleli.“ Po tomto rozhovoru se rozhodli, že spolu začnou žít jako milenci. Bylo zajímavé, že se mezi nimi nic nezměnilo. I nadále si vážili jeden druhého a je-

MUŽ, KTERÝ NEVĚŘIL V LÁSKU

jich láska byla stále silnější. I ty nejprostší věci jim dělaly radost, protože byli tak šťastní.

Muž byl tak plný lásky, až měl pocit, že se jednou večer stal zázrak. Díval se na oblohu, našel si tu nejkrásnější hvězdu a jeho láska byla tak silná, že se k němu hvězda začala přibližovat, až nakonec přistála v jeho dlaně. A pak se stal další zázrak a jeho duše splynula s hvězdou. Muž byl velmi šťastný a nemohl se dočkat, až se vrátí k ženě a položí jí hvězdu do dlaně, aby jí dokázal svou lásku. Když jí položil hvězdu do dlaně, žena pocítila pochybnosti. Byla to nesmírná láska a v tom okamžiku jí hvězda spadla na zem a roztříštila se na milion kousků.

Dnes chodí po světě jeden starý muž, který tvrdí, že láska neexistuje. A doma na něho čeká jedna krásná stará žena, která pláče pro hvězdu, kterou jednou měla v ruce a kterou v okamžiku pochybností upustila. Tohle je příběh o muži, který nevěřil v lásku.

Kdo udělal chybu? Uhodnete, co se stalo? Chybu udělal muž, protože si myslil, že může dát ženě své štěstí. Hvězda byla jeho štěstím a on udělal chybu, protože dal své štěstí do ženiných rukou. Štěstí nikdy nepřichází zvenku. Muž byl šťastný díky lásce, která vycházela z je-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

ho duše; žena byla šťastná díky lásce, která vycházela z její duše. Jakmile však učinil muž ženu zodpovědnou za své štěstí, žena hvězdu upustila, protože nemohla být za jeho štěstí zodpovědná.

Přestože ho velice milovala, nemohla ho učinit šťastným, protože nikdy nemohla vědět, co si myslí. Nemohla vědět, jaká jsou jeho nejhlubší očekávání, protože nemohla znát jeho sny.

Vezmete-li své štěstí a dáte-li je do rukou partnerky, dříve nebo později je rozbije. Dáte-li své štěstí druhému, vždycky vám ho může vzít. Může-li vaše štěstí vycházet jen z vašeho vlastního nitra a je-li důsledkem vaší lásky, pak jste za ně zodpovědní sami. Nikoho nemůžeme učinit zodpovědným za své vlastní štěstí, ale přesto když uzavíráme manželství, ze všeho nejdříve si vyměníme prstýnky. Dáváme svou hvězdu do rukou druhého a očekáváme, že ho učiníme šťastným a že on učiní šťastným nás. Ať někoho milujete sebevíc, nikdy nemůžete být tím, co si druhý přeje.

To je první chyba, kterou dělá každý z nás. Zakládáme své štěstí na našem partnerovi, ale tak to v životě nefunguje. Dáváme sliby, které nemůžeme splnit, a tím si otevíráme cestu k neúspěchu.

4

Cesta lásky, cesta strachu

Celý váš život je sen. Žijete ve vlastní fantazii a všechno, co o sobě víte, je pravda jen pro vás. Vaše pravda neplatí pro nikoho jiného včetně vašich dětí nebo rodičů. Zamyslete se nad tím, co si myslíte o sobě vy a co si o vás myslí vaše vlastní matka. Ačkoli matka může říci, že vás zná velice dobře, nemá ani tušení, kdo opravdu jste. Vy sami víte, že to tak je. Možná si myslíte, že znáte svou matku, ale ve skutečnosti nemáte ani tušení, kdo je ona. Matka má své sny a fantazie, o kterých nikdy s ni-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

kým nemluvila. Vy nemáte ani tušení, co se skrývá v její mysli.

Pokusíte-li se vzpomenout si, co jste dělali v jedenácti či dvanácti letech, stěží si vzpomenete na víc než pět procent svého života. Samozřejmě si pamatujete ty nejdůležitější věci, jako je například vaše vlastní jméno, protože je celý život opakujete. Ale někdy zapomínáte jména svých dětí nebo svých přátel. Tak tomu je proto, že se váš život skládá ze snů - z mnoha malých snů, které se neustále mění.

Každý člověk má svůj osobní sen o životě, a tento sen se liší od snů všech ostatních lidí. Naše sny jsou ovlivňovány našimi názory a zkušenostmi. Proto mají různí lidé různé sny. Když s někým žijeme, můžeme předstírat, že jsme stejní, že myslíme stejně, cítíme stejně a sníme stejně, ale tak to není. Jsme prostě dva lidé s různými sny. Každý člověk sní své vlastní sny. Proto musíme přijmout rozdíl mezi lidmi, musíme *respektovat* sny druhých lidí.

Můžeme znát tisíce lidí, ale každý náš vztah existuje pouze mezi dvěma lidmi. Já osobně mám vztah s mnoha přáteli, ale každý vztah existuje jen mezi dvěma.

Mám vztah s každým svým dítětem, ale každý vztah je úplně jiný než ty ostatní. Způsob, jak sníme, ovlivňuje

CESTA LÁSKY, CESTA STRACHU

sen, kterému říkáme *vztah*. Každý náš vztah - s matkou, otcem, bratry, sestrami nebo přáteli - je jedinečný, protože sníme malý sen společně. Každý vztah se stává živou bytostí, kterou tvoří dva lidé.

Jako buňky tvoří vaše tělo, tvoří emoce vaše sny. Existují dva hlavní zdroje emocí: jedním je strach a druhým je láska. Všichni známe obě tyto emoce, ale u každého z nás převládá strach. Lze říci, že normální vztah mezi lidmi je založen z pětadevadesáti procent na strachu a z pěti procent na lásce. Tento poměr se samozřejmě liší u různých lidí, ale i když strach může být jen šedesát procent a láska čtyřicet, vztahy jsou založeny především na strachu.

Abychom těmto emocím porozuměli, můžeme popsat jisté vlastnosti lásky a strachu, jimž říkám „cesta lásky“ a „cesta strachu“. Toto rozdělení pomáhá našemu logickému rozumu chápat rozhodnutí, která děláme. Podívejme se na některé vlastnosti lásky a strachu.

Láska nemá žádné závazky. Strach je plný závazků. Cokoli děláme na cestě strachu, děláme proto, že to dělat *musíme*, a očekáváme, že druzí něco udělají, protože to udělat *musí*. Jakmile máme nějaký závazek a musíme něco udělat, okamžitě se tomu bráníme. Čím víc se

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

bráníme, tím víc trpíme. Dříve nebo později se snažíme svým závazkům uniknout. Láska však nezná žádný odpor a ničemu se nebrání. Cokoli děláme z lásky, děláme proto, že to chceme dělat. Je to pro nás potěšení. Je to jako hra, která nás baví.

Láska nemá žádná očekávání. Strach je plný očekávání. Máme-li strach, všechno děláme jen proto, že si myslíme, že to dělat musíme, a očekáváme, že to druzí budou dělat také. Proto strach bolí. Něco očekáváme, a když se to nestane, máme pocit, že nám bylo ublíženo - připadá nám to nespravedlivé. Obviňujeme druhé, že nesplnili naše očekávání. Když někoho milujeme, nic neočekáváme; cokoli děláme, děláme proto, že to dělat chceme, a také ostatní dělají to, co dělat chtějí. Když neočekáváme, že se něco stane, nevadí nám, když se to nestane. Necítíme se poškozeni, protože nám připadá dobré cokoli, co se stane. Proto když jsme zamilovaní, nic nás nebolí. *Neočekáváme*, že člověk, kterého milujeme, něco udělá, a ani my nemáme žádné závazky.

Láska je založena na úctě. Strach si ničeho neváží - neváží si ani sám sebe. Jestliže vás lituji, znamená to, že si vás nevážím. Myslím si, že nejste schopni vlastního rozhodnutí. Jestliže musím rozhodovat za vás, nevážím si

CESTA LÁSKY, CESTA STRACHU

vás. Jestliže si vás nevážím, snažím se vás ovládat. Dětem říkáme, jak se mají chovat, protože si jich nevážíme. Litujeme je a snažíme se pro ně dělat to, co by měly dělat samy pro sebe. Když si nevážím sám sebe, lituji se. Nevěřím, že v tomto světě něco dokážu. Jak poznáte, že si nevážíte sami sebe? Když si říkáte: Já chudák, nejsem dost silný, nejsem dost inteligentní, nejsem dost krásný, nedokážu to." Sebelítost pochází z nedostatku úcty.

Láska je bezohledná; nikoho nelituje, ale přesto zná soucit. Strach je plný lítosti; lituje každého. Litujete mě, když si mě nevážíte, když si myslíte, že nejsem dost silný, abych něco dokázal. Láska si lidí váží. Miluji vás; vím, že to dokážete. Víam, že jste dost silní a inteligentní, abyste se uměli samostatně rozhodovat. Nemusím rozhodovat za vás. Jste toho schopni sami. Jestliže upadnete, podám vám ruku a pomohu vám vstát. Řeknu vám: „Dokážeš to, dej se do toho." Tomu se říká soucit, a soucit není lítost. Soucit vychází z úcty a lásky, kdežto lítost vychází ze strachu a nedostatku úcty.

Láska je naprosto zodpovědná. Strach se zodpovědnosti vyhýbá, ale to neznamená, že je nezodpovědný. Snaha vyhnout se zodpovědnosti je jednou z největších chyb, které se dopouštíme, neboť každý čin má svůj dů-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

sledek. Důsledky má všechno to, co si myslíme, všechno to, co děláme. Když učiníme nějaké rozhodnutí, má to důsledek. Když neučiníme žádné rozhodnutí, má to důsledek. Proto je každý člověk zodpovědný za všechny své činy, i když si to nepřeje. Druzí lidé se mohou pokusit zaplatit za vaše chyby, ale nakonec za ně zaplatíte vy sami, často dvojnásobně. Snaží-li se někdo být zodpovědný za vás, vytváří to ještě větší drama.

Láska je vždycky dobrosrdečná. Strach je nepřátelský. Máme-li strach, jsme plní závazků, plní očekávání, vyhýbáme se zodpovědnosti a litujeme se. Jak se můžeme cítit dobře, když máme takový strach? Máme pocit, že nás každý zneužívá; jsme rozzlobení nebo smutní nebo žárliví nebo opuštění.

Hněv je zamaskovaný strach. Smutek je zamaskovaný strach. Žárlivost je zamaskovaný strach. Se všemi těmito emocemi, které vycházejí ze strachu, můžeme dobrosrdečnost jen předstírat. Nejsme dobrosrdeční, protože se necítíme dobře, protože nejsme šťastní. Jste-li na cestě lásky, nemáte žádné závazky a žádná očekávání. Nelitujete ani sebe ani svého partnera. Všechno se vám daří, a proto se stále usmíváte. Cítíte se dobře, a proto jste dobrosrdeční. Láska je vždycky dobrosrdečná. Láska

CESTA LÁSKY, CESTA STRACHU

vás činí štědrými a otvírá vám všechny dveře. Láska je štědrá. Strach je sobecký; sobectví zavírá všechny dveře.

Láska si neklade žádné podmínky. Strach má spoustu podmínek. Mám-li strach, miluji druhého jen tehdy, *pokud* mi dovolí, abych ho ovládal, *pokud* je ke mně hodný, *pokud* odpovídá představě, kterou jsem si o něm vytvořil. Mám o něm určitou představu, a protože takový není a nikdy nebude, odsuzuji ho a shledávám ho vinným. Často se za něho stydím, protože není takový, jak si ho představuji. Trápí mě to a pomalu ztrácím trpělivost. Dobrosrdečnost jen předstírám. Na cestě lásky nejsou žádné *podmínky*. Miluji svého partnera bezdůvodně. Miluji ho takového, jaký je, a může si dělat, co chce. Jestliže se mi nelíbí, jaký je, mohu si najít někoho, kdo se mi líbí. Nemáme právo nikoho měnit a nikdo nemá právo měnit nás. Jestliže se změním, pak jen proto, že se chceme změnit, protože už nechceme trpět.

Většina lidí žije celý život ve strachu. Zůstávají v manželském svazku, protože si myslí, že v něm zůstat *musí*. Mají všelijaké představy o sobě a o svém partnerovi. Veškeré drama a utrpení vzniká proto, že užíváme komunikační kanály, které existovaly před naším narozením. Lidé odsuzují druhé, jsou zneužíváni a jeden druhého po-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

mlouvají. Nutí druhé, aby se mezi sebou nenáviděli. Hromadí se v nich emoční jed, a ten pak předávají svým dětem. „Podívej se, co mi udělal otec. Nebuď takový jako on.“ „Takoví jsou všichni muži; takové jsou všechny ženy.“ Tak se chováme ke všem lidem, které milujeme - ke svým dětem, ke svým přátelům a ke svým partnerům.

Na cestě strachu máme tolik podmínek, že si vytváříme spoustu pravidel, která nás mají chránit před emoční bolestí, zatímco bychom neměli mít žádná pravidla. Tato pravidla narušují komunikaci mezi námi, neboť když máme strach, tak lžeme. Jestliže partner očekává, že se *bude* chovat určitým způsobem, mám pocit, že mám povinnost chovat se podle toho. Ve skutečnosti prostě nejsem takový, jak si mě partner představuje. Když jsem upřímný a když jsem sám sebou, partner se rozzlobí. Já mu pak lžu, protože mám strach z jeho odsouzení. Mám strach, že mě shledá vinným a potrestá mě. A kdykoli si na to vzpomene, bude mě trestat znovu a znovu a znovu za tutéž chybu.

Na cestě lásky je spravedlnost. Když uděláte chybu, zaplatíte za ni jen jednou, a jestliže se opravdu milujete, pak se ze svých chyb poučíte. Na cestě strachu není žádná spravedlnost. Za každou svou chybu platíte tisíckrát. Také

CESTA LÁSKY, CESTA STRACHU

svého partnera trestáte za každou chybu tisíckrát. To v něm probouzí pocit křivdy a otevírá emoční rány. Váš vztah musí skončit neúspěchem. Lidé si vymýšlejí drama-
ta pro všechno, i pro takové malichernosti. Tato dramata vidíme v normálních vztazích, protože lidé žijí ve strachu.



Každý vztah se skládá ze dvou polovin. Jednou polovinou jste vy a druhou polovinou je váš syn, vaše dcera, váš otec, vaše matka, váš přítel nebo váš partner. Každý je zodpovědný za svou polovinu vzájemného vztahu; nejste zodpovědní za druhou polovinu. Ať už někoho milujete sebevíc, nemůžete být zodpovědní za to, co má v hlavě. Nikdy nevíte, co si myslí a cítí. Nic o něm nevíte. Tak tomu je, ale co děláme? Snažíme se být zodpovědní za druhé, a proto jsou naše vztahy založené na strachu a snaze ovládat druhé.

Snažíme-li se ovládat druhé, znamená to, že k nim nemáme úctu. Znamená to, že je nemilujeme. Naše láska je sobectvím. Když si druhého nevážím, snažím se ho ovládat, protože za něj cítím zodpovědnost. Musím ho ovládat, protože si ho nevážím. Musím za něho být zodpovědný, protože cokoli se mu stane, může ublížit mně, a já

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

se chci vyhnout bolesti. Když vidím, že není zodpovědný, snažím se ho k tomu přinutit, samozřejmě ze svého hlediska, což neznamena, že mám nutně pravdu.

To se děje, když máme strach. Protože si partnera nevážím, chovám se k němu, jako by nebyl schopen uvědomit si, co je pro něho dobré a co pro něho dobré není. Předpokládám, že není schopen se o sebe postarat. Musím se o něho postarat já. Řeknu mu: „udělám to za tebe“ nebo „tohle nedělej.“ Snažím se potlačit jeho polovinu našeho vzájemného vztahu a začnu rozhodovat o všem. Když to dělám, kde je pak on? Takže to nefunguje.

Společně můžeme vytvářet ten nejkrásnější sen. Každý z nás má však svůj vlastní sen, svou vlastní vůli, takže nemůžeme jeden druhého ovládat, ať se snažíme sebevíc. Vždycky máme volbu: můžeme vyvolat konflikt, nebo můžeme spolupracovat jako partneři.

Hrajete-li například tenis, máte partnera, jste jeden tým a nikdy nehrajete proti sobě - nikdy. Ačkoli každý z vás hraje jiným způsobem, máte stejný cíl: oba si chcete zahrát, chcete se bavit. Máte-li partnera, který vás chce ovládat a říká vám, jak máte hrát, nebude vás to bavit. Nakonec s ním přestanete chtít hrát. Místo abyste byli spoluhráči, váš partner vás chce ovládat. A tak mezi vá-

CESTA LÁSKY, CESTA STRACHU

mi vznikají konflikty. Chápete-li svůj romantický vztah jako týmovou hru, všechno se zlepší. Nejde o to, kdo zvítězí nebo prohraje. Hrajete proto, abyste se bavili.

Když milujete, dáváte víc, než přijímáte. A samozřejmě milujete sami sebe, takže nedovolíte sobeckým lidem, aby vás zneužívali. Nechcete se druhému mstít, ale vyjadřujete se jasně. Můžete například říci: „Nelíbí se mi, když mě zneužíváš, když si mě nevážíš a když se ke mně nechováš dobře. Nepotřebuji, aby mi někdo nadával. Neříkám, že jsem lepší než ty, ale mám rád krásu. Rád se směji, rád se bavím a rád miluji. Nejsem sobecký, ale nepotřebuji vedle sebe trpitele. To neznamená, že tě nemiluji, ale nemohu na sebe brát zodpovědnost za tvůj sen. Budeš-li se mnou žít, bude to velice těžké pro tvého Parazita, protože nebudu reagovat na tvé nesmysly." To není sobectví, ale sebeláska. Sobectví, strach a snaha ovládat druhého zničí skoro každý vztah. Štědrost, svoboda a láska udělají z každého vztahu tu nejkrásnější romanci.



Chcete-li mít s partnerem dokonalý vztah, musíte si uvědomit, že každý z vás má své vlastní sny. Jakmile si to uvědomíte, jste zodpovědní jen za svou polovinu vzta-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

hu, což je poměrně snadné. Nemusíte partnera ovládat. Jestliže si partnera opravdu vážíme, pak víme, že je zodpovědný za svou polovinu našeho vztahu. Jestliže si ho vážíme, budeme si rozumět. Nikdy se nebudeme hádat.

Víte-li, co je láska a co je strach, uvědomujete si, jak sdělujete své sny druhým. Kvalita vaší komunikace záleží na tom, zda naladíte své emoční tělo na lásku, nebo na strach. Když si uvědomíte, že jste se dostali na cestu strachu, můžete soustředit svou pozornost na cestu lásky. Tím, že si uvědomíte, kde jste, a zaměříte svou pozornost na cestu lásky, všechno kolem vás se změní.

Uvědomujete-li si, že jen vy sami se můžete učinit šťastnými a že štěstí je důsledkem lásky, která vychází z vás, dosáhnete nevyšší dokonalosti Tolteků - dosáhnete dokonalosti lásky.

Můžeme hovořit o lásce a můžeme o ní napsat tisíc knih, ale láska je pro každého z nás jiná, protože ji musíme prožívat. Láska není teorie; láska je život. Láska produkuje štěstí. Strach produkuje utrpení.

Milovat se naučíte jedině tím, že budete milovat. Svou lásku nemusíte nikomu vysvětlovat ani ospravedlňovat; stačí milovat.

5

Dokonalý vztah

Představte si dokonalý vztah. V takovém vztahu jste ne-sktečně šťastní, protože žijete s dokonalou ženou nebo mužem. Jak byste popsali svůj život s tímto člověkem?

Pravděpodobně s ním jednáte jako se svým psem. Pes je pes. Ať děláte cokoli, pes bude vždycky psem. Nikdy z něj neuděláte kočku nebo koně. Pes je tím, čím je.

Přijmout tento fakt je velice důležité i ve vztazích mezi lidmi. Nikoho nemůžete změnit. Bud lidi milujete takové, jací jsou, nebo je nemilujete. Buď je přijímáte, ne-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

bo je nepřijímáte. Snažit se někoho změnit je totéž jako snažit se udělat ze psa kočku nebo koně. Tak to prostě je. Každý je tím, čím je; i vy jste tím, čím jste. Buď tančíte, nebo netančíte. Musíte k sobě být naprosto upřímní - musíte předem říci, co chcete, musíte se rozhodnout, zda chcete tančit, nebo ne. Tohle si musíte uvědomit, protože to je velice důležité. Jakmile to opravdu pochopíte, budete brát lidi takové, jací opravdu jsou.

Máte-li psa, zamyslete se nad tím, jak se k němu chováte. Pes ví, jak se chovat. Když udělá něco nesprávně, co uděláte? Psu na tom nezáleží; prostě vás miluje. Nic od vás neočekává. Není to úžasné? Ale co vaše přítelkyně nebo přítel, manželka nebo manžel? Lidé mají spoustu očekávání a neustále se mění.

Pes je zodpovědný za svou polovinu vašeho vzájemného vztahu. Jeho polovina vašeho vztahu je úplně normální. Když přijdete domů, pes štěká a vrtí ocasem, protože je šťastný, že vás vidí. Hraje svou roli velice dobře a vy víte, že je to dokonalý pes. Vaše role je také skoro dokonalá. Plníte své povinnosti; dáváte psovi jídlo, pečujete o něj a hraje si s ním. Bezpodmínečně ho milujete; uděláte pro něj skoro všechno. Hrajete svou roli dokonale a pes hraje dokonale zase svou roli.

DOKONALÝ VZTAH

Většina lidí si dovede představit takový vztah se psem, ale proč ne s člověkem? Znáte nějakou ženu nebo muže, který by nebyl dokonalý? Pes je pes, a to vám stačí. Nemusíte se snažit dělat z něj psa. Pes se nesnaží dělat z vás dobrého člověka, dobrého pána. Tak proč nemůžeme dovolit ženě být ženou, proč nemůžeme dovolit muži být mužem? Proč nemůžeme milovat člověka, aniž se snažíme ho měnit?

Možná si říkáte: „Ale co když nejsem s tou pravou ženou nebo mužem?“ To je velice důležitá otázka. Samozřejmě že si musíte vybrat tu pravou ženu nebo muže. Ale kdo je ta pravá žena nebo pravý muž? Je to někdo, kdo má podobné názory jako vy a kdo chce žít stejným způsobem jako vy - citově, tělesně, ekonomicky i duchovně.

Jak poznáte, že je pro vás partnerka či partner tím pravým člověkem? Řekněme, že jste muž. Jestliže sto žen hledá muže a přemýšlejí o vás jako o jednom z možných partnerů, pro kolik z nich si myslíte, že budete tím pravým mužem? *To nemůžete vědět.* Proto musíte riskovat. Ale mohu vám říci, že ta pravá žena pro vás je ta, kterou milujete takovou, jaká je, žena, kterou nemusíte v ničem měnit. To je pro vás ta pravá žena. Najdete-li tu pravou ženu, pro kterou jste pravým mužem, pak máte štěstí.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Budete pro ni tím pravým mužem, jestliže vás miluje takového, jaký jste, a jestliže nemá potřebu vás v ničem měnit. Nemusí za vás být zodpovědná; může vám věřit, že budete tím, za koho se vydáváte. Může k vám být upřímná a může být tím, čím je. Nemusí předstírat, že je něčím jiným. Žena, která vás miluje, vás miluje *takového, jaký jste*. Chce-li vás žena změnit, znamená to, že nejste člověkem, jakého si přeje. Tak proč je tedy s vámi?

Víte, že je snadné milovat psa, protože pes od vás nic neočekává. Miluje vás bezpodmínečně. To je velice důležité. Jestliže vás partnerka miluje takového, jaký jste, pak vás miluje jako pes. Můžete být sám sebou, stejně jako je pes psem. Když se setkáte s nějakou ženou, okamžitě vám začne o sobě vyprávět. Chce s vámi sdílet svůj sen. Otevře se, aniž ví, že to dělá. Je pro vás snadné vidět ji takovou, jaká je. Nemusíte si nic nalhávat. Okamžitě vidíte, co kupujete, a buď to chcete, nebo ne. Nikoho nemůžete obviňovat za to, že je psem, kočkou nebo koněm. Chcete-li psa, proč si kupujete kočku? Chcete-li kočku, proč byste si kupoval koně nebo slepici?

Víte, jakého člověka hledáte? Hledáte někoho, s kým vám je dobře, kdo má podobné názory jako vy a kdo vás miluje takové, jací jste. Proč byste se měli spokojit s ně-

DOKONALÝ VZTAH

kým jiným? Proč si nevzít, co chcete? Proč si namlouvat, že je někdo tím, čím není. To neznamena, že ho nemilujete. Znamená to jen, že si ho vyberete nebo nevyberete, protože milujete také sebe. Každý je zodpovědný za svá rozhodnutí. Když se rozhodnete nesprávně, nemusíte si dělat výčitky. Prostě si vyberete někoho jiného.

Teď si představte, že si koupíte psa, ale máte rádi kočky. Chcete, aby se váš pes choval jako kočka, a chcete, aby se změnil, protože nemňouká. Proč máte psa? Kupte si kočku! Tohle je nejlepší způsob, jak začít krásný vztah. Především musíte vědět, co chcete, jak to chcete a kdy to chcete. Musíte vědět, jaké potřeby má vaše tělo a vaše mysl a co vám vyhovuje.

' Na světě jsou miliony žen a mužů a každý je jedinečný. Někteří lidé se k vám hodí a jiní ne. Můžete milovat všechny lidi, ale máte-li s někým žít, měli byste si vybrat někoho, kdo má podobné zájmy jako vy. Váš partner nemusí být úplně stejný jako vy; stačí, když se k sobě hodíte jako klíč do zámku.

Musíte být upřímní k sobě a ke všem ostatním. Ne snažte se předstírat, že jste tím, čím nejste: Chovejte se jako na trhu: snažíte se něco prodat, ale také chcete něco koupit. Chcete-li něco koupit, zajímá vás, jak je to kvalit-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

ní. Chcete-li něco prodat, musíte ukázat, kdo jste. Nemusíte být lepší nebo horší než ostatní; stačí být tím, čím jste.

Jestliže vidíte, co chcete, proč to nekoupit? Ale když vidíte, že to není přesně to, co chcete, uvědomte si, že za to zaplatíte. Pak si nestěžujte, že vás partner zneužívá, když to bylo jasné od samého počátku. Nic si nenalhávejte. Nepřisuzujte druhým něco, co v nich není. Uvědomte si tohle: Víte-li, co chcete, zjistíte, že to je stejné jako váš vztah se psem, jenže lepší.

Nesnažte se vidět něco, co neexistuje. Nekupujte si něco, co vám nevyhovuje. Koupíte-li si něco nepotřebného, stejně to vyhodíte. V lidských vztazích je to stejné. Může vám trvat dlouho, než se to naučíte, ale je to dobrý začátek. Začnete-li svůj vztah dobře, všechno ostatní bude snazší, protože můžete být sami sebou.

Možná už s někým dlouho žijete. Nechcete-li se rozejít, můžete začít znovu tím, že budete partnerku milovat takovou, jaká je. Ale nejdřív budete muset přijmout sami sebe takové, jací jste. Jedině pak můžete být sami sebou. Jste tím, čím jste, a to je všechno, čím jste. Nemusíte předstírat, že jste něčím jiným. Budete-li předstírat, že jste tím, čím nejste, nic se vám nebude dařit. Až přijmete sami sebe, budete muset přijmout také svou partnerku.

DOKONALÝ VZTAH

Rozhodnete-li se žít spolu, nesnažte se ji měnit. Nechte ji být tím, čím je. Stejně jako to dovolíte psu nebo kočce. Každý člověk má právo být tím, čím je; každý má právo být svobodný. Omezujete-li svobodu své partnerky, omezujete sami sebe, protože musíte ustavičně sledovat, co partnerka dělá a co nedělá. A milujete-li sami sebe, nikdy se nevzdáte své osobní svobody.

Uvědomujete si, jaké možnosti vám nabízí partnerský vztah? Přemýšlejte o tom. Buďte sami sebou. Najděte si ženu, která má podobné zájmy jako vy. Nebojte se riskovat, ale buďte upřímní. Jestliže to funguje, pokračujte. V opačném případě odejděte a nechte odejít také partnerku. Nebuďte sobečtí. Dejte jí příležitost uvědomit si, co opravdu chce, a také stejnou příležitost dejte sobě. Jestliže to nefunguje, hledejte někoho jiného. Nemůžete-li milovat svou partnerku takovou, jaká je, třeba ji takovou bude milovat někdo jiný. Nemaňte svůj čas a nemaňte čas své partnerky. Tomu se říká úcta.

Je-li na vás partnerka závislá a vám to nevyhovuje, pravděpodobně byste byl šťastnější s někým jiným. Ale dokud s ní žijete, snažte se dělat to nejlepší, co můžete. Dělejte to nejlepší, protože se vám to vrátí. Dokážete-li milovat svou partnerku takovou, jaká je, dokážete-li jí

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

otevřít své srdce, můžete dosáhnout nebe. Jestliže máte kočku, a chcete psa, co máte dělat? Bude nejlepší, když se odpoutáte od minulosti a začnete od začátku. Všichni lidé se mohou změnit k lepšímu. Dobrým začátkem je odpustit partnerce všechno, co se mezi vámi stalo. Bylo to jen nedorozumění. Zapomeňte na minulost a začínejte každý den na vyšší úrovni lásky.

Samozřejmě jde také o to, co považujete za dobré a špatné okamžiky. Jestliže jeden z partnerů druhého zneužívá, pak je lepší se rozejít. Považujete-li za špatný okamžik to, že jeden z vás ztratí zaměstnání nebo má nějakou nehodu, pak je to něco jiného. Jestliže jsou neshody způsobeny strachem, nedostatkem úcty nebo nenávisť, nevím, jak dlouho to můžete vydržet.

I ve vztahu se svým psem můžete mít špatné okamžiky, ať už z jakéhokoli důvodu. Přijdete domů a pes štěká a vrtí ocasem, protože má radost, že vás vidí. Nemáte náladu hrát si s ním, ale on tam je. Pes se neurazí, když si s ním nechcete hrát, protože to nebere osobně. Jakmile vás uvítal a zjistil, že nemáte náladu na hraní, jde a hraje si sám. Neotravuje vás a nenutí vás, abyste byli šťastní.

Někdy má váš pes víc porozumění než vaše partnerka, která vám chce udělat radost. Nemáte-li chuť se ra-

DOKONALÝ VZTAH

dovat a chcete-li být v klidu, není na tom nic osobního. Nemá to nic společného s vaší partnerkou. Třeba máte nějaký problém a potřebujete klid. Ale vaše partnerka si může vaše mlčení vysvětlovat různě: „Co jsem zase udělala? Je to moje vina.“ Ale nemá to s ní nic společného; není v tom nic osobního. Když vás nechá na pokoji, nálada se vám zlepší. Proto je nutné, abyste si rozuměli; má-li jeden z vás špatnou náladu, druhý by to měl respektovat. Jedině tak můžete mít krásný vztah.

Lidské vztahy jsou umění. Je obtížnější zvládnout sen, který vytvářejí dva lidé. Chcete-li být oba šťastní, musíte hrát svou roli dokonale. Každý z vás je zodpovědný jen za svou polovinu vztahu. Máte-li osobní problémy, musíte si je vyřešit každý sám. Bude-li se vaše partnerka snažit vyřešit vaše problémy, pravděpodobně skončí s rozbitým nosem. Musíme se naučit nestrkat nos tam, kam nepatří.

Také vaše partnerka se musí starat o svou polovinu vašeho vzájemného vztahu, neboť i ona má své osobní problémy. Protože to víte, musíte jí to umožnit. Musíte ji milovat a přijímat i s jejími problémy, ale nesmíte se snažit řešit její problémy. I když vás požádá o pomoc, máte možnost odmítnout. Odmítnutí neznamena, že ji nemilujete. Znamená to, že pomoci nejste schopni. Když se vaše part-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

nerka rozzlobí, můžete jí říci: „Máš právo zlobit se, ale já se nemusím zlobit jen proto, že jsi rozzlobená ty. Neudělal jsem nic, proč by ses měla zlobit.“ Její hněv nemusíte přijímat, ale můžete jí dovolit, aby se zlobila. Nemusíte se hádat; prostě jí dovolte, aby byla sama sebou a svůj problém si vyřešila sama. Řekněme, že jste muž a že jste šťastný, zatímco vaše partnerka je z nějakého důvodu nešťastná. Má nějaké osobní problémy, snaží se je vyřešit a není šťastná. Protože ji máte rád, budete ji podporovat, ale to neznamená, že byste měl být nešťastný jen proto, že je nešťastná ona. To by nebyla žádná podpora. Kdybyste byl nešťastný i vy, oba byste se ve svém neštěstí utopili. Budete-li šťastný, vaše spokojenost může partnerce vrátit štěstí.

Jste-li nešťastný vy, partnerčino štěstí je vaší podporou. Nechte být partnerku šťastnou, nekažte její štěstí. Ať už máte v zaměstnání sebevětší problémy, neotravujte ji s nimi. Mlčte a snažte se vyřešit si je sám. Můžete jí říci: „Buď šťastná, hraj si, já se k tobě přidám, až budu schopný sdílet tvé štěstí. Teď však potřebuji být sám.“



Chápete-li problém zraněné mysli, pak pochopíte, proč jsou romantické vztahy tak obtížné. Citové tělo je

DOKONALÝ VZTAH

nemocné. Jeho rány jsou plné jedu. Neuvědomujeme-li si, že jsme nemocní nebo že je nemocná naše partnerka, stáváme se sobeckými. Naše rány bolí a my je musíme chránit i před člověkem, kterého milujeme. Když však chápeme, že naše partnerka trpí, a když ji milujeme, nechceme se dotýkat jejích ran. Nechceme ji nutit, aby si své rány léčila, ale také nechceme, aby nutila ona nás.

Udělejte se svou partnerkou novou dohodu. Jestliže to nebude fungovat, změňte ji nebo udělejte další. Užívejte své představitosti a dělejte nové dohody na základě vzájemné úcty a lásky. Úcta a láska jsou klíčem k úspěchu vašeho vztahu. Musíte jasně vyjádřit své potřeby. Musíte věřit sobě i partnerce.

Nesdílejte s partnerkou své problémy, sdílejte s ní svou lásku a porozumění. Vaším cílem je být stále šťastnější a šťastnější, a k tomu je potřeba stále víc a víc lásky. Jste dokonalý muž a dokonalá žena, stejně jako váš pes je dokonalý pes. Respektujete-li svou partnerku, kdo z toho má užitek? Vy a nikdo jiný.

Vyřešte své vlastní problémy, a budete šťastní. Jestliže to dokážete, budete připraveni na vztah beze strachu a bez potřeb. Uvědomte si, že můžete vyřešit jen své vlastní problémy. Budete-li řešit své vlastní problémy

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

a partnerka *bude* zase řešit své problémy, uvidíte, jak rychle se všechno zlepší. Šťastnými vás dělá láska, a když se oba stanete služebníky lásky, otevrou se vám neuvěřitelné možnosti. Přejde den, kdy ve vašem vztahu nebude žádný hněv, žádná vina a žádný smutek.

Jakmile se jednou rozhodnete, že spolu budete žít jako manželé, musíte sloužit člověku, kterého milujete, člověku, kterého jste si vybrali. Musíte být jeden druhému služebníkem. Při každém polibku a objetí ucítíte, že jste spolu proto, abyste potěšili milovaného člověka, aniž za to něco očekáváte. Nejde ani tak o sex, jde především o to, být spolu. Sex je také úžasný, ale je to něco jiného. Sex se stane spojením; sex se stane odevzdáním, tancem, uměním a nevyšším projevem lásky.

Můžete udělat dohodu, která říká: „Miluji tě; jsi krásná a cítím se s tebou dobře. Přinesu ti květiny a ty mi zase přineseš uklidňující hudbu. Budeme tančit a oba odejdeme do nebe.“ Je to krásné, je to úžasné, je to romantické. Nikdo z nás se nesnaží druhého ovládat; chceme jeden druhému sloužit. Toho jste však schopni pouze tehdy, když opravdu milujete sami sebe.

6

Kouzelná kuchyň

Představte si, že doma máte kouzelnou kuchyň. V té kuchyni můžete mít jakékoli množství jakéhokoli jídla z jakéhokoli místa na světě. Nikdy nemáte starosti, co budete jíst; můžete mít vše, co chcete. Jste velice štedří; dáváte každému jídlo a nic za to nechcete. Nabídnete jídlo každému, kdo k vám přijde, takže váš dům je pořád plný lidí, kteří se přišli najíst do vaší kouzelné kuchyně.

Jednoho dne někdo zaklepe na dveře a nabízí vám pizzu. Dívá se na vás a ptá se: „Vidíte tuhle krásnou piz-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

zu? Dám vám ji, když budete dělat, co budu chtít. Nikdy nebudete mít hlad, protože vám každý den přinesu pizzu. Ale musíte ke mně být hodní."

Dovedete si představit, jak byste reagovali? Ve své vlastní kuchyni můžete mít stejnou pizzu - jenže lepší. A najednou k vám někdo přijde a nabízí vám jídlo, *když* budete dělat, co si přeje. Nejspíš se zasmějete a řeknete mu: „Díky, ale jídlo nepotřebuji. Mám spoustu jídla. Můžete přijít a najíst se čehokoli, a nemusíte za to nic dělat."

A teď si představte pravý opak. Už několik týdnů jste nic nejedli. Máte strašný hlad a v kapse ani halíř. Najednou se objeví ten člověk s pizzou a řekne vám: „Tady je jídlo. Můžete se najíst, ale musíte dělat, co vám řeknu." Jídlo voní a vy máte hrozný hlad. Rozhodnete se, že jídlo přijmete a že budete dělat, co vám ten člověk řekne. Trochu sníte a on řekne: Jestli chcete, můžete si vzít víc, ale budete muset dělat, co vám řeknu."

Dnes máte co jíst, ale zítra nemusíte mít nic. Proto souhlasíte, že za jídlo budete dělat cokoli. Můžete se stát otroky, protože potřebujete jíst a protože nic nemáte. Po nějaké době začnete pochybovat. Říkáte si: „Co budu dělat bez pizzy? Nemohu bez ní žít. Co když se moje partnerka rozhodne, že pizzu někomu dá - *mou* pizzu?"

KOUZELNÁ KUCHYŇ

A teď si představte, že nemluvíme o pizze, ale o lásce. Máte v srdci spoustu lásky. Máte dost lásky pro všechny lidi na celém světě. Milujete tolik, že nepotřebujete lásku nikoho. Milujete bezpodmínečně. A najednou někdo zaklepe na dveře a řekne vám: „Přinesl jsem vám lásku. Dám vám ji, když budete dělat, co vám řeknu. “

Jak na to budete reagovat? Nejspíš se zasmějete a řeknete: „Díky, ale vaši lásku nepotřebuji. Stejnou lásku mám ve svém srdci, jenže větší a lepší, a rozdávám ji bez podmínek. “

Ale co uděláte, když v srdci nemáte žádnou lásku, když po lásce hladovíte a někdo vám řekne: „Chcete trochu lásky? Můžete mít mou lásku, ale musíte dělat, co budu chtít. “ Pravděpodobně ji potřebujete tolik, že jste ochotni dát celou svou duši za trochu pozornosti.

Vaše srdce je jako kouzelná kuchyň. Když otevřete své srdce, máte tolik lásky, kolik potřebujete. Nemusíte se o lásku prosit. Nemusíte nikomu říkat: „Prosím vás, milujte mě. Jsem hrozně opuštěný. Potřebuji, aby mě někdo miloval, aby mi dokázal, že si lásku zasloužím. “ Všichni v sobě máme lásku, ale neuvědomujeme si to.

Vidíte, co lidé dělají, když si myslí, že nemají lásku?

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Hladoví po ní, a když ji trochu ochutnají, stane se z ní silná potřeba. Lidé začnou být posedlí. A tak začíná velké drama: „Co budu dělat, když mě partner opustí?“ Jak bez něho mohu žít?“ Lidé nemohou žít bez člověka, který jim poskytuje každodenní dávku lásky. A za trochu lásky dovolí druhým, aby ovládali jejich život. Dovolí jim, aby jim říkali, co mají dělat a co nemají dělat, jak se mají strojit a jak se nemají strojit, jak se mají chovat a jak se nemají chovat a čemu mají věřit a čemu nemají věřit. „Budu tě milovat, když budeš dělat, co chceš. Budu tě milovat, když ke mně budeš hodný. Jestliže nebudeš, zapomeň na to. “

Potíž je v tom, že si lidé neuvědomují, že mají v srdci kouzelnou kuchyň. Všechno naše utrpení začalo proto, že jsme už dávno zavřeli svá srdce a necítíme lásku, kterou v nich máme. V určité fázi života jsme se začali bát lásky, protože jsme si mysleli, že láska není spravedlivá. Láska bolí. Snažili jsme se být dobří, chtěli jsme, aby nás druzí milovali, ale neuspěli jsme. Už několikrát jsme někoho milovali a zlomilo nám to srdce. Milovat znovu znamená příliš riskovat.

Protože se sami odsuzujeme, nezbyla nám žádná sebeláska. A nemilujeme-li sami sebe, jak můžeme předstírat, že milujeme druhého?

KOUZELNÁ KUCHYŇ

Když s někým začneme žít, staneme se sobeckými, protože prahne po lásce. Jsme tak sobečtí, že si přejeme, aby náš partner potřeboval lásku stejně jako my. Chceme, „aby nás někdo potřeboval“, abychom měli důvod žít. Myslíme si, že hledáme lásku, zatímco hledáme „někoho, kdo nás potřebuje“, někoho, koho můžeme ovládat.

Snažíme se druhého ovládat, protože jsme se v dětství naučili soutěžit o pozornost. To, čemu říkáme láska, není láska, ale pouhé sobectví. Jak to může fungovat? V sobeckém vztahu není žádná láska. Oba partneři hladoví po lásce. Sexuální styk, při kterém cítí trochu lásky, se jim stane návykem, protože jsou vyhladovělí. A pak přichází strach a výčitky svědomí. A začíná celé drama.

Pak hledáme všelijaké rady. Bylo napsáno mnoho knih o lásce a téměř všechny by mohly mít titul „Jak být sexuálně sobecký“. Úmysl je dobrý, ale kde je láska? Tyto knihy nejsou o tom, jak se naučit milovat. O lásce se z nich nedovíte nic. Všechno máte v genech, ve své povaze. Nemusíte se nic učit, kromě toho, co si sami vymyslíte v tomto světě iluzí. Hledáme lásku, zatímco láska je všude kolem nás. Láska je všude, ale my ji nevidíme. Naše citové tělo není na lásku naladěno.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Bojíme se milovat, protože to není bezpečné. Strach z odmítnutí nás děsí. Musíme předstírat, že jsme něčím, čím nejsme; nejsme schopni milovat sami sebe, ale chceme, aby nás miloval partner. Problém není v tom, že nás odmítá partner, nýbrž v tom, že odmítáme sami sebe, protože si *myslíme*, že nejsme dost dobří.

Sebeodmítání je naším hlavním problémem. Je-li naše představa dokonalosti falešná, nikdy nebudeme dost dobří. Ačkoli je to falešná představa, my jí věříme. A protože nejsme dokonalí, odmítáme sami sebe. A stupeň sebeodmítání závisí na tom, jak silní byli dospělí lidé, kteří zničili naši integritu, když jsme byli malí.

Jakmile jste jednou domestikovaní, nejde o to, zda vás budou přijímat druzí. Nejste dost dobří sami pro sebe, protože vám velký Soudce neustále připomíná, že nejste dokonalí. Jak už jsem řekl před chvílí, nemůžete odpustit sami sobě, že nejste tím, čím chcete být. A to je skutečný problém.

Jestliže někomu řeknete, že ho milujete, a on vám řekne, že nemiluje vás, je to důvod k tomu, abyste trpěli? To, že vás někdo odmítne, neznamena, že musíte odmítat sami sebe. Jestliže vás nemiluje jeden člověk, bude vás milovat někdo jiný. Vždycky někdo takový existuje.

KOUZELNÁ KUCHYŇ

A je mnohem lepší být s někým, kdo s vámi *chce* být, než být s někým, kdo s vámi být *musí*.

Musíte se soustředit především na ten nejkrásnější vztah, jaký můžete mít: to jest na vztah se sebou samým. To není sobectví, ale sebeláska. A to je něco jiného. Jste sobečtí, protože nemilujete sami sebe. Budete-li milovat sami sebe, vaše láska bude růst. A když pak s někým začnete žít, nebudete to dělat z potřeby být milováni. Bude to vaše svobodná volba. Můžete si někoho vybrat a uvidíte, čím opravdu je. Když nepotřebujete jeho lásku, nemusíte si nic nalhávat.

Jste úplní lidé. Když z vás vychází láska, nehledáte lásku proto, že byste měli strach být sami. Milujete-li sami sebe, můžete být sami a není to pro vás žádný problém. Jste šťastní, když jste sami, a také vás baví být s někým.

Mám-li někoho rád a chodíme-li spolu, je to proto, že chceme být žárliví, že chceme jeden druhého ovládat? Pokud to tak je, není to žádná zábava. Jestliže mě má někdo kritizovat nebo odsuzovat, jestliže se mám cítit špatně, pak nemám zájem. Jestliže mám trpět, pak je možná lepší být sám. Jsou lidé spolu proto, že chtějí jeden druhého vlastnit nebo jeden druhého trestat, aby se zachránili? Proto spolu žijí? Co vlastně chceme?

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Když jsme děti, stýkáme se s ostatními dětmi, protože si chceme hrát. Nechceme být s nějakým dítětem proto, abychom se prali. Sice se to může stát, ale nikdy to netrvá dlouho. Většinou si hrajeme. Když nás to omrzí, najdeme si jinou hru nebo změníme pravidla, ale stále si hrajeme.

Vstupujete-li do partnerského vztahu, protože chcete žárlit, protože chcete partnera vlastnit, protože ho chcete ovládat, pak nehledáte zábavu. Hledáte bolest a tu také najdete. Vstupujete-li do partnerského vztahu s očekáváním, že vás partner učiní šťastnými, budete zklamáni, protože se to nestane. A nebude to jeho vina; bude to vaše vina.

Do jakéhokoli vztahu vstupujeme proto, že se chceme bavit a nechceme se nudit. Hledáme-li partnera nebo partnerku, děláme to proto, že chceme být šťastní a chceme se radovat z toho, čím jsme. Nehledáme si partnera proto, abychom ho otravovali svými problémy, svou žárlivostí, svým hněvem a sobectvím. Jak je možné, aby vám někdo řekl, že vás miluje, a pak vás zneužíval? Takový člověk sice prohlašuje, že vás miluje, ale je to skutečně láska? Jestliže někoho milujeme, chceme pro něho to nejlepší. Proč otravujeme své děti svými problémy? Proč

KOUZELNÁ KUCHYŇ

s nimi zacházíme špatně jen proto, že jsme plní emočního jedu a strachu? Proč dáváme vinu svým rodičům za své vlastní problémy?

Lidé se učí být sobečtí a zavírají svá srdce. Hladoví po lásce a nevědí, že jejich srdce je kouzelná kuchyň. *Vaše* srdce je kouzelná kuchyň. Otevřete své srdce. Otevřete svou kouzelnou kuchyň a přestaňte žebrať o lásku. V srdci máte všechnu lásku, kterou potřebujete. Máte v něm dost lásky nejen pro sebe, ale pro všechny lidi na světě. Lásku můžete rozdávat bez podmínek; můžete být štědří, protože máte v srdci kouzelnou kuchyň. Všichni hladovějící lidé, kteří si myslí, že srdce je zavřené, budou chtít být s vámi.

Šťastnými vás činí láska, která vychází z vás. A budete-li lásku štědře rozdávat, všichni vás budou milovat. *Dokud* budete štědří, nikdy nebudete sami. Jste-li sobečtí, budete vždycky sami a bude to vaše vina. Vaše štědrost vám otevře všechny dveře. Sobectví žádné dveře neotevře.

Sobectví pochází z chudoby srdce a z víry, že lásky je nedostatek. Stáváme se sobeckými, když se bojíme, že zítra nebudeme mít žádnou pizzu. Když víme, že naše srdce je kouzelná kuchyň, jsme štědří a naše láska je bezpodmínečná.



7

Mistr snů

Každý vztah ve vašem životě může být krásný, ale záleží to jen na vás. Musíte mít odvahu mluvit pravdu a být k sobě naprosto upřímní. Možná nemusíte být upřímní ke všem lidem, ale můžete být upřímní sami k sobě. Možná nemůžete mít kontrolu nad tím, co se děje kolem vás, ale můžete ovládat své vlastní reakce. Vaše vlastní reakce vás činí šťastnými nebo nešťastnými.

Vaše reakce jsou klíčem ke krásnému životu. Naučíte-li se ovládat své vlastní reakce, můžete změnit svůj život.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Jste zodpovědní za důsledky všeho, co si myslíte, co děláte, říkáte a cítíte. Možná si neuvědomujete, který z vašich činů — nebo myšlenek či citů — způsobil určitý důsledek, ale důsledky si uvědomujete, protože kvůli nim trpíte nebo z nich máte radost. Svůj osobní sen řídíte tím, že činíte rozhodnutí. Musíte si uvědomovat, zda se vám líbí důsledky vašich rozhodnutí. Jestliže se vám důsledky líbí, pokračujte v tom, co děláte. Jestliže se vám nelíbí, co se děje ve vašem životě, snažte se zjistit, co tyto důsledky způsobuje. Jedině tak můžete změnit svůj sen.

Váš život je projevem vašeho osobního snu. Dokážete-li změnit program svého osobního snu, můžete se stát mistry snů. Mistr snů vytváří ze života mistrovské dílo. Ovládat sny je však velice obtížné, neboť lidé jsou obvykle otroky svých snů. Způsob, jak se učíme snít, je odsouzen k nezdaru. Jelikož věříme, že nic není možné, je velmi obtížné uniknout snu o světě strachu. Chceme-li se z tohoto snu probudit, musíme se naučit své sny řídit.

Proto Toltékové vynalezli umění transformace snů, aby se osvobodili od starého snu a vytvořili si sen nový, v němž je možné všechno včetně úniku ze sna. Toltékové rozdělují lidi na snílky a stopaře. Snílkové vědí, že

MISTR SNŮ

jejich sen je pouhá iluze a vědomě žijí v tomto světě iluzí. Stopaři jsou jako tygři nebo jaguáři, kteří sledují každou akci a reakci.

Musíte sledovat své reakce; musíte si uvědomovat, co děláte v každém okamžiku. To však vyžaduje velkou odvahu, protože je snazší brát všechno osobně a reagovat navyklým způsobem. Vede to však k mnoha chybám a utrpení, protože vaše reakce produkují stále víc emočního jedu a zvyšují drama vašeho života.

Naučíte-li se ovládat své reakce, brzy zjistíte, že vidíte věci takové, jaké opravdu jsou. Naše mysl normálně vidí věci takové, jaké jsou, ale protože jsme byli v dětství naprogramováni, snažíme se interpretovat všechno, co vnímáme, co slyšíme a co vidíme.

Je velký rozdíl mezi tím, jak vidíte ve snu a jak vidíte, když nic neposuzujete. Rozdíl je ve způsobu, jak vaše citové tělo reaguje na to, co vnímáte. Když potkáte na ulici nějakého člověka, který vás vůbec nezná a řekne vám, že jste pitomí, můžete na to reagovat mnoha různými způsoby. Můžete si říci: „Ano, musím být pitomý.“ Můžete se naštvat nebo se urazit nebo to ignorovat.

Tento člověk je pravděpodobně plný emočního jedu a řekl vám to, protože jste byli pivní, na koho narazil.

i

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Nemá to s vámi nic společného. Není v tom nic osobního. Pokud si to uvědomíte, na jeho slova nereagujete.

Můžete si říci: „Ten člověk musí strašně trpět. " Neberete to osobně. Tohle je jen příklad, ale platí to téměř o všem, co se děje v každém okamžiku. Všichni máme své malé ego, které bere všechno osobně, a proto často reagujeme nepřiměřeně. Neuvědomujeme si, co se vlastně děje, okamžitě reagujeme a děláme z toho součást svého snu.

Vaše reakce vycházejí z vašich hluboce zakořeněných názorů. Reagujete stále stejným způsobem, až se vám to stane návykem. A právě to byste měli změnit: měli byste změnit své obvyklé reakce, měli byste víc riskovat a nebát se dělat nová rozhodnutí. Nepovede-li to k tomu, co chcete, můžete svá rozhodnutí znovu a znovu měnit, dokud nedosáhnete toho, co chcete.



Už jsem řekl, že si nikdy nevybíráme Parazita - to jest Soudce, Oběť a názorový Systém. Když si uvědomíme, že jsme neměli na vybranou a že je to pouhý sen, získáme zpět něco velice důležitého, co jsme ztratili - něco, čemu náboženství říká „svobodná vůle“. Náboženství říká, že

MISTR SNŮ

Bůh dal člověku svobodnou vůli. To je sice pravda, ale velký Sen nám ji vzal, neboť ovládá vůli většiny lidí.

Jsou lidé, kteří říkají: „Chci se změnit. *Opravdu* se chci změnit. Není žádný důvod, proč bych měl být tak chudý. Jsem inteligentní. Zasloužím si vydělávat víc, zasloužím si lepší život. " Tohle jim říká jejich rozum. Ale co dělají? Přijdou domů a dívají se dlouhé hodiny na televizi. Jak silná může být jejich vůle?

Jakmile si to uvědomíme, máme možnost se rozhodnout. Kdybychom si to uvědomovali pořád, mohli bychom změnit své návyky a reakce a celý svůj život. Jakmile si to uvědomíme, získáme nazpět svou svobodnou vůli. Máme-li svobodnou vůli, můžeme se v každém okamžiku rozhodovat, čím chceme být. Když na to zapomeneme, můžeme se rozhodnout znovu, *pokud* si to uvědomujeme. Pokud si to však neuvědomujeme, nemůžeme dělat nic.

Uvědomovat si, čím jsme, znamená být zodpovědný za svůj život. Nikdo není zodpovědný za to, co se děje na světě. Každý je zodpovědný jen sám za sebe. Vy jste neudělali svět takový, jaký je; svět takový už byl, když jste se narodili. Nepřišli jste na svět proto, abyste změnili společnost, ale máte jedno velké a důležité poslání.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Vaším skutečným posláním, je být šťastní. Abyste mohli být šťastní, musíte si uvědomit, čemu věříte a jak klamete sami sebe.

Buďte k sobě naprosto upřímní. Nemáte-li rádi sami sebe, neříkejte druhým: „Podívejte se na mě. Jsem úspěšný, mám všechno, co chci, jsem tak šťastný. “

Můžeme získat všechno, ale nejdřív musíme mít odvalu otevřít oči a uvědomit si realitu. Lidé jsou slepí, protože nechtějí vidět. Uvedu příklad.

Mladá žena se setká s nějakým mužem a okamžitě je k němu přitahována. Probudí se v ní hormony a ona muže chce. Muž je na drogách, nepracuje a má všechny vlastnosti, které ji učiní nešťastnou. Ale žena vidí jen to, co vidět chce. Vidí, že muž je vysoký, silný, okouzující. Vytvoří si o něm nádhernou představu a popírá všechno, co nechce vidět. Namlouvá si, že vztah mezi nimi bude fungovat. Přítelkyně jí říká: „Ten chlap je na drogách, je to alkoholik a nepracuje. “ A ona odpovídá: „To je pravda, ale moje láska ho změní. “

, Její matka a otec toho muže nenávidí. Rodiče o ni mají strach, protože si uvědomují, co se stane. Říkají dceři: „Tohle není dobrý muž pro tebe. “ Dceři se nelíbí, že jí rodiče říkají, co má dělat. Obrátí se proti otci a matce

MISTRNŮ

a následuje své hormony. Říká si: „Tohle je můj život a já si budu dělat, co chci. “

Když si po několika měsících uvědomí realitu, začne obviňovat muže za to, co nechtěla předtím vidět. Ale zároveň se v ní probudí hrdost. Jak se může vrátit k matce a otci, když to, co jí říkali, byla pravda? Její návrat by jim dal satisfakci. Jak dlouho bude trvat, než se poučí? Jak moc miluje sama sebe? Jaké utrpení je ochotná snášet?

Všechno utrpení vzniká, protože nechceme vidět realitu, ačkoli ji máme přímo před očima. I když potkáme někoho, kdo předstírá, že je úžasný, nemůžeme nevidět, že si nás neváží a že nás nemiluje. My však nechceme nic vidět ani slyšet. Proto jeden starý prorok říkal: „Nikdo není víc slepý než člověk, který nechce vidět. Nikdo není víc hluchý než člověk, který nechce slyšet. A nikdo není šílenější než člověk, který nechce rozumět.“

Jsme slepí, strašně slepí, a doplácíme na to. Když však otevřeme oči a vidíme realitu, můžeme si ušetřit spoustu zbytečného utrpení. To neznamena, že neriskujeme. Jsme živí a musíme riskovat. Co na tom, když se nám něco nepodaří? Alespoň se poučíme a žijeme dál.

Nemusíme nikoho odsuzovat; nemusíme si dělat výčitky. Musíme jen přijmout pravdu a začít znovu. Uvědo-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

mit si, jací jsme, je prvním krokem k tomu, abychom přestali odmítat sami sebe. Jsme-li schopni přijmout sami sebe, všechno se začne měnit.



Každý má svou cenu a Život tuto cenu respektuje. Nelze ji však vyjádřit v dolarech nebo ve zlatě; lze ji měřit velikostí lásky - především sebelásky. Vaše cena závisí na tom, jak milujete sami sebe, a Život tuto cenu respektuje. Milujete-li se hodně, vaše cena je vysoká: Nejste ochotni zneužívat sami sebe, protože si sami sebe vážíte. Milujete všechno, čím jste. To zvyšuje vaši cenu. Když nemilujete všechno, čím jste, vaše cena je nižší.

Někdy se lidé odsuzují natolik, že se musí otupovat, aby sami se sebou vydrželi. Jestliže se vám někdo nelíbí, můžete odejít. Jestliže se vám nelíbí skupina lidí, můžete odejít. Jestliže nemáte rádi sami sebe, nezáleží na tom, kam jdete, neboť před sebou neutečete. Abyste nemuseli být sami se sebou, musíte otupit svou mysl. Někomu pomáhá alkohol, jinému drogy. Některým lidem pomáhá jídlo — a proto jedí a jedí. Může to být však mnohem horší. Někteří lidé se skutečně nenávidí. Postupně se ničí, protože nemají odvahu zabít se najednou.

MISTRSNŮ

Když pozorujete sebedestruktivní lidi, všimnete si, že přitahují stejný druh lidí, jako jsou oni sami. Co děláme, když nemáme rádi sami sebe? Otupujeme svou mysl alkoholem, abychom zapomněli na své utrpení. To je naše výmluva. Kde alkohol najdeme? Jdeme do baru a hádejte, koho tam potkáme? Potkáme tam stejné lidi, jako jsme my sami, ty kteří se snaží zapomenout na své utrpení. Pijeme společně, hovoříme o svém utrpení a velice dobře si rozumíme. Dokonce se nám to začne líbit. Jeden druhému dokonale rozumíme, protože vibrujeme na stejné frekvenci. Všichni jsme velmi destruktivní. Já ubližuji vám a vy ubližujete mně - dokonalý vztah v pekle.

Co se stane, když se změníte? Přestanete potřebovat alkohol. Jste schopni být sami se sebou a začne se vám to líbit. Přestali jste pít, ale pořád máte stejné přátele, kteří pijí. Když pijí, jsou šťastnější, ale vám je jasné, že jejich štěstí je falešné. To, čemu říkají štěstí, je pouhá vzpoura proti citové bolesti. Ve svém „štěstí“ tak trpí, že jim dělá radost ubližovat sobě i druhým.

Už se mezi ně nehodíte a oni vás nemají rádi, protože jste jiní než oni. „Ty se mnou nechceš pít, protože mě už nemáš rád.“ Takže musíte učinit zásadní rozhodnutí: buď se mezi ně vrátíte, nebo si najdete lidi, kteří mají rá-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

di sami sebe stejně jako vy. Pak zjistíte, že existuje jiná sféra reality, jiný druh lidských vztahů, a přestanete ničit sami sebe.

8

Sex: Největší démon v pekle

Kdybychom mohli z vesmíru odstranit člověka, viděli bychom, že celý vesmír - hvězdy, měsíc, rostliny, zvířata, všechno - je dokonalý právě takový, jaký je. Život není nutno ospravedlňovat ani odsuzovat; vyvíjí se svým vlastním způsobem. Když vezmete člověku jeho schopnost posuzovat, zjistíte, že jsme stejní jako zbytek přírody. Nejsme ani dobří ani špatní; jsme takoví, jací jsme.

V našem velkém Snu Planety máme potřebu všechno ospravedlňovat - všechno označujeme za dobré nebo

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

špatné, zatímco všechno je takové, jaké to je. Lidé shromažďují velké množství vědomostí; všechno se učíme od své rodiny, společnosti a náboženství. A z těchto vědomostí vychází naše chování a cítění. Vytváříme si anděly a démony a největším démonem v pekle je samozřejmě sex. Sex je největším hříchem člověka, ačkoli je lidské tělo stvořeno pro sex.

Jste biologické, sexuální bytosti, a tak to prostě je. Vaše tělo je moudré. Všechna jeho inteligence je v genech. Geny nepotřebují nic ospravedlňovat, neboť všechno vědí. Problém není v sexu. Problém je v tom, jak používáme své vědomosti, ačkoli není co ospravedlňovat. Pro lidskou mysl je obtížné připustit, že sex je takový, jaký je. Máme spoustu názorů na to, jaký by měl být a jaké by měly být lidské vztahy, ale naše názory jsou mylné.

Za sexuální styky platíme vysokou cenu, ale tento instinkt je tak silný, že se mu stejně oddáváme. A pak trpíme pocitem viny a jeden druhého pomlouváme. "„Podívejte se, co ta ženská dělá! Podívejte se na toho chlapa." Vytvořili jsme si definice toho, co je správné sexuální chování žen a mužů. Muži se chovají buď příliš mužně, nebo příliš slabošsky, podle toho, kdo jejich chování posuzuje. Ženy jsou buď příliš hubené, nebo příliš

SEX: NEJVĚTŠÍ DÉMON V PEKLE

tlusté. Máme přesné představy o tom, jak by měly ženy vypadat, aby byly krásné. Měly by si kupovat vhodné šaty a prezentovat se tak, aby byly svůdné a odpovídaly našim představám. Jestliže našim představám neodpovídají, mají pocit, že je nikdo nemá rád.

Věříme tolika lžím o sexu, že z něj nakonec nemáme radost. Sex je pro zvířata. Sex je zlý. Za sexuální pocity bychom se měli stydět. Tato pravidla jsou naprosto nepřirozená, ale my jim věříme. Vaše přirozenost se těmto pravidlům vzpírá. Trpíte pocitem viny. Nejste tím, čím byste měli být. Jste odsuzováni. Trestáte sami sebe, a to není spravedlivé. To všechno otevírá ve vašem citovém těle rány, které se infikují emočním jedem.

Naše mysl hraje tuto hru, ale tělo tomu nevěří; tělo cítí sexuální potřebu. V určité fázi života nemůžeme necítit sexuální přitažlivost. To je naprosto normální a není to vůbec žádný problém. Tělo cítí sexuální touhu, když je vzrušené, když se jej někdo dotýká nebo když je vizuálně stimulováno. V jednu chvíli je vzrušené a za několik minut je vzrušení pryč. Jakmile stimulace skončí, tělo přestane cítit vzrušení, ale mysl ne.

Řekněme, že jste vdaná žena, která byla vychována v katolické rodině. Máte své představy o tom, jaký by

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

měl být sex - co je dobré a co je špatné, co je hřích a co je přijatelné. Když podepíšete manželskou smlouvu, sex je dobrý; když ji nepodepíšete, sex je hřích. Slíbila jste, že budete věrná, ale jednoho dne potkáte na ulici neznámého muže-. Muž vás přitahuje; vaše tělo je přitahováno. Není to žádný problém, neznamená to, že něco uděláte, ale nemůžete se vyhnout tomu pocitu, protože je to naprosto normální. Když stimulace pomine, vaše tělo se uklidní, ale vaše mysl má potřebu ospravedlnit tělesné pocity.

Vaše mysl ví, a to je problém. Vaše mysl ví, vy víte; ale co víte? Víte to, čemu věříte. Je lhostejné, zda je to dobré nebo špatné, správné nebo nesprávné. Byla jste vychována tak, že věříte, že to je špatné, a okamžitě se odsuzujete. Tak začíná vaše drama.

Později si na toho muže vzpomenete a vaše hormony se opět rozbouří. Jako byste ho opět viděla před sebou. Vaše tělo reaguje, protože o tom mysl přemýšlí. Kdyby vaše mysl nechala tělo na pokoji, vaše vzrušení by odešlo, jako by nikdy neexistovalo. Ale vaše mysl si pamatuje, a proto se začnete odsuzovat. Vaše mysl říká, že to není správné, a snaží se potlačit své pocity. A hádejte, co se stane, když potlačujete své pocity? Přemýšlíte o nich

SEX: NEJVĚTŠÍ DÉMON V PEKLE

ještě víc. Pak toho muže opět potkáte, a přestože se situace změnila, vaše tělo reaguje ještě silněji.

Kdybyste o svých pocitech nepřemýšlela, možná byste při dalším setkání neměla žádné reakce. Teď ho však vidíte, máte sexuální pocity a říkáte si: „Ach Bože, to není správné. Jsem hrozná ženská.“ Máte výčitky svědomí, potřebujete se potrestat; ale trápíte se pro nic, neboť to všechno je jen ve vaší mysli. Ten muž si možná ani nevšiml, že existujete. Děláte si různé představy a začnete ho chtít stále víc. Pak ho někde potkáte, mluvíte s ním a je to krásné. Je to velice přitažlivé, stane se z toho posedlost a vy dostanete strach.

Pak se s ním milujete a je to nádherné a zároveň strašné. Teď si opravdu zasloužíte být potrestána. Jaká žena by dovolila své sexuální touze zvítězit nad morálkou?" Bolí vás to, ale snažíte se potlačit své pocity; snažíte se ospravedlnit své jednání, abyste se vyhnula emoční bolesti. „Můj manžel by se pravděpodobně zachoval stejně.“

Drama zesiluje, ale je to jen hra mysli. A není to ani reálné. Není to láska, neboť tento druh vztahu je velice destruktivní. Ničíte sama sebe, protože si ubližujete. Porušujete svá přesvědčení, což bychom sice chtěli udělat všichni, ale způsobem duchovního bojovníka, nikoli způ-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

sobem oběti. Tato zkušenost vás teď zavede ještě hlouběji do pekla.



Vaše mysl má jiné potřeby než vaše tělo, ale vaše mysl ovládá tělo. Tělo má potřeby, kterým se nemůžete vyhnout; musíte uspokojit jeho potřebu jídla, pití, spánku a sexu. Všechny tyto potřeby jsou naprosto normální a je snadné je uspokojit. Problém je v tom, že vám mysl říká, že to jsou *její* potřeby.

V mysl si vytváříme imaginární představy a mysl za všechno přijímá zodpovědnost. Myslí si, že to je ona, kdo potřebuje jídlo, vodu, šaty a sex. Ve skutečnosti však nic nepotřebuje. Mysl nemá žádné tělesné potřeby. Mysl nepotřebuje jídlo, nepotřebuje kyslík, nepotřebuje vodu a nepotřebuje sex. Jak víme, že to je pravda? Když nám mysl říká, že potřebuje jídlo, tak se najíme, a uspokojíme tělo, ale mysl si stále myslí, že potřebuje jídlo. A tak jíte a jíte a jíte, ale svou mysl neuspokojíte, protože to není skutečná potřeba.

Potřeba oblékat se je dalším příkladem. Vaše tělo potřebuje šaty, protože vítr je studený a slunce horké. Tuto potřebu lze snadno uspokojit. Máte-li však tuto potřebu

SEX: NEJVĚTŠÍ DÉMON V PEKLE

ve své mysli, můžete mít tuny šatů, ale mysl neuspokojíte. Otevřete skříň plnou šatů, ale mysl to nestačí. Co řekne? „Nemám co na sebe. “

Vaše mysl potřebuje další auto, další dovolenou nebo dům pro hosty. Všechny tyto potřeby, které nemůžete plně uspokojit, máte pouze ve své mysli. To platí i o sexu. Máte-li nějakou potřebu v mysli, nemůžete ji uspokojit. Proto je sex tak obtížný. Mysl nepotřebuje sex. Mysl potřebuje lásku. A ještě víc potřebuje lásku vaše duše, neboť vaši mysl stačí strach. I strach je energie a je to potravina pro mysl - není to přesně to, co chcete, ale stačí to.

Musíme tělo osvobodit od tyрана, kterým je naše vlastní mysl. Když nemáme potřeby ve své mysli, všechno je velice jednoduché. Proto musíme rozdělit potřeby do dvou kategorií. Na jedné straně jsou potřeby těla a na druhé straně potřeby mysli.

Mysl si plete své potřeby s potřebami těla, protože chce vědět: „*Co jsem?*“ Žijeme ve světě představ a nemáme ani tušení, čím opravdu jsme. Mysl se neustále ptá. Otázka: „*Co jsem?*“ je největším tajemstvím a jakákoli odpověď uspokojí naši potřebu cítit se bezpečně. Mysl říká: Jsem tělo. Jsem to, co vidím; jsem to, co si myslím; jsem to, co cítím. Bolí mě to. krvácím. “

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Mysl se cítí tak blízko tělu, že si myslí, že je tělem. Tělo má nějakou potřebu a mysl říká: Já potřebuji." Mysl bere všechno osobně, protože chce pochopit, *čím je*. Takže je naprosto normální, že mysl začne tělo ovládat. A vy žijete tak dlouho, dokud se nestane něco, co vám umožní uvědomit si, čím nejste.

Realitu si začnete uvědomovat, když si uvědomíte, čím nejste, když si vaše mysl začne uvědomovat, že není tělem. Vaše mysl se začne ptát: „Tak co tedy jsem? Jsem snad ruka? Jestliže si uříznu ruku, jsem pořád myslí. Takže nejsem ruka." Oddělíte všechno, čím nejste, až nakonec zbyde to, čím opravdu jste. Proces hledání vlastní identity je velmi dlouhý. Během tohoto procesu se postupně zbavujete své osobní historie, dokud si neuvědomíte, čím opravdu jste.

Zjistíte, že nejste tím, co jste si myslili, protože jste si své názory nikdy nevybrali. Tyto názory tu byly, když jste se narodili. Také zjistíte, že nejste svým tělem, protože začnete fungovat bez něj. Začnete si uvědomovat, že nejste ani svou myslí ani svým snem. A jdete-li ještě hlouběji, zjistíte, že nejste ani svou duší. Pak objevíte něco neuvěřitelného. Uvědomíte si, že jste *síla* - síla, která umožňuje vašemu tělu žít, síla, která umožňuje vaši mysl snít.

SEX: NEJVĚTŠÍ DÉMON V PEKLE

Bez této síly by se vaše tělo okamžitě zhroutilo. Bez vás by se rozplynul celý váš sen. Jste síla, které si říká Život. Když se podíváte někomu do očí, uvidíte v nich jeho vědomí, které je projevem *Života*. Život není tělo; život není mysl; a není to ani duše. Život je síla. Díky této síle se novorozenec stává dítětem, mladý člověk dospělým a dospělý stárne a nakonec umírá. Když Život opusť tělo, tělo se obrátí v prach.

Jste Život, který proudí vaším tělem, vaší myslí a vaší duší. Jakmile to zjistíte, nikoli rozumem, ale *city* uvědomíte si, že jste silou, která otevírá a zavírá květiny a umožňuje kolibříkům létat z jedné květiny na druhou. Uvědomíte si, že jste v každém stromě, že jste v každém zvířeti, rostlině a kameni. Jste síla, která dává vzniknout větru a která dýchá ve vašem těle. Celý vesmír je živá bytost, kterou tato síla uvádí do pohybu. To jste. *Jste Život*.

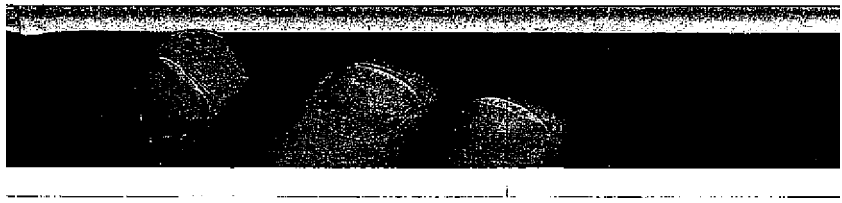


9

Božská lovkyně

V řecké mytologii je příběh o božské lovkyni Artemidě. Artemis lovila tak dovedně, že snadno uspokojila všechny své potřeby a žila v dokonalé harmonii s lesem. Všechna zvířata ji milovala; být uloven Artemidou byla pocta. Zdálo se, že Artemis nikdy neloví; cokoli potřebovala, přicházelo k ní. Byla nejlepší lovkyní, ale zároveň nejobtížnější kořistí. Ve své zvířecí podobě vypadala jako kouzelná laň, kterou bylo téměř nemožné ulovit.

Artemis žila v lesích v dokonalé harmonii až do dne,



LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

kdy král přikázal Herkulovi, aby ji ulovil. Herkules, neporažený syn Dia, který hledal svou vlastní transcendentu, rozkaz přijal. Odešel do lesa a začal kouzelnou laň honit. Laň ho viděla, ale neměla z něho strach. Nechala ho přijít až k sobě, ale když ji chtěl chytit, rychle utekla. Herkules ji nemohl chytit, protože nebyl tak dobrý lovec jako Artemis.

Proto se obrátil na Herma, posla Bohů, a požádal ho, aby mu půjčil křídla. Byl teď stejně rychlý jako Hermes a žádná kořist mu neunikla. Umíte si představit, jak na to reagovala Artemis. Herkules se snažil ulovit ji a ona se snažila ulovit jeho. Herkules byl však neobtěžnější kořistí. Byl tak- svobodný, že se ho Artemidě přes veškerou snahu **ulovit** nedařilo.

Artemis Herkula vůbec nepotřebovala. Cítila silnou potřebu ho chytit, ale byl to jen klam. Věřila, že je do něho zamilovaná, a chtěla ho pro sebe. Nemyslila LIŽ na nic jiného, byla tou myšlenkou posedlá a přestala být šťastná. Úplně se změnila. Už nežila v harmonii s lesem, neboť teď lovila pro radost z úlovku. Porušila své vlastní zásady a stala se dravou šelmou. Zvěř se jí bála a začala ji odmítat, ale Artemidě to bylo jedno. Přestala vnímat realitu, protože měla na mysli jen Herkula.

BOŽSKÁ LOVKYNĚ

Herkules měl spoustu práce, ale občas chodil do lesa za Artemidou. Kdykoli ji navštívil, Artemis se ho snažila chytit. V jeho přítomnosti byla velice šťastná, ale věděla, že od ní zase odejde, a proto začala žárlit. Když Herkules odcházel, Artemis plakala. Nenáviděla Herkula, ale zároveň ho milovala.

Herkules neměl tušení, co se děje v její mysli; dokonce si ani nevšiml, že ho chce ulovit. Nepovažoval se za její kořist. Měl Artemidu rád a vážil si jí, ale Artemis si přála něco jiného. Chtěla Herkula vlastnit; chtěla ho ulovit a být dravou šelmou s ním. Všichni kromě Artemidy si všimli, jak se změnila. Ve své mysli byla stále ještě božskou lovkyní. neuvědomovala si, že nebeský les se stal peklem, protože všichni ostatní lovci se stali dravými šelmami jako ona.

Jednoho dne na sebe vzal Hermes zvířecí podobu, a když se ho Artemis snažila zničit, změnil se v Boha. V tu chvíli Artemis objevila moudrost, kterou ztratila. Šla za Herkulem a požádala ho o odpuštění. K vlastnímu pádu ji dovedl pocit osobní důležitosti. Když hovořila s Herkulem, uvědomila si, že ho vlastně nikdy neurazila, protože on nikdy nevěděl, co se děje v její mysli. Rozhlédla se kolem sebe a uviděla, co lesu způsobila.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Omluvila se každé květině a každému zvířeti a znovu objevila lásku. Opět se stala božskou lovkyní.

Tento příběh jsem vám vyprávěl proto, abych vám ukázal, že jsme všichni lovci a že jsme všichni kořisti. Všechno, co existuje, je zároveň lovcem a kořistí. Proč vlastně lovíme? Lovíme proto, abychom uspokojili své potřeby. Už jsem hovořil o potřebách těla i potřebách mysli. Když mysl věří, že je tělem, naše potřeby nejsou skutečné, a proto je nelze uspokojit. Snažíme-li se uspokojit imaginární potřeby v naší mysli, stáváme se dravými šelmami, neboť lovíme i to, co nepotřebujeme.

Lidé hledají lásku. Myslíme si, že potřebujeme lásku, protože se domníváme, že ji nemáme, protože nemilujeme sami sebe. Chceme získat lásku druhých lidí a očekáváme, že ji získáme, přestože druzí jsou ve stejné situaci jako my. Kolik lásky od nich můžeme dostat, když se milují stejně málo jako my? Všichni si vytváříme imaginární potřeby; celý život hledáme lásku, ale na špatném místě, protože druzí lidé nemají lásku, kterou potřebujeme.

Když si Artemis uvědomila svůj pád, vrátila se sama k sobě, protože všechno, co potřebovala, měla ve svém vlastním nitru. Totéž platí o všech lidech, neboť všichni jsme jako Artemis po pádu. Všichni hledáme lásku.

BOŽSKÁ LOVKYNĚ

Hledáme spravedlnost a štěstí. Usilovně hledáme Boha, ale toho máme v sobě.



Příběh o Artemidě ukazuje, že musíte hledat ve svém vlastním nitru. Je to úžasný příběh, který byste si měli pamatovat. Budete-li si jej pamatovat, vždycky najdete lásku v sobě. Lidé, kteří hledají lásku druhých, nebudou nikdy šťastní, neboť lásku nenajdou. Naše mysl cítí potřebu, ale my ji nemůžeme uspokojit, protože *neexistuje*.

Láska, kterou hledáme, je v našem vlastním nitru, ale je to obtížná kořist. Není snadné lovit ve vlastním nitru. Musíte být velice rychlí, tak rychlí jako Hermes, neboť všechno vás může svést ze správné cesty. Všechno, co zaujme vaši pozornost, vám znemožní ulovit kořist, kterou je láska ve vašem nitru. Podaří-li se vám tuto kořist ulovit, uvidíte, že láska ve vašem nitru bude růst a uspokojí všechny vaše potřeby. To je pro štěstí velice důležité.

Lidé obvykle vstupují do partnerských vztahů jako lovci. Hledají to, co si myslí, že potřebují, a doufají, že to najdou v druhém člověku, ale nakonec zjistí, že to tam není. Když vstoupíte do nějakého vztahu bez této potřeby, je to něco jiného.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Jak hledat ve vlastním nitru? Chcete-li najít lásku ve svém nitru, musíte se vzdát svému já, jako lovec a kořist. Ve vaší mysli žije zároveň lovec i kořist. Kdo je lovec a kdo je kořist? U obyčejných lidí je lovcem Parazit. Tento Parazit hledá emoce, které vycházejí ze strachu, neboť miluje strach a drama. Parazit žije z vašich problémů. Miluje hněv, žárlivost a závist; miluje všechny emoce, jež přinášejí utrpení. Parazit vás chce ovládat.

Parazit vás chce ulovit, loví vás čtyřicet hodin denně, neustále vás pronásleduje. Proto se stáváme jeho kořistí, velice snadnou kořistí. Parazit vás zneužívá. Parazit není jen lovcem, parazit je dravá šelma, která vás požírá zaživa. Kořist, naše citové tělo, je ona část našeho já, která trpí a trpí. Právě tato část našeho já chce být spasena.

V řecké mytologii je také příběh o Prométeovi, který je přikován ke skále. Ve dne k němu přilétá orel a klove mu vnitřnosti; během noci se Prométeus zotavuje. Ve dne opět přiletí orel a znovu se do něho pustí. Co to znamená? Když je Prométeus vzhůru, má hmotné a citové tělo. Orel je Parazit, který mu požírá vnitřnosti. V noci Prométeus citové tělo nemá, a tak se zotavuje. Ráno se však probouzí, aby se opět stal potravou pro orla. Nakonec přijde Herkules a Prométea osvobodí. Herkules je

• no-

BOŽSKÁ LOVKYNĚ

jako Kristus, Buddha nebo Mojžíš, který přetrhne řetěz utrpení a vrátí Prométeovi svobodu.

Chcete-li lovit ve svém nitru, musíte sledovat každou svou reakci. Musíte změnit své návyky, jeden po druhém. Je to boj za osvobození od Snu, který ovládá váš život. Je to boj mezi vámi a dravou šelmou, zatímco Pravda je uprostřed. Ve všech západních tradicích od Kanady až po Argentinu si říkáme bojovníci, neboť bojovník je lovec, který loví sám sebe. Je to velká válka, neboť je to válka proti Parazitovi. Být bojovníkem neznamena, že válku vyhraje, ale aspoň se bouříte proti Parazitovi, který vás požírání zaživa.

Stát se bojovníkem je první krok. Když Herkules odešel do lesa, aby ulovil Artemidu, nebyl toho schopen. Proto šel za Hermem, svrchovaným učitelem, a naučil se být lepším lovcem. Aby mohl Artemidu ulovit, musel se stát lepším lovcem, než byla ona. Chcete-li najít sami sebe, musíte být lepšími bojovníky, než je Parazit. Jestliže vás Parazit pronásleduje čtyřadvacet hodin denně, i vy musíte pracovat čtyřadvacet hodin denně. Parazit je ovšem ve výhodě: velice dobře vás zná. Nemůžete se před ním schovat. Parazit je tou neobtěžnější kořistí. Je to ona část vašeho já, která se snaží ospravedlnit vaše cho-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

vání před druhými lidmi, ale jakmile zůstanete o samotě, stává se tím nejhorším soudcem. Ustavičně vás odsuzuje.

V obvyklém partnerském vztahu v pekle se spojí Parazit vašeho partnera s vaším Parazitem proti vašemu pravému já. Takže bojujete proti dvěma Parazitům, kteří se snaží vaše utrpení prodloužit do nekonečna. Když si to uvědomíte, můžete to změnit. Máte-li s partnerkou soucit, umožníte jí bojovat proti jejímu vlastnímu Parazitu. Máte radost, kdykoli udělá další krok ke svobodě. Uvědomíte si, že když partnerka žárlí nebo je smutná, je to proto, že ji právě v tu chvíli ovládá její Parazit.

Když si to uvědomujete, můžete jí dát větší volnost. Protože jste zodpovědní jen za svou polovinu vašeho vzájemného vztahu, můžete jí dovolit, aby si vyřešila svůj osobní sen. Nemusíte brát její chování osobně. Tento přístup pomůže vašemu vztahu, protože nic z toho, co partnerka dělá, neberete osobně. Partnerka se snaží řešit své problémy. Nebudete-li to brát osobně, budete mít krásný vztah.

Podíváte-li se na své tělo, najdete miliardy živých bytos-
tí, které jsou na vás závislé. Každá buňka ve vašem těle
je živá bytost, která je na vás závislá. Jste zodpovědní za
každou z nich. Pro každou buňku ve svém těle jste
Bohem. Můžete jim poskytnout všechno, co potřebují;
můžete je milovat nebo k nim můžete být zlí.

Buňky ve vašem těle jsou vám věrné; pracují pro vás
v harmonii. Lze dokonce říci, že se k vám modlí. Jste je-
jich Bohem. To je absolutní pravda. Jak s tím naložíte?

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Pamatujte si, že celý les žil v dokonalé harmonii s Artemidou. Když se Artemis stala dravou šelmou, ztratila úctu k lesu. Když opět nabyla vědomí, chodila od květiny ke květině a říkala jim: „Odpusťte, zase o vás budu pečovat.“ A vztah mezi Artemidou a lesem se stal opět vztahem lásky.

Vaše tělo je vaším lesem, a jakmile si to uvědomíte, řeknete svému tělu: „Odpusť, ale opět o tebe začnu pečovat.“ Vztah mezi vámi a vaším tělem, mezi vámi a všemi buňkami, které jsou na vás závislé, může být tím nejkrásnějším vztahem. Vaše tělo a všechny tyto živé bytosti jsou dokonalé ve své polovině vašeho vzájemného vztahu, stejně jako je ve své polovině vztahu dokonalý pes. Druhou polovinou je vaše mysl. Tělo pečuje o SVOLÍ polovinu vztahu, ale vaše mysl tělo zneužívá.

Podívejte se, jak se chováte ke své kočce nebo psovi. Budete-li se chovat ke svému tělu stejně, jako se chováte ke svému psovi, uvidíte, že to je láskyplný vztah. Vaše tělo chce přijímat všechnu lásku od vaší mysli, ale mysl říká: „Ne, nelíbí se mi tahle část mého těla. Podívejte se na můj nos; můj nos se mi nelíbí. A co moje uši - jsou příliš velké. Moje tělo je příliš tlusté. Moje nohy jsou krátké.“ Mysl si vymýšlí všechno možné.

DÍVEJTE SE OČIMA LÁSKY

Naše tělo je dokonalé, ale my máme všelijaké představy o tom, co je dobré a špatné, krásné a ošklivé. Jsou to představy, ale my jim věříme, a v tom je náš problém. Díky své představě dokonalosti očekáváme, že naše tělo bude vypadat určitým způsobem a chovat se určitým způsobem. Ačkoli je nám tělo věrné, my je odmítáme. A když naše tělo nemůže něco udělat, aspoň se snaží.

Podívejte se, jak zacházíte se svým tělem. Jestliže odmítáte své vlastní tělo, co od vás mohou očekávat druzí lidé? Jste-li schopni přijímat své vlastní tělo, můžete přijmout téměř každého a téměř všechno. Tohle je velice důležité, když hovoříme o vztazích mezi lidmi. Vztah, který máte sami k sobě, se projevuje ve vašich vztazích k ostatním lidem. Odmítáte-li své vlastní tělo, není překvapující, že se za ně v milostném vztahu k partnerovi stydíte. Říkáte si: "Jak mě může milovat, když mám takové tělo?" Pak začnete odmítat sami sebe a myslíte si, že vás ze stejného důvodu odmítne i partner. A když odmítáte druhé, děláte to z téhož důvodu, z jakého odmítáte sami sebe.

Chcete-li si vytvořit vztah, který vás dovede do nebe, musíte přijímat své tělo. Musíte své tělo milovat a dovolit mu být tím, čím je, musíte mu dovolit dávat a přijímat beze studu, neboť „stud“ je jednou z forem strachu.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Představte si, jak se díváte na svého psa. Vidíte ho očima lásky a radujete se z jeho krásy. Nejde o to, zda je pes krásný nebo ošklivý. Podíváte se na něj a máte ohromnou radost. Krása je pouhý pojem, který jsme se naučili.

Myslíte si, že žába nebo želva jsou krásné? Můžete vidět dítě žábu a žába je krásná; je nádherná. Můžete vidět želvu a želva je krásná. Všechno, co existuje, je krásné - všechno. Vy si však říkáte: „To je ošklivé.“ A děláte to jen proto, že vám někdo řekl, co je krásné a co je ošklivé, stejně jako vám někdo řekl, co je dobré a co je špatné.

Nejde o to, zda jste krásní nebo oškliví, vysocí nebo malí, hubení nebo tlustí. Nejde o to, zda jste úžasní. Procházíte-li davem lidí a všichni vám říkají, jak jste krásní, můžete jim říci: „Děkuji, vím to.“ Je vám to jedno. Ale není vám to jedno, když nevěříte, že jste krásní, a někdo vám to řekne. Pak se zeptáte: „Jsem opravdu krásný?“ Tento názor vám může polichotit, a to z vás dělá snadnou kořist.

Myslíte si, že právě to potřebujete slyšet, protože si myslíte, že krásní nejste. Pamatujete si příběh o kouzelné kuchyni? Máte-li tolik jídla, kolik potřebujete, a někdo vám řekne, že vám dá jídlo, když mu dovolíte, aby vás ovládal, odpovíte mu: „Děkuji vám, ale nemám zájem.“

DÍVEJTE SE OČIMA LÁSKY

Chcete-li být krásní, ale nevěříte, že krásní jste, a někdo vám řekne, že vám bude stále opakovat, že jste krásní, když mu dovolíte, aby vás ovládal, odpovíte mu: „Ach ano, říkej mi, že jsem krásný. " Dovolíte mu to, protože věříte, že takový názor potřebujete slyšet.

Nejdůležitější však je váš vlastní názor, nikoli názory druhých lidí. Jste krásní, ať už vám vaše mysl říká cokoli. To je fakt. Nemusíte vůbec nic dělat, protože už máte všechnu krásu, kterou potřebujete. Nikomu nic nedlužíte. Druzí mohou vidět, co chtějí. Ať si druzí myslí, že jste krásní nebo ne, pokud si uvědomujete svou vlastní krásu, jejich názor vás nemůže nijak ovlivnit.

Možná vám v dětství říkali, že nejste krásní, a proto závidíte krásu druhým. Abyste svou závist ospravedlnili, říkáte si: „Nechci být krásný. " Nebo máte strach, že byste krásní mohli být. Tento strach může mít mnoho příčin, ale Často je to strach z vlastní moci. Ženy, které jsou krásné, mají moc nad muži, a někdy dokonce i nad ostatními ženami. Ostatní ženy, které nejsou tak krásné, vám mohou závidět, protože přitahujete pozornost mužů. Jestliže se oblékáte tak, že po vás muži šílí, co o vás budou říkat ostatní ženy? Je to lehká ženská." Začnete mít strach z názorů druhých. To všechno jsou však jen

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

představy, nic než mylné představy, které otevírají rány ;
ve vašem citovém těle. Své rány pak musíte skrývat p o d ;
fasádou lží. \

Také závist je víra, které se můžete snadno zbavit, \
když si uvědomíte realitu. Můžete se vyrovnat se závistí
druhých žen a mužů, neboť si uvědomujete, že všichni li-
dé jsou krásní.

Krása není nic než pojem, nic než víra, ale vy tomuto
pojmu můžete věřit, a proto zakládáte veškerou svou
moc na kráse. Čas plyne a vy pomalu stárnete. Nejste už
tak krásná, jako jste bývala, a najednou se objeví nějaká
žena, která je krásnější. Je čas na plastickou operaci, p r o -
tože si myslíte, že ve vaší kráse spočívá vaše moc.
Stárnutí vás začne bolet. „Ach, moje krása odchází. Bude
mě manžel milovat, když už nejsem tak krásná? Přece ko-
lem sebe vidí ženy, které jsou krásnější než já.”

Všichni se bráníme stárnutí; myslíme si, že staří lidé
nejdou krásní. Tento názor je ovšem naprosto mylný.
Krásné je novorozené dítě. Ale krásný je i starý člověk.
Problém je v tom, jak vnímáme, co •krásné je a co krásné
není. Máme všelijaké představy, které omezují naše vlast-
ní štěstí a nutí nás odmítat sami sebe i druhé. Chápete,
jak nás tyto názory omezují?

DÍVEJTE SE OČIAAA LÁSKY

Stárnutí je krásné, stejně jako je krásné dospívání. Z dítěte' se stáváme mladým mužem nebo mladou ženou. Je to krásné. Stát se starým mužem nebo starou ženou je také krásné. Lidé se v jisté fázi života aktivně rozmnožují. Během této fáze chceme být sexuálně přitažliví, protože to je přirozené. Později, když zestárneme, už nemusíme být sexuálně přitažliví, ale to neznamená, že bychom nebyli krásní.

Jste takoví, jací si myslíte, že jste. Nemusíte nic dělat, stačí být tím, čím jste. Máte právo cítit se krásní a radovat se z toho. Můžete si vážit svého těla a můžete je přijímat takové, jaké je. Nepotřebujete, aby vás někdo miloval. Láska přichází z našeho nitra. Láska žije v našem nitru, ale my si to neuvědomujeme. Krásu kolem sebe můžete vnímat jen tehdy, když *vnímáte* krásu, kterou máte ve svém nitru.

Všichni máte určitou představu o tom, co je krásné a co je ošklivé, a jestliže se vám nelíbí, jak vypadáte, můžete změnit svůj názor, a změní se váš život. Vypadá to jednoduše, ale není to snadné. Ten, kdo ovládá názor, ovládá sen. Až snílek začne ovládat svůj sen, stane se sen uměleckým dílem.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ



Můžete začít tím, že se naučíte obřad, jemuž se v Indii říká *puja*. Indové provádějí tyto rituály pro různé Bohy a Bohyně. Klaní se svým idolům, přináší jim květiny a zahrnují je láskou, protože tyto idoly představují Boha. Každý den můžete nabídnout zbožnou lásku svému tělu. Když se sprchujete, když se koupete, zacházejte se svým tělem s úctou, vděčností a láskou. Když jíte, ukousněte **sousto**, zavřete oči a jídlo vychutnávejte. Jídlo je ofertou tělu, které je chrámem, v němž žije Bůh. Dělejte to každý den a ucítíte, jak vaše láska k tělu, roste.

Představte si, jak se budete cítit, až budete zbožňovat své tělo. Až sami sebe přijmete bez podmínek, budete nesmírně šťastní. Tomu se říká sebeláska. Není to projev vlastní důležitosti, neboť se chováte ke všem ostatním se stejnou láskou, stejnou úctou a stejnou vděčností. Umíte si představit, jak dokonalý je takový partnerský vztah?

Když se rozhodnete vytvořit dokonalý vztah mezi sebou a svým tělem, naučíte se mít dokonalý vztah s každým člověkem včetně své matky, svých přátel, svého milence, svých dětí a svého psa. Máte-li dokonalý vztah ke svému vlastnímu tělu, vaše polovina jakéhokoli vnějšího

DÍVEJTE SE OČIMA LÁSKY

vztahu je naplněna. Úspěch vašeho vztahu už nezávisí na vnějších okolnostech světa kolem vás.

Zbožňujete-li své vlastní tělo a dotknete-li se těla svého milence nebo milenky, dotýkáte se jej se stejnou zbožností, stejnou láskou, stejnou úctou a stejnou vděčností. A když se váš milenec dotkne vašeho těla, vaše tělo je naprosto otevřené. Není v něm žádný strach, žádná potřeba — neboť je plné lásky.

Představte si, jaké to je, když někoho milujete tímto způsobem. Nemusíte se jeden druhého ani dotýkat. Pouhý pohled do očí uspokojí potřeby vaší mysli i duše. Vaše tělo je uspokojeno, protože je plné lásky. Už nikdy se necítíte osamělí, neboť jste naplněni svou vlastní láskou.

Kamkoli se obrátíte, jste naplněni láskou - ne však láskou druhých lidí. Uvidíte strom a ucítíte, jak vám posílá všechnu lásku. Uvidíte oblohu, a ta uspokojí všechny potřeby vaší mysli. Všude uvidíte Boha, a nebude to jen teorie. *Bůh je všude. Život je všude.*

Všechno je vytvořeno *láskou* a *životem*. Dokonce i strach je odrazem lásky, ale strach existuje jen v mysli, kterou ovládá. Všechno si vysvětlujeme podle představ, které máme ve své mysli. Máme-li strach, všechno analyzujeme se strachem. Jsme-li rozzlobení, všechno vnímá-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

me s hněvem. Naše emoce jsou jako filtr, skrze který vnímáme okolní svět.

Lze říci, že oči jsou projevem vašich pocitů. Vnější sen vnímáte očima. Když jste rozzlobení, vidíte svět kolem sebe očima hněvu. Když žárlíte, vidíte svět kolem sebe očima žárlivosti. Když se díváte na svět očima vzteku, všechno vás rozčiluje. Když se díváte očima zármutku, budete plakat, protože prší, protože je kolem vás hluk, protože se vám nic nelíbí. Déšť je déšť. Není co posuzovat ani vysvětlovat, ale vy vnímáte déšť podle toho, jak se právě cítíte. Jste-li smutní, vidíte očima smutku, takže všechno, co vnímáte, je smutné.

Díváte-li se očima lásky, vidíte všude jen lásku. Stromy jsou stvořeny s láskou. Zvířata jsou stvořena s láskou. Voda je stvořena s láskou. Díváte-li se očima lásky, můžete se spojit s dalším člověkem a váš sen splyne v jeden. Díváte-li se očima lásky, splynete s ptáky, s přírodou, s lidmi a se vším kolem sebe. Potom se můžete dívat očima orla nebo se můžete změnit v jakoukoli životní formu. Skrze svou lásku se spojíte s orlem a stanete se křídly, stanete se deštěm nebo mraky. Abyste toho byli schopni, musíte se zbavit strachu a musíte se dívat očima lásky. Musíte posilovat svou vůli, dokud nebude dost sil-

DÍVEJTE SE OČIMA LÁSKY

ná, aby se spojila s cizí vůlí a splynula s ní. Pak máte křídla. Nebo jste větrem a můžete letět, kam se vám zachce, můžete odfouknout mraky, a začne svítit slunce. Taková je moc lásky.

Když uspokojíme potřeby své mysli a těla, naše oči vidí s láskou. Všude vidíme Boha. Vidíme ho i za Parazitem druhých lidí. Každý člověk má v sobě zaslíbenou zemi, kterou Mojžíš slíbil svému lidu. Tato zaslíbená země je však jen v mysli, která je úrodnou půdou pro Lásku, neboť tam žije Bůh. I obyčejná lidská mysl je úrodnou půdou, ale ne pro Lásku, nýbrž pro Parazita, který rozsévá semena závisti, hněvu, žárlivosti a strachu.

V křesťanské tradici se hovoří o tom, jak přichází Gabriel s trubkovi a všichni vstávají z hrobů, aby začali žít věčným životem. Hrob symbolizuje Parazita a Znovuzrození je návratem do *Života*, neboť jste živí jen tehdy, když vaše oči vidí *Život*, který je *Láskou*.

Všichni můžete mít partnerský vztah, který vyplní váš sen o Nebi; můžete si vytvořit Ráj, ale musíte začít sami u sebe. Především musíte přijmout své tělo. Pak musíte přemoci svého Parazita. Teprve pak bude vaše mysl milovat vaše tělo a přestane sabotovat vaši lásku. Nejdříve se však musíte naučit, jak léčit své citové tělo.

II

Léčení citového těla

Ještě jednou si představte, že máme kožní chorobu a plno infikovaných ran. Když chceme kůži vyléčit, lékař vezme skalpel a rány otevře. Pak rány vyčistí, namaže hojivou mastí a zaváže, aby se k nim nedostala špína, dokud se nezahojí.

Chceme-li vyléčit citové tělo, musíme udělat totéž. Musíme rány otevřít, vyčistit, namazat hojivým lékem a zavázat, dokud se nezahojí. Jak tyto rány otevřeme? Místo chirurgického skalpelu použijeme pravdy. Před dvěma

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

tisíci lety nám jeden velký Mistr řekl: „Poznáte pravdu, a pravda vás osvobodí. “

Pravda je jako skalpel, protože je bolestivé otevírat rány a odhalovat lži. Naše rány jsou skryté pod fasádou lží, které jsme si sami vytvořili, abychom rány chránili. Své rány můžeme vyléčit jedině tehdy, když se na ně podíváme očima pravdy.

Pravdu musíte říkat především sami sobě. Když si nic nenalháváte, vidíte všechno takové, jaké to je, nikoli takové, jak byste si přáli, aby to bylo. Jako příklad mohu uvést znásilnění.

Řekněme, že jste žena, kterou před deseti lety někdo znásilnil. Je pravda, že jste byla znásilněna. Dnes už to pravda není. Byl to sen, ve kterém vás někdo znásilnil. Vy jste si to ovšem nepřála. Nebylo v tom nic osobního. Prostě se vám to stalo a právě tak se to může stát každé ženě. Ale chcete trpět do konce svého života jen proto, že jste byla znásilněna? Násilnili vás k tomu neodsoudil. Jste sice oběť, ale nemusíte se odsuzovat a zříkat se sexuálních styků, které patří k nejkrásnějším zážitkům v životě. Znásilnění může zničit sexualitu ženy na celý život. Kam se poděla spravedlnost? Vy nejste násilnili, tak proč byste měla trpět za něco, co jste neudělala? Není vaše vi-

LÉČENÍ CITOVÉHO TĚLA

na, že jste byla znásilněna, ale Soudce ve vaší mysli vás může trestat až do konce života.

Tato nespravedlnost může otevřít hlubokou emoční ránu plnou jedu, kterého se můžete zbavovat mnoho let. Ano, byla jste znásilněna, ale to neznamena, že musíte trpět. Záleží to jen na vás.

Chcete-li se vyléčit, musíte si především uvědomit, že nespravedlnost, která zapříčinila vaši ránu, už neexistuje. Možná zjistíte, že to, co vás tak strašně bolelo, vlastně nikdy neexistovalo. Ale i když to byla pravda, neznamená to, že to je pravda dnes. Když si řeknete pravdu, otevřete tím svou ránu a uvidíte tu nespravedlnost z nového hlediska.

Pravda v tomto světě je relativní; neustále se mění, protože žijeme ve světě představ. To, co je pravda dnes, nemusí být pravda zítra. Ale může to být pravda pozítří. Pravda může být jen další lži, kterou lze použít proti vám. Náš systém popírání reality je tak silný, že se stává velmi komplikovaným. Jsou pravdy, v nichž se skrývají lži, a jsou lži, v nichž se skrývají pravdy. Je to podobné, jako když loupete cibuli. Pravdu odhalujete po částech, až nakonec otevřete oči a zjistíte, že všichni kolem vás - včetně vás - pořád lžou.

LÁSKA/ VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Skoro všechno v tomto světě představ je lež. Proto rádím svým žákům, aby se řídili třemi základními pravidly. První pravidlo zní: *Nevěřte mi*. Nevěřte mi a myslete sami za sebe. Věřte jen tomu, co má smysl a co vás činí šťastnými. Věřte tomu, co vás vede k osvícení. Já jsem zodpovědný za to, co říkám, ale nejsem zodpovědný za to, jak to chápete. Každý z nás žijeme v naprosto jiném snu. To, co je pravda pro mě, nemusí být pravda pro vás. Pivní pravidlo je jednoduché: *Nevěřte mi*.

Druhé pravidlo je poněkud obtížnější: *Nevěřte sami sobě*. Nevěřte lžím, které si sami nalháváte - lžím, které jste si sami nevybrali, lžím, které vám byly vštěpovány v dětství. Nevěřte sami sobě, když si říkáte, že nejste dost dobří, že nejste dost silní, že nejste dost inteligentní. Nevěřte, že si nezasloužíte štěstí a lásku. Nevěřte, že nejste krásní. Nevěřte ničemu, co vám přináší bolest a utrpení. Nevěřte svému vlastnímu dramatu. Nevěřte svému vlastnímu Soudci ani své vlastní Oběti. Nevěřte svému vnitřnímu hlasu, který vám říká, že jste hloupí, a který vám radí, byste se zabili. Nevěřte tomu, protože to není pravda. Otevřete své srdce a dobře poslouchejte. Teprve když slyšíte, co vám radí, učiňte rozhodnutí. Ale nevěřte sami sobě, protože osmdesát procent toho, čemu věříte,

LÉČENÍ CITOVÉHO TĚLA

je lež - prostě to není pravda. Druhé pravidlo je obtížné: *Nevěřte sami sobě.*

Třetí pravidlo zní: *Nevěřte nikomu.* Nevěřte druhým lidem, protože stejně pořád lžou. Až se zbavíte emočních ran, až nebudete mít potřebu věřit druhým lidem jen proto, aby vás uznávali, uvidíte všechno jasněji. Uvidíte, co je černé a co je bílé, co existuje a co neexistuje. To, co existuje v tomto okamžiku, nemusí existovat za chvíli. To, co neexistuje teď, může existovat za několik okamžiků. Všechno se mění velice rychle, ale jste-li dostatečně pozorní, změnu si uvědomíte. Nevěřte druhým lidem, protože využívají vaší vlastní hlouposti proti vám. Nevěřte nikomu, kdo tvrdí, že přiletěl z Plejád, aby zachránil tento svět. To je špatná zpráva! Nepotřebujeme, aby někdo zachraňoval svět. Svět nepotřebuje mimozemšťany, aby jej zachraňovali. Svět žije; je to živá bytost a je mnohem inteligentnější, než jsme my všichni dohromady. Budeme-li věřit, že svět potřebuje být zachráněn, brzy někdo přijde a řekne: „K zemi se přibližuje kometa. Musíme opustit naši planetu. Zabijte se. Dostanete se do nebe.“ Nevěřte těmto báhorkám. Svůj sen o nebi si vytváříte vy sami a nikdo jej nemůže vytvořit za vás. Štěstí vám může přinést jen zdravý ro-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

zum. Třetí pravidlo je obtížné, protože máme potřebu věřit druhým. *Nevěřte nikomu.*

Nevěřte mně, nevěřte sobě a nevěřte nikomu. Všechno, co není pravda, se rozplyne jako dým, jakmile torru přestanete věřit. Všechno je takové, jaké to je. Pravdu nemusíte vysvětlovat. Pravdu nemusíte ospravedlňovat. Pravda nepotřebuje ničí podporu. Podporu potřebují vaše lži. Musíte si vymýšlet stále nové lži, abyste potvrdili lži předešlé, které jste si vymyslili. A tak vytváříte ohromnou stavbu lží, která se zhroutí, jakmile si uvědomíte pravdu. Tak to prostě je. Nemusíte si dělat výčitky svědomí jen proto, že lžete.

Většina lží se rozplyne, jakmile jim přestaneme věřit. Lež nepřezíje pohled skeptického rozumu ten přežije pouze pravda. Pravda je pravda, ať tomu věříte nebo ne. Vaše tělo se skládá z atomů. Nemusíte tomu věřit, ale je to tak. Je to pravda, ať tomu věříte nebo ne. Vesmír se skládá z hvězd, to je pravda, věřte tomu nebo ne. Přežije jen to, co je pravda, a to se týká i toho, co si myslíte o sobě.

Už jsem řekl, že když jsme byli malí, neměli jsme možnost vybrat si, čemu věřit a čemu nevěřit. Dnes je to jiné. Jsme dospělí a můžeme se svobodně rozhodnout. Můžeme věřit nebo nevěřit. I když něco není pravda,

LÉČENÍ CITOVÉHO TĚLA

můžeme tomu věřit, protože tomu věřit *chceme*. Každý si může vybrat, jak bude žít. A jste-li k sobě upřímní, uvědomujete si, že jste vždycky svobodní dělat nová rozhodnutí.

Jsme-li ochotni dívat se očima pravdy, můžeme odhalit některé lži a otevřít rány. V našich ranách je nahromaděná spousta jedu.



Jakmile své rány otevřeme, musíme je vyčistit od všeho jedu. Jak se to dělá? Mistr, o němž jsem již mluvil, nám dal před dvěma tisíci lety tuto radu: musíme odpouštět. Chceme-li vyčistit své rány, musíme se naučit odpouštět.

Musíte odpustit všem, kteří vám ubližují, i když vám připadá neodpustitelné, co vám udělali. Neodpouštíte jim proto, že by si to zasloužili, ale proto, abyste netrpěli, kdykoli si vzpomenete na to, co vám udělali. Nezáleží na tom, co vám udělali, odpustíte jim proto, že se nechcete pořád cítit špatně. Odpuštění je pro vaše dobro, neboť vás to uzdraví. Odpustíte druhým, protože máte soucit sami se sebou. Odpuštění je aktem sebelásky.

Uvedu příklad vdané ženy. Řekněme, že jste už deset let vdaná a že jste se pohádala s manželem kvůli něče-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

mu, co vám udělal. Rozejdete se a manžela nenávidíte. Stačí, když slyšíte jeho jméno, a chce se vám zvracet. Váš emoční jed je tak silný, že to už nemůžete snášet. Potřebujete pomoc. Jdete tedy k lékaři a řeknete mu: „Strašně trpím. Jsem plná hněvu, žárlivosti a závisti. To, co mi udělal manžel, je neodpuštělné. Nenávidím ho. ”

Lékař se na vás podívá a řekne vám: „Musíte Uvolnit své emoce; musíte vyjádřit svůj hněv. Měla byste se pořádně rozzuřit. Vezměte si polštář, kousejte do něj, mlaťte do něj a uvolněte svůj hněv. ” Vy to uděláte, a hned se cítíte lépe. Zdá se, že to funguje. Zaplatíte lékaři sto dolarů a řeknete mu: „Moc vám děkuji. Teď se cítím mnohem lépe. ” Odcházíte z ordinace s úsměvem na tváři.

Na ulici vás však čeká nemilé překvapení. Po chodníku proti vám jde muž - váš bývalý manžel. Jakmile ho vidíte, okamžitě se rozzlobíte. Vráťte se tedy k lékaři a zaplatíte dalších sto dolarů za další záchvat vzteku. Uvolnění emocí tímto způsobem je jen dočasným řešením. Může to uvolnit trochu jedu, nějaký čas se můžete cítit lépe, ale vaši ránu to nezahojí.

Vyléčit se můžete jedině tím, že manželovi odpustíte. Musíte mu odpustit jeho nespravedlivé chování. To, že jste někomu odpustila, poznáte podle toho, že už nic ne-

LÉČENÍ CITOVÉHO TĚLA

cítíte, když ho příště potkáte. Když slyšíte jeho jméno, nemáte žádné citové reakce. Můžete-li se dotknout své rány, aniž vás bolí, pak víte, že jste odpustila. Samozřejmě vám zůstane jizva, ale ta už bolet nebude.

Možná si teď myslíte, že je snadné radit vám, abyste odpouštěli. Zkoušeli jste to, ale nejste toho schopni. Všichni máte své důvody, proč nemůžete odpustit. Ale to není pravda. Nemůžete nikomu odpustit, protože jste se naučili neodpouštět, protože jste se to celý život učili, až jste nakonec dosáhli dokonalosti.

Když jsme byli malí, odpouštěli jsme instinktivně. Bylo to pro nás naprosto přirozené a snadné. Odpouštěli jsme téměř okamžitě. Když si děti hrají a jedno dítě uhoď druhého, udeřené dítě utíká k matce a stěžuje si: „On mě uhodil!“ Jeho matka si jde promluvit s matkou druhého dítěte. Začnou se zuřivě hádat, zatímco děti si opět spokojeně hrají, jako by se nic nestalo. Matky se však nenávidí do konce života.

Odpouštět se nemusíme učit, protože jsme se s touto schopností narodili. Ale hádejte, co se stalo? Naučili jsme se neodpouštět. Jakmile nám někdo něco udělá, nenávidíme ho. Je to otázka hrdosti. Proč? Protože když neodpustíme, náš pocit osobní důležitosti roste. Zdá se nám,

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

že náš názor je důležitější, když můžeme říci: „Ať udělá cokoli, stejně mu neodpustím. To, co udělal, je neodpustitelné.“

Skutečným problémem je pýcha. Naše pýcha a hrdost nám připomínají, že nemůžeme odpustit. A hádejte, kdo tím bude trpět. My sami. Budeme trpět vším, co dělají lidé kolem nás, i když to s námi nemá nic společného.

Trpět se učíme také proto, abychom trestali ty, kteří nám ublížili. Chováme se jako malé děti, které se vztekají jen proto, aby zaujaly pozornost druhých. Ubližujeme sami sobě, abychom mohli říci: „Podívej se, co dělám jen kvůli tobě.“ Je to směšné, ale chováme se tak. Ve skutečnosti chceme požádat Boha, aby nám odpustil, ale neřekneme ani slovo, dokud nás nepožádá o odpuštění on. Často ani nevíme, proč jsme se na někoho rozzlobili. Jsme rozzlobení, a když nás druhý požádá o odpuštění, rozpláčeme se a řekneme: „Ne, ty odpusť mně.“

Odhoďte svou hrdost. K ničemu ji nepotřebujete. Zbavte se pocitu vlastní důležitosti a požádejte o odpuštění. odpouštějte druhým a uvidíte, jak se ve vašem životě začnou dít zázraky.

Nejdřív si napište seznam lidí, které byste měli požádat o odpuštění. Pak to udělejte. Pokud nemáte čas, po-

LÉČENÍ CITOVÉHO TĚLA

žádejte je o odpuštění ve svých modlitbách nebo ve svých snech. Pak si napište seznam lidí, kteří vám ublížili, všech lidí, kterým musíte odpustit. Začněte u svých rodičů, bratrů, sester, dětí a přátel. Nezapomeňte ani na svou kočku a psa, ani na vládu a Boha.

Uvědomte si, že to, co vám druzí udělali, nemělo nic společného s vámi. Každý žije ve svém vlastním snu. Slova a činy, které vám ublížily, byly jen reakcí na demony v myslích druhých lidí. Každý žije ve svém vlastním pekle a vy jste jen druhořadou postavou ve snech ostatních. Nikdo nedělá nic kvůli vám. Jakmile si to uvědomíte a přestanete brát chování druhých osobně, budete schopni odpouštět.

Začněte se učit odpouštět. Zpočátku to bude obtížné, ale časem se z toho stane návyk. Učte se odpouštět tak dlouho, dokud nebudete schopni odpustit sami sobě. V určitém bodě si uvědomíte, že musíte odpustit sami sobě za všechny rány, které jste si způsobili ve svém vlastním snu. Když odpustíte sami sobě, vaše sebeláska vzroste. Odpustit sám sobě je ta nevyšší forma odpuštění.

Odpusťte sami sobě všechno, co jste v životě udělali, A jestliže věříte v minulé životy, odpusťte si všechno, co si myslíte, že jste udělali v minulých životech. Karma

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

existuje jen proto, že v ni věříme. Stydíme se za to, o čem si myslíme, že je špatné. Máme výčitky svědomí a věříme, že si zasloužíme být potrestáni, a proto se trestáme. Věříme, že všechno, co vytvoříme, je tak. Špinavé, že to je nutné očistit. A protože tomu věříme, je to pro nás skutečné. Sami si vytváříme svou karmu a musíme za ni platit. Takovou máme moc. Přerušit starou karmu je snadné. Prostě v ní přestaňte věřit, a ona odejde. Nemusíte trpět, nemusíte nic platit; je po všem. Jste-li schopni odpustit sami sobě, vaše karma zmizí. Od toho okamžiku můžete začít znovu. Život začne být snadný, neboť odpuštění je jediný způsob, jak vyčistit emoční rány.



Jakmile vyčistíme své rány, můžeme použít silný lék, který urychlí proces léčení. I tento lék nám nabízí onen velký Mistr: tím lékem je Láska. Láska je lék, který urychluje proces léčení. Bezpodmínečná láska je jediným skutečným lékem. Nikdy neříkejte: „Budu vás milovat, *když...* “ nebo „Budu milovat sám sebe, *když...* “ Žádné *když* neexistuje. Nemusíte nic vysvětlovat. Nemusíte nic ospravedlňovat. Prostě milujte. Milujte sami sebe, milujte svého bližního a milujte své nepřátele. Je to snadné po-

LÉČENÍ CITOVÉHO TĚLA

chopit, ale nikdo nemůže milovat druhé, pokud nemiluje sám sebe. Proto musíme začít sebeláskou.

Je milion způsobů, jak vyjádřit štěstí, ale je jen jediný způsob, jak můžeme být opravdu šťastní. Musíme milovat sami sebe. Jinak to nejde. Nemilujete-li sami sebe, nemůžete být šťastní. To je nemožné. Nemůžete sdílet něco, co nemáte. Nemůžete milovat druhé, pokud nemilujete sami sebe. Můžete mít potřebu milovat, a jestliže znáte někoho, kdo vás potřebuje, říkáte tomu láska. To však není láska. Je to jen sobectví a snaha ovládat druhé. Nic si nenalhávejte; to není láska.

Šťastní můžete být jedině tehdy, když z vás vyzařuje láska. Bezpodmínečná láska k sobě samým. Vzdejte se této lásce. Přestaňte odmítat život. Přestaňte odmítat sami sebe. Zbavte se špatného svědomí a pocitů viny. Smiřte se s tím, čím jste, a přijímejte druhé takové, jací jsou. Všichni máte právo milovat, smát se a být šťastní. A všichni máte právo nebát se přijímat lásku.



Léčení spočívá v pravdě, odpuštění a sebelásce. Až si to lidé uvědomí, celý svět se vyléčí a přestane být jedním velkým blázincem.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Tyto tři klíče k léčení mysli nám dal Ježíš, ale on nebyl jediný, kdo nás učil, jak se léčit. Totéž nás učil Buddha a Krišna. Na celém světě se vyléčilo mnoho lidí. Uvědomili si, že nemoc v naší mysli lze vyléčit pravdou, odpuštěním a sebeláskou. Když si uvědomíme, že naší nemocí je stav naší mysli, najdeme lék. Nemusíme už trpět; můžeme se vyléčit, když si uvědomíme, že naše mysl je nemocná a naše citové tělo zraněné.

Představte si, že by všichni lidé mluvili pravdu, začali každému odpouštět a začali každého milovat. Kdyby se tak chovali všichni lidé, přestali by být sobečtí, přestali by odsuzovat druhé a byli by schopni přijímat a dávat. Lidé by se přestali pomlouvat, a emoční jed by zmizel.

Nyní mluvíme o naprosto jiném Snu. Nevypadá to jako planeta Země. Ježíš tomu říkal „Nebe na Zemi“, Buddha tomu říkal „Nirvána“ a Mojžíš tomu říkal „Zaslíbená země“. Mluvíme o světě, kde všichni mohou žít v lásce, protože tak žít chtějí.

Ať už tomuto snu říkáte jakkoli, je to stále sen. Je stejně skutečný nebo falešný jako sen o pekle. Nyní si však můžete vybrat, v kterém z těchto snů chcete žít. Nyní máte léky, kterými se můžete vyléčit. Jde jen o to, co s těmito léky uděláte.



I2

Bůh ve vašem nitru

Vy jste síla, která si hraje s vaší myslí a používá vaše tělo jako svou oblíbenou hračku. Proto jste na tomto světě: abyste si hráli a bavili se. Všichni máme právo být šťastní, všichni máme právo užívat si života. Nejsme tu proto, abychom trpěli. Chce-li někdo trpět, ať si trpí, ale nikdo trpět nemusí.

Tak proč tedy trpíme? Protože trpí celý svět, a my si myslíme, že utrpení je normální. Vytvořili jsme si náboženský systém, který tuto „pravdu“ potvrzuje. Naše nábo-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

ženství nám říkají, že jsme sem přišli trpět, že život je slzavé údolí. Buďte trpěliví, trpte a po smrti budete odměněni. To zní krásně, že ano?

Chceme trpět, protože jsme se naučili trpět. Trpíme, protože *víme*: Víme, čemu věříme, známe všechny ty lži, a trpíme proto, že je nemůžeme realizovat.

Není pravda, že po smrti půjdeme do pekla nebo do nebe. V pekle nebo v nebi žijete už tady na zemi. Peklo i nebe existují jen ve vaší mysli. Trpíme-li dnes, budeme trpět i po smrti, protože mysl neumírá s mozkem. Náš sen pokračuje, a je-li naším snem peklo, náš mozek umírá, ale my stále sníme ve stejném pekle. Jediný rozdíl mezi spánkem a smrtí je v tom, že ze spánku se probouzíme, protože máme mozek. Když jsme mrtví, nemůžeme se probudit, protože nemáme mozek, ale sen pokračuje.

Nebe nebo peklo je tady a teď. Nemusíte čekat na smrt. Přijmete-li zodpovědnost za svůj život, vaše budoucnost je ve vašich rukou, takže můžete žít v nebi, zatímco vaše tělo žije na zemi.

Většina lidí na této planetě žije v pekle. Není to ani dobré ani špatné a nikdo za to nemůže. Copak můžeme svalovat vinu na své rodiče? To nemůžeme. Ti nás vychovali, jak nejlépe uměli. A totéž dělali jejich rodiče.

BŮH VE VAŠEM NITRU

Máte-li děti, ani vy nevíte, co jiného můžete dělat. Jak můžete obviňovat sami sebe? Uvědomit si realitu neznamená někoho obviňovat nebo mít špatné svědomí za to, co jste udělali. Nikdo nás nemůže obviňovat za duševní nemoc, která je silně infekční.

Už víte, že všechno, co existuje, je dokonalé. I vy jste dokonalí. To je pravda. Jste mistři. Když zvládnete hněv a žárlivost, váš hněv a žárlivost jsou dokonalé. I když máte dramatický život, je to dokonalý a krásný život. Kdo říká, že peklo není krásné? Peklo vás může inspirovat. I peklo je dokonalé, protože nic jiného než dokonalost neexistuje. Jste dokonalí, i když si ze života děláte peklo.

Díky svým vědomostem si myslíme, že dokonalí nejsme. Naše vědomosti nejsou nic než popis Snu. Sen však není skutečný, takže ani vědomost není skutečná. Naše vědomosti jsou pravdivé jen z určitého hlediska. Jakmile změníme hledisko, naše vědomost není pravdivá. Všichni chceme najít sami sebe, ale naše vědomosti nám v tom nepomohou. Všichni chceme žít svým vlastním životem, nikoli životem Parazita - to jest životem, na který nás společnost naprogramovala.

K našemu skutečnému já nás dovede moudrost, nikoli vědomosti. Proto je nutné rozlišovat mezi vědo-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

mostmi a moudrostí.. Cílem vědomostí je komunikace s druhými lidmi. Vědomost je naším jediným nástrojem komunikace, protože jen zřídka kdy komunikujeme srdcem. Nesmíme se však stát otroky svých vědomostí.

Moudrost nemá nic společného s vědomostí; moudrost má hodně společného se svobodou. Jste-li moudří, máte svobodu používat svůj rozum a řídit svůj život. Zdravá mysl je oproštěna od Parazita; je stejně svobodná, jako byla před tím, než byla domestikována. Když vyléčíte svou mysl, když se zbavíte Snu, nejste už nevinní, ale zato jste moudří. V mnoha směrech se stanete opět dětmi, ale máte jednu výhodu: dítě je nevinné, a proto může upadnout do neštěstí. Člověk, který překoná Sen, je moudrý, -takže mu toto nebezpečí již nehrozí.

Vědomost není předpokladem moudrosti; moudrým se může stát každý. Úplně každý. Stanete-li se moudřími, je pro vás život snadný, protože jste tím, čím opravdu jste. Je obtížné snažit se být něčím, čím ve skutečnosti nejste, snažit se přesvědčit sebe a všechny ostatní, že jste něčím jiným. Snažit se být něčím, čím nejste, je zbytečné plýtvání energie. Být tím, čím jste, nevyžaduje žádné úsilí.

Když se stanete moudřími, obejdete se bez všech starých představ, které jste si vytvořili; už nemusíte předstí-

BŮH VE VAŠEM NITRU

rat, že jste něčím jiným. Přijmete sami sebe, a tím pádem všechny ostatní. Nesnažíte se nikoho měnit a nevnučujete nikomu své názory. Vážíte si názorů druhých lidí. Přijímáte své tělo a své lidství se všemi instinkty svého těla. Být zvířetem není špatné. Jsme zvířata, a proto se řídíme svými instinkty. Jsme lidé, a protože jsme tak inteligentní, naučili jsme se potlačovat své instinkty. Neposloucháme hlas svého srdce. Proto se snažíme potlačovat své tělesné potřeby, nebo dokonce popíráme jejich existenci. To není moudré.

Když se stanete moudřími, vážíte si svého těla, vážíte si své mysli a vážíte si své duše. Řídíte se tím, co vám říká vaše srdce, nikoli vaše hlava. Nesabotujete své štěstí ani svou lásku. Nemáte špatné svědomí, neobviňujete sami sebe a neodsuzujete ani druhé. V tom okamžiku prostě zmizí všechny vaše názory, které vám ztěžovaly život a činily vás nešťastnými.

Zbavte se naprosto všech falešných představ, které jste si o sobě vytvořili, a staňte se tím, čím opravdu jste. Když se vzdáte své přirozené povaze, přestanete trpět. Když se vzdáte svému pravému já, vzdáte se Životu a vzdáte se Bohu. Jakmile se vzdáte, nemusíte už bojovat a přestanete trpět.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Jste-li moudří, jste vždycky sami sebou, ať již jste čímkoli. Utrpení není nic než odpor k Bohu. Čím víc odpoujete, tím víc trpíte. Je to velice jednoduché.

Představte si, že se jednoho dne probudíte ze Sna a zjistíte, že jste úplně zdraví. Už nemáte žádné emoční rány a všechno jed zmizel. Představte si, jak se cítíte volní. Jste šťastní už jen proto, že žijete. Proč? Protože zdravý člověk nemá strach vyjádřit lásku. Nebojíte se žít a nebojíte se milovat. Představte si, jak byste žili a jak byste se chovali k druhým lidem, kdybyste se zbavili svých emočních ran a jedu.

Duchovní tradice na celém světě tomu říkají osvícení. Jednoho dne se probudíte bez emočních ran. Když máte zdravé citové tělo, zmizí všechny hranice a vy vnímáte svět takový, jaký je, nikoli takový, jak si jej představujete.

Když otevřete oči a už nemáte své emoční rány, stanete se skeptiky - ne proto, abyste posílili svůj pocit osobní důležitosti, ani proto, abyste se posmívali lidem, kteří ještě věří lžím. Ne, stanete se skeptiky, protože je vám jasné, že Sen není pravdivý. Otevřete oči, probudíte se a všechno je vám jasné.

Když se probudíte, už nikdy nebudete vidět svět jako předtím. Sice stále ještě sníte - protože snění je funkcí

BŮH VE VAŠEM NITRU

vaší myslí - ale teď víte, že všechno je sen. Záleží jen na vás, zda vám sen přinese radost nebo utrpení.

Když se probudíte, máte pocit, jako byste byli na nějaké velké party, kde jsou tisíce lidí a všichni kromě vás jsou opilí. Vy jste jediný střízlivý člověk. To je probuzení, neboť většina lidí vidí svět skrze své emoční rány. Většina lidí si neuvědomuje, že žije v pekelném snu. Neuvědomují si, že žijí ve snu, stejně jako si ryby neuvědomují, že žijí ve vodě.

Když se probudíme a všichni kolem nás jsou opilí, máme s nimi soucit, protože jsme bývali také opilí. Nemáme potřebu nikoho odsuzovat, ani ty, kteří žijí v pekle, protože jsme dříve také žili v pekle.

Když se probudíte, vaše srdce vyjadřuje Ducha, Lásku a Život. Uvědomíte si, že jste Život. Jakmile víte, že jste životní síla, všechno je pro vás možné. Začnou se dít zázraky, protože je dělá vaše srdce. Srdce je v přímém spojení s lidskou duší, takže když srdce hovoří, byť přes protesty hlavy, něco ve vašem nitru se změní; vaše srdce otevře srdce ostatních lidí a opravdová láska je možná.



LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Jeden starý indický příběh vypráví o bohu Brahmovi, který byl úplně sám. Na světě neexistovalo vůbec nic a Brahma se strašně nudil. Rozhodl se, že bude hrát nějakou hru, ale neměl s kým hrát. Proto stvořil krásnou bohyni Máju, aby se měl s kým bavit. Když jí Brahma řekl, proč ji stvořil, Mája odpověděla: „Tak dobře. Zahrajeme si tu nejkrásnější hru, ale budeš muset dělat, co ti řeknu. " Brahma souhlasil a podle Májiných instrukcí stvořil celý vesmír. Stvořil slunce a hvězdy, měsíc a planety. Pak stvořil život na zemi. Stvořil zvířata, oceány, atmosféru, prostě všechno.

Když byl konečně hotov, Mája mu řekla: „Tehle svět iluzí je krásný. Teď chci, abys stvořil zvíře, které bude tak inteligentní, aby dokázalo svět ocenit. " Brahma tedy stvořil člověka, a když byl hotov, zeptal se Máji, kdy začnou hrát tu krásnou hru, kterou mu slíbila.

„Začneme teď hned, " odpověděla Mája. Pak chytila Brahma a rozřezala ho na tisíce malých kousků. Do každého člověka dala jeden kousek a řekla: „Hra začíná! Teď zapomeneš, kdo jsi, a budeš se snažit opět se najít!" Mája stvořila Sen a Brahma se dodnes snaží, vzpomenout si, čím je. Brahma je ve vašem nitru a Mája vám brání vzpomenout se, čím jste..

BŮH VE VAŠEM NITRU

Když se probudíte ze Sna, stanete se opět Brahmou a získáte nazpět své božství. Když vám Brahma ve vašem nitru řekne, že se probudil, ale že neví, co bude se zbytkem jeho těla, uvědomíte si Májin trik a můžete říci ostatním lidem pravdu, aby se také probudili. Dva střízliví lidé na party mají víc zábavy. A tři se baví ještě lépe. Začněte u sebe. Pak začnou střízlivět i ostatní.



Učení Indů, Toltéků, křesťanů, Řeků - učení pocházející ze všech kultur na světě - vycházejí z téže pravdy. Všechna hovoří o tom, že Boha musíte hledat ve svém nitru. Všechna vám radí, abyste otevřeli své srdce a stali se moudrými. Umíte si představit, jaký by byl svět, kdyby všichni lidé otevřeli své srdce a našli v něm lásku? Můžeme to udělat. Každý z nás to může udělat svým způsobem. Proto je váš život uměním. Slovo Tolték znamená „umělec ducha“. Toltékové jsou lidé, kteří se vyjadřují srdcem, lidé, kteří milují bezpodmínečně.

Jste naživu díky boží moci, která je silou Života. Jste životní síla, ale protože myslíte na úrovni racionální mysli, často zapomínáte, čím opravdu jste. Pak někoho potkáte a řeknete si: „Tohle je Bůh. Bůh je zodpovědný za všech-

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

no. Bůh mě zachrání. " Ne. Bůh vám jen přišel říci - přišel říci Bohu ve vašem nitru —, že musíte překonat svůj strach z lásky. Strach z lásky je největší strach, kterým lidé trpí. Proč? Protože se bojíte, že by vám láska mohla zlomit srdce.

Možná se zeptáte: Jsme-li opravdu Bohem nebo Životem, proč to nevíme?" Nevíme to proto, že jsme tak byli naprogramováni. Celý život nás učili, že jsme lidé a máme lidská omezení. Proto náš strach omezuje naše možnosti. Všichni jste tím, čím si myslíte, že jste. Lidé jsou mocní kouzelníci. Věříte-li, že jste tím, čím jste, pak tím také jste. Tak je to proto, že jste Život, Bůh, Záměr. Máte moc udělat ze sebe to, čím jste. Záleží však na tom, čemu věříte, nikoli na tom, co vám říká vaše racionální mysl.

Nejdůležitější je víra. To, čemu věříme, ovládá naši existenci a řídí náš život. Názorový systém, který si vytváříme, je jako malá krabice, do které se zavíráme. A nemůžeme uniknout, protože věříme, že uniknout není možné. Taková je naše situace. Lidé si vytvářejí svá vlastní omezení. Říkáme, co je v lidských možnostech a co ne. A protože tomu věříme, stává se to pravdou.

Staří Toltékové předpověděli příchod nového světa, nového lidstva, které bude přijímat zodpovědnost za svůj

BŮH VE VAŠEM NITRU

život. Přichází čas, kdy se stanete svými vlastními učiteli. Nepotřebujete, aby vám druzí říkali, co je vůle boží. Každý člověk hovoří přímo k Bohu. Hledali jste Boha a našli jste ho ve svém nitru. Bůh už není ve vnějším světě.

Když víte, že životní síla je ve vašem nitru, přijmete své božství, ale přesto jste pokorní, protože vidíte totéž božství v každém člověku. Víte, jak je snadné rozumět Bohu, protože všechno je projevem Boha. Vaše tělo umře, vaše mysl umře, ale vy neumřete. Jste nesmrtelní. Existujete v miliardách různých podob, protože jste Život, a ten nemůže nikdy umřít. Jste ve stromech a motýlech, v rybách a ve vzduchu, v měsíci a slunci. Kamkoli jdete, tam jste, tam na sebe čekáte.

Vaše tělo je živý chrám, v němž žije Bůh. Vaše mysl je živá svatyně, v níž žije Bůh. Bůh žije ve vašem nitru jako Život. Důkazem toho, že ve vás žije Bůh, je skutečnost, že žijete. Důkazem je váš Život. Ve vaší mysli je emoční jed, ale je tam také Bůh.

Proto, abyste se dostali k Bohu a dosáhli osvětlení, nemusíte dělat nic. Nikdo vás nemůže dovést k Bohu. Kdokoli vám řekne, že vás dovede k Bohu, je lhář, neboť vy už u Boha jste. Existuje jen jediná živá bytost a přestože se tomu můžete bránit, vždycky jste s Bohem.

LÁSKA, VZTAHY A PŘÁTELSTVÍ

Jediné, co vám zbývá, je užívat si života a léčit své emoční tělo, abyste mohli otevřeně sdílet všechnu lásku, kterou v sobě máte.

Celý svět vás může milovat, ale to neznamená, že budete šťastní. Šťastnými vás může učinit jen láska, která vychází z vás. Jedině na této lásce záleží. Vaše láska k druhým je vaše polovina; druhou polovinou je strom nebo pes nebo mrak. Vy jste jedna polovina a druhá polovina je to, co vnímáte. Jste polovina a váš sen je druhá.

Vždycky máte dost svobody, abyste mohli milovat. Chcete-li s někým žít a on s tím souhlasí, je to. úžasný dar! Máte-li krásný vztah, milujete sami sebe tolik, že nepotřebujete jeden druhého. Žijete spolu a vytváříte krásu. Nakonec vytvoříte nebeský sen.

Překonali jste strach a sebeodmítání a teď se vracíte k sebelásce. Vaše sebeláska vám dává takovou sílu, že změníte strach v lásku a utrpení ve štěstí. Pak rozdáváte lásku a rozdáváte světlo, jako to dělá slunce, a neklade si žádné podmínky. Když milujete bezpodmínečně, vaše lidská a boží podstata splyne s duchem Života, jenž proudí vaším tělem. Váš život se stane projevem krásy Ducha. Život je sen, a jestliže vytváříte svůj život s láskou, váš sen se stane uměleckým dílem.



Modlitby

Na chvíli zavřete oči, otevřete srdce a vnímejte všechnu lásku, která vám vychází ze srdce.

Nyní se pomodlíme, abychom si uvědomili spojení se svým Stvořitelem.

Soustřeďte svou pozornost na své plíce, jako by to byl jediný orgán ve vašem těle. Vnímejte, jak se plíce rozšiřují, aby uspokojily potřebu vašeho těla: potřebu dýchat.

Zhluboka se nadechujte a vnímejte, jak vám vzduch naplňuje plíce. Uvědomujte si, že vzduch tvoří láska.

MODLITBY •

Všimněte si spojení mezi vzduchem a plícemi; je to spojení lásky. Nadechněte se tak dlouho, dokud vaše tělo nemá potřebu vydechnout. Pak pomalu vydechujte a opět vnímejte tu rozkoš. Uspokojování tělesných potřeb nám dělá radost. Dýchání nám dává rozkoš. Už samotné dýchání stačí, abychom byli šťastní, abychom měli radost ze života. Být naživu stačí. Vnímejte radostný pocit života, radostný pocit lásky...

MODLITBA ZA VĚDOMÍ

Stvořiteli vesmíru, otevři naše srdce a otevři naše oči, abychom se mohli radovat z božího světa a abychom s tebou mohli žít ve věčné lásce. Pomáhej nám vidět tě ve všem, co vnímáme svými očima, svými ušima, svým srdcem a všemi ostatními smysly. Dovol nám vnímat očima lásky, abychom tě viděli ve všem, co jsi stvořil. Dovol nám vidět tě v každé buňce našeho těla, v každé emoci naší mysli, v každém snu, v každé květině a v každém člověku, kterého potkáme. Nemůžeš se před námi ukrýt, protože jsi všude a my jsme součástí tvého těla. Dovol nám uvědomit si tuto pravdu.

MODLITBY

Dovol nám uvědomit si naši moc vytvořit nebe na zemi, kde je všechno možné. Pomáhej nám používat naši představivost tak, aby řídila sen našeho života, kouzlo našeho tvoření, abychom mohli žít beze strachu, bez hněvu, bez žárlivosti a bez závisti. Dej nám světlo, abychom dnes konečně našli lásku a štěstí. Udělej něco neobvyčejného, co navždy změní náš život. Kéž je všechno, co děláme a říkáme, projevem krásy v našem srdci.

Pomáhej nám chovat se tak, jako se chováš ty, milovat, jako miluješ ty, sdílet, jako sdílíš ty, a vytvářet stejně krásné věci, jako vytváříš ty. Pomáhej nám posilovat moc naší lásky, abychom mohli vytvořit vrcholné umělecké dílo - svůj vlastní život. Stvořiteli, děkujeme ti za to, že jsi nám dal Život. Amen.

MODLITBA ZA SEBELÁSKU

Stvořiteli vesmíru, pomáhej nám přijímat sami sebe takové, jací jsme. Pomáhej nám přijímat naši vlastní mysl takovou, jaká je, se všem našimi emocemi, našimi sny a nadějemi. Pomáhej nám přijímat naše tělo takové, jaké je, se vší jeho krásou a dokonalostí. Kéž je naše sebelás-

MODLITBY

ka tak silná, že již nikdy nebudeme odmítat sami sebe a nebudeme sabotovat své štěstí, svobodu a lásku.

Kéž jsou na lásce založeny všechny naše akce a reakce, všechny naše myšlenky a všechny naše emoce. Stvořiteli, pomáhej nám posilovat naši sebelásku, abychom mohli změnit strach a drama svého života v lásku a radost. Kéž je naše sebeláska tak silná, aby nám pomohla zbavit se všech lží, které nám říkají, že nejsme dost dobří, dost silní a dost inteligentní. Kéž je naše sebeláska tak silná, že už nikdy nebudeme mít potřebu žít podle názorů druhých lidí. Kéž věříme sami sobě, abychom byli schopni činit rozhodnutí, která činit musíme. Budeme-li milovat sami sebe, nebudeme se vyhýbat žádné zodpovědnosti a budeme schopni vyřešit všechny problémy. Kéž děláme všechno s pomocí sebelásky.

Pomáhej nám milovat sami sebe, abychom už nikdy sami sobě neškodili. Všichni můžeme být sami sebou a nemusíme předstírat, že jsme něčím jiným jen proto, aby nás druzí lidé přijímali. Už nepotřebujeme, aby nám druzí říkali, jak jsme dobří, protože víme, čím jsme. Kéž se radujeme z toho, co vidíme, když se díváme do zrcadla. Kéž máme na tváři velký úsměv, který zvyšuje naši vnitřní i vnější krásu. Pomáhej nám cítit tak intenzivní

MODLITBY

sebelásku, abychom měli radost ze své vlastní přítomnosti.

Pomáhej nám milovat se bez odsuzování, neboť když se odsuzujeme, trpíme pocitem viny, máme potřebu trestat a neuvědomujeme si tvou lásku. Posiluj naši vůli, abychom byli schopni odpouštět sami sobě. Očisti naši mysl od emočního jedu, abychom mohli žít v dokonalém míru a lásce.

Kéž je naše sebeláska silou, která změní náš život. Kéž naše sebeláska změní všechny naše vztahy počínaje vztahem, který máme sami k sobě. Osvoboď nás od všech konfliktů s druhými. Kéž jsme šťastní a odpouštíme svým bližním všechny křivdy, které cítíme ve své mysli. Pomáhej nám milovat se tak, abychom byli schopni odpustit každému, kdo nám v životě ublížil.

Dej nám odvahu milovat své příbuzné a přátele bezpodmínečně. Pomáhej nám vytvářet nové komunikační kanály v našich vztazích, abychom neměli potřebu ovládat jeden druhého. Pomáhej nám spolupracovat jako jeden tým.

Kéž jsou naše vztahy s příbuznými a přáteli založeny na vzájemné úctě a radosti, abychom se zbavili potřeby říkat jim, jak se mají chovat a co si mají myslet. Kéž jsou

MODLITBY

naše romantické vztahy těmi nejkrásnějšími vztahy; kéž máme radost, kdykoli jsme s partnerem. Pomáhej nám přijímat druhé lidi takové, jací jsou, aniž je posuzujeme, neboť když je odmítáme, odmítáme sami sebe. Když odmítáme sebe, odmítáme tebe. -

Dnes je nový začátek. Pomoz nám začít nový život, posiluj naši sebelásku. Pomáhej nám užívat si života, radovat se z našich vztahů a nebát se milovat. Otevři naše srdce lásce, na kterou máme všichni právo. Pomoz nám stát se Mistry vděčnosti, štědrosti a lásky, abychom se mohli radovat ze všeho, co jsi stvořil. Amen.

O AUTOROVI

DON MIGUEL RUIZ JE MISTR TRADIČNÍHO TOLTÉCKÉHO UČENÍ. Pořádá semináře, přednášky a exkurze do Teotihuacanu v Mexiku. V tomto starobylém městě pyramid, jež Toltékové znali jako místo, kde se „člověk stává bohem“, Don Miguel vyučuje metodou stalých proroků, která pomáhá hledačům pravdy dosahovat postupně stále vyšších úrovní vědomí.

Máte-li zájem o podrobnější informace, pište na adresu:

SIXTH SUN
Journeys of the Spirit
P. O. Box 1846
Carlsbad, CA 92018-1846
1-800-294-3203.

Navštivte naši stránku na internetu:

<http://www.miguelruiz.com>