



# 1. ČÁST

## ZÁŠADNÍ POSUN

*„Realita je pouhá iluze, i když hodně vytrvalá.“*

Albert Einstein



# 1

## PROMĚNA ROZHOVOREM

*„Máme tu nejúžasnější práci na světě. Nacházíme lidi v různých fázích spánku, můžeme jim poklepat na rameno a být s nimi, když se probudí a poprvé spatří život v jeho plné kráse.“*

*Syd Banks*

Představte si, že byste byli koučem a přišel za vámi mladík, tak kolem třicítky, a řekl vám, že se rozhodl převzít rodinné tesařství. Chce po vás, abyste mu poradili s inovativními marketingovými strategiemi, správným výběrem zaměstnanců a využitím moderních technologií, které by mu pomohly firmu „dostat do nového tisíciletí“.

Při vašich společných rozhovorech si ale uvědomíte, že vám na něm něco nesedí. Má ty správné nápady, říká ty správné věci a chce je také dělat, ale prostě tu něco není v pořádku. Řídíte se svojí intuicí, znovu si projdete jeho registrační formulář a ke svému překvapení zjistíte, že pochází z malého izraelského městečka Nazaret a jeho jméno je Ježíš.

Otázka tedy zní:

**Chcete s ním skutečně dál pracovat na tom, jak z něj udělat co nejúspěšnějšího tesaře?**

Co když má v sobě každý muž, žena i dítě semínko toho, kým mají skutečně být?

Co když ho v sobě máte i vy sami?

## DO HLOUBKY

Když mě lidé žádají, abych jim o proměně rozhovorem řekl víc, obvykle ji vysvětluji takto.

*„Tento rozhovor je společným zamyslením nad podstatou lidského prožívání.“*

Pokud se zabýváme „podstatou“ něčeho, zkusíme přijít na to, jaké to je ve skutečnosti, ne jak se to jeví nám. Jednodušeji řečeno, snažíme se to vidět v pravém světle, přičemž si uvědomujeme, že tuto pravdu můžeme sami ovlivnit svými pokusy popsat ji slovy. Čím hlouběji se zadíváme směrem ku pravdě podstaty lidství, tím více toho spatříme.

Zdá se, že všichni lidé mají vrozenou touhu poznat sami sebe na hlubší a hlubší úrovni. Pro mnohé z nás tato cesta začíná zkoumáním naší vlastní psychiky. Tento druh sebeanalýzy nám může odhalit ne-sktečné množství dat a poznatků. Zjistíme, zda jsme introverti, nebo extroverti, zda je naše sebeúcta na vysoké, či nízké úrovni, a přijdeme na to, jestli jsme k sobě méně, či více upřímní, než jsme doufali či se obávali.

Sebeuvědomění se může ovšem rychle změnit v pochyby o sobě samotných, protože každý nový poznatek může být spojen nejen s posuzováním, ale také odsuzováním. Můžeme se začít snažit napravovat svoje „chyby“ a pracovat na svých „přednostech“. Než se nadějeme, jsme lapeni v pasti boje proti své vlastní psychice a trávíme nesčetné hodiny úsilím stát se „tím, kým si myslíme, že bychom měli být“.

Pro srovnání, když odhlédneme od vlastních osobních prohřešků a chyb a zamyslíme se nad povahou lidské existence a prožívání, objevíme jednu nanejvýš zajímavou věc – většina toho, o čem jsme se

domnívali, že je s námi „v nepořádku“, je jednoduše přirozenou součástí lidství.

Všichni máme občas svoje nálady. Všichni jsme už někdy udělali něco, co jsme v tu chvíli považovali za skvělý nápad, ale později toho litovali. Všichni jsme se už pustili do něčeho, co nám přineslo skvělé úspěchy i zdrcující selhání, ale poměr úspěchů a neúspěchů je tady vždy dán spíše tím, do čeho se rozhodneme investovat své úsilí, než naší osobní vynalézavostí nebo nějakým nedostatkem potenciálu.

Když si přestaneme klást otázku „Co definuje mne?“ a začneme se místo toho ptát „Co definuje lidi obecně?“, zjistíme toho spoustu o našem neuvěřitelném potenciálu pro kreativitu, odolnost a naději. Lidé jsou skutečně úžasní – což je fakt, který je mnohem očividnější, pokud se na ně nedíváme z kritického úhlu pohledu, při kterém bychom srovnávali nějaké „my“ a „oni“.

Podstatu *lidství* tvoří to, co platí pro všechny lidi společně. Takže když s lidmi mluvím, začínáme tím, že si promluvíme o některém z aspektů jejich života – penězích, kariéře, výkonnosti, vztazích atd. Tato konverzace se pak přirozeně sama změní na rozhovor o podstatě života obecně. Výsledkem tohoto rozhovoru je zásadní proměna jejich života.

Vím, že to zní jako troufalé tvrzení a nesplnitelný slib, ale byl jsem už tolikrát svědkem právě takovéto proměny, že už se to nezdráhám vyslovit. Když lidé pochopí tuto základní podstatu povahy své existence, jejich vztah k této existenci se posune. Výsledkem tohoto posunu jsou pak samovolné změny v životě těchto lidí, které nevyžadují žádné vlastní úsilí.

## PRVKY PROMĚNY

V každém rozhovoru, který vede ke skutečné proměně, jsou přítomny dva základní prvky. Tím prvním je něco, co by se dalo nazvat „hlubší

pocity“. Snaha o popsání toho, co přesně to je, byla prokletím i inspirací pro každého duchovního učitele v dějinách lidstva. Je to jako snažit se popsat západ slunce slepému. Můžete celou scénu popsat do toho nejmenšího detailu, ale stejně to bude na hony vzdálené působivosti jediného pohledu. Pro svět hlubších pocitů, který se v nás ukrývá, jsem slyšel už používat řadu výrazů: „neposkrvrněná mysl“, „nirvána“, „vrozené duševní zdraví“, „vrozená duševní pohoda“. Já tomu říkám „místo, kde se dějí zázraky“. Zjistil jsem také, že podobně jako spousta jiných důležitých věcí, které v životě skutečně stojí za to, i toto vám proklouzne mezi prsty, jakmile se to pokusíte uchopit.

Nikam to nezmizí, ale když se nám začnou roztáčet kolečka myslí na plné obrátky, často se nám zdá, že jsou naše myšlenky mnohem důležitější a skutečnější než něco tak „banálního“, jako jsou nějaké „hlubší pocity“. Toto dříve platilo i v mém vlastním životě, a to dokonce do té míry, že jsem občas připisoval veškeré momenty spojení s tímto světem hlubších pocitů jen pouhé představivosti nebo sebeklamu. Pokud se ale na všechno zpětně podívám z jiného úhlu, zjistím, že ve skutečnosti bylo všechno úplně naopak. Tou iluzí tady byly moje myšlenky, které vytvářely falešný obraz reality všude kolem mne, zatímco pravda byla vždy hluboko uvnitř.

V průběhu našeho rozhovoru společně zpomalíme natolik, abychom si mohli začít všimnout tohoto světa hlubších pocitů, do kterého pak budeme mít vždy dveře dokořán. Stane se naším průvodcem, bude nás hrát v chladu nepříznivých okolností, rozdmýchávat plamen naší vlastní inspirace a ukazovat nám směr tím, že poznáme jeho blízkost, když bude naše cesta správná, a všimneme si, že se nám vzdaluje, pokud z ní sejdem.

Druhou věcí, kterou mají podle všeho společnou všechny rozhovory vedoucí k zásadní proměně, je, že namísto rozebírání detai-

lů našich životů ve snaze dobrat se nějakého smyslu naší existence a prožitků nás směřují dovnitř, směrem ke zdroji a podstatě tohoto prožívání.

Nedávno jsem například vedl takový rozhovor s jednou klientkou, která procházela obtížným rozvodem. Když jsem se jí zeptal, jak se věci mají, odpověděla, že kromě průtahů u soudu se někdy cítí špatně a jindy překvapivě dobře.

Zeptal jsem se jí, proč podle ní její pocity tak často kolísají, zatímco její životní situace se mění jen zvolna.

To nás zavedlo na krásnou společnou cestu zamyšlení nad tím, jak se prožívání vždy řídí našimi momentálními myšlenkami, bez ohledu na to, co se kolem nás děje. Pak se odmlčela, a jak tomu bývá téměř v každém případě, došlo jí něco velmi hlubokého, co jí přineslo novou sílu a pohled na svět. Začala popisovat všechny ty krásné věci, které stále má ve svém životě a za které je vděčná, včetně vztahu se svými dětmi a svojí relativní pohody při tom, čím prochází.

Díky tomu, že pochopila, že prožívání přichází zevnitř, obávala se mnohem méně toho, co ji může potkat dále. Tím získala nové zdroje mentální energie a pohled na svět, který ve svém životě potřebujeme všichni.

Sejde zase někdy z té správné cesty? Budou ji zase trápit „špatné dny“? Samozřejmě. Ale pokaždé pro ni bude snadnější rozpoznat, že to všechno je výsledek nejistých myšlenek, a jakmile se jich zbaví, bude schopná udělat, co bude nutné nebo možné udělat, a její život opět dostane jasný směr.

Právě v tom spočívá dar hlubšího pochopení – umožňuje nám osvobodit se od neustálých snah o to, abychom svůj život měli pod kontrolou, nikdy se nám nepříhodilo nic zlého nebo se nikdy necítili špatně. S touto svobodou získáme tolik energie a lehkosti, že jsme

schopni opět nalézt spojení se světem svých hlubších pocitů. Život nám pak znova připadá jako dar, kterým ve skutečnosti je.

## TANEC MEZI MATERIÁLNÍM A SPIRITUÁLNÍM SVĚTEM

Na pohřbu fyzika Davida Bohma nahlas přečetli jednu jeho oblíbenou pasáž z jeho díla:

*Svět konečna je tvořen vším, co můžeme vidět, slyšet, uchopit, zapamatovat si nebo popsat. Tento svět je vše, co je evidentní či hmatatelné.*

*Základní vlastností nekonečna je naproti tomu jeho nepostižitelnost, nehmataelnost. Tato vlastnost je vyjádřena slovem duchovno, jehož základem je slovo duch, které naznačuje neviditelnou, ale všudypřítomnou energii, na niž hmotný svět konečna reaguje.*

*Tato energie, duch, prostupuje všechny živé věci a bez ní by se každý organismus rozpadl na své jednotlivé prvky. To, co dává živým systémům život, je právě tato energie ducha, která se nikdy nerodí ani neumírá.*

Jinými slovy, žijeme ve světě ducha (nekonečna), který se projevuje ve světě hmoty (konečna). To znamená, že všechny konkrétní věci se skládají z ducha, ale duch se neskládá z žádné konkrétní věci.

Podobně je i rozhovor vedoucí k proměně ve své podstatě jak psychologický, tak spirituální, tedy duchovní. Koneckonců, pokud se zadíváme hlouběji do podstaty toho, co to znamená být naživu, uvědomovat si svou existenci a být kreativní, musíme se zamyslet jak nad tím, jak funguje lidská mysl, tak nad širším kontextem, v jehož rámci fungujeme jako lidské bytosti.