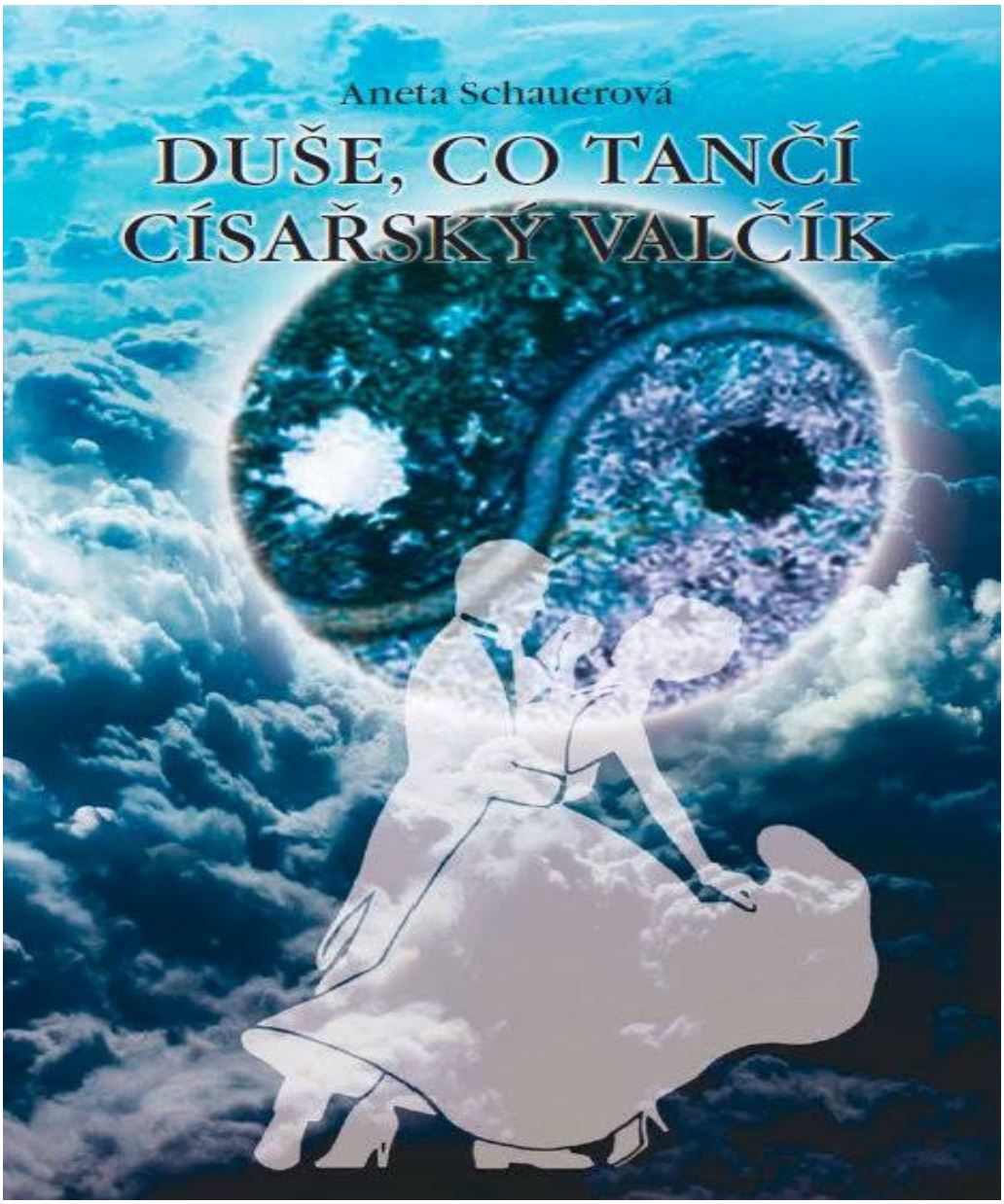
Duše, co tančí císařský valčík

Aneta Schauerová



Duše, co tančí císařský valčík

Vydavatel: Jan Šuba-Makniha.cz

rok vydání: 2014

©Jan Šuba-Makniha.cz

©Všechna práva vyhrazena !

ISBN 978-80-88080-33-6 (pdf)

ISBN 978-80-88080-34-3 (ePub)

ISBN 978-80-88080-35-0 (MOBI)

Zrcadlo

Zrcadlo; jedině ono nás dokáže probudit a navrátit ke své podstatě, ke svému vyššímu Já. Zrcadlení je všude kolem nás — v našich přátelích, rodině, v partnerovi, ale i v cizích lidech, které potkáváme v autobuse. Vnímat ho a umět v něm číst je důvod, proč jsme tady. Jedině díky zrcadlu nalezneme smysl našeho života. Prozradí nám, jací opravdu jsme, a tak nám usnadní žití. Pokud si totiž uvědomíme, že vše špatné i dobré, co se děje kolem nás, se děje právě PRO NÁS, přinese nám to jasnější a smysluplnější pohled na život.

VĚNOVÁNO

Těm, kteří chtějí naleznout smysluplnou cestu svým životem.

PODĚKOVÁNÍ

Všem, kteří se mnou měli spor, a já díky němu mohla poznat sama sebe.

Veliké díky patří:

Těm, kteří mě podporovali před i po opravdovém „opětnalezení“ mé osoby – **přítel** – má láska, **rodina** – velké díky Tobě, mami, **přátelé**.

Dále děkuji:

Lence Mohammadi, která mě díky čtení textů na jejích webových stránkách a později i osobnímu poznání, přivedla na správnou cestu.

Autoři, kteří mě ovlivnili: Louse L. Hay, Wayne Dyer, Eckhart Tolle, Šrí Šrímad A. Č. Bhaktivédanta Swami Prabhupáda, docent Miloslav Král, Ernestýna Velechovská a v neposlední řadě mnoho historických myslitelů, jejichž citáty mě dovedly k základnímu zamyšlení.

„Znát jiné je moudrost, znát sám sebe je ještě větší moudrost.“

Lao-c'

Předmluva autora

Jistě se každému z vás někdy stalo, že zažil okamžik, který se mu jevil jako docela známý. Tedy moment, který jakoby už někdy v minulosti poznal. Nebo jste možná prožili situaci, kdy jste si něco ve své hlavě představovali, a pak se tyto představy skutečně vyplnily. Já například pociťovala těchto prapodivností, zejména tedy ve svém dětství, spousty. Často se mi stávalo, že jsem se zadívala do určitého místa, v podvědomí se mi poskládaly střípky známých událostí do již prožitého děje, ale teprve během pár sekund se tato situace stala i doopravdy.

Pamatuji si, že jsem z toho všeho měla docela zvláštní až nedůvěřivý pocit, avšak vždy jsem se snažila to nějakým způsobem ignorovat a potlačovat to v sobě. Navíc jsem byla přesvědčená, že to tak mají kolem mě všichni a jedná se tedy o nějakou běžnou chybu v myšlení.

Postupně se mi tyto přeludy téměř vytratily, neboť jsem se začala daleko více soustředit místo na sebe na své přátele, rodinu a školu. Naprosto jsem přestala vnímat své já. Nejpodstatnější pro mne bylo užívat si zábavy a pozorovat to, co si o mne myslí moji nejbližší - rodina a známí.

Mé ego rostlo, ba přímo bujelo. Občas mně nějaká nenadálá nepříjemná maličkost zabrzdila, ale pak jsem se o to více mohla nastartovat na další

skoky do neznáma v oblasti práce, školy, lásky, ale i zábavy. A to vše jen proto, abych se pomalu mohla ztrácet.

Na chvilku mé Já zmizelo nebo se jen schovalo a já díky tomu mohla zažít něco ambiciózního, co mělo jen jediný, ale za to opravdu velký zájem na tom sledovat, kolik lidí se směje jeho vtipům.

Odpouštím si za to, jak jsem byla slepá. Je to směšné, když se teď nad tím vším zamyslím.

Tato kniha však není a nebude v žádném případě o mně. Píši ji hlavně proto, že jsem velmi VDĚČNÁ. Vděčná za to, že mi bylo dáno pochopit, že konzumní rychlý způsob žití je BEZESMYSLU.

A protože mi byla dána možnost pochopit, že láska k sobě a potažmo k druhým je to nejdůležitější na světě (ačkoliv jsem se v minulosti vždy spíše sortovala do kolonky „racionální typ“). Cítím, že aktuálně mým posláním je napsat Vám o jisté duchovní cestě, která dokáže změnit Váš způsob užívání si života.

Při hektickém ambiciózním a vtíravém stylu žití stačí jen jedno jediné zaváhání, nesplnění toho, co jsem si vytyčil a hned padám, nejsem nic. Zkouším se ze všeho dostávat a ještě víc se přesvědčuji o tom, že ten druhý, který mě do toho všeho přivedl, je vlastně hlupák a mé ego znovu pučí, raduje se a říká: „Jsem nejlepší, nejhezčí, nechytřejší… kdo je víc?“

Ne, to není opravdu TA pravá čistá radost, která by nás přirozeně uměla naplňovat. Teď to mohu s jistotou porovnat a sdělit, jelikož jsem zažila veliké štěstí a procházím jistou duševní proměnou — sebepoznáním.

Je jisté, že pokud k tomuto pocitu jen malinko načichnete, jste osvobozeni! Ráda bych, abyste - vy čtenáři, přátelé moji (ať jste jeden nebo vás je více) - pocítili také velkou životní radost, a tak si vytvořili život klidnější, hezčí, radostnější a hlavně láskyplnější.

Troufám si říct, že LÁSKA je důležitější než zdraví.

Troufám, troufám, troufám.

Na konci této knihy už budete vědět proč.

„Opravdová láska činí člověka odvážným."

Lao-c'

Úvod

Dnešní hektický svět se projevuje prožíváním života ve stresu. Lidé se neustále za něčím ženou a žijí v obavách. Nikdo z nás si ani neuvědomuje, že z pohledu vesmíru jsou naše životy trvající šedesát a více let pouhými záblesky. Vesmír tedy vnímá miliardy záblesků. A my si zatím života neumíme doopravdy vážit.

Normální člověk, který má smysl pro zodpovědnost, se nechá lehko semlít tzv. termínováním svého života. Neustále se něčím limituje, lidé ho limitují a on v tom nevidí neštěstí. Ba naopak v tom všem shledává smysl žití a také chuť se něčím neustále zabývat.

Nadřízený řekne: „Projekt musí být dokončen v to a to datum.“ Proč to musí být dokončeno právě v to a to datum? Proč to prostě nemůže být hotové, teprve potom, až to kompletně s uvážením dopracujeme? Ne, vedoucí si vždycky najde nějaký rozumný argument a my mu ho věříme. Musíme mu jej věřit, jinak přijdeme o práci. Takto žijeme v uspěchaných zaměstnáních, takto vzniká stres a také tlaky na rozhodování. Možná proto je častá fluktuace zaměstnanců na vysokých pozicích. Manažer zadá termín projektu a nováček jej nezvládne. Ne proto, že by byl snad neschopným, ale je těžké udělat ve spěchu důležité rozhodnutí nebo odevzdat vypracovaný návrh projektu.

Nebýt součástí tohoto uspěchaného světa není vůbec jednoduché. Téměř každý si tvoří nějaké úkoly a žádá něco po druhých, všude tak vznikají omezení a neklidný způsob života. Je třeba si říci:

„Nechci být součástí tohoto šílenství."

„Ano, udělám to tak, jak nejlépe dovedu a umím, ale nebudu přeci žít po zbytek života ve stresu."

„Ano, pane nadřízený, jdu se tomu věnovat teď hned a pokusím se zjistit, zda to dělám dobře."

Nedívejme se na budoucí ovoce, které může naše nynější práce přinést. Věnujme se práci dostatečně právě teď, v současnosti. A věřte, že ovoce uzraje a položí se přímo do našeho klína.

Základem je omezit zbytečné aktivity, ale nejpodstatnější je omezit aktivity naší mysli. Odtud totiž pochází celý náš hektický život. Naše myšlení je poté automaticky projektováno do našeho vnějšího života.

Hyperaktivní mysl produkuje hyperaktivní život.

Klidná mysl produkuje klidný život.

Každá myšlenka, kterou si naše mysl vytvoří, většinou vytvoří i tu činnost, o které jsme přemýšleli. Všechno, co vyprodukuje naše mysl, chce produkovat i naše tělo. Je to automatický proces, který má většina lidí.

Problém hektického a nespokojeného žití není tedy v našem okolí a tlacích kolem naší osoby, nýbrž v našem vnitřním světě, v našem způsobu myšlení, tedy v nás.

Je důležité umět rozpoznat, které věci jsou zbytečné.

Dokonce i lidé ve vysokých pozicích dělají zbytečné věci. Myslí se tím věci přebytečné a nepotřebné. Hyperaktivní lidé potřebují neustále něco dělat. Ráno vstanou, pospíchají do práce, mají neustále pocit, že vstávají pozdě. Tyto typy lidí, i kdyby vstali ve 3 ráno, nestíhají. V práci se chovají zrovna tak. Potom přijdou domů, kde si myslí, že si odpočinou. Místo toho vezmou do ruky mobil, na kterém hrají hry, něco čtou a hledají. Někteří zase zapnou televizi anebo si zahrají počítačovou hru. Odůvodňují to tím, že tímto způsobem vlastně relaxují, ale to je jen způsob, jak opět svoji mysl zaměstnat. A když zaměstnáme mysl, nemáme čas na sebe, nevnímáme se a žijeme automatizovaně.

Toto celé však, milí pragmatici, samozřejmě neznamená na vše se vykašlat a přestat si zařizovat věci nutné pro život a rodinu. Avšak jedná se pouze o to uznat své bytí. Být opravdu sami sebou, vnímat ticho a pozorovat. Ne

pozorovat ve smyslu strachem ovládanou interakci typu: „Co je ti?“ „Kdy se vrátíš?“ Ale je tím myšlena činnost, kdy se prostě jen díváme a je nám dobře.

Lidé žijící takto konzumním životem brzy zjistí, že jim je padesát, jejich děti jsou už dospělé a chystají se z domu. Najednou hledají smysl toho všeho. „Tak a teď jsme samy.“

„Co bude s naším domem?“

„Kam s těmi penězi, za kterými jsme se hnali a šetřili je na horší časy?“

Vyvstává spousta dalších obávaných otázek.

Ruku na srdce, je toto život člověka, který je vděčný za život? Je toto život člověka, který by si mohl říci: „Žil jsem spokojeně?“

Pokud souhlasíte, že není — pojďme pracovat na sobě právě teď, nikdy není pozdě. Zůstat věčným dítětem je dar a většina lidí jej bohužel ztrácí při nástupu do základní školy, tedy při prvním omezování a nátlaku, jak ze strany učitelů, tak ze strany rodičů.

Vytvořte si prostor. Vnímejte a oddávejte se svému bytí, bytí teď. Protože teď jsme a jen náš připravený osud nám řekne, kdy naše tělo odejde.

Neovládejme naše žití uměle, vše se nám vrátí, podle toho, s jakým záměrem věci děláme. O tom všem je tato kniha.

K tomuto úvodníku může pasovat citát Tändzina Gjamcchoa, současného Dalajlámy, který na otázku, co ho na lidstvu nejvíce překvapuje, odpověděl:

„Lidé. Protože obětují zdraví, aby vydělali peníze, potom obětují peníze, aby znovu získali zdraví a pak se tak znepokojují budoucností, že si neužívají přítomnost a tak nežijí ani v přítomnosti ani v budoucnosti. A žijí tak, jako by nikdy neměli zemřít, a potom zemřou bez toho, aby předtím žili."

Ano, normální člověk (myšleno inteligentní, zodpovědný, stále ještě žijící beze smyslu života) má v myšlenkách dva světy – jeden ten hmotný, konzumní, hráčský a někdy i dost neférový a potom ten *duchovní*. Cítíte ten rozdíl, když čtete tyto dva světy? Taky jste slova „svět hmotný, konzumní a hráčský“ přečetli s jistou zrychlenou rozpačitostí a ten „svět duchovní“ naopak s klidem a odpočinutím?

Pokud ano, určitě jste na správné cestě. Na cestě, která nám důkladně prozradí smysl života a prolije nám naši duši radostí a láskou.

Kapitola první

Umět si položit správné otázky, aneb tzv. otázky inteligentních

Každé malé dítě, které se chystá se svým rodičem jít na procházku, je schopno položit během této krátké cesty svému rodiči desítky i stovky otázek. Dospělému člověku to někdy může připadat až otravné, ale jelikož je moudrý a má zájem na tom, aby z jeho dítěte „něco“ bylo, odpovídá.

Kolik otázek průměrně za den položí dospělý člověk? Na tuto otázku odpověď neznám, ale jistě mi dáte za pravdu, že jich bude o dost méně. Jakmile začínáme nabývat dojmu, že toho víme dost, přestaneme se ptát. Může to být z několika důvodů, jedním z nich je samozřejmě jakýsi pocit toho, že když se zeptáme, budeme vypadat hloupě. Takto však uvažují jen ti omezení. A ti nejomezenější z omezených dokonce mívají dojem, že se ptát nepotřebují, neboť ví všechno. To jsou ti, kteří nikdy nemohou docílit seberealizace a uspokojení ze života.

Dítě se vyvíjí rychle právě proto, že je čisté, nebojí se zeptat a nedává do toho své ego, neboť skoro žádné ještě nemá. To až my, jakožto jeho