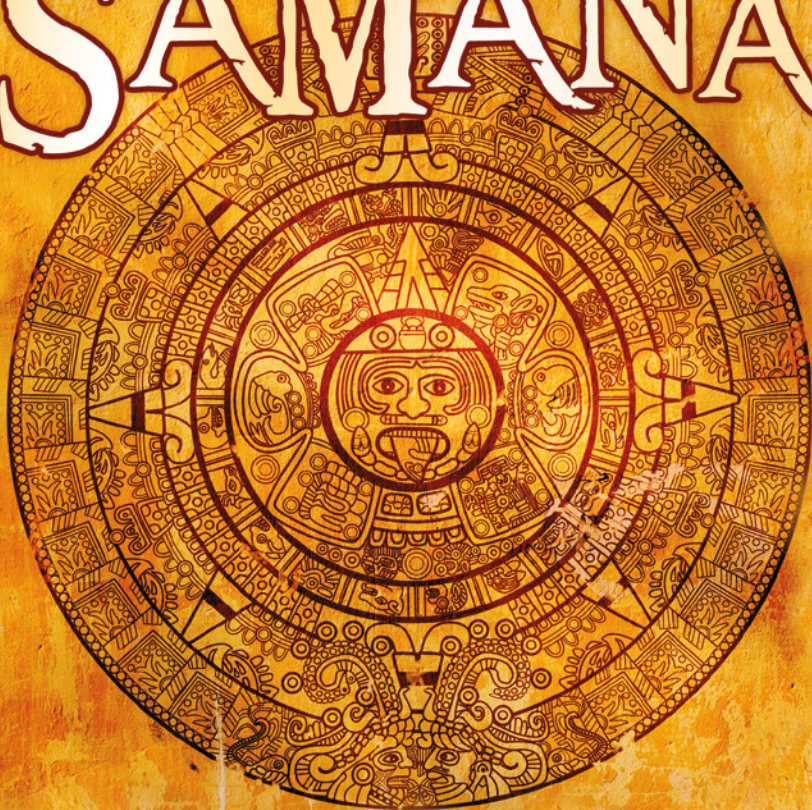




# SRDCE ŠAMANA



ALBERTO VILLOLDO

Pradávná moudrost andských léčitelů pro současný život



Kniha *Srdce šamana* nás prostřednictvím příběhů, snů a starobyklých rituálů zve do jedinečného světa šamanů.

**Alberto Villoldo** přibližuje učení *lajků* (lajka – nejvyšší andský léčitel), jejichž léčitelské praktiky a duchovní vize radikálně proměnily jeho světonázor. Představuje jejich moudrost a ukazuje, jak je možné přenést jejich starodávné praktiky do moderního života. Ukazuje čtenáři cestu k hluboké proměně, cestu bojovníka světla, na níž se každý může zbavit programů, které do nás vkládá současná společnost, a dosáhnout tak rovnováhy a radosti. Zcela zásadním krokem je podle andských šamanů rozpoznat vlastní „posvátný sen“ a vydat se za ním. Villoldo k tomu nabízí konkrétní rady a postupy, díky nimž může naprosto každý využít potenciál této tvůrčí síly vedoucí ke kráse a harmonii.

*Srdce šamana* osloví všechny, kdo se zabývají duchovním hledáním a osobním rozvojem.

*„Probudte se z dřímoty a začněte snít  
s otevřenýma očima, aby se před vámi otevřely  
všechny možnosti vaší budoucnosti.“*

(A. Villoldo, *Srdce šamana*)

Alberto Villoldo  
**SRDCE ŠAMANA**



Alberto Villoldo

# **SRDCE ŠAMANA**

**Příběhy a cvičení  
„bojovníka světla“**

*Přeložil Petr Sumcov*



**metafora**

***Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy***

*Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.*

HEART OF THE SHAMAN

Copyright © 2018 by Alberto Villoldo

Originally published in 2018 by Hay House Inc., USA

Translation © Petr Sumcov, 2018

Czech edition © Metafora, 2018

All rights reserved

ISBN 978-80-7625-406-0 (ePub)

ISBN 978-80-7625-405-3 (pdf)

ISBN 978-80-7359-580-7 (print)

*Věnováno  
La Lobě  
bohyni-bojovnici  
strážkyni snů*



*Když pohlédnu na některou z hvězd na obloze,  
vidím ohně dávných civilizací,  
odvážných mužů a žen na cestě do nekonečna.  
Krásnými sny vytváříme nové světy.*

– ALBERTO VILLOLDO



# OBSAH

|                                                                               |     |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Úvod                                                                          | 11  |
| Kapitola 1 Jiný druh snění                                                    | 15  |
| Kapitola 2 Povaha času                                                        | 31  |
| Kapitola 3 Starodávní snílci a tajuplné civilizace                            | 49  |
| Kapitola 4 Tvoření snu, tvoření legendy                                       | 59  |
| Kapitola 5 Probuzení ze zlého snu                                             | 75  |
| Kapitola 6 Proměna snu o bezpečí,<br>objevení „já jsem“                       | 85  |
| Kapitola 7 Proměna snu o neměnnosti,<br>objevení nekonečnosti                 | 99  |
| Kapitola 8 Proměna snu o bezpodmínečné<br>lásce, objevení života beze strachu | 117 |
| Kapitola 9 Vytváření nového světa sněním                                      | 139 |
| Závěr Denní cvičení „bojovníka světla“                                        | 147 |
| Poznámky                                                                      | 155 |
| Poděkování                                                                    | 157 |
| O autorovi                                                                    | 159 |





## ÚVOD

Šamani z And (zvaní lajkové) znají a budují posvátný sen, který nás provádí skrz nebesa, ale i náš lidský osud zde na Zemi. Posvátný sen znamená mapu budoucnosti, neobsahuje však předepsané trasy, které byste měli prostě následovat. Musíte si je prosekát sami. Vyznačují se prchavostí, v každém okamžiku se mění, neustále vás překvapují, zkrátka jsou jako sen.

Muži a ženy, kteří tomuto posvátnému snu slouží a chrání jej, bývají označováni jako *bojovníci světla*. Nemají žádné nepřátele, ani v tomto světě, ani ve světě budoucím. Jejich zdroje jsou nezměrné.

Posvátný sen zjevuje vnitřní řád vesmíru, jenž se ukazuje ve čtyřech ročních obdobích, na opylení květů včelami a ve vzájemné propojenosti všech žijících bytostí. Staří peruánští šamani podle této moudrosti vypěstovali více než čtyři sta druhů kukuřice. V noci hleděli na hvězdy a předpovídali zatmění slunce na celá desetiletí dopředu. V jejich srdcích přirozeně vyvstával smysl a účel ži-

vota, neboť chápali, že jsou součástí mnohem většího plánu, než jsou sami.

Když si začneme být posvátného snu vědomi, objevíme, že vesmír není vytvořen z mrtvých kamenů, které se řítí prostorem, z neživé energie či temné hmoty, o níž hovoří věda. Namísto toho porozumíme, že vesmír pulzuje a je vědomý, touží po tvoření krásy, zrození modrozelených planet, spirálních galaxií a více než dvaceti tisíc druhů motýlů na naší Zemi.

Každému z nás byl dán kousek posvátného snu a můžeme jej projevovat vlastním způsobem. Když zapomeneme, že ten kousek nosíme v sobě, život se nám začíná hroutit, naše osobní sny se stávají noční můrou a upadáme do chaosu.

Mnoho lidí vyměnilo posvátný sen za snění o slávě a bohatství, moci a počtu „přátel“ na facebooku. Mezitím jsme dospěli do bodu celosvětových krizí, od změn klimatu přes vyhynutí některých druhů zvířat po války a hladomory. To vše nás vybízí k novým snům o sobě a světě.

Volá nás posvátný sen. Tato kniha vám ukáže, jak se probrat z dřímoty a začít snít s otevřenýma očima, aby se vám otevřely všechny možnosti vaší budoucnosti.

Vlastní posvátný sen najdete tak, že proměníte tři běžné sny (životní představy), které většina z nás pokládá za pravdivé a z nichž se zdánlivě nedokážeme probudit. Jedná se o sny o bezpečí, neměnnosti a bezpodmínečné lásce. Pokud tyto sny proměníte, když přijmete, že život se stále mění, že smrt je danost a ze života ve strachu vás nevysvobodí nikdo kromě vás samých, pak se chaos vašeho života přemění v řád a zavládne krása.

Jestliže najdete vlastní posvátný sen, zpřístupní se vám tvořivá síla vesmíru, kterou šamani nazývají *Prapůvodní světlo*. Budete moci ve světě vytvářet krásu a uzdravovat sebe i ostatní. Stanete se bojovníkem světla. Budete žít beze strachu, budete znát odpověď na otázku „Kdo

## ÚVOD

jsem?“ a budete vědět o cestách, které se za smrtí otevírají do nekonečna.

Podobně jako andštití šamani (lajkové) se stanete bojovníky světla. Odvážíte se říkat nepřijemnou pravdu, vyzdvihoval univerzální hodnoty, které si váží všeho živého, a denně konat hrdinské skutky.

S tím vám tato kniha pomůže. S vytvořením vlastního posvátného snu. Návody zde popisované vám umožní ukovat si osud naplněný odvahou a poháněný vizí.

Tyto techniky bojovníků světla jsou v dnešní době nezbytné, protože zbabělost se považuje za ctnost, nerozhodnost za moudrost a takzvaná duchovnost se chová bezpáteřně. Snít jsme si zvykli již pouze ve spánku.

Pomohou vám vnést do života světlo a mír a najít vlastní místo v posvátném snu celého lidstva.

Alberto Villoldo





## KAPITOLA 1

# JINÝ DRUH SNĚNÍ

Existují tři druhy bdělého snění: noční můra, denní snění a posvátný sen. A pouze posvátný sen vám dokáže pomoci s naplněním vašeho poslání na Zemi. Život v posvátném snu vyžaduje pochopení, že denní snění sice může být příjemné, nicméně se také může proměnit v noční můry a projevit se v okolnostech vašehožití. Noční můry, kterým se všichni chceme vyhnout, vždy vznikají z denního snění, které se časem přežilo a začalo se kazit, podobně jako jídlo v ledničce, jemuž uplynulo datum spotřeby.

Může jít o vztah nebo pracovní místo. Nejdříve vás ohromně přitahovaly, teď se z nich ovšem stala temná díra, z níž se nemůžete dostat. Jednou mi řekl kamarád: „Moje práce připomíná zlý sen. Rád bych se z něj probudil, ale spánek potřebuji.“ Noční můra nenabízí žádnou naději na zlepšení a změnu. Jakmile vás polapí, věříte, že zdravotní potíže, které zakoušíte, jsou normálním projevem stárnutí, takže bude dobré si na ně začít zvykat, nebo že nuda a frustrace z práce či manželství jsou

holt cenou za jistotu, kterou poskytují. Také můžete začít věřit, že s politickou situací a násilím ve světě nelze nic dělat. Noční můry vás paralyzují. Pokud znáte někoho s depresemi, můžete si být jistí, že uvízl v noční můře, z níž neví jak se probudit a kterou si plete s realitou.

Pokud jsme uvízlí v toxickém vztahu, začínáme fantazírovat, jak by se věci mohly ubírat jinak. Začneme si představovat, jak do našeho života vstoupí někdo jiný, pohodový, a přinese nám novou šanci na život, který jsme promarnili. Pak jednoho dne s touto novou „láskou“ utečeme, jenže zjistíme, že i tato fantazie má jen určité datum spotřeby a po něm se opět mění v noční můru.

Denní snění vás vede k tomu, abyste se rozhlíželi po okolí, vně sebe. Chcete, aby vás naplnilo něco zvenčí.

Občas je to převlečené za naděje a cíle. Sepíšete si seznam plánů, co udělat pro vztah a změnu situace, zdá se to nadějně, ale opět hrozí proměna v noční můru. Když vyměníte práci nebo partnera, zakoupíte nový dům či auto, velmi pravděpodobně brzy zjistíte, že naplnění a šťastní stejně nejste. Celé to stanovování cílů a tvrdá práce na nich vás nakonec zavedlo zpátky do nespokojenosti.

Denní snění vás nutí neustále pošilhávat po pravé spřízněné duši, ačkoli již jednoho partnera máte. A také po pravém guru, pravé dietě. Co když je ve světě něco, co vám uniklo, že?

Zažil jsem to také. Po třicítce jsem potkal ženu a myslili jsme, že se milujeme. Věřili jsme, že nám láska přinese štěstí a vyřeší veškeré problémy. Říkal jsem si: „*Když najdu tu pravou, budu šťastný.*“ Byl jsem přesvědčený, že ona je ta, na kterou jsem čekal celý život. Pak jsem se jednoho rána vzbudil a pomyslel si: „*Kdo to tu vedle mě leží? To přece není ta, kterou jsem si vzal, nebo snad ano?*“ Z krásného snu se stala jedna z mých nejhorších nočních můr. Naštěstí jsme neměli děti. Rozchod doprovázely sváry, z rozpadu

manželství jsme vinili jeden druhého. Možná jste zažili vlastní verzi něčeho podobného.

Denní snění vypadá neškodně, ba přímo příjemně, jenomže představuje recept na neštěstí. Občas se sice do noční můry nezvrhne, ale i tak nás nikam neposouvá. Zůstáváme stát na místě a zakrátko se začneme cítit vyčichlí a v ničem nevidíme smysl. Občas se náš sen tváří jako odvážná vize, ve skutečnosti ale pravým odvážným vizím brání.

Jak rozpoznat, že žijeme v prokletí takového snu? Často se v něm vyskytuje podmínka typu „když... tak...“. „*Když* budu mít víc peněz, *tak* se nebudu tolik bát.“ „*Když* budu šťastný, *tak* budu vděčnější.“ „*Když* budeme mít nové vedení, *tak* budeme mít i lepší komunikaci.“ Anebo: „*Když* najdu pravou lásku, své skutečné životní poslání, dokonalou práci, *tak*...“

Před pár lety mi diagnostikovali vážnou nemoc. Při svých toulkách Amazonií jsem totiž chytil asi deset různých parazitů. Do té doby jsem žil v přesvědčení, že nemocní jsou vždycky jen ti druzí. Náhle tu byla moje nemoc a s ní riziko smrti. Cítil jsem se jako stařec. V modlitbách jsem sliboval Bohu: „*Když* se mi udělá lépe, *tak* zasvětím život službě a pomoci ostatním.“

Jenomže Bůh takhle neobchoduje. Z tohoto snění jsem se začal probouzet, když jsem to celé otočil. Objevil jsem, že:

Když jsem vděčný, tak jsem šťastný.

Když zasvětím život službě a pomoci ostatním, tak se mi udělá lépe.

Když mluvím pravdivě, tak se stávám pravým vůdcem.

Nejprve jsem musel zasvětit život poslání, které mě samotného přesahuje, a teprve pak se snažit o uzdravení. Musel jsem proměnit noční můru nemoci, abych odhalil

posvátný sen, který mi umožnil prožívat nový smysl života i přesto, že záruky na přežití jsem neměl žádné.

Posvátný sen vás vystřelí k osudu, který stojí výš než snaha nezemřít nebo cítit se šťastně či vyhnout se nepohodlí. Dá vám odvahu zkoumat mystéria života a lásky, zahlédnout realitu za smrtí a objevit pravdu stojící nad časem. Požaduje od vás, abyste konali s kuráží a nechtěli se zalíbit většině a většinovým názorům, byť jsou velice silné a téměř všichni jim podléhají, protože jde o denní snění, které se promění v noční můru.

Jak poznáte, že jste našli posvátný sen?

Bude mnohem větší než vy sami a bude se zdát nemožné jej dosáhnout. Posvátný sen vás vyše na cestu podobně jako Martina Luthera Kinga nebo Mahátmu Gándhího. Možná namítnete: „Ale vždyť já nejsem žádný Gándhí!“ Dobrá, nemusíte mít za úkol vyvést na svobodu miliardu lidí, ale co když je přesto vaším posláním cosi, co daleko přesahuje vše, co jste si dosud představovali?

Když jste nemocní, smutní, deprimovaní, na posvátný sen se myslet nechce. Sny se zmenšují. Připadá vám dostatečné, když se vrátíte tam, kde už jste jednou byli. Vzpomínám si, že jsem uprostřed oné zdravotní krize nedokázal ujít v kuse víc než padesát kroků. Po nich se vždy dostavilo naprosté vyčerpání. Tehdy jsem snil o tom, že jednou obejdu domovní blok a nebudu úplně vyřízený. Byl jsem však povolán k většímu snu – sloužit druhým jakkoli to bude možné. Jak jsem to ale měl provést, když jsem se sotva dokázal zvednout z postele a doktoři mi sdělili, že po milovaných horách už se nikdy procházet nebudu? Zjistil jsem, že pokud máte posvátný sen, začne s vámi vesmír aktivně spolupracovat, aby se nemožné dalo uskutečnit. Zakrátko už jsem byl schopný obejít blok domů a dnes cestuji po světě a všem rozdávám krásu, což je cosi, k čemu se ještě později v této knize dostaneme.

K objevení posvátného snu potřebujete odvahu. Ne-