

# TAK SE ZMĚŇ

**Neale Donald Walsch**

Autor Hovorů s Bohem

**1995**

**2007**

**[www.vesmirni-lide.cz](http://www.vesmirni-lide.cz)**

**[www.andele-svetla.cz](http://www.andele-svetla.cz)**

**TYTO INFORMACE JSOU VHODNÉ  
PRO VOLNÉ ŠÍŘENÍ SVĚTLA.**

**[www.andele-svetla.cz](http://www.andele-svetla.cz)**

**THESE INFORMATION ARE APPROPRIATE  
FOR FREE SPREADING LIGHT**

**[www.angels-light.org](http://www.angels-light.org)**

*Název originálu: **Recreating your self***

**TÉMATÁ**

*sebepoznání*

*sebevýchova*

*duchovní cesta*

*duchovní poznání*

*smysl života*

### **TEXT ZADNÍ STRANY OBÁLKY**

*Všechny myšlenky, které se nacházejí v Hovorech s Bohem, se nakonec pohybují kolem nejdůležitějšího tématu.*

### **Účelem života je změna sebe samého v nového člověka**

*Tato kniha proniká do podstaty této myšlenky a dává návod na to, jak ji uvést v praxi.*

*Na stránkách této knihy je proces přeměny zkoumán krok po kroku a doplněn úkoly a cvičeními.*

### **TEXT PŘEDNÍ STRANY OBÁLKY ZE VNITŘ**

*NEALE DONALD WALSCH žije v Ashlandu v Oregonu se svou ženou Nancy. Společně založili nevýdělečnou nadaci, jejímž cílem je předávat poselství jeho knih co největšímu množství lidí co nejrychleji. Walsch cestuje, přednáší a rozšiřuje poselství obsažené v knize **Tak se změň.***

Věnováno

**dr. Leo Busciori**

*z Casperu ve Wayomingu,  
jehož život byl pro mnohé  
příkladem toho, čemu se říká  
kráčet po vyšších cestách,  
hledat vznešenější možnosti,  
mluvit laskavějšími slovy,  
a  
žít v pozitivním uvědomování si  
vrozeného dobra  
v každém člověku a v každé situaci.*

*Vítej u jedné z nejdůležitějších knih, jakou kdy budeš číst.*

*Dozvíš se, co je smyslem života. Budou ti předány klíče k vesmíru. Pak budeš mít v ruce nástroje, pomocí kterých si stvoříš život, po jakém jsi vždy toužil: život tvých snů.*

*Tvůj život se změní v některých velmi důležitých ohledech. Stejně tak jako život kohokoliv jiného. **Všechn** život se mění, všude, na celé planetě.*

*Nemohl sis toho nepovšimnout. Děje se to na všech úrovních: politické, geofyzikální, ekonomické, teoretické, psychologické a filozofické. Ale bez pochopení smyslu života, bez toho, aniž bys držel v ruce klíče k vesmíru, bez toho, aniž bys vlastnil nástroje, pomocí kterých si stvoříš své sny, budeš s největší pravděpodobností spíše u **následků** všech těchto změn, než jejich **iniciátorem**.*

*Chtěl bych, abys nejdříve pochopil, že to nejsou pouze hezky znějící fráze. Tvůj život se změní... **s tebou nebo bez tebe**. Život je velmi nezaujatý.*

*Nezáleží mu na tom, zda jsi byl součástí tvůrčí změny, nebo pouze neúčastněným přihlížejícím. Dává ti možnost **volby**, přirozeně mu ale nezáleží na tom, co si vybereš. Pokračuje ve svém procesu a činí tak s tebou jako s aktivním partnerem, nebo bez tebe.*

*A to je důležité si zapamatovat. Život jde dál bez ohledu na to, zdali ty také, nebo ne. A to je první z několika principů, kterými se zabývá tato kniha.*

(1)

**Šestý princip:**

**ŽIVOT JE POHYB.**

Co se stalo s Principy 1-5 ? Jsou objasněny v úvodní knize **Bringers of the Light** z této série, vydané v češtině pod názvem **Poslové světla**. Původní vydání lze získat prostřednictvím nadace, uvedené v závěru knihy.

Tato kniha se zrodila jako odezva na přání této nadace napsat sérii knih, které by blíže rozvedly bohatství informací obsažených v **Hovorech s Bohem - Knize 1** a uvedly je do kontextu praktické aplikace v každodenním životě. **Každá**, kniha je samostatná, i když se navzájem prolínají v souvislém zkoumání moudrosti a vědomostí, které obsahuje rozsáhlejší kniha.

Tato druhá kniha ze série se zabývá procesem přeměny, což je, samozřejmě, životní proces sám o sobě.

## K ČEMU JE ŽIVOT ?

Život - to, čemu říkáme „život“ - je skutečně proces. Je to proces, který nemá žádný začátek ani žádný konec. Většině lidí se to těžce představuje, neboť žijeme v lineárním světě, kde existují začátky a konce. Již v **Hovorech s Bohem** se říká, že ve světě absolutna **neexistuje** žádný začátek ani žádný konec. Kde jednoduše je vše, co je.

Vše, co je, je všechno, co kdy bylo a co kdy bude. Někteří lidé to pokládají za tajemství života. A zde je ještě větší tajemství: **Všechno co je**, není „**věc**“. Není to objekt, bytost nebo něco. Je to proces.

**Proces.**

Chápeš to ? Rozumíš tomu ? Bůh není **někdo** nebo **něco**.

**Bůh je proces.**

Toto může být první zcela nová myšlenka o Bohu, která se k tobě po dlouhé době dostala, takže se nad ní zamysli.

**Bůh je proces.** Tento proces je to, čemu říkáme život. A proto: **Bůh je život.**

A „k čemu pak“ je život (Bůh) ? Nuže, život je, abych si vypůjčil slova výmluvného génia Ernesta Hemingwaye, **Pohyblivý svátek**.

Život se... **pohybuje**. Život je... energie v pohybu. A ta je v pohybu **neustále**, ne pouze chvilkami, nebo pouze někdy. Ale **pořád**.

To nám pomáhá pochopit zjevný fakt o životě - a to, že život se pořád mění. Nezůstává stejný. Jak by také mohl, když se **neustále pohybuje** ?

Pohyb **je** změna. Všechno, co se pohybuje, se mění. Když už nic jiného, mění svou **polohu**. A tady pak je...

(2)

**Sedmý princip:**

**VŠECHEN POHYB JE ZMĚNA.**

Když se nějaká věc pohybuje, není „stejná“, jako byla předtím. Sám akt jejího pohybu způsobuje posun v ní samé. Dokonce i změna polohy je změna substance, protože je to změna kontextu, a v tvém životě kontext **je** substance. Řečeno jinak, nic není tím, čím se zdá být, pokud je to vyjmuto z kontextu. V životě je poloha všechno. A důvod, proč **tomu** tak je, je ten, že tvá poloha vytváří tvůj **postoj**, to znamená tvůj úhel pohledu. A postoj vytváří realitu.

## Osmý princip:

# POSTOJ VYTVÁŘÍ REALITU.

Věci nejsou tím, čím se zdají být. Toto může být dost dobře ta nejdůležitější věc, jakou ses kdy dozvěděl. Možná jsi to už zjistil. Bylo by to dobré, neboť není pochyb, že by ti to ušetřilo mnoho trápení, mnoho bolesti.

Když jdou po chodbě proti sobě dva muži a jeden poplácá druhého po zádech, pak je velmi pravděpodobné, že ten první zareaguje dost negativně.

Na druhé straně ale, pokud ti dva muži hrají fotbal za Denver Broncos a jeden poplácá druhého po zádech, není na tom nic divného. Ve skutečnosti by to bylo divné, kdyby jej **nepoplácá**.

Jak vidíš, kontext je všechno. Postoj vytváří realitu.

Americký pár na návštěvě v Mexiku měl hodně špatnou náladu, protože tři dny pršelo. Mexičan, který provozoval malý hotel, kde bydleli, měl radost. „Když prší, prach se drží při zemi," usmál se.

Úhel pohledu je rozhodující.

## NEEXISTUJE NIC TAKOVÉHO JAKO REALITA

A nyní, protože věci se neustále pohybují, kontext, v rámci kterého prožíváš život, se neustále mění. A proto i úhel pohledu se neustále mění. A proto i realita se neustále mění.

Jinak řečeno, žádná „realita" **neexistuje**. Neboť pokud se realita neustále mění, co je pak skutečné ?

Odpověď zní: nic.

A to je velmi hluboká odpověď. Je to vznešená pravda. Je to ta nejvyšší moudrost.

Nicméně, mnoha lidem se tato pravda zdá být bolestivá. Chtějí, aby věci zůstaly stejné, aby byly zachovány a aby pokračovaly nezměněny. A toto je jediné přání, kterému vesmír nemůže vyhovět. Neví jak, protože nemůže být tím, čím není. A jediné, čím není, je, že zůstává neměnný.

A tak lidé, kteří hledají neměnnost, hledají marně.

Zoufalí ve svém hledání a ve svém zoufalství, neschopni nalézt nic, co se nemění v tom, co právě prožívají, obracejí se k nebi a prohlašují, že **Bůh** musí být to, co se nemění.

To se stává jejich kotvou, jejich přístavem v bouři. Avšak Bůh není kotva, která tě uchrání od volného unášení proudem. Bůh je **lod'**, která tě zavede do vyšších vod. Neboť tam je dobrodružství.

## PŘÍČINA BOLESTI

Bolest je výsledkem toho, že nejsi schopen vidět, chápat to, pohybovat se v souladu se vším ostatním. Samozřejmě, ty se **budeš** pohybovat, neboť všechny **život** se pohybuje - nemůže se nepohybovat, dokonce ani ty se nemůžeš nepohybovat. Ale můžeš to zkusit.

Způsobí ti to však bolest. A ukáže se to jako marné, neboť nic nezůstává statické. Nic neprobíhá neměnné, nic nestojí zcela nehybně. Všechno se pohybuje, a to neustále. Nech se tedy unášet proudem. Pluj s přílivem. Chyť si svou vlnu.

Utopíš se, když to neuděláš.

Pak tě bude vlna unášet svou vlastní cestou.

Jak vidíš, vlna **bude** sledovat svou cestu — můžeš se o tom přesvědčit. Vezme tě přesně tam, kam pluje.

Rozdíl v kvalitě tvého života proto závisí přímo na tom, jak odpovíš na následující otázku:

Spokojíš se jednoduše s tím, že se necháš unášet vlnami a dovolíš jim, aby tě zanesly kamkoliv, kam jen poplynou, nebo hodláš plout tam, kam chceš jít **tyl**

Pokud sis vybral to druhé, existuje pouze jediný způsob, jak to udělat. **Ty** musíš být tím, kdo **vytváří ty vlny**.

Pokud si myslíš, že jsi někdo, kdo by nikdy „nerozhoupal loď“, někdo, kdo „by nikdy nedělal vlny“, pak tato kniha není pro tebe. Každý Mistr „dělal vlny“. Každý, kdo ovládl mistrovství života, „rozehoupal loď“. Jeden nebo dva z nich ve skutečnosti vytáhli stavidla a přivedli vodu do pouště. To znamená, změnili život na této planetě. Vliv jejich činů byl obrovský.

Tvé činy budou mít také vliv - a klidně může být obrovský - pokud se pustíš do realizace lekcí z této knihy.

Tato kniha je o přeměně sebe samého v tu nejkrásnější verzi té nejkrásnější představy, jakou jsi kdy měl o tom, kdo jsi.

Když se odhodláš dosáhnout takového cíle, když postoupíš k takovému ideálu, když se pokusíš pozvednout sebe na takovouto úroveň, budeš „dělát vlny“. Také se to pro tebe může stát samozřejmostí. Chystáš se narušit plány. Chystáš se ovlivnit tím nejenom sebe, ale také životy druhých lidí, neboť si tě povšimnou.

Nemůžeš uskutečnit změny, o jakých tady mluvíme, nemůžeš přeměnit sám sebe způsoby, o kterých se tu zmiňujeme, a zůstat nepovšimnut.

Každého Mistra si povšimnou... a my mluvíme o posunu k tvému mistrovství.

Jsi přichystán na cestu ? Jsi připraven převzít tuto roli ? Aby tomu tak bylo, musíš být smělý. Musíš být statečný. Musíš se vypořádat s nemocí a únavou a i přes všechno, jakkoli těžké by to pro tebe bylo, být ochoten právě teď, plně a až do samého konce **se snažit vytvořit nový svět**.

Kdosi kdysi řekl, že pouze tři vlastnosti jsou potřebné k tomu, aby člověk dosáhl velikosti. Odvaha. Odvaha. Odvaha. A měl pravdu.



Všechno, co jsi až doposud četl, je založeno na tvrzení, že život je pohyb. Toto tvrzení je podloženo nevyvratitelným empirickým důkazem. Každý může vzít cokoliv, opravdu cokoliv, co vidí v životě kolem sebe. Když to položí pod mikroskop, zjistí, že se to skládá z malinkých kousků hmoty, **které jsou všechny v pohybu**.

Nic z toho, co vidíš, opravdu nic, není ničím, co by **nebylo** v pohybu. Dokonce i to, co **nevidíš**, je v pohybu. Po pravdě řečeno, **právě proto to nevidíš**. Pohybuje se to tak rychle, že to **nemůžeš** vidět !

Dále je pak známo, že všechny věci jsou tímtež - jednoduše energií v pohybu. Tomuto pohybu se někdy říká **vibrace**. A **rychlost** vibrace je to, co způsobuje, že věc je našemu oku „viditelná“ nebo „neviditelná“. Pro lidi, kteří jsou schopni vidět věci pohybující se velice rychle, **jsou všechny věci viditelné**.

Říká se, že Kristus byl takovým člověkem. A taktéž mnoho dalších Mistrů. A proto tedy byli Mistři schopni konat očividné zázraky. Jednoduše vidí víc.

## JAK PROJÍT ZDÍ

Snad každý je toho názoru, že bylo ohromující, jak byl Ježíš očividně schopen projít zdí. Ježíš si však vůbec nemyslel, že je to ohromující. Jednoduše **se podíval tam, kam se chtěl dostat**.

Zaprvé, Ježíš si dobře uvědomoval, že on a všechno v životě je z 99,9 % **prázdný prostor**. Také si uvědomoval, že zbylá 0,1 %, která je hmotou, je neustále v pohybu. To znamená, že částice této hmoty se pořád pohybují. A pak všechno, co potřeboval udělat, bylo, velmi důkladně si uvědomit hmotu, ze které se on sám skládal... a doslova **zaměřit se na to, kam chtěl jít**.

A přesně to samé udělal s hmotou, ze které se skládala zeď. K tomu, aby prošel zdí, jednoduše přemístil **svou** hmotu tam, kde **hmota zdi** nebyla. Jinak řečeno, on vůbec neprošel **skrz zeď**, on se **přesunul za ni** !

Rozumíš tomu ? Chápeš, co se ti právě **nabízí** ! Je to velké tajemství. Pochopil jsi to ?

Mimochodem, proto také, když „narazíš“ v životě na nějakou překážku, lidé ti často říkají: „Copak je ?“ (*v angl. „What's the **matter** ?“ doslovně: „Co je to za **hmotu** ?“ jinak také řečeno: „Co je to za **podstatu** ?“ - pozn. překl.)* Vskutku velice vhodná otázka. Proto také, když se ti věci daří a nemáš žádné těžkosti, říká se, že jsi „na pravém **místě**“.

Ještě bude pravděpodobně trvat nějakou dobu, než budeš schopen vidět věci tak jasné jako Mistr. Ježíš byl schopen doslova nahlédnout do nitra zdi a do nitra sebe a do nitra všeho ostatního v životě a odlišit prostor od hmoty. A proto vždycky věděl, „co to bylo za podstatu“. A taky věděl, že 99,9 % času **na ničem ve skutečnosti nezáleží**. (*v angl. „Nothing was matter at all.“ doslovně: „Vůbec nic není hmotou,“ jinak také řečeno: „Vůbec nic není podstatné.“ - pozn. překl.)*

Této schopnosti nahlédnout do podstaty věci (nebo dokonce myšlenky - což je pouze předmět pohybující se rychleji) se říká **vhled**. Každý člověk je toho schopen do určité míry a jsou tací, kteří jsou toho schopni do velmi velké míry. Není mnoho takových, kteří jsou toho schopni do té míry, jako to předvedl Ježíš..., ale všichni lidé jsou toho **schopni**, když se pro to **rozhodnou**.

Někteří tomu nemohou uvěřit. Nemohou uvěřit, že by jim mohly být dány - ve skutečnosti je však již **mají** - stejné schopnosti, jako měl Ježíš. A právě tato úroveň víry je klíčem k **prožívání** těchto darů.

Byl to sám Ježíš, který řekl: „**Dle tvé víry, at' je po tvém.**“ Byl to sám Ježíš, který řekl: „**Ó ženo, velká je víra tvá, staň se podle tvé vůle.**“ A ženina dcera byla od té chvíle uzdravena. A byl to sám Ježíš, který také řekl: „**Kdybys měl víru velkou pouze jako hořčičné semínko a řekl bys této hoře: ‚Přesuň se tamhle na to místo‘) stane se tak a nic pro tebe nebude nemožné.**“

A když pořád nemůžeš uvěřit v sebe a svůj božský původ (protože mnoho lidí toho není schopno), Ježíš, na důkaz své velké lásky a soucit, tě vyzývá uvěřit v Něj.

„Věřu, věru, hovořím vám, ten, kdo uvěří ve mne, vše co činím já, může učinit také on; a vznešenější věci než tyto je schopen vykonat; neboť já se obracím k Otci. A o cokoliv požádáte mým jménem, to udělám, aby tak mohl být Otec oslavován skrze Syna. Pokud o cokoliv požádáte mým jménem, stane se tak.“

Není to velkolepý slib ? Tak úžasně a tak dokonale Ježíš chápal, kým byl a kým jsi ty („**Já a Můj Otec jsme jedno**“, řekl, a dále: „**a vy všichni jste moji bratři**“), že si hluboce uvědomoval, že neexistuje žádné omezení toho, co můžeš udělat, když věříš v **sebe** nebo v **Něj**.

Mohli bychom snad nepochopit Ježíšovy záměry tady na Zemi ? Mohlo by být jeho učení mylně interpretováno ? Ne. Jeho slova jsou tak srozumitelná. Chtěl, aby ses pokládal za jedno s Otcem, stejně tak jako je on jedno s Otcem. Tak velká byla jeho láska k lidstvu a tak neomezený jeho soucit s jeho utrpením, že povolal sebe k vzestupu na nejvyšší úroveň, aby tak postoupil k nejvznešenějšímu vyjádření své bytosti a aby ukázal živý příklad veškerým lidským bytostem všude na světě. A pak se modlil - modlil se vroucně, abychom viděli nejenom důkaz **Jeho** jednoty s Otcem, ale také té naší.

*(„A kvůli jim jsem se zaslavil, aby oni také mohli být zaslaveni skrze pravdu. A nemodlím se pouze za ně samotné, ale také za ty, kteří uvěří ve mě prostřednictvím jejich slova; aby všichni mohli být jedno tak jako Ty, Otec, jsi ve mě a já v Tobě, a aby oni také mohli spočinout v naší jednotě; a Svět tak mohl uvěřit, že jsi mne poslal. A slávu, kterou jsi mi dal, dal jsem i jim, aby mohli být jedno tak, jako my jsme jedno.“)*

Nemůže ti to již být více jasné, než právě tady.

**Hovorech s Bohem** se píše o tom, že jsme všichni součástí jednoho těla Božího, i když se nám zdá, že jsme odděleni a že vůbec nejsme součástí Boha.

Kristus velice dobře chápal, jak těžké je pro nás uvěřit, že jsme součástí Boha - součástí samotného **těla** Božího, i když Kristus **skutečně věřil, že** on sám jeho součástí je. Pro Něj proto bylo snadné (a úžasně inspirující) vyzývat ty, kteří si nedokázali představit sebe jako součást **Boha**, představit si sebe jako součást **Jeho**. Neboť On již prohlásil **Sebe** za součást Boha..., a pokud bychom byli schopni jednoduše uvěřit, že jsme součástí **Krista**, byli bychom tak v širším slova smyslu **nevyhnutelně součástí Boha**.

Ježíš mnohokrát zdůrazňoval tuto pravdu, neboť záznamy o jeho učení a komentáře, které se k nim vztahují v Bibli, zahrnují nespočet zmínek o tomto vztahu.

Pokud několik těchto samostatných zmínek seřadíš vedle sebe, odhalíš něco pozoruhodného:

*Já a Otec jsme jedno. (JAN 10:30)*

*A já slávu, kterou jsi mi dal, dal jsem i jim, aby byli jedno, tak jako my jsme. (JAN 17:22)*

*Já v nich a ty ve mně, aby dokonání byli v jedno. (JAN 17:23)*

*Aby milování, kterýmž jsi mne miloval, bylo v nich a i já v nich. (JAN 17:26)*

*Tak mnozí jedno tělo jsme v Kristu a každý součástí jeden druhého. (ŘÍMANŮM 12:5)*

*Ten pak, kdo štěpí, a ten, kdo zalévá, jedno jsou. (KORINTĀNŮM 3:8)*

*Poněvadž jeden chléb, jedno tělo mnozí jsme, všichni zajisté jednoho chleba účastni jsme. (KORINTĀNŮM 10:17)*

*Neboť jakož tělo jedno jest a mnoho má údů, ale všechny ty jednoho těla jsou údy, mnozí jsouce, jedno tělo jsou: tak i Kristus. Skrze jednoho zajisté Ducha my všichni v jedno tělo pokřtěni jsme, buď Židé, buď Řekové, buď služebníci, či svobodní a všichni v jeden duch spojeni jsme. Neboť tělo není jeden úd, ale mnozí. Praví-li noha: poněvadž nejsem rukou, nejsem z těla, zdaliž proto není z těla? A praví-li ucho: Když nejsem oko, nejsem z těla, zdaliž proto není z těla? (1 KORINTĀNŮM 12:16)*

*Ale nyní, ač mnoho údu jest, jest však jedno tělo. (1 KORINTĀNŮM 12:20)*

Všichni jsme údy těla Kristova. Všichni jsme **pokřtěni v jedno**. A když je Kristus jedno s Bohem, pak jsme také i my. Pouze o tom nevíme. Odmítáme tomu uvěřit. Neumíme si to představit.

Ted' se ti může zdát, že tato kniha klade příliš velký důraz na Ježíšovo učení a - přinejmenším v této části - tomu tak očividně je. Toto zdouhavé odbočení jsme udělali proto, že Ježíš byl jedním z největších a nejméně sporných učitelů Nejvyšší pravdy, jaký kdy byl - a tato kniha je o Nejvyšší pravdě.

I když není pravdou, že cesta **skrze Ježíše** je nevyhnutelná k tomu, aby člověk mohl jít s Ježíšem.

Ježíš nikdy nevyřkl tato slova a neřekl ani nic podobného. To nebylo jeho poselství.

Jeho poselství bylo: Pokud ve mě nemůžeš uvěřit a nevěříš, že jsem ten, kdo říkám, že jsem; a když ve mě nevěříš po tom, co všechno jsem udělal, tak nikdy neuvěříš v sebe a v to, kdo **jsi**, a tvůj vlastní prožitek Boha ti bude ve skutečnosti nedosažitelný.

Ježíš udělal, co udělal. Vykonal mnoho zázraků, léčil nemocné, oživoval mrtvé - dokonce i **On sám** vstal z mrtvých, abychom poznali, kým byl... a tudíž i poznali, kdo jsme opravdu MY.

Tato **druhá část citace** je tím, co se v naší tradiční nauce o Kristovi nejčastěji opomíná.

Je zcela zřejmé, že to je pravda, neboť Ježíš řekl, že On je jedno s Otcem (kterého On pojmenoval Bohem), a řekl, že my jsme jedno s Ním. A z toho plyne, že nebýt schopen uvěřit v něj znamená selhání celé této konstrukce. A stavba se hroutí.

A to by byla škoda, neboť stavba, o které tady mluvíme, je stavbou Boží (**Protože jsme robotníky společně s Bohem: jsme boží hospodářství, jsme boží stavbou.** 1 COR. 3:9)

Vidíme tedy, že můžeme kráčet po cestě společně s naším Mistrem (kdokoliv by tím Mistrem byl), nebo se můžeme domnívat, že jsme schopni se dostat tam, kam chceme jít, pouze **skrze** Mistra.

Co by to tedy mělo být ? **S** nebo **skrze** ?

Praví Mistři tě zvou kráčet **s nimi** po cestě k Bohu, neboť ti můžou ukázat cestu. Falešní „mistři“ ti říkají, že musíš jít **skrze ně**, aby ses dostal k Bohu.

Říká se: „KDYŽ VIDÍŠ BUDDHU NA ULICI, ZABIJ HO.“ Pointa této moudrosti spočívá v tom, že pokud se někdo prohlásí za Buddhu, vypadá jako Buddha a chce po tobě, abys ho následoval, protože on **je** Buddha, měl bys sis dávat pozor, neboť Buddha by to nikdy neudělal. Stejně tak ani žádný Mistr.

A jak se píše v **Hovorech s Bohem**: „**Opravdový Mistr není ten, který má nejvíce žáků, ale ten, který vychovává nejvíce Mistrů.**“

**A: „Opravdový Bůh není ten, který má nejvíce služebníků, ale ten, který dělá z druhých Bohy.“**

Takže my všichni máme schopnost vidět pohyb ve všem a jednoho dne toho snad budeme opravdu schopni. Jednoho dne budeme všichni schopni mít tak úžasný **vhled**. I když prozatím zcela postačí o tom pouze vědět. Stačí jednoduše vědět, že život je pohyb. Život je to, co je v pohybu.

Aplikace této pravdy jsou překvapující a dalekosáhlé, neboť nyní začínáme společně vytvářet následující definici:

Život je pohyb.

Všechno se pohybuje.

Bůh je všechno.

Bůh je to, co se pohybuje.

Všechn pohyb je změna.

Bůh je proto změna... nebo to, co se mění.

Chápeš to ? Musíš to dobře sledovat, neboť jinak ztratíš nit. Pochopil jsi to ? Potřebuješ-li, přečti si to znovu. Zůstaň s tím.

Dobře.

A nyní, pokud je pravda, že... **Bůh je tím, co se mění**, a když je také pravda, že... **jsi Jedno s Bohem**, tak je **také** pravda, že... **ty jsi ten, kdo se mění**.

A opravdu tomu tak je. To je to, co pořád děláš. Měníš se. Jsi... „**měnicím se**“. A to nás přivádí k Principu č. 9.

**Devátý princip:****KAŽÁ ZMĚNA JE TVŮRČÍ.**

Tato kniha se dosud zabývala vším možným, aby nakonec došla k tomuto faktu. Pohybovala se v kruhu pořád kolem téhož tématu různými způsoby, aby tě znovu a znovu vracela ke stejnému faktu:

Život - to je Bůh... to znamená **Ty - se budeš pořád měnit**. Je to tvá přirozenost. Je to přirozeností **všeho**. To je důvod, proč nyní nemůžeš začít s přeměnou sebe samého. Ty se už měníš. Ode dne, kdy ses narodil (a ještě předtím), jsi nic jiného nedělal.

A proto ti tato kniha nemůže ukázat, jak máš přetvořit sám sebe, ale spíše ti má otevřít oči, aby sis uvědomil, že **ty sám už vlastně děláš to, co sis myslel, že ti tato kniha může ukázat, jak to máš dělat**.

Ty už **víš**, jak „přeměnit sebe samého“. Ve skutečnosti ty nevíš, jak to **nedělat**. Neboť ve své přirozenosti jsi tím, kdo tvoří a přetváří.

Dokud si **to** neuvědomíš, bude pro tebe nemožné vytvořit si vědomě to, co sis zvolil. Neboť nemůžeš prožívat to, co si neuvědomuješ, že tím jsi. A nemůžeš dělat to, co si nemyslíš, že bys mohl udělat.

**JE TO OTÁZKA VĚDOMÉHO TVOŘENÍ**

Existuje mnoho úrovní tvoření. (Viz kniha **Přátelství s Bohem**.)

Všichni lidé neustále něco tvoří. Otázkou není, zdali tvoří, ale zdali tvoří **vědomě** (to znamená, že si konkrétně vybírají, po čem touží a žádají si to), nebo **nevědomě** (to znamená, že pouze spatří, co si do života postavili - a diví se tomu, jak se to tam dostalo.)

Uvědomění si a skutečné pochopení toho, co tady právě bylo řečeno, ti umožní udělat obrovský krok ve tvém vývoji. Neboť pokud je tedy Princip č. 9 pravdivý (a to tedy je), pak se chystáš udělat mimořádný vývojový skok v sebeuvědomění. Uvědomíš si, že:

**Život je pohyb.**

**Všechno se pohybuje.**

**Bůh je všechno.**

**Bůh je to, co se pohybuje.**

**Všechn pohyb je změna.**

**A proto Bůh je ten, kdo se mění.**

**Ty jsi jedno s Bohem.**

**Ty jsi ten, kdo se mění**

**Každá změna je tvůrčí.**

**Ty jsi ten, kdo tvoří.**

Tady je jedna prostá moudrost, kterou musíš přijmout, pokud se chystáš změnit sám sebe podle představy, kterou sis vybral. Je to snad nejdůležitější myšlenka v **Hovorech s Bohem**.

Možná si teď myslíš, že to už víš. Možná si myslíš, že jsme věnovali příliš mnoho stránek tomu, abychom tě přivedli k něčemu, co ti je již důvěrně známo. A možná ti tato myšlenka **je** i důvěrně známá. Nemusí ti však být známa **realizace** této myšlenky, neboť kdyby tomu tak bylo, nečetl bys tuto knihu, nehledal bys to, co už máš, nesnažil bys se stále hledat cestu. Ty bys **byl cestou**. A ukazoval bys cestu druhým.

**(„Jsem pravda a život. Následujte mě.”)**

Takže dovol, abychom se shodli na tom, že všichni se pořád snažíme nezapomínat na tyto vznešené pravdy, a dovol, abychom považovali za prospěšné je pořád dokola opakovat. Především pak, jsou-li vyjádřeny novým způsobem, abychom je mohli chápat jasněji a tak se přiblížili blíž a blíž úplné realizaci, úplnému uvědomění, úplnému přijetí, úplnému vyjádření toho, kým skutečně jsme.

Nejdůležitějším faktorem v procesu přeměny sebe samého je pak pochopit a přijmout, že máš sílu to udělat. [www.andele-svetla.cz](http://www.andele-svetla.cz)

Opět zdůrazňuji, že to můžeš pokládat za něco naprosto elementárního; že ty, a možná dokonce i převážná část společnosti má už toto za sebou.

Avšak existuje mnoho organizací, hnutí, a dokonce náboženství, které nás učí pravému opaku. Tato seskupení prohlašují, že tvou jedinou nadějí je přijmout, že nejsi schopen přetvořit sám sebe, že **nejsi** schopen se změnit, že jsi ve skutečnosti **bezmocný to udělat**. (Anonymní alkoholici jsou takovou skupinou.)

V té jejich jakési převrácené psychologii učí, že tvou jedinou nadějí je přijmout svou beznaděj. V jejich paradigmatu postaveném na hlavu je tvou největší silou přijmout svou největší slabost.

Vytvořením takového paradigmatu tyto organizace a církve pak vytvářejí potřebu něčeho nebo někoho druhého, který by byl tvou silou. Tím, že připustíš, přiznáš a přijmeš svou naprostou bezmocnost, získáš „sílu“ (z jiného zdroje) změnit to, co chceš změnit.

Je zajímavé, že tato ve-všem-naruby-převrácená filozofie ve skutečnosti u některých lidí funguje. A do té míry, dejme tomu, má svoji hodnotu. Avšak pouze velmi omezenou hodnotu, neboť nabízí pouze velmi omezený pohled na sebe sama. Z dlouhodobého hlediska a ve větší mozaice však **nemůže být tento pohled nikdy posilující**.

Důvod, proč to u některých lidí - možná u mnohých - funguje, je ten, že hodně lidí - možná většina - považuje za pohodlné a uspokojujivé věřit tomu, že **nemají a nikdy** neměli moc nad svými životy. Jejich uspokojení spočívá v tom, že usoudí, že nejsou proto zodpovědní za to, jak se věci mají.

Pro některé lidi totiž platí, že když nemůžou nalézt uspokojení v tom, jak se věci mají, nalézají uspokojení alespoň ve faktu, že to **není jejich chyba**.

A samozřejmě to není jejich „chyba“. Jak zdůrazňují **Hovory s Bohem**, není to otázka chybování, je to otázka volby. Jsi tam, kde jsi, neboť sis **vybral** být právě tam. Věci se mají tak, jak se mají, protože sis **vybral**, jaké je chceš mít.

(Podrobnější diskusi na toto téma obsahuje série knih HSB. Obzvláště působivé myšlenky najdeme v **Knize 1.**)

Prvním krokem ke změně čehokoliv je akceptovat svou vlastní roli, kterou jsi sehrál v tom, že sis vytvořil vše takové, jaké je to právě nyní. To je krok jedna.

(5)

## PŘEMĚNA KROK Č. 1

**UZNEJ SEBE SAMA JAKO TVŮRCE VŠEHO,  
CO SI PŘEJEŠ VYTVOŘIT.**

### CVIČENÍ Č. 1

Udělej si následující cvičení uvedené na další stránce. Napiš si seznam pěti věcí, které se týkají tebe a tvého života tak, jakými jsou nyní a které bys chtěl změnit nebo přetvořit novým způsobem:

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_

Prosím, nečti dál, co je za tímto cvičením, aniž by sis toto cvičení opravdu udělal. Pamatuj, že sis vzal do rukou tuto knihu, protože jsi chtěl **přeměnit sebe sama v nového člověka**. A tímto tento proces právě začíná. Prvním krokem je vzít do ruky pero a vyplnit ty prázdné řádky nahoře... nebo, pokud si myslíš, že budeš chtít tuto knihu někomu půjčovat, napiš si svůj seznam na samostatný papír. Ale **udělej to**.

Dobře. Teď si udělej druhý formulář na dalším papíru, nebo použij předlohu, která je tady. Zleva do sloupce přepiš svůj seznam pěti věcí, které bys chtěl změnit, a vpravo od toho se zamysli nad tím a vyjasni si pro sebe, **co jsi udělal** pro to, aby sis vytvořil to, co bys rád změnil.

1. Chtěl bych změnit \_\_\_\_\_

Co jsem udělal proto, abych si to takto vytvořil, je

2. Chtěl bych změnit \_\_\_\_\_



Co jsem udělal proto, abych si to takto vytvořil, je

3. Chtěl bych změnit\_\_\_\_\_

Co jsem udělal proto, abych si to takto vytvořil, je

4. Chtěl bych změnit\_\_\_\_\_

Co jsem udělal proto, abych si to takto vytvořil, je

5. Chtěl bych změnit\_\_\_\_\_

Co jsem udělal proto, abych si to takto vytvořil, je

Nezapomínej přitom, že se nesnažíš změnit nebo přetvořit události, nebo dokonce okolnosti, pomocí procesu, do kterého ses pustil prostřednictvím této knihy. Snažíš se přetvořit **sebe sama**. To znamená, kým jsi a kým sis vybral být ve vztahu k lidem, místům a událostem ve svém životě, které jsi doposud prožil.

**Nemůžeš změnit události samotné** a nemůžeš ani změnit **žádné minulé okolnosti**. Je tomu tak proto, že to, co již bylo jednou stvořeno, nemůže být najednou zničeno.

Co ale **můžeš** udělat, je **přetvořit svůj současný prožitek těchto událostí** a ve skutečnosti svůj současný prožitek čehokoliv - včetně sebe **sama**.

V posledním cvičení jsi pod „Co jsem udělal pro to, abych si to takto vytvořil“ možná napsal:

„Nevím.“ Nebo: „Vůbec nic.“

Pokud jsi napsal „Nevím“ ve sloupci č. 2 vedle jakéhokoliv bodu uvedeného ve sloupci 1, vrať se k němu a podívej se na to znovu. Vygumuj nebo přeškrtni „Nevím“ a zeptej se sebe...co bych napsal, kdybych to **přece jenom** věděl ?

A teď to napiš.

Toto je důležitá součást cvičení, není to legrace. Je to proces, který s velkým úspěchem používáme na našich workshopech „přeměň sebe sama“. Takže opravdu po tobě chceme, abys udělal, co se v předchozím odstavci požaduje.

Pokud jsi to udělal, možná jsi zjistil - stejně jako mnoho účastníků našich workshopů -, že víš víc, než sis myslel, že víš, proč jsou některé věci takové, jaké jsou. Pokud pořád docházíš k odpovědím typu „Nevím“ oslov „sebe sama“, jako kdyby to byl jiný člověk, a řekni sám sobě: „Vím, že nevíš..., ale kdyby sis **myslel**, že víš, jaká by byla tvoje odpověď ?“

Dovol pak svému Já rychle objevit odpověď... a zapiš si ji tak rychle, jak tě napadá.

Možná budeš překvapen tímto procesem a tím, jak je účinný - obzvlášť pokud si vsugeruješ, že doslova „mluvíš k sobě samému“, jako kdyby tvé „já“ byl **někdo jiný**.

Lidé jsou často šokováni tím, co jim může jejich vyšší já odhalit, když nižší já (říká se mu tak pouze kvůli neexistenci výstižnějšího slova) se oprostí od svých vlastních dosavadních myšlenek, pocitů a očekávání svého Já.



Tomuto stavu se říká Božská odpoutanost. Dochází k němu, když nižší já podstoupí od dramatu, které si vytváří, a dovolí vyššímu já vše pouze pozorovat a komentovat. Jasně a bez emocí, upřímně a bez rozpaků, úplně a bez výhrad.

Budeš si uvědomovat, že tento stav pracuje pro tebe, neboť nebude existovat žádná negativita, žádné posuzování, žádný hněv, žádné rozpaky, žádný stud, žádná vina, žádný strach, žádné obviňování nebo pocit chybování - pouze prosté konstatování toho, co je. A takové konstatování může mnohé objasnit.

Takže se otevři přijetí tohoto konstatování. Dovol si vědět. Podíváš-li se pak na to, co víš, a projdeš si svá rozhodnutí, která jsi až do této chvíle ve svém životě udělal, a zamyslíš se nad nimi, dovol si upřímně, tiše, otevřeně konstatovat, zdali by sis zvolil to samé i v budoucnosti.

A nyní pochop, že se nemůžeš ani odvážit doufat, že se ti podaří uskutečnit změny ve svém životě - přetvořit sebe sama v nového člověka -, pokud a dokud nejsi schopen převzít plnou zodpovědnost za každou událost, která se až do této chvíle v tvém životě vyskytla.

**Musíš... uznat sebe sama jako tvůrce všeho, co si přeješ přetvořit**

Toto může být ta nejobtížnější část procesu, neboť uznat sebe sama za tvůrce svých prožitků pro mnoho lidí znamená **obvinít** sebe sama.

To by byl ale velký omyl, i když se to mnohým zdá naprosto logické. Podívají se na některé zážitky ve svém životě a budou se ptát: „Proč bych si proboha chtěl vytvořit **tohle ?**“ Pak budou obviňovat sami sebe za to, že byli „tak **hloupí**“ nebo tak „**naivní**“. Nebo se budou na sebe zlobit, že si tvoří a vytvářejí (v zdánlivě nekonečném opakujícím se vzorci) přesně ty zážitky, kterým se snaží vyhnout. Někteří lidé, kteří do této pasti padnou, mohou dokonce začít **nenávidět** sebe sama. Tato sebenenávist někdy (pravděpodobněji však často) vede k sebesabotování, které může vést k sebestrukci nebo destrukci prakticky čehokoliv, co má pro člověka samotného nějaký význam - vztahů, kariéry, jakékoliv možné šance na úspěch...

Je to jedna z nejnebezpečnějších pastí new age. Tak jim říkám já, neboť přesně tím jsou. A je potřeba si na to dávat velmi dobrý pozor. Jsou to mentální klece, do kterých můžeš spadnout tím, že přijmeš pouze omezeným pochopením některé aforismy new age jako pravdu.

Prohlášení jako „Čemu se bráníš, to přetrvává“, „S každými dveřmi, které se zavírají, se jiné otevírají“, nebo Jsi tvůrcem každého svého zážitku“, patří mezi tyto typické aforismy new age, a taková prohlášení mohou být omezující a svírající, pokud jsi předtím, než je začneš prožívat jako absolutní pravdu, nedospěl k jejich hlubokému pochopení.

(Plné pochopení tě samozřejmě přivede ke konečnému uvědomění si, že neexistuje nic takového jako absolutní pravda... a které eliminuje problém sám o sobě.)

A tak se snažím varovat lidi předtím, než se více pohrouží do tohoto procesu přeměny, že akceptování **zodpovědnosti** za události ve vlastním životě neznámá akceptování **viny** za ně. „Vina“ může být v jakémkoliv případě přisouzena pouze tehdy, pokud se něco stalo špatně. Takže ve tvém životě vina není relevantní, neboť ve tvém životě se **nic nestalo špatně**.

Ani v životě kohokoliv jiného.

Život je dokonalý, a když jsme schopni vidět tuto dokonalost, všechna ta vina, všechen ten hněv, všechna zranění, všechen pocit **újm a ztrát**, pronásledování nebo viny za pronásledování druhých zmizí. Bůh nestvořil nedokonalost a život **je** Bůh. A proto: život je dokonalý, stejně tak jako Bůh je dokonalý a výzvou pro nás je pouze vidět tuto dokonalost. Myšlenka „spatřuj ve všem dokonalost“ však není nic jiného než další aforismus, pokud se nebudeme snažit přijmout ji hlubokým pochopením.

Neschopnost vidět dokonalost v našich životech a v životech druhých je pouze neschopnost vidět, co má naše duše v úmyslu. Pamatuj, že duše - což je tvé přímé spojení s nekonečnem - má tady poslání, a tím posláním je vývoj.

Duše se snaží vytvořit a prožívat, kým a čím ve skutečnosti je, a použije jakýkoliv nástroj, jakýkoliv prostředek, jakékoliv setkání, jakoukoliv zkušenost, o které se domnívá, že by jí mohla být užitečná k vytváření a prožívání své identity. Žádná duše nemůže jednat na úkor druhé proti její vůli a žádná duše nemůže jednat „bezúmyslně“.

To poslední, to je nové slovo. Právě jsem si ho vymyslel. Je to opak k **úmyslně**. Důvodem, proč takové slovo nemáme, pravděpodobně je, že se tímto způsobem nic nemůže stát, a tudíž nebylo důvodu, abychom takové slovo měli.

Úmyslné jednání je možné. „Bezúmyslné“ jednání ne. Všechno chování je úmyslné. To znamená, že vychází z naší vůle. Prohlášení „nemáš žádnou vůli“ je **vždy nepravdivé**. Správnější by bylo říct „nemáš vůli to zastavit“. A to je pravda. Když jsi **měl vůli** něco udělat (to je, když jsi měl odhodlání to udělat), **nic tě nemohlo zastavit**. Neboť vůle je všechno, tvá vůle je Boží vůlí. A proto je pravdou, co ti říkávala tvoje maminka: **Kde je vůle, tam je i cesta**.

Musíš se to snažit pochopit. Snaž se uchopit plnost tohoto významu, neboť pokud se ti to podaří, budeš také vidět, že všechno je dokonalé, neboť všechno vychází z vůle a vše ve **tvém** životě vychází z **tvé** vůle.

Velcí mistři to chápou dokonale. Uvědomují si to v úplnosti.

A proto také Ježíš řekl, když jeho následovníci zvedli své meče, aby ho uchránili před vojáky, kteří ho měli vzít a dovést k soudu a k jeho ukřižování, „Ne ! Myslíte si snad, že nemůžu povolát zástupy andělů a zastavit to všechno, kdybych chtěl ? Myslíte si snad, že cokoliv z toho se děje proti mé vůli ? Domníváte se snad, že jsem tady bezmocný; že jsem bez vůle ? Říkám vám, je to opravdu síla mé vůle, která toto **způsobuje**.”

Můžeš se pak také ptát, co znamená Kristovo jiné známé prohlášení: „Nikoliv má vůle, Otče, ale tvá ?”

A tady musí být opět všechny pravdy zachovány v hlubokém pochopení a v úplnosti.

V tomto případě to byl Kristus, který také řekl, „Já a můj Otec jedno jsme.” To znamená, že jeho vůle a Boží vůle **jsou jedno a totéž**.

Co se pak dělo na Olivetské hoře, když Ježíš vyřkl tato nezapomenutelná slova ? Mistr prožíval svou chvilku slabosti. Stejně tak jako my všichni, kdy se pouze na chvíli domníval, že všechno, co se mu děje, není Jeho (Boží) volbou. Domníval se pouze na chvíli, že jeho vůle a vůle Boží mohou být odlišné. Jeho modlitba v Getsemanské zahradě je vroucím vyznáním Ježíšovy ochoty i přesto spojovat svou vůli s vůlí Boží; odevzdat se Boží vůli, o které **věděl**, když měl jasnou mysl, že je jedno a totéž s Jeho vlastní vůlí.

A nebyl to pouze Ježíš, který řekl: „Já a otec jedno jsme," ale také Ježíš, který řekl: „A vy všichni jste mými bratry."

Vezmeme-li ho za slovo, pak jsme také „jedno s Otcem" a naše vůle je také Boží vůlí. Vyhnout se tomuto závěru můžeme pouze tehdy, prohlásíme -li, že Ježíš byl lhář.

Má snad někdo zájem prohlásit něco takového ?

Poté, co jsme se dostali k novému chápání naší vlastní role přitom, jak si vytváříme své prožitky, druhým krokem v procesu přeměny sebe samého je pak uzavření všech „nedořešených záležitostí", které jsme si vytvořili svým starým chápáním.

(Pokud máš pořád problémy s uchopením tohoto nového chápání a s touto novou úrovní přijetí tvé vlastní role ve vytváření svého vlastního života takového, jakým je, přečti si, prosím, znovu **Hovory s Bohem**. Také audio kazeta „**The Band Talk**", kterou si můžeš opatřit prostřednictvím naší nadace [*dostupná pouze v angličtině, pozn. překl.*], může být pro tebe cestou k velkému prozření.)

Tento proces, při kterém uzavřeš své nedořešené záležitosti, je nesmírně důležitý. Já osobně tomu říkám americký expres transformace, neboť bez něj nemůžeš nikam jít. Podívejme se tedy na...

(6)

## PŘEMĚNA KROK Č. 2

### UZAVŘI SVÉ NEDOŘEŠENÉ ZÁLEŽITOSTI.

Předtím, než sis byl vědom role, kterou sehraýváš ve vytváření své vlastní reality, jsi možná měl tendenci vinit druhé a promítat svůj hněv na ty, které jsi považoval za hlavní viníky, jež ti ve tvém životě způsobili spoustu tvých zármutků, bolestí, ztrát a zklamání. Pokud jsi nebyl neobyčejně pilný, vytvořil sis doposud pytel vzpomínek plný lidí a událostí, které si udržuješ ve své vědomé mysli jako něco, co ti nějakým způsobem ublížilo.

Tento pomyslný pytel jsou tvé nedořešené záležitosti. Ustavičné vláčení tohoto pytle s sebou je to, co tě pozdrželo na tvé cestě směrem k osvícení. To je to, kvůli čemu ses tak často potřeboval zastavit a odpočinout si na své cestě k Bohu; na své cestě zpět domů.

To je to, co bránilo vrchovaté míře lásky vstoupit do tvého života a co ti bránilo prožít plnou nádheru z toho, kdo jsi. Neboť principem života je, že nemůžeš prožívat, kým jsi, dokud prožíváš druhé takové, jakými nejsou. A dokud děláš z druhého darebáka, pronásledovatele, štváče nebo původce tvé bolesti, říkáš o něm lež - a tudíž i o sobě. Proto si musíš dávat pozor na...

(7)

### Desátý princip:

## **ŽÁDNÉ STVOŘENÍ NENÍ ZLÉ, ŽÁDNÝ TVŮRCE NENÍ ŠPATNÝ.**

Něco je „špatné“ pouze proto, že myšlení to takovým činí. **Hovory s Bohem** opakovaně zdůrazňují, že je to tvá **myšlenka** o určité věci, která té věci (člověku, místu nebo události) dává význam. A tak, pokud mám myšlenku, která říká, že určitá věc je „zlá“, neznamena to, že je nevyhnutelně „špatná“. Ve skutečnosti je to něco, pomocí čeho my všichni tím, že to nazýváme „dobré“ a „zlé“, „v pořádku“ a „v nepořádku“, definujeme sebe sama a rozhodujeme se tak, kým jsme. Musíme mít však pořád na paměti, že si **sami** vytváříme tyto definice tím, jak se rozhodujeme. V protikladu k všeobecně rozšířenému názoru to není něco, co za nás udělal Bůh.

Krása toho spočívá v tom, že zatímco se rozhodujeme, co je pro nás důležité, můžeme se také rozhodnout, co pro nás důležité není. Zatímco se rozhodujeme, co je špatné, můžeme se také rozhodnout, co není špatné. Zatímco se rozhodujeme, co je bolestivé, můžeme se také rozhodnout, co bolestivé není.

Mnoho lidí se přesně tímto způsobem naučilo kontrolovat fyzickou bolest. A není málo těch, kteří se mohou posadit do zubařského křesla a podstoupit celou proceduru, aniž by pocítili byť jen chvilkové nepohodlí. Někteří z těchto lidí tomu říkají „ovládnutí těla myslí“. A mají pravdu. Co udělali, **bylo pouze, že se rozhodli, že zubní procedura není bolestivá.**

Využitím stejného nástroje se můžeme také rozhodnout, **že emocionální zkušenost pro nás není bolestivá.** Například smrt nebo odchod milované osoby nemusí být nevyhnutelně zdrojem bolesti - i když pro mnohé lidi tomu tak evidentně je. Zážitek, při kterém byl člověk podveden nebo nějakým způsobem zneužit, nemusí být nevyhnutelně bolestivý nebo zdrcující - i když opět pro mnohé lidi tomu tak je.

Pravda je taková, že tyto příhody ve své podstatě a sami o sobě nejsou bolestivé; dokonce ani „špatné“. Jsou pouze tím, čím jsou. A to nás přivádí k Principu č. 11.

(8)

### Jedenáctý princip:

## **NA NIČEM VE SKUTEČNOSTI NEZÁLEŽÍ, NIC NEMÁ VE SKUTEČNOSTI VŮBEC ŽÁDNÝ SMYSL.**

Život nemá žádný smysl. Jediný smysl, který má, je ten, který mu sami dáme. Stejně tak jednotlivé zážitky, jednotlivé příhody, jednotlivé události a další jednotlivosti samy o sobě nemají naprosto žádný smysl, kromě toho, který jim přisoudíme....

A smysl, který jim dáváme, se nejčastěji vůbec nevztahuje k tomu, co právě ve skutečnosti **prožíváme**, ale spíše k tomu, co nám bylo **řečeno**, že by pro nás mělo být skutečné.

A u ničeho jiného to není tak evidentní, jako v případě našeho prožitku Bohyně samotné. Například, když nám bylo **řečeno**, že Bůh je „on“, došli jsme k tomu, že jsme **akceptovali**, že Bůh je „on“. A mnozí z nás k tomu došli, aniž by se nad tím pozastavili. Ale co když je možné, že Bůh je „ona ?“ Anebo že Bůh není ani jedno ? Docházíme ke svým závěrům, které si děláme o Bohu na základě našeho prožitku energie, které říkáme Bůh ? Nebo na základě něčeho, co nám **někdo jiný řekl** ?

Rovněž nám bylo **řečeno**, že Bůh je žárlivý Bůh, pomstychtivý Bůh, který nás strašlivě nekonečně potrestá, pokud nebudeme dodržovat jeho přikázání. Ale všechno, co ve svém nitru cítíme, nám říká, že to tak nemůže být, že to nejsou skutečné kvality zbožnosti. I přesto mnozí z nás přehlížíjí svou vlastní vnitřní zkušenost a dívají do vnějšího světa a na učení druhých. Musí mít přece pravdu, říkáme si. Koneckonců, co my vlastně víme ?

## **PRAVDA, KTERÉ ŘÍKÁME NAŠE VLASTNÍ... JE OPRAVDU NAŠE ?**

Tuto chybu, že přehlízíme svou vlastní zkušenost a díváme se na učení okolního světa, děláme také v jiných oblastech. Je to z velké části především zkušenost **druhých**, která řídí naši vlastní zkušenost. Je to učení druhých, které vytváří pravdu, jenž nazýváme svou vlastní.

Dokonce i naslouchání **naší** prvotní zkušenosti není neomylné, protože dokonce i to, co jsme si **my** o něčem mysleli předtím, není naším neomylným učitelem, neboť naše prvotní zkušenost... **a způsob, jakým jsme ji zažili...** byla založena na učení a zkušenosti **jiných**. Po pravdě řečeno, zažili jsme pouze velmi málo života čistě, bez falše, bez poskvrn a bez negativního vlivu druhých.

Tady je příklad:

Většina dětí nachází rozkoš ve svém vlastním těle (neboť jejich **zážitek** z vlastního těla je **rozkošný** !) do té doby, než je vnější svět naučí, že prožívat takovou rozkoš je špatné, že dávat najevo takovou radost je nevhodné; a že ve skutečnosti přivolávat si takovou radost je hříšné. A dítě **instinktivně** ví, že neexistuje na světě nic, za co by se mělo ohledně svého těla stydět, dokud dítě nenaučí, že nestydat se **je nestydaté**.

Tato „učení“ se stala pravdou našich dětí, dokonce i když jsou v přímém rozporu se zkušeností, kterou naše děti mají, a tak v mnoha našich dětech vytvářejí po zbytek jejich života zmatek.

## **NAŠE PŘEKROUCENÉ PŘEDSTAVY PŘEVLÁDAJÍ**

V žádném případě se nejedená pouze o oblast lidské tělesnosti a sexuality, které se tyto překroucené představy týkají. Naše názory na věci (a tím i naše rozhodnutí) prakticky v každé oblasti našich životů byly přinejmenším ovlivněny a v mnoha případech velice zformovány, nikoliv naší vlastní zkušeností, ale učením, pravdami a doktrínami druhých.

Tito „druzí“ (naši partneři, příbuzní, učitelé, přátelé) to obvykle myslí dobře - i přesto to však jejich závěry a učení nečiní méně mylnými nebo jenom prostě neškodnými. Pravda je taková, že tito druzí nemůžou vědět, jaký je náš prožitek dané věci, mohou pouze vědět, jaký je ten jejich. A měli by proto být považováni za nezpůsobilé jednat jako naši posuzovatelé a soudci. Ale oni soudí... **a my jim to dovolíme.**

Nejenom že dovolíme druhým, aby nás soudili, my také **žijeme podle soudů, které učinili.**

Pouze ti silní to nedovolí. Pouze silný jedinec, který je **sám sebou**, to nedovolí. Přeměněný člověk to nedovolí. Jestliže dosud nejsi zcela přeměněným člověkem, tato kniha tě vyzývá, aby ses jím stal.

Druhým krokem v tomto procesu je uzavření svých nedořešených záležitostí. Dovol si nechat odejít všechny interpretace a „učení druhých“ ohledně prožitků, které jsi měl, a rozhodni se sám za sebe, jaký smysl v tvém životě měly a mají.

Nyní mi dovol, abych ti uvedl jeden příklad, co může tento druh svobody přinést.

Není tomu tak dlouho, co ke mně přišla hluboce zarmoucená a frustrovaná žena, neboť nebyla schopna si udržet vřelý a láskyplný vztah se svým manželem. Jedním z hlavních problémů byl, že po něm přestala sexuálně toužit. Dokonce i když věděla a oceňovala, že je to dobrý muž, že jí nikdy neudělal nic, čím by ji ranil nebo jí fyzicky ublížil, a že pro ni ani nikdy nebyl žádným způsobem sexuálně nepřitažlivý, nemohla v sobě probudit sexuální touhu po něm. A nemohla přijít na to, proč tomu tak je. Nebylo to znuděním, nebylo to kvůli těm kilům nadváhy, které nabral, ani kvůli těm vlasům, které mu vypadaly, nebo kvůli čemukoliv tak povrchnímu. V jistém smyslu, jak mi řekla, by si přála, aby něco z toho bylo příčinou jejího odcizení - pak by tomu přinejmenším mohla porozumět.

Bližší prozkoumání celé záležitosti týkající se sexuality této ženy odhalilo zdroj problému. Jako dítě byla sexuálně zneužívána. Opakovaně svým příbuzným (nebyl to však nikdo z její nejbližší rodiny).

Ovšem není to tak jednoduché, jak si možná myslíš, neboť důvod toho, že ji manžel sexuálně nepřitahoval, nespočíval v tom, že ji jako dítě zneužíval muž, a tudíž už nechtěla mít nic společného se sexem. Zcela naopak. Ve skutečnosti měla potěšení ze sexuálních prožitků, které jako dítě zažila - a v tom byl její konflikt. To, že své sexuální prožitky v dětství považovala za příjemné, způsobilo její současné potíže.

Konflikt ještě narostl tím, že zatímco ona neměla v důsledku svých sexuálních styků v dětství pocit jakéhokoliv ublížení, bylo jí často sdělováno, někdy přímo, někdy nepřímo, že takový pocit mít měla. To však nebylo v souladu s jejím prožitkem, ale neměla se s tím na koho obrátit. Dokonce to bylo ještě horší - opravdu. Neboť při několika příležitostech, když se cítila dostatečně bezpečně na to, aby přiznala, že se necítí nijak ublížena, jí bylo nejenom řečeno, že by se tedy ublížena cítit měla..., ale také, že s největší pravděpodobností ji tím vším ublíženo bylo a ona si to pouze neuvědomuje.

Byla donucena bolestivě si uvědomovat „horor“, který jí tento muž způsobil. V ženských svépomocných terapeutických skupinách stejně jak u poradců, ke kterým chodila pro pomoc, jí bylo řečeno, jak rozhněvaná by kvůli tomu měla být a jak rozhněvaná by byla, kdyby jen věděla, jak moc jí tím ten muž ublížil.

Prakticky jí bylo řečeno, že jí ublížil tak hluboce, že si to **ani neuvědomuje.**



Jednou, když statečně prohlásila před svojí skupinou, že **necítí** žádný hněv a že s plným soucitem chápe (avšak neomlouvá) tuto odpornou touhu, strašnou nemoc a nepatřičné a trestuhodné chování tohoto muže, jí řekli, že vlastně potlačuje svůj hněv, a měla by se proto naučit ho vyjádřit a uvolnit.

Chvíli to zkoušela, ale byla to pouze přetvářka -pokaždé mizerný výkon. Hluboko ve svém nitru jednoduše **nebyla rozhněvaná**. Dokonce hluboko ve svém nitru dokonce uvažovala, zdali ve skutečnosti určitým způsobem nepovzbuzovala toho muže, aby v tom pokračoval, když svým chováním dávala jasně najevo, že to, co se tehdy odehrávalo, jí bylo příjemné.

Když se **s tím** svěřila své skupině, řekli jí, že je disfunkční přebírat zodpovědnost za nepatřičné chování tohoto muže. Zatímco toto prohlášení by dávalo smysl v rámci charakteristiky teorie dysfunkčních systémů, nedávalo žádný smysl v rámci charakteristiky její vlastní **zkušenosti**.

A jak jsme tady již řekli, její pocit hanby nebyl způsoben tím, co se přihodilo nebo co při těchto setkáních s oním starším mužem udělala. **Byl to fakt, že se kvůli tomu necítla špatně a že se jí to ve skutečnosti líbilo.**

Také zde byl další bod jejího konfliktu. Tato žena chtěla odpustit muži, který ji zneužíval. Chtěla nechat **odejít** nepříjemné pocity, které, jak jí bylo léta domlouváno, by měla cítit. Byla ale požehnána tím, že se jí dostalo hlubokého pochopení. A když přijde pochopení, hněv se vytratí. Dost dobře věděla, že její zážitky nebyly přiměřené jejímu věku a že byly trestným činem, který spáchal její příbuzný vůči její dětské nevinnosti. Ale stejně nemohla být rozzlobená. Smutná možná, ale nikoliv rozzlobená. Proč? Protože věděla příliš mnoho na to, aby byla. Měla příliš mnoho soucitu, příliš mnoho pochopení pro lidské slabosti, než aby rozzlobená byla. Svému příbuznému dávno předtím ve svém srdci odpustila. Druhým důvodem, proč nemohla pociťovat hněv, bylo, že sexuální prožitky byly pro ni příliš příjemné, než aby předstírala, že to byly nejtemnější hodiny jejího života. A to jednoduše nebyly.

## NA SVAČINĚ SE ŠEVCEM

Ovšem - a v tom je ta ironie - byli to ti **druzí**, kteří jí ztěžovali odpustit a zapomenout, podívat se na situaci moudře a žít bez pocitu studu. Jako Alenka na svačtině se Ševcem, když zjistila, že její „realita“ je pochybná, překroucená a pomýlená.

A tak, aby věci „napravila“, nevědomě se rozhodla, že se už **nikdy více** nebude radovat z toho, z čeho se radovala „nesprávně“.

Překvapující na tom je, že přes všechna ta poradenství a ženské svépomocné terapeutické skupiny jí ani jeden člověk neřekl zcela zřejmou věc: že je naprosto pochopitelné, že ji mohl těšit sexuální zájem staršího příbuzného. Že je naprosto přirozené, že mohla na sexuální podněty reagovat a že není vůbec „špatné“ nebo „hanebné“, že její tělo tímto způsobem reagovalo.

Dokud tedy měla pocit, že je „špatné“, že její tělo reagovalo na sexuální podněty pozitivně, otevřeně a žádostivě, když byla malá, **nikdy** by nedopustila, aby tak reagovalo v dospělosti.

Pro tuto ženu se vše změnilo, když si konečně uvědomila, že bylo naprosto **přirozené**, že její tělo reagovalo na kontakt se starším příbuzným tak, jak reagovalo, a že je **zcela**

**v pořádku**, že jí byla taková reakce příjemná. Tento nový názor dramaticky změnil její uvažování o své vlastní sexualitě. Dal jí povolení znovu se vrátit do dětství k setkáním se starším příbuzným, a k tomu, jak to **sama prožívala**, spíše než k tomu, co jí bylo sdělováno nebo co pociťovala, že se od ní očekává. Přinejmenším si dovolila uvolnit dlouholeté pocity studu.

Brzo zjistila, že během nynějších sexuálních zážitků je více schopna **zůstat se svým prožitkem**, než aby se stáhla a vrátila ke svým interpretacím zážitků z dětství - interpretacím postaveným zejména na postojích druhých, nikoliv na základě toho, co se ve **skutečnosti odehrávalo**.

Použil jsem tento skutečný příklad ze života a věnoval jsem tomu hodně prostoru, protože si myslím, že dramaticky ilustruje, jak přiřazujeme cizí interpretace našim vlastním zkušenostem.

Tímto příkladem se však nesnažím prosazovat názor, že každé sexuální zneužívání dětí je neškodné nebo že za takové zneužití je, v jakékoliv míře, vinno dítě, a ani to, že dítě může mít potěšení z tělesné stimulace a emocionální a psychologické pozornosti a že to činí tento prožitek „správným“ nebo „ne až tak špatným“. Nesnažím se tady názorně ukázat ani jedno z toho.

Co se ve skutečnosti snažím názorně ukázat, nemá nic společného se sexuálním zneužíváním. To je pouze něco, co obsahoval tento konkrétní příklad. Příklad byl jednoduše ilustrací toho, jak naše mysl může vytvořit naši realitu - a jak lehce může být to, co si myslíme, ovlivněno tím, co si myslí druzí, nebo co nám říkají druzí, že bychom si **my** měli myslet.

Byl to názorný příklad toho, jak rychle a ochotně většina z nás přejde od **zkušenosti** k **úsudku** (obyčejně založeném na úsudku někoho jiného) ohledně nějakého člověka nebo situace. A chtěl jsem ukázat, že - popravdě řečeno - na ničem ve skutečnosti nezáleží, s výjimkou toho, co my sami **zapříčiníme svým vlastním rozhodnutím**. Pouze na tom záleží.

A nyní další cvičení. Tato cvičení poskytují praktické nástroje, pomocí kterých můžeš aplikovat to, co se tady dozvídáš. Abys z této knihy získal co nejvíce, nedělej, prosím, to, že si toto cvičení pouze přečteš a otočíš list.

## CVIČENÍ Č. 2

Vezmi si, prosím, nyní list papíru a udělej si seznam pod hlavičkou: Pět nejnegativnějších zážitků mého života, které mne nejvíce poznamenaly.

Dobře. Teď důkladně zvaž svůj seznam. Ujisti se o tom, že sis vybral pět těch nejhorších a nejnegativnějších zážitků. Je-li pro tebe bolestivé si je připomínat, přenes se přes to a i tak to udělej. Nebo ještě lépe, **rozhodni se, že toto cvičení pro tebe není bolestivé**.

A teď pod tímto seznamem a na stejný list papíru napiš, co se stalo. Myslím tím, co se při této negativní zkušenosti **skutečně stalo**. Nikoliv to, co sis o tom myslel, ale co se skutečně **odehrálo**.

Uvedu ti příklad a udělám tady takový seznam.



## PĚT NEJNEGATIVNĚJŠÍCH ZÁŽITKŮ MÉHO ŽIVOTA, KTERÉ MNE NEJVÍCE POZNAMENALY

1. Sdělení mé ženy, že je těhotná s jiným mužem a že si hodlá toto dítě nechat.
2. Smrt mého bratrance ve Vietnamu. 3. Boj mé 17leté dcery s rakovinou.
4. Sebevražda mého bratra.
5. Reakce mého otce, když jsem promoval na Vysoké škole vojenského námořnictva v Parris Island: „Nikdy jsem si nemyslel, že to dokážeš.“

## CO SE VE SKUTEČNOSTI BĚHEM TĚCHTO PŘÍHOD STALO

1. Moje žena řekla něco, co se mi nelíbilo. Týden nato jsme se rozešli.
2. Můj bratranec opustil své tělo.
3. Moje dcera podstoupila rozsáhlou operaci a mohla zemřít. Nezemřela, žila ještě dalších 20 let.
4. Můj bratr opustil své tělo způsobem a ve chvíli, které si vybral.
5. Můj otec mi řekl něco, co se mi nelíbilo.

Dobře. To byl můj dvoudílný seznam (směsice skutečných životních prožitků některých lidí, které znám). Nyní si udělej svůj vlastní seznam.

Až budeš přemýšlet nad druhou částí seznamu, zaměř se opravdu na události, které se skutečně staly, nikoliv na to, jak jsi dovolil, aby tě tyto události ovlivnily. Například když máš u prvního bodu „Můj otec na mne jednou řval kvůli známým přede všemi mými kamarády“, je velmi pravděpodobné, že jsi v druhé části seznamu napsal: „Byl jsem natolik zahanbený, že jsem chtěl zemřít.“ Avšak co po tobě chci, abys v druhé části napsal, je jednoduše popis toho, co se ve skutečnosti stalo. V tomto případě můžeš třeba napsat: „Můj otec zvýšil hlas a řekl mi osobní věci v přítomnosti mých kamarádů.“

Už se dostáváš do obrazu ? Nepřipomínej si, jaký jsi na to měl názor, jednoduše napiš, co se ve skutečnosti stalo. Jaký jsi na to měl názor **je část, kterou si vytváříš.**

Takže se do toho pusť. Napiš si svůj seznam s pěti body.

Báječné. A nyní si provedeme malý experiment. Chci, aby sis udělal třetí seznam, nadepsaný VÝSLEDEK TOHO, CO SE STALO.

Podívej se na body na prvních dvou seznamech a nyní upřímně zhodnoť, co vyplynulo z toho, co se stalo. (Nikoliv to, co vyplynulo z toho, jaký jsi na to měl **názor**. To můžou být dvě různé věci. Pouze se podívej na to, jak se věci nakonec vyvinuly.)

Máš to ? Dobře. Snaž se nedívat na další stranu, dokud nemáš svůj seznam hotový. Až dokončíš své poznámky, porovnej svoji třetí část s naší hotovou třetí částí na další straně.

K naší třetí části jsem dospěl skutečnými rozhovory s vybranými přáteli, od nichž jsem převzal tyto příklady, přičemž jsem je požádal, aby popsali dlouhodobé důsledky svých

zážitků. Jelikož jsem si uvědomoval, že to byly události, které je velice zasáhly, požádal jsem je, aby byli co nejobjektivnější.

Je zajímavé, že tyto důsledky byly v každém případě pozitivní. Nemusí tomu tak nevyhnutelně být v tvém případě, ale v těchto uvedených případech tomu tak bylo. Podívejme se na to.

## **DŮSLEDEK TOHO, CO SE STALO**

**1. V některých ohledech ji mám více rád než předtím. Naučil jsem se milovat ji bezpodmínečně. A ve svém vlastním životě jsem našel svobodu, kterou jsem nikdy nepoznal, když jsem byl s ní.**

**2. Život šel dál. Udělal jsem si několik vlastních názorů o využití války jako prostředku pro řešení neshod; pak to bylo v pořádku a bylo to absurdní.**

**3. Dospěl jsem k tomu, že jsem si začal více cenit vztahu s dcerou a náš vztah rozkvetl.**

**4. Dospěl jsem k tomu, že jsem začal úplněji chápat lidskou bolest a intenzitu, do jaké může dospět. A rozhodl jsem se, že nikdy nebudu posuzovat druhé způsobem, který by jim působil bolest. Začal jsem si cenit života více než kdykoliv předtím.**

**5. Naučil jsem se žít s otcovými myšlenkami a názory na věci, dokonce i když se neshodovaly s mými. Naučil jsem se, že já nejsem „můj otec“, ale že já jsem já. A tím jsem začal dávat mému otci prostor být tím, kým je, začal jsem jej mít rád bez podmínek, což nám oběma umožnilo, že v době, kdy zemřel, jsme si byli velmi blízcí**

Smyslem tohoto cvičení bylo umožnit ti vidět, jak konečný výsledek prožitku je častěji způsoben naší interpretací a naším vnímáním toho prožitku než prožitkem samotným.

Ve skutečnosti o to jde vždycky.

A jakkoliv se to vezme, na ničem v podstatě nezáleží. Příčinou toho, že na tom záleží, a způsob jakým na tom záleží, je naše představa, naše myšlenka - a tato představa se zakládá buď na naší skutečné zkušenosti, nebo na našich překroucených představách.

Pokud si to člověk uvědomí, uzavření vlastních nedořešených záležitostí se stane snadným. Jsme svědky velké pravdy, kterou vyslovil Walt Kelly ve svém úžasném postřehu ústy komiksové postavičky Poga:

**„Potkali jsme se s nepřítelem... a byli jsme to my sami. “**Jsme svědky toho, jak jsme byli sami sobě nejhorším nepřítelem.

## **JAKOU ROLI MÁ MLUVIT PRAVDU**

Dalším krokem, pokud chceme uzavřít své nedořešené záležitosti, je říct pravdu každému o všem, o čem víme.

Tady je pět úrovní pravdomluvnosti:

1. Říkej pravdu sobě o sobě.
2. Říkej pravdu sobě o druhých.
3. Říkej pravdu druhým o sobě.
4. Říkej pravdu o druhých.
5. Říkej pravdu každému o všem.

Snaž se pozvednout co nejrychleji k těmto pěti stupňům mluvení pravdy. Říkej pravdu každému o všem. Je to úžasný způsob, jak žít, a je to hlavní krok při přeměně sebe samého. Vyžaduje nebojácnost, ale nikoliv hrubost; kuráž, ale nikoliv necitlivost. Neboť nebojácnost není netaktnost a kuráž není společenské faux pas.

Své nedořešené záležitosti uzavřeš v okamžiku, jakmile o nich řekneš pravdu, ať by byla **jakákoliv**.

Abys uzavřel své nedořešené záležitosti, udělej si třídílný seznam **všech** hlavních negativních zážitků ve svém životě, jako jsi to udělal v případě těch pěti nejdůležitějších. Udělat si takový seznam ti může zabrat nějaký čas — možná ho budeš chtít psát i několik dní -, takže si dopřej dostatek času, který na to potřebuješ.

Když sis udělal svůj seznam a dokončil svou práci, zamysli se nad tím, co ti to přináší. Nyní na samostatný listu papíru napiš jména kterýchkoliv lidí, o kterých si myslíš, že s nimi máš nějaké „nedořešené záležitosti“ ohledně kterýchkoliv těchto věcí; jedno jméno na jednu stranu.

Tito lidé tady mohou dosud žít ve svých fyzických tělech nebo možná již opustili svou pozemskou existenci. Na tom nezáleží. Prostě napiš jejich jména; vždy jedno jméno na jednu stranu.

Nyní pod každým jménem na každé straně dokonči následující větu:

**Co se ti bojím říct, je...**

Dokonči toto sdělení pravdivě, upřímně a úplně.

Nyní si vezmi další stránku a udělej totéž se jménem, které je tam uvedeno. A pokračuj s doplňováním těchto sdělení pro každého člověka, jehož jméno najdeš na každé další stránce.

Dobře. A nyní, pokud člověk, kterému jsi adresoval své sdělení, ještě pořád žije, **dej mu papír, na který jsi psal**.

Máš-li pocit, že to nemůžeš udělat, zeptej se sám sebe proč. Cítíš se v nebezpečí? Co si myslíš, že by se ti stalo, kdybys pociťoval strach, a přesto bys to udělal? Jakému důsledku se snažíš vyhnout? Jaký jsi z toho měl prospěch, že ses vyhýbal tomuto důsledku v minulosti? Jaké by to pro tebe bylo, jednoduše říct tomuto člověku pravdu? Bylo by to osvobozující? Čeho se obáváš, že by se mohlo stát, kdybys byl osvobozen od žití v této lži?

To je to, co myslíme tím uzavřením tvých nedořešených záležitostí. Nemůžeš udělat žádný skutečný pokrok v přeměnu sebe samého, pokud a dokud tento úkol nesplníš.

A teď, pokud člověk, jehož jméno jsi na stránce napsal, už tady není ve svém fyzickém těle, máš možnost udělat jakýsi vnitřní dialog s touto bytostí.

Najdi si místo ve své kuchyni nebo obývacím pokoji, kde můžeš postavit dvě židle s opěradlem. Postav židle asi tři stopy od sebe, čelem k sobě. Posad' se do jedné ze židlí a do druhé židle pomyslně posad' osobu, které jsi psal.

Je to mentální „hra“, ale stejně ji udělej. Jednoduše chvíli v tichosti sed' ve své židli a představuj si, jaké by to bylo, kdyby tam ten druhý člověk také skutečně seděl. Pokud to tak cítíš, řekni této druhé bytosti „ahoj“, přivítej ji v místnosti a řekni jí, žeš na ni myslel tímto jedinečným a zvláštním způsobem, neboť existuje něco, co bys chtěl, aby věděla. Pak jí přečti své sdělení; to, které začínalo: **Co se ti bojím říci, je...**

Jen co dokončíš své sdělení, pouvažuj nad tím, jak se cítíš. „Cítíš-li“ nebo „tušíš-li“, co si myslíš, že by ti druhá osoba teď ráda řekla, okamžitě se přesuň do židle naproti a podívej se zpět na sebe, jak sedíš v židli, kterou jsi právě opustil, a řekni slova určená **pro sebe**.

Když máš pocit, žeš řekl přesně to, co ti chtěl druhý člověk právě říci, vrať se do své židle a odpověz.

Pokračuj v tomto „dialogu“, dokud z toho máš dobrý pocit. Povšimni si, když máš pocit, že je proces u konce.

Tomuto se říká vnitřní dialog. Může to být úžasný proces, a někdy je dokonce efektivnější, když se provádí v přítomnosti druhé osoby. Najdi si proto někoho, kdo tě má rád, kdo může porozumět tomuto procesu a tomu, čeho se snažíš dosáhnout.

A čeho se **snažíš** dosáhnout? Snažíš se jednoduše zbavit některých pocitů, přenést se přes nějakou pravdu, vyjádřit některé důležité myšlenky, říct něco, co potřebuje být řečeno - a co potřebuje být vyslyšeno. A slyší skutečně člověk, kterému jsi psal původní sdělení, co mu potřebuješ říct?

**Věřím, že odpovědí je ano.**

Avšak tato otázka je nepodstatná, neboť užitek z toho získáš bez ohledu na to, zdali je to vše pouze „mentální hra“ nebo zdali tady skutečně probíhá dialog mezi dušemi.

Existuje také mnoho dalších cest, jak „uzavřít své nedořešené záležitosti“. Workshopy, různé pobyty a semináře patří mezi ty nejčastější.

Programy, přednášky, kázání, knihy... svět je plný nástrojů a příležitostí, a tato kniha **může** k tomuto účelu také výborně posloužit.

Pokud tomu tak je, budeš se pak cítit tak posílený, tak oživený a tak znovu obnovený, že se budeš zajisté divit, co ti tak dlouho na tom trvalo a proč jsi čekal až doposud, místo toho **aby ses s těmi všemi věcmi již předtím vypořádal**.

A to tě přivede ke Kroku č. 3:

## PŘEMĚNA KROK Č. 3

### ROZHODNI SE, CO JE PRO TEBE PRAVĚ TEĎ PRAVDIVÉ.

Proces přeměny je **rozhodnutí**, nikoliv **objev**. To znamená, že to není něco, co o sobě zjistíme, ale co si pro sebe vybereme.

Udělat tato nová rozhodnutí může být obtížné, pokud jsme zatíženi našimi starými myšlenkami, našimi starými ideami, našimi starými mentálními konstrukcemi o minulosti. A právě proto je potřebné, abychom nejdříve uzavřeli své vlastní nedořešené záležitosti. Jakmile jsme s tím hotoví, otevře se pro nás prostor, který můžeme naplnit novým výtvořem, novou představou, novou myšlenkou o tom, kým a čím jsme.

Už nadále nemusíme fungovat na základě navyklého... Já nemám štěstí", Jsem ošklivý", „Nejsem hodný", Jsem vždycky obětí" nebo Jsem bezcenný". Přinejmenším můžeme vycházet z přesvědčení, že: Jsem báječný ! Jsem nadaný ! Jsem skvělý !" A dokonce: Jsem původcem svých vlastních zážitků a každý zážitek, který jsem si věnoval, posloužil dokonale k vytvoření toho, kým jsem a kým jsem si zvolil právě nyní být."

A to je velmi posilující prohlášení. Je to prohlášení, které nás vyvede z místa a role oběti a z toho, že zůstaneme pouze u následků svého života, a přivede nás na místo čisté tvorby.

Je to začátek přeměny.

Okamžiku čisté tvorby jsme dosáhli, když jsme realizovali a prohlásili, že jsme v tomto okamžiku **vždycky** byli, a to v každé hodině svého života.

Není důležité pochopit, **proč** jsme si vytvořili to, co jsme si vytvořili, proč jsme si vybrali zažít jednotlivé životní události určitými způsoby. Učinili jsme tak, a tak to je. Přestaň se sám sebe na to ptát. Přestaň se ptát proč. Otázka „Proč ?" je ta nejnepodstatnější otázka v celém lidském dobrodružství. Je to nesmyslná, zbytečná, marná otázka neplodící nic jiného než další otázky se stejně zbytečnými odpověďmi.

Existuje pouze **jediná** otázka, která má v dané chvíli vůbec nějakou hodnotu, nějakou cenu, nějakou důležitost: Co si teď vyberu ? Na tom jediném záleží; to jediné je důležité. Odpověď na tuto otázku je klíčem k tvé budoucnosti. Je to palivo, které pohání stroj tvé zkušenosti. A pamatuj, **nerozhodnout se znamená rozhodnout se**. Neboť nezvolit si něco **specifického** znamená zvolit si cokoliv, co ti život přinese. A to není moc posilující, že ne ? Takže nyní vstupme do dalšího procesu. Prosím, vezmi si list papíru, který jsi použil při Cvičení č. 2, a použij jej znovu pro...

## CVIČENÍ č. 3

Prozkoumej pozorně „Pět nejnegativnějších zážitků svého života", které tě nejvíce poznamenaly. Přečti si vyjádření, které jsi napsal pro každý z pěti zážitků v „Části 2 a 3". Teď se pro každý z bodů 1 až 5 **rozhodni, kým a čím sis vybral, ve vztahu k těmto zážitkům, nyní být**. Například, když jsi byl sexuálně obtěžován nebo znásilněn jako dítě

a je to jeden z bodů v tvém seznamu, rozhodni se kým a čím sis vybral ve vztahu k tomuto zážitku být. Vybral sis být nahněvaným ? Vybral sis být smutným ? Vybral sis být podezřivým ? Vybral sis být sexuálně frigidním ? Vybral sis být disfunkční ve svých vztazích ? Vybral sis setrvávat v pocitu oběti a žít v roli oběti ? Vybral sis být uzdraveným ? Vybral sis žít z pochopení, soucitu, odpouštění a lásky ?

Co si vybereš ?

Co si **vybereš** ?

Udělej si následující tabulku a vyplň prázdné řádky:

Negativní zkušenost	Kým jsem si nyní vybral být ve vztahu k této zkušenosti	Co jsem si kdysi vybral

Udělej teď jednotlivá rozhodnutí a vyplň druhý sloupec. Z těchto rozhodnutí vyvstane tvé nové Já, takže je udělej pečlivě; udělej je s jasným záměrem, udělej je vědomě, to znamená s plným vědomím.

Podívej se, s ohledem na těchto Pět nejnegativnějších zážitků tvého života, které tě nejvíce poznamenaly, jestli je nějaký rozdíl mezi tím, co sis nyní vybral, a tím, co sis vybral kdysi.

Pokud v tom rozdíl je, podívej se, zda se v průběhu období projevil posun v kvalitě tvého života, který vyplývá z této tvé nové myšlenky.

## SVĚT JE PLNÝ CHODÍCÍCH SPÁČŮ

Tolik lidí chodí po světě nevědomě. Můžeš si toho všimnout na jejich tvářích v nákupním středisku. Nedostatek vědomí. Nedostatek zájmu o cokoli, co **má** něco společného s „vědomím“ nebo s „vědomým pohybem“.

Tito lidé často vypadají jako chodící mrtvoly. Na tvářích nemají žádný úsměv. Jejich krok nemá žádný impuls. V jejich tělech není žádná energie.

Je smutné ryto lidi pozorovat. Nejsmutnější však je, že oni ani nevědí, co si způsobují. Tak velmi ztratili kontakt se svými pocity, že často ani **nevědí - neuvědomují** si vědomě -, že jsou hluboce nešťastní (a tím méně proč).

Není to tak dávno, co na jednu z mých přednášek přišla jedna žena. Vypadala velice nevlídně. Její obočí bylo hluboce sraštěné, kolem očí měla černé kruhy a její rty byly

sevržené a sešpužené. Během prvních čtyřiceti minut přednášky se ani nezasmála. Dokonce se ani nepousmála. Nakonec jsem se jí pak řekl: Jakkpak se dnes večer máte ?"

„Co tím myslíte ?" zeptala se podezřívavě.

„Myslím tím, jste šťastná ? Jste šťastný člověk ?"

„Jo, jsem šťastná," připustila. „Nuž," řekl jsem jí, „měla byste o tom říci svému obličejí."

Pobídl jsem ji, aby se usmála, malinko ji rozzářil, rozjasnil malinko její oči. Tato žena byla tak nešťastná, že ani nevěděla, že je nešťastná. Neštěstí se tak řečeno stalo způsobem jejího života - zdálo se jí to **normální**. Lidé, kteří vypadali společenší, zábavní, radostní a otevření, se jí zdáli být **abnormální**. Skutečně si o nich **myslela**, že jsou „abnormální".

Když se na takové lidi dívala (jak jsem se dozvěděl později), divila se, co chtějí; proč hrají to divadlo a jak to mohou tak dobře předstírat. Skutečným překvapením pro ni bylo, když zjistila, že většina z těchto lidí nehrála divadlo, **nic** po ní nechtěli a ani by nemohli „předstírat" tak přirozenou vřelost a **gemüchlichkeit**, ani kdyby se snažili.

Jedním z důvodů, proč se v dnešní době o tolika osobních a spirituálních aktivitách říká, že jsou součástí „vědomého hnutí", je, že je mimo naše **vědomé uvědomování**, co se s námi děje, jaké změny, proměny a pokroky se nám dějí.

(10)

### Dvanáctý princip:

**VĚDOMÁ VOLBA VYTVÁŘÍ NOVÉ VĚDOMÍ.  
NOVÉ VĚDOMÍ VYTVÁŘÍ NOVOU ZKUŠENOST.**

Veškerá zkušenosti vzniká z vědomí. Veškeré vědomí vzniká z bdělých voleb. Pokud máme přetvořit sami sebe, musíme přestat kráčet v ospalosti a začít kráčet s bdělostí. Musíme žít v uvědomělosti. Musíme postoupit k nové úrovni vědomí.

### ROZŠÍŘ SVÉ ROZHODOVÁNÍ I NA BUDOUCNOST

Jakmile sis jednou zvolil, **jaký** aspekt sebe si nyní přeješ prožívat ve vztahu ke své minulosti, rozšiř své rozhodování i na svou budoucnost. To znamená - rozhodni se teď, kým a čím jsi a kým a čím si **volíš být** ve vztahu nejenom k událostem, které se **staly**, ale i k událostem, které se teprve **stanou**.

Copak to je ? Nemožné, říkáš ? Vůbec ne. Ve skutečnosti je to poslední krok v procesu přeměny.



## PŘEMĚNA KROK Č. 4

### ROZHODNI SE, JAKÁ BUDE TVÁ BUDOUCÍ SKUTEČNOST.

Všeobecně není známo nebo chápáno, že si můžeš **předem vybrat** nálady, reakce, odpovědi a zážitky, které **budeš mít** v budoucnosti. Stejně jako předtím, než se posadíš do zubařského křesla, se můžeš rozhodnout, že „to nebude bolet“, můžeš se také ve vztahu k jiným zážitkům předem rozhodnout, jaké ty zážitky budou.

Můžeš si zvolit tyto odezvy a reakce úmyslně a vědomě a s takovým předsevzetím, že tě od nich nemůže nic odradit. V momentě, kdy to uděláš, stáváš se nejenom mistrem svého osudu, ale i mistrem života samotného.

Největší ironií je, že všichni **víme, že jsme schopni to udělat** - jak jsme to ilustrovali na příkladu se zubařem. Všichni děláme přesně toto, že se **předem** rozhodujeme, jak se budeme v dané situaci cítit. A přece - z důvodů, které nám nejsou zcela jasné - odmítáme tuto již zdokonalenou dovednost aplikovat v naprosté většině okamžiků každodenního života. Volíme si a využíváme této výjimečné dovednosti spíše zřídka - snad jenom při několika příležitostech **za život**.

Tento postřeh nás vede k otázce, která mění celý život:

**Co by se stalo, kdybychom využili tuto naši schopnost každou hodinu každého dne každého roku našich životů ?**

Odpovědí samozřejmě je, že bychom zřídka kdy, jestli vůbec někdy, zažili okamžik bolesti, okamžik sklíčenosti, okamžik hořkosti, hněvu nebo frustrace. Naše životy by byly v dokonalém pořádku a my bychom to věděli, neboť bychom my sami byli **příčinou** toho, že tomu tak je.

**Události** našeho života se nemusí nevyhnutelně změnit, podmínky se nemusí nevyhnutelně zlepšit, ale náš **prožitek** těchto událostí se změní navždycky.

Koneckonců, nebudeme takové momenty již vůbec opakovat, **protože je ovládneme**. Naučíme se je vítat, cenit si jich a žehnat jim jako těm nejvznešenějším darům nejvznešenějšího Stvořitele, darům, které nám umožní být, vyjádřit, zažít a naplnit, kým ve skutečnosti jsme.

Největší ironií je, že tím, že se naučíme vítat chvíle, které bychom předtím nazývali zmatkem a negativitou, takové situace odejdou, protože to, **čemu se bráníš, přetrvává, a na co se díváš, to mizí**.

Toto je způsob, který vede k přeměně sebe samého v nového člověka a k úplné proměně prožitků vlastního života.

A tak naše poslední cvičení v této knize může být snad tím nejpůsobivějším. Tady je.



## CVIČENÍ č. 4

Udělej si seznam budoucích zážitků, o kterých se domníváš, že by tě pravděpodobně mohly potkat. Samozřejmě nemůžeš předpovídat všechny, ale určitě je několik takových, které předpokládat **můžeš** a které jsou přinejmenším velmi pravděpodobné.

Pro účely tohoto cvičení začni s těmi, se kterými se určitě setkáš. Podívej se na první dva nebo tři příklady na vzorovém seznamu, který jsme tady dále pro tebe připravili...

### **NĚKTERÉ ZÁŽITKY, KTERÉ BY MNE PRAVDĚPODOBNĚ MOHLY V BUDOUCNOSTI POTKAT.**

Uvážnu v dopravě.

Budu mít roztržku s manželem/manželkou.

Ztratím někoho, koho opravdu miluji. Budu konfrontován s osamělostí. Nebudu mít tolik peněz, kolik bych si přál.

Ted' si ke každému bodu zapiš nový prožitek, který si nyní zvolíš, v případě, že by se v tvém životě tyto situace vyskytly.

Dívej se na tento seznam každý den, aby ti připomínal, co sis nově zvolil. Pamatuji, že čemu se bráníš, přetrvává; na co se díváš, to mizí.

Když jsi konfrontován se zážitky, které jsi předpokládal, že tě mohou potkat (nebo se přihodí něco velice blízké tomu), pamatuji, jak sis zvolil, že budeš prožívat tento okamžik. Pak trvej na tom, abys jej prožil právě tímto způsobem.

Tomu se říká **ovládnutí okamžiku**.

Jakmile ovládneš více a více takových okamžiků, rozšiř svůj seznam o další možné nebo pravděpodobné budoucí události a příhody a opět si vědomě zvol, kým a čím jsi a kým si přeješ být ve vztahu k těmto situacím.

Když se utkáš s okamžikem, který jsi předpokládal, vzpomeň si na to, co sis vědomě zvolil, a na postup k tomuto prožitku.

## **A CO KDYŽ SPADNEŠ ZPĚT DO STARÝCH ZVYKŮ A STARÝCH MODELŮ ?**

Pokud neuspěješ s přeměnou sebe samého v nového člověka - od hlavy až k patě - za jeden den, jeden týden nebo jeden měsíc, neztrácej odvahu. Buď vytrvalý. Možná se opět přistihneš, jak upadáš zpět do starých vzorců a starého chování, když se setkáš s něčím, co jsi předpokládal, že tě pravděpodobně potká. Pokud se ti to stane, pouze si uvědom, co sis zvolil - **a zvol si znovu**.

Neobviňuj se za to. Nedovol, abys odsuzoval sám sebe. Jednoduše si všimni, co si volíš..., a zvol si znovu.

**Neustále si vol tu nejkrásnější  
verzi té nejkrásnější představy,  
jakou jsi kdy o sobě měl.**

**Neustále si vol, co by si zvolil Bůh  
Zůstaň uvědomělý, buď bdělý  
a přejdi k další příležitosti  
přeměnit sebe sama  
v nového člověka.**

A především neztrácej odvahu, když se život začne projevovat mnohem obtížnějšími a obtížnějšími způsoby. Neboť jakmile se rozhodneš, kým jsi a kým sis vybral být, všechno opačné začne vstupovat do tvého života. Je tomu tak proto, že nemůžeš být tím, kdo jsi v nepřítomnosti toho, co nejsi.

Nemůžeš být hubený v nepřítomnosti toho, co je tlusté. Nemůžeš být vysoký v nepřítomnosti toho, co je malé. Nemůžeš být velký bez toho, co je drobné. Chladný bez toho, co je teplé. Nic jiného nemůže být bez jeho opaku. Toto je do detailu vysvětleno v **Hovorech s Bohem** a znovu v knize **Poslové světla**.

Takže si buď vědom a rozuměj, že tyto nesnáze můžeš **očekávat**. Ve skutečnosti to jsou a budou tvé nejvznešenější dary.

Tak jdi a ponoř se hluboce do své představivosti, kde nalezneš novou představu o sobě samém. Uveď tuto představu ve svou zkušenost; vytvoř si ji jako svou novou realitu. **Přeměň sebe sama v nového člověka, v podobu a obraz Boha.**

Tím naplníš svůj osud. Tím učiníš, co jsi na tento svět přišel udělat.

(12)

## **KROKY A PRINCIPY UVEDENÉ V TÉTO KNIZE**

- (1) Princip č. 6: **Život je pohyb.**
- (2) Princip č. 7: **Všechn pohyb je změna.**
- (3) Princip č. 8: **Postoj vytváří realitu.**
- (4) Princip č. 9: **Každá změna je tvůrčí.**
- (5) *Krok 1:* ***Uznej sebe sama jako tvůrce všeho, co si přeješ vytvořit.***
- (6) *Krok 2:* ***Uzavři své nedořešené záležitosti.***
- (7) Princip č. 10: **Žádné stvoření není zlé, žádný tvůrce není špatný.**
- (8) Princip č. 11: **Na ničem ve skutečnosti nezáleží, nic nemá ve skutečnosti vůbec žádný smysl.**
- (9) *Krok 3:* ***Rozhodni se, co je pro tebe právě nyní pravdivé.***

(10) Princip č. 12: **Vědomá volba vytváří nové vědomí. Nové vědomí vytváří novou zkušenost.**

(11) Krok 4: **Rozhodni se, jaká bude tvá budoucí skutečnost.**

(13)

## **ZÁVĚREČNÁ POZNÁMKA:**

*Další příležitosti k zážitkové práci s myšlenkami a principy, které se nacházejí v této knize, jsou přístupny prostřednictvím nadace „ReCreation Foundation“, která byla založena Nancy a Neale Donalem Walschovými, a to zejména na jejich pětidenním intenzivním semináři, Přeměna sebe samého, který je pořádán čtyřikrát ročně a veden Nealem.*

*Seznam a časový rozpis těchto pobytů, které jsou navštěvovány lidmi z celého světa, můžeš na požádání získat u nadace na telefonu 541-482-8806, nebo můžeš navštívit internetové stránky nadace na této adrese: [www.conversationwithgod.org](http://www.conversationwithgod.org)*

### ***The Foundation for Personal Growth and Spiritual Understanding***

*PMB # 1150 1257 Siskiyou Blvd. Ashland. OR 97520*

*(541) 482-8806*

*Fax: (541) 482-6523*

*E-mail: [recreating@cwg.cc](mailto:recreating@cwg.cc)*

*<http://www.conversationswithgod.org>*

***Přes 7 000 stran knih, 160 hodin audia a 3000 obrázků (rok 2007)  
o Vesmírných lidech, Andělech světla najdete na internetu:***

***More than 7 000 pages of book, 160 hours of audio and 3000 pictures (year 2007)  
about Cosmic people, Angels of light you can find on the internet:***

**[www.vesmirni-lide.cz](http://www.vesmirni-lide.cz)**

**[www.vesmirnilide.cz](http://www.vesmirnilide.cz)**

**[www.andele-svetla.cz](http://www.andele-svetla.cz)**

**[www.andelesvetla.cz](http://www.andelesvetla.cz)**

**[www.universe-people.cz](http://www.universe-people.cz)**

[www.universe-people.com](http://www.universe-people.com)

[www.cosmic-people.com](http://www.cosmic-people.com)

[www.angels-light.org](http://www.angels-light.org)

[www.angels-heaven.org](http://www.angels-heaven.org)

[www.ashtar-sheran.org](http://www.ashtar-sheran.org)

[www.himmels-engel.de](http://www.himmels-engel.de)

[www.angeles-luz.es](http://www.angeles-luz.es)

[www.angely-sveta.ru](http://www.angely-sveta.ru)

[www.anges-lumiere.eu](http://www.anges-lumiere.eu)

[www.angelo-luce.it](http://www.angelo-luce.it)

[www.anioly-nieba.pl](http://www.anioly-nieba.pl)

[www.feny-angyalai.hu](http://www.feny-angyalai.hu)

*(snadno získáte také v knihovnách a internetových kavárnách)*

*(easy to find in libraries and in internet cafés)*

26.9.2007

IVO A. BENDA