

ALBERTO VILLOLDO



Odvážné snění



Šamanské
utváření reality



MAITREA

Odvážné snění

ALBERTO VILLOLDO



Odvažné snění

Šamanské
utváření reality

Přeložila Andrea Hässelbarthová



MAITREA

2020

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Villoldo, Alberto, 1949-

[Courageous dreaming. Česky]

Odvážné snění : šamanské utváření reality / Alberto Villoldo ; přeložila Andrea Hässelbarthová. -- První vydání v českém jazyce. -- Praha : Maitrea, 2020. -- xxv, 199 stran

Přeloženo z angličtiny

ISBN 978-80-7500-530-4 (brožováno)

* 159.963.3 * 159.947.5 * 316.648.4 * 159.923.5 * 111.61 * 133.4:2-382 * (0.062)

– sny

– přání

– změna postoje

– sebeřízení

– skutečnost

– šamanismus

– populárně-naučné publikace

159.93/.94 - Senzorické a motorické funkce. Emoce. Vůle [17]

Alberto Villoldo, Ph.D.

Odvážné snění

Courageous Dreaming

Copyright © 2008 by Alberto Villoldo

Originally published in 2008 by Hay House Inc. USA

Translation © Andrea Hässelbarthová, 2020

Czech edition © MAITREA a.s., Praha 2020

ISBN 978-80-7500-530-4

*Mé dceři Alexis a mému synu Ianovi.
Sněte vždy odvážně!*

Milí čtenáři,
snažíme se, aby naše knihy byly perfektní. Pokud i přesto objevíte v textu nějakou chybu, napište nám na nakladatelstvi@maitrea.cz a my ji rádi opravíme.
Díky, Vaše nakladatelství

OBSAH



<i>Úvod:</i>	<i>Odvážné snění</i>	ix
ČÁST I.: OD NOČNÍ MŮRY KE SNĚNÍ		
Kapitola 1:	Únik před noční můrou	3
Kapitola 2:	Scénáře našich nočních můr	25
Kapitola 3:	Probuzení se do doby snění	51
Kapitola 4:	Vědomí, realita a čtyři úrovně vnímání	69
Kapitola 5:	Čtyři druhy odvahy	85
ČÁST 2.: OD SNĚNÍ K ODVÁŽNÉ AKCI		
Kapitola 6:	Odvaha jako čin	109
Kapitola 7:	Praktikuj pravdu	135
Kapitola 8:	Vyčisti si svou řeku	159
Kapitola 9:	Buďte připraveni zemřít v každém okamžiku	181
<i>Doslov</i>		197
<i>Poděkování</i>		198
<i>O autorovi</i>		199

ÚVOD

Odvážné snění

*Jsmo tím, co si myslíme.
Vše, čím jsme, se rodí z našich myšlenek.
Svými myšlenkami tvoříme svět.*
– BUDDHA

Ať si to uvědomujeme, nebo ne, existence světa vzniká naším sněním. Nevytváříme ho však během aktu spánku, ten všichni dobře známe, ale tvoříme typem snění, které prožíváme s otevřenými očima. Pokud si nejsme vědomi své schopnosti spolutvořit realitu se samotným vesmírem, proklouzne nám tato síla mezi prsty a způsobí, že se náš sen promění v noční můru. Nabudeme dojmu, že jsme oběťmi neznámého a děsivého stvoření, které nemůžeme nijak ovlivnit, a zdá se nám, jako by nás události ovládaly a držely v pasti. Jedinou cestou k ukončení této děsivé reality je probudit se do skutečnosti, že i toto je sen – a poté rozpoznat svoji schopnost napsat lepší příběh, takový, na jehož uskutečnění s námi bude vesmír spolupracovat.

Podstata kosmu je taková, že jakoukoli vizi, kterou o sobě a o světě máte, promění v realitu. Jakmile se probudíte do síly, kterou máte,

začnete napínat svaly odvahy. Potom můžete odvážně snít: nechat odejít svá omezující přesvědčení a projít svými strachy. Můžete začít se skutečně originálním snem, jenž klíčí ve vaší duši a nese plody ve vašem životě.

Odvážné snění vám umožňuje tvořit ze zdroje, z kvantové polévky univerza, kde vše existuje v latentním stavu možností. Fyzici pochopili, že v kvantovém světě není nic skutečné, dokud to není pozorováno. Charakteristické svazky energie známé jako „kvanta“ (skládající se jak z částic, tak ze světla) nejsou ani „tady“ ani „tam“, v určitém smyslu jsou všude v prostoru/čase, dokud se vy nebo já nerozhodneme si jich všimnout. Když je zaregistrujeme, vylákáme jen ven ze sítě nekonečných možností a proměníme je do události v čase a prostoru. Jakmile si tato energetická kvanta vybrala určitou formu manifestace, s chutí se začnou jedna ke druhé řadit. Poté, co se manifestují, je realita pevně daná. Naše realita již není možností, která je kdekoli, ale je „tady“.

Kvantové události se však neodehrávají pouze v laboratoři. Dějí se i uvnitř našeho mozku, na této stránce a všude okolo nás. I přesto, že jsou kvanta energie oddělena miliony kilometrů, dnů nebo týdnů, zůstávají intimně propojena. V důsledku toho pak má vaše zabývání se jednou z nich dopad na celý systém, jehož je tato energie součástí. Pokud přistoupíte k jakékoli části snu, k této velké živné půdě stvoření, můžete změnit realitu a pozměnit celý sen. Účinky vašeho působení se rozšíří jako vlnky do minulosti a ovlivní budoucnost.

Moderní fyzika popisuje to, co starobylí ochránci moudrosti na americkém kontinentu dávno věděli. Tito šamani, známí jako „Strážci Země“, říkají, že tím, že svým sněním jsme světu svědky, sníme ho do jeho bytí. Vědci věří tomu, že jsme toho schopni pouze ve velmi malém subatomickém světě. Šamani chápou, že sníme i větší svět, který prožíváme svými smysly.

Strážci Země žijí stejně jako australští domorodci v prostředí, v němž nebyl čas snění vytlačen do domény spánku, jako je tomu u nás ostatních. Vědí, že se celé stvoření rodí a navrácí do této kreativní živné půdy. Čas snění naplní veškerou hmotu a energii a propojuje každého tvora, každou skálu, každou hvězdu a každý paprsek světla či kousek kosmického prachu. Síla snít je potom silou účastnit se samotného stvoření. Snění reality pak není jen schopnost, ale je to i povinnost, kterou musí všichni lidé s grácií vykonávat, aby naše vnoučata zdédila svět, v němž můžou žít v míru a v hojnosti.

Již teď jsme zašli do mimořádných podrobností týkajících se snění vesmíru do jeho existence. Bezprostředně po velkém třesku pokračovalo 99,99 procent vši hmoty a antihmoty v kosmu ve vzájemné anihilaci. Hvězdy a galaxie, které kolem sebe vidíme, jsou vše, co zůstalo, minutový podíl toho, co bylo kdysi. Kdyby se poměr látky k prostoru ve vesmíru změnil i jen o jednu biliontinu, už by neplatily zákony fyziky, které připouštějí vznik života. Tento velký třesk musel být řízen a spočítán tak dokonale, že vytvořil jen část hmoty z deseti až padesáti procent síly hvězdného prachu. Připustit, že by se něco takového mohlo udát náhodou, lze pouze, pokud bereme v potaz existenci velkého množství vesmírů v kosmu, kde by byla uvěřitelná tak nepravděpodobná událost, jakou je stvoření našeho vesmíru!

Co je ještě více nepochopitelné, je vyladění parametrů vesmíru, k nimž došlo na povrchu země a které po miliardu let udrželo a udržuje dokonalou teplotní rovnováhu mezi bodem mrazu a bodem varu vody. Nepravděpodobnost těchto poměrů, které dovolují, aby vznikl život, ukazuje na přítomnost inteligentní síly, ne stvořitele nebo boha, ale vesmírné síly, které Strážci Země říkají „doba snění“ nebo „nekonečno“.

Strážci Země, u kterých jsem studoval v Andách a v Amazonii, věří tomu, že k této síle máme přístup pouze tehdy, když navýšíme hladinu svého vědomí. Ve vyšším stavu vědomí si uvědomíme, že jsme jako kapka vody v rozlehlém oceánu, kde každý máme své charakteristické rysy a zároveň jsme ponořeni v něčem, co je mnohem větší než my. Pouze poté, co prožijeme své spojení s věčností, jsme schopni mocného snění. Vlastně to, co nás drží v zajetí noční můry, je v prvé řadě náš pocit oddělení od věčnosti. Pokud máte dojem, že se tyto myšlenky točí v kruhu, máte pravdu. Co bylo dřív, noční můra, nebo pocit oddělenosti od věčnosti? Odpověď zní – obojí se děje současně.

K ukončení této noční můry a opětovnému získání síly snít realitu a vytvořit něco lepšího je zapotřebí více, než je pouhé pochopení fungování tohoto procesu. Svoji sílu snít potřebujete chápat tělesně a je třeba umět ji prožít v každé buňce svého těla. Intelektuální pochopení schopnosti vytvářet realitu sice odráží typ snění, kterého jste schopni, ale posléze mu zabrání. Pokud se nedostanete za hranice pouhého intelektuálního chápání své schopnosti snít, budete nakonec látku snižovat a tvořit mnohem méně skvostných a krásných prožitků světa, než jakých jste schopni. S tělesným chápáním své schopnosti snít si uvědomíte, že tuto zkušenost nekonečna tady a teď můžete sdílet, a přestanete se cítit odděleni a odpojeni.

Ochutnat nekonečno vyžaduje odvahu. Podle řecké mytologie potrestali bohové okamžitě každého smrtelníka, který se opovážil vystoupit na horu Olymp, aby ochutnal božskou sílu. Nicméně takové, jakými byli Herkules a Psyché, kteří měli odvahu vstoupit do jejich říše, nakonec odměnili. Podobně tomu bylo v židovsko-křesťanské tradici; jakmile Adam a Eva neuposlechli Boha, vyhnal je ven z rajské zahrady: „Teď je člověk jako jeden z nás, zná dobré i zlé. Nepřipustím, aby vztáhl ruku po stromu života, jedl a byl

živ navždy...“ (kniha Genesis 3.22). I navzdory tomuto prvotnímu hříchu lidstva je nakonec všem mužům a ženám přislíbená šance na pobyt v nebi.

Jakmile prožijete snění, uvědomíte si, že se vše ve vašem životě odvíjí s dokonalou synchronitou. Události se možná nevyvíjejí tak, jak byste rádi, ale v rámci většího plánu věcí se odehrávají v dokonalé harmonii. Toho dne, kdy teroristi udeří na Světové obchodní centrum, vám například ujede vlak do práce a vy přežijete (to se opravdu jednomu mému studentovi stalo). Nebo vám vaše dítě oznámí, že bylo přijato na školu, kterou si vybralo, ve stejný týden, kdy vy jste dosáhli povýšení, v němž jste doufali. Na druhé straně ale, pokud máte dojem, že se proti vám vesmír spiknul, potřebujete svůj sen změnit.

S odvážným sněním objevíte, že vás už vaše problémy nezahlcují, ani nedefinují váš život. Přestože se těžkosti, kterým čelíte, jeví jako velmi skutečné, vždy máte možnost zaujmout k nim hrdinský postoj, namísto ságy o utrpení, jež vás zbavuje síly. Pochopíte, že můžete přestat být obětí, která se sama snaží napravit celý svět nebo která cítí touhu po pomstě těm, kteří jí ublížili. Uvidíte, že váš život je právě takový, jaký v danou chvíli být má, a budete schopni nechat odejít všechny příběhy, jež vás udržují v pocitu uvíznutí a trápení a které ventilujete v poradně vašeho terapeuta. Začnete praktikovat snění světa do jeho bytí a vše se promění.

Strážci Země věří tomu, že je svět reálný, ale pouze proto, že jsme si ho do jeho existence vysnili. Snění ale vyžaduje odvážný skutek, protože když se nám nedostává odvahy, musíme se spokojit se světem, který byl vysněn naší kulturou nebo našimi geny – máme pocit, že se musíme spokojit s noční můrou. Abychom mohli odvážně snít, musíme být ochotni zapojit své srdce. Jinak naše sny zůstanou stát na rovině myšlení, plánování a dělání si zbytečných

starostí. Náš sen se potom změní v noční můru či pouhou fantazii, uvězní nás nebo odpluje pryč a my se díváme: *Co se stalo?*



Vzpomínám si na jeden ze svých raných výletů do Amazonie. Tehdy jsem byl mladý antropolog zkoumající léčivé praktiky šamanů deštného pralesa a rozhodl jsem se použít sám sebe jako subjekt. Vysvětlil jsem medicinmanům v džungli, že jsem jako dítě uprchl ze své rodné země kvůli komunistické revoluci. Viděl jsem prolévání krve na ulicích a děsily mě zvuky střelby v noci. Od té doby jsem trpěl opakujícími se nočními můrami, v nichž se do našeho domu vloupali ozbrojení muži a odvedli mé milované. V té době mi bylo téměř třicet let a ze strachu, že milovaného člověka ztratím, stejně jako tomu bylo v oné noční můře, jsem nebyl schopen navázat trvalý partnerský vztah.

Během jedné léčivé ceremonie mi šaman vysvětlil, že i já, stejně jako každý jiný, buď můžu mít to, co chci, nebo můžu mít důvody, proč to mít nemůžu. „Jsi příliš zamilovaný do svého příběhu,“ řekl mi starý indián. „Dokud se neodvážíš vysnít si jiný sen, nebudeš mít nic než jen tuhle noční můru.“

Toho večera jsem se dozvěděl, jak si můžu pro sebe vytvořit jiný příběh, takový, ve kterém by mě zocelovala protivenství, a mé zkušenosti mě naučily mít soucit s druhými, kteří trpí. Prvním krokem, jak si vysnít nový sen, bylo vytvořit nový příběh, v němž jsem nehrál roli oběti. Poté jsem si uvědomil, že sním nejen svůj život, ale že sním do existence i celý vesmír, tak jako sebe.

Přestože tomu mysl vzdoruje, skutečnost je taková, že vy, stejně jako já, máte možnost volby mezi tím mít život, který chcete mít, nebo důvody, proč ho mít nemůžete. Můžete se kochat v radosti a míru, nebo můžete být soustavně zatíženi tou velkou černou

taškou plnou všech těch smutných událostí a příhod, jež se vám staly v dětství nebo v posledním vztahu. Můžete se pokoušet vydržet snášet svá poranění, nebo si užívat své slávy. Můžete žít život oběti zatížené traumaty minulosti, nebo můžete žít život hrdiny. Obojí však není možné. Pokud se chcete cítit posílení, musíte udělat vědomé rozhodnutí vytvořit si posvátný sen a praktikovat odvahu.

Odvážné snění se odehrává ve stavu vnímání, k němuž Strážci Země odkazují jako k rovině kolibříka. Kolibřík je archetyp hrdinského cestovatele – stejně jako on, i vy nevyhnutelně někdy odbočíte nesprávně. Ale pokaždé, když se vrátíte k poznání, že jste to vy, kdo sníte vaši realitu, hlouběji pochopíte svoji cestu a budete se jí cítit více oddáni. Budete schopni přijmout neustále se proměňující krajinu kolem sebe s vyrovnaností a smyslem pro humor a budete zažívat i milost.

Uvědomění si toho, že žijete v noční můře

Slovo *snění* vykouzlí podivuhodnou sekvenci obrazů, které se odehrávají v naší mysli během spánku. Sny mohou být i metaforami: usilujeme o dosažení amerického snu, o dům snů, o snový románec nebo kariéru snů. Podíváme se na problémy v našem světě a řekneme, že sníme o ukončení chudoby, násilí a globálního oteplování. Máme tím na mysli své přesvědčení, že se utápíme ve zbožném přání a popisujeme něco, o čem máme pocit, že se to nikdy nemůže uskutečnit. Ale ani to, co tvoříme během spánku, ani zbožná přání nejsou ten typ snění, který budeme v této knize zkoumat.

Pokud jste jako většina lidí, váš původní plán na „život snů“ se vám někde zhatil. Prošetřili jste, co se nezdařilo, pohráli jste si s plánem, odložili zklamání a zkusili to znovu... a stále neúspěch. Možná jste v bodě, kdy začínáte ztrácet víru, že můžete mít

naplňující a smysluplnou existenci, nebo se můžete cítit bezmocní na to vytvořit si osud, jaký chcete. Možná vám něco odvedlo pozornost a zapomněli jste, co jste si původně vizualizovali, a máte nyní dojem, že procházíte pouze pohyby existence, nejisti si svým cílem. „Snění“ se může jevit jako frustrující a neplodné.

Když uvízneme v činnostech každodenního přžití a zároveň se snažíme vytvořit si život, o němž nám naše mysl tvrdí, že by nás měl udělat šťastnými, může nás to mást. Vztah hořkne, bezstarostný životní styl mizí a složenky se hromadí – nebo se porozhlédneme kolem sebe po všech symbolech úspěchu, které jsme nashromáždili, a divíme se, pročpak nás nedělají šťastnými. Náš vzorec pro blaho se mění v nejlepší případně na recept na banalitu a v nejhorším na utrpení a z našeho snu se stává noční můra.

Bez ohledu na to, jak moc rádi bychom si o sobě mysleli, že žijeme statečně a originální životy, už v raném věku, když se začínáme přizpůsobovat očekáváním dané kultury, jak bychom měli myslet, cítit a jednat, máme sklony ztrácet své nadšení pro dobrodružství. Byli jsme vychováni do kulturní noční můry, která oproti odvaze propaguje apatii a místo originality nás nutí se podrobit. Necítíme pocit naplnění ani smyslu, ale nemáme odvalu si přiznat, že nám naše životy nefungují. Pouhé pomýšlení na důsledky, kterými bychom platili za to, že jdeme proti statusu quo, může být tak děsivé, že radši zůstaneme tam, kde jsme, vyděšení vejít do riskantní situace.

Tak tomu bylo, když jsem byl na univerzitě v San Francisku. V té době jsem byl jedním z nejmladších klinických profesorů ve státním univerzitním systému a také jsem řídil svou vlastní laboratoř biologické seberegulace. Jednoho dne mi přišlo, že se možná dívám do nesprávného konce mikroskopu, že namísto toho, abych pro pochopení mysli šel do menšího a menšího obrazu, potřebuji jít

do zvětšení. Potřebuji se dostat až do bodu, o kterém jsem měl za to, že je součástí paradigmatu, jehož pravidla o čase a prostoru jsou absolutně jiná než ta, která jsem se učil já. V tu dobu jsem zaslechl tiché volání k opuštění laboratoře a vycestování do Amazonie, kde bych se učil od šamanů spoléhajících se při tvoření toho, co jsem tehdy nazýval „psychosomatické zdraví“, výhradně na sílu mysli.

Všichni mí přátelé si mysleli, že jsem se zbláznil, že zahazuji slibnou kariéru kvůli divokému dobrodružství v džungli. Jediný člověk, který měl z mého odchodu radost, byl děkan, který byl přesvědčen, že veškerý výzkum zabývající se vědomím je ztráta času a peněz. Vzpomínám si, jak jsem se styděl a jak zklamaná byla má rodina z toho, že opouštím důstojné zaměstnání na univerzitě a stávám se dobrodruhem. (I o mnoho let později, když mi už bylo přes čtyřicet let, byl jsem autorem šesti knih a přednášel na univerzitách po celém světě, se mě má matka zeptala, kdy už si najdu „skutečnou práci“ na univerzitě – pozici, o níž věřila, že je prestižní v kontrastu s prací, kterou jsem dělal.)

Když se nám vybaví, jak jsme byli dříve zostouzeni za to, že jsme jiní, je to pro nás tak nepříjemný pocit, že si tento stud promítáme jeden na druhého a podřizujeme se kolektivní noční můře bezmoci a strachu. Jsme podezíraví ke komukoli, kdo si myslí, cítí a chová se jinak než všichni ostatní, a také mu tajně závidíme. Když uvízneme v této noční můře, přestáváme riskovat a stáváme se cynickými. Naše důvěra v druhé se rozpadá a my trváme na tom, že se o sebe postaráme bez cizí pomoci.

Rádi bychom věřili tomu, že svůj život žijeme tvůrčím způsobem, že jsme obrazoborci a že jsme fascinující, ale rebelie, s nimiž přicházíme, jsou jednotvárné, jako třeba ta, že řídíme auto, které má místo obyčejné barvy jasnou červenou, nebo nosíme do práce místo obleku havajské tričko. Bohužel se z našich tvůrčích počinů

staly prázdné symboly a ze života parodie televizního seriálu, kde lidé hrají stereotypní role podle unavených starých scénářů.

Nedostatek originality a odvahy jsou charakteristické znaky naší kolektivní noční můry. Protože má každý z nás základní potřebu pocitu jistoty a známého prostředí, toužíme po tom někam zapadat a chlácholí nás víra, že zítra bude stejné jako dnes. Psycholog Abraham Maslow, který identifikoval hierarchii lidských potřeb, objevil, že muži a ženy umísťují potřebu bezpečí nad potřebu lásky. Změna způsobí, že čelíme neznámu, a uvede nás do říše, jež je pro nás nová, a tudíž se jí vyhýbáme. Předtím, než uděláme krok ze dveří, chceme spoustu ujištění, že neprožijeme žádný diskomfort a že naše cesta bude jasná za všech časů a povede nás přímo k našemu cíli. Jakákoli nejistota stačí k tomu, abychom dveře úplně zavřeli. Zůstat s tím, co je nám známé, se zdá méně bolestné i přesto, že si soustavně stěžujeme a hudrujeme na to, jak hrozné to je.

Přiznat si, že to, co děláme, nepřináší výsledky, které bychom si přáli, vyžaduje odvalu. Když jsem byl ve své laboratoři na univerzitě, mohl jsem nadále přijímat granty na výzkum a poskytovat studie, o nichž jsem věděl, že nebudou mít význam. Pokoušel jsem se sám sebe přesvědčit, že protože dostávám fondy od úctyhodných nadací, dělám něco, co může ovlivnit stav věcí ve světě. Když jsem se rozhodl vycestovat do Amazonie, žádný z mých sponzorů mi nebyl ochoten krýt při práci záda a jediný kolega, který mě podpořil, byl můj profesor Dr. Stanley Krippner. Jakmile jsem si jednou uvědomil, že důležitost své akademické kariéry si jen nalhávám, musel jsem upustit od svého vzorce reagovat na diskomfort pokračováním v tom, co dělám, pouze s návaem nové vlny oddanosti. Musel jsem přestat doufat, že pokud se budu dostatečně snažit, najdu způsob, jak dělat práci, která má nějaký smysl, a zůstane mi požehnání velké univerzity.

Spojené státy se vždy vztahovaly k metafoře o znovuzrození do vášně a oddanosti. Americká knihkupectví jsou plná memoárů o filmových hvězdách a atletech, kteří překonali závislost na drogách, o chudých mužích a ženách, kteří se stali mimořádně bohatými, a o tlustých a nešťastných lidech, kteří se transformovali do štíhlých a šťastných. Nicméně, ať máme pro reinvenci jakkoli velké nadšení, pokud se neodpoutáme od snů a zbožných přání, které nás v první řadě dostaly do noční můry, budeme ji v nějaké podobě vytvářet znovu. Myslíme si, že jsme znovuzrozeni, ale netrvá dlouho a objevíme, že jako Sisyfos stále tlačíme balvan do kopce a nikam nepostupujeme. Bývalá přítelkyně, která nás doháněla k šílenství, je pryč, ale nová partnerka nás dopaluje stejně nebo nás naše vymodlená nová kariéra zase zavedla do dalšího zaměstnání, kterému dominuje kancelářská politika. Není divu, že se cítíme bezmocní! Chceme světový mír, nebo přinejmenším mír ve vlastním životě, ale není možné se domluvit ani s naším bývalým partnerem nebo současným spolupracovníkem, aniž by nás to přivedlo k zuřivosti.

Můžete se přestat zapojovat do marných snah a pocitů stagnace v noční můře, ale aby se tak mohlo stát, musíte udělat radikální změnu ve způsobu vnímání reality. S tím vám nepomůže žádný kurz svépomoci a ani pouhé pochopení toho, co byste měli dělat, nestačí. Musíte si statečně vzít zpátky svoji sílu a odvážně snít, vědomi si své cesty nekonečnem. Teprve poté můžete snadno a přirozeně upustit od strachu, který vás drží v zajetí vaší osobní noční můry.

Vysnění si života s cílem a smyslem

Zatímco nám bylo řečeno, že když si vytvoříme materiální jistotu, budeme se pak cítit dobře, bývají i ti, kteří podle standardu naší kultury dosáhnou úspěchu, často v šoku z toho, jak prázdné jsou

jejich trumfy. Někteří z mých klientů jsou multimilionáři, jejichž bohatství by jim většina lidí záviděla, ale málokterý z nich se těší z nějakého pocitu smyslu či štěstí. Vše, na co jsou někteří z nich schopni myslet, je, jak by bylo strašné přijít o to, co nashromáždili, což je často důvod, proč za mnou vůbec přicházejí. Chtějí se vyléčit z kletby vložené na ně společností – mandátu získat a hromadit. Chtějí objevit, jak můžou mít místo toho život, který je bohatý co do smyslu a účelu.

Jiní klienti, kteří svých cílů nedosáhli, mají sklon se soustředit na budoucnost a říkají „Změním svůj život a udělám svět lepším, jakmile mi dospějí děti!“ „Budu žít naplno v duchodu.“ „Budu mít menší stres v práci.“ Čekají, až vše, co jim odvádí pozornost, ustoupí z cesty, aby mohli využít své velké šance a dokázat, jak stateční a originální umí být. V přítomnosti jsou ale uprostřed kolektivní noční můry, která je neinspirující, neoriginální a neudržitelná..., způsobuje v nich dojem, jako by pomalu umírali.

Mnozí z nás jsou jako ta žába, co uvízla v hrnci, v němž se pomalu vaří voda. Tento tvor v často omílaném příběhu cítí, jak se voda otepluje, ale žába, místo toho, aby si řekla „Raději vyskočím ven dřív, než bude voda moc horká a budu opravdu trpět“, tak se teplotě neustále přizpůsobuje. Nakonec je ubohá žába uvařena k smrti. Právě teď se začíná voda kolem nás zvolna vařit a my musíme přestat doufat, že se věci jednoho dne zlepší, a *skočit*.

Příliš často se ve své panice vztáhneme k rychlé záplatě, která vyžaduje minimální námahu, a namluvíme si, že jsme našli zkratku ke štěstí. Své dítě pošleme do nové školy a myslíme si, že to vyřeší všechny problémy, jež mělo v té staré, jenom proto, abychom zjistili, že je tam stejně nešťastné, jako bylo v té předchozí.

Na kolektivní rovině se sápeme po stejném typu řešení. V posledních několika letech ztratil Ekvádor těžbou ropy 40 % deštného

pralesa, aby se nasýtil neukojitelný americký hlad po fosilních palivech. Ropa, kterou nakonec vytěžili, stačila na paliva ve Spojených státech pouze na dva týdny. Je jasné, že rychlé záplaty můžou být bolestně drahé a marné a vhodí nás zpátky do hrnce s vařící vodou – stále máme tytéž problémy s omezenými fosilními palivy, ekonomiky na nich závislé a globální oteplování.

Jedním z důvodů, proč saháme po nalezení rychlých řešení namísto toho, abychom přistoupili ke své odvaze a vysnili si něco nového, je ten, že mylně věříme, že odvaha vyžaduje oběti. Ve skutečnosti však největší oběť vyžaduje zbabělost. Obětovat svá přesvědčení, své principy, sny a naděje. Panikařit a pokoušet se vytvořit materiální jistotu nikdy nefunguje dlouho a cena je velmi vysoká. Když se vzdáme toho nejcennějšího, způsobí to mnohem větší utrpení než se vzdát souhlasu někoho jiného nebo našeho materiálního komfortu. Je mnohem lepší zapomenout na rychlé záplaty a naučit se mít přístup k odvaze snít.

Odvaha duše

Slovo *odvaha* vychází z latinského slova *cor*, což znamená srdce nebo duše. Odvaha duše jde za hranice pouhé statečnosti. Když jsme stateční, riskujeme pro naplnění svých potřeb k přežití. Příběhy o válečných hrdinech, kteří bojují až do konce navzdory obrovské přesile nepřátel, jsou mimořádné, ale jsou řízeny touhou přežít. S odvahou duše se nesoustředíme pouze na sebezáchovu, jistotu, bezpečí. Taková odvaha nás přiměje k tomu, abychom riskovali své pohodlí, bezpečí a někdy dokonce i naše životy, neboť jednáme podle našich nejhluběji strážných hodnot. Tento typ chabrosti přichází z vyššího zdroje a je nezbytný k tomu, abychom si vytvořili jiný sen.

Váš sen může být snem o míru nebo dobrodružství, o tom být rodičem či učitelem, může být vyživující nebo léčivý. A přestože se sen neformuluje do slov, ale jsou jím prosáknuty instinkty a pocity (podobně tomu je s vašimi sny během spánku), lze ho slovy popsat. Zde je několik příkladů: „Chci si naplno vychutnat svůj život, který mám, a užívat si v práci, když jsem v kanceláři, i když jsem v přítomnosti svých dětí s rodinou doma.“ Nebo „Chci žít dobrodružně, zkoumat své možnosti a naslouchat svému srdci.“ Nebo „Chci změnit svět tak, jak mě k tomu povede Duch.“ Tyto afirmace se můžou, na rozdíl od tužeb, nadějí nebo i konkrétních cílů, manifestovat v každém okamžiku, pokud je držíte ve svém srdci. Potom se s lehkostí a přirozeně chováte v souladu se svým snem a máte přístup k ohromné síle odvahy.

Když odvážně sníte, prožíváte vyšší úroveň vědomí a péče, avšak nejste plni blaženosti, jako je mnich na vrcholu hory, ani jste neuvízli v pokusech pouze přežít. Jste přítomni v tom, co prožíváte, nesoustředíte se na minulost ani na budoucnost. Takže pokud balíte věci na recyklování, abyste je odnesli na okraj silnice, jste si u toho i vědomi skutečnosti, že se podílíte na výživě planety a péči o ni. Pokud čekáte ve frontě na řidičský průkaz a je vám řečeno, že jste formulář nevyplnili správně, přijmete to. Nezačnete v duchu psát příběh o tom, jak pekelné odpoledne jste měli v kontaktu s byrokracií.

Jinými slovy, uvědomíte si své propojení s ostatními a vnímáte, že nejste jediní, na kom záleží, a pečujete ryzím způsobem o dobro všech tvorů na Zemi. Záleží vám na úředníkovi za okýnkem i nervózním teenagerovi, který čeká na složení řidičských zkoušek. Uvědomíte si, že váš strach vás neopravňuje ke snaze uvalit ho na druhé a vaše frustrace vás neospravedlňuje k tomu, abyste si ji na někom vybili.