

2.



OD ROZUMU K SRDCI

JanelleMarie

(Pleasant Hill, Kalifornie, USA)

The Alchemy Institute a The Newton Institute, odbornice
na léčení a regresi, poradkyně v oblasti zážitků blízké
smrti.

Toto je příběh manažera a muzikoterapeuta o jeho boji s určitými rysy jeho osobnosti, které ovlivnily nejen všechny vztahy v jeho rodině, ale v různých podobách se projeví i v pracovním prostředí. Jeho hlavními problémy byly hluboce zakořeněné sklony k agresivitě a příliš velká tvrdohlavost, jež byly navíc umocněny skrytými, celoživotními pocity nepřijetí a nedocení.

Díky LBL sezení se dozvěděl, že je mnohem lepší nechat se v životě vést srdcem než analytickým rozumem. Dokázal se zbavit své vžitě, radikální představy o tom, co je dobré a co špatné, a připomněl si existenci a význam všeobecného vesmírného propojení všech duší, které je svým zvukem spojeno s hudbou. Od duchovních průvodců navíc získal návod, jak pracovat se svou agresivitou a arogancí, což mu po určité době pomohlo napravit způsob jeho jednání s druhými lidmi.

Pan B., manažer, jehož jsem znala už několik let předtím, než za mnou přišel kvůli LBL sezení, bojoval s určitými charakterovými rysy své osobnosti, které ovlivňovaly jeho vztahy v rodině a v různých podobách se objevovaly i v jeho profesním životě. Tento respektovaný odborník, jenž je považován za průkopnického muzikoterapeuta se zaměřením na autistické děti, trpěl hluboce zakořeněnými projevy agresivity, které způsobily, že se jeho manželka a děti necítily v jeho přítomnosti bezpečné a jejich život se zúžil na neustálou obavu, kdy dojde k dalšímu agresivnímu výpadu.

V úvodním rozhovoru s panem B. jsem se pokusila co nejvíce proniknout do otázek, jimiž jsem se chtěla v průběhu sezení zabývat. Kromě popisu vnějších projevů své agresivity uvedl: „Nesnesu, když mě někdo uráží. Všechno musí být za každou cenu perfektní.“ A tento svůj postoj objasnil následujícím příkladem: „Hluboce se mě dotkne, když přijdu domů z práce a všimnu si, že není umyté nádobí; jako by mě žena a nejstarší syn považovali za nějakou myčku nádobí! A jelikož není umyté nádobí, není perfektní ani zbytek domu.“ Celou situaci pak ve stručnosti shrnul takto: „Pokud věci neodpovídají mému očekávání a představě o dokonalosti, беру si to osobně, ovládne mě pocit, že mě nikdo neposlouchá, a proto se cítím nedocenen.“

V průběhu sezení se pan B. zastavil na třech místech, která měla pro jeho současný život zásadní význam a úzce souvisela s problematikou jeho nezpracované potřeby agrese. První z nich se nacházelo v jednom z minulých životů; stál před vchodem do jeskyně a laskavým tónem poučoval přibližně dvacet lidí.

JanelleMarie: Jaké máte ve vesnici postavení?

Pan B.: Jsem učitel, guru nebo poustevník – zkrátka člověk, za nímž lidé chodí, pokud potřebují radu nebo se chtějí něco dozvědět.

J: Jak přijímají vaše káravá slova, že by se měli více snažit?

B: Jsou potichu a kají se. Naprosto jasně si uvědomuji, že mi v hrudi tluče jakési srdce duše. Z něj čerpám svá slova – z tohoto duchovního srdce; učím srdcem.

J: Můžete toto centrum popsat blíže?

B: Mám moc, ale umím s ní zacházet, protože ji nevyžívám k tomu, abych získal něco pro sebe. Duchovní srdce je místo, kde jsou moc a ego v rovnováze.

V tomto okamžiku se pan B. napojil na jednu zapomenutou část své osoby. Začíná si uvědomovat a chápat význam učení a vedení ze zdroje duchovního srdce a tento zdroj si také musí zvolit jako výchozí bod pro život. Doposud, jak uvedl, přistupoval ke druhým jen rozumově: „Řídil jsem se rozumem a měl jsem jasnou a hluboce vžitou představu o tom, co je správné a co špatné.“

V následující fázi sezení popsal pan B. další místo: „Nacházím se ve své bublině a se svou skupinou duší.“ Jedna z nejdůležitějších otázek pana B. na jeho skupinu duší se týkala duchovních smluv a odpověď na ni nám přibližuje následující úryvek.

J: Jak se v této skupině cítíte?

B: Jsem opravdu šťastný, že je zase vidím. Mám zvláštní vztah k duši, která se jmenuje Ahrr, protože ho velmi dobře znám ze svého současného života. Trochu mě to udivuje.

J: Mohl byste mi to vysvětlit?

B: Ahrr je totiž velice blízký přítel, jenž je pro mě v současném životě velmi důležitý, a teď zjišťuji, že je to i velmi důležitá spřízněná duše. Jako duše je trpělivý, důsledný, stálý a nesmírně vnímavý⁶.

J: Jedna z vašich otázek se týká smluv mezi dušemi. Zkusme tedy prozkoumat, co je cílem vaší dohody s Ahrem.

B: V mém současném životě je jeho úkolem obrátit mě na správnou cestu. Stojím totiž na rozcestí: budu stále jen

lehkovážným vtipálkem, nebo se začnu zaměřovat na svou duši?⁷ Kdykoliv si povídám s Ahrrem, ať už v tomto životě nebo v naší duchovní skupině, všechno se vždy týká buď jeho, nebo mojí duše. O ničem jiném se nebavíme. Má zvláštní schopnost udělat ze všeho, třeba jen z překlepu v e-mailu, spirituální záležitost. A vždy je naprosto přesný; má na to zkrátka talent. Učí mě, že hovory o duši nemusejí být nudné. Může to být opravdu zábava a můžeme se u nich pěkně nasmát.

J: Jeho vztah k vám je tedy spojen s úkolem udržet vás na správné cestě. Týká se tato část vaší úmluvy, o níž jsme hovořili, zaměstnání i formování osobnosti?

B: Ano, právě to mi naznačuje. S Ahrrem se známe už od doby, kdy nám bylo dvacet a já jsem se zmítal v problémech. Připomíná mi, že dokonce i v tomto věku jsem se chtěl vážně zabývat duší, spojením mezi duchem a duší a vším, co tuto problematiku zahrnuje. Ahr říká, že mám zvláštní talent na zvukové frekvence. Mám duchovní schopnost porozumět zvuku a pochopit jeho význam a Ahr mě nabádá, abych ji využil k léčení⁸. Tvrdí, že mé domněnky, jaké frekvence mají léčivé účinky, jsou správné a že mám přestat kupovat nahrávky, na kterých tyto správné frekvence hledám. Říká mi, abych tyto zvuky začal vytvářet sám, a zdůrazňuje, že bych měl pokračovat ve výzkumu frekvencí, jemuž jsem se doposud věnoval, dokončit jej a vydat tiskem. Zatím si nejsem jistý jak, ale určitě dokážu svou studii o zvukových frekvencích začlenit do oboru, ve kterém pracuji.

J: Jaký máte pocit z informací, jež jste se dozvěděl?

B: Skutečnost, že Ahr patří do mé skupiny duší, je jedna věc, ale poznání, že je to blízká spřízněná duší i v mém pozemském životě, pro mě znamená opravdu velkou pomoc a podporu.

V další fázi setkání se svou skupinou popisuje pan B. jinou duši, která se jmenuje Ghor: „Je jakýmsi vůdcem

celé skupiny a já ho obdivuji. Bojuje za ni i za náš duchovní rozvoj.“ Hlavní předmět rozhovoru s Ghorem je pro pana B. zcela zásadní a poskytuje mu návod, jak se soustředit na bezprostřední okamžik a zbavit se agresivity.

B: Ghor mi říká, že když se cítím odmítaný nebo nedocenený, je to, jako bych se díval do zrcadlového bludiště. Nevím, jestli se dívám sám na sebe, nebo na lidi, kteří snižují mou cenu. Je to past, do níž jsem se chytil. Ptám se Ghora, jak bych se z ní mohl vysvobodit. Odpovídá, že se mám přestat zaměřovat na ty, kdo mě nedoceňují. Mám se soustředit buď na svého ducha, duchovního průvodce, nebo na nebeskou říši. Nechávám se příliš rozptylovat hmotnými věcmi. Připomíná mi, abych se díval do svého nitra, protože nic zvenčí mi uspokojení nepřinese. Jakmile se napojím na nitro, budu v současném okamžiku.

J: Nabízí vám pro to nějakou pomůcku?

B: Mám se nejprve dotknout čela, čímž do tohoto místa zaměřím svou pozornost. Ghor mi také doporučuje, abych znovu začal šermovat. V mládí jsem se šermu totiž věnoval.

J: Myslí to doslova, nebo symbolicky?

B: Obojí. Doslova, protože šerm spojuje fyzické s duchovním. Symbolicky, protože pomocí duchovního meče udržím svou pozornost na tom, co je důležité a skutečné, a nenechám se rozptylovat různými rušivými faktory.⁹ Hlavně pak zdůrazňuje, že bych se měl přestat stýkat s lidmi, kteří mě dráždí.

J: Chcete ještě něco dodat?

B: Ano. Strach, že mě lidé budou odmítat, je v podstatě výborná pomůcka. Ghor mi vysvětluje, že jakmile se ocitnu v zrcadlovém bludišti, znamená to, že jsem s nesprávnými lidmi a plýtvám svým drahocenným časem. Je to tedy určitý signál nebo indikátor. Strach z odmítnutí je vážně skvělá duchovní pomůcka.

Další konkrétní a velmi praktický nástroj, jež pan B. v průběhu LBL sezení získal, slouží k ovládnutí jeho

sklonů k agresivitě. Během jednoho důležitého zastavení ve světě duší se setkal se svou radou. Následující rozhovor pana B. a členů rady se týkal jeho arogantního chování v současném životě.

B: Sděluji mi, že bych neměl být tak arogantní. Moc tomu nerozumím.

J: Mohla by vám rada přiblížit, co je s touto povýšeností přímo spojeno, například nějaký postoj nebo určité místo ve vašem těle, abyste lépe pochopil její kořeny?

B: No ano. Všechno vím. Veškerou energii vždy směřuji do hlavy, protože mám pocit, že musím všechno ovládat. Myslím si, že tímto způsobem dokážu ovládat své okolí, ale to samozřejmě nejde. Říkají, že je to arogantní, že je to hlavní definice arogance. Musím začít myslet jinak.

J: Mohou vám s tím nějak pomoci?

B: Ano. Doporučují mi, abych vkleče uklízel podlahu v kuchyni. Energie tak bude kolovat celým tělem a nezůstane uvězněná jen v hlavě. (*smích*) Prima, tohle mi rozhodně dostane hlavu na kolena!

J: Naznačují, jak často?

B: Jednou týdně, dvakrát týdně. (*smích*) Dostali mě. Měl jsem za to, že se z toho dokážu vykrotit, ale myslí to vážně. Opravdu musím začít vytírat podlahu.

J: Ještě něco?

B: Je to legrační, ale přikazují mi, abych se zaměřil na práci v kuchyni. Měl bych se hlavně věnovat jejímu úklidu. Prý bych ji měl udržovat v zářivé čistotě. Pokud bude dokonale uklizená, nebudu si muset dělat starosti se svou hlavou. Domnívají se, že to není taková legrace, jakou jsem se z toho snažil udělat. Chápu, že tímto zlehčováním jsem se z toho pokoušel jen vykrotit, jenže to nejde. Myslí to skutečně vážně.

J: Říkají k tomu ještě něco?

B: Ano. Je třeba, abych totéž – uklízet kuchyň a koupelnu – učil i svého syna.

Zanedlouho po tomto rozhovoru sezení skončilo a pan B. měl spoustu námětů k přemýšlení.

Během následujících měsíců se držel rad, které získal ve své skupině duší. Takto popisuje, jaký významný vliv má šerm na jeho vztah se synem a jak mu pomáhá zbavit se agresivity a přesunout pozornost k přítomnému okamžiku:

„K šermu jsem přivedl i svého desetiletého syna; šermujeme nyní na terase za domem. Díky tomu se naučil projevovat průbojnost, aniž by ze mě měl strach. Oba nyní můžeme využít agresivitu způsobem, jenž napomáhá budování našeho vzájemného vztahu. Tím, že jsem se postavil svým agresivním sklonům a začal se věnovat šermu, abych se s nimi lépe vyrovnal, se opravdu zlepšil náš vztah, na kterém mi hluboce záleží.

Sezení mělo vliv i na mou manažerskou práci. Na poradách a schůzích projevují kolegové značnou míru agresivity, jež se často obrací proti mně. Při šermování jsem se naučil rozetnout prudký nápor energie dříve, než mě zasáhne; proud agresivity, který ke mně míří, tedy dokážu pomyslně rozseknout na dvě části, čímž projde kolem mě, aniž by se mě dotkl. Během schůzek si často představuji, že držím v ruce meč, jímž od sebe agresivní energii odrážím. Od chvíle, kdy jsem pravidelně začal tuto techniku uplatňovat, mi řada kolegů tvrdí, že jsem mnohem klidnější.

Také jsem se naučil, že pokud se dotknu čela, dokážu potlačit i své vlastní agresivní sklony. Tento pohyb obrací mou pozornost k nitru a řídí mou energii tak, abych se zaměřoval na přítomný okamžik.“

Později mi pan B. svědčil další důsledek toho, že uposlechl vážně míněných doporučení rady:

„Uvědomil jsem si, že abych zvládl svou agresivitu a pocity odmítání, potřebuji pomoc odborníka. Zároveň

jsem se řídil pokyny rady a každý týden drhnu podlahu v kuchyni. Zjistil jsem, že jsem se tím naučil pokoře, a tedy vlastnosti, kterou vás nikdo nemůže naučit, ale již si musíte osvojit a pěstovat.

Přišel jsem na to, že jsem dostal opravdu neocenitelnou radu, jak zvládat svou agresivitu. Po roce pravidelných týdenních úklidů mi má žena řekla, že má ohromnou radost, protože už dokážu dříve nezvladatelné výbuchy hněvu ovládnout.“

O rok později mi pan B. ještě sdělil, že je každý měsíc v kontaktu s Ahrrem, aby tak dostal závazku posvátné smlouvy, o níž se prostřednictvím své skupiny duší dozvěděl. Tento vztah má na jeho život skutečně pozitivní vliv:

„Po několika rozhovorech s Ahrrem jsem si uvědomil, že na základě dohody, kterou jsme spolu uzavřeli, je jeho úkolem si mě v mém současném životě dobírat. Tím mi pomáhá zbavit se mého perfekcionistačského přístupu a pocitů nedocenení. Došlo mi, že pouze jemu dovolím, aby si z mého postoje dělal legraci, což je důležitý aspekt naší smlouvy.

Zároveň jsme oba pochopili, že my všichni – všechny duše, jež nyní žijí v hmotném světě – jsme vzájemně spojeni. Toto spojení existuje na určité zvukové frekvenci. Ahr mě svým typickým způsobem vyzval k tomu, abych tuto frekvenci prozkoumal a výsledné závěry publikoval v Evropě, která má dlouhodobě kladný vztah k antropozofii.“*

Pan B. v současnosti využívá tyto frekvenční hodnoty při práci s dětmi postiženými autismem a jejich rodiči. Zjistil, že konkrétní zvuková frekvence aktivuje určité nervové procesy, jež ovlivňují řečové schopnosti, a umožňuje tak některým dětem formulovat jednoduché věty. Dospělé seznamuje s využitím takovýchto zvuků při léčbě různých

* Nauka, která nabízí mystický vhled do podstaty člověka, přírody a nadsmyslově duchovních světů – pozn. překl.

nemocí jako například roztroušené sklerózy, fibromyalgie či spánkové apnoe.*

Pan B. tvrdí, že díky znalostem o těchto mimořádných účincích harmonie se cítí mnohem více pokorný. Ve své praxi muzikoterapeuta nyní uplatňuje existující harmonická schémata, což mu pomáhá podporovat jeho klienty při uskutečňování jejich životních cílů. A navíc už nemá dojem, že musí předstírat, že je významný a mocný léčitel.

Z pozice manažera a vedoucího oddělení provedl změny v organizační struktuře. Úspěšně zavedl systém jednání u kulatého stolu, s nímž se seznámil ve své skupině duší a který uplatňuje při schůzích i poradách pracovního kolektivu. Tento debatní model vnesl do vztahu mezi ním a jeho zaměstnanci rovnoprávnost, a vytvořil tak prostředí, v němž může každý bez obav z následků vyjadřovat své názory. Při poradách jednoduše nadnese určitý problém a naslouchá komentářům svých kolegů, dokud z diskuze přirozeným způsobem nevzejde určitá dohoda. Díky této vysoce produktivní metodě už ho ostatní manažeři nevnímají jako hrozbu a někoho, koho musejí za všech okolností poslouchat. Vzrůstající počet úkolů je plněn v řádném termínu i v souladu s rozpočtem a v jeho oddělení panuje nefalšovaná optimistická atmosféra.

Na tomto příkladě můžeme demonstrovat, že skutečnost, že si pan B. vzal k srdci hluboké a zásadní informace, jež dostal při LBL sezení, a začal je důsledně uplatňovat, mělo neocenitelný vliv na jeho každodenní životní styl. Výsledky také ukazují na pozitivní dominový efekt na životy lidí, kteří jsou s ním spojeni, a to jak v osobní, tak pracovní rovině. Závěrečná poznámka pana B. shrnuje nejpodstatnější důsledek cesty své duše:

* Fibromyalgie – onemocnění podpůrných tkání a pohybového aparátu s bolestmi a projevy únavy ve svalch, vazech a šlachách; spánková apnoe – krátkodobé přerušení dechu ve spánku způsobující hlasité chrápání – pozn. překl.

„Naučil jsem se nechat se vést srdcem, a nikoliv rozumem, a to mi změnilo a obohatilo život. Vydal jsem se na cestu, kde se vůči ostatním nestavím do nadřazené a důležitější pozice; sebe i druhé teď vnímám jako rovnocenné partnery.“

Jako facilitátorka spirituální regrese do života mezi životy nikdy nevím, kam nás klientova duchovní pout' zavede, kam se na své životní cestě dostane nebo jakým způsobem se vyřeší jeho stávající otázky a problémy. Všechna sezení však shodně přinášejí popisy jedinečných a pozoruhodných scénářů, jež odrážejí pozitivní, hluboké, posilující a fascinující informace, které klienti během pouti své duše dostávají. Zdá se, že díky prohloubenému spojení se životem své duše jsou klienti schopni snadno a efektivně přijmout a uplatňovat podobné nástroje, jež vedou ke změně životního stylu. Zjišťuji, že tento spirituální prostor je vůči těm, kdo jsou ochotni vydat se na takovouto hlubokou a intenzivní cestu do svého nitra, přátelský, radostný, spolehlivý a blahodárný.