

MODELY LÁSKY

○ DĚTECH A RODIČÍCH

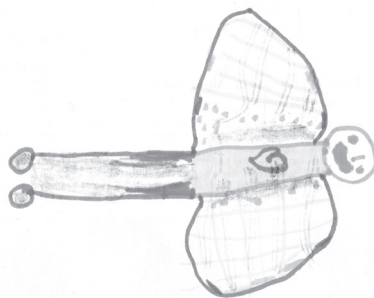
Joyce a Barry Vissellovi

khakti

OBSAH

<i>PŘEDMLUVA</i>	9
<i>ÚVOD</i>	11
<i>PRVNÍ DUCHOVNÍ UČITEL</i>	15
<i>RODIČOVSTVÍ JAKO ZASVĚCENÍ</i>	21
<i>MODELÝ LÁSKY</i>	29
<i>VZTAHY MEZI RODIČI</i>	36
<i>SMÍŠENÉ RODINY</i>	49
<i>UZDRAVOVÁNÍ A RODINA</i>	52
<i>UZDRAVOVÁNÍ RODIČŮ</i>	69
<i>DĚTI NÁS UČÍ KLIDU A MÍRU</i>	81
<i>POČÁTEK ŽIVOTA</i>	91
<i>OBŘAD POŽEHNÁNÍ DÍTĚTE</i>	112
<i>POŽEHNANÉ CITY</i>	120
<i>OD MNICHA K TATÍNKOVI</i>	130
<i>ČAS PŘED SPANÍM</i>	139
<i>DOMÁCÍ ATMOSFÉRA</i>	157
<i>NEJLEPŠÍ PŘÍTEL DÍTĚTE</i>	164
<i>NAŠE DĚTI A TELEVIZE</i>	172
<i>JAK NAJÍT ODVAHU A DONUTIT SE KE KÁZNI</i>	181
<i>ZASMÁT SE SAMI SOBĚ</i>	192
<i>OTCOVSKÁ NĚHA</i>	196
<i>PROBUZENÍ BOHYNĚ</i>	198
<i>RODIČ – SAMOŽIVITEL</i>	200
<i>ŽIVOT S DOSPÍVAJÍCÍMI DĚTMI</i>	207
<i>ŽÁCI ŠKOLOU POVINNÍ</i>	212
<i>AFIRMACE – UJIŠTĚNÍ</i>	219
<i>RODINNÝ VÝLET</i>	224
<i>NAROZENINY – VNITŘNÍ OSLAVA</i>	229
<i>DEN OTCŮ A DEN MATEK</i>	234
<i>KDYŽ DÍTĚ ZEMŘE</i>	238
<i>KRIYA ODCHÁZÍ DO KRÁLOVSTVÍ NEBESKÉHO</i>	254
<i>ZAVRŠENÍ CYKLU</i>	257
<i>ZÁVĚREČNÉ SLOVO</i>	260
<i>SEZNAM PŘÍSPĚVATELŮ</i>	261
<i>O AUTORECH</i>	264

8



DĚTI NÁS UČÍ KLIDU A MÍRU

GERALD G. JAMPOLSKY, M.D.

Gerald Jampolsky je psychiatr a autor bestselleru *LÁSKA ZNAMENÁ ZBAVIT SE STRACHU*. Je rovněž zakladatelem centra *Center of Attitudinal Healing*¹⁰ v kalifornském městě Tiburon. Přednášel po celém světě a byl hostem i řady televizních programů.

Měli jsme s Barrym tu čest navštívit Jerryho jednoho chladného zimního dne roku 1985. Čistě „náhodou“ jsme všichni měli hodinu volno, než jsme se každý opět věnovali svým naplánovaným úkolům. Skvěle jsme se bavili a všichni jsme cítili vzájemné spojení duší. A jak Jerryho popsát? Asi nejlépe jedním z jeho oblíbených citátů:

Učte jen lásce, protože vy sami jste láska.

KURZ ZÁZRAKŮ

Je možné naučit děti pozitivnímu přístupu a sebeúctě? Odpověď zní ano. Nejprve bychom ale měli změnit některé z našich vlastních přístupů k sobě samým i lidem kolem nás. Je důležité naučit se projevovat lásku a nikoliv strach, mír a klid a nikoliv konflikt. Měli bychom předávat dál naše učení, že každý okamžik života lze prožít s optimismem a nadšením. Měli bychom našim dětem ukázat, jaké požehnání se skrývá v odpuštění a ve schopnosti dávat. Měli bychom jim pomoci vyrůstat ve světě, kde budou vědět, že to oni jsou odpovědní za to, co prožívají, v němž dokáží spoléhat samy na sebe a v němž je jejich jediným cílem vnitřní klid.

Chceme-li tohoto vnitřního klidu dosáhnout, měli bychom učit naše děti, jakým způsobem ho získat. A to z jednoho prostého důvodu – učíme druhé to, co se sami chceme naučit. Asi největším darem, který jsme dostali, je schopnost

¹⁰ Centrum léčby pomocí změny přístupu k nemoci a k sobě

vybrat si, jaké myšlenky vpustíme do svých myslí, a zvolit si svobodu, která pramení z vědění, že právě naše vlastní myšlenky určují to, co právě prožíváme. Je důležité tento dar využít, chceme-li životy našich dětí pozitivně ovlivnit. Místo abychom se drželi myšlenkového systému světa, který se omezuje jen na fyzickou realitu, jejímž jádrem je strach a protiklady, měli bychom si vybrat myšlenkový svět lásky, která prostupuje celým vesmírem, kde láska je všeobsahující skutečností a kde neexistuje strach.

V těchto dnech dochází stále víc a víc lidí k přesvědčení, že myšlenkový systém světa nefunguje a že určitě existuje ještě jiný způsob, jak se na svět dívat, jak se dívat na rodičovství a jak se dívat na to, co je pravda a co je jen iluze. Tímto jiným způsobem je, a o tom jsem přesvědčen, nechat naše děti, aby se staly našimi učiteli lásky, klidu a míru. Když se naučíme dívat na svět tak, jak to dělají děti, jednoduše a jasně, s jejich vrozenou schopností radovat se a smát se, najdeme i velice praktické řešení každého problému, kterému budeme čelit.

Myšlenkový systém našeho světa

Bohužel velké množství lidí vidí svět jako místo plné zmatku, konfliktů, strachu, zlosti, chaosu, destrukce, válek, neštěstí, zoufalství a s beznadějnou budoucností. Jsou přesvědčeni, že jsme se dostali do situace, kde stačí stisknout jediné tlačítko a život na Zemi přestane existovat.

Většina z nás samozřejmě tvrdí, že chceme žít ve světě, kde vládne mír a klid, a že chceme cítit i vnitřní klid a mír, ale kolik z nás opravdu věří, že se to může stát? Jistě, když přijmeme myšlenkový systém světa, bude i nadále minulost určovat naši budoucnost a trvalý mír na zemi se bude zdát nemožným. Tento myšlenkový systém totiž tvrdí, že dříve nebo později se staneme terčem útoku a pokud mu chceme zabránit, měli bychom se naučit, jak se bránit, a nebo... zaútočit jako první. Je to systém, který tvrdí, že strach je reálný a že tento svět není svět laskavý a láskyplný, ale svět nepřátelský.

Takovéto myšlenky nás nutí k tomu, abychom dávali jen proto, abychom něco dostali a přikládali velkou hodnotu jen materiálním stránkám života: kolik máme peněz v bance, jak velký máme dům a jakou značku má naše auto. Podporuje přesvědčení, že náš úspěch se poměřuje tím, co vlastníme, nikoliv tím, kdo jsme.

V tomto světě se učíme zabývat se tělesnými bolestmi a slastmi a v našich tělech bují neukojitelné fyzické touhy. V tomto světě nemůžeme být nikdy spokojeni, protože nás učí, že náš život neřídí Bůh, ale jen naše vlastní já a že štěstí získáme tím, že budeme manipulovat s druhými a ovládat je.

V tomto myšlenkovém systému jsou děti vychovávány tak, aby je bylo vidět, ale nikoliv slyšet a aby udělaly to, co říkáme, nikoliv to, co děláme i my. Na našem příkladu se učí, že pocity viny a strachu jsou „reálné“, že život a tělo je jedno a to samé a že života stejně jako smrti je třeba se bát a že je normální stavět se ke každému a ke všemu v životě rozpolceně a dvojznačně.

Přes naše nejlepší úmysly většina z nás učí děti strachu, konfliktu a negativnímu myšlení stejně často, jako je učí lásce, klidu a pozitivnímu myšlení. Děje se tak proto, že jsme uvízli v myšlenkovém systému, který nám naznačuje, že být dospělým a zralým znamená být efektivnějším a moudřejším ve chvílích, kdy soudíme druhé, abychom tudíž dokázali lépe určit, kdo jsou naši přátelé a kdo nepřátelé.

Většina z nás buduje v dětech pocit viny a pomocí tohoto pocitu s nimi manipulujeme a měníme jejich chování do podoby, jaká je pro dospělé přijatelná. Pokud děti odpovídají této předepsané podobě, milujeme je. Pokud ne, svou lásku jim odepíráme.

Je to myšlenkový systém světa v akci. Učí nás, že láska je podmíněčná a že bychom měli podávat určitý výkon, abychom jí byli hodni a získali ji. A to je asi naše největší chyba, kterou jako rodiče děláme. Změtili jsme, vyhodnotili a ocenili svoje děti, sebe navzájem i všechny okolo a odsoudili se tak k smrti.

Pokud budeme tímto neúčinným a bezvýsledným způsobem pokračovat, dál se uchylovat ke strachu, nespokojenosti a nepřátelství, je velice pochybné – pokud ne zcela nemožné – aby někdy na tomto světě zavládl trvalý mír. Oč lepší by tedy bylo, kdybychom přestali své děti učit a dovolili jim, aby ony učily nás.

Myšlenkový systém lásky

Většina lidí si myslí, že dětský svět je imaginární svět plný fantazie, zatímco svět dospělých je svět reálný, opravdový. Učíme naše děti, že dospělí všechno vědí lépe, že jsou moudřejší než ony a že jsou tu od toho, aby se od nás dospělých učily. Ale možná je to všechno právě naopak.

Mám jeden návrh. Až budete číst následující řádky, nedělejte žádné závěry. Snažte se jen přijmout moji myšlenku, která se může zdát poněkud nesourodá a která tvrdí, že děti mohou být našimi učiteli, mohou nás vyvést z duševního vězení a uvolnit naše pouta strachu, která jsme si sami navlékli. Dovolte jim, ať nám pomohou pochopit, že smyslem našeho pobytu na Zemi je zažít jednotu, spojit se v jedno s ostatními tím, že jim nabídneme svoji lásku a klid. Naučme se od dětí, že klid a mír začíná v našem nitru a nikde jinde. A hlavně, naučme se od nich znovu důvěřovat.

MODELY LÁSKY

Dívat se na svět jinak vyžaduje ochotu zbavit se předsudku, že jen věk a zkušenosti určují, kdo bude koho učit. Je vhodné, abychom si přestali myslet, že jen proto, že jsme jako dospělí na této planetě déle než naše děti, známe víc pravd, které bychom jim měli předat.

Před několika lety mi přítel položil následující otázku, protože věděl, že jsem stejně jako on militantní ateista: „Pocítil jsi někdy v životě naprostou přítomnost lásky, přítomnost Boha?“

Pocítil. Bylo mi třicet a studoval jsem Stanfordskou lékařskou fakultu. Když jsem pomohl na svět „svému“ prvnímu dítěti, na porodním sále se rozlilo tak nádherné světlo, že ho ani nelze popsat. Zcela mě překvapilo, kolik lásky toto novorozené dítě vyzařovalo na každého okolo. Na chvíli jsem cítil naprosté souznění s tímto dítětem, jeho matkou, zdravotní sestrou, vesmírem i všemi lidmi a věcmi v něm! Věděl jsem, že zažívám něco, co se naprosto vymyká rozumovému chápání. Věděl jsem, že prožívám chvíli naprosté lásky a boží přítomnosti. Druhý den, když jsem byl ve třídě a pokoušel se jednotlivá data vyhodnotit a analyzovat, se boží láska a přítomnost vytratily.

Když se dívám zpětně na tento zážitek, uvědomuji si mnohem více než dříve plný dopad symbolického významu novorozeného dítěte jako učitele. Proto bych rád navrhl, abychom sebrali odvahu a podívali se na novorozené dítě novým způsobem – duchovními brýlemi, které vidí pouze lásku.



Rami – šest týdnů

Použijte svoji představivost a vejděte spolu se mnou do mysli novorozeného dítěte. Co tam vidíte? Mysl je plná myšlenek bezpodmínečné lásky. Dítěti jsou zcela lhostejné velikosti a tvary těl jeho rodičů, jak byli rodiče v minulosti v práci výkonní, jak vypadají, co říkají nebo jestli jsou hodni lásky. Toto dítě, a o tom jsem přesvědčen, vidí rodiče, kteří jsou s ním spojeni láskou a které od něho nic nerozděluje.

Dítě symbolizuje poznání, ale ne jako sumu nahromaděných roztržitých faktů, ale jako lásku, která je opravdovým poznáním. Láska je podstatou jeho bytosti a světlo, které odráží, může být pouze odrazem boží lásky a ničeho jiného. Jeho duchovní bytost je reálná a věčná – a ono od narození ví, že jeho tělo je jen dočasný kostým.

Nově narozené dítě neví nic o smrti a nebojí se jí. Ví jediné – že jeho opravdová identita je láska a že láska nikdy neumírá. Ví, že v jeho „skuteč-ném“ světě není nic než láska. Nerozumí minulosti nebo budoucnosti a ví, že tento okamžik je to jediné, co je, nekonečný okamžik pro zvětšování a šíření lásky. Ví, že jej Bůh miluje a jeho přirozeným stavem je kombinace lásky, radosti a míru.

Novorozené dítě od počátku ví, že nemáme mysl – my jsme naše mysl – a že všechny mysli jsou spojeny. Ví, že neexistují žádné samostatné, oddělené myšlenky, žádné samostatné mysli, žádné odloučení – je jen jednota. A nijak se nevyděluje z okolního vesmíru.

Zná jen jeden druh lásky a jeho reakce na lásku je vždy úplná a totální, nikoho z ní nevyklučuje. Nedokáže hnout jediným prstíkem, aniž by nehnulo celým svým tělem. Neomezuje svou realitu svými fyzickými smysly – tím, co slyší a vidí. Ví, že jeho identitou je láska, a proto také ví, že láska neklade žádné otázky. Ona prostě je. Dítě také neřekne ani slovo, protože nejvyšší forma lásky slova nepotřebuje. Neví nic o žárlivosti nebo o snaze přivlastnit si někoho druhého, protože zažívá naprosté spojení se všemi a protože ví, že stejně jako láska je i ono vším a všude. Ví, že láska je naprostá absence strachu.

V únoru 1982 jsme měli s mým synem Leem jedinečnou příležitost cestovat 20 hodin s Matkou Terezou, která pořádala přednášky a modlitby v různých městech Indie. Vyprávěla nám příběh, který se mi doslova vryl do srdce. Byl o jihoamerické ženě, která, podle Matky Terezy, velice dobře věděla, o čem život a láska je, protože svému novorozenému dítěti dala legální jméno „Profesor lásky“. Tato matka celým svým srdcem věděla, že její dítě je její učitel a že jí bude neustále připomínat, že její opravdovou realitou je dítě lásky, dítě důvěry, dítě boží.

Narušujeme my rodiče nějak onu důvěru, kterou právě nově narozené dítě symbolizuje a s níž přichází na tento svět? Není snad nedostatek důvěry jedním z hlavních problémů, s nimiž se současný svět potýká? Není to právě nedostatek důvěry, který ničí celý vesmír?

MODELY LÁSKY

Z malých dětí vyzařuje bezmezná důvěra. Když dvouleté děcko upadne a rozbije si koleno, utíká za svou maminkou. Maminka mu bebíčko pofouká, políbí a bolest zmizí. Podle mého názoru bolest mizí proto, že dítě zažívá spojení se svou matkou prostřednictvím lásky.

Jak děti stárnou, vysvětlí jim rodiče, že nejsou spojeni, že jsou odloučení, navzájem nezávislí. Mají každý své tělo, svou mysl. Pofoukání v této chvíli už bolest nezažene. Bolest se objevuje, když se cítíme odloučení, a mizí, když je přítomna láska a souznění.

Dovolme tedy nevinnému malému dítěti, aby bylo naším zrcadlem a ukázalo nám, co jsme – láska. Dovolme tedy, aby se i nevinné malé dítě v nás probudilo a nahradilo ono ustrašené děcko, které jsme si ve svém nitru dosud hýčkali. Rozhodněme se, že v každém, koho potkáme, budeme vidět jen nevinné milující dítě, a uvědomujme si, že cokoli vidíme, je pouhý náš odraz. Dovolme malému dítěti, aby nás zavedlo do světa jednoty a souznění, do jediné opravdové reality, reality neměnné pravdy a lásky.

Naučme se od novorozenejších dětí, že jediné, čemu má smysl učit ostatní, je láska.

Ve chvíli, kdy píši tyto řádky, je mi 57 let a ze všech sil se snažím, abych se odnaučil všem těm tak zvaným „skutečnostem“ světa, které jsem přijal. Pokouším se přijmout fakt, že i ve mně a všech kolem mě je malé novorozené dítě a že realita tohoto dítěte je jediná opravdová realita. Chtěl bych se s vámi podělit o část mé minulosti a vyprávět vám i o přeměně, kterou nyní procházím. Třeba se s některými mými zkušenostmi budete moci ztotožnit.

Byl jsem vychován v židovské víře. Když mi bylo šestnáct, můj nejlepší přítel se zabil při automobilové nehodě a já, ať už jsem předtím věřil v Boha jakkoliv silně, jsem v něj po nehodě věřit přestal. Už jsem nevěřil, že něco jako milující Bůh existuje a stal se ze mě na většinu života militantní ateista.

Celkově mohu říci, že pro mě bylo velice obtížné milovat všechny lidi, které jsem na své cestě potkal. A snad ještě obtížnější pro mě bylo milovat sebe sama. Strávil jsem tedy obrovské množství času uvězněně v pocitu viny a zasypával se sebekritikou. Stal jsem se mistrem v trestání sebe sama. Nejenže jsem ztratil víru v Boha, ztratil jsem i schopnost důvěřovat ostatním a především jsem ztratil důvěru v sebe samého.

Co by otec dvou synů (Grega, nyní 26 letého a Leea, nyní 25 letého) jsem měl stejné množství problémů a obtíží, jako všichni otcové a matky, kteří navštívili mou poradnu za 26 let její existence. Pamatuji se, že jsem se moc chtěl stát dobrým rodičem a že jsem dělal to, co dělá spousta ostatních lidí: pokoušel jsem se převzít od mých rodičů ty nejkladnější hodnoty, které jsem se od nich naučil a snažil jsem se neopakovat chyby, kterých se rodiče podle mého názoru dopustili

¹¹ Kurz zážraků

– chyby, které jsem jim nedokázal odpustit. Záleželo mi na tom, jak si mé děti vedou a jestli mě jejich chování udělá v očích mých kolegů a přátel dobrým nebo špatným rodičem a člověkem. Bohužel jsem k utváření tohoto chování velice často využíval pocit viny a manipulaci.

Když se tak podívám na svoje zkušenosti rodiče, překvapuje mě, jak často jsem svým dětem pod rouškou lásky, nabízel lásku podmíněčnou, která závisela na tom, jaký výkon budou podávat a jak se budou chovat. Většinu jejich dětství jsem prožil buď jako workoholik nebo alkoholik. Když jsem nedokázal splnit svůj ideál dobrého rodiče, sám sebe jsem tvrdě a nekompromisně odsoudil.

V roce 1975 byl můj osobní život jeden velký chaos a já byl absolutně nešťastný, i když pro okolní svět jsem byl vzorem úspěchu a mohl využívat všech materiálních výhod, o jakých se mi snilo. Moje manželství se po dvaceti letech rozpadlo a skončilo bolestným rozvodem, měl jsem ochromující bolesti zad a – i když to dodnes nechci přiznat – stal se ze mě alkoholik. Byl jsem přesvědčen, že žiji ve světě, který mě napadl, že jsem se stal obětí tohoto světa a že nikdy nezažiji a nepocítím lásku, klid a mír.

Trvalo mi dlouho, než jsem zjistil, že s podobnými pocity nejsem sám (že je má do určité míry každý z nás) a že tady na Zemi nejsem proto, abych změnil druhé (hlavním účelem mého pobytu zde nebylo kritizovat nebo soudit mé děti či kohokoliv jiného, jak jsem si dříve myslel).

V téže roce (1975) jsem náhodou narazil na řadu knih nazvanou A COURSE IN MIRACLES¹¹, které vydala nadace Foundation of Inner Peace v kalifornském Tiburonu a které zcela zásadně změnilo moje myšlení i celý můj život. Když jsem tyto knihy, které jsem potom použil jako nástroj mé osobní duchovní transformace, četl poprvé, ke svému nezměrnému překvapení jsem uslyšel svůj vnitřní hlas, jak mi říká: „Lékaři, uzdrav se. Toto je tvoje cesta domů.“

Učení obsažené v těchto knihách mi umožnilo nejen zažít okamžiky plné lásky a klidu mysli, což jsem dříve pokládal za nemožné, ale přineslo mi také nový pohled na rodičovství. A protože jsem přesvědčen, že učíme druhé to, co se sami chceme naučit, napsal jsem na toto téma malou knížku založenou na principech výše uvedené řady knih. Nazval jsem ji TO GIVE IS TO RECEIVE – AN 18 DAY COURSE IN HEALING RELATIONSHIPS AND BRINGING ABOUT PEACE OF MIND¹². Po ní následovala kniha LOVE IS LETTING GO OF FEAR¹³.

Základní principy tohoto učení jsou jednoduché. Máme jen dvě emoce: lásku, která je nám vrozená, a strach, který si vymyslela naše mysl. Jinými slovy, místo abych si myslel, že na mě druzí útočí, se mohu dívat na svět jinak a považovat

¹¹ Kurz zážraků

¹² Dávat znamená přijímat. 18 denní kurz pro uzdravení vztahů a uklidnění mysli

¹³ Lásky znamená zbavit se strachu

MODELY LÁSKY

okolní lidi za lidi plné lásky a strachu či za lidi, kteří touží po lásce a volají o pomoc. Zjistil jsem, že mohu milovat osobu, která má strach, ale nemohu milovat někoho, kdo na mě útočí.

Učení hovoří o třech zásadách, které mě osobně velice ovlivnily a přinesly mi mír a klid. Zní následovně:

1. Mým jediným cílem je klid mysli, klid boží.
2. Mou jedinou funkcí je umět odpouštět
3. Neudělám jediné rozhodnutí, aniž se předtím poradím se svým vnitřním hlasem (kterému se rovněž říká šestý smysl, intuice, hlas boží apod.).

Když jsem začal měnit můj systém víry a aplikovat tyto principy na svůj život, začaly se i v mém vztahu k vlastním synům dít obrovské změny – změny, sahající daleko za hranice jednoduchého vysvětlení, že jsme byli o sedm let starší a tudíž více schopni brát se navzájem takoví, jací jsme.

V roce 1975 jsem pomáhal uvést do provozu centrum Center of Attitudinal Healing, které bylo opět založeno na principech uvedených v KURZU ZÁZRAKŮ. V tomto způsobu léčení jde v zásadě o to, že to nejsou lidé nebo podmínky, co nás rozčiluje a vykoleduje, ale naše vlastní myšlenky a přístupy, a ty je potřeba vyléčit a změnit. Tento princip je v naprostém protikladu k myšlenkovému systému světa a tvrdí, že jsme odpovědní za naše city a naše zážitky. Nemusíme být roboti, kteří druhým trpně dovolí stisknout příslušné tlačítko a určit, zda budeme šťastní nebo smutní, či zda kolem nás zavládne konflikt nebo mír. Je možné, abychom byli za sebe plně odpovědní – dosáhneme toho tím, že změníme naše přístupy a postoje. Pak se změní i naše vnímání reality.

Pokud zbavíme naše mysli negativních myšlenek plných odsouzení a ponecháme si tam pouze myšlenky plné lásky, dovolíme tím naší mysli, aby se zcela osvobodila, byla volná, v klidu a míru, v souznění a spojení s ostatními. To je účel uzdravování pomocí změny přístupu a postoje.

Světový myšlenkový systém tvrdí, že vnější svět je příčina a my jsme důsledek. Takže pokud jsme nešťastní nebo ve stresu, věříme, že je to důsledek něčeho nebo někoho vně nás. Když se nám něco v životě nedaří, když nám chybí láska nebo máme problémy lásku učit a být láskyplným rodičem, svádí nás to cítit se jako oběť a snažíme se najít někoho, na koho bychom mohli svalit vinu. A část naší mysli z toho chce vinit naše rodiče, svět a všechny lidi, kteří v něm žijí.

Schopnost odpouštět je klíčem k tomu, abychom se na svět mohli dívat jinak. Umožňuje nám zbavit se minulosti a opravit naše nesprávné pojetí a chápání. Schopnost odpustit znamená, že se zbavíme všeho, co jsme si mysleli,

že nám lidé, svět, Bůh, udělali, nebo co jsme udělali my jim. Schopnost odpustit je vlastně něco jako nebeská naprostá ztráta paměti. Díky ní se zbavujeme všech vzpomínek kromě těch, které jsou naplněny láskou, kterou jsme dávali a přijímali. Díky schopnosti odpouštět dokážeme zastavit jinak nekonečný kolotoč viny a dívat se na sebe sama, své děti, rodiče a všechny ostatní – včetně Boha – s láskou.

Děti jsou skvělými učiteli odpouštění. Vezměte si jen dva pětileté chlapce, kteří si spolu venku hrají. Billy přiběhne k mamince a říká: „S Johnym už si nikdy nebudu hrát. Sebral mi moje autíčko.“ O tři minuty později je ale maminka spatří, jak si spolu zcela spokojeně a šťastně hrají. Billy na incident zapomněl a Johnymu odpustil. Dospělí si ale v sobě nosí křivdy a zaujatost dlouhé roky. Čí realita je správná a čí realita přináší větší mír a klid?

Není to dlouho, kdy si mě jako poradce najala velká dopravní společnost. Když jsem tam jel na jednání, vzal jsem si s sebou dvanáctiletého chlapce, Tonyho Bottariniho, který přišel k nám do Centra, protože měl rakovinu. Během jednání se jeden z regionálních manažerů velice rozčiloval nad tím, že mu konkurence přebrala jednoho z klíčových zaměstnanců, za něhož se bude jen velice obtížně hledat náhrada. Zeptal jsem se Tonyho, co si myslí, že by v této situaci mohlo pomoci.

Tony se onoho manažera zeptal, jestli je rozzlobený. Manažer odpověděl: „Ano.“ Pak se Tony zeptal: „Kdybyste se mohl ocitnout na místě, po němž jste vždycky toužil, kde byste si odpočinul, uvolnil se, jaké místo by to bylo?“ Odpověď zněla: „Havaji.“ Tony poté manažerovi navrhl, aby zavřel oči a představil si, že je na Havaji, cítí se uvolněně a odpočatě, v souladu s teplým pískem, modrou oblohou i nádherným mořem. Pak dodal: „Víte, nemůžete se cítit uvolněně a odpočatě, v klidu a míru, pokud jste naštvaný. Pokud nebudete schopný odpustit – a nejen konkurenci, ale i onomu člověku, který od vás odešel, nebudete schopen najít moudré rozhodnutí. Když jim odpustíte – necháte celý incident odplout a zmizet.“

Později za mnou tento manažer přišel a řekl: „Víte, kdybyste mi to samé říkal vy, asi bych vás moc neposlouchal. Ale když mi to říkal Tony, dvanáctiletý chlapec, znělo to tak jednoduše a správně.“

Ano, děti mají tu schopnost dělat zdánlivě složité věci jednoduchými a srozumitelnými.

Nemůžeme důsledně učit lásce, dokud nezmizí veškeré obviňování, ať už se týká čehokoliv. Nemůžeme učit lásce a přitom sami sebe nebo ostatní obviňovat. Nemůžeme našim dětem ukazovat lásku, dokud neuzdravíme všechny své vztahy. Odpouštění je klíčem ke štěstí, protože odstraňuje všechny překážky na cestě k lásce. Odpouštění nám umožňuje žít ve světě plného všezahrnující lásky.

Loni v únoru jsem se svým synem navštívil Matku Terezu. Řekl jsem jí, že píšu tento článek a zeptal se jí na její postřehy a názor na rodičovství. Řekla:

MODELY LÁSKY

„Dejte dětem znát, že tu pro ně máte lásku. Děti by měly vidět, jak je jejich rodiče milují. A hlavně svým dětem ukažte, že se milujete navzájem.“

Abychom mohli něco takového udělat, měli bychom dostat pod kontrolu naše nedisciplinované a neovladatelné myšlenky. Je důležité vidět, že má cenu zklidnit mysl a současně věřit, že to dokážeme. Můžeme začít tím, že si vyhradíme pár minut denně, které strávíme v klidu a tichu. Postupně budeme tuto dobu prodlužovat, přičemž není vůbec důležité, jestli tomu budeme říkat meditace, modlitba nebo jednoduše uklidnění mysli. Důležité je, že se vydáváme na cestu za klidem a mírem. Jak se naše mysl zklidní, můžeme se začít učit, jak naslouchat vnitřnímu hlasu, který nám říká, co máme udělat.

Když si zvolíme cestu, na níž si budeme uvědomovat lásku a zažívat jen vědomí lásky, nečekají nás na ní žádná pravidla. Jediné, co potřebujeme, je klidná mysl a víra, že jsem láska, že Bůh je v nás, miluje nás bez výhrad a nikdy nás neopustí. Můžeme si pak uvědomit skutečnost, že jsme nevinné děti boží a že naše děti jsou našimi učiteli lásky a míru.

Měli bychom si neustále připomínat, že naše děti jsou našimi opravdovými zrcadly. Snažme se, ať jiskra v našich očích nikdy nevyhasne a ať se v našich srdcích navždy usídílí nespoutaný radostný smích. Udělejme z každého okamžiku nádhernou oslavu lásky.

Dovolme si, aby v každém z těchto okamžiků přestal existovat prostor a čas a my jsme zažívali jen velkolepost lásky. Staňme se názorným příkladem toho, že mír začíná u každého z nás, pusťme tedy do svého srdce a myslí jen myšlenky plné lásky a míru. A pak dopřejme tento mír i celé své rodině a všem lidem na světě, abychom se my i naše děti mohli těšit z míru, který je trvalý a věčný.