

Duchovný núdzový stav

Život nepočúva tvoju logiku; ide si nerušené svojou cestou. Ty musíš načúvať životu; život nebude počúvať tvoju logiku, vôbec ho nezaujíma tvoja logika.

— OSHO

Pri hlave som cítil chlad kovu. Ako k tomu vôbec došlo? Skutočne som sedel v ošumelej izbe motela, na spánku som mal priloženú zbraň, jej kohútik pripravený vystreliť. Po tvári mi stekal pot, srdce mi prudko búšilo. Ruky sa mi nekontrolovateľne triasli. Nikto nevedel, kde som. A zdalo sa, že nikomu na tom nezáleží. Nemal som dôvod žiť. A tak som bol pripravený zomrieť.

Už som videl nadpis na svojom nekrológu: „Dar Sandersen, medzinárodný hotelier, rozvedený otec troch detí, zomrel vlastnou rukou vo veku 44 rokov.“

Ale keď som zavrel oči a začal som sa nahlas modliť svoju poslednú modlitbu, stalo sa niečo neočakávané – nie, bolo to zázračné. Pocítil som závrat a spadol som na zem, zbraň mi pritom vypadla z ruky. Ako som tam nehybne ležal, mojím telom začalo prestupovať oslnivé biele svetlo. Skôr ako odmietnete tento môj príbeh, musíte vedieť, že som bol vždy

rozvážny človek, ktorý stojí pevnými nohami na zemi. Nikdy predtým sa mi nič podobné nestalo. Vždy som sa usmieval, keď som počul mystické príbehy, odmietal som ich ako nehodnoverné a nespoľahlivé. Nerozprával som sa – a stále sa nerozprávam – s anjelmi, ani sa v živote neriadim podľa hviezd. A predsa nemôžem odmietnuť alebo poprieť, čo sa mi stalo v tej motelovej izbe len pred dvanástimi mesiacmi. Zažil som božiu prítomnosť? Duchovné prebudenie? Alebo to bola jednoducho fyzická reakcia na veľký stres, ktorý som prežíval? Pravdupovediac, neviem. Viem však, že čo sa tam stalo, dalo do pohybu sériu udalostí, ktoré premenili každý prvok života, aký som dovtedy poznal.

Svetlo bolo jasnejšie a jasnejšie. O chvíľu som sa začal triasť na celom tele, ako keby som mal nejaký silný záchvat. Pot ma zalieval prúdom a ruky, nohy a trup sa mi triasli, keď som ležal na studenej špinavej podlahe. Zdalo sa mi, že to trvá večne. Potom, zdanlivo odnikiaľ, prišli slová, ktoré prenikli do môjho najhlbšieho vnútra: „*Tvoj život je vzácny a ty si omnoho dôležitejší, ako si uvedomuješ.*“

To bolo všetko. Keď mi myslou prebehli tieto slová, prestal som sa triasť. Len som tam ležal, celý spotený, a uprene som hľadel na strop. Nikdy v živote som nezažil taký vnútorný pokoj. Naplno som cítil svoje telo, svoje srdce. *Život je vzácny a ty si omnoho dôležitejší, ako si uvedomuješ.*

Po chvíli som pomaly vstal a zbalil som si veci. Hlboko vo mne sa niečo zmenilo, aj keď to neviem vysvetliť, len som to *cítil*. Už som si viac nechcel vziať život. Možno mal ten hlas pravdu, možno bolo vo mne omnoho viac, ako som si bol v danej chvíli vedomý.

Keď prežívame ťažké časy, často si myslíme, že svet vidíme taký, aký v skutočnosti je. Nie je to však pravda. Jednoducho sa dívame na svet cez okuliare našej beznádeje. Na veci sa pozeráme smutnými, zúfalými očami. Pravda však je, že keď sa začneme cítiť lepšie, náš svet bude tiež vyzeráť lepšie. A keď sa znova vrátíme do stavu vnútornej radosti, aj vonkajší svet bude odrážať tento pocit. Zistil som, že svet je ako zrkadlo. *Od života nedostávame to, čo chceme, ale kým sme.* Zistil som aj to, že náš život prechádza rôznymi obdobiami a bolestné časy nikdy netrávajú večne. *Verte tomu, že zima vášho smútku povedie k letu vašej radosti, rovnako ako jasná žiara rána príde vždy po najtmavšej noci.*

Už som viac nebol zúfalý prípad, ľutujúci sám seba. Už som viac nepovažoval svoju situáciu za beznádejnú. V ten deň sa mi vrátila časť mojej sily. A hoci bol môj život stále chaotický, začal som si uvedomovať, že mám silu napraviť to. Z nejakého dôvodu som *veril*, že pomoc je na ceste a že prichádzajú šťastnejšie dni. Netušil som však, aká úžasná bude táto pomoc a akým krásnym sa stane môj život. Skôr, ako o tom budem hovoriť podrobnejšie, možno by ste chceli vedieť, aké okolnosti viedli k tomu, že som upadol do takého stavu, že som dokonca začal uvažovať o tom, že si zoberiem život.

Len pred niekoľkými rokmi som si myslel, že žijem život, o akom snívava každý. Mal som krásnu a inteligentnú ženu, ktorá ma vrúcne milovala. Mal som tri zdravé a šťastné deti, ktoré vynikali vo všetkom, čo sa rozhodli robiť. Ako majiteľ módnych butikových hotelov, situovaných v populárnych destináciách po celom svete, som zarábala viac, ako som si kedy vedel predstaviť. Medzi mojich klientov patrili filmové hviezdy, rozprávkovo bohatí ľudia a celebrity. Cestoval som na exotické miesta, nakúpil mnoho zbytočností a stal som sa celkom známym, aspoň vo svete, v ktorom som sa pohyboval.

Potom sa mi jedného dňa rozpadol celý môj svet. Neskoro večer som sa vrátil domov po obchodnej večeri s majiteľom nehnuteľnosti, o ktorú som mal záujem. Rachel zvyčajne nechala pre mňa svietiť zopár svetiel, v ten večer bol však dom úplne tmavý. Nedávalo mi to zmysel – bolo len desať hodín. Kde bola Rachel? Kde boli deti?

Vošiel som dnu a rozsvietil som v hale a v kuchyni. Vívalo ma len ticho. Na kuchynskom stole však ležal lístok so známym Racheliným rukopisom. Čítal som: *Dar, odišla som aj s deťmi k mame. Už ťa viac nemilujem. Je mi to ľúto. Ráno ti zavolá môj právnik.*

Nič vás nemôže pripraviť na takýto list, nič. Aj keď som sa mohol tváriť, že v mojom manželstve je všetko v poriadku, vedel som, že sme sa odcudzili. Všetok čas strávený mimo domu počas pracovných ciest bol na úkor môjho manželstva a rodiny a láska, ktorú sme kedysi prežívali, sa stratila. Tváril som sa tiež, že som dobrý otec, a možno navonok som taký aj bol. Ale moje múdre deti poznali pravdu. Aj keď som sedel priamo vedľa nich, v skutočnosti som tam nebol. V duchu som sa stále zaoberal

svojimi obchodmi a emocionálne som bol vzdialený. Myslím si, že v skutočnosti som bol vtedy mimoriadne sebecký muž. Bol som presvedčený, že svet sa točí okolo mňa. Potreby a pocity nikoho iného neboli také dôležité ako moje. Chcel som byť bohatý. Chcel som dosiahnuť uznanie. Chcel som zvíťaziť. A pri tom som stratil to, čo bolo najdôležitejšie.

Ten list a nasledujúce rozvodové konanie ma veľmi zranili. Bol som prinútený opustiť svoj dom a žiť v jednom zo svojich hotelov. Deti som mohol vídať len raz za týždeň a niektoré víkendy. Začal som piť a veľmi som pribral. Vždy som patril k dobre vyzerajúcim mužom v dobrej kondícii, ale to všetko sa stratilo. Zobúdzať som sa s príšernou migrénou, ktorá ma neprešla, kým som ju nezalial alkoholom. Našťastie som neprišiel o svoj biznis, pretože som sa obklopil vynikajúcim tímom manažérov, ktorí boli ku mne natoľko lojálni, že viedli firmu, kým ja som si lízal rany. Iste, občas som sa zúčastnil na obchodných rokovaniach a uzatvoril nejaké zmluvy. Väčšinou som však sedel sám doma, potme počúval staré piesne Billie Holiday a popíjal whisky. A toto trápenie ma nakoniec priviedlo do ošarpanej motelovej izby, o ktorej som vám rozprával. Mali by ste však vedieť aj to, že toto trápenie ma priviedlo aj mojej záchrane.

Naučil som sa, že bolesť a nešťastie sú mocné prostriedky, ktoré podporujú osobný rast. Nič vám tak nepomôže k tomu, aby ste sa učili, rástli a rozvíjali sa. Nič vám neposkytne väčšiu príležitosť na znovuzískanie vašej osobnej sily. Ľudia pokladajú bolesť a nešťastie za negatívnu skúsenosť. Je to však číry *predsudok* a za týmto nepravdivým presvedčením sa skrýva len strach. Viete, utrpenie sa vyskytuje vtedy, keď sa stane niečo, čo nechceme. Objaví sa, keď život pred nás postaví niečo neočakávané, nejaké nové okolnosti. Nové okolnosti v našom živote, či je to choroba, strata milovanej osoby, alebo finančný neúspech, znamenajú, že sa musíme zmeniť a opustiť staré vychodené cesty, na ktorých sme kedysi lipli. Žiada sa od nás, aby sme opustili to, čo sme očakávali, a to môže človeka desiť. Obávame sa zanechať bezpečný prístav známeho a poznaného. Bránime sa ceste na neznáme miesta, kam nás život občas vedie. Už myšlienka na to, že by sme to mali urobiť, v nás vzbudzuje strach. Strach sa skrýva za všetkým tým odporom k novému.

Niet sa však čoho obávať. Tento náš svet je omnoho priateľskejší, ako si uvedomujeme. Loď, ktorá nikdy nevypláva z prístavu, sa nikdy nepoškodí, lode sú však určené na to, aby sa plavili. Podobne aj ľudská bytosť, ktorá sa nikdy neodváži vykročiť do neznámych priestorov života, sa nikdy nezraní – ľudské bytosti však na to neboli stvorené. Sme stvorení, aby sme zažili rast, ktorý prichádza s tým, že ako cestovatelia životom navštevujeme neznáme miesta. Naše múdrejšie ja pozná túto pravdu a pokladá zmeny a trápenie za to, čo skutočne sú. Sú ako starostlivý lekár, ktorý prichádza, aby vyliečil naše choroby. Utrpenie slúži na to, aby sme sa stali lepšími. Utrpenie prichádza, aby nám pomohlo a aby sme spoznali, kto v skutočnosti sme. Utrpenie nás otvára a núti nás, aby sme všetko opustili a vzdali sa toho, čo sme poznali a na čom sme lipli. Ako malé dieťa v prvý deň v škole, ktoré sa bojí pustiť matkinej ruky a samo vojsť do triedy plnej nových priateľov, kde sa bude učiť toľko nových a nádherných vecí. Neznáme je tam, kde sa nachádza „nové“, a je to jediné miesto na svete, kde nájdete *možnosti*. Ľudské bytosti sú nastavené tak, aby v živote vyhľadávali príležitosti a možnosti. Všetci sme predurčení na to, aby sme sa stali veľkými. Ako teda môžete povedať, že utrpenie je zlé, keď nás robí lepšími? Áno, ako ľudské bytosti pri utrpení cítime bolesť. To je prirodzené. Táto bolesť sa však nakoniec pomíne a staneme sa bohatšími, silnejšími a múdrejšími.

„*Neobávaj sa neznámeho, pretože tam prebýva tvoja veľkosť,*“ povedal jeden môj výnimočný učiteľ, o ktorom sa ešte veľa dozviete. Väčšina ľudí strávi najlepšie roky svojho života na známych miestach. Nemajú odvalu vydať sa na neznáme územie a obávajú sa opustiť dav. Nechcú vyčnievať a boja sa prejaviť. Obliekajú sa ako všetci ostatní, rozmýšľajú ako všetci ostatní a správajú sa ako všetci ostatní, aj keď cítia, že im to nesedí. Zdráhajú sa počúvať volanie svojho srdca a skúsiť niečo nové, odmietajú opustiť bezpečný breh. A tak robia to, čo všetci ostatní. Ich kedysi žiarivá duša pri tom začína tmavnúť a vráskavieť. „Smrť je len jeden z mnohých spôsobov, ako stratiť život,“ povedal dobrodruh Alvah Simon.

Držať sa bezpečných chodníčkov v živote neznamená nič iné, ako rozhodnúť sa ostať uväznený svojím strachom. Môžete mať ilúziu, že ste slobodní, aj keď stále žijete uzatvorení v schránke, ktorou sa stal váš

život. Verte mi však, že je to naozaj len ilúzia – lož, ktorú si navrávate. Ak opustíte túto schránku, navštívite nové miesta a prestanete nasledovať dav, strach sa, samozrejme, objaví – ste predsa človek. Odvaha si však vyžaduje, aby ste si tento strach uvedomili a napriek tomu sa pohli vpred. *Odvaha nie je neprítomnosť strachu, ale odhodlanie prekonať ho a vydať sa za cieľom, ktorý je pre vás dôležitý.* Ak žijete v bezpečnom prístave a držíte sa známeho, akoby ste patrili k živým mŕtvym. Keď sa vydáte do neznáma a preskúmate neznáme miesta, vrátite sa späť do života a vaše srdce znova začne biť. Stačí dobrodružstvo a znovu pocítite vzrušenie života. *Pamätajte si, že šťastie objavíte na opačnej strane svojho strachu.*

Uvediem vám jednu metaforu. Ak ste strávili celý život vo väzení, v deň vášho prepustenia sa vás zmocnia mnohé obavy. Vo väzení ste síce neboli slobodní, ale žili ste v známom priestore, kde platila prísna rutina: vedeli ste, kedy máte vstať, kedy môžete ísť na vychádzku a kedy a čo budete jesť. Teraz, keď ste už z väzenia von, cítite strach. Neviete, čo robiť a kam ísť. Neexistuje žiadna opora, len neistota. Radšej by ste sa vrátili do známeho prostredia, ako čeliť neistote a zdanlivému nepohodliu neznámeho. Keby ste mohli, radšej by ste si zvolili ostať vo väzení, ako znovu získať slobodu. Nedáva to zmysel, v živote však takto koná väčšina z nás.

Túto filozofiu ma naučil učiteľ, ktorého som už spomínal. Patrí k ľuďom, ktorí ma v živote doteraz najviac ovplyvnili. Jeho múdrosť a nevšedný sedemstupňový proces, s ktorým ma len pred dvanástimi mesiacmi začal oboznamovať, úplne zmenili môj život. Nikdy som nebol taký šťastný. Nikdy som sa necítil taký plný života. Nikdy som nemal toľko sebaúcty. Našiel som životnú lásku. Som vo skvelej forme. Môj biznis prekvitá. Nikdy som si nemyslel, že život môže byť taký dokonalý. Môžete to dosiahnuť aj vy. Dary, ktoré som dostal od svojho učiteľa, sú dostupné aj pre vás. Iste, budete musieť urobiť niekoľko nových volieb a podstúpiť nejaké riziko. Budete musieť venovať určitý čas a energiu na to, aby ste sa znova spojili s veľkolepými stránkami svojej osobnosti, ktoré ste už možno stratili. Asi budete musieť čeliť niektorým obavám, ktoré udržovali vašu malosť, či ste si to priznali, alebo nie. Keď to však urobíte, prebudíte v sebe najlepšie stránky. A čo môže byť dôležitejšie?

Učiteľ, ktorého som spomínal, patrí k najmúdrejším, najsilnejším a najčestnejším ľuďom, akých poznám. Je síce výstredný, naozaj svojrázny a jeho spôsoby sú, mierne povedané, neortodoxné. V skutočnosti sa niekedy správa trochu ako divoch. Pravdepodobne ste nikdy nestretli ani nestretnete podobného človeka. Má však vzácnu schopnosť odovzdávať dôležité životné múdrosti tak, že to zasiahne priamo vašu dušu a vy ste ochotní podstúpiť zmeny, ktoré pred vami otvoria nádherný život. Jeho rady vám budú veľmi nápomocné, keď sa rozhodnete objaviť svoj osud a žiť takým skvelým životom, na aký máte právo.

Som presvedčený, že náhody neexistujú. Tohto učiteľa som stretol deň po zjavení, ktoré som mal v motelovej izbe. V ten deň som mal v práci stretnutie so svojím manažérom ľudských zdrojov Evanom Janssenom. Evan prišiel s dvomi vstupenkami na motivačný seminár, ktorý sa mal konať v ten večer. Takéto akcie miloval, keďže bol veľký prívrženec všetkých aktivít týkajúcich sa osobného rozvoja. Ja, naopak, patríam v tejto oblasti ku skeptikom. Musím sa priznať, že motivačných rečníkov vôbec nemám rád. Vždy som si o nich myslel, že sú ako cukrová vata – chvíľu cítite jej sladkosť, ale čoskoro zistíte, že vám z nej v ústach nezostalo nič.

Evanov malý syn mal v ten večer svoj prvý klavírny recitál, takže Evan nemohol ísť na seminár. Chcel, aby som tam išiel ja. Myslel si, že mi to zlepši náladu a možno tam získam inšpiráciu na zmeny v živote, o ktorých vedel, že ich musím urobiť, ak sa mám dostať späť do svojej kože nielen profesionálne, ale aj v osobnom živote. Povedal som mu, že tam nepôjdem, že jednoducho nedokážem počúvať otrepané aforizmy a frázovité kázania, ktoré motivační rečníci zvyčajne predvádzajú. Ešte stále bojujem s mnohými vecami a najlepšie sa budem cítiť, keď budem v ten večer sám. Vtom sa stalo niečo zaujímavé. Jeden z kolegov, veľmi vnímavý muž, sa mi pozrel hlboko do očí a povedal: „Dar, ver mi. Cítim, že je dôvod, aby si išiel na ten seminár. Je to len taký pocit, ale *prosím ťa, choď tam.*“

Vždy som patrila k racionálnym mužom. Riadil som sa viac rozumom ako citmi. Ak niečo nedávalo zmysel na intelektuálnej úrovni, zvyčajne som to zavrhol. Takto som však žil celý život a veľmi mi to nepomohlo.

Páči sa mi Einsteinova definícia bláznovstva: „Robiť stále to isté a očakávať iné výsledky.“ Vedel som, že ak chcem v živote dosiahnuť nové výsledky, musím sa začať správať *novým* spôsobom. Inak bude môj život stále rovnaký až do smrti.

Niečo hlboko v mojom vnútri mi vravelo, že predsa musí existovať iný spôsob, ako fungovať ako ľudská bytosť. Nedávno som si prvý raz prečítal filozofickú knihu, hoci predtým som sa takej literatúre vyhýbal. Nevieť, čo ma viedlo k tomu, že som si ju vybral, ale urobil som to. Možno ma moje utrpenie motivovalo, aby som útechu hľadal kdekoľvek. *Je pravda, že v najtemnejších časoch sme ochotní pátrať v tých najväčších hĺbinách.* Ak je v živote všetko v poriadku, žijeme povrchno; veľmi nepremýšľame. Keď však nastanú problémy, vstúpime do seba a začneme premýšľať, prečo sa udalosti odohrávajú práve takýmto spôsobom. Nepriazeň osudu nás prinúti stať sa premýšľavejšími. V čase výziev si začneme dávať dôležité životné otázky, ako napríklad, prečo existuje utrpenie alebo prečo nám naše najlepšie plány nevyšli tak, ako sme čakali. Pýtame sa, či život riadi tichá ruka náhody, alebo mocná päť voľby.

Autor filozofickej knihy, ktorú som si vybral, píše, že myseľ je obmedzená, kým srdce je bezhraničné. Mysleň môže byť krutá a spôsobiť, že najlepšie roky svojho života strávite v minulosti alebo premrháte prítomnosť obavami z vecí, ktoré sa nikdy nestanú. Mysleň baží po *vonkajšej* moci, ktorá je založená nie na duchovných, ale svetských veciach, ako sú peniaze, postavenie a majetok. Vonkajšia moc je však nestála: keď príдете o peniaze, postavenie a majetok, stratíte moc. Ak ste s takýmito vecami spojili svoju identitu, pri ich strate príдете aj o povedomie o tom, kto ste. Jediná moc, ktorá za to stojí, je autentická moc, ktorá vychádza zvnútra.

Podľa tej knihy srdce netúži po takých malicherných hodnotách. Žije v prítomnej chvíli a vie, že život sa má prežívať teraz. Srdce má záujem o dosiahnutie celistvosti, lásky a súcitu a o službu iným ľuďom. Uvedomuje si, že sme všetci prepojení neviditeľným putom, že sme všetci bratia a sestry z tej istej rodiny a že šťastie prichádza s dávaním a s podporou rastu iných, aby dosiahli svoje najlepšie ja. „Nevšímaj si kvapku, staň sa oceánom,“ povedal skvelý sufický básnik Rúmí. Srdce túto pravdu

pozná. Áno, myseľ so svojou schopnosťou uvažovať a vyjadrovať je skvelý *nástroj*, o ktorý sa srdce môže oprieť, nástroj, ktorý sa môže použiť na plánovanie, učenie a rozmyšľanie. Musí sa to však robiť v súlade so srdcom a pod jeho vedením. V knihe sa hovorí, že hlava a srdce musia vytvoriť celoživotné *partnerstvo*, ak chce človek prežiť krásny život. Musia pracovať v harmónii. Ak budete žiť len hlavou, neprecítite dych a rytmus života. Ak budete žiť iba srdcom, môžete zistiť, že konáte ako zaľúbený blázon, s biednym úsudkom a žiadnou disciplínou. Všetko je to o citlivej rovnováhe, ktorej dosiahnutie si vyžaduje čas, energiu a pochopenie.

Keď som tam stál pred trpezlivo čakajúcim Evanom, cítil som, že ma láka možnosť preskúmať niečo nové. Chvíľu som zvažoval tieto vnútorné pocity a nakoniec som sa rozhodol, že sa budem podľa nich riadiť. Súhlasil som, že pôjdem na seminár, a vzal som si lístky.

Evan ma objal so slovami: „Vieš, že ťa máme radi.“

Pri týchto slovách môjho dlhoročného kolegu ma premohli emócie. Zaliali ma slzy nielen preto, lebo som si uvedomil, ako smutne sa vyvíjal v poslednom období môj život, ale aj pre prejav skutočnej láskavosti iného človeka.

„Ďakujem, Evan,“ povedal som. „Si dobrý človek. Veľmi si to cením.“

„Ver mi, Dar. Tento seminár bude pre teba naozaj dôležitý. A ktovie, koho tam môžeš stretnúť.“

Vtedy som ani netušil, že tam stretnem človeka, ktorý ma povedie k lepšiemu životu.