



---

## O PREBUDENÍ

---

Spiritualita (duchovné založenie) znamená prebudenie. Väčšina ľudí, hoci o tom nevedia, spí. Ako spiaci sa narodí, žijú ako spiaci, v spánku sa oženia, vydajú, vychovávajú deti aj umierajú v spánku, nikdy sa neprebudia. Nikdy nespoznajú krásu toho, čo nazývame ľudská existencia. Veď viete, všetci mystici – katolícki, kresťanskí, nekresťanskí, bez ohľadu na ich vierouku, bez ohľadu na ich náboženstvo – sa zhodujú v jednej veci: že všetko je v poriadku, všetko je tak, ako má byť. Čudný paradox, byť si tým taký istý. Lenže, nanešťastie, väčšina ľudí nikdy nezistí, že všetko je v poriadku, lebo spia. A snívajú zlý sen.

Vo vysielaní španielskej televízie som vlni počul príbeh o mužovi, čo klope ráno na synove dvere.

„Jaime,“ volá, „vstávaj!“

Jaime odpovie: „Nechce sa mi vstať, ocko.“

Otec zakričí: „Vstávaj, musíš ísť do školy!“

„Nechcem ísť do školy,“ vraví Jaime.

„Prečo?“ pýta sa otec.

„Mám tri dôvody,“ odvetí Jaime. „V prvom rade preto, lebo sa tam nudím; potom preto, lebo deti ma otravujú, a po tretie, školu nenávidím.“

A otec vraví: „Nuž, tu sú tri dôvody, prečo tam musíš ísť. V prvom rade preto, lebo je to tvoja povinnosť; potom preto,

lebo máš štyridsaťpäť rokov, a po tretie preto, lebo si riaditeľom.“

Prebudte sa, prebudte sa! Ste dospelí. Ste príliš veľkí na to, aby ste spali. Prebudte sa! Prestaňte sa zabávať so svojimi hračkami.

Väčšina ľudí vám povie, že chce odísť zo škôlky, ale neverte im. Neverte im! Ide im len o to, aby ste im opravili pokazené hračky. „Vráťte mi moju ženu. Vráťte mi moju prácu. Vráťte mi moje peniaze. Vráťte mi moju reputáciu, môj úspech.“ Toto chcú; chcú naspäť svoje hračky. To je všetko. Aj ten najlepší psychológ vám povie, že títo ľudia sa v skutočnosti nechcú vyliečiť. To, čo chcú, je, aby sa im uľavilo; liečba bolí.

Prebudenie nie je príjemné, veď viete. V posteli je dobre a pohodlne. Keď vás niekto prebudí, naštvete sa. To je dôvod, prečo sa múdry guru nesnaží ľudí prebudiť. Dúfam, že aj ja sa zachovám múdro a ak spíte, vôbec sa vás nepokúsím prebudiť. Do toho ma skutočne nič nie je, hoci vám občas poviem: „Prebudte sa!“ Mojím cieľom je odvieŕať si svoju prácu, zatancovať svoj tanec. Ak z toho budete profitovať, dobre; ak nie, škoda! Ako hovoria Arabi: „Dážď je len jeden, rastie po ňom hloh v močiari aj kvety v záhrade.“



## **MÔŽEM VÁM BYŤ V TOMTO DUCHOVNOM CVIČENÍ NEJAKO NÁPOMOCNÝ?**

Domnievate sa, že sa chystám niekomu pomáhať? Nie! Ach, nie, nie, nie, nie, nie! Neočakávajte, že budem niekomu pomáhať. Ani ja nečakám, že niekomu ublížim. Ak sa niekto cíti ublížený, spôsobil si to sám; ak mu niekto

pomohol, tiež si za to môže sám. Vážne! Myslíte si, že ľudia vám pomáhajú? Nepomáhajú. Myslíte, že ľudia vás podporujú? Nepodporujú.

V jednej terapeutickej skupine, ktorú som viedol, bola istá žena. Šlo o rádovú sestru. Povedala mi: „Necítim podporu zo strany mojej predstavenej.“ Tak som sa opýtal: „Čo tým myslíte?“ A ona odvetila: „Nuž, moja predstavená, oblastná predstavená, nikdy nenavštívila noviciát, ktorý viem. Nikdy nevyslovila ani slovko uznania.“ Odvetil som jej: „V poriadku, tak sa trochu zahrajme. Teraz predstierajte, že sa s vašou oblastnou predstavenou poznám. Vlastne predstierajte, že presne viem, čo si o vás myslí. Takže vám poviem (hrám úlohu oblastnej predstavenej): ‚Viete, Mary, dôvod, prečo nechodím tam, kde pracujete, je, že je to jediné bezproblémové miesto v celom kraji – u vás nie sú žiadne problémy.‘ Ako sa teraz cítite?“

„Je mi skvelo,“ odpovedala. Potom som pokračoval: „V poriadku, mohli by ste teraz na minútu, dve odísť z miestnosti? Je to súčasť nášho cvičenia.“

Odišla. Kým bola preč, ďalším účastníkom terapeutickej skupiny som povedal: „Stále hrám rolu oblastnej predstavenej, dobre? Mary je najhoršia šéfká noviciátu, akú som kedy v celom kraji mala. Skutočný dôvod, prečo nenavštevujem noviciát, je, že neznesiem sledovať, čo robí. Je to jednoducho hrozné. Ale ak by som jej povedala pravdu, novicky by trpeli ešte viac. Už sme našli niekoho, kto to za ňu o rok, dva prevezme; zatiaľ ho školíme. Dovtedy ju budem chváliť, aby ďalej pracovala. Čo si o tom myslíte?“

„Nuž, to bolo skutočne jediné, čo ste mohli v danej situácii urobiť,“ odvetili.

Potom som privedol Mary späť a opýtal som sa jej, či sa stále cíti skvelo. „Ach, áno,“ odvetila. Chuderka Mary! Myslela

si, že má podporu, ale nemala ju. Pravda je, že väčšinu z toho, čo cítime alebo si myslíme, si jednoducho vykúzlime v hlave, vrátane toho, že ľudia nám pomáhajú. Myslíte si, že pomáhate iným, lebo ich máte radi? Nuž, mám pre vás novinu. Nikdy nikoho nemilujete. Milujete iba svoju zaujatú predstavu plnú nádeje o danom človeku.

Skúste sa nad tým chvíľu zamyslieť: Nikdy nikoho nemilujete, ste zamilovaní do zaujatej predstavy o danej osobe. Nie je to tiež spôsob, ako sa „odmilujete“, ako láska vyprchá? Vaša predstava sa zmení, však? „Ako si ma mohol tak zradiť, keď som ti tak veľmi dôverovala?“ povieťe niekomu. Skutočne ste im tak verili? Nikdy ste nikomu nedôverovali. Určite nie! Je to iba súčasť vymývania mozgov spoločnosti. Nikdy ste nikomu nedôverovali. Verili ste iba svojmu úsudku o danom človeku. Tak na čo sa potom sťažujete? V skutočnosti iba neradi priznávate: „Mal som nesprávny úsudok.“ Nie je to veľmi lichotivé, však? Takže radšej povieťe: „Ako si ma mohol zradiť?“

Takže ide o toto: Ľudia v skutočnosti nechcú vyrásť, nechcú sa skutočne zmeniť, netúžia byť šťastní. Ako mi raz niekto múdro povedal: „Nesnaž sa, aby boli šťastní, privodíš si tým iba problémy. Nesnaž sa učiť prasa spievať; strácaš tým čas a prasa dráždiš.“ Ako ten obchodník, čo príde do baru, posadí sa a zbadá chlapa s banánom v uchu – s banánom v uchu! Pomyslí si: „Mám mu to povedať? Nie, netýka sa ma to.“ Lenže nemôže na to prestať myslieť. Takže keď vypije jeden, dva poháriky, prihovori sa mu: „Prepáčte, no máte v uchu banán.“ A ten chlap sa pýta: „Čo?“ Obchodník opakuje: „Máte v uchu banán.“ A chlap znova: „O čo ide?“

„Máte v uchu banán!“ zakričí obchodník. „Hovorte hlasnejšie,“ reaguje chlap, „mám v uchu banán!“

Takže je to nanič. „Vzdaj to, vzdaj to, vzdaj to,“ hovorím si. Povedz, čo chceš, a odprac sa. Ak má z toho niekto úžitok, v poriadku, ak nie, jeho chyba!



## O SPRÁVNOM DRUHU SEBECTVA

Ak sa skutočne chcete prebudiť, potom v prvom rade chcem, aby ste pochopili, že sa nechcete prebudiť. Prvým krokom prebudenie je byť k sebe dostatočne úprimný a priznať si, že vám to nie je príjemné. Nechcete byť šťastní.

Chcete sa otestovať? Poďme na to. Bude to trvať presne minútu. Môžete pri tom zavrieť oči alebo ich nechať otvorené. V skutočnosti na tom nezáleží. Myslite na niekoho, koho veľmi milujete, kto je vám blízky, drahý, a v myslí tomu človeku povedzte: „Radšej by som bol šťastný, než bol s tebou.“ Uvidíte, čo sa stane. „Radšej by som bol šťastný, než bol s tebou. Keby som si mal vybrať, bez debaty by som si zvolil šťastie.“ Kolkí z vás ste mali pocit, že ste sebeckí, keď ste to vyslovili? Zdá sa, že mnohí.

Vidíte, ako máme vymyté mozgy? Vidíte, ako sme boli zmanipulovaní, aby sme si pomysleli: „Ako môžem byť taký sebecký?“ Ale pozrime sa na to, kto bol sebecký?

Predstavte si, ako vám niekto hovorí: „Ako môžeš byť taký sebec, že by si si namiesto mňa zvolil šťastie?“ Nemali by ste chuť odvetiť: „Teda prepáč, ale ako môžeš byť taký sebec, že by si požadoval, aby som si vybral teba, a nie vlastné šťastie?“

Istá žena mi raz povedala, že keď bola dieťa, jej bratranec jezuita pôsobil v jezuitskom kostole v Milwaukee. Každé duchovné cvičenie začínal slovami: „Skúškou lásky je obeta a mierou lásky je nesebeckosť.“ To je úžasné! Opýtal som sa jej: „Chceli by ste, aby som vás miloval za cenu svojho vlastného šťastia?“

„Áno,“ odvetila. No to je nádherné! Nebolo by to úžasné? *Ona* by ma milovala za cenu svojho šťastia, *ja* by som ju miloval tiež za cenu svojho šťastia, takže by z nás boli dvaja nešťastní ľudia s *nehynúcou láskou!*



## O TÚŽBE BYŤ ŠŤASTNÝ

Povedal som, že nechceme byť šťastní. Chceme niečo iné. Presnejšie povedané: Nechceme byť bezpodmienečne šťastní. Som pripravený byť šťastný, ak budem mať toto a toto a tiež toto. Ale v skutočnosti to znamená, že svojmu priateľovi, Bohu či hocikomu hovoríme: „Ty si moje šťastie. Ak ťa nedostanem, odmietam byť šťastný.“ Je veľmi dôležité, aby sme to pochopili. Nevieme si predstaviť, že budeme šťastní bez týchto podmienok. A to je pomerne presné. Nenapadne nám, že by sme boli šťastní bez nich. Učili nás viazať na ne svoje šťastie.

Takže to je prvá vec, ktorú potrebujeme urobiť, ak sa chceme prebudiť, ak chceme milovať, ak chceme byť slobodní, ak chceme cítiť radosť, pokoj a oduševnenie.

V tomto zmysle je spiritualita (duchovnosť) najpotrebnejšou vecou na svete. Vyzývam každého, aby sa zamyslel nad tým, čo je potrebné ako spiritualita, ako som ju definoval – nie pobožnosť, nie oddanosť, nie náboženstvo, ale spiritualita – prebudenie, prebudenie!

Len sa pozrite na boľavé srdcia všade navôkol, na osamelosť, strach, zmätenosť, na rozvrátené ľudské srdcia, vnútorné boje a vonkajšie konflikty. Čo keby vám niekto ponúkol spôsob, ako sa toho všetkého zbaviť? Predstavte si, že vám niekto ponúkne spôsob, ako zastaviť toto obrovské plytvanie energiou, zdravím, emóciami, ktoré pramení z týchto konfliktov a zmätku. Chceli by ste to?

Povedzme, že by nám niekto ukázal cestu, ako skutočne milovať jeden druhého a cítiť pokoj a lásku. Napadá vám niečo potrebné? Lenže namiesto toho si ľudia myslia, že užitočnejšie je podnikanie, politika, veda. Aký je pozemský prínos toho, že vyšleme muža na Mesiac, keď nedokážeme žiť na Zemi?



## HOVORÍME V TOMTO DUCHOVNOM KURZE O PSYCHOLÓGII?

Je psychológia potrebnejšia ako spiritualita? Nič nie je potrebnejšie než spiritualita. Čo môže chudák psychológ robiť? Môže iba uvoľniť napätie. Sám som psychológom, pracujem ako psychoterapeut a cítim v sebe veľký boj, keď si mám vybrať medzi psychológiou a spiritualitou. Premýšľam, či to niekomu tu v sále dáva zmysel. Sám som to mnoho rokov nechápal.

Vysvetlím to. Veľa rokov som to nechápal, až kým som raz nezistil, že ľudia musia vo vzťahu *dostatočne* trpieť, aby sa zbavili ilúzií zo *všetkých* vzťahov. Nie je to hrozné? Musia vo vzťahu *dostatočne* trpieť, kým sa prebudia a povedia: „Už mám toho dosť! Musí byť aj lepší spôsob života než závislosť od inej ľudskej bytosti.“ A čo som urobil ako psychoterapeut? Ľudia za mnou chodili so vzťahovými problémami, komunikačnými a tak ďalej a niekedy im to, čo som urobil, pomohlo. Ale inokedy, je mi ľúto, že to musím povedať, to nepomohlo, lebo ľudia ďalej spali. Možno mali trpieť o niečo *viac*. Možno mali siahnuť na dno a povedať: „Mám toho *všetkého* plné zuby.“ Lebo až keď máte plné zuby toho, že máte niečoho plné zuby, až vtedy sa toho zbavíte. Väčšina ľudí vyhľadá psychiatra alebo psychológa, aby sa im uľavilo. Opakujem: aby sa im uľavilo. Nie aby sa toho zbavili.

Raz som počul príhodu o istom Johnnym, ktorý bol vraj mentálne retardovaný. Lenže zjavne nebol, čo zistíte z nasledujúceho príbehu. Johnny má hodinu výtvarnej výchovy v škole pre deti so špeciálnymi potrebami, dostáva kus moduritu, aby niečo vymodeloval. Vezme si hrudku a ide do kúta miestnosti, kde sa s ňou hrá. Príde za ním učiteľ a hovorí: „Ahoj, Johnny.“

Johnny na to: „Ahoj.“ Učiteľ pokračuje: „Čo to máš v ruke?“  
Johnny odvetí: „Kravský hnoj.“

Učiteľ sa pýta: „Čo z neho modeluješ?“

„Vyrábam učiteľa,“ odvetí Johnny.

Učiteľ si pomyslí: „Johnnyho stav sa zhoršil.“

Zavolá riaditeľa, ktorý prechádzal okolo dverí, a hovorí:  
„Johnny je na tom horšie.“

Takže k Johnnymu prichádza riaditeľ a osloví ho: „Ahoj,  
chlapče.“

„Ahoj,“ odvetí Johnny.

„Čo to máš v ruke?“

„Kravský hnoj.“

„Čo z neho modeluješ?“

„Riaditeľa.“

Riaditeľ usúdi, že na Johnnyho by sa mal pozrieť psychológ.  
„Pošlite po psychológa!“

Psychológ je chytrý. Podíde k Johnnymu a hovorí: „Ahoj.“

„Ahoj,“ odvetí Johnny.

„Viem, čo držíš v ruke.“

„Čo?“

„Kus kravského hnoja.“

„Správne,“ odvetí Johnny.

„Viem tiež, čo z neho modeluješ.“

„Čo?“

„Robíš psychológa.“

„Omyl. Nemám dosť hnoja!“ A oni ho považovali za men-  
tálne retardovaného!

Chudáci psychológovia, veď odvádzajú dobrú prácu. Sku-  
točne. Sú situácie, v ktorých dokáže psychoterapia obrovsky  
pomôcť, lebo keď ste na hranici bláznovstva, šaliete, stane  
sa z vás buď blázon, alebo mystik. A práve to mystik je, opak

blázna. Viete, aký je jeden znak toho, že ste sa prebudili? Keď sa sami seba pýtate: „Som blázon ja alebo všetci okolo?“ Skutočne. Lebo my sme šialení. Celý svet je šialený. Sme skutoční blázni! Jediný dôvod, prečo nie sme zavretí v ústave, je, že nás je príliš veľa.

Takže sme šialení. Žijeme so šialenými predstavami o láske, o vzťahoch, šťastí, radosti, o všetkom. Sme takí šialení, že som začal veriť, že ak všetci s niečím súhlasíme, môžete si byť istí, že je to zle! Každú novú myšlienku, každú veľkú myšlienku vymyslela menšina. Muž menom Ježiš Kristus bol v menšine. Každý hovoril niečo iné než on. Budha bol v menšine. Každý tvrdil niečo iné než on. Myslím, že to bol Bertrand Russell, kto povedal: „Každá veľká myšlienka sa začína ako rúhanie.“ Presne to vystihol. V nasledujúcich dňoch si vypočujete veľa rúhania. „Rúhal sa!“

Lebo ľudia sú šialení, sú to blázni a čím skôr si to uvedomíte, tým lepšie pre vaše mentálne a duchovné zdravie. Nedôverujte im. Nedôverujte svojim najlepším priateľom. Zbavte sa ilúzií o svojich najlepších priateľoch. Sú veľmi chytrí. Rovnako ako vy v interakcii s každým iným, hoci o tom asi neviete. Ach, ste takí prefíkaní, zákerní a chytrí. Skvelo predstierate.

Nebol som veľmi zdvorilý, však? Ale opakujem: Chcete sa prebudiť. Skvelo predstierate, ani o tom neviete. Myslíte si, že ste takí láskyplní. Pch! Koho milujete? Dokonca aj vaša vlastná obeta vo vás vzbudzuje dobrý pocit, nie je tak? „Obetujem sa! Žijem podľa svojich ideálov.“ Ale veď za to niečo dostávate, však? Vždy zo všetkého niečo získavate, až kým sa neprebudíte.

Takže: prvý krok. Uvedomte si, že sa nechcete prebudiť. Je dosť ťažké prebudiť sa, keď vás zhypnotizovali, že zdrap starých novín je šek na milión dolárov. Je ťažké odtrhnúť sa od toho zdrapu starých novín.



## ANI SEBAZAPRENIE NIE JE RIEŠENIE

Zakaždým, keď praktizujete sebazaprenie, podvádzate sami seba. Čo vy na *to*? Klamete sa. Čoho sa vzdávate, čoho sa zriekate? Zakaždým, keď si niečo odriekate, navždy sa k tomu pripútavate. Jeden guru z Indie hovorí: „Zakaždým, keď za mnou príde prostitútka, nehovorí o ničom inom než o Bohu. Hovorí: Mám dosť života, aký žijem. Chcem v ňom Boha. A zakaždým, keď za mnou príde kňaz, nehovorí o inom ako o sexe.“

Keď sa niečoho zriekate, navždy sa k tomu prilepíte. Keď s niečím bojujete, navždy sa k tomu pripútate. Kým s tým bojujete, dávate tomu silu. Čím viac s tým bojujete, tým viac sily tomu dávate. Vráťate komunizmu a všetkému ostatnému. Musíte „prijat“ svojich démonov, lebo keď s nimi bojujete, posilňujete ich. Ešte vám to nikto nikdy nepovedal? Keď sa niečoho zrieknete, pripútate sa k tomu. Jediný spôsob, ako z toho von, je prehliaďnúť cez to. Nezriekajte sa, ale *pozrite sa cez to*. Uznajte skutočnú hodnotu daného a nebudete sa toho musieť zriecť; samo sa vám to vzdiali. Ale, samozrejme, že ak to nechápete, ak ste zhypnotizovaní a myslíte si, že bez toho nebudete šťastní, ste v tom až po uši. To, čo pre vás musíme urobiť, nie je to, čo sa pokúša urobiť takzvaná spiritualita – totiž, že vás núti, aby ste prinášali obeť, aby ste sa niečoho zriekali. To je nanič. Stále spíte. To, čo potrebujeme urobiť, je, aby ste pochopili. Pochopiť, pochopiť. Ak pochopíte, jednoducho opustíte svoju túžbu. Povedané iným spôsobom: Ak sa prebudíte, túžby po niečom sa jednoducho zbavíte.