

## Učte sa zo života

Minulosť ovplyvňuje prítomnosť a tá vytvára budúcnosť. „Budem pracujúca pani. Nechcem mať deti.“ Podľa mojej matky som to vyhlasovala už od ôsmich rokov. Vždy ma udivuje, koľkokrát moje vnútorné ja vyjadrovalo to, po čom naozaj túžim, a to roky predtým, ako som si to v dospelosti priznala. Na mojej životnej ceste som sa nikdy neuberala smerom k výchove detí. Hoci ako väčšina dievčat som si aj ja privyrábala strážením detí susedov. Neotravovalo ma to, ale ani som si starostlivosť o deti nikdy obzvlášť neužívala. Robila som to pre dvadsaťpäť centov na hodinu, ktoré som v tom čase za to dostávala. Ešte mám živo v pamäti, ako som sa rozhodla zvýšiť svoju hodinovú taxu na tridsaťpäť centov. Budú rodičia detí protestovať? Protestovali. Keď som nedávno bola v mojej rodnej štvrti, dozvedela som sa, že teraz je hodinová taxa za stráženie detí desať dolárov. A bez protestov!

Keď som bola mladé dievča, túžila som po nezávislosti. Chcela som rozhodovať a byť zodpovedná sama za seba. A chcela som mať odstup, a to dokonca už od raného detstva. Moja staršia sestra mi hovorila, že keď som mala dva roky, skotúlala som sa dole schodmi do pivnice na studenú a tvrdú betónovú podlahu, no nevyronila som ani slzu. Keď za mnou dobehla sestra a chcela ma zdvihnúť a utešiť, odstrčila som ju. Nepotrebovala som pomoc. Žeby som už vtedy nedôverovala ľuďom? Aj dnes je to pre mňa občas ešte problém. Prečo som od seba vždy odstrkovala lásku, aj keď mi ju ostatní nezištne ponúkali?

Rovnako ako milióny mladých ľudí v minulosti aj dnes, aj ja som túžila žiť inak ako moja rodina a najmä ako moje sestry. Niežeby som ich nemala rada, práve naopak, ľúbim ich. Jednoducho som len chcela v živote dokázať niečo „veľké“. Nechcela som pracovať v maličkých potravinách neďaleko nášho domu, ktoré vlastnil náš strýko.

Všetci predpokladali, že pôjdem v rodinných šlapajach, no ja som to tvrdohlavo odmietala. Chcela som pracovať v obchodnom dome v centre mesta, kde by som si mohla budovať vlastnú kariéru mimo drobnohľadu mojej rodiny. A tak, keď som mala pätnásť rokov, som na veľké sklamanie mojich rodičov napochodovala do obchodného domu Lafayette, podala som si pracovnú žiadosť – tvrdiac, že už mám šesťnásť rokov –, a dostala som prvú skutočnú prácu. Stala sa zo mňa asistentka predaja! Mala som zamestnaneckú kartu a zľavu. Bola som hviezda!

Aj keď som mala prácu, ktorú som milovala a bola som v nej dobrá, v mnohých iných oblastiach môjho života som trpela nedostatkom sebavedomia. Majú ma ľudia naozaj radi? Chce ma môj frajer nechať? Budem mať priateľov a bude sa mi dariť v škole? Bude ma jedného dňa nejaký muž považovať za tú pravú?

Pravdupovediac, to posledné ma trápilo najviac. Bude si ma jedného dňa niekto chcieť vziať? Nerada priznávam, ako veľmi som sa na to sústredila, no bol to jeden z hlavných dôvodov, prečo som sa rozhodla ísť na vysokú školu. V päťdesiatych rokoch 20. storočia ste práve tam mohli nájsť životného partnera. Bola som svedkom toho, ako sa to podarilo mojim sestrám. V tomto jedinom som chcela byť ako ony. Chcela som byť vyvolená a bolo mi jedno, kto si ma vyberie. Nechcela som večne stáť bokom ako družička.

Moja mladosť predurčila to, kým som sa stala – myslím, že tak to fungovalo aj u väčšiny z vás. Ako veľa iných mladých dievčat som sa aj ja hrala na učiteľku s bábikami a neskôr s kamarátkami. A nakoniec som sa učiteľkou naozaj stala: najskôr som učila na základnej škole a neskôr som sa stala profesorkou na univerzite. Môj vývin bol dokonalý. Bola som vždy v správnom čase na správnom mieste.

---

### *Správny čas, správne miesto*

Vždy budete presne tam, kde máte byť, aby ste prežili to, čo máte prežiť. Na to sa môžete vždy spoľahnúť. Je to totiž nepopierateľná istota, ktorá platí pre všetkých a všade. Platí to dokonca aj vtedy, ak o tom vôbec nevíete.

---

Dôkazom toho bola aj moja prvá kniha. Na základnej škole som začala písať príbehy o dievčati, ktoré malo zaujímavejší život ako ja. A čo bolo najdôležitejšie, jej rodičia sa nehádali. U nej doma nepanovalo neustále napätie, ktoré sa prenášalo na všetkých členov rodiny. Keď som prežívala dobrodružstvá spolu s touto fiktívnou rodinou, prinášalo mi to takmer hmatateľnú úľavu. Táto rodina mi ukázala aj správny smer a dala mi nádej a odvalu hľadať v živote niečo viac.

Všetky knihy, ktoré som za posledných tridsaťpäť rokov napísala, vychádzali z môjho rozhodnutia vytvoriť si novú realitu – z rovnakého rozhodnutia, ktoré som urobila už ako deväťročná. Teraz si uvedomujem, že tieto príbehy boli pre mňa akousi nástenkou vízií, akú som si mala vytvárať, keď som sa ako mladá žena liečila zo závislosti. Nástenky či tabule vízií sú niečo podobné, ako keď si scenáristi vytvárajú tabule s postavami príbehu a dejovými linkami, aby vedeli vymyslieť dramatickú zápletku. Rozdiel je v tom, že nástenka vízií zobrazuje vašu budúcu vysnívanú realitu, nielen vymyslené charaktery. Keď si vytvoríte tabuľu vízií, veríte, že *to, čo vidíte, môžete aj uskutočniť*. Keď som to takto napísala, môžem to priviesť k životu a pomôcť tak ostatným.

Keď som to vyskúšala prvýkrát, mala som pri svojej nástenke taký silný zážitok, že som naozaj uverila v jej silu. Všetky obrázky, ktoré som starostlivo umiestnila na svoju prvú tabuľu vízií, boli pomerne jasné. Na jednom obrázku bola žena hrajúca tenis, na ďalšom žena hrajúca golf, na treťom obrázku bola žena v kostýme s kufrikom. A uprostred bola žena stojaca vedľa tmavovlasého muža, ktorý montoval v dome knižnicu. O niečo vyše roka neskôr som si uvedomila, že tmavovlasý chlap bol muž, ktorý sa mal čoskoro

stať mojím manželom. A naozaj mi postavil v dome knižnicu. Pozorujúc ho pri tom, som naplno pochopila silu predstavovania si ideálnej budúcnosti.

Nástenky vízií majú naozaj pozoruhodnú silu. Nikdy som neverila rečiam mnohých ľudí o tom, že máte vesmíru dať najavo, čo chcete dosiahnuť. Naozaj teda potrebujeme tabule našich vízií? Asi nie, ale samotný proces ich vytvárania nám pomôže pritiahnúť želané veci. Pri tvorení tabule totiž musíte nad jej obsahom poriadne popremýšľať, úprimne tomu veriť, naozaj v to dúfať a očakávať výsledky. Tieto štyri aspekty dodajú vašim túžbam váhu. Vytvorením nástenky dávame vesmíru jasne najavo, čo chceme dosiahnuť a že sa vzdávame strachu.

Keď som sa pripravovala na záverečnú ústnu skúšku doktorandského štúdia, rozhodla som sa, že tentoraz si nevyrobím tabuľu vízií. Nedávno som v časopise *Psychology Today* čítala fascinujúci článok o sile meditatívnych predstáv. A tak som počas jedného mesiaca každý deň strávila 30 minút v tichej meditácii a predstavovala si samu seba v miestnosti, kde sa mala konať skúška, ako bez problémov odpovedám na všetky otázky šiestich členov komisie. Všetci sme sa pri tom usmievali a prikyvovali. V deň skúšky som vošla do tej miestnosti a cítila som sa úplne pokojne. *Už som tu bola. Som pripravená.* Skúšku som spravila a udelili mi titul.

Keď sa obzriem späť, zdá sa mi veľmi pravdepodobné, že príbehy, ktoré som v mladosti písala, mohli byť mladickým pokusom o vyslanie mojich predstáv do vesmíru. Samozrejme, že tie príbehy sa nestali skutočnosťou. Koniec koncov v reálnom živote som bola vtedy príliš zaneprázdnená napĺňaním mnohých dohôd, uzatvorených so starostlivo vybranými dušami, s ktorými sme sa mali navzájom niečo naučiť. A predsa malo vytváranie vymyslených rodín na mňa vplyv. Naučila som sa vďaka tomu počúvať svoj vnútorný hlas, dôverovať mu, nechať sa ním upokojiť a viesť.

Nič nerobíme zbytočne. Veci, ku ktorým nás to nejakým spôsobom priťahuje – či už je to myšlienka, skúsenosť alebo osoba –, majú zmysel, ktorý sa dozvieme v pravý čas. Mňa napríklad začalo priťahovať písanie, keď som mala deväť rokov, a odvtedy som s tým neprestala.

Keď som bola malé dievča, bola som pochabá a úzkostlivá. Obe tieto vlastnosti mi ostali, keďže som to často počúvala z otcových úst. Bála som sa opustenia, odkedy som si uvedomila, že na ceste životom ma sprevádzajú iní

Ľudia. Zdržia sa dlhšie alebo to budú len letmé známosti? Vyberú si miesto mňa niekoho iného?

Nasledujúca príhoda sa odohrala, keď som chodila do šiestej triedy. S jednou spolužiačkou sme boli tri roky najlepšie kamarátky. Každý deň som po skončení vyučovania uháňala na bicykli tak rýchlo, ako som len vládala, k nej domov, kde sme sa spolu hrali. Jedného dňa sa do susedstva prisťahovalo akési dievča, ktoré s nami začalo chodiť do triedy. Okamžite som sa začala obávať, že toto dievča ma pripraví o najlepšiu kamarátku. A moja najhoršia nočná mora sa onedlho stala skutočnosťou. Mohla som k nej fujazdiť, ako rýchlo som chcela, kým som prišla k nej, už sa bicyklovala s novou spolužiačkou. Bola som z toho zničená. Tento pocit som zažila v živote ešte mnohokrát, najmä vo vzťahoch s mužmi. Ako som už spomínala, väčšinou som sa na ľudí v mojom živote priveľmi naviazala, čím som ich od seba odhnala. Stalo sa mi to veľakrát, no asi najhoršie to pre mňa bolo vtedy, keď ma opustil môj prvý manžel.

Našťastie, keď som sa začala liečiť, zašla som za poradkyňou a prvé, čo mi povedala, bolo: „Už v maternici ste boli opustená.“ Bola som z jej vyhlásenia šokovaná a zmätená. Ako to môže viesť a čo to vôbec znamená? Pravdupovediac, neverila som jej. V pracovni jej viseli krištále a namiesto gauča sme sedeli na vankúšoch položených na zemi. Našťastie som bola vtedy dosť mladá, takže sadanie na podlahu a vstávanie z nej mi nerobilo problém. Dnes je to už horšie.

Poradkyňa trvala na tom, že som bola opustená už v maternici, čo bol podľa nej bežný syndróm liečiacich sa alkoholičiek. S teóriou o opustenosti som súhlasila, no nezdalo sa mi, že by to bolo už v maternici. Asi o rok neskôr sme však mali s mojou matkou rozhovor, ktorý nám obom úplne zmenil život.

„Porozprávaj mi o svojom živote, mama.“ Bola to jedna z domácich úloh na semináre o rodine, kde sme sa narodili, a nemyslela som si, že mi k tomu niečo povie. Matka málokedy hovorila o svojom živote a najmä o minulosti. Zvyčajne odvetila len: „Nepamätám si.“ No teraz jej vyhrkli slzy a vysypala zo seba: „Vždy som mala pocit, že som zlá manželka a matka, a keď som s tebou otehotnela, vôbec som ťa nechcela.“ Bingo! Bola som opustená už v maternici. V tých niekoľkých slovách som objavila semienko nespokojnosti,

z ktorého vyklíčila moja potreba viazať sa na druhých. Objavila som korene svojho strachu a boli riadne hlboké. Táto informácia mi však dodala nádej, že sa ho konečne zbavím.

No ešte väčším prínosom bol tento rozhovor pre moju matku, pretože sa konečne s niekým podelila o tajomstvo, ktoré v sebe dusila viac ako tridsaťsedem rokov. S mojím otcom o týchto pocitoch nemohla hovoriť. Vlastne v čase, keď som vyrastala, o tom nemohla hovoriť s nikým. Roky v sebe dusila pocity hanby a viny. Keď sa mi s tým zdôverila, oslobodilo ju to a vďaka tomu sa medzi nami vytvorilo puto, ktoré bolo pre nás obe útechou až do konca našich spoločných dní. Dlh a poriadne sme si vtedy poplakali a od tej chvíle som bola veľmi vďačná za to, že táto žena je mojou matkou.

Keď budete hovoriť pravdu o svojej minulosti a prítomnosti, vytvoríte tým priestor pre dobro, duchovný rast a všeobecné prepojenie, ktoré nás – všetkých 7 a pol miliardy ľudí – rozkolíše v upokojujúcom rytme. Zdá sa vám toto tvrdenie prehnané? Zamyslite sa nad tým. Keď niečo ovplyvní jedného človeka, ovplyvní to všetkých. Slová mojej matky ma zmenili a zmenili aj ju. A na základe mojej duchovnej cesty sa odvážim tvrdiť, že to takto funguje u všetkých. Aj u vás.

Ďalšie veci o mojej rodine som sa dozvedela, keď som sa rozprávala s mojím otcom. Položila som mu rovnakú otázku ako matke. Jeho odpoveď ma ohromila: „Celý život som sa bál.“ Zvyšku našej rodiny sa nezdalo, že by za jeho úspechmi a dominanciou stál strach. Jeho výbuchy zlosti pre každú maličkosť nám pripadali skôr ako šikanovanie. V nasledujúcich rokoch som však pochopila, aká bola medzi tým súvislosť. No jeho strach pramenil v detstve, ako to už väčšinou býva.

Vysvetlenie pôvodu otcovho strachu bolo jednoduché, no veľmi ma zamrútilo, najmä keď som si uvedomila, ako veľmi to ovplyvnilo jeho pohľad na samého seba aj na nás. Keď mal šesť rokov, kosil pred domom trávnik a nešťastnou náhodou pritom odsekol mladšiemu bratovi špičky dvoch prstov. Jeho rodičia vtedy neboli doma, no keď sa do počuli, čo sa stalo, okamžite pribehli a zbili otca ako žito. Od tej chvíle od neho rodičia vyžadovali vo všetkom dokonalosť. Neskôr ju aj on vyžadoval od seba aj od nás ostatných. Keď moja matka pridľho varila vajíčka, obrátil to na posmech. Keď môj mladší brat nechtyl loptičku, ktorú mu otec hodil, vysmial ho. Keď brat

nevedel čítať bez zajakávania, čo sa mu stávalo bežne, otec ho nazval zadubencom. A tak ďalej.

Snažila som sa mu postaviť, ale väčšinou neúspešne. Mala som pocit, že niekto musí brániť moju matku a mladšieho brata. Celé roky sme s otcom proti sebe bojovali. Boje neskončili dokonca ani vtedy, keď som sa odsťahovala z domu. No keď som si vypočula jeho príbeh, obmäkčil mi srdce. Celý život prežil v zajatí svojich démonov. Na rozdiel od matky, ktorá po našom rozhovore pocítila úľavu, nezdalo sa, že by sa otec cítil slobodnejšie, keď sa so mnou podelil o svoje „tajomstvo“. Pravdepodobne si ani neuvedomil, že by ho to mohlo oslobodiť. Strach bol jeho spoločníkom už tak dlho, že sa ho nevedel len tak zbaviť. Jeho príbeh však oslobodil mňa. Vďaka tomu som mu odpustila a takisto som odpustila sebe za to, že som ho roky odsudzovala. Očakávať od seba a ostatných iba dokonalosť je ťažké bremeno. Môj otec ho niesol po celých osemdesiatšesť rokov svojho života.

Jedným z mnohých požehnaní, ktoré získame, keď venujeme pozornosť ľuďom, ktorí sú súčasťou našej životnej cesty, je, že vďaka tomu odhalíme zmysel nášho bytia a naše vnímanie života sa počas jeho vývoja zmení. Moji rodičia sú neoddeliteľnou súčasťou môjho príbehu a ja som neoddeliteľnou súčasťou ich príbehov. To je krása žitia. Bolesť a zmätok, ktoré niekedy cítime, sú súčasťou krivky učenia, dokonca aj vtedy, keď sa nám zdá, že už viac neznesieme. Som vďačná, že som pochopila a prijala fakt, že bolesť, ktorú zažíval môj brat vo vzťahu s otcom, bola súčasťou jeho cesty.

Ako som už spomínala, všetko v našom živote má svoj zmysel – minulosť, súčasnosť aj budúcnosť. Každá skúsenosť perfektne zapadá do mozaiky nášho života. Keď sa naša životná cesta blíži ku koncu, ako je to v mojom prípade, zrazu sa nám oveľa ľahšie dýcha a môžeme si povedať: „Teraz tomu už rozumiem.“ Aké upokojujúce je konečne pochopiť, ako ma všetky životné skúsenosti priviedli až sem, k vám, do tohto momentu!