

MARTIN MAŠEK

CESTA VZHŮRU

— aneb —

TAJEMSTVÍ
VYJMENOVANÝCH
SLOV

Jeden z mých přátel přemýšlel o sebevraždě. Tato událost byla pro mne mimo jiné impulsem k zamyšlení, jakou mám já vlastní motivaci k setrvání na Zemi. Během následujícího hledání způsobu života se mi vnukla myšlenka: „Hledej v prvních vyjmenovaných slovech, tam najdeš odpověď.“ A tak jsem našel.

1. PROČ

Často jsem přemýšlel o životě. Když během mých studií jeden z přátel přemýšlel o sebevraždě, rozhodl jsem se udělat experiment. Pokusil jsem se najít smysl a cestu svým vlastním životem. Chtěl jsem najít důvod, proč na Zemi vlastně zůstávám a jakou chci mít v pokračování další motivaci. Už tehdy jsem dělal rád věci vědomě, ale zjistil jsem, že doposud jsem žil především ze setrvačnosti, nikoli z vědomého cíleného záměru.

Položil jsem si tak první otázku: „**Proč na světě zůstávat?**“

Vůbec jsem netušil, zda na takovou otázku mohu najít uspokojivou odpověď. Rozhodl jsem se ale, že zahodím veškeré předpoklady a budu jen nezáujatě hledat. Postavil jsem se do role, kdy jsem nepreferoval žádnou odpověď, kdy nebylo důležité, zda budu, nebo nebudu žít (nazýval jsem to „bodem nula“) a vyzval jsem život, ať se mi vyjádří.

Chodil jsem po městě, v přírodě, mezi lidmi, díval se a naslouchal... ale nic. Nic jsem nenašel. Nic, co by mi na otázku odpovědělo. Když jsem tedy nevypozoroval odpověď ve svém okolí, zkusil jsem hledat v knihách a filmech.

Díky tam nalezeným informacím jsem si uvědomil, co by mělo být mou hlavní motivací k životu. Intuitivně jsem věděl, že taková odpověď přesně vystihuje mou vnitřní pravdu.

Pravou motivací proč žít je pro mne: **možnost prožívat pozitivní emoce. Šťěstí, radost, pohodu, spokojenost, klid, lásku... jakékoli pozitivní emoce.**

Neměl jsem pochyby o tom, že již dál v této otázce hledat nemusím. Stačilo si vzpomenout na kteroukoli ze situací, kdy jsem se takto cítil a život najednou dával smysl a byl nádherným zážitkem. Bylo mi jasné, že v té době silnější a pravdivější odpověď nenajdu.

Uvědomoval jsem si ale také, že nám současný svět moc nepomáhá k dosahování těchto pozitivních emocí.

2. KUDY

Co tedy s tím?

Položil jsem si tak druhou otázku: „**Kudy jít ke štěstí, radosti, pohodě, spokojenosti, lásce...**?“

Opět jsem se o odpověď nestaral a jen čekal, zda se mi život vyjádří. To, co následovalo, bylo... minimálně velmi zajímavé.

Toho večera jsem si lehl, hlavu položil do dlaní a zavřel oči. Odpočíval jsem, snažil se na nic nemyslet, pouze jsem relaxoval a nechal myšlenky, ať si samy proudí. Po chvílce jsem najednou v duchu uslyšel: „**Když už si hraješ s těmi slovy... (tenkrát jsem často zkoumal význam slov) ...tak se podívej na první vyjmenovaná slova, tam najdeš odpověď.**“

Z ničeho nic mě to napadlo. Možná jakoby mi někdo našeptával. Nikdy před tím jsem přímo o vyjmenovaných slovech nijak zvlášť nepřemýšlel. Byla to tedy pro mne úplně nová myšlenka. V tu chvíli jsem měl pocit, jako bych si najednou na něco začal vzpomínat. Takový ten pocit, jako když si zrovna vzpomenete, kde jste nechali klíče.

Otevřel jsem oči, chvíli nechápal, ale začal pociťovat radost. Něco mi pomalu docházelo. Zatím jsem přesně netušil, co to je, ale potřeboval jsem na to co nejrychleji přijít. Začal jsem si tak v duchu přerývat vyjmenovaná slova a první z nich vypisovat na papír. Když jsem je dopsal, podíval se na ně, a aniž bych je musel dále zkoumat, byla mi hned všechna jasná. Celou myšlenku jsem najednou znal. Byl to pocit, jako bych tuto myšlenku znal už dlouhá léta a zároveň, jako by ji teprve před pár vteřinami někdo do mne nalil. Nevím, jak je to možné, ale věděl jsem, že ze slov mám udělat dvojice a poskládat je za sebe. Znal jsem celou posloupnost sdělení a chápal, co jednotlivé dvojice znamenají. Také jsem cítil, že celé sdělení je něco jako shrnutí všeho, o čem jsem doposavad slyšel, nad čím přemýšlel, co znal. Bylo to shrnutí toho všeho - jen tentokrát novými slovy. Byl jsem z toho nadšený.

A tak jsem obdržel vlastní „návod“, jakou cestou se vydat, abych došel k naplnění motivace k životu - k dosažení pozitivních emocí.

Kroky cesty jsou:

- 1. BÝT, FYZIKA**
- 2. SLYŠET, MY**
- 3. PÝCHA, SYN**
- 4. VY, BRZY**

První krok, nebo-li etapa, **BÝT** a **FYZIKA**, říká, že máme ze všeho nejdříve uznat svou fyzickou skutečnost. Nemáme zapomínat na to, že tady na Zemi musíme existovat ve fyzické podobě a nesmíme ji ignorovat. Bez uvědomění si této reality nemáme šanci vyjít moc vysoko.

Je to první krok, první schůdek, první etapa. Sděluje nám, že je zapotřebí, abychom byli plně ztotožnění se svým tělem. Dobře se o něj starali a nezapomínali na jeho potřeby. Máme o sebe pečovat. Pečovat o sebe, jako bychom pečovali o svůj majetek, svého domácího mazlíčka.

Bez tohoto kroku nelze dojít nahoru.

Druhá dvojice udává další stupeň. Jsou jimi slova: **SLYŠET** a **MY**. Jakmile se postaráme o své tělo, dostaneme jej do kondice a dopřejeme mu další ideální podmínky pro život, tak přistoupíme plynule ke své mysli. Mysl je druhá nedílná součást člověka. Návod z tohoto rébusu říká, že se ve druhém kroku máme více poslouchat. Naslouchat si. Máme naslouchat sami sobě - svému vnitřnímu hlasu. Začnou nás tak napadat úžasné myšlenky a mnohdy i přímé odpovědi na otázky. Učiníme tak nejlépe v dobře opečovaném těle a uklidněné mysli.

Všechny naše nové myšlenky nám budou přinášet radost a nadšení. Čistou radost ze skvělého nápadu a nadšení ze samotné existence. Je to druhý krok v cestě vzhůru.

Třetí dvojice je ještě důvtipnější: **PÝCHA** a **SYN**. Na první pohled sice tak nevyznívá, ale ve své podstatě je úžasná a pravdivá. Myšlenka této dvojice mě naprosto nadchla.

V prvním kroku jsme se postarali o své tělo. Ve druhém jsme začali více naslouchat vnitřnímu hlasu a došli k úžasným myšlenkám. Ve třetím kroku máme všechny nově získané informace a pocity vyjádřit v reálném životě.

Slovo **SYN** na tomto místě symbolizuje vše, co sami vytváříme. Vlastní činy, výtvořiny - potomky. Je to symbol pro vše, co pramení z nás.

Slovo **PÝCHA** bývá pro mnohé lidi tím samým co hrdost. V tomto návodu je ale pýcha použita zcela záměrně a přesně. Všechno, co vytvoříme (za pomoci schopností z druhého kroku), musí plně vyjadřovat nás - naši osobnost, naše názory, myšlenky, přesvědčení. Pokud jsme již schopni říci světu, že tohle všechno děláme vědomě a s přesným záměrem, pak dozajista musíme být na všechny své výtvořiny dostatečně pyšní. Pozitivně pyšní. V tomto smyslu bez jakékoli snahy o povyšování se nad druhé. Být pozitivně pyšní znamená mít neskutečnou radost ze sebe sama a ze svého tvoření. Je to spokojenost s každou svou volbou, neboť přesně víme, co děláme a proč to děláme. Je to absolutní přijetí sebe sama. Konečně se budeme moci řídit podle svých vnitřních pocitů a nebudeme se muset za sebe stydět. Když děláme to nejlepší, tak se za sebe nikdy nemusíme stydět.

Pozitivní pýcha ve třetím kroku nám dá sebedůvěru a úžasnou radost ze všeho, co budeme dělat.

Čtvrtý stupeň je vyjádřen kombinací slov: **VY** a **BRZY**.

Ve druhém kroku bylo použito symbolické slovo **MY**, které ukazovalo na naši individuální osobnost. Teď jsme ale již dále a je zapotřebí svůj postoj rozšířit. Přichází tak symbol **VY**.

V předchozích stupních jsme získali schopnost být na sebe dostatečně pyšní. To je v pořádku. Pokud bychom ale zůstali takto zaměřeni pouze sami na sebe dlouhou dobu, naše pozitivní pýcha by časem přerostla v negativní. Utopili bychom se sami v sobě - naše ego by se o to postaralo. Proto kvůli předejití této situace nabízí návod čtvrtý krok.

Máme si uvědomit, že člověk na Zemi není sám jen tak náhodou. Rébusové slovo **VY** proto dává důraz na celek. Na ostatní lidi, na společnost, na všechno kolem nás. Nabádá nás, abychom

veškerou svou moudrost a své schopnosti vědomě a účelně použili ve vztahu k okolí.

Máme tak rozdávat svou radost, nadšení, lásku. Učit druhé lidi vidět svět v lepších barvách a pokud budou chtít, prozradit jim způsob naší cesty. Máme se podělit s ostatními o to, co můžeme postrádat. Sdílet všechny své kladné vlastnosti a probouzet je i v druhých. Dělat to krásně a upřímně. Pomůžeme tak nejen sami sobě. Veškeré tyto činnosti spojené s druhými lidmi nám budou přinášet ještě větší radost a ještě větší užitek. Pak budeme opravdu šťastní.

Čas mezi třetím a čtvrtým stupněm bude ale značně „vachrlatý“. Proto je důležité se na tento krok vydat co nejdříve. Je zapotřebí se rozhodnout velice **BRZY**. Dlouhé rozhodování by podpořilo naše ego, které by ovládlo značnou část naší osobnosti. To by zmařilo celou cestu těsně před cílem. Proto nemáme váhat a máme se pustit do čtvrtého kroku. Nejsme na to upozorněni na tomto místě jen tak bezdůvodně.

3. JAK

Po prvních dvou otázkách se logicky naskýtala třetí: „**Jak realizovat jednotlivé kroky?**“

Onoho večera jsem intuitivně cítil, že celá myšlenka je jen ukázáním směru. Ukázáním hlavní cesty, po které již ale dokážeme kráčet sami. Nebylo zapotřebí cokoli více dodávat, neboť každý řidič ví, jak svůj automobil ovládat. Stačí mu ukázat směr a s řízením si již poradí.

Každý jsme jiný a každému vyhovuje něco jiného. Proto i praktická realizace jednotlivých kroků je individuálním vyjádření každého z nás. Každý bychom dokonce dokázali ve vyjmenovaných slovech nalézt něco víc a časem svůj pohled ještě prohloubit. Je to naše životní „hra“, kterou si chceme hrát podle svých vlastních schopností a vlastních představ.

Po letech přemýšlení o vyjmenovaných slovech bych uvedl alespoň několik málo zajímavostí, kterých jsem si v praxi všiml. Chápu je jako jedny z hlavních vlastností, které charakterizují jednotlivé kroky:

- 1. krok** - vás donutí minimálně k zamyšlení o tom, co vlastně jíte a zda se dostatečně hýbete
- 2. krok** - vás dovede během inspirujících myšlenek k radosti - často k upřímné radosti jako mají malé děti
- 3. krok** - vás bude nutit mluvit pravdu - a to především vždy a všude
- 4. krok** - vás bude inspirovat k rozšíření své empatie - ke schopnosti vcítit se více do druhých lidí

Nemusí to být pravidlo, ale je to víc než pravděpodobné.

ZÁVĚR

Nevím, co se to vlastně stalo a jak je něco podobného možné. Nevím, zda jsou vyjmenovaná slova jen náhodou, nebo mají opravdu hlubší cílený původ. Ani nevím, zda se to někdy dozvím. Co ale vím, je, že hodnoty obsažené v těchto slovech jsou pravdivé a dávají smysl. Vidím směr, kam vedou a cítím, že je to vhodná cesta. Dokonce bych řekl i doporučená cesta.

V praxi mají vyjmenovaná slova ještě jednu užitečnou vlastnost. Nejde na ně jen tak zapomenout - škola se o to již dostatečně postarala. Nemusíme se tak učit nic nového, stačí si jen připomenout jednu naučené. Návod této cesty máme vždy po ruce. Stačí si v duchu přerýkat známé **B F L M P S V Z**, odvodit si první slova a zamyslet se nad jejich významem. Jak jednoduché a prosté.

Své vyprávění bych zde zakončil textem, který vznikl těsně po prožitém večeru:

Použitím tohoto návodu, těchto čtyř kroků, řekneme světu: stojím pevně na nohou. Víím, co dělám a proč to dělám. Dosáhl jsem stavu, kdy jsem objevil hlavní krásy nabízené životem a sáhl po nich. Bylo zapotřebí jen odhodlání a motivace. Výsledná radost, štěstí, láska... za to rozhodně stály.

Je to cesta vzhůru.

Děkuji vám.

