

Většina lásky od druhých je podmíněná. Lidé nás milují, protože v dané chvíli vyhovujeme jejich potřebám. Když jejich potřebám přestaneme vyhovovat, jejich pocity se změní a najdou si jiný objekt zájmu.

Samozřejmě existují výjimky. Najdou se i lidé, kteří nás milují bezpodmínečně, ale to je velká vzácnost. A pokud nás umí takto milovat, je to proto, že našli zdroj lásky sami v sobě.

## Zdroj lásky

Zdroj lásky je hluboko v nás. Je jako podzemní pramen, který zavlažuje rostliny na poušti. Tento Zdroj je tu vždy. Přebývá v jádru našeho srdce, přestože si ho často nevšímáme. Je jako dech. Dech nás vyživuje, jenomže my nevíme, odkud nebo od koho pochází. Jedná se o jakýsi druh interakce s vesmírem, jíž se účastníme nevědomě. Nejsme za něj dokonce ani vděční, protože jsme o něj nežádali a nijak jsme se nezasloužili o právo dýchat. Dostali jsme ho prostě spolu s tělem. A i samotné tělo je záhada.

Vy i já jsme záhada. Nevíme, proč jsme tady ani jak jsme se sem dostali. Dostali jsme dar života, jenomže nevíme, že je to dar. Za chladného dne, když se pouští prohání vítr, nevíme, jestli je tento křehký život opravdu dar. V mrazivém vzduchu za studeného svitu měsíce v úplňku máme pocit přílišné zranitelnosti. Netušíme, zda je vesmír opravdu přátelský. Netušíme, zda budou naplněny naše potřeby. To všechno vzniká, když hledáme lásku, přijetí a útočiště venku. A jak už jsem řekl, všechno, co přichází zvenčí, je podmíněné, anebo dejme tomu nepředvídatelné. Někdy je horko a někdy zima. Někdy je sucho a jindy se řeky vylévají ze břehů. Život na poušti je svízelný. Riskantní. Nejistý. Na nic se nedá doopravdy spolehnout. To samé lze říct o podmíněné lásce.

Kdybychom znali pouze podmíněnou lásku, naše zážitky zde by byly frustrující. Naše očekávání by se rozbíjela napadrt'. Možná bychom uvěřili, že žijeme v krutém a bezcitném vesmíru.

Jenomže hluboko pod povrchem života je pramen. Každý z nás má naprosto úžasnou a zázračnou schopnost milovat. Velké osobnosti jako Ježíš a Buddha nám to dokázali. V našich srdcích proudí ten samý pramen, který v sobě měli oni.

V tomto světě se může zdát, že srdce je osamělý lovec, ale jeho přirozeností je dávat a přijímat lásku. Vy i já jsme tu proto, abychom milovali. To je smysl našeho bytí, náš osud.

Nechápeme však, že láska začíná i končí v našem

vlastním vědomí. Skrze nás proudí směrem ke druhým a pak zase zpátky k nám. Pokud nenabídneme lásku sami sobě, nemůžeme ji dát ani nikomu jinému. A když budeme čekat, až nás nejdřív začne mít rád někdo jiný, může se nám stát, že budeme čekat hodně dlouho. Abychom mohli lásku dostat, musíme ji dát. A abychom ji mohli dát, musíme ji dostat. Je to jednoduchá rovnice.

## Dávání a dostávání

Většina z nás by chtěla nejdřív lásku dostat, ale jen málokdo z nás chce lásku nejdřív dát. Abyste mohli lásku dát, musíte ji v sobě objevit. Musíte hluboce zapustit kořeny. Musíte se ponořit do Zdroje. Možná meditujete. Možná se procházíte po lese nebo u řeky. Nějak se vám podaří zklidnit se. Nějak se otevřete energii lásky.

Nějak se vám otevře srdce, stejně, jako když se vám otevrou ústa, abyste se mohli nadechnout. A když se srdce otevře, automaticky dá lásku na oplátku. Je stvořeno tak, aby dávalo a přijímalo, stejně jako jsou plíce stvořené tak, aby vdechovala a vydechovala vzduch. Srdce nemůže přijmout lásku, aniž by ji neoplatilo.

Láska je oběhový systém. Je jako krev proudící do srdce a z něj, jako vzduch proudící do plic a z nich. Sama se udržuje v pohybu, sama sebe živí. Jakmile ve vás začne proudit láska, už na to nemusíte myslet. Začne to být automatické jako dýchání. Pro většinu z nás je nejtěžší přijít na to, jak objevit Zdroj lásky ve svém vlastním vědomí. Jde o to, abychom si začali uvědomovat přítomnost, jíž jsme si dosud nebyli vědomí.

Začít si uvědomovat lásku je jako začít si uvědomovat svůj dech. Dýcháte, aniž byste si to uvědomovali.

Milujete, aniž byste si to uvědomovali.

Proto je třeba přivést pozornost ke svému srdci.

Dýchejte do srdce. Povolte své obranné mechanismy.

Odložte své emocionální brnění. Dovolte si uvolnit se a mít pocit bezpečí.

Připomeňte si, že jste nevinní a v pořádku takoví, jací jste. Přestaňte na sebe tlačit a jenom dýchejte a buďte. Přijměte a oslavujte danou chvíli takovou, jaká zrovna je. Buďte vděční za svůj dech, za dar života.

Otevřete se vesmírnému proudu ve vás i kolem vás. Dovolte si navázat spojení.

Ovšemže od vesmíru, v němž žijete, nemůžete být nikdy zcela odpojení, avšak je možné, že toto spojení vůbec nevnímáte. Nikdy nemůžete být opravdu odpojení od lásky, přesto však je možné, že si lásku, jež ve vás přebývá, vůbec neuvědomujete.

Takže sed'te ve své nevinnosti, uvolněte se a dýchejte, a začněte si čím dál víc uvědomovat spojení se vším, co je. Už nemáte pocit oddělenosti. Už nemáte pocit, že jste sami sobě či komukoliv jinému cizí. Noříte se do řeky lásky.

Byla tu vždy, jenom vy jste si to neuvědomovali. Dokonce ani když jste se procházeli po jejích březích, neslyšeli jste, jak k vám řeka lásky promlouvá, jak vás hladí a těší se z vás. Ale teď už ji cítíte. Teď už se koupete v chladivé vodě této řeky. Teď už víte, že jste víc, než jste si mysleli.

Teď už víte, že jste součástí velkého proudu života, který překonává vědomí ega a spojuje vás se vším, co je. Teď už nejsou žádné rozdíly, žádné hranice mezi vámi a tím, co je. Spočíváte ve všem, co je, a to vše spočívá ve vás.

Ve skutečnosti už není ani žádné uvnitř a venku. Už není nic malé a velké. Už žádné hranice mezi bytostmi. Dokonce ani dávání a přijímání už není odlišitelné či postupné, ale propojené a simultánní. Vesmír je naprosto úžasný a vy jste neskutečně a ohromně nádherní.

Když takto sedíte na bezpečném místě, spokojení s tím, kým jste, dýcháte a sdílíte lásku se vším, co je, najednou zjistíte, že vaší podstatou je láska. Láska je to, kdo jste.

Nic jiného být nemůžete.

## Láska je to, co jste

Když tuto úžasnou skutečnost přijmete, váš život se začne měnit. Začnete si uvědomovat, že každé jedno setkání je posvátné. Každý skutek a každé slovo je příležitost dát nebo obdržet lásku. Už nebydlíte na břehu řeky, ale v řece samotné. Láska vámi proudí, ať jdete kamkoliv, ať děláte cokoliv.

Teď tedy znáte pravdu. Už víte, jak najít řeku lásky ve svém srdci a jak se do ní ponořit. Víte, že láska je to, co jste, a že cokoliv jiného je jen iluze, zrozená ze strachu nebo uzavřenosti.

Ano, už to víte, ale občas zapomenete. Zase se necháte vtáhnout do ohlušujícího dramatu světa, kdy neslyšíte hlas řeky. Tehdy máte pocit, že jste od ostatních oddělení. Jste vzteklí, smutní, netrpěliví. Jste osamělí, nespokojení, vyděšení, možná až depresivní. Snad dokonce uvažujete o sebevraždě.

To je v pořádku. To se stává, když zapomenete, kdo jste. Stává se to, když začnete hledat lásku mimo sebe sama namísto toho, abyste ji objevili v sobě. A tehdy je načase začít s duchovním cvičením.