

Jak vzniká nemoc

Nemoc může vzniknout, když

◀ víme, že jsme udělali „chybu“ a na základě toho se odsuzujeme a sami o sobě pochybujeme. Skutečné chyby ale neexistují, protože žijeme, abychom se učili a abychom chyby ve své vlastní existenci byli schopni rozpoznat jako svou největší chybu. Pečujeme tedy o to, abychom svou největší chybu znovu neopakovali. Být sebou samými je naším úkolem a současně naší náplní. Žít u vědomí svého vlastního bytí, s pocitem naplnění bez pocitu nedostatku, znamená neudělat už žádnou „chybu“.

◀ Jsem proti svému bytí. Když promítám svou chybu do svého okolí, a jsem proti tomu či onomu. Takový negativní postoj také ovlivňuje náš život. Žiju v nesouladu, ve „válce“ se sebou a s životem. Bojuju proti něčemu jinému, protože nejsem sebou, nežiju jako já.

◀ Žiju v hříchu. Žít v hříchu znamená žít v odloučení, ne v jednotě, ale v dualitě. Hřích v našem smyslu je iluze oddělenosti mě a tebe, dobrého a špatného, právě tak jako oddělenosti od sebe samého, když sebou samým nejsem. Pokaždé, když se **distancuju, tedy odděluju se od svého bytí, žiju v hříchu a tím** i v nesouladu. Také to může být příčinou mé nemoci.

◀ Žiju jinak, než vlastně chci a jak pokládám za správné. Neboť pak klamu sám sebe, žiju v neskutečnu a jsem tedy v nesouladu se svým vnitřním já. Musím mít odvahu vyrovnat se sám se sebou.

◀ Nežiju, to znamená, když sebou nenechávám volně protékat proud života, když mám vnitřní zábrany, když žiju podle nějakého vnitřního programu, hraju roli, která se řídí míněním ostatních, když nedovoluji energii života, aby se ve mně svobodně šířila, nenechám ji plynout, jak je právě třeba. Pak si musím říci, že nežiju. Správně žít znamená, být plně sám sebou ve všech ohledech, bez omezení.

◀ Nejsem s něčím vyrovnán, např. když někomu něco nedovedu odpustit, vyčítám mu něco, mám k němu výhrady nebo ho přímo z něčeho viním. Když nejsem vyrovnán s okolním světem. Když mám v sobě něco nečistého, něco jako vzdor, pocity viny nebo způsoby chování, které mi neodpovídají. Jestliže mám v sobě „stíny“, místa, kde nejsem sám sebou. Stíny jsou ale právě původní příčinou nemoci. Také když s někým nejsem vyrovnán, musím se ptát sám sebe, čím to je, co si vyčítám, proč mám pocit viny. Musím se ptát: „Kam mne to chce vést? Co je to ve mně, co způsobuje, že nejsem takový, jaký opravdu jsem?“

◀ Necítím se dobře a mám pocit, že mne něco tíží. Patří k tomu problémy, které jsem neřešil, věci, které jsem nedokázal opustit, ačkoliv se mě už dávno netýkají. Role, které hraju, ale nejsou mi vlastní, vzory, jimiž se pořád řídím, přestože jsou zastaralé. Všechno, co mi už teď tady nepatří, čím ale stále žiju, čeho se pevně držím, přitom mě to ale obtěžuje, protože to ode mne vyžaduje energii - to vše brání tomu, aby ve mně plynul život volně. Také to jsou prapříčiny nemocí a nedostatků.

◀ Pokouším se být „normální“. Protože pak nežiju podle své vnitřní skutečnosti, ale tak, jak to vyžaduje vnější svět.

Vnějšek je ale jen odrazem mého vnitřního bytí. Řídím se vnějškem, měl bych se tedy řídit podle sebe samého, jinak budu žít v nesouladu se skutečným životem v sobě.

◀ Neplním a neřeším životní úkoly. Úkol je vždy něco, co ode mě žádá život, krok, který mám právě udělat. Problémy a nejistoty mě nutí udělat nějaké rozhodnutí. Mou hlavní úlohou je být sám sebou a každým okamžikem se tomu blížit. Jestliže tento nutný krok neudělám, osloví mě život ve formě nemoci a bolesti.

◀ Nežiju v míru s okolním světem, když jsem nespokojen se sebou samým nebo s někým jiným. Nespokojen jsem tehdy, když uvnitř sebe „bojuju“ proti jedné nebo několika částem svého vlastního Já. Nespokojenost mi také říká, že nežiju v souladu s tím, jaký vlastně jsem. Když jsem ale sebou samým, mám ve svém nitru mír a ten přenáším na okolní svět. Být v míru sám se sebou znamená být v harmonii, být zdravý.

◀ Nejsem svobodný, když se řídím jen názory, představami a přáními, které mě nenechávají být takovým, jaký jsem zde a nyní.

◀ Nežiju zde a teď. Neboť jenom v přítomnosti se uskutečňuje život. Jestliže žiju z minulosti, žiju minulost – ta je ale mrtvá, žiju-li budoucností, žiju také v čase, který ještě nežije, žít mohu jenom v přítomnosti, neboť život je to, co proudí a mění se od jednoho okamžiku k druhému. Žiju-li na jiných místech, nežli na tom, na němž se právě nacházím, tedy zde, pak mé myšlenky nekrouží kolem mě, ale kolem jiných osob nebo věcí, což mi brání, abych byl sám sebou. Život potom nemůže mnou a ve mně dostatečně proudit tak, jak by to bylo správné. Vždy, když nejsem tady a teď, nemám možnost bojovat za sebe samého, takového jaký právě jsem. Život ale musí proudit, jinak vznikají potíže a člověk onemocní.

Za každou nemocí se skrývá nějaký problém

Nemoc není nic jiného než výraz či projev nějakého problému. Je to jedna z možností, kterou život používá, aby nám řekl, že něco není v pořádku, že nejsme takovými, jakými jsme vlastně ve skutečnosti. Pokud ale neporozumíme řeči a poselství těla nebo na ně vhodně nereagujeme, má život k dispozici ještě jiné možnosti, pomoci kterých nás volá zpět k sobě, abychom se probudili, našli smysl života a našli tak cestu k sobě samým.

Nemocné nemusí být ale jen tělo, nemoc se může projevit i v povolání, v partnerských vztazích, v rodině, v ekonomické situaci, náboženských vztazích, v rozumu nebo v citech.

Nemocným může být člověk na mnoha úrovních, ale v každém případě nám nemoc ukazuje, že život v určitém rozsahu nemůže harmonicky proudit, protože je někde nějaká zábrana nebo někde něco chybí.

Problém je tady vždy pro mne

V životě často říkáme: „Právě takový jsem“ nebo „Skutečnost je taková, nedá se s tím nic dělat“. Ale je tomu opravdu tak, skutečně se nedá nic dělat? Jestliže *já* nemohu nic změnit, kdo potom?

Často je tomu tak, že to, co říkáme, není ve skutečnosti naše pravé mínění, ale je to názor někoho jiného. To, co přijmeme jako svůj vlastní názor, nás určuje.

Když nám někdo řekne: „Nechod'te v noci na ulici“, „Nevěřte cizincům“, „Lidé tě klamou“, nebo nás jinak usměřňuje podobnými prohlášeními, pak se náš život mění odpovídajícím způsobem.

Všude nalézáme důkazy pro své vidění věcí. Když nám ale někdo

řekne: „Lidé jsou ve své podstatě dobří“ nebo „Všechno ti bude jen pomáhat a sloužit“, pak se také v životě budeme přesvědčovat **o tom, že tomu tak opravdu je. Věci a život nejsou tedy dané, ale** jsou takové, jaké věříme, že jsou. Již Ježíš řekl: „Každému se děje podle jeho víry“. Tato stará pravda neztratila svou platnost. Dnes by člověk mohl snadno prohlásit: „Vědění ubezpečuje o skutečnosti, víra skutečnost tvoří“.

Zamyslete se někdy na chvíli nad sebou a pozorujte své myšlenky. Co jste si v tom okamžiku mysleli a především – *jak* jste v tom okamžiku přemýšleli? Také v tomto okamžiku tvoříte svou budoucnost, ať už jste si toho vědomi, či nikoliv, ať si to přejete nebo ne. V každém okamžiku jste schopni měnit směr svého myšlení a tím i celý svůj život. Nikdo kromě vás ve vaší hlavě nemyslí a nikdo se nemůže do vašich záležitostí vměšovat, pokud mu to nedovolíte.

Uvědomte si, že máte svobodnou volbu v kterémkoliv okamžiku začít vědomě určovat svůj život a tím i dát nový směr svému zdraví a osudu. Naše moc ale spočívá jen v přítomnosti. Včerejšek už nemohu měnit a zítřek se ještě nezrodil – žiju teď (a jen teď)! Ted' mám v rukou všechny možnosti. Myšlenky a skutky, pro které se teď rozhoduju, budou určovat můj zítřek. Je lhostejné, co bylo, co jsem udělal špatně, *ted'* mohu všechno změnit. Pokud ale neudělám nutný krok, nutím život, aby mi vytvořil nějaký problém. Problémy jsou vždy úkoly, které mi život klade, je to vždy nějaký dar.

Starosti jsou tedy úkoly, které od nás vždy vyžadují, abychom se něčeho vzdali. Můžu se vzdát ale jen toho, co ke mně nepatří. Jestliže mám nějaký problém, a nezáleží na tom, jakou má podobu nebo v jaké rovině se nachází, mohu si položit otázku: „Čeho se mám teď vzdát, co mám opustit, co je to, co mi brání být takovým, jaký ve skutečnosti jsem?“ Problém, ať je to nemoc nebo něco jiného, mi říká, že nejsem sebou samým. Prostřednictvím jakékoli starosti mě život žádá, abych se zbavil toho, co netvoří část mého bytí, to znamená, že bych měl poznat a vědomě se rozhodnout změnit staré a tak odstranit původní příčinu nemoci.

Život si může „vymyslet“ různé typy problémů. Může to být třeba v partnerských vztazích, životních okolnostech nebo právě nějaká nemoc. Ale konfrontuje nás vždy s energií, která nám **může pomoci učinit nutný krok. Tak například náš partner má** určité vlastnosti, které se nám líbí a které se také hodí k našemu skutečnému já, ale my jimi dosud nežijeme. Nebo má vlastnosti, jichž si tak moc nevážíme nebo je dokonce odmítáme, které nám vadí a jimiž nás dráždí. To nás ale jen upozorňuje na zábrany, nějaký problém, v nás a který bychom měli prozkoumat a uvést do souladu. Problémy života nás tedy nutí, abychom v sobě něco rozpoznali a byli více sebou samými.

A navíc: *problém* je tu vždy *pro mě*, pro mé pravé já. Pomáhá mi nalézt sebe samého, tím že mě s něčím konfrontuje, mi pomáhá, abych si to uvědomil, abych se donutil udělat krok, abych byl trochu více sebou.

Když byl úkol splněn, tj. problém byl vyřešen, pak ho musíme nechat být. To platí i pro partnera. Když se partnerství naplnilo a můj partner již pro mě není zrcadlem nějaké části mého já, také ho musím nechat být, musím partnera bohužel opustit, neboť život má pro mě připravenou jinou, k zrcadlení vhodnější část či partnera. Kdybychom v takovém případě nenechali život volně plynout, vedlo by to k násilné rozluce, kterou pak musí život vyvolat – a ta může mít také podobu nějaké nemoci.

Nemůžeme držet to, co k nám nepatří. To je zákon, který platí vždy. Také nemoc je něco, co ve skutečnosti ke mně nepatří. Když jsme nemocní, znamená to, že se ještě na něco spoléháme, nebo že si něco představujeme, nebo v něco věříme, ale ve skutečnosti vůbec nejsme. Druh nemoci je ukazatelem toho, co jsme ještě neopustili, co nám brání být sebou samými.

Nemoc k nám patří jen potud, pokud s sebou vlečeme ještě „věci“ – tedy aspekty našeho bytí, které k nám nepatří. Kdybychom byli plně sebou samými, zjistili bychom také, jací ve skutečnosti jsme: neporušení, zdraví a dokonalí.

Člověku může být odebráno jen to, co nepatří k jeho nejvlastnějšímu já. To vlastní, co patří k mému opravdovému Já, ztratit nemůžu, nikdo mi to nemůže vzít. Všechno ostatní je zdání a iluze a bude muset být jednoho dne opuštěno.