

## Zbavovat se strachu je možné ve snech, kdy se učíme řešit situace, které nás děsí

[svobodny-svet.cz/zbavovat-se-strachu-je-mozne-ve-snech-kdy-se-ucime-resit-situace-ktere-nas-desi](https://svobodny-svet.cz/zbavovat-se-strachu-je-mozne-ve-snech-kdy-se-ucime-resit-situace-ktere-nas-desi)

8. ledna 2023



*Jsme zaplavováni změtí navzájem si protiřečících informací, což je podle Jaroslava Duška podstatou triku, který má lidi vyčerpat. Vysílené, zmatené, a ještě lépe vystrašené lidi lze snáze zmanipulovat k nekončícím tečkám, k natahování svetrů, či k toužení po elektromobilu. Náš host má proti tomu jednoduchou obranu – prostě to tolik nesledovat, nenechat se ovládnout iluzivními představami o budoucnosti, ale dát přednost přítomnosti, a nenechat se strhnout k okamžité reakci na podněty, které na nás doléhají. A s určitou nadsázkou bych mohla jeho přístup shrnout i slovy: Nedoufejte ve štěstí – spoléhejte na něj. On sám říká: „Tak jak já si spoluvytvářím a chápu tento vesmír a tento svět, tak jakákoli situace, která vzniká, zároveň už má řešení v sobě obsaženo, už tady je, je hotovo. Já jen poprosím a dovolím tomuto vesmíru, aby mi to řešení ukázal.“*

**Martina:** Jak dlouho jsi pracoval na tom, aby ses uklidnil? A příští otázka bude: Jak dlouho jsi tedy pracoval na tom, abys zpracoval strach, když jsi zjistil, že zklidnit se je možné jen tehdy, když nemáme strach, a tedy, že strach je zbytečný?

**Jaroslav Dušek:** Nevím, jak dlouho, to ti nedokážu povědět, to si nepamatuji. Já se v minulosti příliš nepřehrabuji, takže bych musel začít intenzivně vzpomínat a zkoumat. Já si vždycky pamatuji jediný strach, který jsem měl, a to byl strach ze psů, z velkých psů, kdy mi rodiče říkali, abych si dával pozor na cizí psy, jakože mě cizí pes může kousnout, a ve mně to nějak zůstalo. A až na uhlíkách jsem tehdy tento strach zpracoval. Přecházím žhavé uhlíky, dal jsem si tam tento strach ze psů, a hodil jsem ho do ohně. A představ si, co se stalo: Odhodil jsem strach ze psů, a pak jsem přijel vlakem do Černošic, kdy jdu k nám tak 15–20 minut pěšky do kopce, a připojil se ke mně cizí pes. Takže jdu, a teď ke mně přišel tento bígl, a já říkám: „Vítej.“ Dřív bych si třeba řekl: „Co je to za psa?“ Nebo: „Co chce?“ Nebo: „Huš! Běž! Běž!“ A pes šel se mnou, a já jsem si s ním povídal, došli jsme až k brance, a tam se tak jako postavil, já jsem otevřel do zahrady a povídám: „Chceš jít dál?“ Pes se na mě podíval, já jsem zavřel branku a pes odešel. A to se stalo vzápětí poté, co jsem v tomto prostoru řešil strach ze psů – a najednou mě začal doprovázet pes.

V Chorvatsku jsme viděli psa, měli ho sousedi, už zemřel, obrovský pes, pastevecký, a opravdu obluda, a on byl chudák pořád na řetězu. Oni tam byli tedy dva, ale tenhle jeden se dostával blíže ke kamenné zdi, vždycky se přes tu zeď vysunul, a strašně na nás řval, když jsme šli okolo. Štěkal – ale opravdu, to bylo vždycky jako: „Pozor, pozor! Nechoďte blízko!“ A všiml jsem si, že soused, který tam bydlí, kouká, že jeho malý syn je u těchto psů, hladí je, a říká: „Jakube, co tam děláš?“ a Jakub volá: „Tati, on vůbec není zlý, on je hodný.“ A my jsme všichni zjistili, že tenhle pes strašně štěká proto, že chce na sebe upozornit, protože chce pohladit.

**Martina:** Takže tady se potvrdilo, že pes, který štěká, nekouše.

**Jaroslav Dušek:** Ano. A my jsme ho tam od té doby chodili hladit. A byl to ten samý pes a štěkal stejně. A tím mluvím o tom, co je to projekce. To je to, co spoluvytváříš. My někdy jenom nechápeme, že když na nás někdo štěká, tak třeba jenom volá a touží po určité pozornosti a chce pohladit, a my máme dojem, že by potřeboval zkrotit, nebo že by ho někdo měl utratit, nebo že to není možné, aby takovýto pes tady ohrožoval kolemjdoucí tím, že se vysouvá přes zídku, a tak dále. Měli bychom si tvořit rozmanité světy, a mně je bližší, a učím se to, udržovat v tom světě to, o čem někdo může říct: „To je iluze.“ „Růžové brýle.“ „Ten člověk je tak naivní.“ A pro mě je úplně naivní člověk, který se furt něčeho bojí, protože já nevím, proč to považuje za výhodnější, já tomu nerozumím. Proč je pro někoho výhodnější iluze strachu?

Já takhle sedím, představ si, s padesáti lidmi na Ischii, povídáme, a přiletí sršeň. A hned chlápek zvedl botu a už ho chtěl zabít. A já říkám: „Co to děláš?“ A on říká: „No, je tu sršeň!“ A já říkám: „A jako co?“ A teď ti všichni lidé: „No, sršeň!“ A já říkám: „Kdo z vás dostal žihadlo od sršně?“ Ani jeden, Martino. Ani jeden z těch přítomných. Já jsem dostal čtyři žihadla od sršně. Zažil jsem to, protože jsem vlezl do kadibudky, kde si udělali hnízdo, a mně nedošlo, že bych měl slušně pozdravit a podívat se, jestli tam někdo nebydlí: „Boudo, budko, kde přebýváš?“ Přebývali tam už sršni. Tak jsem dostal čtyři žihadla, a vím, že se nic nestalo a že je to úplně v pohodě. Tak říkám těm lidem: „Proč se bojíte, když jste to nikdy nezažili? Čeho se bojíte? Myšlenek o sršni?“

**Martina:** Právě, že to nezažili, a ty už jsi věděl, co to obnáší, a že se to dá přežít.

**Jaroslav Dušek:** Zním dvě rodiny, kde sršni hlídali dítě v kočárku. Oni zjistili, že když dají dítě pod sršní hnízdo, že ti sršni ke kočárku nikoho cizího nepustí. A tito lidé takhle dávali kočárek pod sršní hnízdo. A teď si můžeš říct, že to jsou úplní šílenci, ale oni zjistili, že to funguje, že to tak je. A to je to, co říkám – tvorba, spolutvorba.

Daniela Králová o tom mluvila a vyzařovala to, že zvířata s tebou komunikují, když jsi v klidu, když se nebojíš a když cítí, že je nejdeš ohrožovat a že jim nic nevnucuješ, nějakou představu o tom, co by měla dělat, ale opravdu je necháš být. A ona říkala: „Já jsem se všechno učila jen pozorováním toho, jak se ta zvířata chovají mezi sebou.“ A že pochopila, že se ze začátku nekoukáš do očí. To ne, to není výhodné. Ale když už se pak skamarádíte, tak říkala, že ten pohled do očí je naprosto mimořádný a že se ti to zvíře v tu chvíli podívá až do duše, když už jsi klidná, a ví, co jsi, a ví, že si to nějakým způsobem předáte.

Můj kamarád takhle vyplétal lišku z plotu, do kterého se zapletla, a nemohla pryč. A teď si představ, že on fakt šel v klidu k lišce, která může mít vzteklinu, a nevím, co dalšího, vyplétal jí nohu z plotu, a ona trpělivě držela, protože poznala, že jí jde pomoci. Ona se po něm neoháněla, nevrčela. Tak ji vyndal z plotu, a ona odešla, byla spokojená. A kolik z nás by toto dokázalo? Kolik z nás by dokázalo tohle udělat? Protože většina by řekla: „Já k té lišce nepůjdu, bůh ví, co bych chytil. Ještě mě hryzne. Tak co, je to její polívka, neměla se zamotat do našeho plotu, který jsme tady postavili.“

**Martina:** Já si neumím představit nechat ji tam, a zároveň ani to k ní jít, protože bych se určitě bála, že mě kousne, nebo že bude mít vzteklinu. Těchto historek je mnoho, ale neumím si představit, že bych ji tam nechala. Zorganizovala bych nějakou pomoc.

**Jaroslav Dušek:** Teď se jenom přehoupneme do toho posledního, nebo předposledního levelu, že to všechno můžeme trénovat ve snech – od toho sny jsou. Snění je prostor, kde můžeme trénovat to, co nám v životě nejde. To znamená, bojím se lišky, ale můžu poprosit o sen, kde lišku osvobodím, pomohu jí, a nebudu se jí bát. Proto domorodci odmalička trénují ve snech. To je to slavné: „Co se ti dneska zdálo, synku?“ A chlapeček řekne: „Honil mě tygr.“ A on řekne: „Výborně, a zítra ho už musíš ve snu zahnat.“ A on se učí, že je tvůrcem svého snu.

Sny jsou přesně ten тренаžér, kde se můžeme bavit o tom, o čem teď mluvíš, to znamená, je tu nějaký pocit objektivního tlaku, je tu nějaká situace, která na nás doléhá, a my se s ní nějak vypořádáme. A ty můžeš ve snu poprosit, že se chceš vypořádat se situací nějakého tlaku, a teď na tebe ve snu třeba začne nabíhat kůň, to se mi konkrétně stalo. Šel na mě vždycky kůň, a já v poslední chvíli uhnul, trochu se o mě jako šmrncnul, což mi v tom snu bylo nepříjemné. A najednou si říkám: „Já ho musím prostě obejmout. Nedá se dělat nic jiného.“ A teď se na mě zase řítí, a já jsem mu zepředu skočil na krk, protože byl obrovský, a visel jsem nohama i rukama, objal jsem ho, a on chvíli se mnou běžel, pak se zastavil, a už bylo všechno v pořádku, protože takhle věci jsou.

A my, když si to ani ve snech nedopřejeme, že ve snech budeme furt utíkat před koněm, budeme se furt honit, a furt budeme zpocení, tak s tím nic neuděláme. Ale představ si konkrétní případy, kdy na člověka útočí pavouk, a opravdu má noční můru pavouka. A Honza Skryja, který má Akademii lucidního snění, s takovým člověkem pracuje, a ten člověk mění emoci. Situace zůstává stejná. Rozumíš tomu? Situace je stejná, pavouk přichází, pavouk útočí. Jenže on mění emoci vůči pavoukovi. A ten pán postupně, představ si – tomu pánovi se ve snech podařilo z pavouka udělat svého terapeuta, ke kterému chodí do ordinace, takže tam sedí pavouk a on říká: „Dobrý den, pane doktore.“ A pavouk říká: „Dobrý den, tak jak jste na tom?“

**Martina:** Jaroslave, fakt si lidi říkají, že jsme ...

**Jaroslav Dušek:** No, ale ono to tak je. A představ si, že on si z toho pavouka udělal terapeuta. A teďka to nejhlubší lidské: Možná jsem tady uváděl příklad od indiánů, jak Daniel Everett zastřelil psa. Říkal jsem to tady?

**Martina:** Ne.

**Jaroslav Dušek:** To je asi to, jak chápu svět já. Everett byl u indiánů, chtěl tam být jako misionář, a oni ho úplně otočili, protože on chtěl odstraňovat indiánům strach, a zjistil, že se ničeho nebojí, že tito lidé se nebojí. A zažil situaci, kdy opilý indián zastřelil druhému indiánovi psa. A teď Everett byl zvědavý, co bude dál. A ono nic se nedělo. Tak šel za indiánem, kterému ten zastřelený pes patřil, a říkal mu: „Co teď uděláš?“ A ten indián mu řekl: „Nerozumím otázce.“ A on mu řekl: „No, on ti zastřelil psa.“ A indián řekl: „To byla chyba. To neměl dělat.“. „A právě. A co teď uděláš?“ A indián řekl: „Nerozumím otázce.“ A Everett: „On ti zastřelil psa. Co uděláš ty jemu?“ A indián na něj chvíli tak koukal, a pak řekl: „To je můj bratr. Zastřelil psa. To neměl dělat. To byla chyba. Ale on to ví.“ A tím to ta historka končí – u indiánů. A to je svět, který já chápu, který se mi líbí, a učím se ho v sobě nějakým způsobem budovat, a pohybovat se v prostoru, kde toto funguje.

**U covidu jsem pochopil, že to není reálné, ale že jde o řízenou a propagovanou akci, a výsledkem bude povinná vakcinace**

---

**Martina:** Učím se ho v sobě budovat. Když se člověk něco učí, tak si ještě stále může stát, že to v určitých situacích neumí. Pořád se to učí. Řekni mi: Jsou v životě nějaké věci, které tě dokáží rozhodit? Které tě dokážou vykolejit, protože je to tak něco hlubokého, že tato metoda, tato snaha, práce na sobě, selhává v konfrontaci s danou situací?

**Jaroslav Dušek:** Ne, to ne. To se může stát momentálně, krátkodobě. Mistry jsou na to nejbližší lidé, to je rodina, a tak dále. To jsou vždycky největší mistři, protože když jste spolu hodně, tak každý z členů rodiny ví přesně slabé místo u toho druhého, a ví, jak tam pošouchnout – podvědomě, to nemusí dělat vědomě, ale dobře to umí. Třeba malé děti umí dobře roztočit rodiče, fantasticky. Ale to se může stát v určitou chvíli. Právě proto odkládáš reakci, proto se učíš odkládání reakce, protože víš, že tato reakce se může spouštět z nějakého mechanismu, který se tam někde vybudoval. Můžeš být v určitou chvíli podrážděná, a někdo ti něco povídá už po 150, a ty si říkáš: „Ježíšmarjá, já už to tady slyším...“ Ale prostě se tak opět učíš

jakési trpělivosti. Učíš se trpělivosti, protože zjistíš, že většina lidí nedělá tyto věci úmyslně, ale dělá je z určité nevědomosti. Oni v tu chvíli věří tomu, co dělají.

Krásně bychom mohli diskutovat nad covidovými tématy. Začalo to, byly nějaké záběry, také jsem nevěděl, co to je. V první chvíli jsem koukal, že někde v Číně padají lidé. A bylo to takové divné. Neměl jsem pocit, že sleduji něco reálného, měl jsem dojem, že jsou to nějaké prapodivné inscenace. Tak jsem tak na to koukal, a teď nastalo to veliké strašení. Obrovské. A mě to v tu chvíli přestalo vlastně zajímat, protože jsem pochopil, že jde o jakousi akci, která je řízená a je propagována – a není reálná. A tehdy jsem řekl, někdy na začátku: „Tak to bude povinná vakcinace – že jo? To je jasný. Toto je k tomu jenom příprava.“

Před tím dělali povinné čipování psů, a já na jevišti řekl, že je to cesta k čipování lidí, abychom si na to zvykali. A jakmile to vyhlásili, že očkování a světlo na konci tunelu, už jsem to celé viděl a už jsem z toho neměl žádný strach. Byli jsme na chatě na Sázavě, kde byla těhotná dcera. Jezdili tam za námi na návštěvu lidé, a já se vždycky těhotné Agátky ptal: „Agi, nevádí to? Můžou přijet lidi?“ Protože ona by mi mohla říct: „Tati je to takový. Epidemie. Nevíme. Já jsem těhotná.“ Ale ne: „Ať přijedou.“ Žádný strach z tohoto jsme nepěstovali.

**Martina:** To je důležité, ale...

**Jaroslav Dušek:** Ale viděli jsme, kolik lidí tomuto strachu propadlo. Kolik lidí uvěřilo.

**Ti samí lidé, kteří se tak snadno nechali zmást strachem z toho, že na ně skočí nějaký virus, jsou obklopeni frekvenční technikou, která to do nich stále praží, a to jim nevádí**

---

**Martina:** Ano. A tento strach pak v lidech mnohdy vyvolal, a teď řeknu ošklivé slovo, u kterého chápu, že ti ho zatahuji do světa, kde ho nechceš, ale vyvolalo to nenávistné reakce. A já jsem to třeba pozorovala na tobě, kdy jsi byl pro lidi ze začátku vynikající herec,

který chodí bos, pak jsi byl herec, který je moc alternativní.

A v okamžiku, kdy jsi se začal vyjadřovat proti covidové panice, a tak podobně, tak jsi najednou byl ten, kdo stojí za tím, že umírají lidé.

A mohli jsme vidět titulky: „Ať se teď Dušek podívá, protože tato paní umřela, protože se nešla očkovat.“ Řekni mi, jak se s tímto vyrovnat? Protože tyto projevy teď můžeme pozorovat mezi lidmi stále více, na verbální i faktické rovině to tam je.

Prostě, myslíš si o covidu, že se tady politici na nás trénovali, kam až můžou zajít, tak jsi popírač, odpůrce očkování. Zeptáš se na něco ohledně současné válečné situace, třeba zda by opravdu nebylo dobré jednat o míru, věnovat se diplomacii, tak jsi Rusák, a nevím, co všechno. A teď to člověk pozoruje, a třeba nejsem tak úplně odolná, aby to nebolelo, aby to nepřišlo, a neříkala jsem si: „Co si to děláme, lidi? Co si to děláme?“ Ale nevím, a mnozí neví, jak s tím pracovat.

**Jaroslav Dušek:** Pro mě je na tom spíš fascinující sledovat, jak se lidé do toho nechají vtáhnout. Jak snadno a jak rychle. Jak to vlastně zařídil celý systém on-line životů na mobilech. To by ještě před 30 lety nešlo, takhle rozšířit mezi lidmi takovou paniku, a takovýmto způsobem. A ti lidi, místo toho, aby ty mobily odhodili, iPady, a všechny tyto zdroje informací, a věnovali se intuici a meditaci, tak místo toho nasávali stále víc těchto informací. A tam jsi mohla krásně sledovat, o čem pořád povídám, že tvoříš a spoluvytváříš svůj vesmír. Nasávali stále víc pouze negativních informací, mainstreamových informací, a o ně opřeli svůj postoj a svůj vesmír: „To je pravda. Tady to píšou. Tady to říkají. Je potřeba se chovat podle toho.“ A teď k tomu dvě roušky, tři roušky, čtyři roušky i pět. Měli na sobě brýle, gumové rukavice. a tak jako chodili nesmyslně po ulici. A to jsou ti samí lidé, kteří mají doma wifinu. Ti samí lidé klidně drží mobil na uchu a mluví do něj hodinu. Ti samí lidé si pořídí všelijaké vibrační přístroje, frekvenční, chytré, které doma přes wifi různě komunikují. A v tom klidně bydlí, klidně to tam v noci nechají do sebe pražit. A koukají se, jak okolo vyrůstají sloupy s anténami 5G, které



přibývají. Ti samí lidé, kteří toto vidí, jak toto úplně v pohodě vzniká naprosto potichu, nenápadně v okolí, se bojí toho, že někde odněkud na někoho přeskóčí virus?

A to je pro mě legrace. Proto mě tato situace rozesměje, protože si řeknu: „Hle, co to je? Císařovy nové šaty. Co to je?“ Tady můžeš pochopit tuto pohádku, že lidé říkali císařovi, že je oblečený, protože oni ty šaty viděli, viděli, že je má, protože už byli v tak hluboké hypnóze, že císař byl krásně oblečen. A když to dítě řeklo: „Císař je nahý!“, tak část lidí nevěděla, co se dítěti stalo. A toto sledovat, tento způsob, mě na tom baví.

Teď můžeš sledovat problémy s korektností. Najednou nesmí běloch zahrát černocho, třeba. Ale řeknu jiný příklad: Mnislav Zelený dal na stránky, na Instagram, na YouTube, nebo kam, fotku holčičky nahaté, kde skoro... Neměla ještě ani prsa. Byla malinká. Sedí na větvi. Nevidíš ani její klín. A oni mu to sundali jako nekorektní fotku. A on vedle toho ukázal fotky Madony, které tam ona dává, jak tam polonahá něco vylizuje z nějaké psí misky. A to tam klidně být může. A ve chvíli, kdy pozoruješ tento svět, takhle jenom lehce, tak tobě může YouTube zablokovat příspěvek, protože robot rozpozná nějaké slovo, a vedle toho na sítích nějaký nazí chlapi komunikují s nějakými dětmi a robot to nepozná, a tuto komunikaci nezastaví? A když na to takhle jednoduše koukáš, tak si vždycky řekneš: „Aha, ono to nebude úplně tak horké, jak se nám to předstírá, protože je tady spousta mnohem jiných věcí, o kterých se nemluví a mlčí.“

**Novak Djoković nepřistoupil na povinné očkování pro sportovce, aby mohli hrát turnaje. Zůstal konzistentní ve svém vesmíru, ve svém snění, a řekl: „Já to dělat nebudu.“ A zdá se, že obstál, a realita se otočila.**

---

**Martina:** Když jsi, Jaroslave, vzpomenu covid, a relativitu toho, co se skutečně děje v našich životech, co nás skutečně ohrožuje a co dovolíme, aby se tvářilo tak nebezpečně, že to s námi manipuluje, tak tento strach, toto umožnění manipulovat s námi, pak někdy vytváří realitu, ve které musíme žít. Vím, že jsi mě varoval, že musíš žít skutečností, a ne, co by kdyby, že jsi to už řekl a že se snažíš žít

skutečností, nebo jako by skutečností, a vlastně jsi i řekl, co nemá ve tvém uvažování příliš místo. Ale přesto jsem třeba já uvažovala nad tím, co by se stalo, kdyby bylo nařízeno povinné očkování, protože když jsi tady byl posledně, tak jsi říkal, že už třeba bude výnos, že nás budou snajpři ostřelovat injekcemi na ulicích, což se nakonec v Austrálii téměř dělo. A tak si říkám, co bychom dělali – jestli má smysl si tyto myšlenky modulovat, nebo vůbec ne – kdyby to nastalo? Jak bychom se zachovali? Protože by to pak pro tebe znamenalo: žádné divadlo, žádné besedy, žádná obživa, ale ani výlety s vnuky na hrady a do cukrárny. Jestli má smysl přemýšlet nad tím, jak moc se přítomnost může rozvětvit?

**Jaroslav Dušek:** Na to, o čem mluvíš, je dobrou ukázkou třeba Novak Djoković: Novak Djoković nepřistoupil na narativ povinného očkování pro sportovce, aby mohli hrát turnaje, a zdá se, že obstál. Zdá se, že realita se otočila.

**Martina:** Přes mnoho osobních ztrát.

**Jaroslav Dušek:** Ano. On ukázal, že když je ve svém vesmíru, ve svém snění, tak zůstal konzistentní, a prostě řekl: „Já to dělat nebudu.“, protože dlouhodobě pečuje o své zdraví, dlouhodobě zkoumá, co si dává do těla a nedává, a rozmanité potraviny si tam nedává, tak proč by si tam dával ještě nějaké očkování? A vypadalo to, že by ho všichni nejraději zvalcovali, velice málo sportovců se postavilo na jeho stranu. Nebo takhle, možná se jich postavilo víc, ale nepsalo se o nich. McEnroe třeba řekl, že on je pro očkování, ale že by Novaka respektoval, a že mu připadá absurdní ho takhle ostrakizovat. Některé, i naše sportovkyně, se rozčilují, že by se mělo očkovat, a co si to Novak dovoluje, takhle tady všechny ohrožovat tím, že se pohybuje zdravý a neočkovaný, a že očkované strašně ohrožuje tím, jak dbá o své zdraví, to že už je úplná drzost.

To je taková legrace, když pozoruješ tyto lidi, co se jim v hlavě může vytvořit. A tenhle Djoković vydržel, a dneska už ho asi pustí na Australian Open. A teď jsi viděla, jak je tam pořád ta snaha: „Ne!

Nesmíte to změnit! Nechte mu tři roky zákazu! To by bylo plivnutí do očí všem těm slušným a poctivým lidem, kteří se krásně naočkovali!“ A přesto se momentálně zdá, že se realita opravdu potočila, a on zůstal ve svém narativu, nebo ve svém postoji, zůstal konzistentní. A to není nějaký člověk úplně mého srdce ve smyslu, že bych se s ním chtěl kamarádit, to asi ne, to není týpek pro mě. Ale způsob, jak to ustál – mám fakt pocit, že je jediný. Chápeš? To nebylo tak, že by se k němu připojilo dalších pět.

**Martina:** Že by vznikla iniciativa „Nechte sportovce žít“.

**Jaroslav Dušek:** Že by pět tenistů řeklo: „My se taky neočkujeme. Podporujeme Novaka. My očkování nepotřebujeme a nevěříme na vaše řeči.“ A zůstal sám, a přesto teď vyhrál Masters, neprohrál ani jedno utkání, všechna vyhrál. Některá hrál na pokraji sil. A provedl ještě jednu věc, kterou si tento člověk získal můj respekt. Když hrál utkání s Danielem Medveděvem, tak už bylo jasné, že Novak vyhrál svou skupinu a že postoupí do semifinále, takže nad ním nepotřeboval vyhrát – mohl toto utkání takzvaně vypustit. A on bojoval s Medveděvem, který zase obě utkání prohrál, a taky už neměl o co hrát, postoupit už nemohl, ale chtěl aspoň vyhrát toto jedno utkání. Tihle dva chlapi se tam řezali ve třech setech v úplně strašlivé bitvě. Djoković byl na pokraji vyčerpání, utkání vyhrál, a když s ním byla tiskovka, ptali se ho, proč se takhle před semifinále vyčerpá, tak on řekl: „To není můj způsob uvažování, takové taktizování. Já netaktizuji. Když jdu hrát na kurt, tak jdu vyhrát. Takový je můj postoj. Já jdu utkání vyhrát, kvůli tomu tady jsem. To je můj tenis. Já ani neznám pravidla Masters tak, že kdybych odstoupil...“, oni na něj mávali, ať odstoupí, ať toho nechá, ať to vzdá, a on říká: „Kdybych odstoupil, tak nevím, jestli bych vůbec do semifinále mohl. Ale toto není můj způsob uvažování.“

A znovu předvedl něco, kdy by spousta sportovců samozřejmě řekla: „Tak se budu před semifinále šetřit, nebudu blbý. Zahraju si, klidně prohraju, vždyť o nic nejde.“ On to má úplně jinak. A tam jde vidět, že tento člověk v něčem... Já nejsem přítel vyhrávání, vítězství ve

sportu, to není můj svět, ale respektuju postoj člověka, že on to utkání nepodfoukne. My hrajeme divadlo asi dvacet let, a Alan Vitouš mi teď říká: „Pozoruju tě dvacet, nebo třicet roků, a ještě jsem tě ani jednou neviděl, že bys představení jen tak odvezl.“

**Kupředu do minulosti je metoda toltécké rekapitulace, kdy člověk hledá zpětně tu výhybku, kde opustil své božství, svou spontánní radost, zvědavost, úžas. Třeba, že se rozvedli rodiče, nebo mu sebrali milovanou hračku.**

---

**Martina:** Jako že pro důchodce to bude stačit.

**Jaroslav Dušek:** Ano. A on právě říká: „Fakt jsem tě ještě neviděl, že bys to udělal.“ A v tom je mi blízký, pro mě je to na jevišti tak, že tam nejdu nad nikým vyhrávat, ale jdu tam hrát. A jdu hrát naplno, protože jinak by mě to nebavilo. Nebavilo by mě se tam procházet a nějak tak vědět, že to stačí, že to tím nějak uhájím. Takže další z těch věcí, o kterých jsme se bavili, je být v přítomnosti pokud možno naplno. Nebýt tam jako že: „Hm, počkáme, a nějak to dopadne.“

**Martina:** Promiň, že tě přerušuji, ale teď jsi řekl „být v přítomnosti naplno“ a „tohle není můj způsob uvažování.“ Nemálo lidí žije způsobem života, který jim nevyhovuje, ale mnozí si říkají, že jsou zodpovědní lidé, kteří mají odpovědnost za rodinu, děti, blízké, příbuzné, za přátele. Co s tím? Jak se vypořádat se svou odpovědností, když proti ní stojí život, který bych třeba chtěl žít? Co si s tím počít?

**Jaroslav Dušek:** To je pořád ta samá písnička, která je v mnoha různých možnostech obráběna, ať je to Millman a jeho Cesta pokojného bojovníka, ať je to Wayne Dyer se svými knihami. Prostě lidí, kteří nám mohou být inspirací, kde můžeme vidět určitý způsob, nebo jejich určitou cestu, kterou nabízejí jako nějakou z možností, je na planetě hodně, a tato cesta je ve skutečnosti individuální. Ve skutečnosti jsou to individuální cesty.

Asi nejlehčím modelovým zjednodušením je představa, že jsi kombinace božství. A Dohody jsou o tom. Hraji to 18 let, takže to je přesně ono, a je to kupodivu čím dál tím aktuálnější, o mnoho živější, než jak tomu bylo před osmnácti lety. A toltécká představa je, že jsi božství, které si obléká lidskou podobu, to znamená, ty se narodíš jako božství, vznikáš jako božství, spermie se spojí s vajíčkem, a božství tam pracuje. To samo o sobě je famózní akce.

Helenka Máslová by ti tady mohla vyprávět, jak postupně dochází ke komunikaci mezi spermiemi a vajíčkem, pořád jsou to námluvy a pořád to není hotové. A potom ještě několikrát se do krve pošlou signály, a teď se zkoumá, jestli maminka plod přijme, nebo nepřijme. To je famózní mystérium. A toto božství takhle pracuje, vzniká bytost, božství, narodí se miminko, které ještě neumí mluvit, není vtaženo do lidských programů. A mohli bychom diskutovat o morfogenetickém poli, které je tady přítomno, astrální obal planety, který je přítomen, který se propíše do dítěte v momentě, kdy se v tom prostoru ocitne, a částečně ho hned obsadí programy.

A druhý program je ten, který vzniká učením, výchovou, vzděláváním, a tím do tebe společenství propisuje svou představu o tom, jaká lidská podoba je správná. Jiná je v Kataru, jiná je tady, jiná lidská podoba je někde v Indonésii, určitě někde u severního pólu je jiná, taková, která v daném prostředí ob stojí. A teď se do tebe propisují výchovné teorie, a nastane ve tvém životě moment, kdy své vlastní božství můžeš opustit, a vydáš se cestou strachu, obav, racionálních kalkulací, diplomacie, strategie, rozmanitých chytristik, kterými si myslíš, že oklameš život, vesmír, a nějak se tam lépe uplatníš, než kdybys zůstala jen božstvím.

A teď je zajímavé, že když potom člověk dojde v životě k nějaké situaci, takzvaně se dostane do úzkých, kdy je strach tak veliký, že už si s ním vůbec neví rady, nebo jeho objektivní situace už je strašlivá – dluhy, hypotéka, exekuce, někdo umřel – situace, která je už velmi těžko zvladatelná, nebo už je opravdu obtížná, protože se to na něj

takzvaně navalí ze všech stran, a on si myslí, že je to osud, a neví, že je to jeho dosavadní tvorba. Nechápe, že tuto situaci vybudoval krok za krokem přesně tím, jak v minulosti pracoval.

A kupředu do minulosti je toltécká rekapitulace. To znamená, že když je člověk v úzkých, tak jedna z metod, jak v tu chvíli, když už se cítí v životě opravdu nekomfortně, se jmenuje toltécká rekapitulace. To je moment, kdy krok za krokem zpětně sleduješ svůj život, a hledáš výhybku, kdy jsi opustila své božství. Kdy jsi opustila svou spontánní radost, spontánnost, zvědavost, úžas, hravost, to všechno, co v dětství bylo tím hlavním, co tě zajímalo – a pak nastala nějaká chvíle, kdy se to odklonilo. A oni při této rekapitulaci hledají tento bod, který bývá mezi druhým a třetím rokem života, většinou, a to může být třeba v tom, že se rozvedli rodiče, někdo ti řekl něco, co tě velmi zranilo, nebo ti sebrali nějakou milovanou hračku, nebo něco takového. Může to být zdánlivě, z hlediska dospělých lidí okolo, úplná pitomost, ale pro děti to byl vesmír. To je ztráta té radosti. A tento bod oni hledají: Kdy se to stalo, a ty se znovu spojíš s tou silou, znovu propojíš energii svého božství, a pustíš ji do přítomnosti. A zajímavé je, že při těchto terapiích, je o tom kniha, jmenuje se Toltécká rekapitulace, napsal to Victor Sanchez, kde popisuje konkrétní případy lidí, kteří jsou v konkrétních, opravdu strašných situacích, o kterých mluvíš, třeba tlak, deprese, je to hrůza, a oni se z toho uzdravují jenom tím, že se propojí s touto silou, s radostí a zvědavostí.

**Martina:** Vrací se zpět k sobě.

**Jaroslav Dušek:** Přestanou se bát zítřejšího a pozítřejšího dne, a začnou na ně být zvědaví. Můj sklon je, že když jsem ve velmi složité situaci, ztratíme se někde na dovolené, nevíme, kde jsme, nejede to, co mělo jet, tak v tu chvíli říkám: „Teď jsem zvědavý, jak tohle synchronicita vyřeší.“ A já jsem na to opravdu zvědavý, jak to dopadne. A vždycky to nějak dopadne, a kupodivu lépe, než jsem si

třeba dokázal představit. A někdy se to stane tak, že máš pocit zázraku, toho velmi nepravděpodobného, že se někde objeví náhle někdo, kdo ti to celé vyřeší. Ono to takhle prostě je.

| JAROSLAV DUŠEK

■ ■ ■ ■ ■ (2 votes, average: **3,00** out of 5)

#### >> Podpora

---

Svobodný svět nabízí všechny články zdarma. Náš provoz se však neobejde bez nezbytné finanční podpory na provoz. Pokud se Vám Svobodný svět líbí, budeme vděčni za Vaši pravidelnou pomoc. Děkujeme!

**Číslo účtu: 4221012329 / 0800**

#### >> Pravidla diskuze

---

Než začnete komentovat článek, přečtěte si prosím pravidla diskuze.

#### >> Jak poslat článek?

---

Chcete-li také přispět svým článkem, zašlete jej na e-mail: redakce (zavináč) svobodny-svet.cz. Pravidla jsou uvedena [zde](#).

