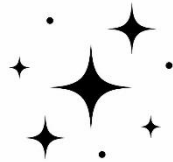


Cesta Života

MUJ SEN





MŮJ SEN

Vydal ses na Cestu Života. Co je ale konkrétně pro tebe tím Živodem, který hodláš hledat, šířit, žít?

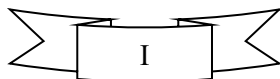
Než se vydáš na Cestu, je potřeba si ujasnit cíl. Kterým směrem se v životě ubíráš? Co jsou nejhlubší touhy tvého srdce? Ano, náš svět je omezený, je tu spousta překážek, omezené zdroje. Než se ale budeme věnovat konkrétnímu realistickému životnímu směřování, chci aby ses na chvíli zasní.

Snění je v dnešní době velice podceňované. V naší kultuře, která klade důraz na výkon a efektivitu, si nic jako nepraktické snění nemůžeme přece dovolit. Je to ztráta času. Musíme se zabývat reálnými starostmi. Já jsem nicméně přesvědčený, že snění nejsou jen bezobsažné myšlenky, které nás rozptylují od toho, co je skutečně důležité. Jsou to touhy vycházející z hlubin našeho srdce, jsou odrazem hluboké reality. Pokud se jimi budeme zabývat a zvědomovat je, poznáváme sami sebe, to, kým jsme. To není nic abstraktního, nic nereálného. Je to sebepoznání, které nám pomůže náš život zacílit. Kromě toho, pokud dokážeme snění správně uchopit, dokážeme z našich snů čerpat neuvěřitelnou energii, protože se pro nás mohou stát zdrojem té nejsilnější motivace. Především si ale myslím, že hlavní zdroj té energie je právě v onom sebepoznání - tohle jsem já, to ke mně patří, po tomhle právě já toužím bez ohledu na to, co si o tom myslí ostatní nebo jaké normy a pravidla jsou nastavená společností, ve které žijeme.

Jedná se o duševní potenciál, o stav, kde bychom z celého srdce toužili být, kdy budeme naprosto spokojeni a šťastní. Je to jakési povolání k tomu, co máme v tomhle světě uskutečňovat, kterým směrem ovlivňovat svět okolo nás, co konkrétně my můžeme světu nabídnout.

Zkus se na chvíli zasnít. Naše fantazie je často zablokovaná právě požadavky a normami, které na nás klade společnost. Máme obavu, že bychom se mohli stát terčem posměchu, odsouzení. Máme strach z vyloučení ze společnosti, která má nějaké standardy. Nyní se ale pohybuješ v bezpečném prostoru pouze své vlastní mysli a nemáš povinnost komukoli své fantazie sdělovat.

Pro odblokování fantazie pomůže, když se vrátíme do svého dětství. Děti ještě nejsou zatíženy starostmi světa a nastaveným systémem. Milují hru. Co jsi miloval jako malý? Všichni jsme milovali pohádky, protože se jedná o světy s





neomezenými možnostmi. Fascinovala nás představa vlastnění kouzelné hůlky, jejímž mávnutím můžeme splnit jakékoli přání. Kdybys měl tři jakákoli přání, která by to byla? Co bys nejvíc chtěl právě v tuhle chvíli, kdyby bylo reálné naprosto cokoli? Co kdybys mohl zhmotnit jakoukoli myšlenku, předmět, osobu, místo, krajinu, svět?

Na chvíli si představ, jak by tvůj vysněný svět vypadal. Jak by ten svět fungoval? Co by v něm bylo? Jací lidé by v něm byli? Jaká pravidla? Tvé představy nemají vůbec žádné omezení. Máš naprostou svobodu. Oprosti se na chvíli od všeho, co tě učili, co musíš, co nesmíš. Máš neomezené zdroje a neomezené možnosti. Co by sis přál? Popiš tenhle svět v co největších detailech. Je to jen tvůj vlastní svět.

Co ti tvůj sen říká o tobě? Kým jsi? Kterým směrem tě tvé srdce táhne životem? Napiš si svůj sen na papír. Případně nakresli, pokud je ti kresba blízká. Dnes už máme možnosti zobrazení jakýchkoli fantazií v podobě generativní umělé inteligence. Tu bych však bral jen jako inspiraci k dalším vlastním fantaziím, protože vygenerovaný obsah bude konstruktem něčeho, co nepochází z tebe. Ty potřebuješ poznat, co je blízké především tobě samotnému.

Budeme s tou představou pracovat ještě v budoucnu na naší Cestě. Můžeš se ke svému světu kdykoli vracet a dál ho rozvíjet. Je to i určitá forma relaxace. Čím košatější a komplexnější tvůj svět bude, tím lépe poznáš sám sebe a tvoje nejhlubší přání budou ožívat. A kdo ví? Třeba půjde o svět, který bude fascinovat i ostatní. Takhle vznikají velká literární a scénářistická díla. Pokud svůj svět zveřejňovat nechceš, i tak je dobré dát mu nějaký fyzický symbol, který bude zřejmý pouze tobě. Ten svět může symbolizovat třeba hračka - jako vzdor zkaženému ustaranému dospěláckému světu, jeho spoutanosti, normalizaci. Nebo kresba, případně fotka z dětství. Může tím symbolem být cokoli, co ti bude připomínat tvůj nespoutaný svět, svět krásy a štěstí. Vždycky, když se na symbol svého Snu podíváš, pocítíš dětskou radost v srdci. A to je ukazatel, že se ti podařilo zachytit něco podstatného.

Ted' si udělej čas na skutečné a neomezené snění. Nenech se rušit...

Výzva:

- ▶ Kdyby sis ted' mohl přát cokoli, co by to bylo?
- ▶ Pokud bys mohl vyslovit přání bez jakýchkoli omezení, co by sis přál?



Cesta rytíře

- ▶ Představ si v hlavě do co největších detailů své nejhlubší touhy, vykresli svůj svět.
- ▶ Představu nebo svět popiš, jako by šlo o vědeckou objevitelskou práci. Napiš svou práci na papír, aby ses k ní mohl kdykoli vracet. Tohle je tvůj skutečný Domov.
- ▶ Vrať se ve vzpomínkách do dětství - co jsi dělal, o čem jsi snil, jaké příběhy jsi měl nejraději, jaké hračky byly tvé oblíbené, jaké činnosti
- ▶ Své nápady si poznamenej, aby ses k nim mohl vracet i v budoucnu
- ▶ Ideální je dát svému Snu fyzický symbol, který ti ho bude připomínat, prozáří každý den