

Dr. Joseph  
**MURPHY**

*Moc  
podvědomí*

PRAGMA

**Dr. Joseph MURPHY**

# **MOC PODVĚDOMÍ**

VELKÁ KNIHA VNITŘNÍHO A VNĚJŠÍHO ROZVOJE  
KNIŽNÍ KLUB 1993

Originál English language edition The Power of Your Subconscious  
Mind published by Prentice-Hall, Inc., Englewood Cliffs, N.J.

*Přeložila OLGA KOLEČKOVÁ*

© 1962 by Prentice-Hall, Inc., Englewood Cliffs, N.J. Translation ©  
1993, by Olga Kolečková with permission of Ariston Verlag, Geneva.  
ISBN 80-85634-08-2

*Kdo umí správně číst, vlastní klíč k velkým činům, k netušeným  
možnostem, k opojné krásnému, smysluplnému a šťastnému životu.*

ALDOUS HUXLEY

---

## **PŘEDMLUVA**

### **Jak může tato kniha způsobit ve vašem životě zázraky**

---

*Viděl jsem na vlastní oči, jak se s lidmi všech stavů, ras a národů děly zázraky. Také váš život se fantasticky změní – jakmile začnete využívat magické moci svého podvědomí. Tato kniha vám objasní, jak váš způsob myšlení a obrazy vaší představivosti formují a určují váš osud; neboť povaha a podstata člověka jsou dány obsahem jeho podvědomí.*

#### **Víte proč?**

Proč je život jednoho člověka zastřen smutkem a život druhého prozářen štěstím? Proč někdo žije v bohatství a těší se všeobecné úctě, zatímco jiný tře bídu s nouzí? Proč jednoho sužuje nejistota a strach, zatímco druhý hledí do budoucnosti plný sebejistoty a důvěry? Proč jeden vlastní luxusní vilu, zatímco druhý stráví svůj život v chudinské čtvrti? Proč jednoho člověka provází úspěch za úspěchem, zatímco druhý padá stupínek po stupínku do propasti? Proč jeden řečník strhává masy, zatímco druhý zůstává bez jakékoli odezvy? Proč je někdo schopen geniálních výkonů, zatímco jiný tupě vykonává zcela bezduchou činnost? Proč jeden přestojí údajně nevyléčitelnou chorobu, která pro druhého znamená smrt? Proč tolik dobrých a bohabojných lidí provází nevýslovné utrpení těla i ducha, zatímco se spousta jeho vrstevníků otázkami svědomí vůbec netrápí a přesto se těší výbornému zdraví a dosahuje skvělých úspěchů? Proč má jedna

žena šťastné manželství, zatímco její sestra prožívá po boku svého muže jen utrpení a zklamání? Proč?

Odpověď na tuto i mnoho dalších otázek dostanete, pochopíte-li podstatu a funkci vědomí a podvědomí.

## **Proč jsem psal tuto knihu**

Přál jsem si, aby moje kniha nejen poskytla odpověď na tu či onu otázku, ale objasnila zároveň i existující souvislosti. Snažil jsem se vysvětlit prapůvod a nejhlubší tajemství vašeho duševního života jednoduchými slovy, protože jsem byl vždy pevně přesvědčen, že i ty nejskrytější souvislosti lidského ducha lze vysvětlit naprosto srozumitelně. Proto se také v této knize setkáte s běžným hovorovým jazykem, na jaký jste zvyklí z dílny, kanceláře či z rodiny. Chtěl bych, abyste si studium těchto stránek i použití zde popsanych metod vzali opravdu k srdci, neboť vím naprosto jistě, že se tak před vámi otevře zázračná síla, která vás vytrhne z chaosu a nepohody, vysvobodí ze stavu zoufalství a uchrání před neúspěchem. Tato kniha vám dá moc dosáhnout zaslouženého postavení, sílu vyřešit všechny problémy, rozbije okovy vašeho duševního a tělesného utrpení a ukáže vám přímou cestu ke svobodě, štěstí a duševnímu pokoji. Zázračná moc podvědomí vás vyléčí a probudí ve vás novou energii. Duševní síly, které budete umět ovládnout, vás oprostí od stavů strachu a úzkosti, jež vás teď sužují, a otevrou vám bránu k onomu životu plnému duševní svobody, kterou ukazoval svatý Pavel dítkám Božím.

## **Klíč k zázračné moci**

Zkušenost s vlastním vyléčením je pravděpodobně tím nejpřesvědčivějším důkazem existence zázračných sil našeho podvědomí. Před více než 42 lety jsem se tak vyléčil ze zhoubného nádoru, který lékařská věda nazývá „sarkom“. Víím, že právě ona moc, která mě stvořila, řídí dodnes životní proudy mého organismu. Přesné vyličení techniky, kterou jsem tenkrát používal, ve čtenáři nepochybně vyvolá důvěru k oné *nekonečné léčivé moci* přebývající hluboko v duši každého člověka, takže se jí s jistotou svěří. Laskavému nabádání svého přítele a lékařského rádce vděčím za náhlé

poznání, že *ona tvořivá moudrost*, která zformovala mé srdce, vytvořila všechny orgány a dala popud k tomu, aby moje srdce začalo bít, svoje vlastní dílo dokáže samozřejmě vyléčit nejlépe. Vždyť již staré přísloví říká: „Lékař ránu zaváže a Bůh ji vyléčí.“

## **Zázraky jsou odpovědí na „účinné modlitby“**

„Vědeckou“ modlitbou chápeme harmonickou součinnost vědomých a podvědomých duševních sil, které lze na základě vědecky podložených metod zapojit v zájmu realizace určitého cíle. Tato kniha vám ukáže techniku, která vám zpřístupní nevyčerpatelné rezervy duševních sil, jejichž využití splní všechna přání vašeho srdce.

Toužíte po šťastném, plnějším a bohatším životě? Zapojte tuto zázračnou moc a urovnejte si svoji cestu životem, vyřešte si soukromé i pracovní problémy a nastolte harmonii v rodinném kruhu. Tuto knihu si musíte přečíst bezpodmínečně několikrát. Ukáže vám působení této zázračné moci a objasní vám, jak můžete pro své účely užitečně využít světlo a moudrost dřímající na dně vaší duše. Naučte se ovlivňovat své podvědomí. Je to zcela jednoduché! Použijte novou, vědecky fundovanou metodu, která otevře průchod nesmírným silám vaší duše. Čtete tuto knihu pečlivě a otevřete své srdce a rozum jejím radám, schopným působit zázraky. Přesvědčte se osobně o fantastických výsledcích této metody. Pevně věřím, že četba těchto stránek může a bude představovat obrat ve vašem životě.

## **Každý člověk se modlí**

Umíte se účinně modlit? Jak je tomu vlastně dlouho od doby, kdy měla modlitba své pevné místo ve vašem každodenním životě? V době nouze, nebezpečí, nemoci a strachu ze smrti se modlitba dere zcela samovolně na vaše rty, a stejně je tomu u všech vašich bližních. Jenom se podívejte do novin. Stále znovu tam můžete číst, jak se celá země sjednotila v modlitbě za uzdravení dítěte trpícího takzvanou nevyléčitelnou chorobou, za záchranu horníků zasypaných v hlubinách země nebo za zachování světového míru. Horníci

vyproštění v momentě smrtelného nebezpečí vyprávějí, jak strávili hodiny utrpení až do příchodu zachránců v modlitbě. Pilot tryskového letadla přiznává, že i on se modlil, když byl donucen k nouzovému přistání. Nepochybně – síla modlitby je nám v dobách nouze vždy k dispozici. Proč tedy nevyužívat její zázračné pomoci každý den a proč ji neudělat pevnou a blahodárnou součástí každodenního života? Titulky v tisku informují o dramatickém vyslyšení modliteb a lidé podávají místopřísežná prohlášení o účinnosti své modlitby. Ale co si máme myslit o mnoha pokorných modlitbách, jimiž děkujeme Bohu za plný stůl nebo se v odevzdané víře obracíme k našemu stvořiteli? Moje práce ve službách člověku byla samozřejmě spojena se zkoumáním různých druhů a motivů modlitby. Vyzkoušel jsem moc modlitby na sobě samém a hovořil jsem a spolupracoval s mnoha lidmi, jejichž modlitby byly rovněž vyslyšeny. Potíž je v tom, jak naučit druhé skutečně „efektivní“ modlitbě. V okamžiku nouze člověk většinou už nemyslí a nejedná zcela rozumově, a proto potřebuje jednoduchou formuli s jistým účinkem.

## **Tato kniha je jedinečná svého druhu**

Výhoda této knihy spočívá v praktické použitelnosti. Seznámí čtenáře s řadou jednoduchých, snadno použitelných technik a formulí, které má pak všude a kdykoli po ruce. Učil jsem těmto pravidlům muže a ženy na celém světě, a vlastně teprve nedávno jsem některé z nejdůležitějších poznatků, jež zde líčím, vysvětlil více než tisíci lidem v Los Angeles. Řadu z nich neodradilo ani tři či čtyři sta kilometrů cesty. Tato kniha bude pro vás zajímavá i proto, že vám vysvětlí, proč se často dostavil pravý opak toho, oč jste prosili. Mnoho lidí na celém světě se mě ptalo stále znovu: „Proč jsem se modlil a modlil a nikdy jsem nebyl vyslyšen?“ Zde se dozvíte důvody vyvracející podobné pochybnosti. Kniha obsahuje řadu metod, jak ovlivňovat podvědomí a jak najít správnou odpověď i tehdy, když člověkem zmítají pochybnosti. Právě proto oceníte její význam, takže se stane vaším spolehlivým rádcem v každé životní situaci.

## **V co věříte?**

Účinnost modlitby není dána předmětem či obsahem víry modlíciho se člověka. Vyslyšen bude člověk teprve tehdy, když na jeho myšlenky nebo představy zareaguje podvědomí. Tento zákon víry platí ve všech světových náboženstvích a dodává jim psychologickou hodnověrnost. Křesťané, buddhisté, mohamedáni či ortodoxní židé – ti všichni budou vyslyšeni stejnou měrou, a to ne proto, že patří k určitému náboženství či vyznání a respektují určité rituály, ceremonie, formule, liturgie, modlitby či způsoby oběti, ale jen a jen proto, že jsou v duchu i v duši pevně přesvědčeni, že jejich modlitba bude vyslyšena. Zákon života je identický se zákonem víry, a pojem „víra“ lze definovat krátce a výstižně jako „myšlenku“ nebo „obsah ducha“. Duch, tělo a životní osud člověka se formují přesně podle toho, jak člověk myslí, cítí a věří. Systematické provádění techniky vycházející ze základního pochopení vašeho jednání a pohnutek vám díky správnému využití sil podvědomí zajistí účast na štěstí této země. Vyslyšení modlitby není v podstatě nic jiného než uskutečnění určitých přání srdce.

## **Přání a modlitba jsou jedno a totéž**

Každý touží po zdraví, štěstí, jistotě, míru duše a skutečné seberealizaci, ale jen málokdo je jednoznačně úspěšný. Nedávno mi jeden univerzitní profesor řekl: „Vím, že změna způsobu myšlení a nová orientace citového života by mě jednou provždy zbavily žaludečních vředů. Bohužel však neznám žádnou techniku nebo metodu, abych dokázal tuto teoretickou vědomost prakticky realizovat. Můj duch bloudí neustále neklidně od problému k problému, a já se cítím zklamaný, sklíčený a nešťastný.“ Tento profesor tedy toužil po dokonalém zdraví, nerozuměl však dobře svým duševním procesům, takže nemohl své přání uskutečnit. Když potom použil léčebnou metodu popsanou v této knize, zdraví se mu zanedlouho vrátilo.

## **„Každý člověk se podílí na světovém duchu spojujícím celé lidstvo“**

Zázračné síly vašeho podvědomí existovaly již před vaším narozením. Vaše existence tu byla dříve než jakákoli církev nebo dokonce náš svět sám. Velké, věčné pravdy a principy života jsou starší než všechna náboženství. Z hloubi tohoto přesvědčení vám kladu na srdce – pod výše uvedeným mottem R. W. Emersona – abyste si prostudovali následující kapitoly, neboť tak dostanete do rukou zázračnou, magickou a vše přetvářející sílu, schopnou vyléčit veškeré rány ducha a těla uštědřené životem, utěšit strachem mučenou duši a zbavit člověka navždy tíhy chudoby, neúspěchu, bídy, nedostatku a zklamání. Stačí pouze ztotožnit se s dobrem, které chcete uskutečnit, a tvořivé síly vašeho podvědomí patřičně zareagují. Začněte již dnes, v tomto okamžiku, a do vašeho života vstoupí zázrak! Nenechte se odradit, kráčejte vytrvale kupředu, až jednou zářivé světlo dne zaplaší všechny stíny.

---

## **KAPITOLA 1 - Pokladnice ve vašem nitru**

---

Jakmile obrátíte pohled svého ducha dovnitř a spatříte tam nevyčerpatelnou pokladnici svého nitra, zaplaví vás pocit nesmírného bohatství. Vaše duše ukrývá zlatou žílu, jejíž objevení vám nabídne vše, co očekáváte od štěstím prozářeného života v nadbytku. Mnozí lidé připomínají náměsíčníky, kterým existence tohoto vnitřního pokladu nekonečné moudrosti a nevyčerpatelné lásky zůstává utajena. A přece by mohl každý člověk načerpat z tohoto pramene vše, co si jeho srdce žádá. Zmagnetizovaný kousek oceli zvedne přibližně dvanáctkrát těžší břemeno, není-li však zmagnetizován, nepohne tentýž kousek kovu ani pírkem. Toto přirovnání se hodí také na člověka. Magnetickou silou prochnutý člověk je pln všeobecné důvěry i sebedůvěry. Ví, že se narodil, aby vítězil a dosahoval jednoho úspěchu za druhým. „Odmagnetizovaného“ člověka naopak neustále trápí strach a pochybnosti. Při každé příležitosti říká: „To se stejně nepovede. Bude mě to stát nanejvýš celý můj majetek. Udělám ze sebe



jen terč posměchu.“ Lidé, kteří myslí tímto způsobem, to v životě nikdy nikam nedotáhnou, protože nemají odvahu jít dopředu a zůstávají bezmocně stát na trati. Právě pro ně zde však vyluštíme tajemství a oni k sobě začnou stejně jako magnet přitahovat štěstí, bohatství i moc.

## **Největší tajemství všech dob**

Co je podle vašeho názoru největším tajemstvím všech dob? Tajemství atomové energie? Uvolnění obrovské síly roztavením jádra? Neutronová bomba? Cesta ke hvězdám? Oč tu jde? Kde je třeba hledat toto největší ze všech tajemství? Jak ho rozluštit? Jak použít? Odpověď na tyto otázky je neuvěřitelně jednoduchá a zároveň překvapivá. Tajemství, o němž je tu řeč, není v ničem jiném než v zázračné síle podvědomí. Kdo by byl hledal právě zde řešení tolika hádanek?

## **Obdivuhodná síla vašeho podvědomí**

Jakmile se naučíte využívat obdivuhodné síly svého podvědomí, naplní váš život v netušené míře moc, bohatství, zdraví, štěstí a radost.

Tuto sílu nemusíte nejprve získávat, protože ji už máte. Potřebujete jen pochopit její podstatu a působení, abyste jí mohli úspěšně využít ve všech oblastech a při řešení všech životních problémů.

Nutné vědomosti a pochopení získáte zcela automaticky, když si prostudujete zde uvedené popisy procesů a technik, které jsou vlastně zcela jednoduché. Všechno se vám ukáže v novém světle a vy dokážete zevnitř uvolnit sílu, jejíž pomocí uskutečníte své naděje a sny. Pevně se tedy rozhodněte, že chcete, aby byl váš život od tohoto okamžiku bohatší, nádhernější a ušlechtlejší.

Nejhlubší vrstvy podvědomí skrývají nekonečnou moudrost, nekonečnou moc a nevyčerpatelnou zásobu možností, vloh a talentů, které čekají jen na to, aby se rozvinuly a projevíly. Přiznejte si skutečnou existenci těchto duševních sil a ony se brzy ukáží ve vašem životě. Nekonečná moudrost sídlící ve vašem podvědomí vám vždy a všude odhalí veškeré vědění, pokud budete ochotni tuto formu učení

přijmout. Podvědomí představuje zdroj nových myšlenek a idejí. Možná ve vás dřímá objevitel nebo vynálezce nebo tam čeká na svoji tvůrčí realizaci spisovatel. Každopádně vás však nekonečná moudrost podvědomí bude informovat o základních rysech vaší bytosti, o vašem skutečném talentu i o tom, jak ho co nejlépe rozvinout a využít, abyste si v životě vydobyl místo, jež vám přísluší a jež můžete právě vy – a jenom vy – zastávat nejlépe.

Síly podvědomí vám mohou přivést i ideálního životního nebo obchodního partnera. Když budete naslouchat hlasu podvědomí, najdete ochotné kupce a získáte finanční nezávislost, která vám dovolí jednat podle přání srdce a stát se tím, čím jste si vždy přál být.

Máte právo na to, objevit tento vnitřní svět svých myšlenek a pocitů, tyto nevyčerpatelné poklady moci, pochopení, lásky a krásy. Sice to jsou neviditelné síly, ale mají nesmírnou moc. Vaše vlastní podvědomí vám nabídne řešení pro každý problém a skrývá příčinu každého účinku. Protože se teď naučíte využívat těchto skrytých sil, získáte brzy potřebnou moc a poznání, díky jimž budete moci žít jako pán svého osudu v jistotě, radosti a nadbytku.

Já sám jsem byl svědkem, jak moc podvědomí opět zcela uzdravila churavé a zmrzačené a vrátila bývalou sílu končetinám, takže tito lidé mohli vykročit do nového života a sklízet štěstí a úspěchy. Vaše podvědomí obsahuje zázračnou léčivou sílu, která může opět uzdravit tělo i duši. Roztrhne pouta bránící rozletu vašeho ducha a osvobodí vás z vězení materiálních a fyzických omezení.

## **Nutnost pevného základu**

Bez pevného základu a znalosti všeobecně použitelných zákonů nelze dosáhnout v žádné oblasti lidské činnosti skutečného pokroku. Proto se musíte nejprve naučit správně zacházet se svým podvědomím coby „nástrojem“. Jeho síly budou působit tak jistě a v tom rozsahu, jak vy pochopíte platné zákony a jak je budete umět použít k dosažení zcela určitých cílů a záměrů.

Coby bývalém chemikovi se mi v této souvislosti vybavuje porovnání s přírodními vědami: Smísíme-li vodík a kyslík v poměru 2:1, svážou se na vodu. Jistě vám je známo, že atom kyslíku s atomem uhlíku vytvoří kysličník uhelnatý, tedy velmi jedovatý plyn. Přidáte-li

však další atom kyslíku, získáte neškodný kysličník uhličitý. Zde bychom mohli uvést řadu dalších příkladů z nepřeberného množství chemických sloučenin.

Bylo by zcela nesprávné předpokládat, že se základní chemické, fyzikální či matematické zákony nějak liší od zákonů podvědomí. Vzpomeňme si třeba jen na poučku: „Hladina vody se snaží zaujmout vždy horizontální polohu.“ Tento přírodní zákon platí neomezeně pro všechnu vodu, ať už je to kdekoli.

Nebo jiný příklad: „Zahřáté látky se roztahují.“ Také tato zásada platí neomezeně, vždy a všude. Zahřejeme-li kousek oceli, roztáhne se, ať už provádíme tento pokus v Číně, v Anglii nebo v Indii. Roztahování pevných látek působením tepla představuje tedy všeobecně platnou skutečnost.

Stejně univerzálně ale platí i zákon, že se každý vjem, působící na podvědomí v čase a prostoru, projeví jako životní podmínka, zkušenost či událost.

Vaše modlitba bude vyslyšena, protože v podvědomí jde o univerzální princip, kdy „princip“ znamená podstatu a povahu určité funkce. Tak například princip elektřiny spočívá v tom, že proudí od vyšších silových polí k nižším. Pokud využijete elektrického proudu pro své účely, základní princip tím nijak neovlivníte; ovšemže ale na druhé straně přinesl tento způsob zacházení s přírodou ve spojení s neměnnými přírodními zákony řadu fantastických objevů a vynálezů, které prospívají celému lidstvu.

Také v případě podvědomí jde o univerzální princip; funguje podle zákona víry. Musíte vědět, co je víra, jak působí a co způsobuje. Bible to vyjadřuje jednoduchými, jasnými a krásnými slovy: „*Amen, pravím vám, že kdo řekne této hoře: – ‚Zdvihni se a vrhni se do moře‘ – a nebude pochybovat, ale bude věřit, že se stane, co říká, bude to mít.*“

Marek 11, 23.

Zákon lidského ducha je zákon víry. To znamená, že je třeba věřit ve funkci ducha a také ve víru samotnou. Čemu v duchu věříte, není nic jiného, než co si v duchu myslíte – v tom je celé tajemství.

Ať už prožijete a děláte cokoli, všechny události a okolnosti vaší existence jsou reakcemi podvědomí na vaše myšlenky. Tedy ne obsah vaší víry, ale pouhá existence této víry ve vašem duchu je to, co působí

tyto účinky. Oprostěte se od mylných přesvědčení a názorů, od slepé pověry a bezdůvodného strachu, které mučí lidstvo. Začněte místo toho věřit v nezvratné, věčné skutečnosti a pravdy života. Potom totiž vaše cesta povede vpřed, vzhůru, k Bohu.

Kdokoli bude číst tuto knihu a používat zde popsané zákony podvědomí, bude umět vždy formulovat pro sebe i pro druhé vědecky fundované a účinné modlitby. I vaše vlastní modlitby budou podle zákona příčiny a účinku – akce a reakce – vyslyšeny. Myšlenka je semeno skutku. Událost ale není nic jiného než reakce podvědomí na druh a podstatu vaší myšlenky. Odevzdejte se myšlenkám a představám harmonie, zdraví, míru a dobré vůle – a zázrak vstoupí do vašeho života.

## **Dualita ducha**

Duch představuje sice jednotu, plní však – jak dnes všichni vzdělaní lidé vědí – dvě zásadně odlišné funkce a zahrnuje dvě zcela různé oblasti s naprosto svébytnými a nezaměnitelnými vlastnostmi a silami. Existence těchto dvou oddělených oblastí se projevuje v řadě běžných i vědeckých pojmenování. Tak se hovoří o vědomí a podvědomí, o objektivním a subjektivním duchu, o bdělém a spícím duchu, o povrchovém Já a hloubkovém Já, o volném a bezděčném, mužském a ženském duchu a mnohém jiném. V této knize jsme se rozhodli používat pojmy „vědomí“ a „podvědomí“.

## **Vědomí a podvědomí**

Rozdílnou funkci obou těchto sfér vědomí lze nejlépe vysvětlit, když lidského ducha porovnáme se zahradou. Vy sami jste zahradníci a sejete satbu svých myšlenek do úrodné půdy podvědomí. Druh a kvalita tohoto semene záleží na vašem způsobu myšlení. Vše, co jednou zasejete či vsadíte do svého podvědomí, totiž vyrostе a dostane tvar buď ve vašem těle, nebo v životě. Měli byste se tedy okamžitě začít snažit, aby vaše podvědomí dostávalo vnuknutí míru, štěstí,

správného konání, dobré vůle a blaha. Promyslete si toto všechno v klidu a představte si vědomě čili rozumově vše tak, jako by tomu již tak bylo. Tyto myšlenky nechte zároveň neustále dopadat na úrodnou půdu svého ducha (podvědomí). Dočkáte se skvělé žně. Podvědomí lze srovnat s úrodnou půdou plnou humusu, v níž všechna semena, ať už dobrá či zlá, bujně rostou. Sklidíte snad hrozny z trní nebo fíky z bodláku?

(srov. Matouš 7,16). Každá myšlenka je proto příčinou a každá vnitřní nebo vnější okolnost účinkem. Aby se vaše životní podmínky vyvíjely podle vašeho přání, musíte se stát neomezeným pánem svých myšlenek. Jakmile začnete správně myslet, naučíte se chápat pravdu a myšlenky zasazené do vašeho podvědomí budou pozitivní, harmonické a pokojné. Začne pracovat magická síla podvědomí a vytvoří vám příjemné, harmonické životní podmínky. Všechno se obrátí k lepšímu. Jakmile své myšlenkové pochody dostanete pod kontrolu, budete umět využít sil podvědomí k vyřešení každého problému. Spojíte se tedy s onou nepředstavitelně mohutnou silou a oním všemocným zákonem, který řídí kosmos.

Ať jste v kterémkoli místě světa a rozhlédnete se kolem sebe, zjistíte, že převážná většina lidí se v životě omezuje na vnější věci. Jenom malá skupina osvícených se věnuje duševním a duchovním pochodům ve svém nitru. Uvědomte si však, že je to právě váš vnitřní svět – tedy vaše myšlenky, pocity a představy –, které tvoří tento vnější svět. Právě proto představuje podvědomí jedinou tvůrčí moc a všechno, co se projevuje ve světě našich smyslů bylo – vědomě či nevědomě – vytvořeno silou ducha, respektive podvědomí.

Pochopíte-li vzájemné působení vědomí a podvědomí, dokážete od základu změnit celý svůj život. Abyste mohli změnit vnější životní podmínky, musíte se nejprve zabývat jejich příčinami. Většina lidí se snaží dosáhnout změny vnějších podmínek a skutečností vnějšími prostředky. Abyste ale ze světa odstranili spory, chaos, strádání a všechno ostatní, co negativně ovlivňuje váš životní pocit, musíte jít ke kořeni problémů. To znamená, že musíte úplně přebudovat své vědomé myšlení a dát svému světu myšlenek a představ zcela nový řád.

Podvědomí reaguje na každou myšlenku s citlivostí přesného měřicího přístroje. To ale znamená, že nekonečná moudrost, životní síla a energie proudící podvědomím získávají pevnou formu a tvar působením vědomých myšlenek. Jste obklopeni bezedným oceánem neocenitelného bohatství. Praktická aplikace zákonů lidského ducha popsanych v této knize fantasticky změní celý váš život. Místo nedostatku přijde nadbytek, místo nevědomosti a pověr poznání a moudrost, místo bolestného neklidu mír. Místo utrpení budete prožívat radost, místo temnoty světlo, místo rozpora jednotu, místo bázně a pochybností naději a sebedůvěra, místo neúspěchu úspěch a zároveň pocítíte osvobození od tyranie průměrnosti. Z duševního, duchovního i materiálního hlediska neexistuje žádné větší požehnání. Většina velkých vědců, umělců, básníků, zpěváků, spisovatelů a vynálezců má hluboké pochopení pro funkci a působení lidského vědomí a podvědomí.

Světověznámý tenor Caruso dostal jednou zcela náhle trému. Stěžoval si, že mu strach doslova svazuje hrdlo. Po obličejí mu stékaly krůpěje potu. Strašně se před lidmi stojícími okolo styděl, ale při myšlence, že bude musít za pár minut na scénu, se doslova třásl strachem. „Zesměšním se“, řekl, „nemohu zpívat“. Najednou se ale vzchopil a hlasitě zvolal: „Moje MALÉ JÁ chce ve mně udusit VELKÉ JÁ!“ Nato své „MALÉ JÁ“ oslovil: „Jdi pryč, VELKÉ JÁ chce mým prostřednictvím zpívat!“ („velkým Já“ mínil moc a moudrost podvědomí přebývající v každém člověku.) „VELKÉ JÁ chce zpívat!“ A podvědomí zareagovalo tím, že zvedlo vnitřní závoř. Když přišla jeho narážka, vstoupil na scénu a zářivý lesk jeho hlasu strhl jako obvykle všechny posluchače.

Tato známá anekdota ukazuje, že Caruso nepochybně věděl o existenci dvou duševních vrstev – tedy vědomé, rozumové sféry a sféry podvědomí. Také vaše podvědomí reaguje na vaše myšlení. Je-li vědomí („malé Já“) naplněno strachem, úzkostí a starostí, vyvolá v podvědomí („velkém Já“) negativní citový stav, který se přenesení zpět na vědomí v podobě zlých předtuch, zoufalství a paniky. Ocítnete-li se tedy někdy v podobné situaci, pokuste se oslovit negativní tendence projevující se ve vašem podvědomí rozhodně a s plným vědomím své

autority třeba takhle: „Bud'te zticha, mlčte. Já jsem pán a vy se musíte podřídít mému rozkazu. Nemáte tu co pohledávat, zmizte!“

Je nesmírně zajímavé a poutavé pozorovat, jak rozhodný, přesvědčivý rozhovor s podvědomím téměř okamžitě opět obnoví narušenou duševní rovnováhu. A právě proto, že je podvědomí podřízeno zákonům vědomí, je označováno jako „podvědomí“ nebo také „subjektivní“ vědomí.

## **Hlavní rozdíly ve funkci a působení**

Následující přirovnání snad dobře objasní hlavní rozdíly: Vědomí hraje asi stejnou roli jako kormidelník nebo kapitán na lodním můstku. Určuje kurs a uděluje mužům ve strojovně rozkazy. Ti se zase starají o kotel a obsluhují své stroje a zařízení. Posádka lodi se neptá, kam tato cesta vede, ale poslouchá prostě rozkazy. Kdyby muž na lodním můstku neuměl zacházet s kompasem, sextantem a jinými navigačními přístroji a kdyby uděloval nesprávné příkazy, vrhlo by se jeho mužstvo slepě do zkázy. Lidé ve strojovně však kapitána poslouchají, protože má velení a protože jeho rozkazy je nutné bezpodmínečně plnit. Nelze tu dlouho váhat, proč a nač, námořník musí rozkazy prostě provést.

Kapitán je pánem své lodi a všechno se děje podle jeho vůle. V přeneseném smyslu hraje vědomí vlastně roli kapitána, který poroučí, zatímco tělo a všechny oblasti, které se ho týkají, lze přirovnat k popsané lodi. Podvědomí totiž vykonává všechny rozkazy, které mu vědomí pošle formou úsudků a přesvědčení.

Jakmile vyprávíte svým známým, že si „tohle nemůžete dovolit“, podvědomí vás vezme za slovo a postará se o to, že si to, po čem toužíte, skutečně nebudete moci koupit. Jakmile jim budete říkat a také sám sobě stále znovu opakovat, že si „auto, cestu po Evropě, dům, kožich, norkový šál atd. nemůžete dovolit“, bud'te si zcela jisti, že vaše podvědomí přijme toto tvrzení jako rozkaz a vy se navždycky budete muset vzdát splnění svých přání.

Den před vánocemi jedna mladá studentka toužebně pozorovala elegantní, drahou cestovní kabelu ve výloze exkluzivního obchodu s koženou galanterií. K večeru chtěla jet domů do Buffala, aby tam strávila svátky se svou rodinou. Už se jí na rty drala slova: „Tuhle

tašku si nemohu dovolit“, a tu si vzpomněla na jednu moji přednášku. Tehdy jsem totiž hovořil o této zásadě: „Nikdy nevyslovujte negativní myšlenku! Změňte ji okamžitě na pozitivní představu a do vašeho života vstoupí zázrak!“

Řekla tedy: „Tahle taška mi patří. Mohu si ji koupit. Je moje a síly mého podvědomí se postarají, abych ji dostala.“

Na Štědrý večer v osm hodin dostala od svého snoubence přesně tu tašku, kterou den předtím obdivovala a kterou začala považovat za svou. Podařilo se jí přenést se v duchu do stavu radostného očekávání a potom svěřila tuto duševní představu podvědomí, které zná vhodné prostředky a cesty nejlépe.

Tato mladá studentka z jihokaliifornské univerzity mi vyprávěla: „Neměla jsem na tu kabelu dost peněz. Teď ale vím, kde si mohu opatřit nutné finanční prostředky a vůbec všechno, co potřebuji. V nevyčerpatelné pokladnici svého nitra.“

Působení podvědomí chci vysvětlit ještě na jednom příkladu. Když řeknete, že „nemáte rád houby“ a potom vám bude předložena omáčka nebo salát s houbami, určitě se dostaví žaludeční potíže, protože vaše podvědomí si řeklo: „Šéf (tedy vaše vědomí) nemá rád houby.“ Reakce tohoto druhu ukazují v zajímavém světle různé funkce vědomí a podvědomí.

Jestliže někdo například řekne: „Když si dám ještě pozdě večer kafe, určitě jsem ve tři ráno vzhůru“, jistě se to skutečně stane. Hlas podvědomí bude totiž dotyčnému našeptávat: „Šéf chce, aby ses dnes ve tři ráno probudil.“

Vaše podvědomí se po celých čtyřadvacet hodin denně bez oddychu snaží o vaše blaho a skládá vám do klína plody vašeho myšlení.

## **Jak reagovalo její podvědomí**

Před několika měsíci mi napsala jedna paní tento dopis: „Je mi 75 let, jsem vdova, děti jsou dávno odrostlé a samostatné. Beru penzi a žiji zcela v ústraní. Jednou jsem ale navštívila vaši přednášku o moci podvědomí, v níž jste vysvětloval, jak lze stálým opakováním, vírou a očekáváním, že se přání skutečně splní, vštípit podvědomí určité myšlenky.“



A tak jsem si jednou začala z hloubi srdce několikrát denně nahlas opakovat: Existuje člověk, který mě potřebuje. Jsem šťastně vdaná za dobrého, laskavého a oduševnělého muže. Můj život má smysl!“

Dva týdny jsem si tuto větu stále znovu nahlas opakovala, až jsem jednou v drogerii potkala jednoho lékárníka, který už také aktivně nepracoval. Dělal na mě dojem dobrého, chápavého a velmi zbožného člověka. Odpovídal ve všech směrech onomu muži, o kterého jsem prosila. Netrvalo to ani týden a udělal mi nabídku k sňatku. V současné době jsme na svatební cestě po Evropě. Vím, že moudrost mého podvědomí nás svedla dohromady podle Božího rozhodnutí.“

Také tato žena objevila pokladnici ve svém nitru. V srdci věděla, že se její modlitba naplní a toto přesvědčení sdělila svému podvědomí, které jste vy už poznali jako vlastní tvůrčí médium. Jakmile podvědomí dostalo obraz jejího budoucího partnera, postaralo se o realizaci. Hluboké vrstvy podvědomí, plné moudrosti a pochopení, svedly oba lidi dohromady dle Boží vůle.

Není pochyb: „*Konečně, bratří, přemýšlejte o všem, co je pravdivé, čestné, spravedlivé, čisté, cokoli je hodné lásky, co má dobrou pověst, co se považuje za ctnost a co sklízí pochvalu.*“

Filipským 4,8.

## SHRNUTÍ

1. Vaše nitro skrývá nevyčerpatelnou pokladnici. Obrátte svůj pohled dovnitř a dočkáte se splnění přání svého srdce!
2. Největší ze všech tajemství, známé významným lidem všech dob, spočívá ve schopnosti dohovořit se s podvědomím a uvolnit jeho síly. Totéž můžete dokázat i vy!
3. Vaše podvědomí zná řešení všech problémů. Pokud mu před spaním vsugerujete: „Chci zítra vstát v šest hodin“, přesně vás vzbudí.
4. Podvědomí vytvořilo vaše tělo a je schopno i léčit nemoci. Usínejte každý večer s představou, že jste naprosto zdraví, a váš nejvěrnější služebník, podvědomí, uposlechne vašeho pokynu.
5. Každá myšlenka něco způsobí – je příčinou; a každá situace je způsobena něčím – je účinkem.

6. Ať chcete uskutečnit cokoli – přesvědčit svou přednáškou či napsat knihu –, vryjte své představy důrazně a s důvěrou do podvědomí, a to bude adekvátně reagovat.
7. Jste ve stejné situaci jako kapitán velící své lodi. Musí dávat správné povely. Také vy musíte dávat svému podvědomí, které řídí celý váš osud, správné příkazy formou myšlenek a představ.
8. Neříkejte nikdy: „To si nemohu dovolit“ nebo „To nemohu“. Podvědomí vás vezme za slovo a postará se o to, že vám skutečně budou chybět nutné prostředky a schopnosti. Místo toho plni sebedůvěry konstatujte: „Moc mého podvědomí mi otevírá všechny brány.“
9. Zákon života a zákon víry je totéž. Věřit znamená myslet, myslet v duchu. Věřte – to znamená, nemyslete na nic, co by vám mohlo škodit nebo vás zranit! Věřte v moc svého podvědomí, které léčí, prozařuje, posiluje a přináší štěstí. Co si horoucně přejete, to se vám a pro vás splní!
10. Změňte způsob myšlení a změníte svůj osud!

---

## KAPITOLA 2 - Funkce vašeho ducha

---

Musíte se naučit plně využívat svého ducha, který vám byl dán. Jak již víte, existují dvě oddělené duševní oblasti, tj. na jedné straně vědomá, rozumem kontrolovaná sféra a na druhé straně podvědomá, zákonům logiky nepřístupná sféra. Myslíte vědomým duchem a váš způsob myšlení se vryje do podvědomí, které potom dá formu příslušným myšlenkovým obsahům. Podvědomé vrstvy jsou sídlem světa vašich pocitů a ve svém celku představují tvůrčí oblast. Budete-li myslet na dobro, dobro z toho také vznikne, zatímco zlé

myšlenky s sebou nesou zlo. V tom – a jenom v tom – spočívá funkce ducha.

Za rozhodující bod budeme považovat skutečnost, že podvědomí začne ihned uskutečňovat každý přijatý podnět. To, že se podvědomí podřizuje stejně dobrým jako špatným myšlenkám a odpovídajícím způsobem reaguje, je velmi zajímavé a hluboké poznání. Negativní myšlenky proto přinášejí neúspěch, zklamání a neštěstí. Pokud je však vaše myšlení harmonické a pozitivní, bude je doprovázet zdraví, úspěch a blahobyt. Jakmile se jednou naučíte usměrňovat myšlenky a pocity do správných drah, dostaví se zcela přirozeně duševní klid a tělesné zdraví. Všechno, co si přejete a v duchu považujete již za skutečnost, přijme vaše podvědomí za již existující skutečnost, kterou co nejdříve zrealizuje. Je na vás, abyste přesvědčili podvědomí o jistém uskutečnění svého přání, a jeho zákony se postarají o vaše zdraví, harmonii nebo uznání v zaměstnání. Vy máte ve svých rukou velení. Vy udělíte rozkazy, které vaše podvědomí uposlechně a přesně vyplní. Zákon ducha zní takto: *Vaše vědomé myšlenky a představy vyvolávají identickou reakci podvědomí, odpovídající jejich podstatě.*

Psychologové a psychiatři vysvětlují, že všechny myšlenky předané podvědomí zanechávají svůj otisk v mozkových buňkách. Jakmile je podvědomí předána jakákoli představa, postará se neprodleně o její uskutečnění. Pomocí myšlenkových asociací využívá k tomuto účelu veškerých vašich vědomostí a zkušeností, které jste do té doby nasbírali. Opírá se přitom o nekonečnou moc, energii a moudrost vašeho nitra. V zájmu uskutečnění daného cíle se vědomí spojuje se všemi přírodními silami a zákony. Někdy vyřeší vaše starosti okamžitě, jindy na sebe nechá řešení čekat dny, týdny i déle. *Celý proces nelze detailně prozkoumat.*

## **Přesnější rozlišení pojmů „vědomý“ a „podvědomý“**

Musíte mít stále na paměti, že duch není nějak rozštěpen na dvě oddělené, na sobě nezávislé části. Vědomé a podvědomé procesy představují pouze dvě oblasti činnosti téhož ducha. Proces myšlení se odehrává ve vědomí. Rozhodujete se na základě myšlení. Pomocí vědomí si například zvolíte druh četby, bydliště či životního druhu. Všechna tato rozhodnutí činí vaše vědomí. Na druhé straně nemůže

vnitřní pochody svého organismu vůlí nijak ovlivnit. Podvědomí tedy řídí podle vlastních zákonů tlukot srdce, trávení, krevní oběh a dýchání. Podvědomí považuje za skutečné všechno, co mu vnuknete a čemu vědomě věříte. Na rozdíl od vědomí však předávané skutečnosti a souvislosti vědomě neprověřuje a nic proti nim nenamítá. Podvědomí je jako země, která do sebe přijme každé semeno, ať už dobré či špatné. Také vaše myšlenky jsou živé a mohou se rozvíjet, proto je lze přirovnat k semenům. Negativní, ničivé představy působí dále rozkladně i v podvědomí a dříve či později přinesou odpovídající ovoce, které v životě sklídíte ve formě nepříjemných zážitků nebo událostí.

Mějte tedy stále na paměti, že vaše vědomí nekontroluje, zda jsou myšlenky dobré či špatné, resp., správné či nesprávné, ale reaguje vždy způsobem odpovídajícím těmto myšlenkám a představám. Jestliže jste tedy přesvědčeni o existenci určité skutečnosti, podvědomí přijme vaše přesvědčení za své a příslušně zareaguje, přestože se můžete objektivně mýlit.

## **Psychologické experimenty**

Psychologické pokusy, kromě jiných i pokusy s hypnózou, prokázaly, že podvědomí není schopno logicky myslet, protože nedokáže rozhodovat ani porovnávat. Pokud tedy přijme nějakou sugesci za danou skutečnost, bude reagovat v souladu s jejím obsahem.

Zkušený hypnotizér může snadno prokázat ovlivnitelnost podvědomí. Stačí vsugerovat člověku, že je Napoleon Bonaparte nebo dokonce kočka či pes, a tento člověk se velice věrně přenesení do příslušné role. V hypnotickém stavu se osobnost zcela promění. Testovaná osoba se identifikuje s podobou a životní formou, které jsou jí vsugerovány.

Stejným způsobem lze zhypnotizovanému namluvit, že se proměnil v mramorovou sochu, že ho bolí záda nebo mu krvácí nos, že je nesnesitelné horko nebo zase strašná zima. Vždy se dostaví odpovídající reakce, přičemž dotyčná osoba ztrácí schopnost vnímat cokoli mimo rámec dané sugesce.

Tyto jednoduché příklady ukazují v jasném světle podstatný rozdíl mezi vědomou, rozumem řízenou oblastí ducha a podvědomím, které není schopno žádné individuální a logické kritiky, a proto považuje za bernou minci vše, co mu vědomí předloží jako skutečnost. Právě z tohoto důvodu je tak důležité dát prostor pouze zdravým a prospěšným myšlenkám a představám, které naplňují duši štěstím a radostí.

## **Co znamená „objektivní“ a „subjektivní“ duch?**

Vědomí bývá někdy označováno termínem „objektivní duch“, protože se zabývá objekty viditelného vnějšího světa. Ten dostává své informace od pěti smyslů. Objektivní duch vám radí a řídí vás ve všech otázkách světa, který vás obklopuje. Pět smyslů vám poskytuje potřebné znalosti. Objektivní duch se učí pozorováním, zkušenostmi a výchovou. Jak z výše řečeného již víme, spočívá hlavní schopnost a úkol vědomí v logickém myšlení.

Předpokládejme, že jste jedním z těch tisíců turistů, kteří rok co rok navštěvují Paříž. Svůj osobní dojem z rozsáhlých parků, nádherných ulic, majestátních náměstí a úctyhodných budov shrnete v celkový soud: „Jaké nádherné město!“ Tímto způsobem zpracovává objektivní duch smyslové vjemy v logické závěry.

Naproti tomu podvědomí bývá často nazýváno „subjektivním duchem“. Na rozdíl od vědomí není odkázáno na smyslové zprostředkování skutečností, ale vnímá svět bezprostředně a bez reflexe – intuicí. Tady se totiž nachází sídlo vašich pocitů a „sklad“ vaší paměti. Podvědomí splní své veliké úkoly teprve tehdy, když jsou fyzické smysly vypnuty. Máme tedy před sebou onu schopnost vnímání, která se projevuje při bezvědomí nebo ve spánku.

Podvědomí tedy vidí očima ducha a nepotřebuje k tomu orgány zrakového smyslu. Zároveň má i jasnovideckou schopnost. Subjektivní duch může lidské tělo opustit, vydat se do dalekých zemí a vrátit se s nesmírně přesnými a výstižnými informacemi. Pomocí téže duševní schopnosti můžete číst myšlenky druhých, dozvědět se obsah zapečetěných dopisů a vidět do uzamčených sejfů. Můžete tak také sdělovat myšlenky druhým bez běžných prostředků, jimiž se obvykle předávají zprávy. Bez velmi přesné znalosti vzájemných vztahů mezi

objektivním a subjektivním duchem však není možné zvládnout vlastní umění modlitby.

## **Podvědomí neumí logicky myslet**

Podvědomí neumí zvažovat pro a proti. Jestliže mu tedy vsugerujete něco objektivně nesprávného, přijme tuto sugesci přesto jako správnou a dříve či později ji zrealizuje v podobě životní okolnosti, zkušenosti nebo události. Všechny vaše dosavadní zážitky představovaly reakci podvědomí na myšlenky, v jejichž správnost jste věřili.

Škodlivým důsledkům nesprávných sugescí lze neefektivněji zabránit, když budete od tohoto okamžiku myslet pozitivně a opakovat si co nejčastěji harmonické myšlenky, dokud se hluboko nevryjí do vašeho podvědomí. Protože podvědomí je současně hnízdem vašich zvyků, přinese tato změna v myšlení i způsobu života brzy rozhodující obrat k lepšímu.

Váš obvyklý způsob myšlení zanechává v podvědomí hluboké stopy. Tato okolnost vám přinese požehnání, jakmile začnete soustřeďovat myšlenky na harmonické, mírumilovné a konstruktivní cíle a přání.

Jestliže jste doposud žili pod špatnou hvězdou strachu a starostí či jiného způsobu negativního myšlení, začněte nový život, kdy plně uznáte všemocnost podvědomí a vnuknete mu myšlenky bezstarostnosti, štěstí a dokonalého zdraví. Podvědomí – které je tvůrčí a je v jednotě s Božím principem – se okamžitě postará o obrat k dobrému, protože jste mu k tomu dodali silné impulsy.

## **Nesmírná moc sugescí**

Již víte, že vědomí je jakýmsi „strážcem u brány“, jehož hlavní úkol spočívá v ochraně podvědomí před škodlivými vjemy. Seznámili jste se tak s jedním ze základních zákonů lidského ducha a víte, že podvědomí lze ovlivnit sugescí. Také víte, že podvědomí neporovnává, nerozlišuje a samostatně věci nepromýšlí.

To vše je úkol vědomí. Podvědomí tedy prostě pouze reaguje na dojmy sdělované vědomím a jakékoli logické závěry samo neprovádí.

Klasickým příkladem nesmírné moci sugescce by mohl být třeba tento experiment: Předpokládejme, že při plavbě lodi řeknete některému, již beztak dost vystrašenému spolucestujícímu: „Vy jste nepochybně nemocný. Jste tak bledý! Určitě se vám udělá hned špatně. Mohu vás dovést dolů?“ Oslovený určitě okamžitě zbledne, protože mořská nemoc, kterou mu sugerujete, se v jeho představách zcela spojuje s vlastním strachem a neblahým tušením. Vděčně se opře o vaši paži a ve své kajutě, chráněn před očima druhých, dá volný průchod potížím, které jste mu namluvili.

## **Různé reakce na tutěž sugesci**

Může se klidně stát, že různí lidé budou vzhledem k odlišným vlastnostem svého podvědomí reagovat na tutěž sugesci různě.

Vezměme si například případ, kdy na výše popsané plavbě neprovedete svůj experiment s cestujícím, ale s námořníkem. Podle své povahy pochopí nabídnutou pomoc buď jako žert nebo se rozhněvá. Vaše sugescce tu totiž naráží na otrlého mořského vlka, který se mořské nemoci umí bránit. Proto vaše slova nevyvolají strach nebo starost, ale odrazí se bez účinku od jeho sebejistoty.

Slovník definuje „sugesci“ jako cílené duševní ovlivňování a probouzení určitých představ, které jsou přijaty jako skutečnost a v souladu s tím patřičně provedeny. Přitom je třeba mít na paměti, že vědomé odmítnutí sugescce chrání podvědomí účinně před jakýmkoli nechtěným vlivem. Vědomí tedy může nevítanou sugesci odmítnout. Výše zmíněný námořník například neměl strach z mořské nemoci. Byl přesvědčen o své imunitě, a proto v něm negativní sugescce nevyvolala sebemenší pocit strachu. U nejistého pasažéra však byla sugescce mořské nemoci samozřejmě účinná, protože z ní měl již předtím veliký strach.

Tak má každý z nás svoje vnitřní obavy. Každý má také svůj vlastní názor a víru, o jejichž správnosti a pravdivosti je přesvědčen a kterými se tedy řídí jeho život. Sugescce nemá žádnou vlastní moc kromě moci, kterou jí dává vůle a víra člověka. Jakmile ale začne

jednou působit, usměrní proud podvědomých sil do zcela určitých a úzce vymezených kanálů.

## **Jak přišel jeden muž o ruku**

Každé dva až tři roky mívám v Caxton Hall v Londýně cyklus přednášek pro Fórum pravdy (Truth Forum). Tuto organizaci jsem založil již před řadou let. Současná ředitelka, dr. Evelyn Fleetová, mi vyprávěla o článku v anglických novinách zabývajícím se mocí sugescí. V tomto případě nešťastný otec sugeroval po dva roky svému podvědomí: „Dal bych rád svoji pravou ruku za to, kdyby se moje dcera vyléčila.“ Dcera měla těžkou artritidu, mrzačící její končetiny, tedy takzvanou „nevléčitelnou“ chorobu. Všechny snahy lékařů byly bezvýsledné a to vedlo otce k tomu, aby své nejvroucnější přání vyjádřil tak, jak jsme citovali výše. Při rodinném výletu došlo ke srážce vozů. Otec přitom přišel o paži až do výše ramen a téměř současně zmizela artritida i kožní problémy jeho dcery.

Tento příklad ukazuje, jak důležité je vštěpovat podvědomí jen šťastné, prospěšné a blahodárné sugesci, tedy takové sugesci, jejichž obsahem je v každém směru obrát k lepšímu. Myslete vždy na to, že vaše podvědomí nerozumí žádným žertům a že vás vezme za slovo!

## **Jak autosugescí zahání strach**

Autosugescí chápeme sebeovlivňování prostřednictvím zcela určitých a cílených myšlenek nebo představ. Herbert Parkyn popisuje ve své vynikající učebnici o autosugesci, která vyšla v roce 1916 ve Fowlerově nakladatelství, jednu zábavnou, a proto i velmi ilustrativní událost.

Jeden Newyorčan přiletěl do Chicaga a zapomněl si nastavit hodinky o hodinu zpět podle tamějšího časového pásma. Obchodní přítel se ho zeptal na přesný čas a sotva se dozvěděl, že už je po poledni, kdy obvykle obědvá, okamžitě dostal strašný hlad, i když ho od jeho obvyklého času oběda dělila ještě celá hodina.

Autosugesci lze úspěšně použít proti nejrozličnějším stavům strachu a jiným negativním pocitům. Tak byla jednou jedna mladá zpěvačka vyzvána, aby něco zazpívala. Měla na jedné straně radost, že dostala příležitost předvést své umění, ale na druhé straně již třikrát při



podobné příležitosti ze strachu selhala. I když si uvědomovala, že má krásný hlas, říkala si stále znovu: „Mám takový strach. Pravděpodobně se můj zpěv zase nebude nikomu líbit.“

Její podvědomí tuto negativní sugesci přijalo jako výzvu a okamžitě přivolalo odpovídající situaci. V tomto případě jde o nedobrovolnou autosugesci, to znamená, že tiché obavy se změní na pocity a nakonec se stanou skutečností.

Překonala svůj strach díky této metodě: Odešla do pokoje a uzavřela se tam úplně před světem. Potom si sedla do pohodlného křesla, uvolnila se a zavřela oči. Tak se tělo i duch dostaly do stavu klidu. Tělesné uvolnění totiž uklidňuje i ducha a ten je potom pro sugesci vnímavější. V tomto stavu naprostého uvolnění si vštěpovala stále znovu: „Zpívám fantasticky. Jsem naprosto klidná, veselá a plná sebedůvěry.“ Své konstatování pětkrát až desetkrát zopakovala, pomalu, klidně a vroucně. Toto duševní cvičení prováděla třikrát denně, naposledy vždy těsně před spaním. Za týden se dívala klidně a plná sebedůvěry do budoucnosti. Když potom přišel okamžik, kdy měla veřejně zazpívat, diváky nadchla.

## **Jak se jedné ženě znovu vrátila paměť**

Jedna pětasedmdesátiletá paní si zvykla říkat: „Ztrácím paměť.“ Jednou se ale rozhodla, že si bude několikrát denně sugerovat pravý opak, a řekla si: „Ode dneška se mi paměť v každém směru zlepší. Budu si moci vždy a všude vzpomenout na všechno, co budu chtít. Smyslové vjemy se mi vryjí do paměti jasněji a trvaleji. Prostě si bez jakékoli pomoci budu umět všechno zapamatovat. Na kohokoli si budu chtít vzpomenout, toho okamžitě uvidím zcela přesně před očima. Dělán ze dne na den značné pokroky a brzy budu mít lepší paměť než kdykoli předtím.“ Za tři týdny s potěšením konstatovala, že se jí paměť opět zcela vrátila.

## **Jak se jeden muž naučil sebeovládání**

Mnoho mužů, kteří vypověděli boj své vznětlivosti a popudlivosti, dokázalo mimořádně dobře přijímat sugesce a už po měsíci dosáhli značného úspěchu. Stačilo jen po tuto dobu třikrát až čtyřikrát denně – tedy po probuzení, dopoledne, v poledne a před spaním – opakovat například tyto modelové věty: „Od nynějška se lépe ovládám a mám lepší náladu. V mém duchu teď převládá stále radost, štěstí a veselost. Den ode dne jedním se svými bližními s větším pochopením a láskou. Svoji dobrou vůli a dobrou náladu projevují vůči všem okolo. Tato šťastná, laskavá a veselá nálada se od tohoto okamžiku stává mým normálním trvalým stavem. Jsem za to hluboce vděčný.“

## **Konstruktivní a rozkladná moc sugesce**

Podívejme se teď na podstatu a působení heterosugesce, to znamená oné sugestivní síly, která vychází od druhých. Za všech dob a ve všech zemích světa hrála moc sugesce – ať už ve formě autosugesce nebo cizích sugescí – rozhodující roli v životě a myšlení lidí. V mnoha částech světa tvoří dodnes podstatnou a nejučinnější součást celé řady náboženství. Síly sugesce lze využít, aby se člověk stal pánem nad sebou samým, ale lze jí také vnutit vlastní moc druhým lidem, kteří zákony ducha neznají. Je-li tato síla použita ke konstruktivním účelům, jde o nádhernou a velikou moc. Je-li ale zneužita k negativním cílům, může se stát nejničivější ze všech duševních zbraní a přivolat bídu, neúspěch, utrpení, nemoc a neštěstí.

## **Věříte snad v neodvratný osud?**

Od nejútlejšího mládí je většina z nás vystavována negativním sugescím ze všech stran. Protože nejsme schopni se jim bránit, začneme je považovat za správné. Určitě znáte leckterý z těchto příkladů: „To nemůžeš!“ – „Z tebe nikdy nic nebude!“ – „To nesmíš!“ – „To se nepodaří!“ – „Nemáš tu nejmenší šanci!“ – „To je naprosto špatné!“ – „To nemá žádnou cenu!“ – „Nezáleží na tom, co umíš, ale na tom, koho znáš!“ – „Se světem bude brzy konec!“ – „Co myslíš? O mě se přece nikdo nezajímá!“ – „Proč bych se tak namáhal?“ – „Život není nic jiného než samé trampoty!“ – „Kdo by věřil na lásku?“ – „Proti tomu je přece člověk bezmocný!“ – „Dříve či později

zbankrotuju!“ – „Jen počkej, však ty se také nakazíš!“ – „Člověk nemůže vůbec nikomu věřit!“ atd.

Jestliže tyto škody, které byly v minulosti napáchány na vašem duchu, v dospělosti nenapravíte cestou pozitivní autosugesce, vyprovokuje u vás vaše pesimistické myšlení s velkou pravděpodobností chování, které nutně povede ke zklamáním v soukromém životě i v zaměstnání. Autosugesce je tedy právě tím prostředkem, jímž se můžete osvobodit od břemene negativních vlivů, které by jinak ohrozily vaše životní štěstí a vývoj pozitivních zvyků.

## **Jak se chránit před negativními sugescemi**

Jeden pohled do novin stačí a v každém jen trochu citlivém člověku se probudí pocit starosti, strachu, beznaděje a zoufalství. Kdo však dovolí takovým trudným myšlenkám převládnout, ohrožuje svoji vůli k životu. Proto je velmi uklidňující vědět, že tu existuje pozitivní autosugesce jako účinná ochrana proti všem negativním vlivům.

Ověřte si občas pečlivě, zda a jak se na vás snaží vaše okolí negativně působit. Nejste v žádném případě vystaveni na milost a nemilost rozkladné moci cizí sugesce. Jako děti a dospívající jsme jí všichni trpěli dost a dost. Jen si vzpomeňte na tu spoustu negativních poznámek na vaši adresu, které jste slyšeli v rodině, od přátel, příbuzných, učitelů a kolegů v práci. Podíváte-li se na ně kriticky, zjistíte, že mnoho z těchto výroků vůbec nevystihovalo podstatu věci a jediným cílem bylo zastrašit vás nebo nad vámi získat moc.

Heterosugesce se používá v každé rodině, v každé kanceláři, továrně či organizaci. Zjistíte, že mnohé z řečeného neslouží žádnému jinému účelu než ovládnout vaše myšlení, citění a jednání ku prospěchu druhého.

## **Jak sugesce usmrtila člověka**

Uvedeme alespoň jeden příklad cizí sugesce: Jeden můj příbuzný vyhledal v Indii věstkyni, která mu řekla, že má nemocné srdce a při příštím novu zemře. Můj příbuzný to sdělil celé rodině, zařídil vše potřebné a napsal závěť.

Sugesce ho dostala plně do své moci, protože jí bezvýhradně věřil. Vyprávěl mi, že tato věstkyně má údajně ve své moci mimořádné

okultní síly, jimiž může svým bližním prospívat nebo škodit. Předpověď se vyplnila, přičemž si tento člověk samozřejmě nikdy neuvědomil, že si smrt přivodil sám. Mnoho z nás jistě zná z vlastní zkušenosti podobné případy pověry a lidské hlouposti.

Všimněme si této události ještě jednou ve světle toho, co víme o podvědomých procesech. Čemukoli vědomě věříme, to považuje také naše podvědomí za skutečnost a příslušně reaguje. Když můj příbuzný vyhledal věštkyňu, byl to šťastný člověk, kypící zdravím a životní silou. Její věštba ho však naplnila strachem ze smrti, takže žil v očekávání, že se při nejbližším novém měsíci bude musit rozloučit se životem. Informoval o tom své okolí a připravoval se na svůj konec. Všechno začalo i skončilo v jeho vlastním duchu – příčinou všeho byly jeho myšlenky. Strachem a pevným očekáváním brzkého konce si sám zavinil smrt nebo, přesněji řečeno, narušil funkce svého těla.

Žena, která mu předpověděla smrt, neměla na jeho osud sebemenší vliv. Neměla žádnou takovou nadpřirozenou moc, kterou by mohla přivodit jeho konec. Kdyby byl můj příbuzný znal zákony ducha, byl by si této negativní sugesce vůbec nevšímal a jejím slovům by nepřikládal sebemenší váhu. Neochvějné přesvědčení, že jeho jednání je řízeno jedině vlastními myšlenkami a pocity, by bylo odrazilo tuto věštbu, tak jako se křemeny odrazí od obrněného vozu.

Sugesce druhých nemají žádnou jinou moc a sílu než tu, kterou jim sami dáte prostřednictvím osobního přesvědčení. Teprve potom může začít cizí sugesce působit, takže jste to opět vy, kdo hraje protivníkům na ruku. Jen vy máte moc nad svými myšlenkami a pocity. Nikdy nezapomínejte, že jen vy sami rozhodujete. Zvolte tedy život! Zvolte lásku! Zvolte zdraví!

## **Moc logiky**

Váš duch poslouchá zákon logiky. Jestliže tedy vaše vědomí uzná nějaký předpoklad za správný, přijme ho i podvědomí okamžitě jako danou skutečnost, neboť úsudek objektivního ducha ručí subjektivnímu duchu za správnost této myšlenky. Tato souvislost příčiny a účinku je zcela v souladu s klasickým sylogismem, spočívající v možnosti učinit na základě tří soudů závěr z obecného na konkrétní:

*Každá ctnost je chvályhodná.  
Dobrota je ctnost.  
Proto je dobrota chvályhodná.*

*Nebo další příklad:  
Všechno stvořené je pomíjející.  
Egyptské pyramidy jsou stvořené.  
Proto jsou také pyramidy pomíjející.*

První část úsudku se nazývá logický předpoklad neboli premisa a podle zákona logiky lze z pravdivého předpokladu vyvodit jen jeden pravdivý závěr.

Po mé přednášce o zákonech duševního života, kterou jsem měl v květnu 1962 v newyorské radnici, mi řekl jeden univerzitní profesor: „Všechno v mém životě jde z kopce. Přišel jsem o zdraví, o majetek i o přátele. Cokoli vezmu do ruky, nic se nedaří.“

Poradil jsem mu, aby se ve svém vědomém myšlení držel neochvějně premisy, že ho nekonečná moudrost jeho podvědomí vede vždy směrem ke zdraví, blahobytu a štěstí. Jestliže sám sebe skutečně pevně přesvědčí, že je tomu tak, podvědomí bude samo správně řídit všechna jeho rozhodnutí soukromého i profesionálního charakteru, obnoví jeho zdraví a naplní ho novým štěstím a duševním klidem.

Podle mé rady zformuloval tento profesor svoji představu o ideálním životě takto:

„Ve všem mne řídí nekonečná moudrost. Těším se výbornému zdraví a v mém těle i duši působí zákon harmonie. Vždycky se mnou budou krása, láska, mír a nadbytek. Celý můj život je určován zásadami správného jednání a Božím řádem. Víím, že se tento předpoklad zakládá na věčných pravdách života a rovněž víím, cítím a věřím, že mé podvědomí uskuteční věrně a až do posledního detailu mé vědomé myšlenky.“

Zanedlouho nato mi napsal tento dopis: „Toto své přesvědčení jsem si pomalu, klidně a důrazně opakoval několikrát denně a uvědomoval jsem si, že tyto myšlenky zapouštějí v mém podvědomí hluboké kořeny a nepochybně přinesou ovoce. Z celého srdce vám děkuji za osobní rozhovor, který jste mi poskytl, a mohu vás ujistit, že

se můj život od té doby změnil v každém smyslu k lepšímu. Vaše ‚zákony ducha‘ jsou správné a účinné!“

## **Podvědomí nemá žádné logické námitky**

Podvědomí je nesmírně moudré a zná odpověď na každou otázku. Nemá však žádné logické námitky a nepouští se s člověkem do sporů. Nic vám tedy nevyčítá a nenamítá například: „Tuto představu mi nesmíš vštěpovat!“ Jestliže se tedy oddáváte myšlenkám, jako například: „To nemohu!“ – „Na to jsem příliš starý!“ – „Tento závazek nedokážu splnit!“ – „Narodil jsem se pod nešťastnou hvězdou!“ – „Prostě neznám ty správné lidi!“ a tak dále, nasytíte podvědomí negativními myšlenkami a odpovídající reakce na sebe nedá dlouho čekat. Takovým způsobem myšlení stavíte svému štěstí do cesty nepřekonatelné překážky a sami si v životě vymezujete úzké hranice a způsobujete si nedostatek a zklamání.

Jakmile před vás začne vědomí stavět zdánlivě nepřekonatelné překážky, okrádáte se sami o pomoc, kterou by vám jinak podvědomí se svou chápavostí a moudrostí poskytlo. Takový postoj svědčí totiž pouze o tom, že svému objektivnímu duchu nepřiznáváte schopnost najít východisko z dané situace. Důsledkem toho jsou však omyly a komplexy, které mohou vyvolat nemoc a neurotické sklony.

Abyste tedy dokázali překonat škarohlídství a uskutečnit přání svého srdce, říkejte si s přesvědčením několikrát denně: „Nekonečná moudrost, která mi vložila do srdce toto přání, mě vždy vede a řídí a ukáže mi tu nejlepší cestu k uskutečnění mých přání. Víím, že se prosadí hluboká moudrost mého podvědomí a uskuteční všechny mé myšlenky, pocity a představy. Ve mně i kolem mě vládne harmonie, vyrovnanost a pokoj duše.“

Jakmile si budete říkat: „Neexistuje východisko, jsem ztracen; nenajdu žádné řešení, jsem zrazen a zaprodán!“, nemůžete od podvědomí očekávat žádnou pomoc nebo pozitivní reakci. Abyste mohli využít jeho nesmírné moci ke svému prospěchu, musíte ho správně oslovovat. Tak jako tak pracuje vždy jen pro vás. Také v tomto okamžiku kontroluje tlukot vašeho srdce a váš dech. Vyléčí každou ránu a řídí proud života, bez přestání se snaží vás chránit. Vaše

podvědomí má sice svou vlastní vůli, ale dává se bez odporu vést obsahem vašich myšlenek a představ.

Reaguje sice neprodleně na vaši snahu najít určité řešení – na druhé straně ale od vašeho vědomí očekává správné posouzení situace a věcně správné rozhodnutí. Musíte mít stále na mysli, že vlastní odpověď přichází od podvědomí. Jakmile si ale začnete říkat: „Moje situace je bezvýchodná, nevím, kde mi hlava stojí; proč mi podvědomí nedá žádnou odpověď?“, zbavíte ho účinnosti. Zůstanete tak stát na místě a nedostanete se ani o krok vpřed.

Uklidněte tedy své myšlenky, které zoufale bloudí sem a tam, uvolněte se a řekněte si plni důvěry: „Moje podvědomí zná odpovědi. Zareaguje teď na moje volání. Vyslovuji z celého srdce díky nekonečné moudrosti, která podvědomí odkrývá všechny věci života a mně vnukne to nejlepší řešení. Toto moje neochvějné přesvědčení teď uvádí do pohybu nekonečně účinnou a zářivou moc mého podvědomí. To mě naplňuje nesmírnou radostí a vděčností!“

## SHRNUTÍ

1. Budete-li myslet na dobro, uskuteční se! Budete-li však myslit na zlo, dostaví se zlo. Na cokoli myslíte, tím jste a to činíte v každé vteřině svého života.
2. Podvědomí nemá námitky. Přijímá to, co určí vaše vědomí. Jestliže si říkáte: „To si nemohu dovolit“, možná je tomu v současném okamžiku skutečně tak, ale přesto se této myšlence nesmíte podvolit. Rozhodněte se pro pozitivní myšlenku: „Tahle věc mi bude patřit! Víím, že je tomu tak!“
3. Máte svobodnou volbu. Zvolte si zdraví a štěstí. Je na vás, zda chcete být laskaví či nelaskaví. Buďte obětaví, veselí, vlídní, milí – a celý svět vám vyjde vstříc. – Neexistuje žádná lepší cesta, jak se stát příjemnou osobností.
4. Vaše vědomí je „strážcem u brány“. Jeho hlavním úkolem je ochránit podvědomí před škodlivými vjemy. Rozhodněte se ze svobodné vůle pro přesvědčení, že dobro se může uskutečnit, a že se uskutečňuje nyní. Vaše největší síla spočívá ve vaší svobodě rozhodnout se. Zvolte štěstí a blahobyt.

5. Sugescie a podněty od druhých lidí vám nemohou škodit, neboť moc nad vámi mají jen vaše vlastní myšlenky. Musíte pouze jejich sugescie a názory odmítnout a své vlastní myšlení zaměřit výhradně na pozitivní věci. Jen vy sami určujete druh své reakce.
6. Rozvažujte pečlivě svá slova, neboť každá nerozváženě vyřčená slabika se vám vymstí. Nikdy neříkejte: „To se nepovede!“ – „Ztratím místo!“ – „Nebudu moci zaplatit nájem!“ S podvědomím nelze žertovat. Uskutečň každou vaši myšlenku.
7. Váš duch není zlý ani špatný. Žádná přírodní síla není zlá. Na vás samotných záleží, jak přírodních sil využijete. Svého ducha používejte v zájmu druhých lidí, abyste jim přinášeli požehnání, léčili je a nadchli je pro dobro.
8. Nikdy neříkejte: „To nemohu!“ Překonávejte svůj strach takto: „Díky nekonečné moci mého podvědomí pro mě neexistuje nic nemožného!“
9. Orientujte své myšlení na věčné pravdy a zásady života a nedejte se zaslepit strachem, nevědomostí a pověrou! Nedávejte si myšlenky nikým předepisovat! Myslete a rozhodujte samostatně!
10. Jste neomezeným pánem své duše, či jakkoli již podvědomí nazveme, i pánem svého osudu. Myslete vždy na to, že máte svobodnou volbu. Zvolte život! Zvolte lásku! Zvolte zdraví! Rozhodněte se pro štěstí!
11. Cokoli vaše vědomí považuje za správné a čemukoli pevně věří, to podvědomí přijme za skutečnost a postará se o realizaci. Věřte ve svou dobrou hvězdu, v Boží vnuknutí, ve správnost svého rozhodnutí a všechna požehnání života!



---

## KAPITOLA 3 - Zázračná moc vašeho podvědomí

---

Vaše podvědomí má nekonečnou moc. Inspiruje a řídí vás a vyvolává ve vašem vědomí všechna jména, skutečnosti a scény uložené v hloubi vaší paměti. Řídí tlukot srdce, krevní oběh i celý proces trávení a vylučování. Když sníte kousek chleba, vaše podvědomí ho přemění na organickou tkáň, svaly, kosti a krev. Vlastní tajemství tohoto procesu zůstává skryto i pohledu těch nejbystřejších a nejchytřejších lidí. Podvědomí kontroluje všechny životní pochody a funkce vašeho organismu a zná řešení všech problémů.

Podvědomí nezná klid a odpočinek. Je vždy na svém místě. O jeho zázračné moci se můžete přesvědčit tím, že mu těsně před usnutím zadáte zcela určitý úkol. S radostí zjistíte, že toto rozhodnutí uvolní vnitřní síly, které se postarají o žádaný výsledek. Právě zde je tedy pramen veškeré moci a moudrosti, která vám umožní přístup k oné síle a nekonečné moci, jež hýbe světem, určuje dráhy planet a způsobuje, že slunce svítí.

Podvědomí je pramenem vašich ideálů, snah a nesobeckých cílů. Okem tohoto subjektivního ducha rozpoznal Shakespeare ony velké pravdy, které zůstávaly průměrným lidem jeho doby utajeny. A nepochybně to byla reakce podvědomí, která inspirovala řeckého sochaře Feidia, aby své představy o kráse, řádu, harmonii a souměrnosti zformoval do mramoru a bronzu. Tatáž síla vedla Rafaela k malování madon i Ludwiga van Beethovena ke komponování symfonií.

V roce 1955 jsem měl cyklus přednášek na univerzitě Yoga Forest v Rishikesh (Indie). Tam se mi naskytla příležitost pohovořit si s jedním chirurgem z Bombaje. Vyprávěl mi o dr. Jamesi Esdaillovi, skotském chirurgovi, který měl praxi v Bengálsku, a to ještě předtím, než byl znám éter či jiný moderní prostředek narkózy. V letech 1843 a 1846 provedl dr. Esdaille na čtyři sta komplikovaných zákroků, dokonce i amputace, operace nádorů či operace očí, uší a hrtanu. Všechny tyto zákroky prováděl výhradně s duševní narkózou. Indický lékař v Rishikesh hovořil o tom, že pooperační úmrtnost Esdaillových pacientů, představující asi 2 až 3 procenta, byla skutečně obdivuhodně nízká. Chirurgické zákroky probíhaly naprosto bezbolestně a žádný pacient nezemřel na operačním stole.

Dr. Esdaille nemocné zhypnotizoval a vsugeroval jejich podvědomí, že nemůže dojít k žádné infekci nebo sepsi. Tato okolnost je tím pozoruhodnější, že dr. Esdaille působil dlouho předtím, než Louis Pasteur, Joseph Lister a další prokázali bakteriální příčinu řady onemocnění i zdroj mnoha nebezpečných infekcí – nedostatečnou sterilizaci přístrojů a operačních sálů.

Indický chirurg viděl příčinu nízké úmrtnosti a minimálního výskytu infekcí pouze a jenom v sugestivním účinku Esdaillovy hypnózy. Organismus pacientů reagoval v naprostém souladu se sugescemi přenesenými do jejich podvědomí.

Měl jsem obrovskou radost, když jsem tenkrát slyšel, že již před více než 120 lety odhalil jeden chirurg tyto podivuhodné a zázračné síly podvědomí. Nemáte i vy při myšlence na nadpřirozené síly svého subjektivního ducha přímo tělesný pocit úcty a štěstí? Pomyslete jen na jeho možnosti mimosmyslového vnímání, schopnost vidět či slyšet do budoucnosti, jeho nezávislost na čase a prostoru, moc osvobozovat od veškeré bolesti a utrpení a schopnost najít řešení pro všechny vaše problémy. Tyto i řada dalších skutečností jasně dokazují existenci duševní moci a moudrosti, která daleko předčí i ty nejprogresivnější síly rozumu. Nekonečnost těchto sil a velikost zázraků, které působí, musejí zasáhnout každé lidské srdce a naplnit ho radostnou vírou v jedinečnou moc podvědomí.

## **Podvědomí je knihou vašeho života**

Jakoukoli myšlenku, přesvědčení, mínění, teorii či dogma odevzdáte natrvalo do hloubi svého podvědomí, uskuteční se ve formě určité okolnosti, stavu či události ve vašem životě. Každý duševní vjem dostane dříve či později reálnou podobu. Váš život má dvě stránky, vědomou a podvědomou, viditelnou a neviditelnou, svět myšlenek a svět jejich materiálního vyjádření.

Váš mozek jako orgán vědomě myslícího ducha přijme každou myšlenku. Jakmile ji akceptuje váš objektivní, resp. vědomý duch, vede ji dál k solar plexu, který bývá nazýván také „mozkem podvědomí“. Tam začnou myšlenky a představy reálně působit a projeví se ve vašich zážitcích.

Jak jsme již podrobně vysvětlili, podvědomí není schopno žádných logických námitek. Bez váhání provede všechno, co mu přikážete, a přijme bez jakéhokoli omezení všechny soudy a závěry vašeho vědomí jako jistou skutečnost. Tak každá myšlenka představuje zcela konkrétní zápis do knihy vašeho života. Slavný americký spisovatel a filozof Ralph Waldo Emerson jednou řekl: „Člověk je takový, jak po celý den myslí.“

## **Každý duševní vjem získává materiální podobu**

William James, otec americké psychologie, jednou řekl, že podvědomí v sobě skrývá síly, které hýbají světem. Vaše podvědomí tvoří jednotu s nekonečným věděním a moudrostí. Jeho nevyčerpatelné síly vytékají ze skrytých pramenů – ze zákona života. Jakoukoli myšlenku budete chtít svému podvědomí vštípit, vždy udělá vše pro to, aby ji uskutečnilo. Proto si musíte s nesmírnou pečlivostí vybírat jen dobré a konstruktivní myšlenky.

Důvod veškerého chaosu a utrpení tohoto světa je zcela prostý – nedostatečné porozumění lidí pro vzájemné vztahy vědomí a podvědomí. Když a dokud tyto oba principy společně harmonicky působí v časovém souladu, je výsledkem zdraví, štěstí, mír a radost. Nemocem a rozporům nedávají spojené síly obou těchto duševních sfér žádný prostor.

Hermův hrob byl otevřen za mimořádně napjatého očekávání příštích zázraků, neboť se obecně věřilo, že obsahuje největší

tajemství všech věků. Ono tajemství ale znělo: „*Jak uvnitř, tak venku; jak nahoře, tak dole.*“

Tato věta neznamená nic jiného, než že se každá podvědomá představa objeví na obrazovce času a prostoru. Také Mojžíš, Izajáš, Ježíš, Buddha, Zarathuštra, Lao-c‘ a všichni další velcí prorokové všech dob hlásali tutéž pravdu. Cokoli podvědomě pociťujete jako skutečné, to získá pevnou formu jako životní podmínka, stav nebo událost. Psychická a fyzická hnutí se vzájemně podmiňují a vytvářejí vlastní rovnováhu. *Jak v nebi* (ve vašem vlastním duchu), *tak i na zemi* (tedy ve vašem těle a okolí). Toto je velký zákon života.

Zákon akce a reakce, klidu a pohybu, platí v přírodě všude. Dvě proti sobě působící síly se musejí vyrovnat. Teprve potom zavládne harmonie a rovnováha. Rytmicky a harmonicky má vámi proudit princip života. Přítok a odtok musejí být stejně velké. Zapsaný vjem a jeho vyjádření musejí být v souladu. Pocit zklamání je pouze důsledek nesplněných přání.

Rozkladné a zlé myšlenky vyvolávají negativní pocity, které se snaží projevit a uskutečnit. Vzhledem ke své negativní povaze získávají často podobu žaludečních vředů, srdečních potíží, neurotických stavů strachu a bázně. Co si právě teď myslíte a cítíte v této souvislosti o sobě? Za co se pokládáte? Každá část vaší podstaty a vašeho Já zrcadlí věrně vaši představu o sobě. Vaše životní síla, tělo, přátelé i vaše společenské postavení odrážejí až do nejmenšího detailu vaše vlastní hodnocení sama sebe. Projevuje se tu totiž opět již několikrát citovaný základní zákon: Cokoli je zapsáno do podvědomí, to se kdykoli v životě může projevit.

Každá negativní myšlenka má škodlivý dopad na náš život. Kolikrát jste již svým hněvem, strachem, žárlivostí a pomstychtivostí zasadili rány sami sobě? Právě tohle jsou nebezpečné jedy, které zamořují vaše podvědomí. Novorozenec nemá ještě žádný takový negativní postoj. Vykoupejte své podvědomí v širokém proudu životadárných myšlenek a všechny negativní myšlenky a sebetrýznivé představy z minulosti se beze stopy odplaví.

## Podvědomí vyléčí zhoubné onemocnění kůže

Vyléčení, které člověk zažije sám na sobě, je asi tím nejpřesvědčivějším důkazem pro zázračnou moc podvědomí. Před více než 40 lety mě moje modlitby osvobodily od zhoubného kožního onemocnění. Lékařské umění nedokázalo zabránit dalšímu postupu nemoci a můj stav se den ze dne horšil.

Jeden duchovní, který měl rozsáhlé znalosti v oblasti psychologie, mi vysvětlil hlubší význam 139. žalmu, který říká: „*Tvé oči mě viděly v zárodku, všechno bylo zapsáno v tvé knize.*“ Vysvětlil mi, že výraz kniha tu znamená podvědomí, které z čistě duševní zárodečné buňky formuje všechny orgány. A co podvědomí podle zadaného vzoru vytvořilo, to dokáže také podle téhož vzoru obnovit a vyléčit.

Potom tento duchovní ukázal na své hodinky a řekl: „Také tyto hodinky byly vytvořeny; avšak dříve, než získaly svoji hmotnou podobu, musel si je hodinář v duchu přesně představit. Kdo ale vymýšlí a konstruuje hodiny, dokáže je také daleko lépe než kdokoli jiný opravit.“ Tak mi vysvětlil, že podvědomí, jež vytvořilo mé tělo, lze srovnat s oním hodinářem, protože může stejně jako on obnovit a vyléčit všechny životně důležité pochody a funkce. Je k tomu pouze nutné vstřípnutí tomuto tvůrčímu subjektivnímu duchu představu dokonalého zdraví a účinek vašich myšlenek se projeví jako hojivý proces.

Tak jsem si tedy zformuloval tuto jednoduchou modlitbu:

„Mé tělo stvořila nekonečná moudrost podvědomí a ta mě dokáže i vyléčit. Moudrost podvědomí zformovala všechny mé orgány, tkáně, svaly a kosti. Tatáž nekonečná a léčivá síla v mém nitru teď začíná přetvářet každý atom mého organismu, aby mě co nejdříve opět vyléčila a uzdravila. Jsem hluboce vděčný, neboť vím, že jsem na cestě k uzdravení. Zázračné je dílo tvůrčí síly, která ve mně přebývá!“

Dvakrát až třikrát denně jsem si odříkával tuto krátkou modlitbu. Asi za tři měsíce byla moje kůže opět zcela v pořádku.

Jak vidíte, nedělal jsem nic jiného, než že jsem svému podvědomí předával životadárné myšlenkové modely uzdravení, krásy a dokonalosti, abych tím smazal negativní představy a myšlenky, které se dříve vryly do podvědomí a představovaly vlastní kořen všeho zla. Neexistuje žádný tělesný projev, který by byl předtím neexistoval jako

představa. Tím že budete svého ducha bez ustání sytit pozitivními myšlenkami, změníte tedy zároveň i svoje tělo. Jen zde je třeba vidět důvod, příčinu a zdroj vyléčení... „Obdivuhodné jsou tvé skutky, toho jsem si plně vědom.“ *Žalm 139, 14.*

## **Jak podvědomí řídí všechny tělesné pochody**

Ať bdíte či spíte tvrdým spánkem, vaše neúnavné podvědomí bez přestání a zcela nezávisle na vědomí řídí všechny životně důležité funkce organismu. Tak například ve spánku srdce nepřestává rytmicky bít, plíce nepřestávají dýchat, ale zásobují vaši krev – stejně jako v bdělém stavu – čerstvým kyslíkem. Podvědomí kontroluje zažívací proces a sekreci žláz i všechny ostatní tajuplné pochody ve vašem těle. Vousy stále rostou, ať spíte nebo jste vzhůru. Přírodovědci zjistili, že kůže vylučuje ve spánku mnohem více potu než v bdělém stavu. I oči, uši a ostatní smysly jsou ve spánku připraveny začít kdykoli pracovat. A mnoho našich velkých vědců našlo doslova ve spánku odpověď na ty nejzapeklitější problémy. Řešení přišlo ve snu.

Vaše vědomí často narušuje normální rytmus srdce a plic i funkci zažívacího traktu starostmi, strachem, zoufalstvím či sklíčeností. Negativní představy tohoto druhu totiž působí proti harmonii podvědomí. Je-li tedy člověk rozrušen, udělá nejlépe, když všechnu zátěž odhodí, uvolní se a usměrní své myšlenky. Mluvte se svým podvědomím a říkejte mu, že se má opět postarat o Bohem požadovanou harmonii, rovnováhu a pořádek. Zjistíte, že se potom tělesné funkce opět normalizují. Podvědomí vás samozřejmě poslechne jen tehdy, když ho oslovíte s jistotou a přesvědčivostí.

Podvědomí dělá vše pro to, aby chránilo váš život a obnovovalo zdraví. Jeho instinktivní snaha o zachování všeho živého se projevuje mimo jiné i v tom, že zde pramení láska k dětem. Pokud snad sníte něco zkaženého, podvědomí dá tělu okamžitě impuls, aby se tělo nepoživatelné potravy zbavilo. Když omylem pozřete jed, budou se tyto podvědomé síly okamžitě snažit jedovaté látky zneutralizovat. Přenecháte-li sami sebe zcela zázračné síle podvědomí, budete se brzy těšit dokonalému zdraví.

## **Jak mohou člověku posloužit síly podvědomí**

Ještě jednou si připomeňme, že podvědomí se ve dne v noci bez ustání stará o stavbu a údržbu vašeho těla, aniž byste ho přitom mohli bezprostředně ovlivnit či tento proces jakkoli vnímat. To také není nutné, protože vy na vědomé rovině nejednáte s podvědomím, ale s vědomím. Nejprve tedy musíte přesvědčit vědomí o tom, že osud pro vás chystá v každém ohledu jen to nejlepší a zaměřit myšlenky pouze na dobro, krásu, ušlechtilost, pravdu a spravedlnost. Zbudujte své podvědomí na výlučně pozitivním základě v pevné víře, že vaše podvědomí nepřetržitě pracuje na realizaci vašich myšlenek.

Tak jako trubka dává tvar vodnímu proudu, který z ní vytéká, tak váš obvyklý způsob myšlení dává směr a smysl vašemu životu. Říkejte si proto s naprostým přesvědčením: „Nekonečná léčivá síla mého podvědomí proniká celým mým Já; získává viditelnou podobu v harmonii, zdraví, pokoji, radosti a hmotném nadbytku!“ Považujte podvědomí za nesmírně moudrého a láskyplného společníka, který vás vždy a všude provází. Věřte z celého srdce, že vás jeho síly naplní novou životní energií a jasně a zahrnou vás dobrými skutky. Podvědomí vám je dá. Neboť *„podle vaší víry se vám staň“*

(Matouš 9, 29).

## **Jak léčivá síla podvědomí obnovuje odumřelé zrakové nervy**

V lékařských archívech lourdského úřadu pro zdraví lze najít zprávu o pečlivě prověřeném a v lékařských kruzích dobře známém případě slečny Bírové, která trpěla naprostou atrofií zrakových nervů. Podnikla pouť do Lourd a tam se – jak sama líčí – zázračně uzdravila. Ruth Cranstonová, mladá protestantka, kterou McCall-Magazin pověřil prozkoumáním zázračných událostí, se vypravila do tohoto slavného jihofrancouzského města. V listopadu roku 1955 podává o slečně Bírové tuto zprávu: „Zcela neuvěřitelně se v Lourdech vrátilo její oči světlo, ačkoli podle řady lékařských nálezů byly její zrakové nervy naprosto mrtvé a nefunkční. Když byl asi o měsíc později její případ znovu prověřován, ukázalo se, že se zrakový mechanismus mezitím dokonale obnovil. Ve světle lékařské vědy se však slečna Bírová nejprve skutečně dívala „mrtvými očima“.

I já jsem Lourdy několikrát navštívil a stal se svědkem několika podobných uzdravení. Jak uvidíme ještě podrobněji v další kapitole, nelze o pravosti takových událostí v mnoha křesťanských i jiných poutních místech na celém světě vůbec pochybovat.

Příčinou uzdravení slečny Bírové není v žádném případě účinek svaté vody, ale daleko spíše reakce podvědomí, podmíněná pevnou vírou, kdy léčivá síla podvědomí působila v souladu s obsahem jejích myšlenek. Víra není nic jiného než určitá myšlenka nebo stav, který vědomí a spolu s ní také podvědomí přijmou za skutečnost. Zanedlouho se pak toto pevné přesvědčení – zcela samo a bez působení jakýchkoli dalších faktorů – uskuteční. Slečna Bírová se na cestu vydala nepochybně v radostném očekávání a v pevné důvěře, že se uzdraví. Podvědomí reagovalo patřičným způsobem a zapojilo své vždy přítomné léčivé síly. Neboť tento subjektivní duch, který oko stvořil, je samozřejmě také schopen přivést odumřelý zrakový nerv opět k životu. Co tvůrčí princip jednou stvořil, to také může vždy stvořit znovu. *Každému člověku se stane podle jeho víry.*

### **Jak předat podvědomí představu dokonalého zdraví**

Jeden můj známý protestantský farář z Johannesburgu z Jižní Afriky mi jednou vysvětlil metodu, jak předává svému podvědomí představu dokonalého zdraví. Měl rakovinu plic. Toto je doslovný citát z jeho rukopisných poznámek: „Několikrát denně jsem se snažil o naprosté duševní a tělesné uvolnění. Nejprve jsem svoje tělo oslovil takto: ‚Moje chodidla jsou uvolněná, mé kosti jsou uvolněné, moje nohy jsou uvolněné, břišní svalstvo je uvolněné, srdce a plíce jsou uvolněné, má hlava je uvolněná, celá moje bytost a mé Já jsou uvolněné.‘ Asi za pět minut jsem obvykle upadl do polospánku, kdy jsem měl před očima stále následující pravdu: ‚Dokonalost Boží se teď projevuje v mém těle. Představa dokonalého zdraví naplňuje moje podvědomí. Bůh mě stvořil podle dokonalého obrazu a moje podvědomí nyní stvoří mé tělo znovu – v naprostém souladu s dokonalým obrazem v duchu Božím.‘ Touto velice jednoduchou metodou se tomuto duchovnímu podařilo vštípit podvědomí představu dokonalého zdraví a dosáhnout senzačního uzdravení.



Také vědeckým – to znamená cíleným – využitím fantazie lze podvědomí velmi účinně předat představu dokonalého zdraví. Tak jsem jednou poradil jednomu muži trpícímu funkčním ochrnutím, že si má nejprve co nejživěji představit, jak chodí po kanceláři sem a tam, jak si sedá k psacímu stroji, zvedá telefon, krátce – jak dělá všechno tak, jak byl zvyklý, když byl zdrav. Vysvětlil jsem mu, že se myšlenka naprostého zdraví a s ním spojené představy zapíše do jeho podvědomí a budou přijaty jako skutečnost.

Vžil se do této role a přenesl se v duchu do své kanceláře. Tím si zcela vědomě vytvořil bázi pro jednoznačnou reakci svého podvědomí. Použil podvědomí vlastně jako filmu, který osvětlil příslušným obrazem. Po několika týdnech usilovného duševního tréninku, kdy se nepřetržitě snažil vstítit podvědomí svoji představu, přišel okamžik, který měl prokázat účinnost léčby. Jak bylo domluveno, nechala ho jeho žena a nemocniční sestra samotného a krátce nato zazvonil telefon. I když telefon ležel čtyři metry od jeho pojízdného křesla, podařilo se mu vstát a zvednout sluchátko. V tom okamžiku byl vyléčen: jeho podvědomí zareagovalo na duševní představy a vrátilo mu zdraví.

U tohoto muže šlo o zablokování pohybového centra. Říkal, že nemůže chodit, protože pohybové impulsy vycházející z mozku nedosáhnou k nohám. Jakmile ale zaměřil myšlenky na léčivé síly, které v člověku potenciálně existují, došlo k žádoucí reakci a schopnost pohybu se vrátila.

*„A věříte-li, dostanete všechno, oč budete v modlitbě prosit.“*

Matouš 21, 22.

## SHRNUTÍ

1. Podvědomí řídí všechny životně důležité pochody vašeho organismu a zná odpověď na všechny otázky.
2. Dejte svému podvědomí těsně před usnutím určitý příkaz a můžete se přesvědčit o jeho zázračné síle!
3. Cokoli zaznamenáte do podvědomí, vše se projeví na obrazovce času a prostoru jako životní podmínka, stav nebo událost. Proto byste měli vždy pečlivě zvážit, zda je obsah myšlenek a představ vašeho vědomého myšlení negativní či pozitivní.

4. Vzájemný vztah akce a reakce představuje všeobecně platný zákon. Účinek vychází z vaší myšlenky a protiúčinek spočívá v samočinné reakci podvědomí na tuto myšlenku. Střežte se proto negativních myšlenek!
5. Zklamání není nic jiného než důsledek neukojené žádosti. Pokud se vaše myšlenky točí stále kolem potíží, které jsou s určitou věcí spojeny, bude vaše podvědomí příslušně reagovat. Tímto způsobem sami stojíte v cestě svému štěstí.
6. Abyste mohli správně řídit rytmický a harmonický proud životního principu, probíhajícího celou vaší bytostí a vaším Já, musíte si stále s přesvědčením říkat: „Pevně věřím, že moc, která je mimo mé vědomí a která mi vtiskla toto přání, je již připravena uskutečnit ho mým prostřednictvím.“ Tato kouzelná formulka vyřeší všechny vaše problémy.
7. Starostmi, strachem a obavami můžete narušit normální rytmus srdce, plic a jiných orgánů. Naplňte své podvědomí harmonickými a zdravými myšlenkami zaměřenými na mír a pokoj, a všechny funkce vašeho organismu se brzy opět znormalizují.
8. Navykněte vědomí vidět ve vaší osobě miláčka osudu a podvědomí tuto představu věrně uskuteční!
9. Vytvořte si ve své fantazii živý obraz kýženého úspěchu a z celého srdce se z něj radujte, neboť podvědomí přijme vaše pocity a představy jako skutečnost a zrealizuje je.

---

## KAPITOLA 4 - Způsoby duševní léčby v antice

---

Vždy a všude lidé instinktivně věřili v existenci léčivé síly, která nějakým způsobem dokáže člověku vrátit normální tělesné i duševní funkce. Byli přesvědčeni, že za určitých předpokladů lze tuto tajemnou moc přivolat a zmírnit lidské utrpení. Doklady o existenci podobných názorů lze najít v historii všech národů.

V počátcích lidské civilizace to byli kněží a světcí, komu byla připisována tajemná moc léčit, případně pozitivně či negativně ovlivnit průběh nemoci. Lidé s touto „mocí“ se přitom odvolávali na sílu, kterou jim údajně propůjčil sám Bůh, a během doby se v různých částech světa vyvinuly velmi rozdílné léčebné rituály. Patřilo k nim například vzývání bohů, provázené určitými ceremoniemi nebo zpěvy. Témuž účelu sloužilo přikládání rukou, talismany, amulety, prsteny, relikvie a obrazy bohů.

Tak uměli například kněží různých antických náboženství vsugerovat svým pacientům pod vlivem drog nebo hypnózy, že je ve snu navštíví bohové a přinesou jim vyléčení. Tato forma léčby měla často úspěch; šlo tu zcela zřejmě o účinek velmi silných sugescí na podvědomí.

Tak se například bohyně Hekaté ve snu zjevovala svým příznivcům, kteří se k ní předtím za doprovodu patřičných fantastických a strašidelných ceremonií modlili. Součástí předepsaného rituálu bylo naplnit moždír ještěrkami, kadidlem a myrtou a to vše za dorůstajícího měsíce pod širým nebem rozšlapat v beztvareou hmotu. Jakkoli groteskní se může tato procedura zdát, dobové zprávy zde hovoří o značných léčebných úspěších.

Podivné procedury tohoto typu samozřejmě podněcovaly silně fantazii, takže podvědomí bylo ochotno sugesci přijímat. Vlastní léčivá síla vycházela přirozeně ve všech případech z podvědomí. V medicíně zcela neškolení léčitelé dosahovali ve všech dobách pozoruhodných úspěchů právě v těch případech, kdy lékařská věda selhávala. Nad touto skutečností bychom se měli zamyslet.

Co bylo příčinou léčivých účinků nejrůznějších kúr, které tito „divotvorci“ používali ve všech zemích světa? Probudili prostě slepou víru pacienta a ta uvedla do chodu léčivé síly podvědomí. Řada používaných metod byla tak zvláštní a fantastická, že dala fantazii nemocného přímo křídla, takže ho potom bylo možno snadno ovlivnit nejrůznějším způsobem. V takovém stavu pak sugesci samozřejmě našla úrodnou půdu a jak vědomí, tak podvědomí ji neomezeně přijaly. O tom však více v další kapitole.

## Bible hovoří o moci podvědomí

*„Věřte, že všechno, oč v modlitbě prosíte, je vám dáno, a budete to mít.“*

Marek 11,24.

Povšimněte si v tomto citátu zvláštního použití časů. Bohem osvícený evangelista nás vyzývá, abychom za skutečnost považovali a jako skutečnost přijímali, že naše přání už bylo vyslyšeno a splněno, že je „nám dáno“ – a že tak dojde také k jeho uskutečnění.

Předpokladem úspěchu této metody je důvěra a přesvědčení, že každá myšlenka, každá idea, každá představa se v duchu již uskutečnily. Neboť v duševně duchovní oblasti získává pevnou formu jen to, co je považováno za skutečnost, která v současnosti již existuje.

Záhadné poselství výše uvedeného krátkého citátu z bible je tedy třeba chápat jako stručný pokyn s jasným záměrem, abychom uměli využívat tvůrčích sil myšlenky k našim účelům tak, že podvědomí předáme přesně vykreslenou představu svého přání. Myšlenka, idea, plán nebo snažení jakéhokoli druhu mají ve sféře podvědomí zcela reálnou existenci; v duševním smyslu existují stejně skutečně jako vaše ruka, srdce nebo neživé věci hmotného světa. Při použití této metody doporučované biblí zažehňte nejprve každou rušivou myšlenku na události nebo okolnosti, které by snad mohly vést ke ztroskotání vašich plánů. Zasaďte do svého ducha myšlenku, která – pokud ji necháte nerušeně růst – vzroste jako semeno ve světě smyslů.

Nezbytná podmínka, kterou Ježíš Kristus vždy a všude zdůrazňoval, zněla: Věř! Stále znovu lze v biblí číst: *„Podle vaší víry se vám staň.“* Také ve své zahradě zaséváte osivo v pevné důvěře, že vám země vrátí očekávané květy a plody. V tom také spočívá podle zákonů přírody smysl semena. V případě víry požadované biblí jde o způsob myšlení, duševní postoj, vnitřní jistotu, podle níž klesne každá představa, kterou vaše vědomí přijme bez výhrad za skutečnou, stejně jako semeno do vašeho podvědomí a zapustí tam kořeny. V jistém smyslu znamená „věřit“ považovat za skutečnost to, co rozum a smysly popírají. Je tedy třeba vypnout omezeného, rozumově zaměřeného, analytického a objektivizujícího ducha a místo něho se spolehnout v plné důvěře na neomezenou moc podvědomí.

V Matoušově evangeliu (9,28-30) lze pro tuto skutečnost najít klasický příklad: „*A když vešel do domu, přistoupili ti slepci k němu. Ježíš jim řekl: ‚Věříte, že to mohu učinit?‘ Odpověděli: ‚Ano, Pane.‘ Tu se dotkl jejich očí a řekl: ‚Podle vaší víry se vám staň.‘ A otevřely se jim oči. Ježíš jim pohrozil: ‚Ne aby se to někdo dověděl!‘“*

Ze slov „*podle vaší víry se vám staň*“ je jasně zřejmé, že se Ježíš obracel bezprostředně k podvědomí slepců. Jejich víra spočívala v napjatém očekávání, neklamném pocitu, ve vnitřním přesvědčení, že se stane zázrak a jejich modlitby budou vyslyšeny. A tak se stalo. Neboť nejstarším lékařem na této zemi, univerzální léčebnou metodou – zcela nezávislou na příslušnosti k jakémukoli náboženství – je *víra*.

Slovy „*ne aby se to někdo dověděl*“ nabádá Ježíš vyléčené, aby o zázraku, který se jim stal, s nikým nemluvili. Skepse a pohrdavé poznámky nevěřících by totiž mohly v srdcích uzdravených zasít strach a pochybnosti, a tak Kristova slova zbavit léčivého účinku.

## **Ježíš mu pohrozil: „Umlkni a vyjdi z něho“. Lukáš 4,36.**

Nemocní, kteří hledali pomoc u Ježíše, byli vyléčení díky společné síle své a Ježíšovy víry a díky jeho znalosti podvědomých sil. On byl pln přesvědčení o pravdivosti a správnosti svých příkázání. Jeho myšlenky a myšlenky lidí hledajících u něho pomoc měly kořeny v témže všezahrnujícím podvědomí, a protože on znal jejich léčivou sílu a s nejhlubším přesvědčením ji používal, podařilo se mu změnit a vymýtit negativní, sebezničující myšlenky odrážející se v podvědomí nemocných. Vyléčení bylo dosaženo jen a jen díky automatické reakci na vnitřní proměnu. Podvědomí nemocných vyzval Ježíš formou rozhodného rozkazu, který musel nevyhnutelně vyvolat žádoucí reakci.

## **Zázraky se dějí na mnoha poutních místech po celém světě**

Zázračná uzdravení, k nimž došlo v nejrůznějších svatých místech po celé zemi, ať už v Evropě, Americe, Indii nebo Japonsku, jsou prokázanou skutečností. Já sám jsem navštívil řadu poutních míst v

Japonsku. Tak lze například vidět ve světoznámém chrámu Diabutsu obrovskou bronzovou sochu modlícího se Buddha, jehož hlava se ve svatém vytržení sklání dopředu. Socha je 13 metrů vysoká a nazývá se „velký Buddha“. Viděl jsem, jak mu mladí i staří přinášeli k nohám oběti. Zlato, rýži, pomeranče i jiné ovoce tam ležely ve velkém množství. Hořící svíčky, vůně kadidla a úpěnlivé modlitby – to všechno se spojilo v nezapomenutelný okamžik.

Náš průvodce nám přeložil modlitbu jedné mladé dívky, která právě v hlubokém předklonu kladla na obětní oltář dva pomeranče a zapalovala svíčku. Dozvěděli jsme se, že byla kdysi němá a v této svatyni opět našla hlas. Nyní děkuje Buddhovi za zázračné uzdravení. To bylo možné jen proto, že byla zcela naplněna dětskou vírou, že Buddha zařídí, aby z jejích rtů opět vycházely písně, jen když provede určitý rituál, postí se a přinese obětní dary. To v plné důvěře učinila, její podvědomí se otevřelo této neochvějně víře a přineslo toužebně očekávané uzdravení.

Dalším příkladem pro moc fantazie a neotřesitelné víry může být případ muže s tuberkulózou. Obě strany plic byly již silně zasaženy. Tu se jeho syn rozhodl, že otce vyléčí. Odcestoval do svého australského rodiště Perthu a vyprávěl otcí, že potkal mnicha, který se právě vrátil z jednoho evropského poutního místa. Ten mu za 2000 marek prodal malý kousek svatého kříže.

Ve skutečnosti vzal mladý muž pouze úlomek dřeva a klenotník ho vsadil do zlata, aby dělal dojem pravé relikvie. Syn vyprávěl svému otcí, že se už mnoho lidí vyléčilo pouhým dotekem zázračného úlomku. Dokázal probudit fantazii a víru starého muže tak silně, že mu tuto „relikvii“ vytrhl z ruky, položil si ji na prsa a začal se potichu modlit. Potom vyčerpaně usnul. Druhý den ráno byl naprosto zdrav. Klinické vyšetření zcela nezvratně dokázalo, že nemoc beze stopy zmizela.

Uzdravení samozřejmě nezpůsobil kousek dřeva, ale fantasticky probuzená vůle po uzdravení a bezvýhradná důvěra ve vyléčení. Tady se představivost spojila s vírou vycházející ze subjektivního přesvědčení a ty společně vyvolaly léčivý účinek. Otec se nikdy nedozvěděl, jaké lsti vděčí za své vyléčení, neboť toto zklamání by

snadno mohlo vést k recidivě. Ještě 15 let potom žil bez jakýchkoli zdravotních problémů a zemřel ve věku 89 let.

## **Jediná univerzální léčivá síla**

Je všeobecně známo, že nejrozličnější léčebné metody vedou často k lékařsky nevysvětlitelnému uzdravení. Z této skutečnosti lze zcela zřejmě a nevyhnutelně usoudit, že existuje nějaký – jim všem společný – princip léčby. Tato jediná a jedinečná léčivá síla spočívá v podvědomí a k němu vede jen jedna cesta: víra.

Právě teď nastal vhodný okamžik, abychom si ještě jednou uvědomili tyto základní pravdy:

1. Máte duševní schopnosti, jejichž různou formu nazýváme „vědomí“ a „podvědomí“.
2. Vaše podvědomí je vždy ovlivnitelné sugescemi a řídí všechny funkce těla.

Myslím, že čtenáři této knihy vědí o možnosti vyvolat sugescemi ve stavu hypnózy symptomy téměř všech chorob. Tak například stačí vsugerovat zhypnotizovanému, že má vysokou horečku, zimnici nebo silně zarudlý obličej a tyto tělesné projevy se okamžitě dostaví. Také tady se dá pokusná osoba bez problémů přesvědčit, že například nemůže hýbat nohama. Nebo jí můžeme postavit k nosu sklenici vody a tvrdit, že je to pepř. Následující kýčání nevyvolá samozřejmě voda, ale – jako všechny ostatní zde uvedené projevy – síla sugesce.

Dáme-li zhypnotizovanému, který je alergický na petrklíč, do ruky tužku a řekneme-li mu, že je to petrklíč, objeví se okamžitě obvyklé příznaky alergie. Existuje snad jasnější důkaz pro to, že tyto a podobné příznaky nemoci mají kořeny jen a jen v duševní představě dotyčného člověka? Ze stejného důvodu však také lze takový problém duševní cestou vyléčit.

Všichni jste jistě již někdy slyšeli o výjimečných úspěších osteopatie, chiropraxe a přírodního léčitelství. Jistě jste četli o zázračných uzdraveních, která nejrozličnější náboženské skupiny prohlašují vždy za projev milosti jejich božstva. My však teď známe onen jediný důvod, proč se všichni tito lidé tak nečekaně rychle

uzdravili. Byli vyléčeni podvědomím – jedinou skutečnou léčivou silou, kterou známe.

Když se hojí rána, můžete pozorovat působení podvědomí vlastníma očima. Podvědomí ví naprosto přesně, co je tady třeba dělat. Lékař pouze přiloží obvaz a řekne: „O ostatní se postará příroda!“ Její zákony jsou však totožné se zákonem podvědomí, jehož nejdůležitější funkcí je zachování života. Pud sebezáchovy je nejvyšším zákonem přírody. Váš nejsilnější instinkt je zároveň i nejmocnější ze všech autosugescí.

## **Rozporné teorie**

Bylo by únavné a zbytečné zabývat se zde dlouze nesčetnými teoriemi, které hlásají na jedné straně různé náboženské skupiny a sekty a na druhé straně i učitelé léčitelství. Téměř všichni poukazují na skutečně dosažené úspěchy, přičemž vlastní metodu považují za jediné správnou. Jak jsme objasnili již v předchozí kapitole, je rozporuplnost všech těchto teorií pádným důkazem pro jejich nesprávnost.

Jak sami víte, existuje nekonečné množství léčebných metod.

Franz Anton Mesmer (1734-1815), rakouský lékař působící v Paříži, věřil, že všelék našel v magnetu, a používal ho u nejrůznějších nemocí s téměř zázračným úspěchem. Při jiných kúrách používal různé kovy a druhy skla. Nakonec přestal používat jakékoli předměty a úspěch své léčby zdůvodňoval existencí takzvaného „animálního magnetismu“, který se podle jeho teorie přeléval z lékaře na pacienta.

Od té doby se spoléhal výhradně na hypnózu, která byla v jeho době pojmenována po něm „mesmerismus“. Jiní lékaři naopak konstatovali, že tu nejde o nic jiného než o sugesci. Psychiatři, psychologové, osteopaté, chiropraktici, lékaři a církve – krátce všechna společenství i jednotlivci, kteří se upsali práci v zájmu tělesného a duševního zdraví člověka, ti všichni bez rozdílu používají jediný prostředek: nekonečnou a všezahrnující moc podvědomí. A je to právě její účinek, na který by si každá léčebná metoda tak ráda dělala nárok. Základem každého léčebného procesu je ale zcela určitý, pozitivní duševní postoj, onen vnitřní postoj či způsob myšlení, kterému říkáme „víra“. Vyléčení potom vyplývá z víry v naplnění



představy, která se vštípí podvědomí jako mocná sugesce a která aktivuje všechny jeho léčivé síly. Jen podvědomí poskytuje pomoc, ať už nese jméno jakékoli techniky či metody.

Existuje jen jeden princip léčby, a tím je víra. Existuje jediná léčivá síla, a jejím pramenem je podvědomí. Zkoumejte původ této síly v klidu a nezaujatě ve světle vlastního přesvědčení. Můžete si být naprosto jisti úspěchem – stačí pouze pevně v něj věřit!

## **Názory Paracelsa**

Paracelsus, slavný švýcarský alchymista a lékař (1493-1541), byl jedním z největších léčitelů své doby. Vyslovil nám dnes dobře známý a vědecky prokázaný poznatek: „Ať je obsah tvé víry správný či nesprávný, účinek je tentýž. Kdybych snad omylem věřil v pouhou sochu svatého Petra jako v tohoto apoštola samotného, přineslo by to stejné ovoce. Je to víra, která působí pravé zázraky, a ty jsou vždy tytéž, ať už je víra správná či mylná.“

Pietro Pomponazzi, italský filozof a současník Paracelsův, vyjádřil totéž jinými slovy: „Lze si docela dobře představit, jaké zázračné účinky mohou mít síly fantazie ve spojení s vírou a důvěrou v léčitele. Uzdravení připisovaná účinku relikvií, nejsou koneckonců nic jiného než dílo jimi podnícené fantazie a víry. Mastičkáři i filozofové dobře vědí, že kdyby se údy svatého vyměnily za jakékoli jiné kosti, nemocný by na sobě pocítil stejný účinek, pokud by věřil, že jde o pravé relikvie.“

Ať už věříte v zázračný účinek údů svatého nebo léčivou sílu nějaké vody – sugestivní účinek těchto představ na vaše podvědomí bude stejný. A právě odtud a jenom odtud pramení uzdravení.

## **Bernheimovy experimenty**

Hippolyte Bernheim, v letech 1910-1919 profesor na lékařské fakultě univerzity v Nancy (Francie), zastával neústupně názor, že podvědomí představuje společný most, po němž sugesce lékaře dojde k pacientovi.

Ve své Sugestivní therapeutice hovoří Bernheim o případu ochrnutí jazyka, na které nezabírala žádná léčba. Jednoho dne řekl lékař

pacientovi, že ho může s absolutní jistotou vyléčit právě vynalezeným novým přístrojem. Nato mu dal do úst teploměr. Nemocný jej považoval za naprosto spolehlivě účinkující „nový přístroj“. Po několika okamžicích radostně zvolal, že opět může jazykem volně pohybovat.

Bernheim potom pokračuje: „Tentýž jev známe i od mnoha našich pacientů. Tak mě jednou navštívila jakási mladá dívka, která asi před čtyřmi týdny přestala úplně mluvit. Po pečlivé prohlídce jsem dospěl ke zcela jednoznačné diagnóze. Představil jsem tedy pacientku svým studentům, kteří z mých přednášek věděli, že zábrany v řeči lze někdy okamžitě odstranit sugestivním účinkem elektrošoku. Přiložil jsem póly indukčního aparátu na hrtan, několikrát jsem jimi pohnul sem a tam a řekl jsem: ‚Tak teď můžete zase mluvit.‘ A hned jsem pacientce řekl, aby vyslovila nejprve ‚A‘, potom ‚B‘ a potom ‚Marie‘. Pacientka hlásky zcela zřetelně zartikulovala a řečová porucha úplně zmizela.“

Bernheim zde podává příklad pro moc víry a důvěry, které působí na podvědomí nemocného jako silná sugesce. Na jiném místě hovoří Bernheim o tom, jak jednomu pacientovi přilepil na šíji dopisní známku a řekl mu, že je to náplast. Utvořil se puchýř, jaký často způsobuje právě náplast. I mnoho jiných lékařů z celého světa hovoří o podobných zkušenostech a experimentech, které jsou jasným důkazem toho, že sugesce může u pacienta vyvolat strukturální změny.

## **Příčina krvavých stigmat**

Ve své knize *Law of Psychic Phenomena* (Zákon psychických jevů) Hudson konstatuje: Chrlení krve a krvavá stigmata (krvácející jizvy) mohou být v řadě případů vyvolány sugescí. Tak dr. M. Bourru zhypnotizoval jednu pokusnou osobu, mladého muže, a vsugeroval mu tuto představu: „Dnes odpoledne ve čtyři hodiny navštívíte moji ordinaci, posadíte se k mému psacímu stolu, zkřížíte ruce na prsou a začnete krváct z nosu.“ Ve stanovenou dobu se objevil mladý muž, udělal, co mu lékař poručil, a z levé nosní dírky mu vyteklo několik kapek krve.

Při jiné příležitosti tentýž badatel vyznačil tupým nástrojem na levém předloktí pokusné osoby její jméno, nato tuto osobu

zhypnotizoval a řekl: „Dnes odpoledne ve čtyři hodiny usnete a na místě, kterého jsem se na vaši ruce dotkl, se objeví vaše jméno napsané krví.“ Načež byl mladý muž pozorován. Ve čtyři hodiny usnul a na jeho levém předloktí vystoupila zřetelně písmena; na několika místech dokonce prosakovala krev. Časem byla písmena stále mě zřetelná, ale ještě po třech měsících se dala snadno přechíst. Tento experiment dokazuje stejně jako řada jiných vědeckých pokusů zcela jednoznačně správnost obou našich výše uvedených zásadních tvrzení. Za prvé: Podvědomí je vždy ovlivnitelné mocí sugesce. A za druhé: Podvědomí řídí veškeré fyzické funkce, pocity a stavy.

Všechny zde vylíčené experimenty tedy dokazují velmi dramaticky a názorně, že sugesci je možné vyvolat anomální jevy. Zároveň jsou pádným důkazem pro tvrzení, že „jak člověk myslí ve svém srdci, takový je“. Přitom „srdce“ znamená podvědomí.

## SHRNUTÍ

1. Uvědomujte si stále, že vaše vlastní podvědomí v sobě skrývá jedinou skutečnou léčivou sílu.
2. Nezapomínejte: To, čemu věříte, padá jako semínko do vašeho podvědomí, zapouští tam kořeny a nese odpovídající ovoce. Stejně jako toto semínko zasadíte do svého ducha určitou představu, pevně věřte v její realizaci a ona získá skutečnou podobu.
3. Vaše myšlenka na sepsání knihy, nový vynález nebo něco podobného představuje duševní skutečnost. Proto také můžete věřit, že „vlastníte“ tuto myšlenku v reálné podobě. Věřte pevně v reálnost své ideje, svého plánu nebo vynálezu a ony se uskuteční.
4. Když se modlíte za druhého, dělejte to s jistotou, že vaše představa zdraví, krásy a dokonalostí změní negativní modely myšlení v podvědomí dotyčné osoby, a tak může způsobit zázračnou změnu.
5. Důvod zázračných uzdravení, ke kterým dochází na mnoha poutních místech, je třeba hledat v sugestivních účincích, vyvolaných fantazií a slepou vírou v podvědomí. Právě jimi je totiž podvědomí zaktivováno.
6. Všechny nemoci mají duševní původ. Neexistuje žádný tělesný jev, který by nebyl reakcí na představu vašeho ducha.

7. Hypnotickou sugesci lze vyvolat příznaky téměř všech chorob. To dokazuje moc myšlenky.
8. Existuje pouze jeden princip léčby, a tím je víra. Existuje pouze jedna léčivá síla. Jejím pramenem je podvědomí.
9. Vaše podvědomí reaguje na obsah myšlenek vašeho ducha. Odpovídající výsledek se dostaví, ať už věříte v něco správného či nesprávného. Považujte svoji víru za duševní skutečnost a všechno ostatní již přijde samo.

---

## **KAPITOLA 5 - Způsoby duševní léčby v naší době**

---

Každý samozřejmě přemýšlí o tom, jak se lze zbavit tělesných i duševních neduhů. Jak dosáhnout vyléčení? Kde hledat onu léčivou sílu? – Kdo z nás si ještě nikdy nepoložil takovou otázku? Odpověď ale zní, že tento princip léčby spočívá v podvědomí každého člověka a nemocný pouze musí změnit svůj duševní postoj, aby se uzdravil.

Žádný kněz, lidový léčitel, psycholog, psychiatr nebo lékař ještě nikdy nikoho nevyлéčili. Staré přísloví říká: „Lékař ránu zaváže, ale Bůh ji vyléčí.“ Psycholog nebo psychiatr vyléčí své pacienty zcela jednoduše tím, že odstraní duševní zábrany, které způsobily, že studna zdraví v podvědomí vyschla. Zcela stejně uvede chirurg léčivý proces do chodu tím, že odstraní fyzické překážky. Žádný lékař, chirurg nebo jakýkoli jiný mistr léčitelského umění nemůže právem tvrdit, že pacienta „vyléčil“. Existuje jediná uzdravující síla, a ta má řadu jmen – příroda, život, Bůh, tvůrčí princip, nekonečná moudrost, moc podvědomí.

Jak jsme již vysvětlili, existuje řada metod, jak odstraňovat duševní, emocionální a fyzické překážky, bránící proudění všeprosakujícího a léčivého životního principu. Pokud léčivou sílu se „sídlím“ v podvědomí usměrníte vy nebo někdo jiný do správných kolejí, může tato síla – a to se také stane – očistit ducha i tělo od všech

nemocí. Tento princip léčby působí ve všech lidech bez rozdílu původu, barvy pleti, náboženství a vyznání. Podvědomí vyléčí i rány a zranění ateisty a agnostika. Moderní metoda duševní terapie vychází ze skutečnosti, že nekonečná moudrost a moc podvědomí reagují podle toho, jakým způsobem a jak hluboce věříte. Věřící i nevěřící příznivec duševní zdravovědy následuje příkázání Písma a „uzavře se do své tiché komůrky“, to znamená, že se uvolní, osvobodí své myšlení od všeho vedlejšího a koncentruje se výlučně na nekonečný a všezahrnující princip léčby ve svém nitru. Uzavře svého ducha před všemi projevy a procesy tělesného světa a svěří v klidu a důvěře svoji záležitost podvědomí – ví, že vnitřní osvětlení mu vnukne to nejlepší řešení.

Ale nejpozoruhodnější ze všech poznatků je tento: Představte si konečný výsledek tak živě jako něco, co se již uskutečnilo, a nekonečný princip života zareaguje na vaše vědomé rozhodnutí a jasně definované přání. To je totiž pravý význam slov bible: „Věřte, že všechno, o čem v modlitbě prosíte, je vám dáno a budete to mít.“ Právě v tom spočívá terapie modlitby duševní léčby v dnešní době.

## **Jediný proces léčení**

Existuje jen jediný, všezahrnující princip léčby, který působí ve všem a v každém – v člověku, zvířeti, stromu, trávě, větru, zemi – prostě ve všem živém. Ve světě zvířat, rostlin i nerostů se tento princip života projevuje jako instinkt a zákon růstu. Avšak pouze člověk si ho dokáže plně uvědomovat a může si zajistit přístup k jeho nekonečně blahodárným účinkům tím, že svůj život usměrní s pomocí podvědomí do určitých kolejí.

Existuje řada technik a metod, jak tuto univerzální moc využít pro sebe, ale je pouze jeden proces léčby, a tím je víra. Neboť „podle vaší víry se vám staň“.

## **Zákon víry**

Všechna náboženství světa hlásají určitou víru, a ta se vykládá velmi různě. Zákon života však není nic jiného než zákon víry. V co věříte, ať už v souvislosti s vámi samotnými, se životem a univerzem? „Podle vaší víry se vám staň.“

Víra je duševní skutečnost, která podle toho, jakým způsobem myslíte, uvádí v činnost moc podvědomí ve všech fázích vašeho života. Bible nehovoří o tom, že máte věřit v nějaký rituál, ceremonii, formu, instituci, člověka či formuli – obsah vaší víry je identický s obsahem vašeho myšlení. Co si myslíte, tomu věříte. „*Všechno je možné tomu, kdo věří.*“ Marek 9,23.

Je pošetilé věřit, že existuje něco, co by vám mohlo samo o sobě škodit. Není ale rozhodující to, čemu věříte, ale že tomu věříte. Neboť všechny zážitky, činy, události a okolnosti vašeho života představují jen echo neboli reakci na vaše myšlenky.

## **Co znamená terapie modlitbou?**

Při terapii modlitbou jsou funkce vědomí a podvědomí spojeny podle vědeckých zákonů a po dobré úvaze usměrněny ke zcela určitému cíli. U vědecké modlitby musíte přesně vědět, co děláte a proč to děláte. Vkládáte svoji důvěru do zákona léčby, a právě to se projevuje v terapii modlitbou, nazývané někdy také vědecká modlitba nebo umění duševní léčby.

Zvolte si zcela určitou ideu, duševní obraz nebo plán, které si přejete uskutečnit. Danou myšlenku nebo představu vtisknete podvědomí tehdy, když je svým duševním zrakem uvidíte co nejživěji, jako by se již uskutečnily. Budete-li se s neochvějnou vírou držet této představy již splněného přání, bude vaše modlitba vyslyšena. Terapie modlitbou spočívá ve zcela určitém duševním procesu, směřuje k jasně vymezenému, konkrétnímu cíli.

Předpokládejme, že chcete touto metodou vyřešit určitý problém. Uvědomujete si, že váš problém (nemoc nebo cokoli jiného) způsobily negativní myšlenky, které se – potom co je umocnil strach – vryly do vašeho podvědomí. Na druhé straně vás těší jistota, že se svého břemene můžete zbavit, když se vám podaří vymýtit v duchu všechny černé myšlenky.

Obraťte se proto přímo na léčivou sílu svého podvědomí a vzpomeňte si na jeho nekonečnou moc, moudrost a schopnost obrátit všechno k lepšímu. Tím že budete mít tuto skutečnost neustále před očima, překonáte strach a všechny nesprávné představy, které se ve vašem duchu usadily.

Poděkujte potom za vyléčení, kterého se vám jistě dostane, a vyhněte se jakékoli další myšlence na svůj problém, až do okamžiku, kdy opět pocítíte potřebu modlitby. Během modlitby nepřipust'te žádné negativní myšlenky a pochybnosti o svém uzdravení. Tento postoj, opírající se o silnou víru, spojí vědomí a podvědomí v jeden harmonický celek, který na vás bude mít léčivý účinek.

## **Co znamená „modlitba za uzdravení“ a jak působí slepá víra?**

Takzvaná „modlitba za uzdravení“ nemá nic společného s biblickou vírou, spočívající ve znalosti vzájemných vztahů mezi vědomím a podvědomím. Člověk, jenž se modlí za uzdravení, léčí bez skutečného vědeckého poznání zde působících sil. Většinou tvrdí, že má „zvláštní dar“ léčit, ale příčinou eventuálních úspěchů není nic jiného než slepá víra nemocného.

Tak léčí medicinmani v Jižní Africe a u přírodních národů na celém světě kouzelným zpěvem a magickými tanci. Jindy je uzdravení připisováno relikvii, již se nemocný dotkl. Nejdůležitější je, aby byl nemocný bezvýhradně přesvědčen o účinnosti použitých prostředků a metod.

Jakýkoli postup, který zbavuje ducha strachu a starostí a naopak jej naplňuje pevnou vírou a očekáváním dobrého, přinese uzdravení. Existuje mnoho lidí, kteří takřka jedním dechem upozorňují na úspěchy dosažené na základě některých svých teorií a zcela neprávem se tak snaží prokázat jejich správnost.

Všimněme si alespoň jednoho příkladu slepé víry! Jistě znáte slavného lékaře, Franze Antona Mesmera. V roce 1776 prohlásil, že svých četných léčitelských úspěchů dosáhl díky umělým magnetům, kterými přejížděl po nemocných částech těla. Později od používání magnetů upustil a vyvinul teorii „animálního magnetismu“. Podle jeho názoru bylo podstatou jeho působení fluidum, naplňující celý kosmos, které se však nejsilněji projevuje právě v lidském organismu.

Tvrdil, že toto magnetické fluidum přechází od něho na pacienty a léčí je. Brzy k němu začali houfně proudit nemocní a Mesmer skutečně dosáhl mnoha pozoruhodných uzdravení.

Když se potom usadil v Paříži, jmenovala vláda vyšetřovací komisi, složenou z lékařů a členů akademie věd, k níž patřil i Benjamin Franklin. Zpráva komise sice potvrdila Mesmerovy léčitelské úspěchy, nenašla však žádné důkazy pro správnost jeho teorie fluida. Za vlastní zdroj překvapivých vyléčení považovala fantazii pacientů.

Brzy nato byl Mesmer vykázán ze země a v roce 1815 zemřel. Krátce potom se podařilo dr. Braidovi z Manchesteru vědecky prokázat, že mezi údajným magnetickým fluidem a Mesmerovými léčitelskými úspěchy neexistuje žádná příčinná souvislost. Sugesci vyvolal dr. Braid u svých pokusných osob hypnotický spánek a dosáhl u nich v tomto stavu řady obdobných projevů, u nichž Mesmer předpokládal účinky magnetismu.

Je zcela zřejmé, že pacient se uzdravil vždy díky vlivu silné sugesce na jeho fantazii a podvědomí. Protože skutečné důvody tehdy ještě nebyly známy, lze zde bez výjimky mluvit o případech slepé víry.

## **Význam subjektivní víry**

Jak jsme si již výše podrobně vysvětlili, představuje základní zákon duševního života skutečnost, že podvědomí (subjektivní duch) každého člověka je podřízeno určujícím vlivu vlastního vědomí (objektivního ducha) stejně tak jako sugestivní síle jiných lidí. Když aktivně nebo pasivně v něco určitého věříte, řídí se podvědomí – zcela nezávisle na vašem objektivním postoji – jen a jen danou sugescí a vaše přání se splní.

Duševní léčba spočívá výhradně v účinku čistě subjektivní víry. Ta se uskuteční tehdy, když vědomí (objektivní duch) potlačí všechny rozumové námítky.

Přirozeně, že v zájmu fyzického vyléčení je, aby objektivní i subjektivní přesvědčení byly totožné. Jestliže se však duševně i tělesně úplně uvolníte a podvědomí se ve stavu podobném dřímotě stane velmi vnímavé pro subjektivní dojmy, nemusí být taková bezvýhradná víra bezpodmínečným předpokladem.



Nedávno se mě zeptal jeden pán: „Jak to, že mě mohl vyléčit duchovní? Nevěřil jsem mu přeci ani slovo, když mi říkal, že neexistuje ani nemoc, ani materiální svět.“

Dotyčnému připadalo toto tvrzení naprosto absurdní a považoval je nejprve za urážku své inteligence. Přesto si lze jeho uzdravení snadno vysvětlit. Byl vyzván, aby se chvilku choval zcela pasivně, aby nemluvil a ani na nic nemyslel. Potom u něho duchovní vyvolal stav transu a sugeroval jeho podvědomí nepřetržitě asi půl hodiny, zcela klidně a pokojně, že se tělesně i duševně zcela uzdravil a že vede naprosto vyrovnaný a harmonický život. Nemocný najednou pocítil nesmírné ulehčení a byl okamžitě zdrav.

Tím, že se podřídil příkazům duchovního a zcela pasivně se poddal jeho léčbě, začala pracovat subjektivní víra, která otevřela jeho podvědomí léčivým sugescím duchovního. Tak došlo k přímému spojení, raportu mezi podvědomím léčitele a pacienta.

Úspěch léčby tedy nijak negativně neovlivnila protikladná autosugesce pacienta, spočívající v jeho objektivních pochybnostech o léčivé síle a teorii duchovního. Ve stavu dřímoty se totiž odpor vědomí omezí na minimum a tak už nestojí úspěšné léčbě nic v cestě. Protože podvědomí pacienta bylo vydáno zcela na milost a nemilost moci cizí sugesce, reagovalo příslušným způsobem a pacienta v tomto případě vyléčilo.

## **Podstata a účinek léčby na dálku**

Předpokládejme, že vaše matka, žijící v jiném městě, těžce onemocněla. V takovém případě by byla okamžitá fyzická pomoc vyloučená, přesto byste ale mohli pomoci silou modlitby. Neboť otec, který ve vás přebývá, přinese radu a pomoc.

Tvůrčí zákon ducha působí vždy a stále ve váš prospěch. Protože podvědomí reaguje zcela automaticky, spočívá léčba na dálku prostě v tom, že zaměříte myšlenky i pocity na představu zdraví a harmonie. Protože existuje jen jedno, všem společné tvůrčí podvědomí, bude představa sdělená vašemu podvědomí působit i na podvědomí matky. Vaše myšlenky zdraví, vitality a dokonalosti se přenesou univerzálním podvědomím k jejímu podvědomí a tak vyvolají zákonitý duševní proces, který přinese uzdravení.

Tento duševní proces není nijak časově ani prostorově omezen, a proto také nehraje žádnou roli, kde matka právě žije. Na základě všudypřítomnosti univerzálního ducha bychom zde tedy vlastně neměli hovořit o léčení na dálku, které by snad mohlo být chápáno jako protiklad k terapii prováděné osobně na místě. Nemusíte být přitom myšlenkami stále daleko u své matky; léčba spočívá spíše v dynamické síle živých představ zdraví, blaha a uvolnění, které se přenesou do matčina podvědomí a tam začnou žádoucím způsobem působit.

Další případ je typickým příkladem takzvané léčby na dálku. Jedna posluchačka mé rozhlasové relace, žijící v Los Angeles, měla v New Yorku matku, která trpěla těžkou trombózou. Modlila se za ni těmito slovy: „Duševní síla je všudypřítomná a obklopuje v dálce také moji matku. Její fyzické utrpení je věrným obrazem jejích obvyklých představ a myšlenek. Duch promítá tyto obrazy na tělo, jako by to bylo filmové plátno. Abych změnila průběh věcí, musím tedy založit nový film. Můj duch přejímá úlohu projektoru a já nyní vysílám představy, jimiž se matka opět zcela vyléčí. Tatáž nekonečná síla, která stvořila tělo mé matky se všemi jeho orgány, teď prostoupí a vyléčí každý atom její bytosti; mír a harmonie zavládne v každé buňce jejího těla. Božské vnuknutí osvíti ošetřující lékaře a každá ruka, která se dotkne těla mé matky, přinese požehnání a uzdravení. Vím, že ve skutečnosti neexistuje žádná nemoc, neboť jinak by se nemohl nikdo vyléčit. Spojuji se s nekonečným principem lásky a života a vím, že tyto myšlenky přinesou mé matce harmonii, zdraví a pokoj.“

Opakovala tuto modlitbu několikrát denně a za několik dní se matčin stav – k obrovskému překvapení ošetřujícího lékaře – neuvěřitelně zlepšil. Vyjádřil jí svůj obdiv, že dokáže tak pevně věřit v Boží všemohoucnost. Přesvědčení a představy její dcery uvedly do pohybu zákonitý tvůrčí duševní proces, který v těle obnovil zdraví a harmonii. Uzdravení, které dcera v duchu považovala za již existující skutečnost, na sebe nenechalo dlouho čekat.

## **Kinetická síla podvědomí**

Jeden můj přítel psycholog se dal zrentgenovat a ukázalo se, že pravá plíce je již značně zasažená tuberkulózou. Zvykl si opakovat

každý večer před spaním s neochvějným přesvědčením tuto myšlenku: „Každá buňka, každý nerv, celá tkáň a každý sval mých plic se ihned očistí a vyléčí z každé nemoci. Zdraví a rovnováha mého organismu se znovu zcela obnoví.“

Toto sice není doslovný citát, ale smysl formulace zůstal zachován. Asi za čtyři týdny rentgen ukázal, že po onemocnění nezůstala ani stopa.

Protože jsem se chtěl něco dozvědět o jeho metodě, zeptal jsem se, proč se těmito pozitivními úvahami zabýval právě před spaním. Odpověděl: „Kinetický účinek podvědomí trvá po celou dobu spánku. Proto by se měl člověk právě v tuto dobu zabývat pozitivními myšlenkami.“ Toto je velmi moudré poznání, protože kdo se koncentruje na představy harmonie a naprostého zdraví, vyhýbá se tak zároveň jakékoli myšlence na utrpení.

Proto vám kladu důrazně na srdce, abyste o svých trápeních nehovořili, ani je nepojmenovávali. Čím více pozornosti jim totiž věnujete a čím více se jich bojíte, tím většího rozměru nabudou. Zacházejte tedy se sebou jako můj přítel psycholog, to znamená jako chirurg operující lidského ducha: odstraňte rozhodným řezem veškeré negativní myšlení, tak jako se odříznou suché větve na zdravém stromě.

Pokud v životě stále pozorujete své utrpení a jeho příznaky, bráníte kinetickému působení podvědomí a plnému rozvinutí jeho léčivé síly. Vzhledem k síle ducha, působící podle daných zákonů, se navíc mohou vaše představy snadno stát realitou. Přijde to, čeho se nejvíce bojíte. Naplňte proto svého ducha velkými pravdami života a krácejte vpřed ve světle lásky.

## SHRNUTÍ

1. Mějte vždy na paměti to, co vám skutečně přinese uzdravení. Buďte pevně přesvědčeni, že budete-li správně ovlivňovat své podvědomí, postarají se jeho síly o uzdravení těla i duše.
2. Sestavte si přesný plán, jak sdělíte podvědomí svá přání a příkazy.

3. Vymalujte si splnění svého přání těmi nejasnějšími barvami a považujte ho již za uskutečněné. Kdo nepostrádá výdrž a koncentraci, nemusí na úspěch dlouho čekat.
4. Zamyslete se nad tím, co skutečně znamená slovo „víra“: je to myšlenka existující ve vašem duchu. A každá myšlenka má tvůrčí sílu uskutečnit se.
5. Bylo by pošetilé věřit, že by vám nemoc nebo cokoli jiného mohlo uškodit nebo přinést bolest. Nedejte se ničím odvést od své pevné víry v dokonalé zdraví, úspěch, pokoj, blahobyt a Boží řízení.
6. Zvykněte si myslet na velké a ušlechtilé věci a vaše myšlenky se změní ve velké a ušlechtilé činy.
7. Využívejte nekonečné moci modlitby. Udělejte si přesný plán, zformulujte si přesnou ideu, nakreslete si duševní obraz. Prostřednictvím svého ducha a fantazie se ztotožněte s onou představou, zachovejte si správný duševní postoj a vaše modlitba bude vyslyšena.
8. Myslete vždy na to, že moc léčit se projeví tomu, kdo po ní touží a správným způsobem v ni věří. Víra přitom znamená znát funkci a působení vědomí a podvědomí. Správná víra přijde teprve se správným poznáním.
9. „Slepě věří“ ten, kdo bez vědecké znalostí zde působících sil a moci dosahuje uzdravení.
10. Naučte se modlit za nemocné, kteří žijí ve vaší blízkosti. Zklidněte se, uvolněte tělo i ducha a soustřeďte své myšlenky na zdraví, vitalitu a dokonalost. Prostřednictvím všudypřítomného subjektivního ducha budou vaše myšlenky předány podvědomí blízkého přítele nebo rodinného příslušníka, kde vyvolají proces uzdravení.

---

## KAPITOLA 6 - Praktické použití duševní terapie

---

Každý inženýr ovládá techniky a metody nutné pro stavbu mostu nebo stroje. Zcela podobně zná i váš duch určitou techniku, s jejíž pomocí bdí nad vaším životem a usměrňuje ho do příslušných drah. Zvládnutí těchto metod a technik má prvořadý a rozhodující význam. Inženýr pověřený stavbou mostu Golden Gate, měl skvělé odborné znalosti. Kromě toho si dokázal vytvořit přesný obraz tohoto mostu, který se odvážně přešel z jednoho břehu na druhý. S použitím pevně daných, vědecky ověřených metod postavil most, po němž dnes přejíždíme záliv v San Francisku. Také při modlitbě je třeba respektovat určitá pravidla, pokud má být vyslyšena. Přitom jde o zcela určitý vědecký proces. V našem světě, který se zakládá na zákonu a řádu, se nic neděje čistě náhodně. Následující stránky vám objasní některé praktické techniky, které obohatí a zdokonalí váš duševní a duchovní život. Vaše modlitby nesmějí volně plout vzduchem jako balón, ale musí dospět k cíli a žádoucím způsobem ovlivnit váš život. Přesnější analýza modlitby nám odhalí překvapivé množství možných technik a metod.

Čistě formální a rituální modlitby, představující součást bohoslužby, zde ponecháváme stranou, protože mají význam pouze jako společné náboženské cvičení. V této knize se zabýváme výhradně osobní modlitbou, kterou užíváme v každodenním životě, když prosíme o pomoc pro sebe i druhé.

V modlitbě formulujeme určitou myšlenku nebo přání se zcela určitým cílem. Modlící se hledá výraz pro palčivou tužbu svého srdce. A ještě jedna důležitá skutečnost: přání a modlitba jsou totožné. Jako modlitbu formulujete své nejdůležitější potřeby, nejnaléhavější přání. „*Požehnaní, kdo hladovějí a žíznivěji po spravedlnosti, neboť ti budou nasyceni.*“ To je skutečná modlitba: hlad a žízeň člověka po míru, harmonii, zdraví, radosti a všech ostatních požehnáních života.

## **Technika myšlenkového ovlivňování podvědomí**

Tato technika spočívá v podstatě v tom, že přimějeme podvědomí, aby přijalo přání, jež mu předá vědomí. Podvědomí je nejvnímavější ve stavu transu. V hlubokých vrstvách ducha přebývá nekonečná moudrost a moc. Promyslete si tedy v klidu své přání a buďte přesvědčeni, že od tohoto okamžiku se blíží jeho naplnění. Počínejte si jako malé děvčátko, které mělo silný kašel a bolestivý zánět krku a prohlašovalo stále znovu s naprostým přesvědčením: „Moje nachlazení již odchází. Moje nachlazení již odchází.“ Za hodinu příznaky nemoci skutečně beze stopy zmizely. Používejte tuto techniku se stejně pevnou dětskou důvěrou.

## **Podvědomí přijme každý přesně nakreslený plán**

Kdybyste chtěli postavit pro svoji rodinu dům, vypracovali byste jistě velice detailní plán a pečlivě byste dohlíželi na jeho dodržování. Dbali byste i na výběr materiálu a použili byste jen suché dřevo, bezvadnou ocel – zkrátka to nejlepší. Jak je to ale s domovem vašeho ducha a vašimi plány na šťastný a materiálně zajištěný život? Všechny okolnosti a události, prostě úplně všechno ve vašem životě, závisí na kvalitě duševních stavebních kamenů, z nichž chcete zbudovat domov svého ducha.

Jestliže se ve vašem návrhu odráží strach, starost, úzkost a nedostatek, a jestliže jste sami sklíčení, plni pochyb a cynismu, rozbují se ve vašem duchu starost, napětí, obavy a negativní pocity všeho druhu.

Každý bdělý okamžik, který věnujete stavbě ducha své bytosti, má pro váš život velmi zásadní a dalekosáhlý význam. Nevyslovené slovo není slyšet a vidět – přesto ale ve skutečnosti existuje. Bez ustání vlastně stavíte domov svého ducha. Vaším stavebním materiálem jsou myšlenky a představy. Každou hodinu a každou sekundu můžete využít k tomu, abyste si z myšlenek, idejí a představ, jejichž scénický sled se odehrává výlučně na jevišti vašeho ducha, vybudovali život plný zdraví, úspěchu a štěstí. V dílně svého ducha modelujete svoji osobnost a identitu na rovině tohoto pozemského bytí. Tímto způsobem zanecháváte světu stopy své životní historie.

Sestavte si nový plán. Provádět ho můžete v naprosté tichosti tím, že své myšlenky od tohoto okamžiku soustředíte výhradně na pokoj, harmonii, radost a ochotu konat dobro. Když váš vnitřní zrak spočine na těchto požehnáních a když je budete považovat za vlastnictví, na něž máte nárok, dáte podvědomí impuls k přijetí nového plánu a položíte základy k uskutečnění svých snů. „A tak je poznáte po jejich ovoci.“ (Srov. Matouš 7,16; Lukáš 6,44.)

## **Správná modlitba jako věda a umění**

Slovo „věda“ je zde použito ve významu znalosti, tj. znalosti uceleného systému, který funkčně spojuje a řadí vedle sebe několik skutečností. Budeme se tedy věnovat „správné modlitbě jako vědě a umění“, jak říká název této podkapitoly. Přitom máme na mysli postupy a techniky, jejichž prostřednictvím můžete využít pro sebe i pro druhé existenci základních zákonů života. Tutéž možnost máte nejen vy, ale i všichni ostatní lidé, kteří určitým způsobem věří. „Uměním“ chápeme vámi zvolenou metodu, která vychází z vědeckého poznání tvořivé síly podvědomí a jeho reakce na představy a myšlenky.

## **„Proste, a bude vám dáno; hledejte, a naleznete; tlučte, a bude vám otevřeno.“ Matouš 7,7.**

Tato slova vám ukazují možnost splnění všech vašich přání. Dveře se otevřou na vaše zaklepání a vy najdete, co jste hledali. Bible nepřipouští žádné pochybnosti o existenci jasných duševních a duchovních zákonů. Nekonečná moudrost podvědomí bude vždy a přímo reagovat na vaše vědomé myšlení. Kdo prosí o chléb, nedostane kámen. Vyslyšena však bude jen modlitba přicházející z věřícího srdce. Cesta ducha vede od myšlenky k předmětu. Bez již existující představy se tedy působení ducha nemůže rozvinout, protože nemá ani směr, ani cíl. Předmět vaší modlitby – která je, jak víme, duševní činností – musí již být přítomný jako jasná představa, neboť jinak nemůže podvědomí přání ani uchopit, ani tvůrčím způsobem zrealizovat. Váš duch tedy musí být ve stavu dokonalé, ničím neomezené připravenosti, víry a poddajného odevzdání.

Tento způsob duševního uvažování musí být v souladu s pocitem vnitřní radosti a klidu, vyplývajících z naprosto jistého očekávání úspěchu. Předpokladem modlitby ve smyslu umění a vědy je tedy poznání a bezvýhradná důvěra, že vědomý myšlenkový proces vyvolá příslušnou reakci podvědomí, jež tvoří jednotu s nekonečnou moudrostí a mocí. Budete-li se přesně řídit touto metodou, dočkáte se vyslyšení svých modliteb.

## **Technika obrazné představy**

Nejjednodušší a přímý způsob, jak si zpřítomnit určitou myšlenku, je představit si ji jako obraz a ten zachytit duševním zrakem tak živě, jako byste dotýčný předmět skutečně viděli. Naše oko může pozorovat, co existuje ve viditelném světě. Něco podobného platí i pro duševní zrak. Jediný rozdíl spočívá v tom, že duševní zrak zkoumá oblasti ducha, které jsou pro lidské oko neviditelné. Vaše sny se skládají z obrazů vaší fantazie a dokládají tak existenci neviditelného. Produkty vaší fantazie mají stejně skutečnou existenci jako kterákoli část vašeho těla. Idea a myšlenka reálně existují, a pokud se budete pevně a neomylně držet svých představ, získají jednoho dne materiální podobu v tělesném světě.

Proces myšlení zanechává duševní vjemy, které časem nabudou pevného tvaru a vstoupí jako určitá událost do vašeho života. Architekt má přesnou představu o domě svých snů; ještě dříve, než se poprvé zvedne lopata, ho před sebou vidí v konečné podobě. Stejně tak se obrazy jeho fantazie a myšlenkových pochodů stávají pro stavbu jakousi lící formou. Tužka zachytí viditelně jeho myšlenky. Stavitel obstará potřebný materiál, dělníci postaví budovu a už je tu hotová budova – v naprostém souladu s představou stavitele a architekta.

Zvláště před veřejnými přednáškami rád používám techniky obrazné představy. Udělám si pořádek v záplavě svých myšlenek, abych mohl nerušeně předat podvědomí konkrétní obrazy a představy. Potom si představím přednáškový sál, naplněný až do posledního místa muži a ženami, a ty všechny prozařuje v nich přebývající blahodárná síla. Vidím je před sebou, prostě jakéhokoli utrpení, zářící štěstím.



Když si tento obraz vymaluji do všech podrobností, snažím se pevně si ho udržet a slyšet v duchu šťastné výkřiky, jako například: „Jsem vyléčen!“ – „Cítím se báječně!“ – „Na místě jsem se uzdravil!“ – „Zcela jsem se proměnil!“ atd. Těmto představám se asi deset minut oddávám s neochvějným přesvědčením a jistým vědomím, že duch i tělo mých posluchačů jsou prochnuty láskou, zdravím, krásou a dokonalostí. Tento stav vědomí dosáhne takové životnosti, že se mi zdá, jako bych skutečně slyšel množství hlasů, které hlasitě jásají nad nečekaným darem štěstí a zdraví. Nakonec nechám tento obraz pomalu vyblednout a jdu k řečnickému pultu. Téměř vždy za mnou po přednášce přijde několik posluchačů a zářice štěstím mě ujišťují, že byly jejich modlitby vyslyšeny.

## Filmová metoda

Číňané říkají: „Obraz má větší cenu než tisíc slov.“ William James, zakladatel americké psychologie, poukazoval na to, že podvědomí uskuteční každý obraz, který si člověk s jistotou a neochvějnou důvěrou představuje. „Čiň tak, jako bych byl již zde, a já zde budu.“

Před několika lety jsem absolvoval přednáškovou cestu po řadě států na Středozápadě. Často jsem toužil po nějakém výhodně situovaném bydlišti, odkud bych se mohl rychleji dostat ke všem lidem, kteří potřebují pomoc. S tímto přáním jsem urazil spoustu kilometrů. Jednou večer ve Spokane, ve státě Washington, jsem se vrátil do svého hotelového pokoje, uvolněně jsem se natáhl, vypnul všechny vědomé myšlenky a představoval si v tomto zcela pasivním stavu klidu, že stojím před posluchači, které oslovuji těmito slovy. „Mám radost, že jsem tady. Za tuto ideální příležitost jsem se modlil.“ Tito imaginární posluchači se před mým duševním zrakem vynořili tak živě, jako by opravdu byli v mé blízkosti. Zároveň jsem viděl sama sebe jako hlavního představitele reálného filmu a byl jsem naplněn přesvědčením, že se obrazy mé fantazie přenesou do podvědomí, které se způsobem pro ně vlastním postará o jejich uskutečnění. Když jsem se druhý den probudil, naplnil mě nekonečný pocit míru a uspokojení. Za několik dní jsem dostal telegram s prosbou, abych se ujal řízení jedné organizace na Středozápadě. S radostí jsem se chopil

příležitosti, po níž jsem toužil, a po řadu let jsem se potom věnoval lukrativní a zároveň i nesmírně uspokojující činnosti.

Tato metoda vyvolala velký ohlas mezi mnoha lidmi hledajícími radu, a právě oni sami ji nazvali „filmovou metodou“. Po svých přednáškách a rozhlasových vysíláních jsem každý týden dostával četné dopisy, kde mě pisatelé informovali o výjimečném úspěchu této techniky při prodeji nemovitostí. Proto bych chtěl poradit každému, kdo právě prodává nějakou nemovitost, aby se nejprve přesvědčil o přiměřenosti požadované ceny. Dále je třeba mít pevnou víru, že nekonečná moudrost k vám přivede kupce, který si vždy přál právě takový dům nebo pozemek, jaký mu nabízíte vy, a tato možnost koupě ho naplní nadšením. Potom byste se měli tělesně i duševně úplně uvolnit v jakémsi polospánku, v němž se veškeré vědomé úsilí omezí na minimum. Fantazie přitom musí zůstat v činnosti. V duchu máte radostně držet v rukou utržené peníze a děkovat z celého srdce za tento příznivý vývoj událostí. Do této role se je třeba co nejintenzivněji vžít a splnění přání si vymalovat co nejsilnějšími barvami. Zvláště vhodná je k tomu doba těsně před usnutím. Je třeba počínat si v duchu tak, jako byste prožívali skutečnost. Jen potom totiž podvědomí přijme a zrealizuje vaši představu. Představa, které se v duchu vytrvale a s vírou držíte, se naprosto jistě uskuteční.

## **Baudoinova technika**

Charles Baudoin byl profesorem na Rousseauově institutu ve Francii. Byl to vynikající psychoterapeut a vedl výzkumné oddělení nové terapeutické školy v Nancy. Již v roce 1910 učil, že podvědomí lze nejsnáze ovlivnit ve stavu podobném spánku, kdy se vědomé úsilí omezí na minimum. Když jednou vyvolal sám u sebe takový naprosto pasivní stav, vnuknul podvědomí čistě duševní koncentrací představu, která se měla stát realitou. Shrnul svoji metodu takto: „Nejsnáze a nejúčinněji lze podvědomí vsugerovat žádoucí představu, když ji stručně zformulujeme do krátké, lehce zapamatovatelné věty, kterou si potom jako ukolébavku stále opakujeme.“

Před několika lety byla jedna mladá dáma v Los Angeles zapletena do zdoluhavého procesu o dědictví. Její manžel jí zanechal veškerý majetek, ale synové a dcery z prvního manželství se snažili všemi

prostředky, aby byla tato závěť prohlášena za neplatnou. Taková byla situace, když se dozvěděla o Baudoinově technice. Podle jeho pravidel se posadila do pohodlné židle, tělesně i duševně se uvolnila, přenesla se do stavu polospánku a shrnula jádro své záležitosti v této jednoduché větě: „Boží vůle nastolí pořádek.“ Tím chtěla říci, že nekonečná moudrost, přítomná v zákonech podvědomí, věci harmonicky a ve smíru uspořádá. Po deset večerů si vždy v polospánku opakovala pomalu, klidně a s citem tutéž větu: „Boží vůle nastolí pořádek.“ A s pocitem nekonečného míru se ponořila do hlubokého spánku. Když se jedenáctého dne ráno probudila, probíhal jejím tělem nevýslovný pocit blaha. Už neměla pochybnosti: Boží vůle nastolila pořádek. Ještě téhož dne se dozvěděla od svého právníka, že se protistrana chce dohodnout na vyrovnání. Proces byl brzy nato ukončen smírem, který si tato paní tolik přála.

## **Technika spánku**

Každé vědomé úsilí v polospánku do velké míry ustává. Právě v okamžiku těsně před usnutím a bezprostředně po probuzení je vědomí neaktivnější, a dveře k podvědomí jsou otevřeny dokořán. V tomto stavu se také nemohou příliš prosazovat negativní myšlenky, které jinak oslabují dynamickou sílu přání a brání podvědomí, aby je přijalo.

Předpokládejme, že se chcete zbavit škodlivého zvyku. Zaujmete pohodlnou pozici a uvolníte tělo i ducha. Dostanete se do jakéhosi polospánku a potom si plni vnitřního i vnějšího klidu budete opakovat tutéž myšlenku, jako byste se jí chtěli ukolébat do spánku: „Úplně jsem se zbavil svého zvyku; znovu jsem získal neomezenou vnitřní rovnováhu a pokoj duše.“ Opakujte si tuto větu pomalu, klidně a s citem každé ráno i večer asi pět minut. Emocionální účinek slov bude stále silnější. Jakmile jste v pokušení upadnout opět do starého zlozvyku, hlasitě si tuto větu zopakujte. Tímto způsobem přimějete podvědomí přijmout svoji myšlenku a zanedlouho se škodlivého zvyku úplně zbavíte.

## Technika díku

Svatý Pavel nám v bibli doporučuje, abychom svá přání vyslovovali s díkem a chválou. Tato technika modlitby se sice zdá velmi jednoduchá, ale vždy vede k mimořádným úspěchům. Díkem naplněné srdce je tvůrčím silám vesmíru zvláště otevřené a kosmický zákon akce a reakce vyvolává účinek, přinášející netušená pozhledání.

Uveďme si třeba takovýto příklad: Mladý muž, jemuž otec slibuje jako odměnu za složení těžké zkoušky auto, se chová zcela tak, jako by dárek už dostal. Je vděčný a šťastný. V této důvěře a očekávání žije – duševně se toto auto již stalo jeho vlastnictvím – a on se z něj těší a je vděčný.

Na jiném příkladě bych teď chtěl ukázat, jak úspěšná tato technika může být. Jeden můj známý, pan Broke, mi jednou řekl: „Hromadí se mi nezaplacené účty, jsem bez místa, mám tři děti a finančně jsem na dně. Co dělat?“ Asi tři týdny si pravidelně opakoval každé ráno a večer tato slova: „Otče, děkuji ti za svůj blahobyť.“ Takto s naprostým uvolněním a vnitřním klidem děkoval Bohu. Přitom oslovoval nekonečnou moudrost a moc ve svém nitru, jako by to byl člověk. Samozřejmě dobře věděl, že nekonečného tvůrčího ducha nelze uchopit lidskými smysly. Duševním zrakem si tedy představoval živý obraz materiálního nadbytku. Tento produkt jeho fantazie přinese žádoucí účinek – vhodné místo, potraviny i dost peněz. Své myšlenky i pocity soustřeďoval výlučně na představu materiálně zajištěného života. Trvalé opakování slov „děkuji ti, otče“ ho naplnilo pevnou důvěrou v budoucnost. Zároveň se zbavil pocitu sklíčenosti, který v něm mohla jeho situace snadno vyvolat. Věděl, že když bude ve svém srdci neochvějně a vděčně zachovávat tento postoj, jeho duch si zvykne na materiální jistotu a blahobyť. A přesně to se stalo. Potkal na ulici svého někdejšího zaměstnavatele, kterého neviděl už dvacet let. Ten mu nabídl velmi dobře placené místo a hned mu podal 500 dolarů. Dnes je pan Broke viceprezidentem společnosti. Nedávno mi řekl: „Nikdy nezapomenu na zázračnou sílu své děkovné modlitby, protože jsem ji sám zažil.“

## Technika pozitivního tvrzení

Tato technika vyplývá ze smyslu slov: „Ať modlitba není nějakým nesmyslným koktáním.“ Vlastní moc pozitivního tvrzení spočívá v rozvážném konstatování objektivních pravd. Tři a tři je šest – a ne sedm, jak snad může nějaký hoch špatně „spočítat“ a pod vedením učitele pak uznává svůj omyl. Skutečnost, že tři a tři je šest, nepředstavuje snad nějaké učitelovo tvrzení, ale matematický zákon. Chlapec tedy přiznává objektivní matematickou pravdu a ne jakési subjektivní přesvědčení učitele.

Tak je zdraví v lidském životě normálním stavem, zatímco nemoc je abnormální. Zdraví je reálný stav bytí. Jakmile tedy budete u sebe i svých bližních pevně konstatovat zdraví, harmonii a pokoj a budete mít stále před očima skutečnost, že tu jde o univerzální principy bytí, pevné přesvědčení o této pravdě zkoriguje negativní formy chování vašeho podvědomí.

Úspěch této afirmativní metody – kterou věřící člověk provádí opět modlitbou – závisí na tom, zda se budete držet pouze principů života a nedáte se oklamat vnějším zdáním. Můžeme předpokládat, že existuje určitý matematický zákon, ne však zákon omylu, nebo také zákon pravdy, ne však zákon nepravdy. Představte si, že by neomezeně vládl princip pochopení, a nebyla by nevědomost; že by tu byl princip harmonie a žádné rozpory. Tak opravdu existuje zákon zdraví, ale není tu žádný princip, jehož cílem by byla nemoc; a tak skutečně vládne princip nadbytku a ne chudoby.

Sám jsem tuto afirmativní metodu používal, když byla moje sestra v jedné anglické nemocnici na operaci žlučníku. Klinická a rentgenologická vyšetření ukázala nezbytnost tohoto zákroku. Prosila mě, abych se za ni modlil. Čistě zeměpisně nás dělilo asi deset tisíc kilometrů. Princip ducha však nezná ani prostor, ani čas. Nekonečný, všudypřítomný duch se projevuje ve své celistvosti v jakékoli době a na kterémkoli místě.

Pečlivě jsem se vyhýbal každé myšlence na příznaky nemoci a na tělesnou existenci své sestry vůbec. Potom jsem si zformuloval toto pozitivní tvrzení: „Tato modlitba je za moji sestru Kateřinu. Má sestra je naprosto uvolněná, v míru se sebou i se světem, vyrovnaná, plná klidu a pohody. Léčivá moudrost podvědomí, které stvořilo její tělo,

ted' uvádí každou buňku, každý nerv, všechny tkáně, svaly, kosti i každý atom jejího organismu opět do souladu s dokonalým obrazem, který je uchován v jejím podvědomí. Veškerá negativní zaujatost jejího podvědomí bude ve vši tichosti umlčena a celým sestřiným tělem začne pronikat životní princip v jeho vitalitě, celistvosti a kráse. Její bytí a bytost jsou otevřeny proudění léčivé síly, která tak může probíhat celým organismem a naplnit ji novým zdravím, harmonií a mírem. Všechny nedobré myšlenky a ošklivé představy se rozplynou v nekonečném proudu lásky a míru. Stane se tak a nejinak.“

Toto své hluboké přesvědčení jsem si několikrát denně opakoval. Za dva týdny lékaři s údivem konstatovali neuvěřitelné uzdravení, které potvrzoval i rentgenový snímek.

„Tvrdit“ zde neznamená nic jiného než konstatovat, že je něco tak a ne jinak. Pokud si pevně zachováváme tento postoj – i když snad odporuje vnějšímu zdání –, bude modlitba vyslyšena. Myslící člověk konstatuje skutečnosti. Také negace je konstatování. Kdo opakuje určité tvrzení s vědomým záměrem, uvede svého ducha do stavu vědomí, kdy jsou všechna konstatování přijímána jako pravda. Držte se neochvějně pravd života a opakujte si je tak dlouho, dokud nepřijde odpovídající reakce podvědomí.

## **Metoda důkazu**

Název této techniky hovoří sám za sebe. Vychází z metody dr. Phinease Parkhursta Quimbyho. Dr. Quimby, průkopník duševní a duchovní léčby, žil a pracoval asi před 100 lety v Belfastu, ve státě Maine. Jeho memoáry vydal r. 1921 Horatio Dresser u společnosti Thomas Y. Crowell Company v New Yorku. Tato kniha obsahuje mimo jiné i novinové zprávy o pozoruhodných léčitelských úspěších tohoto muže, kterému se říkalo „prosebník za zdraví“. Quimbymu se podařila řada podobných zázračných uzdravení, jaká popisuje bible. Metoda důkazu spočívá podle Quimbyho v logické argumentaci, jíž člověk přesvědčí sám sebe nebo pacienta o tom, že jeho nemoc není ničím jiným než důsledkem nesprávné víry, bezdůvodných obav a negativních myšlenek a představ. Jen ten, komu je naprosto jasná vlastní souvislost věcí, bude umět pacienta přesvědčit, že nemoc a utrpení nejsou ničím jiným než tělesným projevem destruktivního

myšlení, které vzhledem k nesprávné víře ve vnější příčiny nabývá podobu nemoci. Tomuto stavu lze však změnou myšlení rychle udělat konec.

V souladu s tím je tedy třeba nemocnému objasnit, že uzdravení může přijít tehdy, když změní svůj duševní postoj. Dále musí nemocný pochopit, že jeho tělo i všechny orgány vytvořilo podvědomí. Kdo by však mohl více vědět o svém výtvoru než tvůrce sám? Proto také podvědomí dokáže nejlépe odstranit poruchu. Léčivý účinek přichází už v okamžiku, kdy jsou tato slova vyslovována. Před soudcovskou lavicí ducha se vlastně obhájí skutečnost, že nemoc je pouze stínem chorobného světa představ. Je třeba ukout řetězec důkazů – pokud možno bez chybějících článků – prokazující existenci této vnitřní léčivé moci, která stvořila všechny orgány a proto má k dispozici dokonalý vzor každé buňky, každého nervu a tkáně. Dále je třeba učinit na kritickém soudu ducha rozhodnutí – rozsudek k vašemu prospěchu či ku prospěchu dotyčného pacienta. Vírou a schopností duševně se do něho vcítit ho osvobodíte od jeho utrpení. Vaše důkazy jsou nesmírně přesvědčivé, a protože zde existuje jen jeden, všem lidem společný duch, vaše přesvědčení se přenesou na pacienta a začne blahodárně působit. Tato léčebná metoda odpovídá v hlavních rysech terapii, kterou v letech 1849-1869 používal dr. Quimby.

## **Absolutní metoda**

Mnoho lidí na celém světě používá velmi úspěšně této formy terapie modlitbou. Člověk, který se ujal léčby, vysloví jméno pacienta a oddává se úvahám o Bohu a jeho vlastnostech. Říká si třeba tato slova: „Bůh je zdrojem požehnání, Bůh je nekonečná láska, porozumění, nekonečná moc, moudrost, dokonalá harmonie, Bůh je dokonalý!“ Síla této tiché meditace pozvedne jeho vědomí na novou rovinu a naladí ducha na jinou vlnovou délku. Cítí, jak Boží láska smývá v duchu a těle pacienta všechno, co je s nimi neslučitelné, jak se všechno zlé a negativní rozplývá, jak mizí utrpení a starosti.

Tuto metodu absolutní modlitby lze porovnat s terapií ultrazvukem, kterou nedávno předvedl jeden slavný lékař v Los Angeles. Používá přístroj vyrábějící nesmírně rychlé kmitání, jehož vlny lze zaměřit na libovolnou část těla. Tyto ultrazvukové vlny

používal s velkým úspěchem k rozpouštění artrózních usazenin vápna i k odstraňování jiných bolestí.

Čím vyšší je rovina vědomí, na niž nás pozvednou úvahy o Bohu, tím větší frekvenci a intenzitu mají duševní vlny, jejichž cestou vyzařujeme harmonii, zdraví a pokoj. Touto terapií modlitbou bylo pozoruhodně vyléčeno mnoho nemocných.

## **Zmrzačená žena může opět chodit**

Dr. Phineas Parkhurst Quimby, o němž byla v této kapitole řeč, používal této absolutní metody zvláště v posledních letech svého působení. Byl vlastně zakladatelem psychosomatické medicíny a prvním psychoanalytikem. Měl přímo jasnovidickou schopnost správné diagnózy.

Tato krátká zpráva o vyléčení zmrzačené ženy pochází z Quimbyho memoárů:

Doktora Quimbyho zavolali k ochrnuté, na lůžko upoutané staré ženě. Považoval její utrpení za důsledek velmi předpojaté víry, která držela v zajetí její tělo a nedovolovala mu vstát a chodit. Živořila ve strachu a nejistotě. Její úzkost zvyšovala i příliš doslovně chápaná slova bible. „Duch a moc Boží,“ říkal doslova Dr. Quimby, „se pokoušely rozbít tyto okovy, zvednout kámen z tohoto hrobu, aby takřka znovu vstala z mrtvých.“ Když tato žena prosila druhé o vysvětlení některého místa z bible, nestalo se pro ni osivem přinášejícím dobré plody, ale jen impulsem k nejhlubšímu trápení. Zároveň hladověla po chlebu života. Dr. Quimby rozpoznal chorého, chřadnoucího ducha, kdy příčinou rozrušených a úzkostných stavů byla neschopnost pacientky pochopit určité místo v bibli. Tělesně se toto duševní rozpoložení projevovalo jako stav tíže a nedostatku vůle, který se vystupňoval až do projevů ochrnutí. Když pochopil, v čem tkví problém, zeptal se dr. Quimby nemocné, co podle jejího názoru znamená toto místo z bible: „Ještě krátký čas budu s vámi, pak odejdu k tomu, který mě poslal. Budete mě hledat, ale nenajdete. A kde budu já, tam vy přijít nemůžete.“ Jan 7,33-34. Odpověděla, že toto místo hovoří o Kristově nanebevstoupení. Na to jí dr. Quimby nabídl velmi osobní a pro danou situaci příhodnou interpretaci a vysvětlil jí, že „ještě krátký čas budu s vámi“ neznámá nic jiného než dobu, kterou



věnuje on zkoumání příčin její nemoci a jejích pocitů. Jinými slovy s ní teď cítí soucit, dlouho ale v tomto stavu nemůže setrvat. Další krok bude spočívat v tom, že odejde k tomu, kdo ho poslal, a tím není míněn nikdo jiný a nic jiného než tvůrčí Boží síla, přítomná ve všech lidech.

V tom okamžiku si dr. Quimby v duchu představil Boží ideál, to znamená vitalitu, porozumění, harmonii a moc Boží působící v nemocné. Proto jí řekl: „Kam jdu já, tam vy za mnou přijít nemůžete, neboť vy lpíte na víře ve své utrpení, ale já jsem zdravý.“ Modlitba a toto vysvětlení vyvolaly v těle ženy okamžitou reakci a stejně dramatickou změnou prošel i její duch. Zvedla se a začala bez berlí chodit.

Dr. Quimby nazval tento případ nejpozoruhodnějším ze svých léčitelských úspěchů. Ona žena byla v zajetí smrtelného omylu, takže pravda pro ni znamenala takřka zmrtvýchvstání. Pravda pro ni byla téměř biblickým andělem, který z ní svalil závaží strachu, nevědomosti a pověry jako kámen z hrobu jejího života. Proto dr. Quimby hovořil o Kristově zmrtvýchvstání a její zdraví viděl v souvislosti s ním.

## **Metoda rozhodnutí**

Moc slova závisí na víře. Musíme si tedy pouze uvědomit, že moc hýbající světem působí v náš prospěch a dává sílu našim slovům. Tato myšlenka zvýší naši důvěru a sebejistotu. Vždyť jde jen o to, spojit vlastní moc s mocí Boží. Také proto není jakékoli duševní násilí a duševní boj na místě.

Jedna mladá dívka použila metodu rozhodnutí v situaci, kdy ji jakýsi mladý muž vytrvale obtěžoval prosbami o schůzku a chodil za ní do kanceláře. Nemohla se ho za žádnou cenu zbavit. Proto si jednoho dne zformulovala toto rozhodnutí: „Dávám mu volnost a světuji ho Božímu řízení. Od tohoto okamžiku bude vždy tam, kam patří; Jsem volná a on je volný. Moje slova budou vyslyšena, nekonečná moudrost provede mé rozhodnutí. Je to tak a ne jinak.“ Jak mi vyprávěla, od té doby o mladém muži už neslyšela.

*„Rozhodneš-li se pro něco, stane se tak, a na tvých cestách bude zrnit světlo.“ Job 22,28.*

## SHRNUTÍ

1. Staňte se stavitelem svého ducha a použijte při stavbě krásnějšího a ušlechtilějšího života mnohokrát ověřené a osvědčené techniky.
2. Vaše přání je vaší modlitbou. Představte si živě svoje přání jako uskutečněné a vaše modlitba bude vyslyšena.
3. Přejete-li si dospět snadno k cíli, vědecké použití ducha vám jistě pomůže.
4. Ze scén odzkoušených na jevišti svého ducha si můžete vybudovat život plný zdraví, úspěchu a štěstí.
5. Provádějte vědecké experimenty, až sami získáte důkaz, že nekonečná moudrost vašeho podvědomí reaguje vždy a přímo na vaše vědomé myšlenky.
6. Ať vámi proniká pocit nekonečného klidu a radosti, v jistém očekávání, že se dočkáte splnění svého přání. Každý obraz vašich duševních představ představuje vlastně vaše přání a dokazuje existenci neviditelného.
7. Představa má větší cenu než tisíc slov. Vaše podvědomí uskuteční každý obraz, který s vírou zachytíte ve svém duchu.
8. Nepřipusťte při modlitbě žádné násilné duševní úsilí, a nesnažte se nic vynutit. Vyvolejte u sebe nejprve stav polospánku a ukoľébejte se do spánku s jistotou a přesvědčením, že vaše modlitba bude vyslyšena.
9. Myslete vždy na to, že vděkem naplněné srdce je otevřené bohatým požehnáním vesmíru.
10. Něco tvrdit znamená konstatovat, že je to tak a nejinak. Trvejte na tom, i když to snad odporuje vnějšzímu zdání, a vaše modlitba bude vyslyšena.
11. Meditací o lásce a slávě Boží vytvořte vlnění harmonie, zdraví a míru.
12. Pro co se rozhodnete a co uznáte, to se stane. Rozhodněte se tedy pro harmonii, mír, štěstí a nadbytek.

---

## KAPITOLA 7 - Podvědomí slouží životu

---

Více než 90 procent duševního života se odehrává na nevědomé rovině, takže muži a ženy, kteří se zřeknou použití této zázračné síly, od samého počátku velmi citelně omezují možnosti svého života.

Podvědomí chce vždy sloužit životu a působit konstruktivně v jeho zájmu. Buduje tělo a stará se o nerušený průběh všech životně důležitých funkcí. Pracuje bez ustání ve dne v noci ve snaze pomoci nám a uchránit nás před jakoukoli újmou.

Podvědomí je ve stálém spojení s nekonečným životem a nekonečnou moudrostí. Všechny jeho impulsy a myšlenky slouží životu. Ušlechtilé snahy, náhlá osvícení a velké vize přicházejí vždy z podvědomí. A bývá to právě vaše nejhlubší přesvědčení, které nedokážete obléci do vhodných slov nebo je rozumově zdůvodnit. Nepřichází totiž z vědomí, ale z podvědomí. Podvědomí k vám hovoří hlasem intuice, impulsu, tušení, instinktivního tlaku a tvůrčích idejí. Nutí vás kráčet stále vpřed, od cíle k cíli a dosahovat stále větších výšek. Vnuknutí lásky, potřeba nasadit vlastní život pro záchranu druhých – také ty přicházejí z hloubi vašeho podvědomí. A tak se mohlo stát, že když 18. dubna 1906 postihlo San Francisco ničivé zemětřesení a požár, nemocní a mrzáci upoutaní po řadu let na lůžko vstávali a projevovali přímo zázračnou vytrvalost a odvahu. Začali pociťovat neodolatelné nutkání zachránit za každou cenu své bližní a jejich podvědomí příslušně zareagovalo.

Velcí umělci, hudebníci, básníci, řečníci a spisovatelé hledají kontakt se silami podvědomí a z tohoto nikdy nevysychajícího pramene čerpají inspiraci. Robert Louis Stevenson měl například ve zvyku pověřit vždy před usnutím podvědomí, aby pro něho ve spánku vymýšlelo příběhy. Jakmile bylo jeho bankovní konto vyčerpáno, prosil vždy o napínavý a úspěšný dobrodružný příběh. Stevenson tvrdil, že jeho podvědomí plné fantastických duševních darů mu takový příběh vždy kousek po kousku vypráví, jako by to byl román na pokračování. To dokazuje, že podvědomí v sobě skrývá hluboké poznání a plodné myšlenky, o nichž vědomí nic neví.

Mark Twain přiznával každému, koho to zajímalo, že v životě nenapsal ani řádku. Za všechn svůj humor a řadu spisů prý vděčí nevyčerpatelné fantazii podvědomí.

## **Tělesné reakce na duševní pochody**

Vzájemný vztah mezi vědomím a podvědomím vyžaduje podobný vzájemný vztah dvou odpovídajících nervových systémů. Přitom systém mozkomíšního nervstva tvoří orgán vědomí a systém sympatického nervstva orgán podvědomí. Nervy v mozku a páteři vytvářejí kanál, jímž pět smyslů přivádí k vědomí své fyzické vjemy; zároveň jsou i přístrojem, jímž člověk řídí všechny tělesné pochody. Centrum tohoto nervového systému je v mozku a představuje zdroj veškeré volní a vědomé duševní činnosti.

Oproti tomu sympatické nervstvo, které nelze lidskou vůlí ovlivnit, má své centrum v shluku ganglií, známém jako solar plexus. To bývá také nazýváno „mozkem podvědomí“. Představuje centrálu těch duševních procesů, které bez lidského vědomí řídí všechny životně důležité funkce organismu.

Oba systémy mohou pracovat buď odděleně, nebo společně. Thomas Troward říká ve svých Edinburských přednáškách o mentální vědě (The Edinburgh Lectures on Mental Science): „Vagus čili bloudivý nerv (hlavní nerv parasympatického systému) opouští mozkovou oblast jako část vědomého nervového systému a kontroluje na tomto místě hlasové orgány. V dalším průběhu hrudní dutinou vysílá tento nerv postranní pletence k srdci a plicím. Na své cestě bránicí ztrácí vagus onu vnější vrstvu, kterou se vyznačují nervy vědomého systému a získává zcela stejnou podobu jako sympatické nervstvo. Tvoří tedy spojovací článek mezi oběma oblastmi a vytváří fyzickou jednotu člověka.

Stejně tak ukazují různé části mozku s rozdílnými vlastnostmi na spojení s vědomými a podvědomými duševními činnostmi.

Zhruba řečeno by se dala přední část mozku přiřadit k vědomí a zadní část k podvědomí; střední část mozku potom zaujímá funkčně určité mezipostavení mezi těmito dvěma oblastmi.“

Velmi zjednodušeně by bylo možno vysvětlit vzájemný účinek ducha a těla takto: Vědomí zachytí myšlenku, která v mozkomíšním

nervovém systému vyvolá odpovídající kmitání. To dá potom podnět k podobnému proudovému impulsu ve vegetativním (tj. autonomním příp. sympatickém) nervstvu, jehož prostřednictvím je tato myšlenka předána podvědomí a tím také vlastnímu tvořivému médiu. Takto získávají všechny myšlenky věcnou podobu.

Každá myšlenka, kterou vaše podvědomí pokládá za vhodnou, je z mozku předávána solárnímu pletivu (solar plexus), tedy centrále podvědomí, které se potom postará o to, aby příslušná představa byla zrealizována jako tělesná reakce, událost nebo životní podmínka.

## **Zvláštní druh inteligence vnímá zájmy těla**

Studium buněčných systémů a stavby určitých orgánů (jako například očí, uší, srdce, jater, měchýře apod.) prokázalo, že jsou složeny ze skupin buněk, řízených vlastní inteligencí. Ta jim umožňuje společně jednat v zájmu dosažení určitého cíle a zároveň i deduktivním způsobem chápat a provádět příkazy duševní centrály (vědomí).

Přesné pozorování jednobuněčných organismů vlastně prokazuje, jak komplikované procesy se odehrávají v lidském těle. I když jednobuněčné organismy nemají orgány, lze na nich přesto rozpoznat určité duševní pochody a reakce, které řídí životně důležité funkce pohybu, metabolismu a vylučování odpadních produktů.

Často se tvrdí, že existuje inteligence, která by byla schopna zastávat naprosto dokonale zájmy těla, kdyby jí bylo dovoleno zcela nerušeně vládnout. Tento názor je velmi výstižný – vlastní problém však spočívá v tom, že vědomí, zpracovávající smyslové vnímání, stále znovu a znovu rušivě zasahuje a vytváří divokou změt' mylných názorů, neodůvodněného strachu a nesprávných postojů. Jakmile se potom tyto negativní modely myšlenek a představ zapíší cestou navyklých psychologických a emocionálních reakcí do podvědomí, dochází nutně k tomu, že podvědomí tyto „příkazy“ věrně a detailně provede.

## **Podvědomí působí neustále v zájmu obecného blaha**

Subjektivní Já, které ve vás přebývá, působí nepřetržitě v zájmu všeobecného blaha. Snaží se totiž uskutečňovat princip harmonie,

vrozený všemu stvořenému. Podvědomí má svoji vlastní vůli a velmi reálnou existenci. Pracuje ve dne v noci, ať už na něco myslíte vědomě či ne. Staví vaše tělo, aniž byste to ovšem mohli pozorovat, slyšet nebo cítit, neboť tu jde o zcela nepozorovatelný proces. Vaše podvědomí má svůj vlastní život, jehož cílem je harmonie, zdraví, štěstí a mír. V tomto smyslu také nepřetržitě pracuje. Právě taková je totiž Boží forma chování, která se neustále snaží projevit prostřednictvím člověka.

## **Jak člověk porušuje vrozený princip harmonie**

Pokud chceme správně, tj. vědecky myslet, musíme znát „pravdu“. To však neznamená nic jiného než být v souladu s nekonečnou moudrostí a mocí podvědomí, které vždy slouží životu.

Kdo z nevědomosti či úmyslně porušuje myšlenkami, slovy nebo činy tuto harmonii, je za to trestán nejrůznějšími formami nesouladu, omezení a utrpení.

Věda dokázala, že lidský organismus se během 11 měsíců kompletně obnovuje. Z čistě fyzického hlediska je vám tedy nejvýše 11 měsíců. Proto je to jen vaše vina, když svému stále znovu vznikajícímu tělu naočkováváte úzkostnými, hněvivými, žárlivými a nepřátelskými myšlenkami pořád tytéž neprospěšné tendence.

Člověk představuje sumu svých myšlenek a představ. Je na vás, abyste se zdržovali všech negativních myšlenek a představ. Temnotu můžete zahnat světlem, chlad teplem, negativní myšlenky lze nejúčinněji vypnout soustředěním na myšlenky pozitivní. Držte se pevně dobra a zlo zmizí!

## **Proč je normální být zdravý, vitální a silný a proč je nemoc nenormální**

Když přijde dítě na svět, je většinou naprosto zdravé. Každý jeho orgán plní dokonale svou úlohu. To je také normální stav a vlastně bychom měli po celý život zůstat stejně zdraví, vitální a silní. Pud sebezáchovy je nejsilnější instinkt lidské přirozenosti a představuje velice účinný, vždy přítomný a stále činný přírodní zákon. Je proto jasné, že se všechny myšlenky, ideje a představy mohou rozvinout nejúčinněji právě tehdy, když jsou v souladu s životním principem,

který ve vás přebývá a který se stále snaží být vám všemi způsoby užitečný. Proto je také přirozeně mnohem snazší obnovit normální stav těla než ho nutit k abnormálním reakcím.

Každá nemoc a každé utrpení jsou v rozporu s přírodou. Kdo je nemocný, myslí negativně a pluje proti proudu života. Zákon života je zákonem růstu – celá příroda dosvědčuje působení tohoto zákona, tím že se sama manifestuje v trvalém mlčenlivém růstu. Kde lze najít růst a seberealizaci, tam musí být i život. Kde je však život, tam vládne také harmonie a kde vládne harmonie, tam je dokonalé zdraví.

Dokud je vaše myšlení v souladu s tvůrčím principem podvědomí, jste také vy v souladu s principem harmonie, který je vám vrozený. Pokud se však vaše myšlenky odchýlí z tohoto směru, stanou se zneklidňujícím či dokonce škodlivým břemenem a přinesou s sebou nemoc nebo i smrt.

Při každé léčbě se musíte starat o větší přísun životních sil a jejich účinné rozmístění v celém organismu. Nejlépe se vám to podaří, když ze svého myšlení naprosto vypudíte jakýkoli strach, obavy, žárlivost, nepřátelství nebo jiné negativní myšlenky, které narušují vaše nervy a žlázy, to znamená tkáň, jež se starají o vylučování odpadních produktů.

## **Vyléčení tuberkulózy kostní dřeně**

V březnu 1917 uveřejnil časopis Nautilus článek o neobyčejném vyléčení chlapce, který měl tuberkulózu míchy. Jmenoval se Frederik Elias Andrews, pocházel z Indianopolis a dnes působí jako duchovní a docent na Unity School of Christianity v Kansas City (Missouri). Lékař prohlásil jeho chorobu za nevyléčitelnou. Nato se začal chlapec modlit a z hrbatého, znetvořeného mrzáka, který se plazil po čtyřech, se stal silný, vzpřímený a statný muž. Připravil si přesnou pozitivní formulaci toho, co pro sebe požaduje, a duševními prostředky získal tělesné vlastnosti, které mu byly odepřeny.

Několikrát denně opakoval tato slova: „Jsem zcela zdravý, silný, mocný, plný lásky, harmonie a štěstí.“ Nedovolil nikomu a ničemu otrást svou jistotou a vyprávěl, že tato modlitba byla ráno jeho prvními a večer posledními slovy. V láskyplné modlitbě vzpomínal i na jiné nemocné. Jeho neochvějnost, víra a křesťanská láska k bližnímu

přinesly tisíce ovoce. Jakmile hrozilo, že se jeho mysl začne poddávat strachu, hněvu, žárlivosti či závisti, okamžitě proti nim bojoval celou silou svého pozitivního postoje. Jeho podvědomí reagovalo zcela v souladu s novým, pozitivním myšlením. To je totiž skutečný smysl citátu z bible:

*„Jdi, tvá víra tě zachránila“* Marek 10, 52.

## **Jak víra v moc podvědomí léčí**

Jeden mladý muž, který navštěvoval mé přednášky o léčivé síle podvědomí, měl těžkou oční vadu. Podle názoru specialistů představovala jediné řešení operace. On si však řekl: „Podvědomí vytvořilo mé oči, proto je může také vyléčit!“

Každý večer před spaním se přivedl do stavu transu. Soustředil myšlenky a fantazii na očního lékaře. Představoval si, že stojí před ním a říká jasně a zřetelně: „Stal se zázrak!“ Tuto scénu si každý večer před spaním asi pět minut živě představoval. Za tři týdny zašel po druhé za očním specialistou a ten po dlouhém, pečlivém vyšetření konstatoval: „Stal se zázrak!“

Co se stalo? Mladý muž úspěšně ovlivnil své podvědomí tím, že lékaře použil jako prostředku nebo média pro přenesení přání do hlubokých vrstev vědomí. Stálým opakováním, neochvějnou vírou a důvěrou naplnil podvědomí představou svého přání. Ono vytvořilo jeho oči, ono znalo dokonalý model, a proto mu přineslo vyléčení. Toto je další příklad pro léčivou moc podvědomí prostřednictvím víry.

## **SHRNUTÍ**

1. Podvědomí vytvořilo vaše tělo a bdí dnem i nocí na svém místě. Negativním myšlením narušíte jeho životadárnou a život zachovávající činnost.
2. Pověřte před usnutím podvědomí vyřešením svého problému a nebudete na ně muset dlouho čekat.
3. Věnujte patřičnou pozornost svému způsobu myšlení. Každou myšlenku, kterou přijmete za skutečnost, převede váš mozek k solárnímu pletivu – tedy k centru podvědomí – a uskuteční ji ve vašem životě.



4. Přijměte jako fakt skutečnost, že se můžete tělesně i duševně od základu změnit tím, že předložíte podvědomí nový „stavební plán“.
5. Vaše podvědomí slouží vždy životu. Dá se ale vědomím ovlivnit. Předávejte tedy podvědomí vždy pouze pozitivní a správné skutečnosti. Neboť podvědomí reaguje přesně na modely vašeho myšlení a vašich představ.
6. Každých jedenáct měsíců se hmota lidského těla obnoví. Vytvořte si tedy nové tělo, tím že natrvalo zaujmete pozitivní postoj.
7. Zdraví je normální stav. Nemoc je anomální. Všemmu stvořenému je dán princip harmonie.
8. Žárlivost, strach, starost a nepřátelství ve vašem myšlení narušují nervy i žlázy a přinášejí duševní i tělesné utrpení všeho druhu.
9. Co budete vědomě zastávat a cítit jako reálné, to získá skutečnou podobu ve vašem duchu, těle i životu. Hlásejte dobro a život pro vás bude radostí.

---

## **KAPITOLA 8 - Jak uskutečnit své cíle**

---

Neúspěch má většinou dva hlavní důvody: nejistotu a nadměrné úsilí. V mnoha případech právě neznalost podstaty a funkce podvědomí brání vyslyšení modlitby. Obeznamíte-li se ale s jeho činností, získáte ihned pevnou jistotu. Myslete vždy na to, že pokud vaše podvědomí přijme určitou myšlenku, okamžitě ji začne uskutečňovat. Využije všech svých pomocníků a začne působit podle svých zákonů. Duchovně duševní zákon ale působí stejně v zájmu dobrých i špatných myšlenek. Jakmile proto začnete používat tohoto mocného nástroje nesprávně, to znamená negativně, můžete očekávat zlé následky. Pozitivní myšlení vám naopak přinese dobrou radu, osvobození od veškerého utrpení a mír duše.

Pozitivní myšlení vede vždy bezpečně k cíli. Z této skutečnosti lze zcela snadno odvodit, že jakýkoli neúspěch je vyloučený, jakmile podvědomí přijme vaše přání za svůj úkol. Stačí pouze představit si svoji myšlenku nebo záležitost tak, jako by se již uskutečnily, a zákonitě působení vašeho ducha se už postará o vše ostatní. Svěřte tedy s důvěrou a jistotou svůj problém podvědomí, a to už najde dokonalé řešení.

Přílišné úsilí, kdy se člověk snaží něco vynutit, nevede nikdy k úspěchu. Podvědomí reaguje jen tehdy, když je vědomí o něčem pevně a s naprostou jistotou přesvědčeno.

Důvodem neúspěchu může být třeba jen obyčejná poznámka: „Moje situace je den ze dne horší a horší!“ – „Nikdy nenajdu východisko!“ – „Stojím před neřešitelným problémem!“ – „Je to beznadějně!“ – „Nevím, co mám dělat!“ – „Nevím, kde mi hlava stojí!“ – Formulace tohoto druhu v žádném případě nemohou probudit síly podvědomí. Zůstanete stát na místě a nepokročíte ani o kousek vpřed ke splnění svých cílů.

Když se například v taxíku rozhodnete během pěti minut změnit několikrát cíl, beznadějně zmatený řidič vás pravděpodobně odmítne vézt dál. Když se svěříte podvědomí, platí totéž pravidlo. Nejprve tu musí být přesně definovaná a zcela jasná představa. Nesmíte však mít nejmenší pochybnost o existenci východiska či možnosti uzdravení. Jen nekonečná moudrost podvědomí zná řešení. Jakmile bude vaše podvědomí přesně vědět, jaký cíl má sledovat, jakmile zaujmete ke svému problému správný postoj, stane se podle vaší víry.

## **Uvolněný postoj je klíčem k úspěchu**

Majitel jednoho domu vytýkal jednou opraváři topení, proč si za opravu kotle účtoval 200 dolarů, když vyměnil jen jeden šroubek, který nestojí více než pět centů. Nato opravář odpověděl: „No, za šroubek jsem také účtoval jen pět centů. Zbylých 199,95 dolarů je za ‚věděl, kde‘.“

I podvědomí lze přirovnat k takovému mistru opraváři, který zná všechny cesty a způsoby, jak znovu obnovit vaše zdraví a dát do pořádku všechny vaše záležitosti. Pokud vám chybí zdraví, podvědomí se o ně postará. Nikdy ale přitom nezapomínejte, že

klíčem k úspěchu je uvolněný postoj k problému. Neztrácejte čas myšlenkami na to, jak se vaše přání může splnit, ale dívejte se na toto přání – ať už jde o zdraví, peníze nebo zaměstnání – tak, jako by se již uskutečňovalo. Vzpomínáte si přece ještě na blažený, uvolněný pocit, který doprovází uzdravování z těžké nemoci? Přítomnost tohoto pocitu štěstí je totiž prubířským kamenem pro každou podvědomou reakci. Své přání si musíte subjektivně představovat a pociťovat na prahu jeho uskutečnění.

## **Není tu žádný odpor, proto se vyhýbejte jakémukoli násilnému duševnímu úsilí a spolehněte se na dar své představivosti**

Podvědomí nebrání nic v uskutečňování představ, proto není naprosto nutné, aby vaše vůle vyvíjela nějaké zbytečné úsilí. Stačí představit si událost nebo stav, jejichž uskutečnění si přejete. Váš rozum se sice bude takovému postoji vzpírat, nedejte se jím ale zmást a zachovejte si prostou, dětinskou a zázračnou víru v realizaci svého přání. Představte si sami sebe, jako byste se svého problému nebo trápení již zbavili. Oddejte se šťastnému pocitu, jaký se dostavuje při splnění určitého přání. Vyhněte se všem oklikám, všemu „proč a ale“. Nejprímější a nejjednodušší cesta je vždy nejlepší.

## **Zázračná síla usměrněné fantazie**

K tomu, aby se dostavila odpovídající podvědomá reakce, je mimořádně vhodná technika řízené a vědecky usměrněné fantazie. Jak již bylo několikrát řečeno, budují síly podvědomí vaše tělo a kontrolují průběh všech životně důležitých funkcí.

Bible říká: „O co vaše věřící srdce prosí, to vám bude dáno.“ (Srovn. Matouš 7,7). Věřit však neznamená nic jiného než být přesvědčen o reálnosti určité skutečnosti nebo stavu. Komu se podaří v tomto smyslu věřit a jednat, ten se dočká vyslyšení svých modliteb!

## **Tři součásti úspěšné modlitby**

K vytčenému cíli většinou vede tato metoda:

1. Uvažujte o všech aspektech svého problému.

2. Pověřte své podvědomí, aby našlo dokonalé řešení, které může znát jen ono samo.
3. Buďte pevně přesvědčeni, že vaše záležitost bude co nejrychleji a nejlépe vyřízena.

Neoslabujte sílu své modlitby tím, že budete říkat: „Chtěl bych, mohl bych být vyléčen!“ nebo „Doufejme, že se najde východisko!“

Vaše důvěra v úspěch musí mít charakter rozkazu. Máte nárok na vnitřní i vnější harmonii, na zdraví těla i duše. Stačí jen vztáhnout po nich ruku. Dovolte zářivé a léčivé síle podvědomí, aby vámi pronikla tak, že budete vnitřně přesvědčeni o její účinnosti. Jakmile dosáhnete tohoto bodu, vypněte myšlení a uvolněte se.

Nestůjte si sami v cestě. Čím s větším uvolněním a důvěrou se síle podvědomí oddáte, tím snadněji ho ovlivníte a umožníte tak kinetické energii svých myšlenek působit žádoucím směrem.

Zákon opačného účinku, a proč se dostavuje opak toho, co si přejete

Slavný francouzský psycholog Coué, který asi před 40 roky navštívil Ameriku, definoval zákon opačného účinku takto: „Jsou-li vaše přání a obrazy vaší fantazie v rozporu, má právě fantazie silnější účinek.“

Pokud byste byli například vyzváni, abyste přešli po prkně ležícím na zemi, bez váhání byste to učinili. Jestliže by však bylo toto prkno 10 metrů vysoko a jeho konce by dosahovaly ke zdi, také byste po něm bez problémů přešli? Asi by vás strašila představa, že spadnete, a tak byste se báli. Tento strach, který jste si vlastně sami naočkovali, by nad vámi pravděpodobně zvítězil. Přání, vůle či pokus obstát v této zkoušce odvahy by se obrátily v pravý opak a ještě více by ve vás upevnily již existující strach z neúspěchu.

Každé násilné duševní úsilí je od samého počátku odsouzeno k neúspěchu. Dokonce přivolává pravý opak vašeho přání. Duch ovládá pocit bezmoci, který si sami vsugerujete. Protože však podvědomí řídí právě ona dominující myšlenka, jeho rozhodnutí se i v případě představy odporující vlastnímu přání přikloní k ní, protože je silnější. Čím méně energie tedy vynaložíte, tím lépe.

Když říkáte: „Chtěl bych být vyléčen, ale není to možné.“ – „Do každé modlitby se musím nutit.“ – „Vynakládám veškerou sílu své vůle“, potom spočívá vaše chyba právě v tom, že si uvědomujete své úsilí. Nikdy se nepokoušejte vnutit podvědomí představu pouze silou vůle. U takových pokusů je totiž skutečně od samého začátku jasné, že musejí ztroskotat.

Vzpomeňte si jen na tento velice rozšířený jev: Jakmile si student u zkoušky přečte první větu zadaného úkolu, všechno, co se naučil, jako by se beze stopy ztratilo. V hlavě cítí hrozivou prázdnotu a nedokáže si vzpomenout ani na jediný důležitý fakt. Čím více zatíná zuby a zapojuje veškerou sílu své vůle, tím méně ho napadá. Jakmile však za sebou po zkoušce zavře dveře a zbaví se duševního tlaku, proud zapomenutých vědomostí se vrací, jako by se mu vysmíval, a on ví všechno. Důvodem jeho selhání je zde jako ve všech podobných případech zoufalá snaha. Tento příklad je zvláště vhodný pro objasnění zákona opačného účinku.

## **Rozpor mezi přáním a fantazií je třeba odstranit**

Kdo se domnívá, že musí použít síly, počítá od samého začátku s odporem. Jakmile se ale člověk soustředí výlučně na zvládnutí problému, pozornost se zcela sama odvrátí od překážek.

V Matoušově evangeliu 18,19 čteme: „Shodnou-li se dva z vás na zemi v prosbě o jakoukoli věc, můj nebeský Otec jim to učiní.“

Nehovoří se tu o ničem jiném než o harmonickém spojení, respektive souladu mezi vaším vědomím a podvědomím, když jde o určitou myšlenku, touhu nebo duševní představu. Jakmile neexistuje rozpor mezi vědomím a podvědomím, jakmile jsou zcela zajedno, modlitba je vyslyšena. To, o čem tu hovoříme, lze nazvat také „vy a vaše přání“, „vaše myšlenka a váš pocit“, „vaše přání a vaše fantazie“.

Jakémukoli konfliktu mezi přáním a fantazií se lze vyhnout, když si navodíte stav jakéhosi polospánku, kdy je veškeré vědomé úsilí ve velké míře vypnuto. Ve spánku nebo ve stavu transu je činnost vědomí nejslabší. Proto jsou pro úspěšné ovlivňování podvědomí nejvhodnější právě okamžiky těsně před usnutím a po probuzení, kdy jsou brány podvědomí otevřeny dokořán. V tomto stavu se jinak běžné negativní myšlenky a představy, oslabující sílu přání, vynořují nejméně často.

Jakmile se dokážete přenést silou své fantazie do radostného vzrušení doprovázejícího splnění vašeho přání, postará se podvědomí o jeho uskutečnění.

Mnozí lidé řeší všechny problémy a potíže tak, že využívají této vědecky usměrněné fantazie a s jistotou a důvěrou očekávají, že všechno, co se jeví jejich pocitům a představivosti jako reálné, se musí bezpodmínečně uskutečnit.

Případ jedné mé známé jasně ukazuje, jak lze překonat rozpor mezi přáním a představou. Tato žena toužila po smírném urovnání právního sporu, fantazie jí však vytrvale malovala představy neúspěchu, ztráty, bankrotu a chudoby. Šlo o zamotaný právní problém, jehož řešení se stále více a více protahovalo a konec byl v nedohlednu.

Na moji radu si vždy večer před spaním navodila stav transu a snažila se co nejintenzivněji pociťovat radost a ulehčení, jaké by jistě prožívala, kdyby proces dobře dopadl. Věděla, že její představa musí být v souladu s přáním srdce. Vždy před usnutím se viděla ve vzrušeném rozhovoru se svým právníkem. Kladla mu otázky, na které on odpovídal. A v duchu ho stále znovu slyšela říkat: „Našlo se řešení, uspokojivé pro všechny strany, a věc lze vyřídit mimosoudně smírnou cestou.“ Jakmile ji ve dne opět přepadl dřívější strach, okamžitě si začala promítat tento duševní film. Brzy pro ni bylo snadné živě si představit i hlas, úsměv a gesta právního zástupce. Tuto scénu opakovala tak často, až se nesmazatelně vryla do jejího ducha i fantazie. Za několik týdnů jí právník skutečně zatelefonoval, aby jí potvrdil, že se její subjektivní představa stala skutečností.

Na tomto místě je vhodné vzpomenout na slova žalmu: „*Kéž se ti líbí řeč mých úst i to, o čem rozjímám v srdci, Hospodine, má skálo, vykupiteli můj!*“ Žalm 19, 15. Vaše myšlenky a vaše city se mají „líbit“ a moc a moudrost vašeho podvědomí vás může osvobodit od nemoci, poroby a utrpení.

## SHRNUTÍ

1. Každé nadměrné úsilí vůle je důsledkem strachu, a ten stojí v cestě úspěšnému řešení problému. Nic si násilně nevynucujte.

2. Jakmile se duševně uvolníte a přesvědčíte se o správnosti určité myšlenky, začne ji podvědomí uskutečňovat.
3. Věci promýšlejte a plánujte bez ohledu na to, jaké metody se v podobných případech pro jejich realizaci obvykle používají. Nezapomínejte nikdy: vždy existuje odpověď, vždy existuje řešení pro každý problém!
4. Nezapomínejte se nikdy příliš tím, zda vaše srdce správně bije, zda plíce dost hluboce dýchají nebo zda jiné organické funkce probíhají normálně. Spolehejte se výhradně na své podvědomí a sami si zvěstujte radostné poselství, že ve vás působí Boží vůle.
5. Kdo se cítí zdravý, bude zdravý; kdo se cítí bohatý, bude bohatý. Jak se cítíte vy?
6. Fantazie je váš nejsilnější trumf. Představujte si jen krásné a dobré věci. Vy i váš osud se ztotožňují s vašimi myšlenkami a představami.
7. Ve stavu polospánku rozpor mezi vědomím a podvědomím téměř mizí. Těsně před spaním si vždy představujte s pocitem radosti splnění svého přání. Usínejte v pokoji a probouzejte se v radosti.

---

## **KAPITOLA 9 - Podvědomí jako klíč k bohatství**

---

Pokud bojujete s finančními problémy nebo nevíte, kde máte vzít peníze, aby se mohlo splnit některé vaše přání, hledejte příčinu v podvědomí. Nedokázali jste ho totiž přesvědčit, že budete žít vždy v bohatství a nadbytku. I vy jistě znáte muže a ženy, kteří pracují několik hodin týdně a přesto vydělávají obrovské sumy. Přitom se nijak zvlášť nenamáhají. Nevěřte, že k penězům a majetku lze dospět jen tvrdou prací a v potu tváře. Pravý opak je skutečností: To nejjednodušší řešení je vždy nejlepší. Dělejte to, co vám radí vaše srdce, a činite to z čistého potěšení.

Znám jednoho vysokého úředníka z Los Angeles, který ročně vydělává asi 150 000 dolarů. Loni podnikl devítiměsíční cestu kolem světa a navštívil ta nejkrásnější místa na zemi. Jak mi vyprávěl, podařilo se mu přesvědčit podvědomí, že jeho práce má takovou cenu. Domníval se, že mnoho jeho kolegů, kteří vydělávají pouhých 800 dolarů měsíčně, rozumí obchodu více než on, zcela jim však chybí ctížádost a tvůrčí nápady a ani v nejmenším se nezajímají o zázračnou sílu podvědomí.

## **Bohatství je otázkou ducha**

Bohatství není nic jiného než podvědomé přesvědčení. Přirozeně, že se nestanete milionářem prostě tím, že si budete říkat: „Jsem milionář, jsem milionář!“ Tohoto cíle dosáhnete jen tehdy, když zaujmete k věci patřičný postoj, to znamená, když ve své mysli vyhradíte pevné místo myšlenkám na bohatství a nadbytek.

## **Vaše neviditelné zdroje příjmů**

Chybou mnoha lidí je, že neznají žádné „neviditelné“ zdroje příjmů. Úplně bezmocně se dívají na svůj obchodní neúspěch, pokles cenných papírů či jinou ztrátu kapitálu. Tak však reaguje jen ten, kdo se neseznámil s cestou k nevyčerpatelným pokladům podvědomí.

Kdo se bojí chudoby nebo se za chudého považuje, ten také chudý bude. Kdo však zaměřuje své myšlenky na bohatství, bude žít brzy v nadbytku. Nikde není psáno, že člověk musí strávit život v nouzi a bídě. Také vy můžete být bohatí. Neboť vaše slova mají moc očistit ducha od nesprávných představ a nahradit je správnými myšlenkami.

## **Ideální metoda – získání správného postoje k bohatství**

Když čtete tyto řádky, snad si říkáte: „Chtěl bych také bohatství a úspěch!“ Stačí dělat jen jedno. Opakujte si třikrát až čtyřikrát denně vždy pět minut slova „bohatství – úspěch“. Tato slova mají nesmírnou moc, neboť ztělesňují nekonečnou moc podvědomí. Koncentrujte své myšlenky na tuto sílu ve svém nitru a podmínky a okolnosti, které si přejete, brzy vstoupí do vašeho života. Neříkejte si „jsem bohatý“, ale dovolte svým myšlenkám setrvat pouze u tvořivých sil ducha. Pokud vyslovujete jen slovo „bohatství“, nemůže také dojít k žádnému duševnímu rozporu mezi rozumem a podvědomím. Kromě toho se do



pocitu bohatého člověka vžijete tím silněji a trvaleji, čím déle se vaše myšlenky budou zabývat představou blahobytu a nadbytku.

Nikdy nezapomínejte, že kdo se cítí bohatý, ten bude bohatý. Vaše podvědomí je jako banka či prostě úřad financující všechna vaše přání. Myšlenky a přání uložená na toto konto – ať už se točí kolem bohatství nebo chudoby – se rozmnoží úroky a úroky z úroků, a to v dobrém i špatném. Zvolte si proto blahobyť a nadbytek!

## **Proč člověku nepomůže tvrzení, že je bohatý**

V posledních 35 letech jsem hovořil s mnoha lidmi, kteří si stěžovali: „Týdny a měsíce jsem si říkal: Jsem bohatý a žiju v blahobytu“ a nic se nestalo.“ Brzy jsem zjistil, že při slovech „jsem bohatý, žiju v blahobytu“ vnitřně cítili, že ve skutečnosti jen obelhávají sama sebe.

Jeden muž mi říkal: „Do omrzení jsem si opakoval, že jsem bohatý a zámožný. Zatím se moje situace ještě zhoršila. Věděl jsem ale, že tohle tvrzení prostě neodpovídá skutečnosti.“ Ze stejného důvodu ale také podvědomí odmítalo obsah jeho slov a stal se pravý opak toho, co tento člověk navenek tvrdil.

Konstatování tohoto druhu se mohou stát skutečností jen tehdy, když vyjádřená myšlenka má zcela jasný obrys a když není v podvědomí vyvolán odpor. Životní okolnosti muže, o němž jsme hovořili výše, se zhoršily jen proto, že když mluvil o bohatství, myslel v podstatě stále na chudobu. Do podvědomí se totiž vryjí vaše skutečné myšlenky a pocity a ne pouhá prázdná slova a tvrzení bez jakékoli víry. Podvědomí se řídí výlučně tou ideou, která převládá ve vaší představě.

## **Jak se vyhnout vnitřnímu sporu**

Následující metoda je ideální především pro ty, kteří se snadno dostávají do vnitřního konfliktu. Formulujte si zvláště před spaním toto tvrzení: „Ve dne v noci se mi dostává pomoci v každém ohledu.“ Toto konstatování neprobudí žádný rozpor, protože neodporuje vašemu podvědomému přesvědčení o nedostatku prostředků.

Jednomu obchodníkovi, jehož obrat klesal, takže se dostal do hrozivé finanční situace, jsem poradil, aby se klidně posadil do

kanceláře a stále znovu si opakoval: „Moje obchodní úspěchy den ze dne rostou.“ Tímto způsobem se mu podařilo zajistit si pomoc vědomí a podvědomí, mezi nimiž už nebyl žádný rozpor. Výsledek potom na sebe nenechal dlouho čekat.

## **Nepodepisujte žádné šeky bianko**

Když vyslovujete slova „to nebude nikdy stačit“, „v současné době jsem na tom finančně bledě“, „hypotéka je příliš velká; o ten dům přijdu“, podepisujete tím vlastně šeky bianko. Také když na budoucnost pouze se strachem myslíte, podpisujete tak šek neznámé výše a přivoláváte neštěstí. Podvědomí totiž považuje vaše obavy a negativní tvrzení omylem za rozkaz a začne „požadované“ překážky, zdržení, omezení a nevýhody realizovat.

## **Vaše podvědomí platí úroky a úroky z úroků**

Kdo se cítí bohatý, ještě více zbohatne. Kdo se cítí chudý, tomu bude odebráno i to málo, které má. Vaše podvědomí rozšiřuje a rozmnožuje všechno, co mu svěříte. Každý den hned po probuzení si vybavte myšlenky související s pokrokem, úspěchem, bohatstvím a mírem. Ať vaše fantazie chvíli setrvá u těchto představ. Malujte si příslušné obrazy co nejčastěji, a to v co nejsytějších barvách. Neboť tyto konstruktivní myšlenky zapustí kořeny ve vašem podvědomí a přinesou bohatství a nadbytek.

## **Proč se nic nestalo**

Slýchávám lidi říkat: „Ale, vždyť jsem udělal všechno a nic se nestalo!“ Důvodem neúspěchu je s největší pravděpodobností to, že tito lidé za deset minut opět propadli svému negativnímu způsobu myšlení a tím zrušili pozitivní účinek svého předchozího jednání ku prospěchu věci. Jak to vypadá, když zasejeme semínko do země a potom ho zase hned vyhrabeme? Musíme mu přece dovolit zapustit kořeny, aby mohlo růst.

Kdybyste chtěli třeba říci: „Peníze na příští splátku nedám nikdy dohromady,“ snažte se přerušit větu alespoň při slově „splátka“ a místo toho se soustředte na pozitivní tvrzení typu: „Ve dne v noci se mi dostává pomoci v každém ohledu.“

## **Skutečný pramen bohatství**

Vaše podvědomí nikdy nepostrádá nápady. Představuje nevyčerpatelný zdroj idejí, které čekají jen na to, aby mohly vstoupit do vašeho podvědomí a zajistit vám materiální výhody nejružnějšího druhu. Tento duševní proces ani na okamžik neustává, ať už kurs akcií stoupá nebo klesá nebo dolar či marka ztrácí kupní sílu. Váš blahobyt konečně nezávisí na akcích, zástavních listech nebo bankovních kontech, neboť to jsou ve skutečnosti pouhé symboly. Ty jsou sice užitečné a nutné, ale přece jen zůstávají pouhými symboly.

Také vy se budete v některém období života těšit z některé formy bohatství, a to díky přesvědčení zapsanému do podvědomí, že vám je blahobyt dopřán.

## **Proč mnozí nevyjdou s penězi**

Často si lidé stěžují, že jim peníze na splnění jejich přání a závazků prostě nestačí. Přemýšleli jste ale už někdy o tom, o jaké lidi tu zpravidla jde? Nejsou to většinou ti, kdo zásadně zatracují všechny úspěšné, kterým se podařilo vypracovat se do vyšších pozic? Pro tyto nespokojence jsou typické třeba takovéto poznámky: „Je to jen zloděj a podvodník.“ – „K penězům mu pomohly jen křivárny.“ – „Ten jde přes mrtvoly.“ – Kritický úsudek tohoto druhu je málokdy výrazem skutečně morálního postoje, ale většinou se za ním skrývá závist a touha po majetku. Právě tou nejrychlejší a nejspolehlivější metodou, jak si předem zavřít vrátka před možným blahobytem, je shazovat a pomlouvat ty, kteří jsou bohatí.

## **Častá past na cestě k bohatství**

Příčinou chudoby a nedostatku v životě mnoha lidí je často – jak leckdo jistě sám poznal z vlastní tvrdé zkušenosti – závist. Cítíte i vy závist, když vidíte svého konkurenta ukládat na bankovní konto obnos, který přesahuje vaše vlastní možnosti? Překonávejte takový negativní sklon tím, že řeknete: „To je ale fantastické! Mám opravdu nesmírnou radost z úspěchu tohoto muže. Jen ať jeho konto i nadále den ze dne vzrůstá!“

Závistivé myšlenky mají katastrofální účinky. Škodíte tak sami sobě a místo abyste k sobě bohatství přitahovali, svým negativním

postojem ho přímo odpuzujete. Jakmile jste v pokušení začít jedovatě kritizovat úspěchy nebo blahobyt jiného člověka, okamžitě své myšlenky usměrňte do nových kolejí. Přejte mu upřímně a z čistého srdce v každém ohledu jen to nejlepší! Tím se negativní účinek vašich myšlenek zruší a vy sami si podle zákona podvědomí nadělíte bohatství, které vám patří.

## **Jak odstranit duševní překážky na cestě k bohatství**

Jestliže musíte s hořkostí konstatovat, že některý váš známý zbohatl jenom s pomocí lží a podvodů, přenechte ho klidně jeho osudu. Pokud je totiž váš předpoklad opravdu správný, znamená to, že tento člověk zneužívá univerzálního zákona ducha a ten se mu také příslušným způsobem pomstí. Z výše uvedených důvodů se ale musíte každopádně pečlivě vyhýbat jakékoli kritice. Myslete vždy na to, že jen a jen váš duch vám může postavit do cesty překážku, která vás oddělí od bohatství. Tu ale můžete odstranit jednou provždy, když se budete vždy snažit o pozitivní postoj ke svým bližním.

## **Jak člověk ve spánku zbohatne**

Jakmile ulehnete, ukolébejte se do spánku tím, že budete v naprostém klidu a s opravdovým citem opakovat slovo „bohatství“. Usínejte se slovem „bohatství“ na rtech a užasněte nad jeho rychlým účinkem. Ze všech stran k vám totiž začne plynout bohatství.

## **SHRNUTÍ**

1. Rozhodněte se za pomoci svého podvědomí zcela jednoduchým způsobem zbohatnout.
2. Snažit se dosáhnout bohatství tvrdou prací a v potu tváře, to je spolehlivá metoda, jak se co nejdříve dostat na hřbitov. Není naprosto nutné plýtvat silami tímto způsobem.
3. Bohatství je pouze důsledkem podvědomého přesvědčení. Vyhradte ve svých myšlenkách a pocitech představě blahobytu pevné místo.
4. Chybou řady lidí je, že nevyužívají neviditelných zdrojů příjmů.
5. Opakujte si vždy před spaním asi pět minut slovo „bohatství“. Opakujte je v naprostém klidu a s pocitem, že podvědomí uskuteční vaši představu co nejdříve.

6. Kdo se bohatý cítí, ten bohatý bude. Mějte tuto skutečnost vždy na paměti.
7. Mezi vědomím a podvědomím musí vládnout naprostá jednota postoje a přesvědčení. Vaše podvědomí přijme jen to, co považujete opravdu za skutečnost. Řídí se vždy dominující myšlenkou, a proto musíte zaměřit myšlenky na bohatství a ne na chudobu.
8. Případný vnitřní konflikt mezi vědomím a podvědomím, který vzniká v souvislosti s reálností konstatovaného bohatství, můžete odstranit nejlépe slovy: „Ve dne v noci se mi dostává pomoci v každém směru.“
9. Zvyšujte svůj obchodní úspěch tím, že budete stále opakovat: „Můj obrat den ze dne roste. Dělán stále větší pokroky. Mé bohatství dennodenně vzrůstá.“
10. Odvykněte si vystavovat šeky bianko. „Nemám dost peněz!“ – „To si nemohu dovolit.“ Taková „bianko“ tvrzení zhoršují jak vaši současnou situaci, tak i vyhlídky do budoucnosti.
11. Předajte svému podvědomí představu, že jste zámožný a bohatý, a tento duševní „kapitálový vklad“ vám přinese úroky a úroky z úroků.
12. Buďte ve svém tvrzení důslední. Jestliže v příštím okamžiku začnete pochybovat o jeho správnosti, případně tvrdíte pravý opak, pozitivní účinek vašich myšlenek se opět zruší.
13. Svět vašich myšlenek a představ představuje vlastní zdroj všeho blahobytu. Vaše nápady mohou mít miliónovou hodnotu. Podvědomí vás bude spolehlivě zásobovat nutnými nápady.
14. Závist a chtivost představují past na cestě k bohatství. Těšte se upřímně ze štěstí a úspěchu svých bližních!
15. Váš duch může mezi vás a bohatství postavit překážku. Odstraňte ji co nejdříve tím, že se budete snažit o pozitivní postoj ke svým bližním.

---

## KAPITOLA 10 - Vaše právo na bohatství

---

Na bohatství máte právo. Narodili jste se pro bezstarostný, šťastný život v pohodě a nadbytku. Proto musíte také mít dostatek finančních prostředků, které jsou k takovému plnému životu nutné.

Přišli jste na tento svět, abyste se tělesně, duševně a duchovně rozvíjeli, a máte nepopiratelné právo na všechno, co přispívá k naplňování smyslu života. Měli byste se obklopit krásou a luxusem.

Proč byste se měli spokojit jen s tím nejnutnějším, když můžete čerpat z nekonečného bohatství svého podvědomí? V této kapitole se naučíte, jak si z peněz udělat přítele a stálého průvodce. Vaše přání být bohatý není nic jiného než touha po plnějším, šťastnějším a krásnějším životě. Jde tu o kosmický instinkt. Vaše úsilí proto není jen užitečné, ale je velmi prospěšné.

### Peníze jsou symbol

Peníze jsou symbolickým prostředkem směny. Mít peníze neznamená jen zbavit se břemena chudoby a nedostatku, ale znamená také krásu, luxus, nadbytek a dokonalejší způsob života. Peníze jsou symbolem ekonomického zdraví země. Dokud krev bez překážek proudí organismem, je člověk fyzicky zdrav. Dokud peníze volně cirkulují v životě jednotlivce, je zdrav ekonomicky. Jakmile je lidé začnou ze strachu či touze po úsporách hromadit, je to s hospodářstvím zlé.

V různých dobách a kulturách existovala řada prostředků směny, jako například sůl, skleněné perly nebo jiné malé hodnotné předměty. V minulosti se měřilo bohatství člověka velikostí jeho stád ovcí či dobytka. Dnes přišly na jejich místo peníze a jiné cenné papíry, jež lze ukládat v bance, protože je podstatně praktičtější nosit s sebou mince a bankovky než ovce a voly.

### Nejpohodlnější a nejkratší cesta k bohatství

Cesta ke štěstí a úspěchu v každé oblasti – ať už duchovní, duševní nebo materiální – je otevřena každému, kdo je obeznámen se zázračnými silami podvědomí. Kdo zná duševní zákony, ten je skálopevně přesvědčen a ví naprosto jistě, že nebude nikdy trpět

nedostatkem, a to bez ohledu na hospodářskou konjunkturu, kursy na burze nebo krize všeho druhu, jako jsou stávky či války. Jakmile totiž vstoupí svému podvědomí představu blahobytu, podvědomí se v každé situaci postará o dostatek všeho potřebného. Stačí jen získat neochvějně duševní přesvědčení, že peníze cirkulují v každé době bez překážek v jeho životě a bude jich vždy více než dost. I kdyby státní pokladna vyhlásila zítra bankrot a veškerý váš majetek by ztratil hodnotu (jako tomu bylo v případě německé měny už dvakrát), díky znalosti zákonů podvědomí byste přesto brzy opět zbohatli, ať už by nový hospodářský systém nebo nová měna vypadaly jakkoli.

## **Proč nemáte více peněz**

Možná že si při četbě této kapitoly říkáte: „Zasloužil bych si vyšší plat, než momentálně dostávám.“ – Podle mého názoru je práce většiny lidí podceňována a neadekvátně odměňována. V řadě případů může být důvodem nedostatku peněz i to, že tito lidé tajně či veřejně peníze ztracují. Říkají jim „špinavé peníze“ nebo tvrdí, že touha po penězích je kořenem všeho zla. Dalším důvodem, proč nedosahují žádných ekonomických úspěchů, bývá pověra, která je v duchu straší, že totiž chudoba je ctnost a morální zásluha. Tento podvědomý postoj má většinou původ v tom, co bylo člověku vštěpováno v mládí, často tu jde i o nesprávný výklad řady míst z bible.

## **Peníze a vyrovnaný život**

Jednou mi kdosi řekl: „Jsem na dně. Nenávidím peníze. Jsou kořenem všeho zla.“ Něco takového může říci jen pomatený neurotik. Stejně zkreslený a jednostranný postoj mají však i ti, jejichž srdce bije pouze a jenom pro peníze. Člověk musí umět správně využít svých schopností. Někteří se souží touhou po moci, jiní po penězích. Jestliže je veškeré vaše myšlení a snažení zaměřeno na peníze a vy si říkáte, že peníze jsou všechno, co chcete, a že se budete věnovat cele jedinému cíli, tedy nashromáždění co nejvíce peněz, všechno ostatní že je pak pro vás nedůležité, nepochybně přijdete k penězům a majetku. Jenže přitom přehlídíte, že člověk má vést vyrovnaný život, kdy se snaží uspokojovat i svou touhu po míru duše, po harmonii, lásce, přátelství a dokonalém zdraví. Kdo si z peněz udělá jediný smysl života, rozhodl

se nesprávně. Brzy totiž přijde na to, že vedle peněz potřebuje člověk i řadu jiných věcí. Patří sem objeovávání a rozvíjení skrytého nadání, úsilí správně zastávat své místo v životě, touha po kráse a radosti, snaha přispět k blahu a úspěchu bližních. Kdo však správně pochopil zákony podvědomí a umí jich příslušně využívat, nestane se jen – pokud po tom touží – milionářem, ale dosáhne navíc i vnitřní a vnější harmonie, skvělého zdraví a dokonalé seberealizace.

## **Chudoba je duševní nemoc**

Chudoba není žádná ctnost nebo zásluha, ale pouze jedna z mnoha duševních nemocí. Kdybyste se tělesně necítili dobře, hledali byste příčinu v nemocném organismu. Podnikli byste vše proto, abyste se cítili co nejdříve opět dobře. Trvalý nedostatek peněz je zase symptomem toho, že je ve vašem životě něco v nepořádku.

Životní princip, který v sobě nosí každý z nás, směřuje k růstu, naplnění a přebytku. Nepřišli jste na tento svět proto, abyste živořili v ubohé chatrči, oblékali se do hadrů a trpěli hladem. Zákon života chce, abyste byli šťastní, bohatí a úspěšní.

## **Proč se o penězích nemá nikdy mluvit s despektem**

Zbavte se všeobecně rozšířených podivných a pověřivých názorů na peníze. Nepovažujte je nikdy za něco zlého nebo špinavého, tak byste je od sebe pouze násilím odháněli. Myslete vždy na to, že podvědomí vás chrání před vším, co s přesvědčením odmítáte. Jak by k vám také mohlo přitahovat něco, co sami odmítáte?

## **Jak získat správný postoj k penězům**

Zde je technika, kterou můžete snadno znásobit své konto. Několikrát denně si opakujte: „Peníze jsou mi ze srdce milé, mám je rád, užívám jich moudře a k dobrým účelům. Rád je velkoryse vydávám, a ony se mi zázračným způsobem ve znásobeném množství vracejí. Peníze nejsou jen dobré, ale dokonce velmi dobré. Proudí ke mně v hojném množství ze všech stran. S jejich pomocí budu moci učinit hodně dobrého a užitečného, a proto jsem také vděčný za své materiální i duševní poklady.“



## Peníze z vědeckého hlediska

Předpokládejme, že jste narazili na ložisko zlata, stříbra, olova, mědi nebo železa. Považovali byste tyto kovy za něco špatného? Lidská zaslepenost, nevědomost, nesprávný postoj k životu a zneužívání podvědomých sil jsou tím jediným pramenem a kořenem všeho zlého. Každý kov, ať už uran, olovo nebo cokoli jiného, by nám mohl sloužit jako prostředek směny. Místo nich ale používáme bankovky, šeky, měď, nikl a stříbro, tedy materiály, na kterých opravdu není nic špatného. Fyzikové a chemici dnes vědí, že jediný rozdíl mezi kovy spočívá v počtu a zrychlení elektronů kroužících kolem společného středu. Pomocí silného cyklotronu dnes lze přeměnit jeden kov v druhý, tím že je ostřelován atomy. Za určitých podmínek se takto může i zlato změnit v rtuť. Pravděpodobně to nebude dlouho trvat a moderní vědci budou umět ve svých laboratořích vyrábět synteticky zlato, stříbro i jiné kovy.

V současné době je to ještě příliš drahé, ale ne nemožné. Ze všech výše uvedených důvodů by neměl inteligentní člověk vidět v tomto nashromáždění elektronů, neutronů, protonů a izotopů nic zlého – ať už je to kov, papír, mince nebo bankovka.

## Jak k sobě přivolat potřebné peníze

Před řadou let jsem se v Austrálii seznámil s jedním chlapcem, který se chtěl stát chirurgem. Neměl však na studium peníze. Vysvětlil jsem mu, že každé do země spuštěné semínko je schopné přitahovat k sobě vše, co potřebuje pro svůj zdárný růst. Tento proces si musí vzít za vzor a svému podvědomí vštípit příslušnou ideu. Aby si vydělal na živobytí, uklízel tento mimořádně nadaný chlapec ordinace, čistil okna a dělal všechny možné příležitostné práce. Vyprávěl mi, že si každou noc před usnutím nakreslil v duchu co nejzřetelněji listinu s lékařskou licencí, na níž bylo velkým, zřetelným písmem napsáno jeho jméno. Při svých nejružnějších příležitostných pracích se dozvěděl zcela přesně, jak takové dokumenty vypadají. Proto pro něho bylo snadné vrýt si do podvědomí příslušnou představu. Trvalo to asi čtyři měsíce, kdy ho každou noc fascinoval tento duševní obraz jeho přání, a nakonec se dostavil úspěch. Další životní příběh tohoto mladého muže je velmi poučný. Jednomu z lékařů se chlapec velmi

zalíbil. Učil ho sterilovat nástroje, dávat injekce, poskytovat první pomoc a seznámil ho i s jinými činnostmi potřebnými v lékařské praxi. Nakonec ho zaměstnal jako zdravotního technika a asistenta. Později ho nechal vystudovat na vlastní náklady medicínu. Mezitím se z chlapce stal slavný lékař, který působí v Montrealu. Správným použitím podvědomí dosáhl toho, že začal účinkovat prastarý zákon přitažlivosti, jenž zní: „Kdo vidí jasně před sebou svůj cíl, musí pouze silou svého přání získat prostředky pro jeho uskutečnění.“

V tomto případě představovala cíl vlastní lékařská praxe. Mladý muž se dokázal vidět v roli lékaře a také se tak cítit. Žil s touto myšlenkou a naplnil ji veškerou silou své lásky k lékařskému povolání, až se prostřednictvím jeho fantazie stala hluboko v podvědomí pevným přesvědčením. Tak byly vytvořeny podle zákona podvědomí všechny předpoklady pro splnění jeho přání.

## **Proč řada lidí nedosáhne nikdy zvýšení platu**

Jestliže pracujete pro nějaký velký podnik a vskrytu duše jste plni hořkosti, že jste špatně zaplacení a nedocenění a že byste si zasloužili větší uznání a plat, už jste vlastně vnitřně dali svému zaměstnavateli sbohem. Svým postojem totiž uvádíte do pohybu zákonitý proces a jednoho dne vám šéf řekne: „Musíme se bohužel vašich dalších služeb vzdát.“ V podstatě jste si ale vy sami dali již předtím výpověď. Váš nadřazený byl pouhým nástrojem realizace vašeho vlastního negativního postoje. Tento proces naprosto odpovídá zákonu účinku a protiúčinku. První podnět vyšel z vašich myšlenek a všechno, co následovalo, představovalo jen výsledek podvědomé reakce.

## **Překážky a pasti na cestě k bohatství**

Sami jste již jistě někdy slyšeli takoveto poznámky: „Ten také nepřišel k penězům poctivě.“ – „Je to podvodník.“ – „Toho jsem znal, když ještě nebyl vůbec nic.“ – „S takovými lokty to není žádné umění být úspěšný.“

Jestliže se ale autor těchto soudů nad sebou trochu zamyslí, většinou zjistí, že sám trpí nedostatkem peněz nebo nějakou tělesnou či duševní nemocí. Možná, že se kolegové ze studií vyšplhali po žebříčku úspěchu rychleji než on a tím v něm probudili hořkou závist.

Tato zloba je ale zároveň i vlastní příčinou jeho neúspěchu. Negativní postoj k bývalým přátelům a jejich blahobytu totiž znemožňuje dosáhnout vlastního vytouženého bohatství.

Prosí totiž o splnění dvou protikladných přání. Na jedné straně říká: „Ze všech stran ke mně proudí bohatství a blahobyť.“ Vzápětí však prohlašuje: „Nepřeji tomuto muži jeho bohatství.“ Zvykněte si jednou provždy sledovat štěstí a úspěch svých bližních s opravdovou radostí.

## **Chraňte svůj majetek**

Pokud potřebujete radu ve finančních záležitostech nebo si děláte starosti kvůli kursu svých cenných papírů a akcií, konstatujte s naprostým klidem a důvěrou: „Nekonečná moudrost bdí nad všemi mými finančními transakcemi a vnukne mi vždy správné rozhodnutí, takže z veškerého mého podnikání plyne zisk.“ Toto si často opakujte a zjistíte, že jste peníze uložili moudře a tím jste uchráněni před ztrátami.

## **Všechno má svou cenu**

Ve velkých obchodech pracují domácí detektivové, aby zabránili krádežím. Každý den nachytají řadu zlodějů, kteří se tímto způsobem snaží získat něco zadarmo. Myšlení takových lidí určuje strach z nedostatku a z nutného omezování potřeb. Neokrádají ale jen druhé, ale i samy sebe – o klid duše, harmonii, víru, čestnost, bezúhonnost, o dobrou vůli a důvěru svých bližních. Navíc si způsobují i velkou ztrátu, totiž ztrátu sebeúcty, společenského postavení a vnitřního klidu. Těmto lidem chybí pevná víra, že si mohou opatřit v nutné míře vše potřebné, a zároveň dost dobře neznají funkce svého ducha. Kdyby použili síly podvědomí a z přesvědčení tvrdili, že jim právě ono ukáže cestu k pravé seberealizaci, také oni by našli práci a stálý příjem. Pokud by začali žít jinak, to znamená čestně a bezúhonně, a pokud by v tomto způsobu života vytrvali, stoupli by brzy sami u sebe v ceně a pro druhé by se stali vzorem.

## **Váš nevyčerpatelný peněžní zdroj**

Důkladné seznámení s mocí podvědomí a tvůrčí silou myšlenek a představ je tou nejrychlejší a nejbezpečnější cestou, jak ukončit vnitřní

i vnější nedostatek všeho druhu a žít v blahobytu. Přijměte tedy dar bohatství, který vám nabízí vaše podvědomí. Správný postoj k blahobytu a neochvějná jistota, že se brzy dočkáte jeho realizace, vyvolají proces řízený vlastními matematickými a mechanickými zákony. Jakmile se začnete vnitřně cítit jako majetný člověk, budete brzy vlastnit vše, co je k takovému pocitu třeba.

Opakujte si každý den toto tvrzení a do srdce si запиšte zlatými písmeny: „Jsem v jednotě s nekonečným bohatstvím svého podvědomí. Mám právo na blahobyt, štěstí a úspěch. Peníze ke mně proudí v hojné míře z nevyčerpatelných pramenů. V každém okamžiku si uvědomuji svoji pravou hodnotu. Všim, čím mohu a co vlastním, rád posloužím svým bližním. Dostalo se mi bohatého požehnání v podobě hmotných statků. Život je nádherný.“

## SHRNUTÍ

1. Neostýchejte se tvrdit, že máte právo na bohatství a podvědomí tento váš nárok patřičně splní.
2. Nespokojujte se jen s tím nejnutnějším. Přejte si mít vždy k dispozici takové obnosy, které vám umožní splnit si okamžitě každé přání. Seznamte se důvěrně s nevyčerpatelným bohatstvím svého ducha.
3. Tam, kde peníze bez překážek připlouvají a odplouvají, tam je ekonomické zdraví. Považujte peníze za jev, který lze přirovnat k odlivu a přílivu: odliv a příliv se pravidelně střídají. Pokud vládne odliv, čeká tu již naprosto nutně příliv.
4. Znalost zákonů podvědomí vás vždy obklopí bohatstvím, ať už vstoupí do vašeho života v jakékoli formě.
5. Jedním z důvodů, proč tolik lidí zápolí s vypětím všech sil s financemi a nemá nikdy dost peněz, spočívá v tom, že peníze ztracují. Co však člověk ztrácuje, to od sebe odhání.
6. Neučiňte si z peněz nikdy modlu. Jsou pouhým symbolem. Nezapomínejte, že právě bohatství přebývá ve vašem duchu. Narodili jste se k tomu, abyste vedli vyrovnaný život. K němu patří také dostatek peněz, aby se mohla splnit vaše přání, ne však, aby se peníze staly vaším božstvem.

7. Nemyslete nikdy výlučně na peníze, ale i na zdraví, štěstí, mír, opravdovou seberealizaci a lásku a chovejte ve svém srdci lásku a dobrou vůli vůči všem svým bližním. To vše vám totiž podvědomí odplatí úroky a úroky z úroků.
8. Chudoba není ani zásluha, ani ctnost. Naopak – je důsledkem duševního onemocnění, utrpení, z něhož se musíte okamžitě léčit.
9. Nepřišli jste na svět, abyste bydleli v chatrči, oblékali se do cárů a trpěli hladem. Jste předurčení pro plný život.
10. Neříkejte nikdy: „Ten špinavý mamon!“ nebo „Pohrdám penězi.“ Čím člověk opovrhne, to ztrácí. Nic není samo o sobě dobré nebo špatné. Teprve naše myšlení nás vede k tomu či onomu hodnocení.
11. Opakujte si často: „Peníze jsou mi ze srdce vítány. Použiji je moudře ke svému užitku i k užitku svých bližních. S radostí a plnými rukama je vydávám a ony se mi tisíckrát rozmnoženy vrátí.“
12. Peníze nejsou o nic horší než měď, olovo, cín nebo železo, které ukrývá naše země. Všechno zlé pochází jen a jenom z neznalosti a z nesprávného užívání duševních sil.
13. Vědomá a živá představa žádoucího konečného výsledku přivolá reakci vašeho podvědomí, vedoucí bezpečně k cíli.
14. Všechno má svoji cenu. Nesnažte se nikdy nic dostat zadarmo. Když budete věnovat svým cílům, ideálům a podnikání dostatečnou pozornost, zapojí vaše podvědomí své síly v tomto směru. Kdo hledá bohatství, musí své podvědomí naplnit živou představou života v blahobytu a nadbytku.

---

## **KAPITOLA 11 - Pomoc podvědomí přináší úspěch**

---

Mít úspěch – to znamená úspěšně žít. Na úrovni lidského bytí lze za velký úspěch označit dlouhé období ničím nezkaleného pokoje, neomezené radosti a nerušeného štěstí. Nekonečná nádhera tohoto

stavu je dopřána požehnaným ve věčném životě, o němž hovořil Ježíš. Skutečné bohatství a šťastný život v pokoji, harmonii, bezúhonnosti, jistotě a štěstí jsou duševního původu. Vyplynávají z hlubokého lidského Já. Protože však v duchu o těchto stavech nebeského bytí uvažujeme, stávají se pevnou součástí našeho podvědomí. Zde jsou totiž uloženy poklady, „*kde je neničí mol ani rez a kde je, zloději nevykopávají a nekradou.*“ Matouš, 6,20.

## **Tři kroky k úspěchu**

Existují tři kroky, které vedou zcela určitě k úspěchu. První spočívá v tom, aby si člověk ujasnil, k jakému úkolu celým srdcem tíhne; tento úkol musíme s radostí přijmout a plnit. Jen ten, kdo miluje svoji práci, dosahuje v ní úspěchu. Kdo se chce stát například lékařem, nesmí se nikdy spokojit složením příslušných zkoušek, ale musí stále držet krok s vývojem, účastnit se kongresů a být neúnavný ve studiu lidského organismu a jeho funkcí. Úspěšný lékař navštěvuje stále znovu kliniky a čte odborné časopisy, aby se seznámil s nejnovějšími poznatky ve své oblasti. Jinými slovy: udržuje se stále na úrovni vědeckého výzkumu, aby tak byl co nejlépe připraven pro zmírňování lidského utrpení. Úspěšnému lékaři musí vždy ležet na srdci především zájem jeho pacientů.

Možná, že teď někdo namítne: „To je všechno krásné a dobré, ale já nemohu udělat ani ten první krok k úspěchu, protože nemám sebemenší tušení, k jaké činnosti jsem opravdu povolán.“ Čtenáři, kterých se to týká, udělají nejlépe, když budou prosit o Boží vedení a osvícení třeba těmito slovy: „Nekonečná moudrost mého podvědomí mi ukáže moje pravé místo v životě.“ Tuto modlitbu je třeba s naprostým klidem, důvěrou a citem neustále znovu opakovat. Za nějaký čas budou vytrvalost a pevná víra odměněny, přijde vnuknutí nebo přesvědčení, že inklinujete k určité zcela jasně vymezené činnosti. Tato odpověď na vaši modlitbu vám dá povznášející pocit jasného prozření a vnitřní jistoty.

Druhý krok k úspěchu spočívá ve specializaci na určitou oblast a ve snaze vyznat se v ní lépe než všichni druzí. Jestliže tak například člověk pozná, že je povolán stát se chemikem, měl by se soustředit na jedno z mnoha odvětví této vědy. Této speciální oblasti potom musí

věnovat veškerý čas a pozornost. Při plnění takového úkolu je nezbytné nadšení a snaha prozkoumat zvolenou oblast až do posledního detailu a orientovat se v ní lépe než kdokoli jiný. Vedle tohoto zapáleného zájmu o vytčený úkol tu musí být i upřímné přání sloužit lidstvu.

*„Kdo je z vás největší, bude váš služebník.“* Matouš 23,11, srov. Lukáš 22,26. Jaký nebetyčný rozdíl je však mezi takovýmto postojem a postojem člověka, který pouze vydělává na chléb, aby „vyšel“. Skutečný úspěch není v tom, „jen tak tak vyjít“. Lidská činnost musí být inspirována většími, ušlechtilějšími a nezištnějšími pohnutkami. Člověk se musí věnovat službě bližnímu, a to nejen proto, aby vydělal, ale aby zároveň konal záslužné skutky.

Třetí krok je ale ten nejdůležitější. Musíte si ve svém nitru udělat naprosto jasno v tom, zda svou činností vlastně nesledujete pouze osobní úspěchy, resp. jejich rozmnožování. Nesmíte se v žádném případě dát svést na scestí pouhým egoismem. Hlavní hvězdou vašeho úsilí musí být přání sloužit lidstvu. Vaše myšlení, cítění i snažení musejí být propojeny jako kruh. Aby vám nekonečná moudrost otevřela oči a srdce pro vaše pravé poslání, musí vaše modlitba vycházet z přání být užitečný světu a bližním. Tento postoj vám přinese tisíce požehnání. Jestliže ale někdo prahne jen po vlastních výhodách, tento dokonalý kruh se nemůže uzavřít a snadno vznikne zkrat, který do života sobeckého člověka a přinese nemoc a nouzi.

## **Pravé měřítko úspěchu**

Snad teď někdo namítne: „Ale pan Novák si ve své firmě nahromadil díky podvodům obrovský majetek.“ Ano, také podvodníci mohou budit zdání, že mají po určitou dobu velký úspěch, jenže nečestně získaný majetek se nevyplácí. Jestliže okrádáme druhého, okrádáme zároveň i sama sebe, neboť takové chování prozrazuje naši vnitřní nejistotu a nespokojenost, tedy naprosto negativní postoj, který bude mít škodlivý dopad na naše zdraví, rodinný život a obchodní vztahy. Všechny naše myšlenky a pocity se totiž uskutečňují a získávají viditelnou formu. Dokážeme to, čemu věříme. A i když někdo podvodem zbohatl, nelze tu hovořit o úspěchu. Kdo nežije v míru se svým svědomím, nemůže se ani těšit ze svého zdánlivého

úspěchu. Co je platné třeba i pohádkové bohatství, když jeho vlastník nemůže v noci spát, je nemocný nebo ho pronásledují výčitky svědomí?

V Londýně jsem poznal jednoho muže a ten mi vyprávěl svůj životní příběh. Byl profesionálním kapsářem a nashromáždil si tak značný majetek. Vlastnil venkovské sídlo ve Francii a žil si tam na své vlastní půdě na vysoké noze. Přiznal se mi ale, že ho stále pronásleduje strach, že se v kterémkoli okamžiku může objevit Scotland Yard. Trpěl mnoha obtížemi, jejichž příčinou byl nepochybně ustavičný strach a špatné svědomí. Plně si uvědomoval nezákonnost svého jednání. A toto jeho vědomí viny přímo přivolávalo utrpení a neštěstí. Jednoho dne se dobrovolně vydal policii, učinil rozsáhlé doznání a bez odporu se smířil s vězením i s náhradou škody. Když byl propuštěn, hledal radu a pomoc u neurologa i u duchovního. Když potom prošel úplnou vnitřní proměnou, začal normálně chodit do práce a stal se čestným, loajálním občanem. Našel si zaměstnání, které mu plně vyhovovalo, a byl naprosto šťastný.

Úspěšný člověk miluje svoji práci, protože práce mu zároveň dává možnost projevit v ní své Já. K úspěchu ale patří více než přání hromadit bohatství. Za úspěšného lze považovat jen toho, kdo vlastní hluboké duševní a duchovní poznání. Mnoho vedoucích hospodářských pracovníků zdůvodňuje svůj úspěch správným využitím podvědomí.

Před několika lety vyšel v novinách článek o ropném magnátu Flaglerovi. Z jeho slov jednoznačně vyplývalo, že úspěchů dosahoval díky své schopnosti představit si v myšlenkách plánovaný projekt tak, jako by byl již zrealizovaný. Se zavřenýma očima se v duchu viděl v čele svého ropného impéria, slyšel kolem sebe dunět nákladní vlaky a ostré hvizdy lokomotivy a pozoroval oblaka kouře, táhnoucí se za nimi. Jakmile dokázal takto vidět splnění svého přání, zbýval k jeho realizaci už jen krok. Jestliže tedy v duchu spatříte naprosto zřetelně určitý cíl, podvědomí vytvoří způsobem vymykajícím se našemu chápání nutné předpoklady pro jeho uskutečnění.

Při pozorování těchto tří kroků k úspěchu byste nikdy neměl zapomínat na tvořivou sílu svého podvědomí, která stojí za veškerým



vaším snažením. Právě ona totiž dodává nutnou energii k úspěšnému provedení každého plánu. Myšlení představuje tvůrčí moc. Jakmile se vaše myšlenky a pocity spojí v jeden celek, vzniká subjektivní víra a „podle vaší víry se vám staň“.

Poznání nekonečné moci, jež ve vás přebývá a jež může splnit všechna vaše přání, vám dodá neochvějnou sebedůvěru, klid a pevnou jistotu. Ať už pracujete v kterékoli oblasti, nesmíte váhat a musíte se co nejdříve seznámit se zákony podvědomí. Jakmile budete umět používat těchto duchovních sil, jakmile se naučíte realizovat své pravé Já a dávat své schopnosti do služeb bližnímu, budete na jisté cestě ke skutečnému úspěchu. Pokud budete jednat podle Boží vůle, ruka Boží vás bude vést a chránit. Kdo nebo co by vám potom ještě mohlo stát v cestě? Žádná moc tohoto světa nedokáže vzít úspěch tomu, kdo se probojoval k tomuto hlubokému poznání.

## **Jak uskutečnil svůj sen**

Jeden filmový herec mi vyprávěl, jak už jako chlapec na otcově statku snil o tom, že se stane hvězdou filmového plátna, i když věděl, že to s jeho výsledky ve škole není valné. Nikdy ho však tato myšlenka neopouštěla, ať už sekal trávu nebo dokonce dožil kozu. Říkal doslova: „Vždycky jsem viděl své jméno napsané velkým, jasně osvětleným písmem nad vchodem velkého kina. Léta jsem takhle snil, až jsem konečně utekl z domova. Vzal jsem i tu sebebezvýznamnější práci, kterou mně ve filmovém průmyslu nabídli. Hrál jsem v komparesech a od rolí statistů jsem postupoval ke stále větším mluveným rolím, až jsem jednoho dne skutečně viděl zářit své jméno v onom jasném světle, které jsem si jako malý kluk představoval!“ Skončil slovy: „Sám na sobě jsem zažil, že cílevědomé snění o splnění určitého snu vede k úspěchu!“

## **Vysněná drogerie se stala skutečností**

Před třiceti lety jsem znal jednoho mladého drogistu, který dostával 30 dolarů týdně plus nějakou malou provizi z prodeje. „Za 25 let,“ říkal mi, „dostanu svůj důchod a půjdu na odpočinek.“

Nato jsem mu odpověděl: „Proč si nezaložíte vlastní obchod? Přece nezůstanete dřepět tady! Určete si vyšší cíle! Myslete na

budoucnost svých dětí. Možná, že váš syn bude chtít studovat medicínu nebo má vaše dcera mimořádné hudební nadání, takže by se z ní mohla stát velká klavíristka.“

Jeho odpověď zněla, že nemá peníze. Přesto mu však tato úvaha otevřela oči pro nové možnosti a silně ho ovlivnila.

Požádal mě, abych mu vysvětlil působení nesmírných sil podvědomí. Brzy nato následoval druhý krok: probuzení těchto sil. Začal si představovat, že stojí ve svém vlastním obchodě. V duchu ho zařizoval, stavěl regály, vyplňoval objednávky, dohlížel na své zaměstnance, kteří obsluhovali zákazníky, a viděl, jak jeho bankovní konto fantasticky roste. Jako dobrý herec se plně vžil do své role.

## **Jednej tak, jako by to byla skutečnost, a věc se skutečností stane**

Zcela podle této zásady si začal mladý drogista konstruovat představy o samostatném obchodu.

V jeho dalším životě nastal zajímavý vývoj. Byl ze svého podřízeného postavení propuštěn, našel si nové místo v drogistickém podniku, který měl pobočky po celé zemi, byl pověřen vedením jedné z nich a konečně i správou celého prodejního okrsku. Za čtyři roky našetřil dost peněz na to, aby si mohl dovolit splácet vlastní obchod. Pojmenoval ho „drogerie snů“.

„Obchod,“ říkal mi, „odpovídal až do nejmenšího detailu mým vysněným představám.“ Byl nesmírně úspěšný a svou práci nepřestal mít rád.

## **Podvědomí v obchodní činnosti**

Před několika lety jsem pro skupinu obchodníků přednášel o moci fantazie a podvědomí. Mimo jiné jsem připomenul i to, že také Goethe hledal v těžkých chvílkách útočiště ve své bohaté představivosti.

Jak je známo, bavíval se hodiny s osobami, které existovaly jen v jeho fantazii. Víme také o jeho zvyku představovat si co nejživěji přítomnost, tělesný zjev, gesta a hlas důvěrného, osvědčeného přítele, který mu dával potřebné odpovědi a ukazoval nejlepší řešení.

Mezi mými tehdejšími posluchači byl také jeden mladý burzovní makléř. Jednou se rozhodl zkusit to sám s Goethovou technikou.

Vybavil si v duchu rozhovor s jedním přítelem, bankéřem s několikamiliónovým majetkem, kterého obdivoval za jeho prozívatelnost v otázkách uložení kapitálu i jiných obchodních záležitostech. Tyto imaginární rozhovory vedl tak dlouho, dokud představa nesplynula se skutečností.

Tato samomluva a vědecky usměrněná fantazie mladého burzovního makléře byly v naprostém souladu s jeho životním cílem ukládat peníze klientů bezpečně a se ziskem. Dodnes se dává vést ve všech obchodních otázkách podvědomím a platí za jednoho z nejprozíravějších a nejúspěšnějších burzovních znalců.

## **Šestnáctiletý chlapec proměňuje chyby v úspěch**

Jednou si mi jeden středoškolák stěžoval: „Dostávám samé špatné známky. Paměť mi selhává. Nevím, co se se mnou děje.“ Netrvalo dlouho a objevil kořen všeho zla: byl k mnoha učitelům a spolužákům přinejmenším lhostejný, často s nimi jednal dokonce se závistí a nepřátelstvím. Dal jsem mu potřebné poučení.

Na mou radu opakoval s přesvědčením několikrát denně, zvláště před usnutím a po probuzení: „Vím, že mé podvědomí je také pokladnicí mých vzpomínek. Ukládá vše, co čtu v učebnicích a slyším od učitelů. Mám dokonalou paměť a nekonečná moudrost mého podvědomí mi vždycky ukáže odpověď na všechny otázky, které mám ústně či písemně zodpovědět. Ke všem svým učitelům a spolužákům cítím náklonnost a oni ji opětují. Přeji jim z celého srdce úspěch a všechno nejlepší.“

Zakrátko se mládenec zbavil veškerých starostí a u všech zkoušek výborně prospíval.

## **Jak úspěšně nakupovat a prodávat**

Kdo chce něco koupit nebo prodat, musí mít stále před očima, že vědomí působí jako spouštěč a podvědomí jako motor. Aby byl motor uveden do chodu, musí se nejprve nastartovat. Vědomí by se dalo také přirovnat k elektrickému spínači, který řídí proud podvědomí.

Aby bylo možno předat podvědomí jasně definované přání, určitou myšlenku nebo zřetelnou představu, je nutno – jak již bylo řečeno – vnitřně i zevně se uvolnit a vyhnout se jakémukoli vědomému úsilí. V

uvolněném stavu se není třeba obávat narušení obrazu určitého přání. Zároveň se tak lze vyhnout jakémukoli škodlivému křečovitému úsilí. Víme totiž, že ta nejjednodušší cesta je vždy nejlepší. Jen tak se podaří představit si určité přání tak, jako by se již stalo skutečností.

Chcete-li například koupit dům, uvolněte se a řekněte si: „Vedle jiných nekonečně velkých sil má mé podvědomí i dar vševědoucnosti. Odhalí mi teď, kde je onen ideální dům, který leží v hezkém prostředí, a to navíc v místě, odkud je výhodné dopravní spojení. Dům, který i jinak odpovídá všem mým představám, nárokům a příjmům. Pověřuji teď podvědomí úkolem najít tento objekt a vím, že ono v tomto smyslu zareaguje. Předávám mu svou prosbu s neomezenou důvěrou, že bude splněna, s touž důvěrou, s níž rolník zaseje a ví, že satba přinese plody.“

Prosba může být vyslyšena v podobě příhodného inzerátu v novinách či přátelské rady nebo na takový dům dokonce sami natrefíte. Vaše přání se tedy může splnit různým způsobem. Nejdůležitější je ale neochvějná víra, že se problém určitě vyřeší, pokud budete důvěřovat zákonitému působení podvědomí.

Možná ale, že nechcete dům koupit, ale prodat. Několika obchodníkům s realitami, kteří za mnou přišli na soukromou konzultaci, jsem vyprávěl, jak jsem já kdysi našel kupce pro svůj dům v Orlando Avenue v Los Angeles. Od té doby použila této techniky i řada jiných lidí, a to vždy s pozoruhodně rychlým úspěchem. Postavil jsem na zahradu před domem cedulku s nápisem „Na prodej, přímo od majitele“. Večer těsně před usnutím jsem si položil otázku: „Kdybys našel kupce, co bys dělal?“ Odpověděl jsem si sám: „Vzal bych tu ceduli a vyhodil ji.“ Nato jsem si v duchu vykreslil, jak jsem uchopil sloupek s cedulí, vytáhl ho ze země, vzal na ramena a se slovy „už tě nepotřebuji“ ho vyhodil do popelnice. Naplnil mě pocit hlubokého uspokojení. Moje přání již vypadalo jako splněné.

Hned druhý den mi dal jeden zájemce splátku 1000 dolarů a řekl mi: „Odstraňte prosím tu ceduli, zbytek peněz si okamžitě opatřím.“

Ihned jsem udělal všechno, co jsem si již v duchu představoval, moje vnější jednání tak odpovídalo přesně představě, která se v duchu již uskutečnila. Na tom není absolutně nic nového. Jak uvnitř, tak venku – to znamená, že obraz vtištěný vašemu podvědomí se

zrealizuje i ve vnějších životních okolnostech. Vnější odráží vnitřní. Vnější jednání přichází potom, kdy se uvnitř již odehrálo.

Chtěl bych tu popsat ještě jednu metodu, která se osvědčuje při prodeji domů, pozemků a jiného majetku. Zformulujte si s rozvahou, klidně a s citem toto tvrzení: „Nekonečná moudrost mi přivede kupce, který si přeje tento dům a bude v něm šťastný. Neomylná, tvůrčí moudrost mého podvědomí ho ke mně pošle. Ať už bude tento člověk uvažovat o jakýchkoli jiných domech, můj je jediný, který chce skutečně koupit, protože mu prozířetelnost jeho vlastního podvědomí vnukne toto rozhodnutí. Zcela bezpečně vím, že je to ten správný kupec, správný čas a správná cena. Všechno na této transakci je správné. Boží řád svede mne i kupce dohromady na proudech podvědomí. Víím, že to tak je.“

Myslete vždy na to, že to, o co se snažíte, je zároveň již na cestě k vám, a že pro všechno, co chcete prodat, vždy existuje nějaký kupec. Správným použitím podvědomí zbavíte svého ducha při koupi a prodeji veškerého neklidu a veškerého zbytečného strachu z konkurentů.

## **Jak získala to, co chtěla**

Jedna mladá dáma, která navštěvovala mé kursy, potřebovala na cestu do institutu pravidelně půl druhé hodiny, protože jezdila autobusem a třikrát přestupovala. Vyprávěl jsem jí, jak jeden mladý muž získal auto, které nutně potřeboval na cestu do práce, a ona to učinila stejně.

Uvádím tu s jejím svolením výňatek z dopisu, kde mi píše o svém úspěchu:

„Milý dr. Murphy, ráda bych vám vyprávěla, jak jsem získala cadillac. Víte, jak jsem si ho přála, abych mohla pravidelně navštěvovat vaše přednášky. V duchu jsem si vyhlédla prodejce a ten mě pozval na zkušební jízdu. Za čas jsem si sama sedla za volant a řídila jsem auto v nejsilnějším provozu. Stále znovu jsem si tuhle situaci do nejmenšího detailu představovala a žila jsem v přesvědčení, že mi cadillac už patří.“

Minulý týden jsem už jela na vaši přednášku ve vlastním cadillacu. Strýc z Inglewoodu, který nedávno zemřel, mi odkázal jako své jediné dědičce mimo jiné i svůj cadillac.“

## **Technika úspěchu používaná radou skvělých obchodníků**

Existuje spousta vynikajících obchodníků, kteří si mnohokrát denně opakují abstraktní pojem „úspěch“ tak dlouho, dokud nenabudou naprostého přesvědčení, že jsou úspěšní. Přitom jsou si vědomi, že jejich představa už obsahuje všechny podstatné součásti skutečného úspěchu. Proč si také vy nechcete s vírou a jistotou stále znovu zapisovat do podvědomí slovo „úspěch“? Jakmile tato myšlenka pronikne vaším podvědomím, ukáže vám naprosto bezpečnou cestu k úspěchu. Každý člověk má téměř nutkavou potřebu uskutečňovat své subjektivní názory, dojmy a přesvědčení. Co chápete vy úspěchem? Nepochybně k němu patří šťastný rodinný život a dobré vztahy s vaším okolím. Také se jistě budete chtít prosadit ve svém zaměstnání. Budete snít o krásném domě a penězích, díky nimž si lze obstarat i další příjemnosti života. Konečně však budete toužit i po šťastném životě ve víře a úspěšném využití sil svého podvědomí.

Nejde jen o vyřešení obchodních problémů, i v soukromém životě musíte leccos řešit. Staňte se tedy v každém ohledu úspěšným člověkem! Představte si, jak již provádíte svoji oblíbenou činnost a máte vše, po čem vaše srdce touží. Využijte své fantazie a vžijte se do situace člověka žijícího ve štěstí a blahobytu. Zvykněte si na tento postoj. Uléhejte ke spánku každý večer v hlubokém přesvědčení, že jste hýčkáni štěstím a úspěchy. Nepotrvá to dlouho a vašim podvědomím pronikne tato představa. Věřte pevně, že jste zrozeni k úspěchu, a vaše modlitby způsobí zázraky!

## SHRNUTÍ

1. Mít úspěch znamená úspěšně žít. Pokud žijete v míru sami se sebou i se světem, pokud jste naplněni štěstím a radostí a děláte svoji oblíbenou činnost, potom jste úspěšný člověk.
2. Objevte své vnitřní poslání a následujte ho. Jestliže nevíte, jaká činnost vám může nabídnout ideální možnosti pro rozvoj vaší bytosti a talentu, prostě o osvětlení a dočkáte se příslušného vnuknutí.
3. Zvolte si speciální oblast a pokuste se orientovat se v ní lépe než všichni ostatní.
4. Úspěšný člověk není sobecký. Cítí se zavázán službou lidstvu.
5. Bez vnitřního klidu se pravý úspěch nemůže dostavit!
6. Úspěšný člověk má velkou schopnost psychologického a emocionálního vcítění.
7. Jakmile si umíte udělat jasnou představu o svém cíli, vytvoří zázračná moc vašeho podvědomí nutné předpoklady pro její uskutečnění.
8. Jakmile svět představ a citu splynou v neoddělitelnou jednotu, vzniká subjektivní víra a „podle vaší víry se vám staň“.
9. Jestliže vaše představivost sleduje vytrvale určitý cíl, probudí se díky její moci zázračné síly podvědomí.
10. Kdo sní o postupu v zaměstnání, měl by si v duchu představit, jak mu jeho zaměstnavatel, nadřízený nebo životní druh gratuluje k úspěchu. Tento obraz vymalovaný fantazií se musí co nejvíce přiblížit skutečnosti. Je třeba zřetelně slyšet hlas gratulanta, vidět jeho gesta a dovolit, aby celou vaší bytostí pronikal pocit skutečnosti této scény. Neúnavně si tuto představu vybavujte a vaše modlitba bude vyslyšena.
11. Vaše podvědomí je zároveň pokladnicí vzpomínek. Kdo chce zdokonalit svoji paměť, musí získat toto přesvědčení: „Nekonečná moudrost mého podvědomí mi vždy a všude odhalí vše, co musím vědět.“
12. Jestliže chcete prodat dům nebo jiný majetek, opakujte si s klidem a citem stále znovu: „Nekonečná moudrost mi přivede kupce pro tento dům (či cokoli už chcete prodat). Zájemce, který po něm ze

srdce touží a bude v něm šťastný.“ Buďte naprosto pevní v tomto přesvědčení a najdete ideálního obchodního partnera.

13. Představa úspěchu musí obsahovat všechny jeho podstatné součásti. Budete-li si s důvěrou a vírou opakovat slovo „úspěch“, váš vnitřní hlas vám ukáže bezpečnou cestu k cíli.

---

## **KAPITOLA 12 - Významní vědci využívají moci podvědomí**

---

Významnou roli podvědomí vždy oceňovali a oceňují i mnozí přední vědci. Edison, Marconi, Ketterin, Poincaré, Einstein spolu s mnoha dalšími vědci důvěřovali podvědomí a vědomě ho využívali. Právě jemu vděčíme za poznatky a metody, z něhož vycházejí všechny vymoženosti moderní vědy a průmyslu. Pečlivým výzkumem bylo prokázáno, že úspěchy všech velkých vědců a badatelů byly velmi úzce spojeny s jejich schopností rozvíjet síly podvědomí.

Světů není dost dobře známo, jak například slavný chemik Friedrich von Stradonitz vyřešil pomocí podvědomí obtížný přírodovědný problém. Již dlouho se marně snažil správně seřadit šest atomů uhlíku a vodíku ve vzorci benzenu. Stále znovu se však objevovaly nepřekonatelné problémy a rozumové vysvětlení nepřicházelo. Nakonec tedy svěřil svůj problém podvědomí. Osvícení přišlo jako blesk s čistého nebe, když zanedlouho na to nastupoval do londýnského autobusu. Viděl v duchu hada, který se kousal do ocasu a otáčel se jako kolo kolem vlastní osy. Jeho podvědomí našlo řešení a symbolicky mu naznačilo kruhové seřazení atomů, které je dnes všeobecně známé jako „benzenový kruh“.

### **Jak jeden vynikající přírodovědec dospěl ke svým objevům**

Nikola Tesla, autor řady převratných vynálezů, byl skvělým vědcem v oblasti elektrotechniky. Jakmile dostal nový tvůrčí nápad, pracoval na něm a rozvíjel jej ve své fantazii dále, přesvědčen, že



podvědomí mu vnukne všechny detaily pro praktické uskutečnění nápadu. Když potom objev v jeho duchu dokonale vyzrál, mohl svým inženýrům předat perfektní, detailně propracovanou konstrukci, kterou už nebylo třeba dál zlepšovat. On sám svou pionýrskou činnost komentoval slovy: „Bez výjimky všechny moje vynálezy ve dvacátých letech splnily veškerá očekávání, která jsem do nich vkládal já i druzí.“

## **Jak jeden slavný přírodovědec vyřešil svůj problém**

Profesor Agassiz, vynikající americký přírodovědec, objevil ve spánku sám na sobě neúnavnou činnost podvědomí. V životopise, který uveřejnila po jeho smrti žena tohoto slavného muže, je vyličena tato událost:

„Už dva týdny se snažil doplnit neúplnou zkamenělinu prehistorické ryby, z níž zbyly opravdu jen ubohé zbytky. Unaveně a rezignovaně nakonec fosílii odložil a snažil se přestat na ni myslet. Brzy nato se v noci pln radosti vzbudil. Viděl ve snu rybu v její úplně podobě. Když se ale pokusil podržet si její obraz před očima, opět zmizela. Přesto se brzy ráno vydal do Jardin des Plantes, zoologické zahrady s přidruženým zoologickým institutem, protože doufal, že tam uvidí něco, co ho na jeho sen opět upamatuje. Avšak marně. Paměť ho zklamala. Další noc se ale ryba opět ve snu objevila. Ani tentokrát si však později nemohl vzpomenout na všechny detaily. V naději, že se bude sen opakovat potřetí, si dal před spaním k posteli tužku a kousek papíru.

A skutečně. K ránu se obraz ryby opět objevil, nejdříve trochu nezřetelně, ale potom tak neuvěřitelně jasně, že cvičené oko zoologa dokázalo rozeznat i ty nejnepatrnější detaily. Částečně ještě v zajetí snu nakreslil rychle zkamenělinu v naprosté tmě na kousek papíru. Ráno objevil na svém náčrtku s obrovským překvapením určité biologické rysy, které by býval u tohoto prehistorického živočicha nikdy neočekával. Spěchal do Jardin des Plantes a pomocí kresby se mu podařilo jemným dlátkem odstranit na různých místech horní vrstvu fosílie tak, že mohl spatřit všechny detaily. Vše souhlasilo naprosto přesně s obrazem v jeho snu a s náčrtkem, takže správné zařazení živočicha už byla maličkost.“

## **Jak jeden nadaný lékař našel lék proti cukrovce**

Před několika lety mi poštou došel výstřížek z novin, který popisoval objevení inzulinu. Uvedu teď krátce nejdůležitější skutečnosti, tak jak jsem si je zapamatoval.

Asi před čtyřiceti či více lety se dr. Frederick Banting, vynikající kanadský chirurg a lékař, zabýval studiem zhoubných účinků cukrovky. Tehdy lékařská věda neznala ještě žádný prostředek, kterým by mohla čelit této zákeřné nemoci. Dr. Banting věnoval každou volnou minutu svým experimentům a studiu mezinárodní odborné literatury. Jednou v noci se mu opět vyčerpáním zavíraly oči, a tak nezbývalo nic jiného než si jít lehnout. Ve spánku najednou přišlo vnuknutí, aby vyrobil výtažek ze zakrnělých žláz slinivky břišní psa. Z této látky se získal inzulin, který od té doby pomohl miliónům lidí.

Je pozoruhodné, že se dr. Banting již dlouho předtím pokoušel o vyřešení tohoto problému, až mu nakonec podvědomí ukázalo správnou cestu.

Osvícení nepřichází v žádném případě hned první noc. Někdy je třeba čekat na odpověď dlouhý čas. Neztrácejte ale proto odvahu, ale vždy před spaním stále znovu svěřujte podvědomí svoji otázku, a to tak, jako by to bylo poprvé.

Odpověď nepřichází někdy brzy i z toho důvodu, že svoji otázku – ať už právem či neprávem – považujete často za velmi zapeklitý problém. Z toho potom plyne vědomé přesvědčení, že řešení nelze najít v krátké době. Vaše podvědomí není časově ani prostorově omezeno. Uléhejte tedy s pevným přesvědčením, že odpověď již existuje. Nezdržujte sami sebe tím, že řešení očekáváte až někdy v budoucnosti. Důvěřujte zcela svému podvědomí a dejte se zde uvedenými příklady přesvědčit, že na každou vaši otázku a problém existuje správná odpověď a dokonalé řešení.

## **Jak slavný fyzik unikl ruskému koncentračnímu táboru**

Dr. Lothar von Blenk-Schmidt, člen sdružení předních odborníků pro konstrukci raket „Rocket Society“ (sdružení vedoucích raketových odborníků) a vynikající badatel v oblasti elektroniky, sám

krátce shrnuje, jak se mu podařilo pomocí podvědomí uniknout jisté smrti v ruském uhelném dole:

„Jako válečný zajatec jsem se dostal do ruského koncentráku a musel jsem pracovat v dole. Všude kolem umírali kamarádi. Dohlíželi na nás nemilosrdní strážci, nafoukaní důstojníci a komisaři, kteří uměli myslet jen na plnění plánu. Po krátké lékařské prohlídce bylo každému zajatci určeno přesné množství uhlí, které musil denně vytěžit. Moje ‚kvóta‘ představovala 150 kilogramů. Jestliže některý zajatec svůj denní úkol nesplnil, snížili mu za trest přiděl potravin, který byl i tak neuvěřitelně ubohý, takže takový nešťastník brzy odpočíval na hřbitově. Zaměřil jsem se v myšlenkách jen na jedinou otázku: Jak bych mohl včas uprchnout? Věděl jsem, že podvědomí najde nějakou cestu. O domov i celou svoji rodinu jsem ve válce přišel. Všichni moji přátelé a bývalí kolegové buď padli, nebo byli v zajetí.

V okamžiku nejvyšší nouze přišlo náhle vnuknutí. ‚Chci do Los Angeles a moje podvědomí mě tam dostane.‘ Viděl jsem totiž obrázky tohoto města a zcela zřetelně jsem si vybavoval jednotlivé ulice i domy.

Ve dne v noci jsem si představoval, jak chodím rukou v ruce po ulici Wilshire Boulevard s jedním americkým děvčetem, které jsem před válkou poznal v Berlíně. Teď je mou ženou. V duchu jsem nakupoval v obchodech, jezdil autobusem a jedl v prvotřídních restauracích. Každou noc jsem se zvláště intenzívně zabýval myšlenkou, že sedím za volantem luxusního auta a jezdím sem a tam po losangeleských ulicích. Vykresloval jsem si tyhle obrázky do nejmenších podrobností a co možná nejživěji a nejrealističtěji. Nakonec se pro mě stal tento vysněný svět stejnou realitou jako dráty kolem zajateckého tábora.

Každé ráno nechal vrchní dozorčí nastoupit zajatce do jedné linie, aby nás přepočítal. Měl ve zvyku hlasitě počítat: Jeden, dva tři ...‘ a každý odpočítaný musel vystoupit a zařadit se do druhé skupiny. Jednou během ranního apelu odvolali na chvíli dozorčího v okamžiku, kdy mne již jako číslo 17 vyvolal. Když se potom vrátil, omylem začal u dalšího muže rovněž číslem 17. To pro mne byl signál k útěku. Věděl jsem, že moji pracovní skupinu budou večer při návratu

do tábora považovat za úplnou, a tak si mé nepřítomnosti dlouho nikdo nevšimne.

Podařilo se mi ‚zmizet‘. Pochodoval jsem bez přestávky 24 hodin a teprve druhý den jsem si odpočinul v liduprázdném, zničeném městě. Potom jsem žil nějaký čas z ryb a zvířat, které se mi podařilo ulovit a vždycky v noci jsem jel jako černý pasažér v nákladním vlaku přepravujícím uhlí do Polska. Tak jsem se skutečně dostal do Polska a odtamtud mi přátelé pomohli do Švýcarska.

Jednou večer jsem se v Lucernu v hotelu Palast bavil s mladými americkými manželi a ti mne pozvali do Santa Moniky v Kalifornii. Pozvání jsem přijal. Když jsem přijel do Los Angeles, přijel mi naproti šofér mých přátel a vezl mě přes wilshirský bulvár a jiné nádherné ulice, které jsem si po dlouhé měsíce svého zajetí v ruských dolech tak živě představoval. Znovu jsem poznával domy, které jsem v duchu již tisíckrát viděl, a měl jsem dojem, jako bych byl opravdu v Los Angeles už někdy byl. Dosáhl jsem svého cíle.“ Dr. Blenk-Schmidt končí své vyprávění ujištěním, „že nikdy nepřestane žasnout nad zázračnou silou podvědomí a jeho prostředky a cestami, které se vymykají našemu chápání“.

## **Jak archeologové a paleontologové rekonstruují naši minulost**

Lidé pracující v těchto vědách jsou přímo odkázáni na skutečnost, že jejich podvědomí ukládá vzpomínky na dřívější události. Vzhledem k velmi sporým informacím, které jim skýtají zbytky starých sídlišť a prehistorických nálezů se jim může dařit rekonstruovat naši minulost či dokonce dobu prehistorickou jen díky fantazii a síle podvědomí. Co bylo mrtvé, opět ožívá a hovoří k nám. Fantazii a vnuknutím vědců, kteří zkoumají staré chrámy a umělecké předměty, prastaré nástroje a vybavení domácnosti, vděčíme za to, že můžeme nahlédnout do různých vývojových stupňů prehistorie, kdy se naši předkové domlouvali ještě neartikulovanými zvuky a znameními. Intenzivní koncentrace a přesně nasměrovaná fantazie vědce probouzí dřímající síly jeho podvědomí, které před jeho očima opět staví antické chrámy obklopené parky, fontánami a rybníky. Paleontolog dokáže na zkamenělých zbytcích prehistorických zvířat opět vidět jejich svaly,

šlachy a maso, až se před ním vynoří zcela přesný a věrný obraz dávného živočicha. Tak se stává z minulosti živá přítomnost a my vidíme, že lidský duch překonává prostor a čas. Jakmile se naučíte takto ovládat a řídit svoji fantazii, je vám otevřena cesta mezi nejučenější a nejosvícenější duchy všech dob.

## **Jak se má člověk dát vést podvědomím**

Jestliže právě stojíte před takzvaným „těžkým rozhodnutím“ nebo jiným zdánlivě neřešitelným problémem, přistupte k němu nejprve zcela vědomě a konstruktivně. Zbavte se obav a strachu, neboť jen tak se mohou rodit plodné myšlenky.

Následující jednoduchou technikou si můžete ve všech otázkách zajistit radu a pomoc svého podvědomí. Nejprve se pokuste dostat do stavu naprostého duševního i tělesného klidu. Poručte svému tělu, aby se uvolnilo, a ono vás poslechne. Lidský organismus sám nemá žádnou vlastní vůli ani schopnost vědomého chápání. Lze ho přirovnat ke gramofonové desce, která zaznamenává vaše názory, myšlenky a dojmy. Koncentrujte se maximálně na svůj problém a pokuste se vědomě ho vyřešit. Myslete na to, jaký pocit štěstí by vám správné řešení přineslo. Snažte se vcítit do tohoto pocitu, který by se dostavil, kdybyste správné řešení už našli. Chvíli se tomuto pocitu poddávejte a potom klidně usněte. Pokud vás při probuzení ještě nenapadne žádné východisko, zabývejte se něčím jiným. S největší pravděpodobností potom řešení přijde zcela nečekaně ve formě náhlého osvícení.

Kdo se dá vést podvědomím, udělá nejlépe, když se i tady pokusí jednat co nejjednodušeji. Pro ilustraci vám vyličím jeden vlastní zážitek. Jednoho dne jsem přišel na to, že jsem ztratil velmi cenný prsten, který navíc představoval ničím nenahraditelný rodinný šperk. Proslídl jsem každý kout, ale marně. Večer před usnutím jsem potom oslovil podvědomí jako opravdového partnera rozhovoru: „Tobě není nic skryto, a proto také víš, kde je můj prsten. Ukaž mi to místo.“ Druhý den ráno jsem měl pocit, jako by mě ze spánku probudilo volání: „Zeptej se Roberta!“ Tahle rada se mi zdála dost zvláštní, protože Robert byl devítiletý kluk. Přesto jsem poslechl svůj vnitřní hlas. Na moji otázku Robert řekl: „Prsten? Ale ano, ten jsem našel,

když jsem si hrál. Leží na mém stolku. Myslel jsem, že je bezcenný, a proto jsem ani nikomu neříkal, že jsem ho našel.“

A stejně tak má podvědomí odpověď i na každou jinou otázku, pokud mu budete důvěřovat.

## **Podvědomí mu odhalilo místo, kde byla uložena otcova závěť**

Jeden můj posluchač mi vyprávěl tento zážitek: Jeho otec zemřel a jak se zdálo, poslední vůli nezanechal. Sestra mu však vyprávěla, že se jí otec zmínil o závěti, podle níž měl každý dostat svůj spravedlivý díl. Všechny pokusy o její objevení však ztroskotaly.

Onen mladý muž se tedy rozhodl obrátit se před usnutím na podvědomí s touto výzvou: „Svěřuji teď celý svůj problém podvědomí. Ono ví, kde je závěť uložena a také mi to prozradí.“ Potom shrnul celou svoji záležitost do jediného rozkazu: „Odpověz!“ a opakoval toto slovo, dokud neusnul. Druhého dne ráno – puzen jakýmsi vnitřním tlakem – vyhledal určitou banku v Los Angeles, kde našel závěť v bezpečnostní schránce, kterou si otec pronajal.

Kdo před usnutím zaměří myšlenky na určitý předmět, probudí tak duševní síly, které v něm dřímají. Ať už chcete prodat dům, získat akcie, rozejít se se svým společníkem, přestěhovat se do jiného města, vyřešit svůj problematický pracovní poměr nebo uzavřít nový, vždy uděláte nejlépe, když budete postupovat takto: Posadíte se v naprostém klidu k psacímu stolu v kanceláři nebo doma do křesla. Připomenete si existenci univerzálního zákona příčiny a účinku. Vaše myšlenka představuje příčinu, která má vyvolat účinek, účinek spočívá v reakci podvědomí, které funguje vysloveně jako reaktivní přístroj. Podle zákona akce a reakce následuje dobro nebo zlo, odměna nebo trest. Každá vědomá, rozumová snaha o správné řešení navodí proto zcela automaticky podvědomou reakci, která se projeví formou poskytnuté odpovědi nebo osvětlení.

Pokud se tedy chcete dát takto vést podvědomím, stačí přemýšlet v klidu o správném řešení, neboť tak je oslovena nekonečná moudrost přebývající ve vašem podvědomí, a posléze se vám dostane správné odpovědi. Jestliže potom pro vás začne podvědomí pracovat, nebudete dělat žádná jiná než ta jediné správná rozhodnutí. Budete totiž jednat z

vnitřního donucení, tj. na popud vševědoucího a všemocného podvědomí, a tak bude vaše jednání zcela nutně správné. Používám slovo „donucení“ zcela úmyslně, neboť zákon podvědomí se projevuje jako neodolatelné nutkání sloužit dobru.

## **Tajemství vnitřního osvětlení**

Tajemství vnitřního osvětlení a bezpečného vedení podvědomím spočívá v tom, že je třeba tak dlouho usilovat o správnou odpověď, dokud se nedostaví. Reakce podvědomí, které vždy ukazuje cestu a vede k cíli, může mít formu intuice, vnitřního prozření nebo mocného tlaku. Jakmile se jednou podaří uvést do chodu „motor“ subjektivního ducha, začne tento duch vyvíjet vnitřní sílu a naviguje vás k tomu nejlepšímu. Kdo se nechá vést moudrostí svého subjektivního ducha, nikdy se nedopustí omylu nebo nesprávného kroku. Kdo se svěří tomuto životnímu vůdci, sklídí štěstí, úspěch a pokoj.

## **SHRNUTÍ**

1. Myslete vždy na to, že všechny úspěchy a obdivuhodné výsledky vědy se uskutečnily za pomoci podvědomí.
2. Jakmile se vědomě snažíte o vyřešení nějakého těžkého problému, shromáždí podvědomí všechny nutné informace a zpracuje z nich správnou odpověď, kterou si potom uvědomíte jako intuici nebo osvětlení.
3. Kdo je v těžké situaci, musí se nejprve snažit najít odpověď čistě rozumovou cestou. Opatřete si potřebné informace četbou nebo konzultací s vhodnými odborníky. Pokud se řešení stále ještě nedostaví, předejte úkol před usnutím podvědomí a východisko se zcela jistě najde.
4. Řešení nepřijde vždy přes noc. Nenechte se proto odradit a svěřujte i nadále svůj problém podvědomí, neboť dříve či později vás osvítl poznání.
5. Kdo považuje od samého začátku řešení svého problému za těžké a zdoluhavé, oddaluje tím jen odpověď podvědomí. Pro subjektivního ducha neexistují žádné problémy, on má odpověď na všechny otázky.

6. Pevně věřte, že podvědomí hledanou odpověď má. Vžijte se do osvobozujícího a šťastného pocitu, který provází vyřešení vašich problémů. Podvědomí bude na vaše pocity reagovat.
7. Zázračná síla podvědomí uskuteční každou představu, kterou mu s vírou a vytrvalostí předkládáte. Pevně v to věřte a zázrak na sebe nenechá dlouho čekat.
8. Podvědomí je zároveň pokladnicí vašich vzpomínek. Uchovává věrně všechny vaše zážitky od nejtěplejšího dětství.
9. Vědci a učenci, kteří se zabývají dochovaným svědectvím zašlých kultur, ožívují pomocí podvědomí minulost.
10. Pověřte před spaním své podvědomí řešením svých problémů. Vložte důvěru do jeho nekonečné moci a odpověď se dostaví. Podvědomí je vševědoucí a všemocné, pouze o jeho silách nesmíte pochybovat.
11. Vaše myšlenky určují reakci vašeho podvědomí. Moudré myšlenky vyvolají také moudré rozhodnutí a jednání.
12. Podvědomí k vám hovoří hlasem pocitu, intuice či vnuknutí. Podvědomí představuje vnitřní kompas. Dejte se jím vést!

---

## **KAPITOLA 13 - Podvědomí a zázračný spánek**

---

Asi osm hodin denně, tedy přibližně třetinu života, stráví člověk spánkem. Tento přírodní zákon platí nejen, pro lidi, ale i pro svět zvířat a rostlin. Zařídil to tak Bůh a je mnoho pravdy na slovech: „... *Bůh dopřává svému milému spánek.*“ Žalmy 127, 2.

Často se lze setkat s názorem, že účelem spánku je doplnit síly, které se ve dne namáhavou prací vyčerpaly. Tento názor lze přijmout jen s určitými výhradami. Také ve spánku přece pokračují všechny životně důležité orgány, jako srdce a plíce, ve své činnosti. To, co člověk před spaním sní, musí tělo strávit a zmetabolizovat. Kůže i nadále vylučuje pot a ani vlasy a nehty nepřestávají růst. Podvědomí není nikdy v klidu. Bez ustání pracuje a řídí životně důležité funkce.



Dokonce i léčebný proces probíhá ve spánku rychleji, než když člověk bdí. Neruší jej totiž vědomé myšlení. A kolik odpovědí člověk ve snu nachází!

## **Proč spíme**

Dr. John Bigelow, skutečná kapacita v oblasti vědeckého výzkumu spánku a autor knihy Tajemství spánku (The Mystery of Sleep), vydané nakladatelstvím Harper Brothers v New Yorku a v Londýně, prokázal, že také ve spánku je možné smyslové vnímání, protože zrakové, sluchové a chuťové nervy stejně jako mozkové buňky i nadále neomezeně pracují. Podle jeho názoru člověk spí, „protože ušlechtilější část jeho duše se abstrakcí spojuje s vyšší přirozeností, a tak se může podílet na moudrosti a prorockých schopnostech Božích“. Dr. Bigelow dále konstatuje: „Výsledky mých výzkumů mě jednak utvrdily v přesvědčení, že vlastním účelem spánku není údajné osvobození od denních strastí, jednak ale také zcela nepochybně dosvědčují, že žádný aspekt lidského života není nenahraditelnější pro harmonický a dokonalý rozvoj duševních sil než spánek, který člověka osvobozuje od veškerého rozptýlení světem smyslů.“

## **Spánek – polemika s božskou mocí**

Lidské vědomí je nadměrně přetěžováno problémy, nepříjemnostmi a požadavky, které musí dennodenně řešit. Proto je bezpodmínečně nutné pravidelně se uzavřít před záplavou smyslových vjemů a zapříst tichý rozhovor s nekonečnou moudrostí podvědomí. Kdo se přitom modlí za to, aby se mu dostalo pevného vedení, síly a většího porozumění pro všechny věci života, najde východisko ze všech potíží a bude umět zvládnout všechny každodenní problémy. Z opačného pohledu by tedy bylo možné definovat modlitbu jako formu spánku, protože také zde jde o pravidelné zahloubání se do sebe, které když je člověk oproštěn od světa smyslů a zmatků všedního dne – otevírá duši moci a moudrosti podvědomí.

## **Člověk potřebuje více spánku**

Nedostatek spánku způsobuje předrážděnost, náladovost a deprese. Dr. George Stevenson ze Společnosti pro duševní zdraví

(National Association for Mental Health) říká: „Lze považovat za prokázané, že k uchování lidského zdraví je nutný minimálně šestihodinový spánek. Většina lidí potřebuje dokonce více. Kdo věří, že mu stačí méně, klame sám sebe.“

Významní lékaři, kteří se vědecky zabývali výzkumem spánku a důsledky jeho nedostatku, objevili, že těžké poruchy spánku vedou často až k nervovému zhroucení. Spánek doplňuje rezervy duševních sil a je zdrojem životní energie a radosti.

## **Hrozivé důsledky nedostatku spánku**

Robert O'Brian hovoří ve svém článku „Možná potřebujete více spát?“, uveřejněném v Reader's Digest, o jednom experimentu:

„Během posledních tří let se ve vojenské nemocnici a výzkumném centru Walter Reed ve Washingtonu zkoumal spánek na více než 100 vojácích i civilistech, kteří dobrovolně souhlasili s těmito pokusy. Testované osoby musely vydržet až čtyři dny v bdělém stavu. Byly provedeny tisíce lékařských testů zaznamenávajících změny jejich chování a osobnosti. Tak se vědě podařilo dospět k řadě překvapivých závěrů a nahlédnout do tajemství spánku.

Nyní již víme, že na přetížený mozek působí tak neodolatelná potřeba spánku, že je jí ochoten obětovat prostě všechno. Již po několika hodinách, kdy člověku není dovoleno uspokojit potřebu spánku, se dostaví třikrát až čtyřikrát za hodinu poruchy vědomí, které také bývají označovány jako „mikrospánek“. Stejně jako ve skutečném spánku se přitom zpomalí tep, oči se zavřou. Tento krátký spánek trvá vždy jen zlomek sekundy, a buď je vyplněn snem, nebo si testovaná osoba na nic nevzpomíná. Čím delší je období, kdy je testovanému odepřen spánek, tím častěji přicházejí poruchy vědomí a tím déle zároveň trvají – nakonec i dvě až tři sekundy. I kdyby byli měli tito lidé pilotovat v bouři letadlo, nebyli by se ubránili spánku. Týká se to bez výjimky všech lidí. Možná že i vás již někdy přemohl v autě na pár sekund spánek.

Také na rozum a vnímavost má nedostatek spánku velmi negativní vliv. Řada z pokusných osob nebyla ani schopna vnímat pokyny k provedení určité činnosti. Naprosto bezradně tu stáli, neschopni logického uvažování a odpovídajícího jednání. V tomto stavu by

například jako řidiči nedokázali vnímat vlastní rychlost, rychlost protijedoucího vozu a povrch silnice, aby se tak vyhnuli srážce.“

## **Spánek přináší radu**

Jedna mladá dáma z Los Angeles mi jednou vyprávěla, že jí v New Yorku nabídli místo za dvojnásobný plat. Když řešila otázku, zda má nabídku přijmout či ne, modlila se před spaním takto: „Moje podvědomí ví, co je pro mě nejlepší. Podporuje vše dobré a vnukne mi správné rozhodnutí, které přinese požehnání mně i všem ostatním. Jsem naplněná vděčností, neboť vím, že určitě přijde správné vnuknutí.“

Tuto modlitbu stále znovu opakovala, až usnula, a druhého dne ráno ji vnitřní hlas důrazně varoval, aby nejezdila do New Yorku. Nabídku tedy odmítla a brzy se ukázalo, jak dobře udělala. Několik měsíců na to totiž firma, která ji měla zaměstnat, vyhlásila bankrot.

Vědomý rozum je jistě schopen dojít na základě známých skutečností ke správnému rozhodnutí. Podvědomí však zná mnohem hlubší a širší souvislosti, a proto by jeho rady a varování – jako v tomto případě – měly být brány velmi vážně.

## **Zachráněn před jistou katastrofou**

I ze svého vlastního života mohu uvést příklad, jak podvědomí pomáhá najít správné rozhodnutí, je-li člověk na pochybách.

Před mnoha lety, ještě před druhou světovou válkou, jsem dostal velmi výnosnou nabídku z Dálného východu. Prosil jsem povědomí o radu a pomoc těmito slovy: „Nekonečné moudrosti, která ve mně přebývá, není nic skryto, a ukáže mi v souladu s Božím řádem správnou cestu. Rozpoznám a budu si umět vysvětlit odpověď, kterou mi dá.“

Tuto jednoduchou modlitbu jsem si stále opakoval, až jsem usnul. Ve snu se objevila velmi živá vize událostí, které měly přijít teprve tři roky potom. Objevil se jeden přítel a řekl mi: „Jen si přečti tyhle titulky – nechod’ tam!“ Podíval jsem se do novin a tam stálo napsáno velkými písmeny: „Japonský útok na Pearl Harbour! Je vyhlášena válka!“

Reálné sny, které sám občas mívám, představují další možnost, jak se nám projevuje subjektivní duch. V případě výše popsané vize podvědomí nepochybně zdramatizovalo situaci a svému varování dalo podobu důvěryhodného muže, kterého jsem si velmi vážil. U jiných lidí je varující postavou často matka, která člověka zrazuje od určitého rozhodnutí a vyjmenovává mu pro to důvody.

Pro svá sdělení si podvědomí také vybírá hlas člověka, kterému člověk neomezeně důvěřuje. Známe případy, kdy se chodcům na ulici zdá, že slyší varovné volání milovaného člověka, zůstanou stát jako zkamenělí a v tom momentě zjistí, že unikli jisté smrti, neboť na ně padal nějaký předmět.

Dr. Rhine, vedoucí oddělení psychologie na Univerzitě Duke, shromáždil rozsáhlý materiál prokazující schopnost mnoha lidí na celém světě předvídat budoucí události, respektive situace, díky nesmírně živým snům, které je varují před hrozícím neštěstím.

Můj sen, který jsem výše vyličil, mi naprosto jasně ukázal titulky v New York Times se zprávou o japonském přepadení Pearl Harbouru, k němuž za tři roky potom skutečně došlo. Na základě tohoto varování jsem nabídku okamžitě odřekl. Vypuknutí druhé světové války jasně prokázalo spolehlivost mého vnitřního hlasu.

## **Vaše budoucnost leží ve vašem podvědomí**

Myslete vždy na to, že budoucnost jako důsledek vašich obvyklých myšlenek je pro váš duch již přítomností. Výjimku představují situace, kdy změníte průběh věcí modlitbou. Zcela v souladu s tím je i budoucnost země již obsažena v jejím kolektivním podvědomí. Vize v mém snu, která mi formou titulku v New York Times již několik let dopředu ohlásila vypuknutí války, proto není nic tak neobyčejného, jak by se mohlo na první pohled zdát. Tato válka se totiž již v duchu odehrávala, všechny útočné plány byly již nakresleny oním přesným přístrojem, kterému říkáme „kolektivní podvědomí“. Stejně tak jsou události zítřejšího dne pro vaše podvědomí přítomné již teď, a lidé se zvláště rozvinutou schopností předtuchy mohou předvídat i události ve vzdálenější budoucnosti.

Neexistuje žádné nezvratné předurčení. Váš vlastní duševní postoj určuje váš osud. Pomocí vědecké modlitby, kterou vysvětluje již

předchozí kapitola, můžete dát svému budoucímu životu žádoucí směr. „*Co člověk zaseje, to také sklídí.*“ Galatským 6, 7.

## **Ve spánku vydělal 15 000 dolarů**

Před třemi či čtyřmi roky mi jeden můj student poslal zprávu z novin o muži jménem Ray Hammerstrom, který pracoval ve válcovně Jones & Laughlin Steel AC v Pittsburghu. Svým snem si vydělal 15 000 dolarů.

Podle článku se podnikoví inženýři marně snažili opravit nefungující výhybku, po níž byly žhavé železné bloky dopravovány k osmi válcovacím drahám. Tisíckrát se pokoušeli o všechno možné i nemožné. Hammerstrom začal intenzívně přemýšlet, jak by se dala zvýšit spolehlivost zařízení, ale také on nejprve narážel na nepřekonatelné problémy. Uprostřed přemýšlení ho jednou přemohl spánek a on uviděl ve snu konstrukci výhybky, promyšlenou ideálně až do posledního detailu. Okamžitě po probuzení si ji nakreslil.

Toto „vizionářské zdřímnutí“ přineslo Hammerstromovi šek v hodnotě 15 000 dolarů, největší sumu, jakou kdy podnik odměnil zlepšovateľský návrh svého pracovníka.

## **Jak jeden slavný profesor vyřešil ve spánku svůj problém**

Dr. H. V. Helprecht, řádný profesor asyriologie na univerzitě v Pennsylvanii, nám podal tuto zprávu: „Jednou v sobotu večer jsem zase jednou zcela vyčerpán odložil své marné pokusy vyluštit původ dvou malých úlomků achátu, které možná pocházely z babylonského prstenu.

Když jsem kolem půlnoci usnul, měl jsem podivuhodný sen. Nějaký kněz z Nippuni, asi čtyřicetiletý vysoký člověk, mě dovedl k pokladnici chrámu, malé, nízké prostore bez oken, kde na podlaze ležely střeptiny achátu a lazuritů. Tam se obrátil a oslovil mě těmito slovy: „Dva fragmenty prstenu, které jste uveřejnil na stranách 22 a 26 své knihy, nebyly nikdy součástmi prstenu, ale náušnic sochy božstva. Můžete ověřit správnost mých údajů tím, že fragmenty spojíte.“ Vzbudil jsem se, okamžitě jsem začal zkoumat zlomky a zjistil jsem

ke svému obrovskému překvapení, že sen měl pravdu. Problém byl vyřešen.“

Opět zde tedy máme jasný důkaz tvůrčí síly podvědomí, které má odpověď na všechny otázky.

## **Jak podvědomí ve spánku pracovalo pro jednoho slavného spisovatele**

Robert Louis Stevenson věnuje v knize Across the Plains celou kapitulu svým snům. Jeho vize byly mimořádně živé a Stevenson měl ve zvyku dávat svému podvědomí každý večer před spaním přesné příkazy. Většinou pověřil podvědomí, aby ve spánku navrhlo novou látku pro jeho knihy. Jakmile Stevensonovo bankovní konto potřebovalo osvěžení, dával podvědomí asi takovýto příkaz: „Dodej mi dobrý, napínavý román, který se bude dobře prodávat a vynese mi dost peněz.“ – Podvědomí ho nikdy nenechalo na holičkách.

Stevenson říká: „Tihle malí ‚trpaslíci‘, (tedy tvůrčí síla podvědomí) mi dodávají příběhy jeden za druhým, jako by to byl román na pokračování, a mě, údajného autora, nechávají až do konce v nejistotě, jak se bude příběh odvíjet.“ A k tomu dodával: „Část mé práce, kterou dělám ve dne (tedy když bdím a používám vědomě rozum), nelze v žádném případě označit pouze za moji vlastní práci, protože mnohé hovoří pro to, že ‚trpaslíci‘ i tady přikládají ruku k dílu.“

## **Usínejte v pokoji a probouzejte se v radosti**

Kdo trpí nespavostí, může mu velmi dobře posloužit takováto modlitba: „Prsty u nohou mám uvolněné, moje lýtky jsou uvolněné, břišní svalstvo je uvolněné, mé srdce i plíce jsou uvolněné, můj mozek je uvolněný, můj obličej je uvolněný, mé oči jsou uvolněné, celé moje tělo i duch jsou uvolněné. S ochotou a radostí všem lidem všechno odpouštím a přeji každému z celého srdce harmonii, zdraví, pokoj a všechna požehnání života. Jsem v míru se sebou i se světem, celého mě naplňuje čirý, jasný klid. Jsem v bezpečí a míru. Pociťuji naprosté ticho a moji duši obestírá hluboký klid, neboť se cítím v blízkosti Boží. Mé myšlenky jsou naplněny láskou a uzdravují mě. Zahaluji se do pláště lásky a usínám pln dobré vůle vůči všem svým bližním. Můj

klid po celou noc nic nenaruší a ráno se probudím plný radosti ze života a lásky. Kolem mě postavila láska ochranný val. Nebojím se žádného neštěstí, neboť ty jsi se mnou‘ (srov. Žalmy 23, 4). Budu spát v pokoji a probudím se v radosti, a ,v NĚm a z NĚho jsem a žiji‘.“

## SHRNUTÍ

1. Pokud se bojíte, že zaspíte, zadejte svému podvědomí přesný čas a ono vás samo vzbudí. Nepotřebuje žádné hodiny. Tímto způsobem řešte všechny své potíže, protože podvědomí zvládne veškeré existující problémy.
2. Podvědomí nikdy nespí. Vždy pracuje pro vás. Řídí všechny životní funkce. Smiřte se před usnutím sami se sebou a se všemi svými bližními a všechno bude v pořádku.
3. Ve spánku dostanete radu, možná formou snové vize. Ve spánku vámi také proudí více než kdy jindy léčivá síla, takže se ráno probouzíte osvěženi a omlazeni.
4. Pokud vás i ve snu pronásledují životní nepříjemnosti a problémy, máte se v duchu uvolnit a obrátit myšlenky k moudrosti a porozumění podvědomí, které je vždy připraveno reagovat na vaše volání o pomoc. To vám přinese pokoj, sílu a jistotu.
5. Spánek má pro mír duše a zdraví těla rozhodující význam. Nedostatek spánku vede k podrážděnosti, sklíčenosti a poruchám duševní rovnováhy. Potřebujete osm hodin spánku.
6. Nejnovější lékařské výzkumy prokázaly, že nespavost je často impulsem nervového zhroucení. Spánek je pramenem životní radosti a síly.
7. Příliš unavený mozek pocítuje tak neodolatelnou potřebu spánku, že je mu ochoten obětovat všechno. Mnozí lidé, kteří usnuli za volantem, to mohou potvrdit – pokud ovšem přežili.
8. Nedostatek spánku způsobuje často slabou paměť a špatnou tělesnou kondici. Kdo je unaven, není schopen žádné jasné myšlenky.
9. Spánek přináší radu. Před usnutím si vždy znovu jasně uvědomte, že nekonečná moudrost vašeho podvědomí vás bude vést a řídit ve všech věcech. Dbejte potom pečlivě na radu, kterou třeba již v okamžiku probuzení uslyšíte.

10. Ke svému podvědomí mějte plnou důvěru. Nikdy nezapomínejte, že vždy slouží dobrým silám života. Někdy k vám promluví formou reálného snu nebo vize. Tímto způsobem podvědomí také často varuje, tak jak to zažil i autor této knihy.
11. Váš způsob myšlení a vaše pocity v sobě již nesou vaši budoucnost. Pevně věřte a říkejte si plni důvěry, že nekonečná moudrost vás ve všem vede a řídí, že se vám dostane v bohaté míře všech požehnání života a vaše budoucnost bude prozářena štěstím. Neochvějně v to věřte, jako by to byla zřejmá skutečnost. Očekávejte vždy jen to nejlepší a to nejlepší se vám i stane.
12. Pokud provádíte nějakou tvůrčí činnost, oslovte před usnutím své podvědomí a pevně věřte, že jeho moudrost, prozíravost a tvůrčí síla vám nabídnou dokonalé řešení. Zázraků se dočká ten, kdo se s pevnou vírou a důvěrou takto modlí.

---

## **KAPITOLA 14 - Podvědomí a manželské problémy**

---

Všechny manželské problémy vyplývají z neznalostí pravé funkce a sil ducha. Správným použitím duševního principu lze odstranit všechny třecí plochy mezi manžely. Kdo se společně modlí, zůstane pohromadě. Společné uvažování nad Božími ideály, studium zákonů života, sledování společných plánů a společně vytčených cílů i zodpovědné užívání svobody vytvářejí předpoklad pro ideální manželství, pro ono manželské štěstí a pocit sounáležitosti, který nerozlučně spojuje dva lidi.

Rozvodu je nejlépe zabránit včas, a to již před uzavřením sňatku. Nikdo nemůže nikomu vyčítat, že se chce vysvobodit z neúnosné situace. Proč to ale vůbec nechat dojít tak daleko? Nebylo by lepší věnovat od samého počátku pozornost vlastním příčinám manželských problémů, tedy uchopit zlo u jeho kořene? Jako v případech všech lidských problémů je i příčinou rozvodů, rozchodů,



prohlášení manželství za neplatné a s ním souvisejících nekonečných právních sporů neznalost vztahů mezi vědomím a podvědomím.

## **Základ každého manželství**

Skutečné a trvalé manželství spočívá na duševním základě. Musí být věcí srdce a srdce je kalichem lásky. Poctivost, upřímnost, dobrota a osobní integrita jsou předpokladem a současně i výsledkem lásky. Kdo si bere svou ženu jen pro peníze, její společenské postavení nebo vlastní sebezpotvrzení, ten neuzavírá žádné skutečné manželství. Takovéto neupřímné a nepoctivé jednání prozrazuje nedostatek skutečné lásky. Takové manželství i později zůstane tím, čím bylo v okamžiku jeho uzavření – podvodem, fraškou a holou maškarádou.

Když na druhou stranu žena řekne: „Moje zaměstnání mě už unavuje, chci se vdát, abych byla zajištěná“, vychází ze zcela nesprávných předpokladů. Používá zákonů ducha nesprávně a sotva bude šťastná. Žádný člověk, který bude umět správně používat metody popsané v této knize, si nikdy nebude muset stěžovat na chudobu nebo špatný zdravotní stav. Žena ve své touze po zdraví, pokoji, radosti, osvícení, bezpečném vedení, lásce, bohatství, jistotě a štěstí není v žádném případě odkázána na úspěchy svého manžela, otce nebo bratra apod. Pouze musí znát síly, které v ní dřímají, a zákony ducha, představující jediný spolehlivý základ pro pocit zázemí a uspokojivou existenci.

## **Jak k sobě přivolat ideálního manžela**

Už nejste nic netušící žena, která by vůbec neznala funkci podvědomí. Víte, že ve vašem životě získá viditelnou podobu vše, co do svého podvědomí zapíšete. Naplňte ho tedy živou představou oněch vlastností a charakterových rysů, kterými by měl být vybaven váš muž.

Není žádný důvod k rezignaci. Daleko spíše je třeba jednat – a to ještě dnes! Posad'te se večer do pohodlného křesla, zavřete oči, zapomeňte na všechnu únavu a starosti všedního dne, uvolněte se a snažte se navodit si v duchu pokojnou atmosféru. Jste naprosto pasivní a ochotná přijímat to, co se vám nabízí. Potom oslovte své podvědomí třeba těmito slovy: „Cítím, jak ke mně přichází muž, který je čestný,

upřímný, loajální, věrný, klidný, šťastný a majetný. Všechny tyto jeho předností si zapisuji hluboko do svého podvědomí. Víím, že existuje pevný princip přitažlivosti, a s důvěrou nyní volám toho muže, který odpovídá mému podvědomému přesvědčení. Jsem pevně přesvědčená, že se uskuteční všechno, v co věří moje podvědomí. Víím, že umím dát onomu muži klid a štěstí. Máme tytéž ideály. On mne chce takovou, jaká jsem, a také já ho nechci měnit. Bude nás spojoovat pocit lásky, svobody a vzájemného ocenění.“ Naučte se těmto větám tak, až se jejich opakování stane vaším pevným zvykem. Zažijete velkou radost, neboť do vašeho života vstoupí právě ten muž, který bude mít vámi vysněné vlastnosti a charakterové rysy. Moudrost vašeho podvědomí vás svede dohromady. Probud'te i sama v sobě to nejlepší, co můžete dát – veškerou lásku a odevzdání, jakých jste schopna. A láska, kterou budete dávat, se vám tisíckrát vrátí.

## **Jak k sobě přivolat ideální ženu**

I pro muže platí totéž, co pro ženu. Jeho slova mohou znít třeba takto: „Cítím, jak ke mně přichází žena, která do mého života vnese tu nejkrásnější a nejdokonalejší harmonii. Mezi ní a mnou vznikne hluboké duševní pouto a naše vzájemná láska se stane nádobou lásky Boží. Víím, že mohu této ženě dát teplo svého srdce, klid, štěstí a radost. Mohu naplnit její život vším krásným. Vidím ji před sebou. Má tyto vlastnosti a přednosti: Je citlivá, dobrotivá, věrná, opravdová a hluboce založená. Je harmonická, šťastná a plná vnitřního klidu. Cítíme k sobě neodolatelnou přitažlivost. Budeme spolu žít v lásce, pravdě a kráse. Dostanu ideálního životního druha.“

Když budete takto klidně a soustředěně přemýšlet o podstatných rysech svého vytouženého životního partnera, stanou se tyto přednosti i součástí vaší vlastní osobnosti. Komunikační síla podvědomí vás a ženu vaší lásky svede dohromady podle Boží vůle.

## **Proč se dopouštět chyby potřeť**

Nedávno mi jedna učitelka řekla: „Tak teď už jsem byla potřeť vdaná a moji partneři byli vždycky pasivní, poddajní a bez jakékoli iniciativy. Proč vždycky natrefím právě na takový zženštilý typ?“

Nato jsem se zeptal, zda ve svém druhém muži viděla již předtím málo výraznou osobnost? Odpověděla: „Přirozeně ne, jinak bych si ho byla nikdy nevzala!“ Zřejmě se ze své první chyby nepoučila. Neštěstí ale bylo třeba hledat v její vlastní osobnosti. Právě ona měla spíše mužskou povahu. Byla energická a pánovitá. Podvědomě hledala muže, který by byl tak pasivní a poddajný, aby jí přenechal vůdčí roli. Její chování tedy mělo podvědomou motivaci, a tak se muselo stát, že se její tajné představy uskutečnily. Musila se naučit rozbít tento řetězec příčiny a účinku správnou modlitbou.

## **Jak se tato žena zbavila negativního postoje**

Nejprve tato už ne právě nejmladší žena pochopila zcela jednoduchou pravdu: kdo věří, že k sobě může přivolat ideálního partnera, brzy ho v životě skutečně potká. Aby se zbavila svých negativních představ o světě a aby našla skutečně ideálního životního druha, modlila se takto: „Zapisuji do svého podvědomí charakterové rysy muže, po němž z hloubi duše toužím. Můj ideální druh je silná a originální osobnost. Je plný mužné lásky, je iniciativní, čestný, loajální a věrný. U mě najde lásku a štěstí. Následuji ho plna radosti všude tam, kam chce on. Vím, že mě zbožňuje a já zbožňuji jeho. Jsem čestná, upřímná, plná lásky a dobroty. Mohu mu dát hodně krásného – svoji nejlepší vůli, radostné srdce a zdravé tělo. Totéž daruje také on mně. Všechno je vzájemné, dávám i přijímám. Boží moudrost tohoto muže zná a ví, kde je. Podvědomí nás svede dohromady a my se okamžitě poznáme. Důvěřuji mu a cítím, že jsem blízko splnění své touhy. Již teď děkuji z plného srdce za dokonalé řešení!“

Tuto modlitbu vyslovovala každé ráno a každý večer, přesvědčena o skutečnosti toho, co říká, a s vědomím, že bude-li se vytrvale zabývat svou představou, zároveň se tato představa sympatického muže odrazí jako v zrcadle i v ní samé.

## **Vyslyšení její modlitby**

Uplynulo několik měsíců. I když měla velký okruh známých a chodila hodně do společnosti, nepoznala nikoho, kdo by odpovídal jejímu očekávání. Jakmile začala ztrácet víru a pochybovat o blahodárném účinku podvědomých sil, okamžitě se upamatovala na

to, že podvědomí má své vlastní zcela spolehlivé metody, jak vyřešit každý problém. Krátce potom, co rozsudek o jejím rozvodu nabyt právní moci, přijala místo asistentky v ordinaci jednoho lékaře. Jak mi později vyprávěla, věděla od prvního okamžiku, že její nový zaměstnavatel je muž jejích snů. On měl pravděpodobně podobné pocity, protože už po týdnu společné práce jí nabídl sňatek a od té doby spolu žijí ve šťastném manželství. Tento lékař nebyl žádný pasivní nebo změkčilý typ, ale energický a silný muž s mimořádnou inteligencí a navíc vynikající sportovec. Přestože smýšlel liberálně, byl zároveň hluboce věřícím člověkem.

Její sen se stal skutečností. Vštěpovala svému podvědomí svoji vysněnou představu tak dlouho, až se s touto představou duševně i citově ztotožnila. Tento proces probíhá podobně, jako když se přijímaná potrava stává součástí našeho organismu.

## **Mám se dát rozvést?**

Otázka rozvodu je vždy individuální problém, který nelze nijak zevšeobecnit. V mnoha případech byl sňatek od samého začátku těžkým omylem, jindy však rozchod nepřinese žádné řešení stejně, jako nic nevyřeší ani svatba, která má představovat recept na osamělost. Jednou se rozvod jeví jako jediné východisko, jindy situaci jenom zhorší. Rozvedená žena může samozřejmě žít upřímněji, rozumněji a ušlechtleji než jiná žena, jejíž manželství není nic jiného než lež.

Jednou jsem se například bavil s ženou, jejíž muž byl nejen už jednou trestán za důsledky drogové závislosti, ale navíc nedal ani haléř na domácnost a se svou ženou zacházel více než hrubě. Ona se však nikdy zcela nevyrovnala s názorem, že rozvod je hřích. Snažil jsem se jí tedy vysvětlit, že svatba je věcí srdce. Jenom když se dvě srdce spojí v upřímné harmonii a lásce, může se naplnit ideální manželství. A každý čin vycházející z čistého srdce je činem lásky. Když tato slova pochopila, pevně se rozhodla. V hloubi srdce vždy věděla, že neexistuje žádný Boží zákon, který by ji nutil snášet tak hrubé tělesné i duševní zacházení jen proto, že s ní tak jednal její legitimní manžel.

Pokud si nejste jisti, co máte udělat, prostě o osvětlení. Nepochybně se vám ho dostane. Následujte pokynů svého podvědomí – ukazuje vám cestu pokoje.

## **Jak se člověk dostane na pokraj rozvodu**

Nedávno se jeden mladý manželský pár rozhodl podat žádost o rozvod. Jak se ukázalo, onen muž žil v neustálém strachu, že by ho mohla žena opustit. Vždy se cítil vůči druhým méněcenný a byl přesvědčen o nevěře své ženy. Takové myšlenky ho pronásledovaly ve dne v noci, až se staly fixní ideou. Ve své nedůvěře se duševně zcela poddal myšlence na rozchod. Také jeho ženě se stále méně dařilo chovat se k němu láskyplně, protože instinktivně cítila jeho odmítavý postoj. V zajetí těchto světů negativních představ a myšlenek se jejich vzájemný vztah očividně zhoršoval. Opět tu máme příklad pro nám dobře známý zákon příčiny a účinku, akce a odpovídající reakce. Myšlenka je příčinou a reakce podvědomí účinkem.

Jednoho dne ona žena opustila byt a požádala o rozvod. Tím se potvrdily nejhorší obavy jejího muže.

## **Rozvod začíná v duchu**

Rozvod má svůj počátek už v duchu člověka. Právnícká formalita v podobě rozvodového řízení představuje potom už jen pozdější, viditelný důsledek. Srdce obou mladých lidí byla naplněna strachem, nedůvěrou, žárlivostí a hněvem. Takový postoj oslabuje a vyčerpává ducha i tělo. Potom však měli sami na sobě zakusit, že nenávisť lidi rozděluje a láska spojuje. Začali si uvědomovat, jakých chyb se v duchu dopouštěli. Nikdo z nich předtím neslyšel o univerzálním zákonu duševní příčiny a účinku, takže nemohli chápat, jak nesprávně zaměřují své duševní síly a jaké nedozírné následky musejí nutně přijít. Na moji radu se mladý pár rozhodl naposledy pokusit o záchranu manželství. Poradil jsem jim terapii modlitbou. Začali si vzájemně všemožně prokazovat lásku, dobrou vůli a pochopení. Střídavě si každý večer předčítali žalmy. Ještě nejsou na konci své cesty, ale již dnes má jejich manželství den ze dne krásnější a uspokojivější podobu.

## **Žena libující si v malicherných výtkách**

Často žena začne s malichernými výtkami a peskováním jen proto, že touží po větším respektu, lásce a pozornosti. Prokazujte tedy ženě větší zájem a oceňujte řadu jejích dobrých rysů a vlastností tak otevřeně, jak si to zaslouží. Jiné ženy začnou být takto nesnášenlivé proto, že se snaží změnit muže k obrazu svému. Na celém světě neexistuje rychlejší a lepší metoda, jak se zbavit manžela!

Manželé nesmějí neustále slídit za sebemenší chybičkou druhého. Každý z manželů musí umět druhému poděkovat a pochválit ho za všechno dobré, co na něm vidí a co od něho také dostává.

## **Popudlivý manžel**

Jakmile se muž začne rozčilovat kvůli všemu, co mu jeho žena údajně slovem či činem provedla, začíná vlastně pracovat na rozpadu svého manželství. Protože stejně jako nevěrný muž i on navozuje negativní, narušenou atmosféru. Kdo svoji ženu v srdci odmítá a staví se k ní nepřátelsky, je nevěrný. Porušuje tak totiž manželskou přísahu, v níž sliboval své ženě lásku, péči a úctu až do konce svého života. Kdo má sklony k zahořklému rozebírání každého – ať už skutečného či domnělého – bezpráví, udělá nejlépe, když překoná svůj hněv a nevůli a bude se ze všech sil snažit být ke své ženě vždy ohleduplný, dobrý a zdvořilý. Potom pro něho nebude těžké vyhnout se rozmlíškám. Respekt k partnerce a schopnost ocenit její pozitivní stránky zbaví takového popudlivého muže tohoto nežádoucího zvyku, který může působit na manželství skutečně rozkladně. Jakmile se propracuje k pozitivnímu postoji, začne se uspokojivě utvářet nejen jeho vztah k manželce, ale i k ostatním bližním. Snažte se o vnitřní harmonii a budete žít v míru se sebou i se světem.

## **Největší chyba**

Největší chybu dělá ten, kdo o svých problémech v manželství hovoří se sousedy a příbuznými. „Franta mi nikdy nedá dost peněz. Jedná hrozně s mou matkou, pořád se opíjí, uráží mě a je den ode dne agresivnější.“ – Kdo by neznal ženu, která takhle či podobně sráží svého muže v očích svých sousedů a příbuzných?

O svých manželských problémech mluvte jen se zkušenými odborníky a s lidmi skutečně povolány. Proč chcete, aby si spousta lidí myslela, že máte nepodařené manželství? A navíc takové probírání manželových chyb a slabostí způsobí i to, že se ve vás samotných zakoření podobné negativní rysy. Protože kdo vyslovuje tyto negativní myšlenky, kdo takto myslí a cítí? Vy! A jak člověk myslí a cítí, takový také je.

Příbuzní většinou neumějí poradit, protože jim taková manželská krize leží zpravidla osobně na srdci a od samého začátku straní jedné či druhé straně. Jakmile je rada v rozporu se „zlatým pravidlem „(srov. Matouš 7, 12 – „Jak byste chtěli, aby lidé jednali s vámi, tak vy ve všem jedněte s nimi; v tom je celý Zákon i Proroci.“), musíte ji odmítnout. Je dobře uvědomit si, že i v nejlepších manželstvích občas přijde napětí, střet názorů a období určitého odcizení. Podobné problémy si nechávejte pro sebe a nedovoľujte svým přátelům a známým nahlédnout do stinných stránek svého manželského života. Svého partnera v žádném případě nekritizujte a neshazujte.

## **Nikdy se nesnažte svoji ženu od základu měnit**

Manžel, který chce udělat z ženy „sama sebe v druhém vydání“, jedná velice nemoudře a dává své manželství v sázku. Jeho žena totiž bude považovat tento pokus za znásilňování své podstaty. Chování muže naruší její hrdost a sebeúctu, a tak vznikne atmosféra sporu. Žádný div, že je tím manželství vystaveno těžké zkoušce.

Samozřejmě je nutné, aby se partneři vzájemně přizpůsobili. Kdo se však jednou poctivě podívá do svého nitra, aby prozkoumal vlastní charakter a chování, odhalí tolik chyb a slabostí, že má celý život co dělat, aby si zametl před vlastním prahem. Kdo říká: „Chtěl bych svého partnera předělat podle svých představ“, způsobuje si mnoho problémů a jeho manželství je ohroženo. Určitě se dříve či později poučí o tom, že každý člověk má povinnost pracovat především sám na sobě.

## **Tři kroky, které přinášejí požehnání**

*První krok:* Malé rozmišky a třenice řešte co nejdříve, v každém případě ještě téhož dne. Před spaním nikdy nezapomeňte svému

partnerovi z celého srdce odpustit. Modlete se hned po probuzení k nekonečné moudrosti, aby vás po celý den ve všem řídila. Vzpomeňte si plni vnitřního klidu, harmonie a lásky na svého partnera, na všechny členy rodiny a celé lidstvo.

*Druhý krok:* U snídaně se společně pomodlete. Poděkujte jak za dobré a bohaté jídlo, tak za všechna ostatní požehnání života. Neřešte u stolu žádné problémy, starosti nebo spory. To platí samozřejmě nejen pro snídani, ale i pro oběd, odpolední kávu či večeři. Říkejte svému partnerovi, že oceňujete, co pro vás dělá a že na něj budete celý den s láskou myslet.

*Třetí krok:* Muž a žena by se měli každý večer střídavě nahlas modlit. Neberte přítomnost svého druhu jako samozřejmost. Projevujte mu lásku a ocenění. Místo toho, abyste ho peskovali, kritizovali a shazovali, přemýšlejte o tom, jak ho slovem nebo skutkem potěšit. Nejistějším základem šťastného rodinného a manželského života jsou láska, krása, harmonie, vzájemná úcta a víra v Boha a lidské dobro. Čtěte si před spaním 23., 27. a 91. žalm, 11. kapitolu dopisu Hebrejským, 13. kapitolu prvního dopisu Korintským a jiná místa z bible, která obohatí vaše srdce. Kdo se bude držet těchto pravidel, uvidí, že mu manželství bude přinášet rok od roku stále více požehnání.

## SHRNUTÍ

1. Neznalost duševně-duchovních zákonů je příčinou všech nešťastných manželství. Kdo se společně modlí, ten zůstane pohromadě.
2. Rozvodům je nejlépe zabránit už před uzavřením sňatku. Kdo se naučí správně modlit, najde také vhodného partnera.
3. Manželství spojuje muže a ženu láskou. Jeho určení a štěstí je dáno jednotou a společenstvím.
4. Manželství samo o sobě není zdrojem štěstí. Teprve poznání věčných pravd a duševních hodnot může ženě a muži přinést štěstí a radost.
5. Vhodného partnera lze najít meditací o jeho vlastnostech a charakterových rysech. Podvědomí svede oba partnery dohromady.



6. Obraz ideálního partnera, který si v duchu představujete, promění i vaši vlastní podstatu. Kdo chce najít čestného, upřímného a vlídného životního druha, musí být sám čestný, upřímný a vlídný.
7. Je třeba poučit se z vlastních chyb a nezůstávat u nich. Kdo je pevně přesvědčen, že najde ideálního partnera, tomu se stane podle jeho víry. Věřit znamená přijmout něco za skutečnost.
8. Nedělejte si starosti s tím, jak, kdy a kde vytouženého partnera najdete. Důvěřujte moudrosti svého podvědomí. Ono zná všechny prostředky a cesty a nepotřebuje vaši pomoc.
9. Kdo svého partnera peskuje, kdo je k němu nevlídný a nelaskavý, již se s ním v duchu rozvedl. Držte se toho, co jste slíbili ve své manželské přísaze: milujte svého partnera, važte si ho a prokazujte mu po všechny dny svého života úctu.
10. Nepřipusťte ve svém duchu žádné negativní představy, které by se jakkoli týkaly vašeho partnera. Vyzařujte lásku, pokoj, harmonii a dobrou vůli a vaše manželství bude rok od roku krásnější a šťastnější.
11. Myslete vzájemně na sebe s láskou, pokojem a dobrou vůlí. Záření, kterým působíte na podvědomí, vytvoří důvěru, lásku a úctu.
12. Jestliže vás vaše žena ráda peskuje, pokuste se projevovat jí více pozornosti a ocenění. Většinou pouze touží po větší lásce a větším teple. Chvalte ji za její spoustu dobrých vlastností a ukažte jí, že ji milujete a oceňujete.
13. Kdo svou ženu miluje, nezraňuje ji ani slovy, ani skutky. Láska je to, co u druhého probouzí lásku.
14. V manželských problémech si dávejte poradit zásadně jen od kompetentních lidí. Přece byste si také nešli dát vytrhnout zub k truhláři. Stejně nevhodné je hledat radu v manželských problémech u příbuzných a přátel.
15. Nikdy se nepokoušejte svého partnera od základu měnit. Takové pokusy jsou vždycky chybou a ohrožují manželství. Dosáhnete nanejvýš toho, že partner ztratí svou hrdost a sebeúctu a že mezi vámi vznikne spor.
16. Modlete se společně a zůstanete spolu. Vědecká modlitba vyřeší všechny vaše problémy. Představujte si v duchu svou ženu tak

veselou, šťastnou, zdravou a krásnou, jakou ji chcete mít. Stejně tak máte v duchu vidět svého muže tak, jak to odpovídá vašemu ideálu: silného, spolehlivého, laskavého, vyrovnaného a dobrého. Snažte se, aby se vybavování těchto myšlenek a představ stalo vašim zvykem a přesvědčíte se z vlastní zkušenosti, že se manželství nejen uzavírá „před nebeským otcem“, ale může být i „nebem na zemi“.

---

## KAPITOLA 15 - Podvědomí a vaše štěstí

---

William James, otec americké psychologie, jednou řekl, že největší objevy 19. století nespádají do oblasti přírodních věd. Nejfantastičtější poznání představuje daleko spíše poznání nesmírné moci, kterou může v každém směru rozvinout podvědomí vedené neochvějnou vírou.

Skutečné a ničím neohrožené štěstí vstoupí do vašeho života v ten den, kdy zcela jasně poznáte, že pomocí svého podvědomí dokážete zvítězit nad každou svou slabostí a všemi problémy, že podvědomí vyléčí tělo a splní vaše nejodvážnější představy o štěstí a úspěchu v míře přesahující daleko všechna očekávání.

Možná, že jste za nejšťastnější okamžik svého života považovali složení závěrečných zkoušek nebo výhru 1. ceny v loterii či den své svatby nebo narození prvního dítěte. Někdo možná zase pokládá za vrchol svého život den zasnoubení či něco jiného z řady věcí, které oblažují lidské srdce. Ať jsou však tyto zážitky jakkoli velkolepé, nemohou vám dát to pravé, trvalé štěstí. Jsou pomíjející.

Jedině skutečně platnou odpověď najdete v knize přísloví, kde se říká: „*Důvěřuj Hospodinu celým srdcem, nu svoji rozumnost nespolehej.*“ Příklad 3, 5. Neboť jakmile se neomezeně a ve všech věcech svěříte vedení Boha, který je vždy přítomen ve vašem podvědomí, budete čelit všem životním problémům zcela vyrovnaně a s veselou myslí. Naplnění láskou, pokojem a dobrou vůlí si tak vytvoříte bezpečnou základnu pro své štěstí, které vás bude provázet po všechny dny vašeho života.

## Musíte zvolit štěstí

Štěstí je otázkou duševního postoje. Jak říká bible: „... vyvolte si dnes, komu chcete sloužit.“ Jozue 24, 15. Je na vás, abyste si zvolili štěstí. Snad to zní překvapivě prostě, ale je tomu tak. Možná že mnoho lidí ztroskotá při hledání štěstí právě z toho důvodu, že nemohou uvěřit, jak snadno lze bránu ke štěstí otevřít. Ale vždyť všechny opravdu velké věci života jsou prosté, dynamické a tvůrčí; právě ony vytvářejí pocit blaha a štěstí.

V následujících slovech nám svatý Pavel zjevuje, jak se lze vmyslit do života plného dynamického štěstí a blaženosti: „*Konečně, bratří, přemýšlejte o všem, co je pravdivé, čestné, spravedlivé, čisté, cokoli je hodné lásky, co má dobrou pověst, co se považuje za ctnost a co sklízí pochvalu!*“ Filipským 4,8.

## Jak si člověk zvolí štěstí

Naučte se ještě dnes umění rozhodnout se pro štěstí. Metoda je velice jednoduchá. Jakmile ráno otevřete oči, řekněte si: „Boží vůle řídí můj život dnes a v každém okamžiku. Všechno se dnes obrací v mé dobro. Dnes začíná nový a nádherný den, šťastnější než kterýkoli den předtím. Boží moudrost mě řídí na mé cestě a Boží požehnání spočívá na všem, s čím dnes začnu. Boží láska mě obklopuje a ochraňuje a já kráčím do světla. Jakmile se moje myšlenky začnou odklánět od toho, co je dobré a konstruktivní, okamžitě si přikáži, abych se soustředil výlučně na krásné a dobré věci. Jsem duševní a duchovní magnet, který k sobě přitahuje štěstí a požehnání. Veškeré moje dnešní podnikání bude mít mimořádný úspěch. Po celý den budu bezvýhradně šťastný.“

Začněte každý svůj den tímto způsobem a bude vás provázet štěstí a radost.

## Udělal si ze štěstí zvyk

Před několika lety jsem strávil asi týden na jedné farmě v Connemarra na západním pobřeží Irska. Každý den si farmář zpíval a pískal a byl v té nejskvělejší náladě. Když jsem se ho ptal na důvod jeho radosti, odpověděl: „Jsem zvyklý být šťastný. Každé ráno, když

se probudím, a každý večer, než zavřu oči, žehnám své rodině, polím a dobytku a děkuji Bohu za bohatou sklizeň.“

Po čtyřicet let byla tato slova jeho každodenním zvykem. Tenhle prostý irský rolník tedy odhalil tajemství spočívající ve funkci podvědomí, že totiž štěstí není nic jiného než zvyk a důsledek pozitivního myšlení.

## **Musíte si upřímně přát být šťastní**

Kdo hledá štěstí, musí dodržovat jednu důležitou podmínku: musí po štěstí celým srdcem toužit. Mnoho lidí se tak dlouho oddává sklíčenosti a smutku, doslova si tyto stavy pěstují, že v momentě, kdy přijde dobrá zpráva, nepocítí žádné zvláštní štěstí, ale reagují asi tak jako jedna žena, která mi říkala: „Vždyť je to hřích, být tak šťastný!“ Lidé tohoto druhu si tak zvykli na své negativní modely myšlení, že už ani nevědí, co si se štěstím počít! Jakkoli to možná zní neuvěřitelně, přímo prahnou po depresi, která se stala jejich zvykem.

V Anglii jsem jednou znal ženu, která trpěla už léta revmatismem. Často si poklepávala na koleno a říkala: „Dnes mě moje revma zase jednou pořádně zlobí! Nemohu se hnout na krok z domu. Ach, co jen si s tímhle revma vytrpím!“

Stálé naříkání staré paní vzbuzovalo soucit syna, dcery i sousedů, takže byla ze všech stran zahrnována pozorností. Proto jí byl vlastně její revmatismus velmi vítaný. Očividně své údajné „utrpení“ vychutnávala. Tato žena v podstatě nechtěla být šťastná.

Navrhl jsem jednu bezpečně účinnou léčbu. Poradil jsem jí několik veršů z bible a řekl jí, že patřičná koncentrace na pravdu, již tyto verše obsahují, nepochybně změní její duševní postoj, probudí v ní opět důvěru v život a přinese jí uzdravení.

Ona však neprojevovala sebemenší zájem. Mnoho lidí má takový podivuhodný, chorobný sklon k sebetrýznění a sebelitování. Bída a smutek jsou jejich nejmilejšími druhy.

## **Proč volit štěstí?**

Mnozí lidé stojí sami svému štěstí v cestě, protože se oddávají například těmto myšlenkám: „Dnes je černý den; nic se nebude dařit!“ – „Dnes se mi zase nic nevede!“ – „Všichni jsou proti mně!“ –

„Obchody jdou čím dál tím hůř!“ – „Já přece vždycky přijdu pozdě!“ – „Jsem prostě smolař!“ – Kdo začíná den s takovými myšlenkami, ten nemůže mít štěstí a musí být nutně nešťastný. Marcus Aurelius, velký římský filozof a mudrc, řekl: „Jsou to myšlenky, které činí život člověka šťastným nebo nešťastným.“ Velký americký filozof Emerson se vyjádřil takto: „Člověk je tím, na co celý den myslí.“ Jak tedy již víme z ostatních souvislostí, obvyklý způsob myšlení přináší vždy své výsledky a určuje životní události.

Vyhýbejte se tedy za každou cenu negativním myšlenkám a skleslým či nepřívětivým náladám. Vždy znovu si připomínejte, že vás nemůže postihnout nic, co by nemělo původ ve vašem vlastním duchu.

### **Kdybych měl milión, byl bych šťastný**

V léčebných ústavech jsem potkal mnoho lidí, kteří tvrdili, že jsou úplně chudí, přestože byli milionáři. Trpěli psychózami, paranoickými a maniodepresivními stavy. Bohatství samo štěstí nepřináší. Na druhé straně tomu ale není v žádném případě tak, že by bohatství bylo se štěstím neslučitelné. Mnoho lidí se dnes pokouší najít štěstí v koupi rádií, televizorů, aut, domu, venkovského sídla, jachty, bazénu apod. Ale štěstí není na prodej. Štěstí se rodí jen ze správného duševního postoje. Mnoho lidí se ve svém úsilí o štěstí zaměřuje pouze na vnější věci: „Kdybych byl zvolen starostou, potom bych byl šťastný!“

Budete však potom, co se opravdu stanete starostou, obchodním či generálním ředitelem, šťastnější? Štěstí je duševní a duchovní stav. Síla, radost a štěstí člověka spočívají v umění odhalit dynamický zákon Božího řádu v podvědomí a ve všech životních sférách ho realizovat.

### **Pro něho bylo štěstí plodem vnitřního klidu**

Když jsem měl před několika lety v San Francisku cyklus přednášek, vyhledal mě jeden muž, který byl strašně nešťastný nad svými obchody. Měl funkci prokuristy a byl v duchu silně zaujatý proti generálnímu ředitelovi a jeho zástupci. Tvrdil, že mu oba kladou do cesty všechny možné překážky. Tento vnitřní odpor měl negativní

vliv na jeho výkony a chod podniku a on nedostával ani výkonnosti prémie, ani podíl ze zisku.

Vyřešil svůj pracovní problém nám známou metodou. Zvykl si hned po probuzení s neochvějnou důvěrou konstatovat: „Všichni moji spolupracovníci a nadřízení jsou upřímní, obětaví, loajální a plní dobré vůle vůči všem ostatním. Tvoří nejdůležitější duševní a duchovní spojovací články jednoho řetězu, který přispívá k růstu, zdaru a úspěchu tohoto podniku. Ve všech svých myšlenkách, slovech a činech projevují vůči svým nadřízeným a všem spolupracovníkům lásku, pochopení a dobrou vůli. Generální ředitel a jeho zástupce jsou ve všem svém podnikání řízeni Boží moudrostí. Neomezené poznání mého podvědomí inspiruje všechna má rozhodnutí. Všechny naše obchodní transakce a lidské vztahy jsou určovány snahou činit to pravé a jediné správné. Pro svou činnost vysílám do kanceláře už předem myšlenky pokoje, lásky a dobré vůle. Já i všichni naši zaměstnanci cítíme v duchu vyrovnanost a pochopení. Plný důvěry a pevné víry v dobro teď začínám dnešní den!“

Prokurista opakoval s citem tuto dobře promyšlenou meditaci každé ráno třikrát. Jakmile se přes den objevily úzkostné či hněvivé myšlenky, říkal si: „Klid, harmonie a vyrovnanost vládou po celý den v mém srdci i duchu!“ Když po nějaký čas dodržoval tuto disciplínu, jeho dřívější negativní myšlenky zmizely a nic už nemohlo zmařit duševní klid, vycházející z vnitřního pokoje. Tento nový postoj v jeho nitru přinesl bohaté ovoce. Jak mi psal, zavolali si ho po určité době oba vedoucí pracovníci k sobě a vyslovili mu uznání za jeho práci a nové konstruktivní návrhy. Rozpoznali v něm schopného pracovníka, zatímco on pochopil, že člověk může najít štěstí jen sám v sobě.

## **Ve skutečnosti neexistují žádné překážky**

Před několika lety jsem si v novinách přečetl zprávu o koni, který se najednou na okraji silnice splašil při pohledu na pařez stromu. To se potom opakovalo pokaždé, když kolem něho musel projít. Na to rolník starý pařez vykopál, spálil ho a zem urovnal. Ale ještě dvacet pět let se kuň na tomto místě vždycky začal plašit. Jeho reakci vyvolávala pouhá vzpomínka.

Na cestě ke štěstí vám nehrozí žádné překážky kromě těch, které si svým myšlením a představami sami vytvoříte. Pronásleduje vás strach nebo starosti? Strach – to je myšlenka. Ještě v tomto okamžiku můžete všechny překážky odstranit u samého kořene, když na ně přestanete myslet a místo toho budete věřit v úspěch, své schopnosti a vítězství nad všemi problémy.

Znal jsem jednoho zkrachovalého obchodníka. Ten mi říkal: „Udělal jsem chyby, z nichž jsem se hodně poučil. Teď zakládám nový podnik, který dovedu k velkému úspěchu.“ Měl odvalu vidět překážku ve svém vlastním duchu. Nemarnil čas zbytečným naříkáním, ale „vykopal pařez“: pochopil neužitečnost svých depresí a zahnal je silou neochvějné víry ve své vnitřní síly. I vy se snažte získat sebedůvěru a budete mít štěstí a úspěch!

## Nejšťastnější lidé

Nejšťastnější je ten, kdo vždy a všude jedná tak, jak nejlépe dokáže. Štěstí a ctnost jsou spolu neoddělitelně spojeny. Nejlepší lidé jsou nejen ti nejšťastnější, ale nejšťastnější jsou zároveň většinou ti, kteří nejlépe ovládají umění úspěšného života. To nejvyšší a nejlepší ve vás je Bůh. Projevujte tedy více Boží lásky, světla, pravdy a krásy a budete patřit k nejšťastnějším lidem na světě.

Epiktétos, řecký filozof stoické školy, říkal: „Jen jedna cesta vede ke štěstí a k vnitřnímu klidu. Spočívá v tom, že nikdy – ani brzy ráno, když se probudíš, ani po celý den či večer, když ti spánek tíží víčka – nevěnuješ jedinou svou myšlenku majetku a vnějším věcem života, nýbrž to všechno a celý svůj život svěříš Bohu.“

## SHRNUTÍ

1. William James řekl, že největší objev 19. století bylo rozpoznání obrovské moci podvědomí, inspirovaného vírou.
2. Ve vás přebývá nekonečná moc. Štěstí vstoupí do vašeho života, jakmile se naučíte důvěřovat těmto vnitřním silám. Potom se brzy uskuteční vaše sny.
3. Můžete zvítězit nad každým problémem a každou slabostí a splnit si všechna přání svého srdce díky zázračným silám svého

podvědomí. To je totiž význam slov bible, za nimiž stojí duševní zákony podvědomí: „*Kdo v Pána důvěřuje, je šťasten.*“

4. Musíte se rozhodnout pro štěstí. Štěstí je zvyk. Je dobré vzpomenout si vždy na tato slova: „*Konečné, bratři, přemýšlejte o všem, co je pravdivé, čestné, spravedlivé, čisté, cokoli je hodné lásky, co má dobrou pověst, co se považuje za ctnost a co sklízí pochvalu.*“ Filipským 4,8.
5. Po probuzení si říkejte: „Dnes se rozhoduji pro štěstí! Dnes se rozhoduji pro úspěch! Dnes se rozhoduji pro správné jednání! Dnes se rozhoduji pro lásku a dobrou vůli vůči všem svým bližním! Dnes se rozhoduji pro pokoj!“ Naplňujte tato rozhodnutí svým životem, láskou a zájmem, a tak si zvolíte štěstí!
6. Vyslovujte několikrát denně dík za požehnání, jichž se vám dostalo. Modlete se také za pokoj, štěstí a blaho všech členů své rodiny, kolegů a všech lidí na celém světě.
7. Musíte upřímně toužit po štěstí. Bez skutečné touhy se nestane nic. Touha je přání, okřídlené fantazií a vírou. Představujte si splnění svého přání, věřte v jeho uskutečnění a ono se stane realitou. Štěstí, které vám poroste – to jsou vyslyšené modlitby.
8. Kdo se trvale oddává myšlenkám strachu, hněvu, nenávisti a neúspěchu, bude se nevyhnutelně cítit hluboce sklíčený a nešťastný. Myslete vždy na to, že váš život je formován vašim myšlením.
9. Štěstí si nelze koupit ani za všechny peníze světa. Někteří milionáři jsou velmi šťastní, jiní jsou nešťastní. Leckdo je velmi šťastný i s nepatrným pozemským vlastnictvím, jiný je nešťastný. Někdo je šťastný v manželství, jiný je nešťastný. Existují šťastné i nešťastné neprovdané ženy a svobodní muži. Štěstí – to je „režim“ řídící vaše myšlenky a pocity.
10. Štěstí je plodem vnitřního klidu. Soustřeďte své myšlení na pokoj, vyrovnanost, jistotu a Boží vedení a váš duch se pro vás stane pramenem štěstí.
11. Neexistuje žádná překážka na cestě ke štěstí. Vnější věci nesvedou nic, nejsou nikdy příčinou. Dejte se vést tvůrčím principem, který ve vás přebývá. Každá myšlenka představuje příčinu a každá nová příčina vyvolává nový účinek. Rozhodněte se pro štěstí.



12. Nejšťastnější je ten, kdo ze sebe vydává to nejlepší. Bůh je tím nejvyšším a nejlepším v každém člověku a říše Boží čeká na své objevení v každém z nás.

---

## KAPITOLA 16 - Podvědomí a harmonické vztahy k okolí

---

Při četbě této knihy jste poznali, že podvědomí představuje určitý druh záznamníku, v němž jsou věrně evidovány všechny vjemy. To je také jeden z nejpádňějších důvodů, proč musíme ve svých vztazích k bližním vždy dbát „Zlatého pravidla“.

V evangeliu sv. Matouše, v kap. 7, verš 12 čteme: *„Jak byste chtěli, aby lidé jednali s vámi, tak vy ve všem jednejte s nimi.“* Tato věta není jen čistě praktickým pravidlem chování, ale má hlubší význam. Ve vztahu k podvědomí ji lze totiž interpretovat takto: Co chcete, aby si lidé mysleli o vás, máte si i vy myslit o nich. Co chcete, aby lidé ve vztahu k vám cítili, máte cítit i vy ve vztahu k nim. Jak chcete, aby se lidé k vám chovali, tak se máte i vy k druhým chovat.

Možná, že se ke svému kolegovi v práci chováte v jeho přítomnosti laskavě a zdvořile a vůbec se vám nezdá nijak zvlášť nesympatický, sotva ale za sebou zavře dveře, zase převáží váš odmítavý postoj. Vyhýbejte se takovému postoji za každou cenu! Negativní myšlenky tohoto druhu škodí nejvíce vám samotným a vedou k tomu, že si otravujete život. Škodí vašemu myšlení do té míry, že vás okrádají o veškerou chuť k životu, nadšení, sílu, vnitřní poznání a ochotu porozumět. Tyto myšlenky a pocity klesají do vašeho podvědomí a svým destruktivním 'charakterem' vám způsobují všechny možné potíže a utrpení.

### **Zlatý klíč k srdci bližních**

*„Nesud'te, abyste nebyli souzeni. Neboť jakým soudem soudíte, takovým budete souzeni, a jakou měrou měříte, takovou Bůh naměří vám.“* Matouš 7, 1-2.

Kdo pochopil hlubokou pravdu tohoto místa z bible a je jí věrný ve svém životě, ten našel zlatý klíč k srdci svých bližních.

Posuzujete-li člověka nebo okolnost, je výsledkem tohoto myšlenkového procesu určitý soud. Tento soud vynášíte vy, vychází z vašeho vlastního myšlení. Vaše myšlenky obsahují onu dynamickou tvůrčí sílu, která ve vás uskutečňuje všechno, co si myslíte a cítíte o druhých. Protože váš duch je tvůrčím médiem, ovlivňuje vše, co sugerujete druhému, zároveň i vás samotného.

Proto se v bibli říká: „*Neboť jakým soudem soudíte, takovým budete souzeni.*“ Kdo zná tento zákon a působení podvědomí, bude se stále více snažit myslet, cítit a jednat ve vztahu k bližním jen tím správným způsobem. Tato slova z bible vám současně odhalují tajemství, jak lze uspokojivě vyřešit mnoho lidských problémů.

### **„A jakou měrou měříte, takovou Bůh naměří vám“**

Cokoli dobrého učiníte svým bližním, to vám bude stejnou měrou splaceno, a podle téhož zákona se také všechny zlé činy jejich pachatelů vymstí. Kdo svého bližního lstivě klame a podvádí, dopouští se tohoto klamu a podvodu koneckonců sám na sobě. Vědomí vlastní viny totiž usměrní myšlení dotyčné osoby do negativních kolejí a dříve či později mu způsobí řadu nepříjemností, neboť podvědomí registruje každý duševní proces a reaguje v naprostém souladu s příslušným motivem.

Vaše podvědomí je nadosobní a neměnné. Jedná bez ohledu na osobu, náboženství nebo společenské postavení. Nezná ani soucit, ani mstu. Způsob, jakým smýšlíte o svých bližních, jaké city k nim chováte a jak s nimi jednáte, určuje průběh vašeho vlastního života.

### **Z titulků v denním tisku onemocněl**

Začněte se od tohoto okamžiku sami pozorovat a zkoumat své reakce na lidi, okolnosti a skutečnosti. Jaký dojem na vás zanechávají události a novinky dne? V této souvislosti je zcela lhostejné, zda jsou vaše názory oprávněné nebo jediné správné či ne.

Jestliže vás totiž nějaká zpráva dovede rozrušit, je třeba odmítnout ji už proto, že negativní pocity každého druhu narušují vaši rovnováhu, vycházející z vnitřního pokoje.

Jedna žena mi vylíčila, jak se její muž pravidelně rozčiluje nad článkem jednoho zcela konkrétního novináře. Dodala, že tahle vytrvalá zlost a jen těžko potlačovaný vztek vedly u jejího muže až k žaludečním vředům, takže mu domácí lékař naléhavě doporučil psychickou léčbu. Prosil jsem dotyčného, aby mě vyhledal, vysvětlil jsem mu funkci lidského ducha a objasnil skutečnost, jak nerozumné je takhle se rozčilovat nad články vyslovujícími odlišný názor, než má on sám.

Brzy pochopil, že musí každému žurnalistovi dopřát svobodu vyjádřit svůj názor, i když on sám je snad jiného mínění. Na druhé straně mu však dotyčný novinář poskytuje stejně samozřejmě možnost oponovat mu ve čtenářském dopisu. Můj pacient se musel naučit, že lze mít naprosto odlišný názor a přitom druhou stranu neurážet. Nakonec pochopil zcela základní a zároveň prostou skutečnost, že nejde o slova nebo činy druhého člověka, nýbrž jen o jeho vlastní reakci.

Na základě tohoto poznání se můj pacient vyléčil a brzy jeho bývalé zuřivé ranní výbuchy zuřivosti zcela ustaly. Později mi jeho žena vyprávěla, že dnes už přijímá podobné články s humorem a směje se při vzpomínce na své někdejší nesmyslné návaly vzteku. Kdysi tak nenáviděný novinář ho už nemohl rozčílit. A brzy potom, kdy můj pacient díky změně svého postoje opět získal vnitřní rovnováhu, zmizely i žaludeční vředy.

### **„Nemám ráda ženy, mně jsou sympatičtí jen muži“**

Jedna sekretářka byla s některými svými kolegyněmi na válečné noze, protože ji prý neustále pomlouvaly a roztrušovaly o ní lži. Mně se otevřeně přiznala, že ženy nesnáší. Její vlastní slova zněla: „Nemám ráda ženy, mně jsou sympatičtí jen muži.“ Přišel jsem také na to, že se svými podřízenými kolegyněmi mluví velmi povzneseným, panovačným a podrážděným tónem. Své chování ospravedlňovala tím, že jí kolegyně s největší radostí komplikují život.

Na druhé straně však na ní bylo něco, co obecně nutilo okolní svět stavět se proti ní. Pokud jdou i vám kolegyně a kolegové v kanceláři nebo v továrně na nervy, nedala by se snad najít příčina napětí a

nesnášenlivosti především v duševním záření, které přichází od vás, to znamená z vašeho podvědomého odmítavého postoje? Některá zvířata, zvláště psi, mají zcela jemně vyvinuté citění pro lidi s nepřátelským postojem ke zvířatům, a podle toho také divoce reagují. A nejen zvířata, ale i mnozí lidé mají jakýsi šestý smysl pro tento druh duševního kmitání.

Doporučil jsem oné sekretářce s jejím odmítavým postojem ke kolegyním, aby to zkusila s vědeckou modlitbou. Kromě toho jsem jí vysvětlil, že poznání a aplikace základních pravd života brzy změní celou její bytost, její řečové návyky a vůbec celé chování, takže její nevůle vůči ženám zmizí. Očividně ji překvapilo, když slyšela, že se nenávidět člověka prozradí ve slovech, jednání, písmu i všech jiných životních projevech. Na to si sestavila cvičení ve formě modlitby a to pravidelně, systematicky a uvědoměle prováděla.

Její modlitba zněla takto: „Myslím, mluvím a jednám s láskou, klidem a pokojem. Od tohoto momentu mám pro všechny kolegyně, které mě kritizují a pomlouvají, sympatie a pochopení. Moje myšlení se zaměřuje výlučně na vnitřní a vnější vyrovnanost, pochopení a soulad. Jakmile cítím pokušení reagovat negativně, přísně si nařídím dát to okamžitě do pořádku podle zásady: ‚Budu myslet, mluvit a jednat vždy a všude v souladu s principem harmonie, zdraví a pokoje, který ve mně přebývá.‘ Nekonečná tvůrčí moudrost mě řídí a vede na všech cestách.“

Když se tato modlitba stala jejím každodenním zvykem, došlo v jejím životě k naprosté změně a veškerá kritika i sváry skončily. Kolegyně, jimž dávala dříve najevo jejich podřízené postavení, se staly skutečnými kolegyněmi a přítelkyněmi. Za to vše vděčí fantastickému objevu, že člověk nemusí měnit nikoho jiného než sám sebe.

## **Jeho vnitřní monolog mu bránil v pracovním postupu**

Jednou mě vyhledal zástupce jedné firmy a vyprávěl mi o svých potížích s vedoucím prodejního oddělení. I když v podniku pracoval už deset let, nikdy nebyl povýšen či oceněn za svou práci sebemenším uznáním. Čísly mi doložil, že v porovnání s mnoha svými kolegy uzavřel daleko více obchodů. Byl přesvědčen, že vedoucí proti němu

něco má, že s ním jedná nespravedlivě, že dokonce všechny jeho návrhy zásadně odmítá a nanejvýš se jim na konferencích směje.

Vysvětlil jsem mu, že velká část viny leží nepochybně na něm samotném a že chování vedoucího není nic jiného než podvědomá reakce na negativní postoj jeho pracovníka. „A jakou měrou měříte, takovou Bůh naměří vám.“ Podle úsudku – či podle „míry“ – mého návštěvníka byl vedoucí úzkoprsý a hádavý člověk, ke kterému cítil hořkost a nepřátelství. Již na cestě do práce obchodní zástupce pravidelně vedl vášnivý vnitřní monolog, který byl výčtem argumentů proti nadřízenému, sledem výčitek a obžalob.

Zhoubný zpětný účinek tohoto negativního postoje na sebe nedal dlouho čekat. Zástupce si neuvědomoval, že jeho vnitřní monolog a v něm projevovaná silná nenávist se vryly do jeho podvědomí, a tak se staly nejen příčinou nepřátelského postoje nadřízeného k němu, ale i příčinou celé řady jeho vlastních tělesných a citových poruch.

Zvykl si pronášet každý den tuto modlitbu: „V myšlenkách jsem tvůrcem svého vlastního světa. Já sám rozhoduji a zodpovídám za to, co si myslím o mém nadřízeném. Nemohu svému vedoucímu vyčítat svůj vlastní způsob myšlení. Touto modlitbou беру každému člověku, každému místu, každé věci a každé okolnosti právo a moc nějak se mě vnitřně dotknout. Přeji svému nadřízenému zdraví, úspěch, vnitřní pokoj a štěstí. Přeji mu z upřímného srdce všechno dobré a vím, že každý jeho krok řídí Bůh.“

Radil jsem mu, aby si svého ducha představoval jako zahradu, v níž každé zaseté semínko přinese příslušné plody, a doporučil jsem mu, aby před usnutím pozoroval ve své fantazii jako ve filmu, jak mu ředitel prodejního oddělení srdečně gratuluje k jeho vynikajícím výkonům, neúnavnému pracovnímu nasazení a mimořádně dobré spolupráci se zákazníky. – Do této scény se zástupce této firmy vžil tak silně, že cítil podání ruky svého šéfa, slyšel jeho hlas a viděl jeho úsměv. Noc co noc nechával před svým duševním zrakem běžet tento film, protože věděl, že podvědomí toto dění zachytí jako fotografická deska.

Na základě procesu v podvědomí, který můžeme nazvat duševně duchovní osmózou, se dostavil očekávaný účinek a fantazie se stala skutečností. Jednoho dne ho totiž vedoucí zavolal k sobě do San

Franciska, vyslovil mu své uznání a povýšil ho současně na vedoucího oddělení se značně vyšším platem a více než sto podřízenými. Změna vnitřního postoje pracovníka způsobila u šéfa obrat v jeho smýšlení.

## **Cesta k emocionální zralosti**

Slova či jednání druhých nemají žádnou větší moc vás zranit nebo rozrušit než tu, kterou jim sami dáte. Za každou negativní reakci je totiž zodpovědné jen a jen vaše vlastní myšlení. Kdo se rozčiluje, musí projít těmito stadii myšlenkového procesu: Člověk se zabývá tím, co slyšel. Vidí v tom důvod ke zlosti a sám sebe přivede do stavu vzteku. Vztek ho nutí jednat a člověk se rozhodne, že to protivníkovi vrátí. Všechny tyto procesy – myšlenka, která je podnětem, citové vzrušení, reakce na ně a rozhodnutí k protiúderu – však mají původ výhradně ve vašem duchu.

Emocionálně vyzrálý člověk nereaguje na kritiku nebo útoky lidí ze svého okolí nikdy negativně. Kdo se totiž dá strhnout k tomu, aby splácel stejnou mincí, klesá zcela automaticky na duševně duchovní rovinu méněcenného protivníka. Nikdy neztrácejte ze zřetele svůj cíl a nedovolte žádnému člověku ani žádné životní okolnosti připravit vás o vnitřní klid, vyrovnanost a zdraví.

## **Význam lásky pro harmonické lidské vztahy**

Sigmund Freud, slavný rakouský zakladatel psychoanalýzy, řekl, že lidská osobnost bez lásky chřadne a odumírá. K lásce patří porozumění, vnímavost a úcta k Božím principům, přítomným v každém člověku. Čím více lásky a dobré vůle člověk vyzařuje, tím více jí k němu ze všech stran přichází.

Kdo zraňuje sebevědomí a sebeúctu druhého, nikdy v něm nezíská přítele. Nezapomínejte, že každý člověk touží po lásce, ocenění a úctě. Myslete vždy na to, že váš protějšek si je vědom své pravé hodnoty a stejně jako vás ho naplňuje pocit důstojnosti, neboť si uvědomuje, že představuje individuální ztělesnění onoho velkého životního principu, který je dán všem lidem. Kdo se na svého bližního dívá pod tímto úhlem, posílí jeho sebevědomí a odměnou mu bude láska a dobrá vůle.

## Nenáviděl publikum

Jednou mi vyprávěl jeden herec, že ho publikum při jeho posledním vystoupení vypískalo. Dodal, že šlo o špatný kus a ani on sám nezahrál svoji roli právě skvěle. Otevřeně přiznal, že ještě několik měsíců potom diváky z duše nenáviděl. Viděl v nich sešlost hlupáků, ignorantů, nafoukanců atd. Zcela znechuceně opustil svoji divadelní dráhu a pracoval rok jako prodávač v drogérii.

Jednoho dne ho pozval přítel do newyorské městské síně na přednášku „Jak se snést sám se sebou“. To co tam slyšel, dalo jeho životu nový směr. Vrátil se opět na jeviště a začal se s upřímným srdcem modlit za sebe i za diváky. Každý večer před vystoupením myslel na své publikum s láskou a dobrou vůlí. Z jeviště pak díky tomu dokázal své diváky úplně strhnout a to, co vyzařoval, vyvolalo také patřičnou odezvu. Dnes je to velký herec, který lidi miluje a ctí. Lidé vycítili jeho pozitivní postoj a opětují ho.

## Jak jednat s nedůtklivými lidmi

Na tomto světě je bohužel hodně nedůtklivých lidí s velmi zkresleným duševním pohledem. Jejich neochota, nelaskavost, hádavost nebo zahořklost vůči životu a všem lidem nejsou ničím jiným než projevem nemocné duše. V mnoha případech mají psychické poruchy tohoto druhu svůj původ již v zážitcích z dětství, jiné se zase dědí nebo jsou vrozené. Žádný rozumný člověk by druhému nevyčítal, že má tuberkulózu. Stejně nevhodné je ztracovat duševně nebo duchovně chorého. Žádný člověk necítí nenávist nebo pohrdání například k mrzákovi; je však i mnoho duševně zmrzačených. S nimi je třeba jednat se soucitem a porozuměním. *Všechno chápat znamená všechno odpouštět.*

## Neštěstí má rádo společnost

Člověk zmítaný nenávistí, závistí nebo jinými negativními pocity je chorý na duchu i na duši a je v rozporu s harmonií univerza. Jeho nevůli probouzejí právě pokojní, šťastní a veselí lidé. A obvykle právě ty, kterým vděčí za dobré věci, rád kritizuje a pomlouvá. Jeho základní postoj není v pořádku. „Proč,“ říká si takový nešťastník, „mají být druzí šťastní, když mně se vede tak zle?“ Nejraději by viděl,

aby na tom byli všichni stejně jako on. Neštěstí má rádo společnost. Jakmile tuto skutečnost pochopíte, nebude pro vás těžké čelit lidem s podobným životním postojem a s neochvějným klidem odrazíte eventuální útoky tohoto druhu.

## **Umění vcítit se do druhého člověka a jeho význam pro lidské vztahy**

Nedávno mě navštívila jedna mladá žena a přiznala se, že jednu kolegyni přímo nenáviděla, protože byla nejen hezčí, šťastnější a bohatší, ale navíc se stala ženou šéfa. Ale jednoho dne se v kanceláři objevila dcerka nenáviděné rivalky. Dítě pocházelo z prvního manželství a bylo tělesně postižené. Teď holčička položila ruce kolem matčina krku a řekla: „Maminko, maminko, mám tak ráda svého nového tatínka! Podívej, co mi dal!“ Přitom zářila štěstím a ukazovala nádhernou novou hračku.

Moje návštěvnice pokračovala: „Najednou se otevřelo moje srdce pro tu malou holčičku se zářícíma očima. Přenesla jsem se do situace druhé ženy a pochopila jsem, jak musela být šťastná. Cítila jsem teplo u srdce, šla jsem ke své kolegyni a plna upřímné náklonnosti jsem jí přála vše dobré.“

To co ona mladá dáma tehdy odhalila, nazývají psychologové „empatie“ neboli schopnost vcítit se do druhého člověka. Zcela jednoduše řečeno je to schopnost přenést se do jeho situace. Ona mladá žena se pokusila vidět situaci z úhlu bezprostředně zúčastněné osoby. Tak se jí skutečně podařilo ztotožnit se s myšlením a cítěním ženy i jejího dítěte. Následovala hlasu lásky a prohlédla.

Jakmile jste v pokušení smýšlet o některém člověku zle, případně ho slovem či skutkem zranit, zkontrolujte si své chování ve smyslu desatera. Kdo má sklon k závisti, žárlivosti nebo hněvu, udělá dobře, když se nad svým chováním zamyslí ve smyslu Ježíše Krista a jeho srdce se otevře nejhlubší pravdě slov: „*Miluj bližního svého.*“

## **Povolnost se nevyplácí**

Na druhé straně ale nikomu nedovolte, aby vás jakýmkoli způsobem využíval nebo prosazoval svou vůli výbuchy hněvu, křečovitým pláčem nebo údajným srdečním záchvatem. Lidé tohoto



druhu jsou tyraní, kteří se snaží udělat si z vás otroky svých nálad. Laskavě, ale rozhodně odmítněte ustoupit. Povolnost se nevyplácí. Nepodporujte u takových lidí sobectví, chamtivost a nedostatek sebeovládání. Čiňte vždy to, co je správné. Přišli jste na svět, abyste realizovali své vrozené schopnosti a zůstali věrni věčným pravdám a duchovním hodnotám života. Nikomu nedovolte, aby vás odváděl od vašeho životního cíle, který spočívá v rozvíjení vašich skrytých vloh, ve službě lidstvu a v tom, že svým bližním podáváte den ze dne přesvědčivější svědectví o moudrosti, pravdě a kráse Boží. Zůstaňte věrni svému ideálu. Držte se vždy neochvějně a bezvýhradně té velké pravdy, že všechno, co slouží vašemu vlastnímu pokoji, vašemu vlastnímu štěstí a seberealizaci, přináší nutně požehnání všem, kteří přebývají na této zemi. Harmonie části je harmonií celku, neboť celek je přítomný v části a část v celku. „*Nikomu nebud'te nic dlužni, než abyste se navzájem milovali, neboť ten, kdo miluje druhého, naplnil zákon,*“ říká svatý Pavel (Římanům 13,8). A láska je naplněním zákona zdraví, štěstí a vnitřního míru.

## SHRNUTÍ

1. Vaše podvědomí se podobá přístroji, který přesně zaznamenává a uchovává vaše obvyklé myšlenky. Smýšlejte dobře o svém bližním, a tím budete zároveň smýšlet dobře o sobě.
2. Každá nenávistná a závistivá myšlenka představuje duševní jed. Nemyslete si nic zlého o svém bližním, neboť jinak budete i o sobě smýšlet zle. Svými myšlenkami stavíte svůj vlastní svět, vaše myšlenky rozvíjejí dynamicky svoji tvořivou sílu.
3. Váš duch je tvůrčí médium. Co si myslíte a cítíte o druhých, se proto skutečně také ve vašem vlastním životě. To je psychologický význam „zlatého pravidla“. Tak, jak mají podle vašeho přání smýšlet druzí o vás, tak musíte smýšlet také vy o nich.
4. Klamat, podvádět a okrádat druhého, přináší viníkovi jen neštěstí a ztrátu. Podvědomí totiž věrně zaznamenává všechny myšlenky, pocity a pohnutky. Pokud tu jsou negativní motivy, vyvolají patřičný škodlivý účinek. Nic nemůže změnit skutečnost, že to, co činíte svému bližnímu, činíte i sami sobě.

5. Za každou laskavost, službu z lásky či každý důkaz dobré vůle se vám dostane tisíceronásobné odměny.
6. Jste myslitelem svého vlastního světa. Jen vy činíte rozhodnutí a zodpovídáte za to, co si o vás myslí vaši bližní. Nikdy nezapomínejte, že zodpovědnost za vlastní myšlení nemůžete přenechat druhým. Vaše myšlenky a pocity se k vám vrátí. Jak teď smýšlíte o svém bližním?
7. I v citovém životě reagujte jako zralý člověk. Přiznejte svým bližním právo na odlišné mínění. Na totéž právo máte nárok i vy. Své stanovisko můžete totiž docela dobře hájit i bez hrubosti a nezdvořilosti.
8. Zvířata mají jemný instinkt pro averzi a reagují na ni nepřátelsky nebo agresivně. Kdo ke zvířatům přistupuje s láskou, zvíře na něho nikdy nezaútočí. Mnoho lidí má pro citová záření stejný šestý smysl.
9. Představy, které máte o druhých, a rozhovory, jež s nimi v duchu vedete, vyvolávají u dotyčného odpovídající reakce.
10. Přejte svým bližním totéž, co přejete sobě. To je klíč k harmonickým mezilidským vztahům.
11. Změňte svůj postoj k šéfovi. Buďte přesvědčeni a mějte i pocit, že žije podle zlatého pravidla a naslouchá zákonu lásky. Příznivá reakce na sebe nedá dlouho čekat.
12. Slova a činy druhých se vás mohou dotknout jen tehdy, když jim vy sami k tomu dáte moc. Vaše myšlení má tvůrčí sílu, žehnejte proto svým bližním. Vždy máte možnost odpovědět člověku, který vám spílá: „Pokoj s tebou“.
13. Duch lásky vyřeší všechny problémy mezilidských vztahů. Láska ale neznamená nic jiného než porozumění, dobrou vůli a úctu před přítomností Boží v druhém člověku.
14. Hrbatý či jinak postižený člověk by ve vás nikdy neprobudil nenávisť, ale soucit. Projevujte stejný soucit i vůči těm, kteří jsou zmrzačeni na duchu a jejichž duše chřadne. Všechno chápat znamená všechno odpouštět.
15. Mějte radost z úspěchu, výhry nebo povýšení svého kolegy. Takové smýšlení otevírá brány k vlastnímu štěstí.

16. Nedejte se ve svém rozhodování nikdy ovlivnit scénami a krokodýlími slzami. Povolnost se nevyplácí. Nedělejte ze sebe nikdy rohožku pro druhé. Nedejte se svést z pravé cesty. Držte se pevně svých ideálů, neboť jen pozitivní pohled na svět je zárukou pokoje, štěstí a radostí. Co je požehnáním pro vás, to obšťastní i všechny ostatní.
17. Všechno, co dlužíte svému bližnímu, je láska. A láska nespočívá v ničem jiném než v tom, že budete přát každému totéž, o čem sníte vy: zdraví, štěstí a všechna požehnání života.

---

## **KAPITOLA 17 - Jak lze s pomocí podvědomí dosáhnout odpuštění**

---

Život nezná žádné miláčky štěstěny. Bůh je život a tento životní princip je přítomen v každém člověku – vždy a všude. Člověk je podle Božího určení povolán k životu v harmonii, míru, kráse, radosti a bohatství. Právě takhle chápeme Boží vůli, nazývanou někdy také tendence života.

Kdo sám v sobě zatarasí cestu volnému proudu života, způsobí si poruchy podvědomí a vystavuje se neštěstí. Bůh není původcem utrpení a zmatku tohoto světa. Příčinu svého neštěstí musí člověk hledat ve vlastním destruktivním myšlení. Proto by bylo naprosto nesprávné činit Boha odpovědným za nemoce a neštěstí.

A přesto existuje mnoho lidí, kteří hledají v Bohu původce všech hříchů, nemocí a lidského utrpení, vlastních bolestí, neštěstí a osobních ran osudu, prostě původce všech stinných stránek života. Jindy na něho alespoň svalují odpovědnost za tyto nedobré životní momenty.

Podobné negativní chápání Boha se vymstí jako negativní reakce podvědomí. Takto uvažující lidé bohužel nevědí, že trestají sami sebe. Než budete moci vést zdravý, šťastný a tvůrčí život, musíte nejprve poznat pravdu, dosáhnout sebeosvobození a zdržet se všeho odsuzování, hořkosti a hněvu. Jakmile však vaše myšlení a cítění

ovládne představa Boha lásky, jakmile v něm začnete vidět milujícího otce, který mu vládne, stará se o něho a zároveň jej vede, zachovává a posiluje, vryje se tato koncepce Boha do podvědomí a stane se pramenem nesčetných požehnání.

## **Život vždy odpouští**

Život vám promine, když se říznete do prstu. Nastane hojivý proces, řízený podvědomím. Vzniknou nové buňky a zacelí ránu.

Jestliže sníte zkaženou potravu, organismus dostane podnět, aby se nepoživatelné stravy opět zbavil. Když si popálíte ruku, narušená tkáň je nahrazena novou kůží. Život dovede odpouštět. Je vždy ochoten prominout. Požehnání života – to je zdraví, vitalita, vyrovnanost a pokoj. Těch se člověku dostává, pokud žije v souladu s přírodou.

## **Jak se osvobodil od svého pocitu viny**

Znal jsem jednoho muže, který s neúnavnou horlivostí pracoval denně celou noc až do ranních hodin. Své paní a dvou chlapců si sotva všiml, protože obchody ho zcela zaměstnávaly. Když jsem ho poznal, měl krevní tlak přes 200. Bylo mi jasné, že ho pronásledovaly silné pocity viny a že se podvědomě trestal tvrdou prací a zřeknutím se rodinného života. Normální člověk by takto nikdy nejednal, ale vyhradil by i ženě určitý podíl na vlastním životě a zajímal by se o vývoj synů.

Vysvětlil jsem mu důvod jeho nadlidské pýle: „Něco vás hlodá, jinak byste se takhle nechoval. Trestáte se, ale musíte se naučit sám sobě odpouštět.“ Ukázalo se, že ve skutečnosti trpěl hlubokým pocitem viny vůči svému bratrovi. Vysvětlil jsem mu, že Bůh ho netrestá, ale že on sám sebe mučí. „Každé porušení zákonů života,“ řekl jsem mu, „přináší odpovídající trest. Kdo se dotkne horkého předmětu, spálí se. Síly přírody jsou naprosto neutrální, jen způsob, jakým je člověk používá, určuje, zda působí dobro nebo zlo. Oheň není ani dobrý, ani špatný. Dům lze ohněm příjemně vytopit nebo spálit. Jediným hříchem je neznalost životních zákonů a jediný trest spočívá v automaticky negativní reakci, která nutně nastává v důsledku porušení zákonů života. Kdo nedbá chemických zákonů, může způsobit strašnou explozi. Kdo se rozběhne proti skále, zraní se.

Oba účinky představují odplatu za to, že člověk nedbá zákonitých souvislostí.“

Moje vysvětlení otevřelo muži oči. Pochopil, že Bůh jeho „otročinu“ a s ní spojené utrpení v žádném případě nevyžaduje ani neschvaluje, ale že jde pouze o reakci podvědomí na jeho destruktivní způsob myšlení. A jaký byl přímý impuls? 1 když už uplynulo mnoho let, nemohl si odpustit, že jednou podvedl svého dnes již mrtvého bratra.

Zeptal jsem se ho: „Podvedl byste bratra i dnes?“ – „Ne.“

„Věřil jste tenkrát, že máte pro své chování dobrý důvod?“

„Ano.“

„Udělal byste totéž dnes ještě jednou?“ Potřásl hlavou a řekl: „V žádném případě. Dnes se den co den snažím druhým lidem v životě pomáhat.“

„Dnes máte více zkušeností a dospěl jste k hlubšímu poznání. Aby člověk dosáhl odpuštění, musí nejprve odpustit sám sobě. Odpuštění prostě znamená zapojit se do Boží harmonie. ‚Peklo‘ – peklo na zemi – to je sebetrýznění. ‚Nebesa‘ – to je harmonie, mír, odpouštějící dobro.“

Vlivem tohoto nového pohledu na věc se onomu muži podařilo úplně se zbavit pocitů viny a výčitek. Při pozdější lékařské prohlídce se ukázalo, že má zase zcela normální krevní tlak. Záchrana duše přinesla záchranu i tělu.

## **Vrah se naučil odpouštět sám sobě**

Před mnoha lety mě navštívil muž, který zavraždil svého bratra. Žil léta v trvalém, děsivém strachu před Božím trestem. Jak mi vysvětlil, překvapil bratra se svou ženou a ve slepém pomatení smyslu ho zastřelil. Tuto vraždu v afektu spáchal asi před patnácti lety v Evropě. Mezitím se v Americe oženil a má tři děti. Úplně se změnil a využíval svého vlivného postavení k tomu, aby vykonal co nejvíce dobra.

Vysvětlil jsem mu, že muž, který zavraždil jeho bratra, s ním není ani fyzicky, ani psychicky totožný. Je vědecky prokázáno, že během několika let odumře každá buňka našeho těla a je nahrazena buňkou novou. Ale i když tuto skutečnost necháme stranou, je duchovně a

duševně zcela novým člověkem, jak dokazuje jeho láska a obětavost k druhým. Ten, který před více než 15 lety zabil, je duševně a duchovně mrtev. Pokud si vzdor své naprosté přeměně dělá i dnes výčitky, obviňuje někoho naprosto nezúčastněného!

Toto vysvětlení se neminulo účinkem a šnalo mu z duše těžké břemeno. Pochopil skutečný význam slov bible: *„Pojďte, projednejme to spolu, praví Hospodin. I kdyby vaše hříchy byly jako šarlat, zbělejí jako sníh, i kdyby byly rudé jako purpur, budou bílé jako vlna.“* Izajáš 1, 18.

## **Když budete chtít, kritika vám jen poslouží**

Jedna učitelka, která hledala radu, mi vyprávěla, že kolegyně kritizovala její přednášku a tvrdila, že mluví rychle, nezřetelně, potichu a monotónně, takže se její slova úplně minou účinkem. Viděl jsem, jak hluboce ji tyto výčitky ranily a jakou hořkostí ji naplnily. Na druhé straně ale na mé otázky ochotně přiznala, že výtky její kolegyně byly v podstatě oprávněné. V tomto světle viděla, jak je její reakce dětinská a jak cenný podnět k vlastnímu sebezdokonalení jí kritika kolegyně poskytla. Okamžitě začala navštěvovat kurs rétoriky, aby zdokonalila svou techniku řeči. Kolegyni napsala dopis, v němž jí poděkovala za zájem a konstruktivní kritiku, protože ta jí ukázala cestu k odstranění chyb.

## **Jak lze prokázat pochopení**

Předpokládejme, že kritika učitelčiny přednášky by nebyla na místě. Potom by bylo zcela zřejmé, že ji nevyvolal způsob podání, ale obsah řečeného. U kritiků tohoto druhu jde zpravidla o duševně a duchovně nevyrovnané lidi, jež omezenost a zaujatost svádí k nevěcné kritice. Tedy žádný důvod, proč být dotčený.

V takových případech je třeba projevit pochopení. Další logický krok spočívá v modlitbě za druhého, za mír jeho duše a schopnost porozumění. Toho, kdo rozpozná sám v sobě pána vlastních myšlenek a pocitů, nemůže nikdo zranit. Vaše pocity odpovídají vašim myšlenkám. Myšlenkami pak můžete vyhnat ze svého ducha vše, co by mohlo narušit vaši vnitřní rovnováhu.

## Opuštěná u oltáře

Před několika lety jsem byl požádán, abych se zúčastnil svatebního obřadu. Ženich však na sebe nechal čekat a po dvou hodinách marného čekání si zklamaná nevěsta osušila slzy a řekla mi: „Prosila jsem Boha, aby vše řídil podle své vůle. Určitě je právě tohle odpověď na moji modlitbu. Bůh nás nikdy neopouští.“

To tedy byla její reakce – odevzdání a důvěra v Boží rozhodnutí. Svými slovy dokázala, že v jejím srdci není ani stopy hořkosti. „Tento krok by byl pro nás zřejmě neznamenal požehnání, neboť jsem Boha prosila, aby nám ukázal pravou cestu.“

V podobné situaci by asi leckterá žena postrádající takové poznání utrpěla nervový šok, potřebovala by tabletku na uklidnění či dokonce lékaře.

Naslouchejte hlasu nekonečné moudrosti, jež ve vás přebývá, a důvěřujte jí stejně jako dítě matčiným slovům. Tak se vám dostane oné vnitřní vyrovnanosti, která je zárukou duševního a duchovního zdraví.

## **„Je nesprávné se vdávat. Všechno, co souvisí s pohlavím, je zlé a já sama jsem zkažená!“**

Před nějakým časem jsem se bavil s jednou mladou dvaadvacetiletou dámou. Žila v politováníhodné představě, získané výchovou, že hraní karet, plavání a zábava s muži jsou hřích. Nosila černé šaty a černé punčochy. Rtěnku, pudr či nějaký make up nikdy nepoužívala, protože to všechno její matka považovala za hřích. Od ní také měla názor, že muži jsou bezcenní a že všechno, co nějak souvisí s pohlavím, je nemravné.

Tato dívka, kterou mučily nejrůznější pocity viny, se musela nejprve naučit vycházet sama se sebou. Její nesprávné přesvědčení muselo vystřídat zcela nové hodnocení vlastní osoby.

Jakmile si vyšla s mladými kolegy, okamžitě ji přepadl pocit hluboké viny a strach, že ji Bůh potrestá. Řada mladých a slušných mužů jí udělala nabídku k sňatku, ale ona mi říkala: „Je nesprávné se vdávat. Všechno pohlavní je zlé, a já sama jsem zkažená.“ Z těchto slov hovořily teorie, které jí byly vštěpovány v mládí, a zároveň i pomýlené svědomí.

Dva a půl měsíce mě každý týden navštěvovala a já jsem jí vysvětloval téma této knihy, tedy skutečnosti o podstatě a funkci podvědomí. Pomalu docházela k poznání, že ji nevědomá a pověřivá matka přivedla na úplně nesprávnou cestu. Rozhodla se opustit svou rodinu a začít nový život.

Na moji radu zvolila nový účes a šaty odpovídající jejímu mládí. Navštěvovala hodiny tance a udělala si i řidičský průkaz. Naučila se také plavat a hrát karty a udržovala společenský styk s mladými lidmi svého věku. Začala milovat život. Prosila také Boha, aby jí seslal životního partnera, protože byla pevně přesvědčena, že jí nekonečná moudrost přivede toho správného muže. Její modlitba se naplnila doslova před mýma očima. Právě když se se mnou jeden večer loučila, přišel do mé ordinace jeden známý a já jsem je seznámil. Dnes je z nich po všech stránkách šťastný pár.

## **Bez odpuštění není uzdravení**

Odpouštět druhým – to je neodmyslitelný předpoklad vlastního tělesného a duševního zdraví. Kdo chce být naprosto šťastný a zdravý, musí nejprve odpustit každému, kdo mu udělal něco zlého.

*„A kdykoli povstáváte k modlitbě“, odpouštějte, co proti druhým máte, aby i váš otec, který je v nebesích, vám odpustil vaše přestoupení.“* Marek 11, 25.

Buďte shovívaví i k vlastním chybám a slabostem a snažte se, aby vaše myšlení bylo v souladu s Božím řádem. Člověk nemůže odpustit sám sobě, pokud nejprve neodpustí druhým. Kdo neumí odpouštět sám sobě, dokazuje tím jen svou povýšenost nebo nevědomost.

Psychosomatická škola moderního lékařství stále znovu zdůrazňuje, že řada nemocí – od dny až k nejruznějším srdečním potížím – je způsobena výčitkami svědomí, pocity viny a nepřátelstvím. Zastánci této nové teorie vysvětlují, že pacienti onemocní zpravidla tehdy, když s hořkostí a nenávistí myslí na lidi, kteří je zranili, podvedli, zle s nimi jednali či jim jinak uškodili. Tady existuje jen jediný prostředek: vyrvat ze sebe všechnu nenávist a hořkost i s kořeny cestou upřímného odpuštění.



## Odpouštět znamená konat s láskou

Kdo chce odpustit, musí mít dobrou vůli. Přejete-li si upřímně druhému odpustit, jste již na půl cestě k cíli. Jistě nemusím zvláště zdůrazňovat, že sympatie nebo dokonce přátelská účast přitom nejsou zcela nezbytné. Nikoho nelze nutit, aby dal někomu své srdce. Je to stejně nemožné jako kdyby si chtěla vláda zákony vynutit láskou, pochopení nebo toleranci. Na druhé straně se však můžeme chovat s láskou i k těm, kteří nám nejsou sympatičtí.

Bible říká: „*Miluj bližního svého.*“ Každý, kdo upřímně chce, toho je schopen. Láska neznamena nic jiného než přát druhému zdraví, štěstí, mír, radost a všechna požehnání života. Nezbytným předpokladem je však upřímnost. Kdo druhému odpouští, nedokazuje svou velkorysost, ale jedná především ve vlastním zájmu. Neboť co člověk přeje druhému, přeje ve skutečnosti sám sobě. Jste to vy, kdo myslí a cítí. Avšak jak myslíme a cítíme, taková jsme. Je třeba snad ještě jiné vysvětlení?

## Technika odpuštění

Kdo použije zde popsané jednoduché techniky, brzy zažije, jak do jeho života vstupuje zázrak. Uklidněte své myšlenky a tělesně i duševně se uvolněte. Myslete na Boha a jeho lásku ke všem lidem. Říkejte si s upřímným srdcem: „Zcela a bezvýhradně mu/jí (jmenujte dotyčnou osobu) odpouštím. Můj duch i má duše jsou prosty vší hořkosti. Odpouštím bez jakéhokoli omezení všechno, co se v této souvislosti stalo. Jsem osvobozen a také on (ona) je osvobozen. Je to nádherný pocit. Dnes je den ‚všeobecné amnestie‘. Přeji všem bližním zdraví, štěstí, pokoj a všechna požehnání života. Číním tak z vlastního svobodného rozhodnutí a jsem plný radosti a lásky. Jakmile mě od tohoto okamžiku napadne jméno některého člověka, který mi uškodil, řeknu: Nemáš žádnou vinu a patří ti všechna požehnání života! Já jsem volný, ty jsi volný. Ať všichni žijeme ve štěstí a radosti!“

Největší tajemství pravého odpuštění spočívá v tom, že stačí odpustit jednou. Jakmile se ze vzpomínek opět vynoří člověk, který vám uškodil, případně sama věc, kterou vám způsobil, stačí říci: „Pokoj s tebou!“ Vyslovte tato slova pokaždé, když se objeví taková vzpomínka. Za několik dní zjistíte, že onomu člověku nebo jeho

provinění na vás věnujete stále méně myšlenek, až na něj docela zapomenete.

## **Prubířský kámen pravého odpuštění**

Nejen pro ověření ryzosti zlata, ale i pro upřímnost odpuštění existuje dokonalý prubířský kámen. Představte si, že bych vám vyprávěl o mimořádném štěstí, které potkalo člověka, jenž vám ublížil nebo způsobil škodu. Pokud by ve vás tato zpráva vyvolala hněv a nevěli, bylo by zřejmé, že se ve vašem podvědomí stále vzdouvá nenávist a způsobuje tam pohromu. Když si na druhé straně představíte, že vám byl před rokem vyoperován bolestivý vřed a já se vás mimochodem zeptám, zda máte ještě bolesti, odpovíte zcela automaticky: „Přirozeně že ne. Vzpomínám si sice na ten vřed, ale už se dávno zahojil a nebolí.“

Zde je třeba hledat jádro problému. Možná, že jste si ve vzpomínkách uchovali trápení, které vám někdo způsobil, ale už nebolí. To je váš prubířský kámen. Používejte ho a nepokoušejte se oklamat sám sebe. Duch a duše musí reagovat tak, jak bylo popsáno výše, jinak jste ve skutečnosti neodpustili.

## **Všechno pochopit znamená všechno odpustit**

Kdo chápe dynamický tvůrčí zákon svého ducha, nedá druhým lidem nebo vnějším okolnostem možnost ovlivňovat negativně nebo i pozitivně jeho život. Ví, že o jeho osudu rozhodují výlučně vlastní myšlenky a pocity. Navíc si uvědomuje, že vnější faktory nejsou nikdy vlastní příčinou nebo hnací silou jeho života a osudu. V okamžiku, kdy začnete chápat myšlenky jako objektivní, věcné skutečnosti, uvidíte jasně nesprávnost domněnky, že jiní lidé mohou negativně ovlivnit váš život, že jste míčem, se kterým si hraje krutý osud, že musíte bojovat proti svým bližním, abyste se prosadili apod. Neboť jak člověk myslí svým srdcem, takový je.

## SHRNUTÍ

1. Bůh – nebo život – nedbá na osobu. Život nezná žádné miláčky štěstěny. Život – nebo Bůh – podpoří vaše plány a úmysly, pokud jsou v souladu s principem harmonie, jednoty, zdraví a radosti.
2. Bůh – nebo život – na nás nikdy nepřivolává nemoc nebo utrpení. Za všechny stinné stránky života si můžeme my sami, případně naše negativní a destruktivní myšlení. Neboť „*zaseli vítr, sklídí bouři*“.
3. Celý váš život se zakládá na vašem chápání Boha. Pokud věříte v Boha lásky, bude vaše podvědomí v tomto smyslu reagovat a zahrne vás tisícovým požehnáním. Věřte v Boha lásky!
4. Život – nebo Bůh – na vás nezanevře. Život nikoho neodsuzuje a vyléčí i těžká tělesná zranění. Život umí odpustit, když si popálíte ruku. Vytvoří nové buňky a novou tkáň. Život všechno zahojí.
5. Příčinou komplexů viny je nesprávné chápání Boha a života. Bůh – nebo život – nikoho neztrácuje a netrestá. Pocity viny jsou pouze a jenom důsledkem nesprávného přesvědčení, to znamená negativního myšlení, které vede k sebetýrání.
6. Bůh – nebo život – člověka neztratí a nepotrestá. Přírodní síly jsou naprosto neutrální. Jejich blahodárný nebo ničivý účinek závisí pouze na tom, jak je použijete. Ohněm lze dům příjemně vytopit nebo spálit. Vodou lze uhasit žízeň dítěte nebo ho utopit. Dobro a zlo představují bezprostřední důsledek lidských myšlenek a cílů.
7. Bůh – nebo život – se nemstí. Člověk sám sebe trestá, když nesprávně chápe Boha, život a vesmír. Díky tvořivým silám přebývajícím v lidském duchu může být člověk ve svých myšlenkách strůjcem vlastního štěstí nebo neštěstí.
8. Jestliže vás někdo oprávněně kritizuje, poděkujte mu za jeho cenné rady, které vám usnadní cestu ke sebezdokonalení.
9. Kdo ví, že je pánem svého myšlení a citění, nemůže být dotčen neoprávněnou kritikou. V těchto případech uděláte nejlépe, když popřejete kritikovi všechno nejlepší. Bude to k vašemu dobru.
10. Jestliže jste odevzdali sami sebe a svůj život do rukou Božích, přijímáte s klidem vše, co přichází. Buďte přesvědčeni, že to nakonec vždy slouží k vašemu dobru. Kdo se umí dívat na věci

tímto způsobem, nikdy mu nehrozí, že by někoho nevěcně kritizoval, sám sebe lítoval nebo byl zahořklý.

11. Nic není samo o sobě dobré nebo špatné. Teprve myšlením propůjčíte věci její vlastnosti. Záležitosti pohlaví jsou stejně málo zlé jako potřeba jídla, bohatství a opravdové seberealizace. Vždy záleží na tom, co každý sám udělá ze svých instinktů, přání a snah.
12. Velký počet nemocí je způsobován závistí, nenávistí, zlou vůlí, pomstychtivostí a neláskou. Mějte pochopení a umějte odpouštět sobě i jiným. Odpouštíte tím, že na ně vzpomínáte s láskou, radostí a dobrou vůlí. Vynoří-li se vzpomínka na utrpené bezpráví, přejte lidem, kteří vám ho způsobili, pokoj a hořkost brzy zmizí.
13. Odpouštět znamená přát druhému lásku, pokoj, radost, moudrost a všechna požehnání života tak dlouho, dokud vaše vzpomínka nebude mít ani jediný osten. Právě zde je třeba vidět prubířský kámen pravého odpuštění.
14. Když si představíte, že jste měl před rokem na bradě bolestivý vřed, myslíte, že byste ještě cítil bolest? Ne. Stejným způsobem si ověřte, zda o člověku, který vám někdy způsobil trápení nebo vás pomluvil, stále ještě přemýšlíte negativně. Ještě se rozčilujete? Pokud ano, nenávist se z podvědomí ještě zcela neztratila a způsobuje tam těžké škody. Existuje jen jeden lék: přát dotyčnému tak dlouho všechno nejlepší, až bude vaše přání zcela upřímné. To je totiž vlastní význam přikázání: Odpouštějte sedmdesátkrát sedmkrát.

---

## **KAPITOLA 18 - Jak podvědomí zbavuje člověka duševních zábran**

---

Každý problém nese své vyřešení sám v sobě. Každá otázka obsahuje odpověď. Kdo nevidí východisko z obtížné situace, udělá nejlépe, když všechno přenechá nekonečné moudrosti podvědomí. Buďte přesvědčeni, že podvědomí vám může ukázat a také vám ukáže správné řešení. Díky takovému pozitivnímu duševnímu postoji, to

znamená díky přesvědčení, že tvůrčí inteligence podvědomí dokáže váš problém vyřešit, najdete správnou odpověď a všechno vaše konání bude smysluplné a povede k cíli.

## **Jak se člověk zbaví určitého zvyku a jak ho získá**

Jsme „otroky svých zvyků“. Řízení funkcí, jež člověk provádí „ze zvyku“ představuje jeden z hlavních úkolů podvědomí. Plavat, jezdit na kole, tančit a řídit auto jste se naučili tím, že jste tyto dovednosti trénovali tak dlouho, dokud se nevryly do podvědomí. O všechno ostatní se postaraly podmíněné reflexy, které se vytvořily vytrvalým cvičením. V případě této takzvané „druhé přirozenosti“ jde vlastně o navyklé, podvědomé řízení myšlení či jednání. Je na každém člověku samotném, zda si osvojí špatné nebo dobré zvyky. Kdo po dlouhou dobu „trénuje“ negativní způsob myšlení nebo jednání, podlehe nakonec síle zvyku jako důsledku vždy působícího zákona podvědomí.

## **Jak se zbavit špatného zvyku**

Pan Jones mi řekl: „Často mě přepadne neodolatelná potřeba napít se alkoholu a potom ani za dva týdny nevystřízlivím. Nejsem prostě schopen ovládnout se.“ To se opakovalo stále znovu. Nadměrné požívání alkoholu se pro něho stalo zvykem. Začal pít z vlastního popudu a pochopil, že to, na co si sám zvykl, může zase jenom on sám odbourat. Podle jeho líčení mu sice vůle stačila na to, aby po určitou dobu odolal pokušení, ale vzhledem k neustálé snaze potlačit touhu po alkoholu byla jeho situace stále zoufalejší. Když mnohokrát selhal, přišla rezignace, takže byl proti své závislosti na alkoholu zcela bezbranný. Trvalá představa vlastní bezmocnosti a beznaděje měla samozřejmě silný sugestivní účinek na podvědomí a ze slabého člověka se stal notorik, sklizející samé neúspěchy.

Naučil jsem ho, jak dosáhnout souladu mezi funkcemi vědomí a podvědomí. Jen potom se totiž mohou myšlenky a přání stát skutečností. Jestliže si dokázal zvyknout na něco, co ho přivedlo do neštěstí, musel mít také schopnost vytvořit si nový zvyk – zdrženlivost, s níž přijde i svoboda a pokoj duše. Protože příčinou jeho nadměrného pití byl negativní zvyk a ten zase vycházel ze

svobodného rozhodnutí, mohl se stejně svobodně rozhodnout pro pozitivní způsob chování a v něm se vytrvale cvičit. Začal tedy bojovat proti myšlence, že je své závislosti na alkoholu vydán na milost a nemilost. Mezitím si také jasně uvědomil, že jeho vyléčení nestojí v cestě nic jiného než vlastní způsob myšlení. Proto také není proti tomuto zlému zvyku nutný nějaký násilný duševní boj.

## **Moc fantazie**

Můj pacient si nejprve osvojil techniku úplného tělesného a duševního uvolnění. Naučil se také navodit si stav podobný transu. Ve své fantazii si představoval cíl svého přání a volbu vhodného prostředku s důvěrou přenechal podvědomí.

V duchu viděl svou dceru, jak mu gratuluje k překonání jeho neblahého zvyku: „To je skvělé, tati, že jsi zase doma!“ Alkohol totiž způsobil, že od něho žena i dcera odešly. Soud mu dokonce zakázal je navštěvovat a jeho žena nebyla ochotna vyměnit s ním ani slůvko. Toto duševní cvičení prováděl systematicky a zcela pravidelně. Jakmile jeho koncentrace polevovala, okamžitě si vzpomněl na pohnutý hlas a radostný úsměv své dcery. Pomalu, krok za krokem, usměrňoval myšlení do nových drah. Neúnavně se věnoval svému úkolu, protože dobře věděl, že podvědomí přijme dříve či později nový model chování.

Řekl jsem mu, že vědomí může považovat za jakousi kameru a podvědomí za film, který zachytí osvětlené obrázky. Toto přirovnání na něho udělalo silný dojem, snažil se potom v duchu o co nejjasnější obrazy. Filmy se vyvíjejí v temné komoře, zcela podobně získávají také obrazy fantazie svoji podobu v temné komoře podvědomí.

## **Význam koncentrace**

Protože pochopil na základě průměru kamery a filmu funkci podvědomí, nemusel už svádět žádný usilovný duševní boj. V klidu si uspořádal myšlenky a pozornost soustředil na scénu, která byla předmětem jeho přání. Koncentroval se tak dlouho, dokud si scénu nevybavil zcela živě a dokud se s ní neztotožnil. Tento duševní film si přehrával stále znovu, až jeho duchem a cítěním děj filmu zcela pronikl. Ani v nejmenším už nepochyboval, že se zcela vyléčí.

Jakmile cítil, že se blíží pokušení, okamžitě se v myšlenkách odvrátil od šalebných radostí alkoholu a vcítil se do šťastné atmosféry brzkého shledání se svou rodinou. Neochvějně doufal, že se jeho představy uskuteční.

Úspěch se dostavil. Dnes je prezidentem podniku s miliónovým kapitálem a jedním z nejšťastnějších lidí, které znám.

### **Říkal si „smolař“**

Pan Block, kdysi velmi výkonný zástupce jedné firmy, mi vyprávěl, že měl dříve příjem 20 000 dolarů ročně, asi tři měsíce je však jako „očarovaný“. Daří se mu sice úspěšně získávat zájem nových zákazníků, ale v poslední vteřině před uzavřením obchodu si to prý vždycky rozmyslí. Považoval se už za hotového smolaře.

Když jsem se snažil přijít té věci na kloub, zjistil jsem, že pana Blocka právě před třemi měsíci ošklivě zklamal jeden zákazník-zubní lékař, který v poslední minutě odstoupil od již vypracované smlouvy. Od té doby žil pan Block ve strachu, že by mu ostatní obchodní partneři mohli provést něco podobného. Všude tušil neočekávané překážky a odřeknutí v poslední sekundě. Jeho vědomé i nevědomé představy v něm vyvolaly zcela pesimistický a odmítavý postoj. „Čeho se nejvíce bojím“ řekl mi, „se mi stalo.“

Pan Block pochopil, že kořenem všeho zla je jeho způsob myšlení, které musel od základu změnit. Skoncoval se svou údajnou smůlou touto duševní analýzou: „Vím, že já a nekonečná moudrost mého podvědomí, neznající žádné překážky a problémy, tvoří jednotu. Žiji v radostném očekávání dobrých věcí. Podvědomí reaguje na mé myšlenky. Vím, že účinku jeho nekonečné moci nic neodolá. Nekonečná moudrost úspěšně dokončí vše, s čím začne. Tato tvůrčí moudrost působí mým prostřednictvím a zrealizuje všechny mé plány a úmysly. S čímkoli začnu, to úspěšně dokončím. Mým životním cílem je sloužit všem lidem a pracovat zvláště pro dobro mých obchodních partnerů. Moje práce nese bohaté ovoce podle Boží vůle.“

Tuto modlitbu opakoval každé ráno, než šel za svými zákazníky, a jí také svůj den uzavíral. Za krátký čas začal přicházet jeden úspěch za druhým.

## **Jak hodně toužíte po uskutečnění svého přání?**

Sokrata se jednou jeho žák ptal, jak lze získat moudrost. Řekl: „Pojď se mnou!“ a odvedl mladíka k řece, ponořil ho pod vodu, a když už zoufale lapal po dechu, opět ho z vody vysvobodil. Když se mladý muž zase vzpamatoval, zeptal se ho Sokrates: „Po čem jsi nejvíce toužil, když jsi byl pod vodou?“

„Po vzduchu,“ odpověděl mladík.

Načež mu slavný filozof vysvětlil: „Jakmile budeš toužit po moudrosti jako po vzduchu – a to tak silně jako tehdy, když jsi myslel, že se utopíš –, dosáhneš jí.“

Kdo něco chce z celého srdce, vidí jasnou cestu ke svému cíli a neochvějně po ní kráčí, své úmysly naprosto jistě uskuteční. Pokud skutečně upřímně toužíte po duševním pokoji a vnitřním klidu, dostane se vám ho. Ani ten nejnespravedlivější šéf a nejzrádnější přítel nepřipraví o klid toho, kdo si je plně vědom neomezené moci svých duševních a duchovních sil. Vždyť víte, co chcete, a proto také umíte zatarasit cestu nenávistným, zlobným a zlovolným myšlenkám, které se chtějí jako zloději vlížit do vašeho domu pokoje, vyrovnanosti, zdraví a štěstí, aby vás o ně připravily. Jakmile zaměříte myšlenky výlučně na svůj životní cíl, ztratí lidé, okolnosti a události svoji důležitost a nemohou se vás už dotknout nebo vás vzrušit. Hlavním cílem vašeho života je dosáhnout míru, zdraví, Božího osvětlení, vnitřní vyrovnanosti a blahobytu. Kdo se tohoto cíle drží, bude vždy naplněn nekonečným pocitem míru. Vaše myšlení představuje sice nehmotnou a neviditelnou, ale mohutnou sílu na cestě k dobru.

## **Proč alkohol neléčí**

Chtěl bych vám vyličit příběh jednoho ženatého muže se čtyřmi dětmi, který si na své služební cesty s sebou tajně bral přítelkyni. Byl nemocný, nervózní, vznětlivý, hádavý a bez prášků už nemohl usnout. Léky na vysoký krevní tlak, které mu předepsal lékař, vůbec nezabíraly. V různých částech organismu nastaly poruchy a bolesti, jejichž příčinu lékaři nedovedli určit a tedy ani odstranit. Navíc pacient nadměrně pil.

Kořenem všeho zla byl přirozeně hluboký, podvědomý pocit viny, protože jeho pokračující nevěra narážela na náboženské přesvědčení,



zakořeněné hluboko v podvědomí. Proto se snažil utápět své výčitky svědomí v alkoholu. Tak jako morfium a kodein utiší bolesti mnoha těžce nemocných lidí, chtěl tento muž otupit své svědomí alkoholem. To ovšem znamenalo pouhé přilévání oleje do ohně.

## **Obrat k lepšímu**

Tento nevěrný muž sledoval pozorně můj výklad funkce lidského ducha. Pochopil, jak se věci skutečně mají, vyvodil z toho důsledky a skoncoval s dvojím životem. Věděl, že jeho nadměrné pití bylo pouze pokusem o útěk před problémem. Nejprve musel z podvědomí odstranit vlastní hnisající příčinu zla a teprve potom bylo možné vyléčit se.

Začal ovlivňovat podvědomí tak, že třikrát denně opakoval tuto modlitbu: „Můj duch je plný míru, vyrovnanosti a neochvějné jistoty. Podílím se na moudrosti nekonečna. Nebojím se ničeho v minulosti, přítomnosti a budoucnosti. Nekonečná moudrost mého podvědomí mě bezpečně vede a řídí na všech cestách. Od tohoto okamžiku čelím každé překerní situaci s jistotou, klidem, neochvějností a pevnou důvěrou. Úplně jsem se zbavil své závislosti na alkoholu. Vládne ve mně mír, svoboda a radost. Odpouštím sám sobě a také druhí mi odpouštějí. Od tohoto okamžiku řídí moje myšlenky sebeovládání a pevná důvěra v budoucnost.“

Tuto modlitbu často opakoval, přičemž si přesně uvědomoval, co činí a proč to činí. Jasné vytčení cíle mu dodalo také potřebnou důvěru v jeho dosažení a neochvějnou sebejistotu. Věděl, že pomalým, procítěným a vědomým opakováním se jeho modlitba pomalu vryje do podvědomí. A protože četl svoji modlitbu nahlas z lístku papíru, viděl a slyšel ji, byla zaznamenána v jeho podvědomí a vymazala všechno negativní, co dříve vrhalo tak neblahý stín na jeho život.

Světlo zahání temnotu. Konstruktivní myšlenka ničí myšlenku negativní. Za měsíc z něho byl zcela nový člověk.

## **Nutnost sebepoznání**

Propadli jste alkoholu nebo drogám? Zkoumejte se upřímně a podívejte se pravdě do očí! Mnozí lidé se totiž nemohou z alkoholismu vyléčit jen proto, že jim chybí odvaha k sebepoznání.

Závislost na alkoholu nebo jiné droze je nemoc vyvolaná strachem nebo vnitřní nejistotou. Tito lidé nedokáží zvládnout svůj život a používají láhve jako prostředku, který jim má pomoci zbavit se odpovědnosti. Každý alkoholik je člověk bez vůle, i když právě on se často pevnou vůlí rád chlubí. Když notorik řekne: „Už nevypiju ani kapku“, zpravidla mu chybí síla k realizaci tohoto správného rozhodnutí. Odkud by k tomu také měl vzít sílu?

Žije ve vězení své duše, jež pro ni sám postavil – otrok zvyku, který mu navlékl řetězy a zcela vládne jeho smutnému životu.

## **Jak člověk získá sílu k sebeosvobození**

Jste-li snad právě vy alkoholik, je pro vás životně důležité se svým zlozvykem skoncovat. Sílu k tomu vám dá představa svobody a vnitřního klidu. Tato představa se stane tak pevnou součástí vašeho myšlení, že se vryje do podvědomí a vy se díky jeho dynamicky působícím zákonům osvobodíte od jakékoli touhy po alkoholu. Z nového porozumění pro své duševní funkce načerpáte důvěru v budoucnost a sílu zbavit se své závislosti.

## **Z 51 procent vyléčen**

Jestliže si upřímně přejete zbavit se nějakého nebezpečného zvyku, už jste z 51 procent vyléčení. Jakmile je přání zanechat špatného zvyku silnější než přání pokračovat v něm, už pro vás nebude těžké se ho zbavit.

Vaše podvědomí zesiluje účinek každé myšlenky, kterou mu vstípíte. Když naplníte svého ducha představou svobody a duševního klidu, které vám zaručí osvobození od vašeho škodlivého zvyku, a když se soustředíte na tento nový cíl, dostaví se poznenáhlu naděje a radost, tedy stav mysli, který je pro uskutečnění tohoto cíle nezbytný. Každou citem umocněnou představu podvědomí přijme a uskuteční.

## **Zákon substitute**

Mějte stále na paměti, že jste netrpěli zbytečně a že budete vyléčení. Přesto by bylo nemoudré okrádat se jakkoli o životní radosti déle, než je bezpodmínečně nutné.

Trvalé požívání alkoholu vede nevyhnutelně k duševnímu i tělesnému úpadku. Čerpejte odvahu z myšlenky, že nesmírná moc

podvědomí vás podporuje ve vašem rozhodnutí porazit úhlavního nepřítele – alkohol. I když je vám snad momentálně smutno při myšlence na rozchod s vaším „milovaným“ zlozvykem, musíte se naopak soustředit na radost sebeosvobození, která vám bude odměnou. To je zákon substituce. Vaše fantazie vás přivedla k lahvi, důvěřujte na cestě ke svobodě a pokoji duše téže síle. První kroky pro vás budou jistě poněkud těžké, ale čeká na vás nádherná cena. Myslete na budoucí radosti a na to, že překonáte tuto krizi stejně jako matka, která rychle zapomene na porodní bolesti. Potom budete moci užívat plodů svých snah – nově objevené svobody.

## **Příčina alkoholismu**

Příčina alkoholismu – jako všeho zla vůbec – spočívá v negativním a destruktivním myšlení. *Neboť jak člověk myslí, takový je.*

Alkoholik trpí hluboko zakořeněným pocitem méněcennosti, bezmocnosti a beznaděje. Tento pocit většinou doprovází silná averze vůči celému světu. Ať už si takový člověk najde jakoukoli omluvu pro svoji slabost, příčina je v podstatě vždy jediná – nesprávně řízený způsob myšlení.

## **Tři magické kroky**

*První krok:* Duševně i tělesně se uvolněte. Snažte se dostat do duševního stavu podobného transu. Ten vám dodá vnitřní vyrovnanost, zvýší vaši vnímavost a připraví vás výborně na druhý krok.

*Druhý krok:* Zformulujte si krátkou, snadno zapamatovatelnou základní větu a tu si opakujte, dokud neusnete. Vhodná je například formulace: „Mým současným stavem je střízlivost a pokoj duše a já za to děkuji.“ Věta se vstřípí ještě lépe, když ji budete říkat nahlas nebo ji budete alespoň nehlasně formulovat rty. Opakujte si tuto větu pět minut nebo déle, dokud se nedostaví emocionální reakce v podobě osvobozujícího pocitu.

*Třetí krok:* Následujte těsně před usnutím Goethova příkladu. Představte si, že je s vámi milý přítel nebo rodinný příslušník. Oči necháte zavřené, tělesně i duševně jste naprosto uvolnění. Teď si co nejživěji v duchu vymalujte, jak vám tento přítel nebo příbuzný se

šťastným úsměvem tiskne ruku a říká: „Gratuluji ti!“ Ve své fantazii byste měli vidět jeho úsměv, slyšet jeho hlas, cítit dotek ruky – všechno je naprosto živé a skutečné. Blahopřání je vám vyslovováno za to, že jste se zcela zbavili závislosti na alkoholu. Tento duševní film nechte běžet tak dlouho, dokud nepřijde žádoucí podvědomá reakce.

## **Nikdy neztrácejte odvahu**

Pokud se objeví strach a pochybnosti, upřete oči plné důvěry na svůj cíl, na vizi šťastné, svobodné budoucnosti. Myslete na obrovskou moc drímající ve vašem podvědomí, kterou můžete probudit svými myšlenkami a představami. To vám dodá odvahu, sílu a sebedůvěru. Nevzdávejte se, bojujte dále, dokud nedospějete k cíli.

## **SHRNUTÍ**

1. Každý problém v sobě skrývá svoje řešení. Každá otázka obsahuje odpověď. Nekonečná moudrost přijde na pomoc tomu, kdo ji s důvěrou volá.
2. Vytvoření zvyků představuje hlavní funkci vašeho podvědomí. Neexistuje žádný přesvědčivější důkaz o zázračné síle podvědomí než zvyky, které mají tak velký význam pro podobu lidského života. Člověk je otrokem zvyku.
3. Stálým opakováním myšlenky nebo jednání jsou podvědomí vštěpovány automatické modely reakcí a chování. Tímto způsobem se učíme chodit, plavat, tančit, psát na stroji, řídit auto atd.
4. Máte svobodu volby. Můžete se rozhodnout pro dobrý nebo špatný zvyk. Dobrý zvyk představuje modlitba.
5. Každou představu, kterou a vytrvale a s vírou vštěpujete svému podvědomí, dříve či později podvědomí uskuteční.
6. Jedinou překážkou na cestě k dobrému výkonu a úspěchu jsou vaše negativní myšlenky nebo představy.
7. Jakmile začne vaše koncentrace slábnout, musíte zmobilizovat pozornost a zaměřit své myšlenky výlučně na sledovaný cíl. Osvojte si tuto duševní sebekázeň jako pevný zvyk.
8. Vědomí lze přirovnat k fotoaparátu a podvědomí k filmu, na který můžete natrvalo zaznamenat určité obrázky.

9. Neexistují smolaři, ale pouze neblahé důsledky vašich obav. Jedněte tedy v pevné důvěře, že veškeré vaše podnikání povede k úspěchu. Představujte si v duchu sama sebe již u cíle a tohoto obrazu se s pevnou vírou držte.
10. Kdo chce skoncovat se starým zvykem, musí jednat v pevném přesvědčení, že z něho osvobození od tohoto zvyku udělá šťastnějšího a zdravějšího člověka. Jakmile je přání rozejít se s „milovaným“ zlozvykem silnější než přání ponechat si ho, je člověk již na polovině cesty k cíli.
11. Slova a jednání drahých lidí se vás mohou dotknout jen tehdy, pokud jim to v myšlenkách a pocitech dovolíte. Neztrácejte z očí nikdy svůj životní cíl: pokoj, harmonii a radost. Vy jste tím, kdo vymýšlí váš svět.
12. Kdo nadměrně pije, snaží se uniknout realitě. Skutečnou příčinou alkoholismu je negativní a destruktivní myšlení. Vyléčí se každý, kdo se v myšlenkách soustředí na život ve svobodě, střízlivosti a dokonalosti a kdo umí již předem cítit štěstí provázející sebeosvobození.
13. Mnozí lidé se nezbaví závislosti na alkoholu, protože nemají odvahu přiznat si svůj zlozvyk.
14. Tentýž zákon podvědomí, který vás dosud zotročoval a který omezoval vaši svobodu konání, vám daruje štěstí a svobodu. Záleží jen a jen na vás, jak chcete tohoto mocného principu použít.
15. Vaše fantazie vás přivedla k láhvi, představte si tedy, že jste se již zbavili svého zlozvyku a moc fantazie vás osvobodí.
16. Vlastní příčinou alkoholismu je negativní a destruktivní myšlení. Jak člověk myslí ve svém srdci, takový je.
17. Strach a pochybnosti, které sužují vaši duši, může rychle zahnat víra v Boha a v život.

---

## KAPITOLA 19 - Jak síly podvědomí zbavují strachu

---

Jeden můj student mi vyprávěl, že byl pozván na banket, kde měl mít projev. Myšlenka na početné publikum v něm vyvolávala paniku. Přesto se mu podařilo překonat strach. Několik večerů před banketem se vždy na pět minut posadil do pohodlného křesla a opakoval si pomalu, klidně a s rozhodností tyto věty: „Zvládnu svůj strach. Už teď se moje obavy rozplývají. Přednesu svůj projev s naprostou jistotou. Jsem navenek i uvnitř zcela uvolněný.“ Podvědomí, oslovené s tímto pevným cílem, se postaralo o žádoucí účinek.

Naše podvědomí je vždy přístupné vlivu sugesce. Jakmile se tělesně a duševně uvolníte, vědomé myšlenky přejdou do podvědomí. Tento proces lze přirovnat k osmóze, jak už jsme vysvětlili výše. Díky tvůrčí dynamice podvědomí se potom vaše přání splní. Přes noc získáte sebedůvěru a jistotu.

### Největší nepřítel člověka

Strach bývá označován za největšího nepřítele lidstva. Je častou příčinou neúspěchů, nemoci a napjatých mezilidských vztahů. Milióny lidí se bojí minulosti i budoucností, stárí, duševní choroby a smrti. Jsou to však vaše myšlenky, jejichž obsahem a následkem je strach. Bojíte se svých vlastních myšlenek!

Malý chlapec je ochromen strachem při myšlence, že pod postelí leží čert a odnese si ho s sebou. Jakmile však otec rozsvítí a vysvětlí mu, že nebezpečí existuje pouze v jeho fantazii, chlapec se přestane bát. Chlapec by se však nebál o nic více, kdyby čert skutečně existoval a objevil se v pokoji. Přesvědčí-li se však člověk o tom, jak se věci opravdu mají, zbaví se strachu. To, čeho se bojíme, neexistuje.

Většina lidských obav je zcela bezdůvodná a je pouze výplodem nemocného ducha.

### Dělejte to, z čeho máte strach

K tomuto problému Emerson řekl: „Dělejte to, čeho se bojíte, a váš strach zmizí.“

I já sám jsem míval dříve trému. Překonal jsem ji ale zcela prostě tím, že jsem se stále znovu nutil hovořit na veřejnosti. Dělal jsem to, čeho jsem se bál, a strach byl brzy pryč.

Jakmile s vnitřním přesvědčením konstatujete, že svůj strach překonáte, a jakmile se k tomu vědomě rozhodnete, začne působit léčivý účinek podvědomí, který je vždy v souladu s vaším myšlením.

## **Jak překonala trému**

Dobrý hlas sám ještě není zárukou úspěchu! Když byla jedna začínající zpěvačka vyzvána, aby zazpívala, měla sice velkou radost z nabídnuté šance, ale uvědomovala si, že již třikrát při podobné příležitosti kvůli trémě selhala. Byla proto přesvědčená, že i tentokrát ochromí strach její hlasivky a znemožní jí předvést výkon, kterého je schopna. Příčinu je ale třeba hledat v podvědomí. To si vyloží obavy tohoto druhu nesprávně jako příkaz a zrealizuje je.

Jak již moji čtenáři vědí z jiné souvislosti, šlo tu o typicky nedobrovolnou autosugesci. Zpěvačka sama si svým přehnaným strachem zavinila neúspěch.

Díky nám známé technice se jí podařilo zbavit se trémy. Třikrát denně se vždy posadila ve svém pokoji do pohodlného křesla, zavřela oči a tělesně i duševně se uvolnila. Fyzický klid zvyšuje vnímavost ducha. Překonala svůj strach vhodnou protisugescí: „Zpívám nádherně. Jsem naprosto vyrovnaná, klidná, sebejistá a v dobré náladě.“ Tato slova si pomalu, klidně a s citem opakovala třikrát denně a ještě jednou před usnutím, vždy pětkrát až desetkrát. Již za týden se dostavila jistota a neochvějný klid. Když potom tentokrát skutečně veřejně zazpívala, okamžitě získala angažmá.

Aplikace této metody na konkrétní případ vás vždy zbaví strachu a úzkostí všeho druhu.

## **Strach z neúspěchu**

Někdy za mnou přicházejí studenti naší univerzity, kteří při zkouškách trpí sugestivní amnézií (ztrátou paměti podmíněnou strachem). Vždycky si stěžují – a jejich problém dobře znají i učitelé –, že jakmile je zkouška za nimi, odpověď je okamžitě napadne. Během zkoušky si však na nic nevzpomenou.

U všech svých pacientů jsem konstatoval, že mají neúměrně velký strach z neúspěchu. A právě strach je skutečnou příčinou takové přechodné ztráty paměti. Znal jsem například jednoho mladého studenta medicíny, který patřil k nejnadanějším studentům ročníku. Jak při ústních, tak při písemných zkouškách však nedokázal zodpovědět ani tu nejjednodušší otázku. Vysvětlil jsem mu, proč vždycky selže. Už dlouho před zkouškou měl totiž strach a toto negativní očekávání se vždy vystupňovalo v trvalý stav nepřekonatelné úzkosti.

Právě podvědomí se vždy postará o reálné naplnění myšlenky vyvolávající strach. Zde si podvědomí vysvětlilo studentovu panickou hrůzu ze zkoušky jako výzvu k její realizaci – postaralo se o jeho neúspěch. V den zkoušky se proto vždy dostavil duševní stav, který psychologové nazývají sugestivní amnézie.

## **Jak překonal svůj strach**

Vysvětlil jsem mu, že podvědomí představuje pokladnici jeho pamětí, kde je pečlivě uchováno všechno, co během svého studia slyšel a četl. Potom jsem ho přesvědčil, že podvědomí je schopno a ochotno reagovat. Předpokladem k tomu, aby fungovalo podle našich představ, je však důvěra, jistota a duševní a tělesné uvolnění.

Začal si tedy každý večer i ráno představovat, jak mu matka gratuluje k vynikajícímu vysvědčení. Ve své fantazii už držel v ruce její dopis. Jakmile si představil tento šťastný konec, dostavila se odpovídající reakce. Nekonečná moudrost podvědomí byla probuzena, jeho vědomé myšlení bylo usměrněno do patřičných drah a cesta k cíli připadala najednou studentovi docela snadná.

Všechny zkoušky bez námahy složil. Jinými slovy můžeme říci, že jakmile podvědomí převzalo řízení, donutilo ho, aby odvedl co nejlepší výkon.

## **Strach z vody**

Mnoho lidí se bojí vstoupit do výtahu, vylézt na kopec nebo plavat. Příčinou je často nepříjemný zážitek z mládí, například hrůza, která se člověka zmocnila, když ho někdo hodil do vody a on tehdy neuměl



plavat, nebo když zůstal uvězněný ve výtahu a od té doby měl strach z uzavřeného prostoru.

Když mi bylo asi deset, spadl jsem do rybníka. Ještě dnes si vzpomínám na svůj zoufalý boj, na smrtelný strach, když jsem lapal po dechu, a konečně i na stále větší temnotu, jak se nade mnou zavírala voda. V posledním okamžiku jsem byl zachráněn. Tento zážitek se vryl hluboko do mého podvědomí a ještě léta potom jsem měl nepřekonatelný strach z vody.

Jeden starší psycholog mi radil: „Jděte k rybníku, dívejte se na vodu a říkejte si hlasitě a pevně: Jsem silnější než ty, mohu se stát tvým pánem.“ Potom se učte plavat, jděte do vody a vyhrajete nad ní.“

Přesně to jsem udělal. Jakmile jsem k vodě získal nový duševní postoj, zareagovala nekonečná moc podvědomí a dala mi sílu, jistotu a sebedůvěru, díky nimž jsem svůj strach překonal. Nedejte se nikdy zastrašit – vodou, ani žádnou jinou okolností. Myslete na to, že vždy vládnete jen a jen vy!

## **Vždy účinná metoda, jak překonat strach**

Následující metodu, kterou se zbavíte strachu všeho druhu, jsem vysvětlil už mnoha lidem. Působí jako zázrak. Ať už máte strach z vody, z hor, z uzavřených místností, nebo se bojíte přednášky či rozhovoru, tato metoda vám vždy pomůže. Vyzkoušejte ji sami!

Předpokládejte, že máte strach z plavání. Posad'te se třikrát až čtyřikrát denně naprosto uvolněně do křesla a představujte si, že plavete. Ve své fantazii skutečně plavete. Jde tu o subjektivní zážitek, kdy se silou představivosti ocítáte v bazénu nebo v moři. Cítíte chladnou vodu a rytmické pohyby rukou a nohou. Oddáváte se radostné činnosti, která je pro vás požitkem. Není to nějaké prázdné snění, neboť vy víte, že každý zážitek vaší fantazie je předán podvědomí. Dříve či později pocítíte silný vnitřní popud zrealizovat obraz zapsaný do podvědomí. To je jeden ze základních zákonů ducha.

Tutéž techniku můžete použít vždycky, ať už je motivem strachu cokoli. Kdo dostává příliš rychle závratě, musí si pouze živě představit, jak s jistotou přechází úzkou cestičku nebo šplhá na vysokou horu a těší se z nádherné krajiny i z jistých pohybů svého těla.

Čím reálnější je vaše představa, tím rychleji se dostaví žádoucí reakce a zmizí strach.

## **Jak požehnal výťahu**

Znal jsem ředitele jednoho velkého podniku, který nedokázal vstoupit do výťahu. Každé ráno hrdinně vyšlapával pět pater schodů do své kanceláře. Jednoho dne se ale rozhodl překonat svůj strach. Několikrát denně a ještě jednou před usnutím si vzpomněl na to, jakou dobrou službu tento výťah lidem poskytuje, a zformuloval si tyto věty: „Výťah v budově naší firmy je skvělá věc. Tento vynález pochází od všemocného ducha. Je požehnáním pro všechny naše zaměstnance. Výborně nám slouží. I on patří k Božímu zákonu. Používám ho stejně jako všichni ostatní a jsem rád, že ho máme. Cítím proud života, lásky a porozumění ve své duši. Vidím se ve výťahu, mám lehce sehnutá záda, jsem obklopen mnoha našimi zaměstnanci. Hovořím s nimi a oni mi vlídně a přátelsky odpovídají. Je to nádherný zážitek sebeosvobození, důvěry a sebejistoty. Z celého srdce za něj děkuji.“

Tuto modlitbu si opakoval asi deset dní, aby překonal svůj klaustrofobický strach z výťahu; jedenáctého dne nastoupil bez sebemenšího strachu do výťahu společně s dalšími zaměstnanci.

## **Normální a abnormální strach**

Člověk se rodí s dvěma druhy strachu – strachem z pádu a strachem z hrozivých zvuků. V zájmu naší sebezáchovy nám dala příroda do vínku jakýsi poplašný systém. Normální strach je zcela na místě. Když ve své blízkosti slyšíte auto, uskočíte stranou, abyste si zachránili život. Strach, že vás auto přejede, vyvolává zcela spontánně adekvátní obranu. Z tohoto příkladu je zřejmé, jak tento přirozený poplašný systém funguje.

Lidský život však probíhá ve stínu strachu a neopodstatněných obav všeho druhu. Tento strach bývá důsledkem nesprávné výchovy a zodpovědní jsou za něj bohužel rodiče, příbuzní, učitelé či ostatní lidé, kteří mají možnost ovlivňovat dětskou psychiku.

## **Abnormální strach**

Abnormální strach je důsledkem nekontrolované fantazie. Když byla například jedna dáma pozvána na let kolem světa, začala si ze

všech novin vystříhovat zprávy o leteckých katastrofách. Už se viděla, jak padá k zemi, jak se topí v oceánu a hoří. To jsou samozřejmě výplody abnormálního strachu. Kdyby byla neskoncovala se svými nesmyslnými představami, stalo by se určitě to, čeho se nejvíce obávala.

Jeden kdysi velmi úspěšný a majetný newyorský obchodník nám může posloužit jako další příklad takových nemístných obav. I když se mu vedlo v každém směru dobře, propadal rád tomu nejčernějšímu pesimismu, kdy si představoval svůj neúspěch. Lze říci, že si toto škarohlídství přímo pěstoval. Viděl se před prázdnými kanceláři a pokladnami, představoval si svůj bankrot. Přes všechna varování se nedokázal zbavit morbidních představ a před svou paní stále častěji poznamenával: „Tak to nemůže jít dál. Určitě přijde krize. Určitě zbankrotujeme.“

Není divu, že obchody šly stále hůře, až se konečně naplnily jeho nejhorší obavy. Zbankrotoval. Přitom by objektivně bankrot přijít nemusel, kdyby se tento obchodník nezapléтал stále více do nebezpečných sítí svého pesimismu, kterým si neštěstí přivolal.

Jak řekl Job: „... čeho jsem se tolik strachoval, to postihlo mě, dolehlo na mě to, čeho jsem se lekal.“ „Job 3, 25.

Mnoho lidí se bojí, že by se mohlo něco stát dětem nebo i jim samotným. Jakmile čtou o nějaké epidemii nebo třeba i velmi vzácné chorobě, žijí v trvalém strachu z nákazy nebo si myslí, že již byli nakaženi. A co vy?

## **Prostředek proti abnormálnímu strachu**

Vzmužte se! Kdo se oddá svým obavám, všechno zničí. Svůj život, perspektivy, tělo i ducha. Jakmile člověka přepadne strach, přichází zároveň i naléhavá potřeba prožít pravý opak toho, co je předmětem strachu. Soustřeďte se okamžitě výlučně na tuto pozitivní představu. Víte přece, že se díky nekonečné moci podvědomí prosadí vaše subjektivní představa. Tento duševní postoj vám dodá odvahu a pozvedne vaši náladu. Budete žít v klidu a jistotě. Vám se nemůže nic stát.

## **Podívejte se svému strachu do obličeje**

Generální ředitel jednoho velkého podniku si ještě dnes vzpomíná, jak kdysi jako zástupce firmy pravidelně několikrát obcházel dům každého zákazníka, než našel odvahu vstoupit dovnitř. Když s ním jednou šel vedoucí prodejního oddělení, řekl mu: „Přeci se nebojíte čerta. Čert neexistuje. Váš strach je zcela bezdůvodný.“

Od té doby si zvykl dívat se strachu vždy přímo do tváře, a pokud k němu skutečně nebyl oprávněný důvod, vždy se všechny obavy rychle rozptýlily.

## **Přistál v džungli**

Jeden vojenský kněz mi vyprávěl o svých zážitcích z druhé světové války. Jednou musel vyskočit s padákem z hořícího letadla a přistál v džungli. Měl veliký strach, ale věděl, že existují dva druhy strachu, normální a abnormální. Jejich podstatu jsme vysvětlili výše.

Rozhodl se v klidu si promyslet svoji situaci a řekl si: „Honzo, nesmíš se poddávat strachu. Tvůj strach není nic jiného než přání najít cestu z džungle, zachránit se a dostat se do bezpečí.“

Potom s pevnou vírou konstatoval: „Nekonečná moudrost, určující dráhu planet, mě vyvede i z této džungle.“

Hlasitě si tyto věty stále opakoval. „Potom,“ pokračoval, „se se mnou začalo něco dít. Začal jsem věřit v dobrý konec. Vydal jsem se na cestu. Po několika dnech jsem jako zázrakem unikl všem nebezpečím džungle a záchranným letadlem jsem se dostal do bezpečí.“

Zachránil ho jeho postoj. Důvěra a nezlomná víra v moc subjektivní moudrosti, jež v nás přebývá, mu pomohly najít řešení ve zdánlivě bezvýchodné situaci.

Své vyprávění uzavřel slovy: „Kdybych si byl začal stěžovat na svůj osud a poddal se strachu, určitě bych se stal obětí svého strachu a umřel bych hladu.“

## **Dal výpověď sám sobě**

Jeden známý, prokurista velkého podniku, mi vyprávěl, že žil asi tři roky v trvalém strachu z výpovědi. Myslel na všechny možné i nemožné neúspěchy. Jeho obavy neměly žádný opodstatněný důvod a

byly pouze výplodem morbidních myšlenek. Jeho velmi živá fantazie dramatizovala situaci tak dlouho, až ho strach z výpovědi natolik ochromil, že začal být nervózní a nejistý. Nakonec byl skutečně požádán, aby ze svého místa odešel.

Propustil vlastně sám sebe. Jeho trvalé negativní představy a autosugesce vyvolaly příslušnou reakci podvědomí. Pouze z tohoto důvodu začal pak dělat skutečně chyby a nesprávná rozhodnutí, takže bylo neúnosné, aby dál své místo prokuristy zastával. Nikdy by byl své místo neztratil, kdyby byl v momentě, kdy se objevil strach, okamžitě zkoncentroval myšlenky na to, co si skutečně přeje.

## **Spikli se proti němu**

Na jednom krátkém přednáškovém turné kolem světa jsem hovořil asi dvě hodiny také s jedním vysokým vládním úředníkem. Vyzařoval z něho neochvějný klid a pohoda. Vysvětlil mi, že útoky v novinách a obviňování ze strany jeho politických odpůrců ho nikdy nevyvedly z míry. Každé ráno se pravidelně čtvrt hodiny věnoval duševním úvahám. Zvláště se soustředil na představu, že jeho srdce v sobě skrývá celý oceán klidu a pokoje. Z této myšlenky čerpal obrovskou sílu k překonávání všech potíží a obav.

Před nedávnem ho prý uprostřed noci zavolal kolega, aby ho varoval před spiknutím, které se na něj chystalo. Na to odpověděl: „Teď budu klidně spát. Můžeme si o té záležitosti promluvit zítra ráno v deset.“ A pokračoval dále: „Vím, že se žádná negativní myšlenka nemůže uskutečnit, pokud se nedám strhnout k příliš silným citovým reakcím a nepřijmu ji za skutečnost. Pevně se bráním, abych si nedal vsugerovat nějaké obavy. Proto se mi také nemůže stát nic zlého.“

Tento muž byl neuvěřitelně klidný, plný důvěry a míru. Nikdy se nedal ničím rozčítit, nad ničím si nerval vlasy a nelomil zoufale rukama. V samém středu jeho nitra byl rezervoár sil, hluboký jako oceán. Z něho čerpal neochvějný klid.

## **Zbavte se všeho strachu**

Když se chcete zbavit strachu, použijte tuto bezpečně účinkující formuli: *„Dotázal jsem se Hospodina a odpověděl mi, vysvobodil mě od všeho, čeho jsem se lekal.“* Žalmy 34,5. Slovo Hospodin si je třeba

vykládat jako nekonečnou moc, respektive nekonečné síly vašeho podvědomí. Ponořte se do záračných tajemství podvědomí, zahloubte se do myšlenek na jeho funkci a působení. Naučte se zvládnout techniky popsané v této kapitole. Použijte jich ještě dnes! „Hledal jsem Pána, tu mě vyslyšel a osvobodil mě od všeho mého strachu.“

## SHRNUTÍ

1. Dělejte to, z čeho máte strach, a on zmizí. Říkejte si s naprostým přesvědčením: „Překonám svůj strach“, a podaří se vám to.
2. Strach je negativní obsah myšlenek. Nahraďte ho konstruktivními představami. Strach zabil již milióny lidí. Naděje a sebedůvěra jsou však silnější než strach. Nic není mocnější než víra v Boha a dobro.
3. Strach je největší nepřítel lidstva. Je vlastní příčinou mnoha neúspěchů, nemocí a napjatých mezilidských vztahů. Láska zahání strach. Láska znamená emocionální vazbu na dobré věci života. Naučte se milovat čestnost, čistotu, spravedlnost, dobrou vůli, štěstí, radost a úspěch. Žijte v radostném očekávání toho nejlepšího a toho nejlepšího se jistě dočkáte.
4. Sugestivní síle všech úzkostných představ čelte pozitivním konstatováním, jako například: „Mám dokonalou paměť, která zachytí všechno důležité a je vždy schopná si to vybavit.“ Představte si přítele, který vám gratuluje k výbornému výsledku u zkoušky. Ničím se nedejte odvést od tohoto pozitivního obrazu a budete mít úspěch.
5. Strach je vlastní příčinou ztráty paměti při ústní či písemné zkoušce. Můžete tento stav překonat tím, že si budete stále znovu s přesvědčením opakovat: „Mám dokonalou paměť, která vše pevně uchová a v případě potřeby také nabídne k použití.“ Představte si přítele, který vám gratuluje k výbornému výsledku u zkoušky. Ničím se nedejte odvést od tohoto pozitivního obrazu vašeho přání a budete mít úspěch.
6. Jestliže se bojíte vody, jděte plavat. V duchu se přeneste na pláž nebo do bazénu. Snažte se cítit, jak chladná voda omývá vaše končetiny a nese vaše tělo. Pociťujte mohutný rozmach paží a

rytmické pohyby nohou. Jestliže se do této činnosti v duchu silně vmyslíte, brzy pocítíte nutkání k uskutečnění své představy. Bez obav vstoupíte do vody a začnete plavat. To je zákon ducha.

7. Kdo se bojí uzavřených místností, jako například výtahů, udělá nejlépe, když si v duchu představí sám sebe, jak jede výtahem, uvědomuje si přitom užitečnost tohoto zařízení a jeho funkce. S překvapením lze potom konstatovat, jak rychle tato metoda rozptýlí všechen strach.
8. Člověku jsou vrozeny dva druhy strachu – strach z pádu a strach z hroživých zvuků. Všechn ostatní strach je výsledkem nepříznivých životních okolností. Hod'te tedy svůj strach přes palubu!
9. Normální strach je dobrá věc. Abnormální strach však člověka vážně ohrožuje. Kdo se oddává představám strachu, stane se nakonec obětí fixních idejí a komplexů. Trvalý strach z imaginárního nebezpečí způsobuje paniku a ochromuje.
10. Každý abnormální strach můžete překonat tím, že si budete neustále připomínat funkci podvědomí, které všechny okolnosti obrátí vždy ve váš prospěch a splní všechna přání vašeho srdce. Když vás přepadne strach z čehokoli, koncentrujte se ihned na pravý opak toho, čeho se bojíte. Obecně je to pak láska, co zahání každý strach.
11. Kdo se bojí neúspěchu, musí se v myšlenkách soustředit na úspěch. Kdo se bojí nemoci, musí zaměřit myšlenky na dokonalé zdraví. Kdo žije ve strachu z nehody, měl by myslet na Boží dobrotu a jeho ochrannou ruku. Kdo se hrozí smrti, má myslet na věčný život. Bůh je život a vy žijete v Bohu.
12. Velký zákon substituce představuje účinný lék na každý strach. Proti každé obavě stojí vždy určitá naděje. Když jste nemocní, doufejte v uzdravení. Když žijete v poutech strachu, přejte si vysvobození. Očekávejte vždy to nejlepší. Koncentrujte se v duchu výlučně na dobro a vaše podvědomí bude patřičně reagovat. Nenechá vás nikdy na holičkách.
13. Strach není koneckonců nic jiného než obsah myšlenek. Myšlenky mají tvůrčí sílu. To je důvod, proč Job říká: „ *Čeho jsem se tolik*

*strachoval, to postihlo mé, dolehlo na mě to, čeho jsem se lekal. “*  
Myslete na dobro a dobro vstoupí do vašeho života.

14. Podívejte se svému strachu do obličeje. Zkoumejte ho ve světle rozumu. Naučte se smát svým obavám. To je nejlepší lék.
15. Ublížit vám mohou jen vlastní myšlenky. Sugescie, tvrzení nebo hrozby přicházející od druhých nemají nad vámi žádnou moc. Toto moc spočívá ve vás samotných. Kdo zaměří myšlenky na dobro, ochrání ho ruka Boží. Existuje jen jediná tvůrčí síla, která se rozvíjí v harmonii a cestou harmonie působí. Spor a nesoulad jsou jí cizí, jejím jediným zdrojem je láska. Proto také nekonečná moc Boží ochrání každého, kdo se v duchu soustřeďuje na dobro.

---

## **KAPITOLA 20 - Jak člověk zůstane v duchu stále mladý**

---

Vaše podvědomí nikdy nezestárne. Neplatí pro ně zákon času, neprojevují se na něm známky stárnutí ani jiné negativní vlivy. Je částí univerzálního Božího zákona, který nemá začátek ani konec a nezná zrození ani smrt.

Únava a stárnutí nemohou mít duševní či duchovní příčinu. Trpělivost, добрota, láska k pravdě, pokora, obětavost, pokoj, harmonie a láska k bližnímu jsou vlastnosti a charakterové rysy, které nestárnou. Kdo si je zachová, zůstane v duchu stále mladý.

Před léty jsem četl zprávu týmu vynikajících lékařů z kliniky De Courcy v Cincinnati (Ohio). Podle nich nenesou přibývajících léta za projevy stáří a opotřebování žádnou zodpovědnost. Zjistili také, že lidskému duchu a tělu neškodí sám čas, ale strach z jeho neodvratného plynutí. Vlastní příčinu předčasného stárnutí je třeba vidět v neurotickém strachu z negativních důsledků zvyšujícího se věku.

Během mnoha let své práce pro veřejnost jsem měl příležitost studovat životní osudy řady slavných mužů a žen. Mnozí z nich dosáhli vrcholné výkonnosti až ve vysokém věku. Také jsem měl



možnost poznat hodně lidí, kteří netoužili po slávě, žili v ústraní a svým skromným životem prokazovali, že věk sám nenarušuje produktivní síly těla a ducha.

## **Svým myšlením byl již stařec**

Před mnoha lety jsem navštívil jednoho starého přítele v Londýně. Bylo mu už přes osmdesát, sužovala ho nemoc a břímě let. Každé jeho slovo prozrazovalo tělesnou slabost, beznaděj a celkový úpadek. Jako by už ani nežil. Zoufalý muž si stěžoval, že jeho život nemá smysl a nikdo ho už nepotřebuje. Beznadějně vrtěl hlavou a shrnul svou pomýlenou filozofii těmito slovy: „Rodíme se, rosteme a stárneme, až se staneme zátěží pro sebe samotné i pro druhé. A to je konec.“

Hluboké přesvědčení o vlastní neužitečnosti bylo hlavním důvodem ztráty sil. Budoucnost mu mohla nabídnout už jen další stárnutí, smrti pro něho všechno končilo. Jeho podvědomí se přičinilo, aby tyto negativní představy nabyly konkrétní podoby.

## **Stáří – to jsou červánky moudrosti**

Bohužel sdílí mnoho lidí přesvědčení tohoto nešťastného muže. Bojí se takzvaného stáří, bojí se konce, kdy jejich život vyhasne. Mají strach ze smrti, protože nerozumějí životu. Život totiž nezná konec. Vysoký věk nelze chápat jako večer života, ale jako červánky moudrosti.

Avšak moudrost neznamená nic jiného než poznání nesmírných sil podvědomí a umění použít je k bohatému, smysluplnému a šťastnému životu. Vyžente si z hlavy jednou provždy myšlenku, že je-li člověku šedesát pět, sedmdesát pět nebo osmdesát pět let, znamená to konec. I sebevyšší věk může být začátkem nádherného, plodného, aktivního a velmi tvůrčího životního období, které zastíní všechny předchozí životní etapy. Věřte a zaměřte své myšlenky na to, že také vy zažijete takové požehnané stáří.

## **Vítejte každou změnu**

Stárnutí není žádný tragický proces. Čemu my říkáme stárnutí, to je v podstatě pouze změna. Každou změnu je však třeba vítat s radostí a vděčností, neboť každá fáze lidského života představuje jen další krok kupředu na nekonečné cestě. Člověk vlastní síly, které daleko

přesahují jeho tělesné schopností. Vlastní smysly, které jsou daleko bystřejší než obecně uznávaných pět smyslů.

Dnešní věda přinesla nezvratné důkazy, že když duševní substance – zároveň tedy vědomí – opustí tělo živého člověka, urazí tisíce kilometrů, aby pak u svého cíle spatřila a slyšela druhé, dotýkala se jich a hovořila s nimi. K tomu dochází přesto, že se fyzické tělo nepohne ani o milimetr z místa.

Lidský život má duševní povahu a trvá věčně. Není třeba zestárnout, neboť Bůh nebo život nestárnou. Bůh je život. Život však obnovuje sám sebe, je věčný, nezničitelný a představuje největší a nejhlubší skutečnost naší zkušenosti.

## **Posmrtný život je prokázán**

Společnosti pro výzkum lidské psychiky ve Velké Británii a v Americe nashromáždily obrovské množství vědeckých důkazů pro život po smrti. I každá trochu významnější veřejná knihovna, obsahuje celou řadu děl, v nichž přední vědci zaznamenali výsledky svých parapsychologických výzkumů. Četné experimenty přinesly nesmírně překvapivé výsledky a dokázaly, že smrt není konec, ale pouze brána k nové životní formě.

## **Život „je“**

Jedna žena se kdysi zeptala Edisona, magika elektřiny: „Pane Edison, co je elektřina?“

Odpověděl: „Milostivá paní, elektřina je, užívejte jí.“

Elektřina představuje naše pojmenování pro neviditelnou sílu, jejíž vlastní podstatu se nám dosud nepodařilo zcela prozkoumat. Neúnavným bádáním prohlubujeme své znalosti a nacházíme stále nové možnosti pro použití tohoto tajuplného principu. Vědec nevidí elektron pouhým okem, ale pokládá jeho existenci za vědecky prokázanou, protože na základě výsledků četných experimentů lze dojít k naprosto nezvratnému logickému závěru, že existuje. Ani život nemůžeme vidět, ale přesto víme, že žijeme. Život „je“. Narodili jsme se, aby se v nás mohla projevit jeho krása a nádhera.

## Duch a duše nestárnou

*„A život věčný je v tom, když poznají tebe, jediného pravého Boha, ...“ Jan 17,3.*

Kdo se domnívá nebo věří, že pozemský koloběh zrození, dospívání, zralosti a stáří je celý život, zaslouží si skutečné politování. Takto smýšlející člověk nemá žádnou kotvu, naději, vyhlídky. Život pro něho postrádá smysl. Takové nesprávné přesvědčení může přinést jen zklamání, zatvrzení, cynismus a beznaděj, a ty většinou vedou k těžkým duševním, duchovním a tělesným poruchám. Pokud už nedokážete hrát tenis s bývalou razancí, syn vás předhoní v plavání a vaše fyzické reakce a krok se zpomalily, máte si pouze vzpomenout, že život je v neustálé proměně a projevuje se ve stále nových formách. To, čemu lidé říkají smrt, je pouze začátek cesty k novému místu vašeho pobytu v jiné životní dimenzi.

Lidem navštěvujícím mé přednášky stále znovu připomínám, že si mají zachovat správný postoj k takzvanému stárnutí. Stáří má své výhody, svou vlastní krásu a moudrost. Pokoj, láska, radost, krása, štěstí, moudrost, obětavost a porozumění – to jsou vlastnosti, které nikdy nestárnou a neumírají. Váš charakter, duševní kvality, vaše víra a přesvědčení nejsou odsouzeny k zániku. Emerson na toto téma trefně říkal: „Léta začíná člověk počítat tehdy, když v jeho životě už nelze počítat s ničím.“

## Každý člověk je tak mladý, jak myslí

V londýnské Caxton Hall, kde mívám vždy po několika letech přednášky, ke mně přišel jeden chirurg a řekl mi: „Je mi teď osmdesát čtyři let. Každé ráno operuji, odpoledne mám vizitu a večer píšu články pro lékařské i jiné odborné časopisy. Každý člověk je tak mladý a užitečný, jak myslí a cítí.“ A živě příkyvoval mému názoru, že jsme ve skutečnosti tak silní a cenní, jak se sami hodnotíme.

S tímto chirurgem vysoký věk prostě nic nesvede. Když se loučil, říkal: „Pokud bych měl zítra zemřít, tak jen proto, abych ve svých operacích pokračoval v příští dimenzi. Samozřejmě že ne se skalpelem v ruce, ale na rovině čistě duševní a duchovní chirurgie.“

## **Šediny představují váš zisk**

Nikdy nepřestávejte pracovat se zdůvodněním: „Jsem moc starý, se mnou je konec.“ Za takových okolností by na sebe stárnutí a smrt opravdu už nenechaly dlouho čekat. Mnozí lidé jsou staří už ve třiceti, zatímco jiní jsou v osmdesáti ještě mladí. Duch určuje stav těla, a to úplně stejně, jako fantazie architekta, návrháře nebo sochaře dává tvar hmotě. Georgi Bernhardu Shawovi bylo již devadesát a stále neúnavně pracoval. Jeho tvůrčí duch byl nezničitelný.

Vždy znovu lze slyšet, že mnoha uchazečům o místo zavírají firmy doslova dveře před nosem, když slyší, že jim je již přes čtyřicet. Tento postoj je třeba odsoudit jako zcela bezcitný, zavrženíhodný a neinteligentní. Navíc je takové myšlení, které počítá jen s generací pod 35 let, velmi povrchní. Kdyby se zaměstnavatel jen na chvíli zamyslel, musel by dojít k názoru, že uchazeči mu nenabízejí své stáří nebo šediny, ale své schopnosti, zkušenosti a znalosti, které nashromáždili mnohaletým životním bojem.

## **Stáří je zisk**

Pokud již patříte ke starším zaměstnancům, potom představuje právě váš věk pro podnik značný zisk, protože jste již mnoho let žili podle „zlatého pravidla“ a naplňovali jste zákon lásky a obětavosti. Šediny by měly být spíše oceňovány jako znak vyšší moudrosti, obratnosti, zkušenosti a porozumění. Emocionální a duševní zralost přinesou požehnání každému zaměstnavateli.

Nikdo by neměl být nucen odejít do penze jen proto, že mu je už pětadesát. Právě v tomto věku má člověk ideální předpoklady například pro funkci šéfa personálního oddělení, dovede dávat správné pokyny a dělat správná rozhodnutí. Krátce řečeno jde o to, aby se mladí pracovníci obohatili plody dlouholetých zkušeností a použili je v oblasti tvůrčího myšlení.

## **Bud'te tak staří, jak skutečně jste**

Jeden spisovatel pracující ve filmovém průmyslu v Hollywoodu mi vyprávěl, že musí psát scénáře odpovídající myšlení dvanáctiletého chlapce. Je skutečně tragické, když se právě sdělovací prostředky domnívají, že musejí počítat s duševní a emocionální nezralostí

publika a svou tvorbou ještě negativně ovlivňují nutný proces zrání. Kdo takto chápe mládež a zdůrazňuje právě její nezralost, ten jen prohlubuje její nezkušenost, nedostatečnou schopnost úsudku, případně sklon k ukvapenému soudu.

## **Držím stále ještě krok s těmi nejlepšími**

V této souvislosti si vzpomínám na jednoho pětadesátiletého muže, který se zoufale snaží, aby ho okolí pokládalo stále za mladíka. Každou neděli se chodí koupat s mladými děvčaty, podniká dlouhé pěší túry, hraje tenis a chlubí se svou nevyčerpatelnou energií. Říká: „Podívejte se, držím stále ještě krok s těmi nejlepšími!“

Kdo smýšlí takto, měl by si vzít k srdci slova: „Jak člověk myslí svým srdcem, takový je.“ (Srov. Matouš 12, 35.)

Žádnou dietou, tréninkem nebo sportem si nemůže tento muž udržet věčné mládí. Musí pochopit, že mládí a stáří jsou relativní pojmy a nelze je prokazovat tělesnou zdatností, ale způsobem myšlení. Kdo setrvává v myšlenkách u krásného, ušlechtilého a dobrého, zůstane stále mlád, i když už oslavil své narozeniny mnohokrát.

## **Strach ze stáří**

Job říká: „*Čeho jsem se tolik strachoval, to postihlo mé.*“ Mnozí lidé žijí ve strachu ze stáří a ze svého budoucího osudu, protože se domnívají, že stáří znamená stále větší úpadek tělesných a duševních sil. Co si ale trvale myslí a cítí, to se také uskuteční.

Člověk zestárne, jakmile ztratí zájem o život, přestane snít a toužit po novém poznání a nových světech. Ten, jehož duch je ale stále otevřený novým myšlenkám a zájmům, kdo stále rozevívá nová a nová vrátka, aby k němu mohla proniknout záře a světlo dosud netušeného poznání o životě a o světě, ten zůstane vždy mlád a plný životní síly.

## **Máte hodně na rozdávání**

Ať je vám pětadesát či pětadevadesát let, myslíte vždy na to, kolik toho ještě máte na rozdávání. Můžete pomoci mladší generaci, radit jí, chránit ji a řídit. Můžete přizvat druhé, aby si odnesli něco z vašich vědomostí, zkušeností a z vaší moudrosti. Stále se můžete dívat s důvěrou do budoucnosti, protože lidský život nezná konce. Odesete

si tu zkušenost, že lze stále objevovat nové krásy a zázraky života. Snažte se každý den a každý okamžik naučit něco nového a váš duch bude stále mladý.

## **Bylo mu 110 let**

Když jsem před několika léty přednášel v Bombaji, byl jsem představen jednomu stodesetiletému muži. Vypadal, jako by byl prozářen paprsky vnitřního světla. V jeho očích byla nevýslovná krása, která pro mě byla znamením, že zestárl s veselým srdcem a že ani jeho duch neztratil nic ze své bystrosti a jasu.

## **Důchod – nové dobrodružství**

Nikdy nepřipusťte, aby váš duch odešel „do důchodu“. Buďte stále přístupní novým myšlenkám a nápadům. Viděl jsem pětasedesátileté a sedmdesátileté muže odcházet do důchodu. Vypadali, jako by je šířalo vnitřní utrpení a mnozí z nich za několik měsíců zemřeli. Zcela zřejmě byli přesvědčeni, že se jejich život naplnil. Právě penze se ale může stát dobrodružstvím, životní fází s novými úkoly, příležitostmi k uskutečnění dlouholetých snů. Co by mohlo být více deprimující než slova: „Co si mám se sebou jako důchodce počít?“ Kdo vysloví něco takového, vlastně už v duchu vyhlásil bankrot. Stejně tak by mohl totiž říci: „Jsem duševně i fyzicky mrtev. Můj duch už není schopen žádné nové myšlenky.“

To všechno jsou však falešné představy. Ve skutečnosti lze v devadesáti dokázat ještě více než v šedesáti, protože každým dnem roste vaše moudrost a dalším studiem se vám stále více odhaluje smysl života.

## **Postoupil o další stupeň**

Jeden můj soused, komerční pracovník v řídicím postavení, musel před několika měsíci odejít do penze, protože už dosáhl příslušné věkové hranice. Řekl mi: „Považuji svůj odchod do důchodu za výstup na další, vyšší stupeň žebříku.“

Podle své filozofie stoupal celý život vždy z nižšího k vyššímu stupni: ze střední školy na univerzitu, z nižšího stupně vzdělání a zkušenosti k vyššímu, ze zaměstnání do důchodu. Teď mu penze

nabízela příležitost dělat vše, co si dříve přál. Proto ji považoval za další stupeň na žebříku života a moudrosti.

Dospěl k moudrému poznání, že už nemá zapotřebí soustřeďovat se na své zaměstnání a vydělávat na živobytí. Od tohoto okamžiku chtěl naplno žít. S nadšením amatérsky filmoval a fotografoval a teď měl konečně příležitost zdokonalit se v této oblasti. Podnikl cestu kolem světa a nafilmoval přitom nejkrásnější a nejzajímavější kouty světa. Dnes už mu skoro nezbývá čas, aby vyhověl všem pozváním nejrůznějších klubů, společností a spolků. Tak jsou žádané přednášky k jeho filmům. Tento duševně čilý člověk dnes nachází nesčetné možnosti pro svoji činnost a zájmy.

Pěstujte v sobě i vy nadšení pro nové, tvůrčí ideje, snažte se vzdělávat ducha a rozum, nepodléhejte únavě, když máte možnost učit se a získávat novou moudrost. Tak zůstane vaše srdce stále mladé, neboť dychtíte po novém vědění a vaše tělo je zrcadlem vašeho myšlení.

## **Nebud'te vězněm, ale spolutvůrcem lidské společnosti**

V poslední době nás tisk často informuje o tom, že počet starších voličů například v Kalifornii, ale i jinde, prudce stoupá. To zároveň znamená, že vlády jednotlivých států dopřávají starším ročníkům stále více sluchu. Podle mého názoru už na sebe nenechá dlouho čekat zákon, který zakáže zaměstnavatelům diskriminaci starších pracovníků.

Pětašedesátiletý člověk může být duševně, duchovně, ale i fyzicky mladší než mnozí třicátníci. Je hloupé a směšné odmítat uchazeče o místo jen proto, že jim je přes čtyřicet. Je to totéž jako tvrdit, že čtyřicátník patří do starého železa.

Co však dělat, když je člověku přes čtyřicet? Ukrývat sebe i svůj talent před světem? Kdo přijde z věkových důvodů o práci, je vlastně na obtíž obci, zemi i státní pokladně. Tytéž podniky, které nechtějí přijímat starší pracovníky, je musejí zaplatit ze svého formou vyšších daní a navíc nemohou vytěžit vůbec nic z jejich zkušeností. To se skoro rovná finanční sebevraždě.

Člověk má nárok užívat plodů své práce a má nezadatelné právo být spolutvůrcem, a ne vězněm společnosti, která ho chce odsoudit k nečinnosti.

Tělesné funkce a reakce se s přibývajícím věkem zpomalují. Duševní schopnosti lze však s pomocí podvědomí stále zvyšovat. Lidský duch ve skutečnosti nikdy nezestárne. „*Kéž, by mi bylo jako za předešlých měsíců, jako za dnů, kdy mě Bůh střežil, kdy jeho kahan mi nad hlavou zářil a já jsem temnotou šel v jeho světle, jako se mi vedlo za dnů mé svěžesti, kdy můj stan byl místem důvěrného rozhovoru s Bohem,...*“ Job 2, 4.

## **Tajemství mládí**

Jestliže se chcete přenést do dnů svého mládí, musíte pouze cítit, jak celou vaši bytost proniká zázračná, léčivá, životadárná síla podvědomí. Radujte se s vědomím, že váš duch je naplňován světlem, mládím a novou silou. Stejně jako ve dnech svého mládí můžete překypovat nadšením a radostí, a to zcela prostě tak, že se vždy do tohoto stavu duševně a emocionálně přenesete.

Světlo, které ve vás září, pochází z Boží moudrosti a odhaluje vám vše, co je třeba vědět. Navzdory vnějšímu zdání vám tato síla dává schopnost prosazovat pravdu a přítomnost dobra. S důvěrou se můžete svěřit vedení svého podvědomí, protože víte, že ranní rozbřesk zažene všechny stíny.

## **Snažte se o komplexní pohled na život**

Neříkejte: „Jsem starý“, ale s radostí prohlašujte: „Stále více mě naplňuje moudrost Božího života.“ Nedejte si hloupými zaměstnavateli, novinami nebo statistikami namluvit, že stárí s sebou nutně nese duševní a tělesný úpadek, neduhy a neužitečnost. Odmítněte takovou představu o sobě. Je nesprávná. Nedejte se oklamat a držte se pravdy. Soustředte se na život, a ne na smrt. Usilujte o pravé sebepoznání a komplexní pohled na život, v němž vy budete vystupovat tak, jak máte: šťastní, zářící, úspěšní, plni pohody a síly.



## Váš duch nestárne

Herbert Hoover, někdejší prezident Spojených států amerických, zvládal až do vysokého věku s nevyčerpatelnou energií neuvěřitelné množství práce. Před několika lety mi poskytl interview v hotelu Waldorf-Astoria v New Yorku. Byl to zdravý a šťastný člověk, plný sil, života a nadšení. Několik sekretářek bylo naprosto vytíženo vyřizováním jeho rozsáhlé korespondence a vedle toho dokázal ještě psát knihy o politické a historické problematice. Jako všichni ostatní významní lidé, s nimiž mi bylo dopřáno se setkat, byl i on velice přístupný, laskavý a plný porozumění.

Jeho bystrý duch a moudrý úsudek pro mě znamenaly nezapomenutelný zážitek. Rozpoznal jsem v něm hluboce věřícího člověka s nezlomnou vírou ve vítězství věčných pravd života.

I když musel v letech velké hospodářské krize čelit tvrdé kritice a pomluvám, překonal přesto tuto bouři bez nenávisti, averze, zklamání nebo hořkosti. Nalezl pokoj duše, který může člověku dát pouze nekonečná moudrost a láska Boží.

## Duševně čilý v pětadevadesáti

Můj otec se začal v pětadesáti letech učit francouzsky.

V sedmdesáti platil v tomto oboru za uznávanou kapacitu. Když mu bylo už přes sedmdesát, rozhodl se studovat keltštinu a i v tomto oboru to dotáhl na uznávaného a slavného učitele. Také intenzívně pomáhal mé sestře při studiu, čímž není výčet jeho činností zdaleka vyčerpán. S přibývajícím věkem měl stále krásnější rukopis a jasnějšího ducha. Zemřel v devětadevadesáti.

V den jeho smrti byl jeho duch stejně jasný jako před 20 roky. U svého otce jsem sám zažil, že člověk je tak starý, jak myslí a cítí.

## Potřebujeme své starší spoluobčany

Marcus Porcius Cato, římský patriot, se naučil řecky v osmdesáti letech. Ernestine Schumannová-Heinková, slavná americká zpěvačka německého původu, dosáhla vrcholu své umělecké dráhy jako babička. Se skutečným potěšením tak můžeme sledovat, jakých výkonů dosahují právě „staří“.

Sokrates se ještě v sedmdesáti letech naučil mistrovsky hrát na několik hudebních nástrojů. Michelangelo vytvořil své největší malby, když mu bylo osmdesát. Ve stejném věku byl starořecký básník Simonides z Keu ověnčen cenou lyriků, Goethe dokončil Fausta a Ranke začal pracovat na svých „světových dějinách“, které dopsal v jedenadevadesáti.

Alfred Tennyson napsal ve třiaosmdesáti svoji slavnou báseň „Crossing the Bar“ a také Newton byl ještě v pětaosmdesáti neúnavně činný. John Wesley stál v osmdesáti osmi letech v čele metodistů. A mohl bych jmenovat i některé své přátele, kterým je více než devadesát pět let a kteří mě neustále ujišťují, že se cítí mladší než ve dvaceti.

Tyto příklady ukazují, jaké místo si „stáří“ zaslouží. Pokud jste snad právě vy již v penzi, věřte, že máte stále ještě čas začít se zajímat o zákony života a zázraky podvědomí. Podnikněte právě teď všechno, co jste chtěli udělat již dříve. Zabývejte se novými tématy a novými myšlenkami.

Říkejte si tuto modlitbu: *„Jako laň dychtí po bystré vodě, tak dychtí duše má po tobě, Bože!“* Žalm 42,1.

## **Plody našeho vysokého věku**

*„Jeho tělo bude svěžejší než v mládí, vrátí se do dnů dospívání.“* Job 33,25. Vysoké stáří neznamená v podstatě nic jiného, než že je člověk povolán vidět pravdy Boží z vyššího majáku. Myslete vždy na to, že se nacházíte na nikde nekončící cestě, pronikejte neúnavně dál a otevře se před vámi nekonečný oceán života. Naslouchejte znění žalmu: *„Ještě v šedinách ponesou plody, zůstanou statní a svěží.“* Žalmy 92, 15.

*„Ovoce Božího ducha však je láska, radost, pokoj, trpělivost, laskavost, dobrota, věrnost, tichost a sebeovládání. Proti tomu se zákon neobrací.“* Galatským 5,22-23.

Jste synem nezměrného života a dítětem věčnosti.

## **SHRNUTÍ**

1. Trpělivost, dobrota, láska, obětavost, radost, štěstí, moudrost a pochopení jsou vlastnosti, které nikdy nezestárnou. Kdo je stále

- pěstuje a uskutečňuje svým životem, zůstane tělem i duchem mladý.
2. Mnozí vědci a lékaři konstatují, že vlastní příčinou předčasného stárnutí je pravděpodobně neurotický strach z negativních účinků času.
  3. Stáří – to není večer života, ale červánky moudrosti.
  4. Nejplodnější léta života mohou být mezi pětadesátým a pětadevadesátým rokem.
  5. Vítejte s radostí svá léta. Dovolují vám kráčet stále výše na nekonečné dráze života.
  6. Bůh je život a vy žijete v Bohu. Život se sám neustále obnovuje, je věčný, nezničitelný, je to skutečnost našeho světa. Žijete věčně, neboť svým životem se podílíte na životě Božím.
  7. Nesčetné vědecké důkazy potvrzují, že život po smrti existuje. Přečtěte si sami, co k tomuto tématu říkají přední vědci.
  8. Nemůžete vidět svůj rozum, a přesto víte, že ho máte. Nemůžete vidět svého ducha, přesto však víte, že duch umělce, hudebníka, řečníka či filozofa je nepopíratelnou skutečností. Duch dobra, pravdy a krásy, dotýkajících se vašeho srdce, je stejně nezvratnou skutečností. Život nemůžete vidět, přesto však víte, že jste živí.
  9. Vysoký věk znamená, že je člověk povolán uvažovat o Božích pravdách z vysokého majáku. Stáří nabízí větší radosti než mládí. Také v duševním sportu lze prokázat své síly, také v duševních disciplínách existují soutěže a vítězové. Příroda přispívá k tomu, aby tělesno ustoupilo duchu. Ten má pak možnost zabývat se Božími věcmi.
  10. Léta se začínají počítat tehdy, když v životě člověka už nelze počítat s ničím. U víry a přesvědčení neexistuje žádný rozkladný proces.
  11. Jste tak mladí, jak myslíte a jak se cítíte. Jste tak silní, jak sami sebe hodnotíte. Jste tak užiteční, jak jste o své užitečnosti přesvědčeni. Jste tak mladí jako váš způsob myšlení.
  12. Šediny jsou vaším ziskem. Vy nenabízíte světu své šedivé vlasy, ale schopností, zkušeností a moudrost, které jste během let nashromáždili.

13. Dietou a sportem si nikdo věčné mládí nezachová. Jak člověk myslí, takový je.
14. Strach ze stárí může vést k tělesnému i duševnímu úpadku. „Čeho jsem se tolik strachoval, to postihlo mě.“
15. Zestárnete, jakmile přestanete snít a ztratíte zájem o život. Zestárnete, jakmile začnete být vznětliví, podivínští a hádaví. Naplňte svého ducha Boží pravdou a vyzařujte světlo své lásky. To je pravé mládí.
16. Svůj pohled zaměřujte dopředu, do budoucnosti, neboť život je nekonečný.
17. Odchod do důchodu je začátek nového dobrodružství. Zabývejte se novými obory, rozšiřujte si svůj obzor. Právě teď máte příležitost dělat to, po čem jste toužili, když vám zaměstnání nedoprávalo dost času. Zaměřte veškerou svou pozornost na hluboký a plný život.
18. Nejste žádným vězněm, nýbrž spolutvůrcem společnosti. Snažte se, aby zazářilo světlo vašeho talentu a vašich schopností.
19. Tajemstvím mládí je láska, radost, vnitřní pokoj a radostný smích. V něm je hojnost radosti, v něm není temnoty.
20. Vaši bližní vás potřebují. Mnozí filozofové, básníci, umělci, vědci nebo jiné vynikající osobnosti dosáhli vrcholu svého díla, když už překročili osmdesátku.
21. Plody stárí jsou láska, radost, pokoj, trpělivost, mírnost, dobrota, víra, jemnost a zdrženlivost.
22. Jste syny nezměrně dlouhého, nekonečného života. Jste dětmi věčnosti. Vy sami jste zázrakem stvoření.

Pozn. redakce

Citáty z bible převzaty z ekumenického překladu, Praha Dr. Joseph

|   |          |
|---|----------|
| <b>PŘEDMLUVA .....</b>  | <b>3</b> |
| <b>JAK MŮŽE TATO KNIHA ZPŮSOBIT VE VAŠEM ŽIVOTĚ ZÁZRAKY .....</b> | <b>3</b> |
| Víte proč? .....  | 3        |
| Proč jsem psal tuto knihu .....                                   | 4        |
| Klíč k zázračné moci .....  | 4        |
| Zázraky jsou odpovědí na „účinné modlitby“ .....                  | 5        |
| Každý člověk se modlí .....                                       | 5        |

|  |           |
|--|-----------|
| Tato kniha je jedinečná svého druhu .....                                | 6         |
| V co věříte?.....  | 7         |
| Přání a modlitba jsou jedno a totéž .....                                | 7         |
| „Každý člověk se podílí na světovém duchu spojujícím celé lidstvo“ ..... | 8         |
| <b>KAPITOLA 1 - POKLADNICE VE VAŠEM NITRU .....</b>                      | <b>8</b>  |
| Největší tajemství všech dob .....                                       | 9         |
| Obdivuhodná síla vašeho podvědomí .....                                  | 9         |
| Nutnost pevného základu .....  | 10        |
| Dualita ducha .....  | 12        |
| Vědomí a podvědomí .....   | 12        |
| Hlavní rozdíly ve funkci a působení.....                                 | 15        |
| Jak reagovalo její podvědomí .....                                       | 16        |
| SHRNUTÍ .....  | 17        |
| <b>KAPITOLA 2 - FUNKCE VAŠEHO DUCHA.....</b>                             | <b>18</b> |
| Přesnější rozlišení pojmů „vědomý“ a „podvědomý“ .....                   | 19        |
| Psychologické experimenty .....  | 20        |
| Co znamená „objektivní“ a „subjektivní“ duch? .....                      | 21        |
| Podvědomí neumí logicky myslet .....                                     | 22        |
| Nesmírná moc sugescí .....   | 22        |
| Různé reakce na tutéž sugesci .....                                      | 23        |
| Jak přišel jeden muž o ruku .....  | 24        |
| Jak autosugesce zahání strach .....                                      | 24        |
| Jak se jedné ženě znovu vrátila paměť.....                               | 25        |
| Jak se jeden muž naučil sebeovládání .....                               | 26        |
| Konstruktivní a rozkladná moc sugescí .....                              | 26        |
| Věříte snad v neodvratný osud? .....                                     | 26        |
| Jak se chránit před negativními sugescemi .....                          | 27        |
| Jak sugescí usmrtila člověka .....                                       | 27        |
| Moc logiky .....   | 28        |
| Podvědomí nemá žádné logické námitky .....                               | 30        |
| SHRNUTÍ .....  | 31        |
| <b>KAPITOLA 3 - ZÁZRAČNÁ MOC VAŠEHO PODVĚDOMÍ.....</b>                   | <b>33</b> |
| Podvědomí je knihou vašeho života .....                                  | 35        |
| Každý duševní vjem získává materiální podobu .....                       | 35        |
| Podvědomí vyléčí zhoubné onemocnění kůže .....                           | 37        |
| Jak podvědomí řídí všechny tělesné pochody .....                         | 38        |
| Jak mohou člověku posloužit síly podvědomí.....                          | 39        |
| Jak léčivá síla podvědomí obnovuje odumřelé zrakové nervy.....           | 39        |
| Jak předat podvědomí představu dokonalého zdraví .....                   | 40        |
| SHRNUTÍ .....  | 41        |
| <b>KAPITOLA 4 - ZPŮSOBY DUŠEVNÍ LÉČBY V ANTICE.....</b>                  | <b>42</b> |
| Bible hovoří o moci podvědomí .....                                      | 44        |
| Ježíš mu pohrozil: „Umlkni a vyjdi z něho“ .....                         | 45        |
| Lukáš 4,36. ....   | 45        |
| Zázraky se dějí na mnoha poutních místech po celém světě .....           | 45        |
| Jediná univerzální léčivá síla.....                                      | 47        |
| Rozporné teorie .....  | 48        |
| Názory Paracelsa.....  | 49        |

|  |           |
|--|-----------|
| Bernheimovy experimenty .....  | 49        |
| Příčina krvavých stigmat .....   | 50        |
| SHRNUTÍ .....  | 51        |
| <b>KAPITOLA 5 - ZPŮSOBY DUŠEVNÍ LÉČBY V NAŠÍ DOBĚ .....</b>  | <b>52</b> |
| Jediný proces léčení .....   | 53        |
| Zákon víry .....   | 53        |
| Co znamená terapie modlitbou? .....  | 54        |
| Co znamená „modlitba za uzdravení“ a jak působí slepá víra?.....   | 55        |
| Význam subjektivní víry .....  | 56        |
| Podstata a účinek léčby na dálku .....   | 57        |
| Kinetická síla podvědomí .....   | 58        |
| SHRNUTÍ .....  | 59        |
| <b>KAPITOLA 6 - PRAKTICKÉ POUŽITÍ DUŠEVNÍ TERAPIE .....</b>  | <b>61</b> |
| Technika myšlenkového ovlivňování podvědomí .....  | 62        |
| Podvědomí přijme každý přesně nakreslený plán .....  | 62        |
| Správná modlitba jako věda a umění .....   | 63        |
| „Proste, a bude vám dáno; hledejte, a naleznete; tlučte, a bude vám otevřeno.“ Matouš 7,7.....                               | 63        |
| Technika obrazné představy .....   | 64        |
| Filmová metoda .....   | 65        |
| Baudouinova technika.....  | 66        |
| Technika spánku .....  | 67        |
| Technika díku.....   | 68        |
| Technika pozitivního tvrzení.....  | 69        |
| Metoda důkazu .....  | 70        |
| Absolutní metoda .....   | 71        |
| Zmrzačená žena může opět chodit.....   | 72        |
| Metoda rozhodnutí .....  | 73        |
| SHRNUTÍ .....  | 74        |
| <b>KAPITOLA 7 - PODVĚDOMÍ SLOUŽÍ ŽIVOTU .....</b>  | <b>75</b> |
| Tělesné reakce na duševní pochody.....   | 76        |
| Zvláštní druh inteligence vnímá zájmy těla .....   | 77        |
| Podvědomí působí neustále v zájmu obecného blaha .....   | 77        |
| Jak člověk porušuje vrozený princip harmonie .....   | 78        |
| Proč je normální být zdravý, vitální a silný a proč je nemoc nenormální .....  | 78        |
| Vyléčení tuberkulózy kostní dřeně.....   | 79        |
| Jak víra v moc podvědomí léčí .....  | 80        |
| SHRNUTÍ .....  | 80        |
| <b>KAPITOLA 8 - JAK USKUTEČNIT SVÉ CÍLE.....</b>   | <b>81</b> |
| Uvolněný postoj je klíčem k úspěchu .....  | 82        |
| Není tu žádný odpor, proto se vyhýbejte jakémukoli násilnému duševnímu úsilí a spolehněte se na dar své představivosti ..... | 83        |
| Zázračná síla usměrněné fantazie .....   | 83        |
| Tři součásti úspěšné modlitby .....  | 83        |
| Rozpor mezi přáním a fantazií je třeba odstranit.....  | 85        |
| SHRNUTÍ .....  | 86        |
| <b>KAPITOLA 9 - PODVĚDOMÍ JAKO KLÍČ K BOHATSTVÍ.....</b>   | <b>87</b> |
| Bohatství je otázkou ducha .....   | 88        |

|  |    |
|--|----|
| Vaše neviditelné zdroje příjmů .....                         | 88 |
| Ideální metoda – získání správného postoje k bohatství ..... | 88 |
| Proč člověku nepomůže tvrzení, že je bohatý.....             | 89 |
| Jak se vyhnout vnitřnímu sporu .....                         | 89 |
| Nepodepisujte žádné šeky bianko .....                        | 90 |
| Vaše podvědomí platí úroky a úroky z úroků .....             | 90 |
| Proč se nic nestalo .....                                    | 90 |
| Skutečný pramen bohatství .....                              | 91 |
| Proč mnozí nevyjdou s penězi.....                            | 91 |
| Častá past na cestě k bohatství.....                         | 91 |
| Jak odstranit duševní překážky na cestě k bohatství .....    | 92 |
| Jak člověk ve spánku zbohatne .....                          | 92 |
| SHRNUTÍ .....  | 92 |

## **KAPITOLA 10 - VAŠE PRÁVO NA BOHATSTVÍ.....94**

|  |     |
|--|-----|
| Peníze jsou symbol.....                                | 94  |
| Nejpohodlnější a nejkratší cesta k bohatství .....     | 94  |
| Proč nemáte více peněz .....                           | 95  |
| Peníze a vyrovnaný život .....                         | 95  |
| Chudoba je duševní nemoc .....                         | 96  |
| Proč se o penězích nemá nikdy mluvit s despektem ..... | 96  |
| Jak získat správný postoj k penězům .....              | 96  |
| Peníze z vědeckého hlediska .....                      | 97  |
| Jak k sobě přivolat potřebné peníze .....              | 97  |
| Proč řada lidí nedosáhne nikdy zvýšení platu .....     | 98  |
| Překážky a pasti na cestě k bohatství.....             | 98  |
| Chraňte svůj majetek .....                             | 99  |
| Všechno má svou cenu .....                             | 99  |
| Váš nevyčerpatelný peněžní zdroj .....                 | 99  |
| SHRNUTÍ .....  | 100 |

## **KAPITOLA 11 - POMOC PODVĚDOMÍ PŘINÁŠÍ ÚSPĚCH ..... 101**

|  |     |
|--|-----|
| Tři kroky k úspěchu .....  | 102 |
| Pravé měřítko úspěchu .....  | 103 |
| Jak uskutečnil svůj sen .....  | 105 |
| Vysněná drogerie se stala skutečností .....                              | 105 |
| Jednej tak, jako by to byla skutečnost, a věc se skutečností stane ..... | 106 |
| Podvědomí v obchodní činnosti.....                                       | 106 |
| Šestnáctiletý chlapec proměňuje chyby v úspěch.....                      | 107 |
| Jak úspěšně nakupovat a prodávat .....                                   | 107 |
| Jak získala to, co chtěla .....  | 109 |
| Technika úspěchu používaná radou skvělých obchodníků .....               | 110 |
| SHRNUTÍ .....  | 111 |

## **KAPITOLA 12 - VÝZNAMNÍ VĚDCI VYUŽÍVAJÍ MOCI PODVĚDOMÍ..... 112**

|  |     |
|--|-----|
| Jak jeden vynikající přírodovědec dospěl ke svým objevům .....     | 112 |
| Jak jeden slavný přírodovědec vyřešil svůj problém .....           | 113 |
| Jak jeden nadaný lékař našel lék proti cukrovce.....               | 114 |
| Jak slavný fyzik unikl ruskému koncentračnímu táboru .....         | 114 |
| Jak archeologové a paleontologové rekonstruují naši minulost ..... | 116 |
| Jak se má člověk dát vést podvědomím .....                         | 117 |
| Podvědomí mu odhalilo místo, kde byla uložena otcova závěť.....    | 118 |

|  |            |
|--|------------|
| Tajemství vnitřního osvětlení.....                                       | 119        |
| SHRNUTÍ .....  | 119        |
| <b>KAPITOLA 13 - PODVĚDOMÍ A ZÁZRAČNÝ SPÁNEK.....</b>                    | <b>120</b> |
| Proč spíme .....   | 121        |
| Spánek – polemika s božskou mocí .....                                   | 121        |
| Člověk potřebuje více spánku .....                                       | 121        |
| Hrozné důsledky nedostatku spánku .....                                  | 122        |
| Spánek přináší radu .....  | 123        |
| Zachráněn před jistou katastrofou.....                                   | 123        |
| Vaše budoucnost leží ve vašem podvědomí .....                            | 124        |
| Ve spánku vydělal 15 000 dolarů .....                                    | 125        |
| Jak jeden slavný profesor vyřešil ve spánku svůj problém .....           | 125        |
| Jak podvědomí ve spánku pracovalo pro jednoho slavného spisovatele ..... | 126        |
| Usínejte v pokoji a probouzejte se v radosti.....                        | 126        |
| SHRNUTÍ .....  | 127        |
| <b>KAPITOLA 14 - PODVĚDOMÍ A MANŽELSKÉ PROBLÉMY.....</b>                 | <b>128</b> |
| Základ každého manželství.....   | 129        |
| Jak k sobě přivolat ideálního manžela.....                               | 129        |
| Jak k sobě přivolat ideální ženu .....                                   | 130        |
| Proč se dopouštět chyby potřetí.....                                     | 130        |
| Jak se tato žena zbavila negativního postoje.....                        | 131        |
| Vyslyšení její modlitby .....  | 131        |
| Mám se dát rozvést?.....   | 132        |
| Jak se člověk dostane na pokraj rozvodu .....                            | 133        |
| Rozvod začíná v duchu .....  | 133        |
| Žena libující si v malicherných výtkách .....                            | 134        |
| Popudlivý manžel.....  | 134        |
| Největší chyba .....   | 134        |
| Nikdy se nesnažte svoji ženu od základu měnit.....                       | 135        |
| Tři kroky, které přinášejí požehnání.....                                | 135        |
| SHRNUTÍ .....  | 136        |
| <b>KAPITOLA 15 - PODVĚDOMÍ A VAŠE ŠTĚSTÍ.....</b>                        | <b>138</b> |
| Musíte zvolit štěstí.....  | 139        |
| Jak si člověk zvolí štěstí .....   | 139        |
| Udělal si ze štěstí zvyk.....  | 139        |
| Musíte si upřímně přát být šťastní.....                                  | 140        |
| Proč volit štěstí?.....  | 140        |
| Kdybych měl milión, byl bych šťastný .....                               | 141        |
| Pro něho bylo štěstí plodem vnitřního klidu .....                        | 141        |
| Ve skutečnosti neexistují žádné překážky .....                           | 142        |
| Nejšťastnější lidé.....  | 143        |
| SHRNUTÍ .....  | 143        |
| <b>KAPITOLA 16 - PODVĚDOMÍ A HARMONICKÉ VZTAHY K OKOLÍ.....</b>          | <b>145</b> |
| Zlatý klíč k srdci bližních .....  | 145        |
| „A jakou měrou měříte, takovou Bůh naměří vám“ .....                     | 146        |
| Z titulků v denním tisku onemocněl.....                                  | 146        |
| „Nemám ráda ženy, mně jsou sympatičtí jen muži“ .....                    | 147        |
| Jeho vnitřní monolog mu bránil v pracovním postupu .....                 | 148        |



|  |     |
|--|-----|
| Cesta k emocionální zralosti .....                                       | 150 |
| Význam lásky pro harmonické lidské vztahy .....                          | 150 |
| Nenáviděl publikum .....   | 151 |
| Jak jednat s nedůtklivými lidmi .....                                    | 151 |
| Neštěstí má rádo společnost .....  | 151 |
| Umění vcítit se do druhého člověka a jeho význam pro lidské vztahy ..... | 152 |
| Povolnost se nevypíací .....   | 152 |
| SHRNUTÍ .....  | 153 |

## KAPITOLA 17 - JAK LZE S POMOCÍ PODVĚDOMÍ DOSÁHNOUT ODPUŠTĚNÍ

|  |     |
|--|-----|
| .....  | 155 |
| Život vždy odpouští .....  | 156 |
| Jak se osvobodil od svého pocitu viny.....   | 156 |
| Vrah se naučil odpouštět sám sobě .....  | 157 |
| Když budete chtít, kritika vám jen poslouží.....   | 158 |
| Jak lze prokázat pochopení.....  | 158 |
| Opuštěná u oltáře .....  | 159 |
| „Je nesprávné se vdávat. Všechno, co souvisí s pohlavím, je zlé a já sama jsem zkažená!“ ..... | 159 |
| Bez odpuštění není uzdravení.....  | 160 |
| Odpouštět znamená konat s láskou .....   | 161 |
| Technika odpuštění .....   | 161 |
| Prubířský kámen pravého odpuštění .....  | 162 |
| Všechno pochopit znamená všechno odpustit .....  | 162 |
| SHRNUTÍ .....  | 163 |

## KAPITOLA 18 - JAK PODVĚDOMÍ ZBAVUJE ČLOVĚKA DUŠEVNÍCH ZÁBRAN

|   |     |
|---|-----|
| .....   | 164 |
| Jak se člověk zbaví určitého zvyku a jak ho získá ..... | 165 |
| Jak se zbavit špatného zvyku .....                      | 165 |
| Moc fantazie .....                                      | 166 |
| Význam koncentrace .....                                | 166 |
| Říkal si „smolař“ .....                                 | 167 |
| Jak hodně toužíte po uskutečnění svého přání? .....     | 168 |
| Proč alkohol neléčí .....                               | 168 |
| Obrat k lepšímu .....                                   | 169 |
| Nutnost sebepoznání .....                               | 169 |
| Jak člověk získá sílu k sebeosvobození .....            | 170 |
| Z 51 procent vyléčen .....                              | 170 |
| Zákon substituce .....                                  | 170 |
| Příčina alkoholismu .....                               | 171 |
| Tři magické kroky .....                                 | 171 |
| Nikdy neztrácejte odvahu .....                          | 172 |
| SHRNUTÍ .....   | 172 |

## KAPITOLA 19 - JAK SÍLY PODVĚDOMÍ ZBAVUJÍ STRACHU .....

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| Největší nepřítel člověka .....      | 174 |
| Dělejte to, z čeho máte strach ..... | 174 |
| Jak překonala trému .....            | 175 |
| Strach z neúspěchu .....             | 175 |
| Jak překonal svůj strach .....       | 176 |
| Strach z vody.....                   | 176 |

|   |     |
|---|-----|
| Vždy účinná metoda, jak překonat strach ..... | 177 |
| Jak požehnal výtahu .....                     | 178 |
| Normální a abnormální strach .....            | 178 |
| Abnormální strach .....                       | 178 |
| Prostředek proti abnormálnímu strachu .....   | 179 |
| Podívejte se svému strachu do obličeje .....  | 180 |
| Přistál v džungli .....                       | 180 |
| Dal výpověď sám sobě .....                    | 180 |
| Spikli se proti němu .....                    | 181 |
| Zbavte se všeho strachu .....                 | 181 |
| SHRNUTÍ .....                                 | 182 |

## KAPITOLA 20 - JAK ČLOVĚK ZŮSTANE V DUCHU STÁLE MLADÝ ..... 184

|  |     |
|--|-----|
| Svým myšlením byl již stařec .....                       | 185 |
| Stáří – to jsou červánky moudrosti .....                 | 185 |
| Vítejte každou změnu .....                               | 185 |
| Posmrtný život je prokázán .....                         | 186 |
| Život „je“ .....   | 186 |
| Duch a duše nestárnou .....                              | 187 |
| Každý člověk je tak mladý, jak myslí .....               | 187 |
| Šediny představují váš zisk .....                        | 188 |
| Stáří je zisk .....                                      | 188 |
| Buďte tak staří, jak skutečně jste .....                 | 188 |
| Držím stále ještě krok s těmi nejlepšími .....           | 189 |
| Strach ze stáří .....                                    | 189 |
| Máte hodně na rozdávání .....                            | 189 |
| Bylo mu 110 let .....                                    | 190 |
| Důchod – nové dobrodružství .....                        | 190 |
| Postoupil o další stupeň .....                           | 190 |
| Nebuďte vězněm, ale spoluvůrcem lidské společnosti ..... | 191 |
| Tajemství mládí .....                                    | 192 |
| Snažte se o komplexní pohled na život .....              | 192 |
| Váš duch nestárne .....                                  | 193 |
| Duševně čilý v pětadevadesáti .....                      | 193 |
| Potřebujeme své starší spoluobčany .....                 | 193 |
| Plody našeho vysokého věku .....                         | 194 |
| SHRNUTÍ .....  | 194 |

## MOC PODVĚDOMÍ

Přeložila PhDr. Olga Kolečková

Obálku navrhl Roman Řepa Graficky upravila Vlasta Machová

Vydal Knižní klub, spol, s r, o., jako svou 9. publikaci,

Praha 1993  
Odpovědný redaktor František Větrovský Sazba FOTOTYPO  
MD, Praha Stran 240 Vytiskly Tiskárny Vimperk  
Vytvořil: • QixQix •