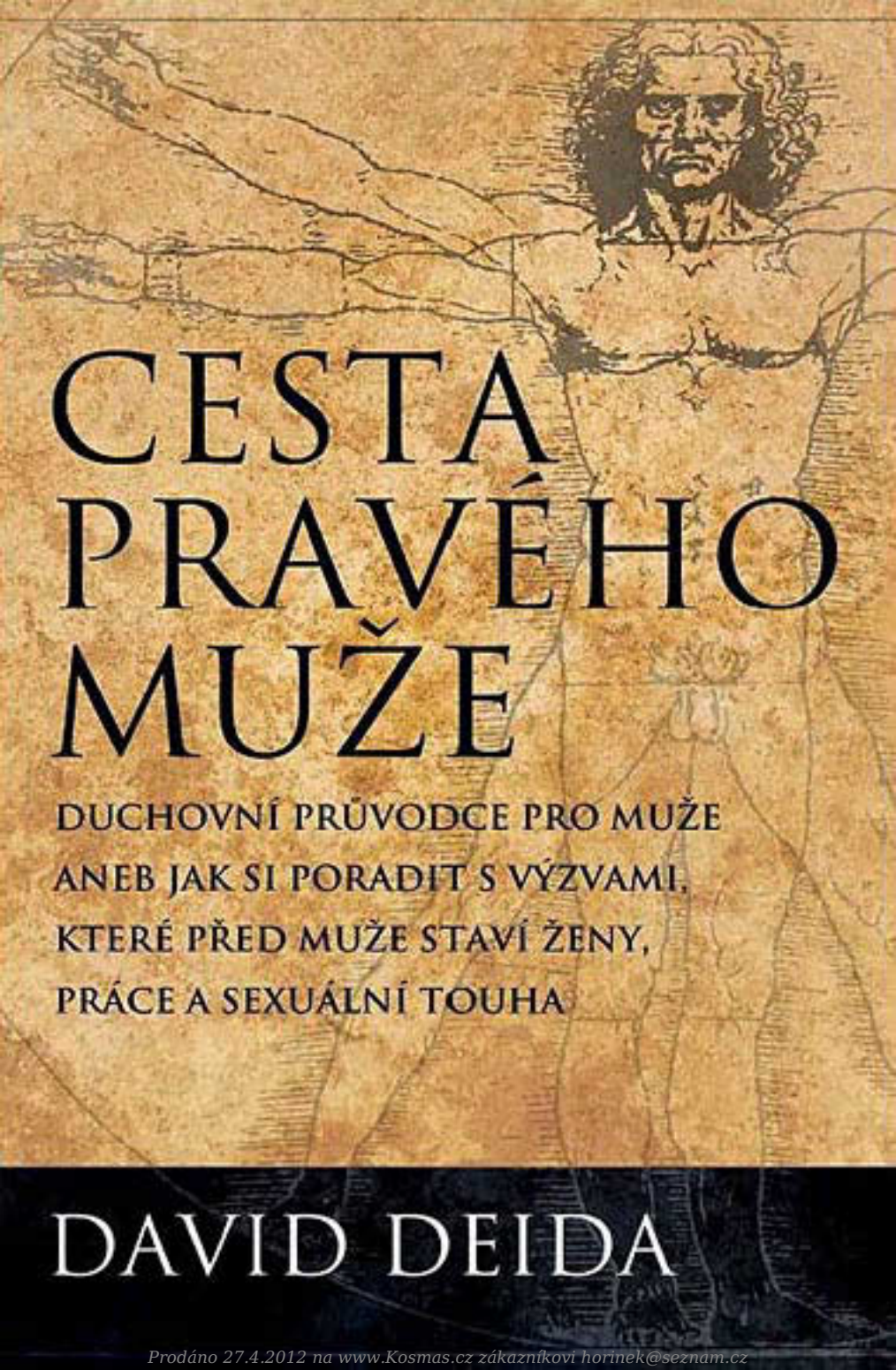




CESTA PRAVÉHO MUŽE

DUCHOVNÍ PRŮVODCE PRO MUŽE
ANEB JAK SI PORADIT S VÝZVAMI,
KTERÉ PŘED MUŽE STAVÍ ŽENY,
PRÁCE A SEXUÁLNÍ TOUHA

DAVID DEIDA

CESTA PRAVÉHO MUŽE
David Deida



CESTA PRAVÉHO MUŽE



DAVID DEIDA

David Deida

Cesta pravého muže

Z anglického originálu *The Way of the Superior Man*
přeložili Petra Vlčková a Robert Gajdoš.

Návrh obálky Diana Delevová, 2Design.

Produkce, grafická úprava a sazba V síti s.r.o.

Vydalo Synergie Publishing SE, Praha,

www.synergiepublishing.com

Copyright © 1997, 2004 by David Deida

Translation Copyright © 2012 Synergie Publishing SE

Published by arrangement with Sounds True Inc., Boulder, CO.

První vydání

ISBN 978-80-7370-023-2

*S hlubokou vděčností mým partnerkám
a učitelům, kteří mě v životě zahrnuli
láskou a moudrostí.*

*Ať tato kniha slouží k osvobození vašich
skutečných darů, aby z vašeho života a lásky
mohly mít nespočetné zástupy bytostí
ještě větší užitek než dosud.*

OBSAH

Předmluvy k českému vydání

<i>Jan Bílý</i>	9
<i>Richard Vojík</i>	12
<i>Denisa Palečková</i>	13
Předmluva autora.....	14
Úvod	16

PRVNÍ ČÁST: CESTA MUŽE

1. Smiřte se s tím, že v životě nic nedokončíte	28
2. Žijte s otevřeným srdcem, i když to bolí	31
3. Žijte tak, jako by váš otec již zemřel	33
4. Buďte si vědomi mezí svých schopností a nepředstírejte, že je nemáte	34
5. Držte se svého nejhlubšího poznání	37
6. Nikdy neměňte svá rozhodnutí jen proto, abyste udělali radost ženě	39
7. Vaše poslání je přednější než váš vztah	41
8. Opřete se do svých hranic	43
9. Udělejte to pro lásku	45
10. Užívejte si kritiku od svých přátel	49
11. Jestliže neznáte své poslání, je načas ho objevit, hned teď	51
12. Buďte ochotní zcela změnit svůj život	53
13. Nevymlouvejte se na rodinu	58
14. Neztraťte se v každodenních úkolech a povinnostech	62
15. Přestaňte doufat, že to s vaší ženou jednou bude jednodušší	65

DRUHÁ ČÁST: JAK JEDNAT SE ŽENAMI

16. Ženy nelžou	72
17. Chvalte ji	75
18. Pokud ji budete tolerovat, začnete ji brzy nenávidět	77
19. Neanalyzujte ji	80
20. Neříkejte ženě, aby si vyřešila své emoční problémy	83
21. Zůstaňte se ženou v její intenzitě – do určité míry	88
22. Nenuťte ženu, aby se rozhodovala	91

TŘETÍ ČÁST: PRÁCE S POLARITOU A ENERGIÍ

23. Síla ženské přitažlivosti je nevyhnutelná	96
24. Vyberte si ženu, která vás bude doplňovat	100
25. Uvědomte si, čím je pro vás vaše žena důležitá	106
26. Často zatoužíte po více než jedné ženě	110
27. Mladé ženy vyzařují specifickou energii	112
28. Každá žena má „temperament“, který vás může léčit nebo rozčilovat	114

ČTVRTÁ ČÁST: CO ŽENY OPRAVDU CHTĚJÍ

29. Vyberte si ženu, která o vás stojí	120
30. To, co žena chce, není to, co říká	122
31. Její stížnosti nejsou věcné	126
32. Vaše žena nechce být na prvním místě	130
33. Váš čistý „trestní rejstřík“ pro ženu nic neznamená	133
34. Žena se uvolní, když nemusí mít vše pod kontrolou	135

PÁTÁ ČÁST: VAŠE TEMNÁ STRÁNKA

35. Neustále hledáte svobodu	140
36. Přijměte své nejtemnější tužby	144
37. Žena chce vaši neohroženost	148
38. Potřebuje, aby vaše vědomí odpovídalo její energii	151

ŠESTÁ ČÁST: ŽENSKÁ PŘITAŽLIVOST

39. Ženské energie je vždy dostatek	156
40. Starší ženy mají své charisma	158
41. Proměňte svou smyslnou touhu v dar	161
42. Svou touhu nikdy nepotlačujte	164
43. Využijte její přitažlivosti k proniknutí pod povrch	169

SEDMÁ ČÁST: TĚLESNÁ CVIČENÍ

44. Pro ejakulaci je třeba se buď vědomě rozhodnout, nebo ji proměnit	174
45. Dýchejte přední částí těla dolů	180
46. Ejakulujte vzhůru podél páteře	184

OSMÁ ČÁST: INTIMNÍ JÓGA PRO MUŽE A ŽENY

47. Nezapomínejte na primární asymetrii	192
48. Muž je zodpovědný za prohlubování vztahu	197
49. Trvejte na cvičení a osobním růstu	201
50. Ujasňujte si smysl vašeho života, o samotě a s dalšími muži	204
51. Cvičte se v rozpouštění	210
Doporučená literatura	211
Kontakty na mužské kruhy	212

PŘEDMLUVY K ČESKÉMU VYDÁNÍ

Je mi neobyčejnou ctí, smět napsat předmluvu k první knize Davida Deidy v českém překladu. Na její vydání jsme si my všichni, kteří jsme ho mohli číst v originále, museli počkat více než pět let. Vzpomínám s vděčností, jak mi před lety půjčil můj přítel a lektor nejen mužských kurzů Richard Vojík výtisk „*Cesty*“ a já jsem při četbě zažíval onen stav duchovní blaženosti, když se setkáváme s formulací v nás již existujících mlhavých domněnek. Deida formuluje přesně, odvážně, mnohdy provokativně. A já se často ptal, proč jeho kniha, putující od jednoho překladatele k druhému, stále „chybí“. Možná, že její duch čekal, až situace zde v naší malé a nepříliš světové kotlince dozraje. Víím, že se množí skupinky mužů, kteří se – tak, jako to navrhuje Deida – scházejí ve své síle a ve své upřímnosti, v pravdivosti svých srdcí. Kterí společně meditují, mluví o tom, o čem jinak muži mezi sebou nemluví, kteří se vzájemně podporují. Víím, že existují ženy, které jsou za tento vývoj vděčné a které ho komentují slovy: „No konečně!“ V knížce, kterou držíte v ruce, je návod na víc. Na naše další kroky na cestě pravého muže.

Tato kniha vychází v době, kdy, jak média poněkud dramaticky píší, je „svět zmítán krizemi“. Každá krize je ovšem nejen provázena panikou, strachem z budoucnosti, hektickou snahou „něco udělat“ nebo depresemi z neúspěchu a „házáním flinty do

žita“, ale představuje také příležitost k transformaci, ke změně či proměně. Musí se pouze přestát – ale jak?

V jedné ze svých nádherných a překvapivě přiléhavých definic přirovnává David Deida to, co se (neustále) mění, k ženskému principu, zatímco to, co zůstává, je pro něj esence principu mužského. Struktura, prázdný prostor, vědomí či spiritualita je tedy mužského ražení, emoce, počasí a „matka“ Země – tedy i materie – spadá spíše pod ženský patronát. Dochází-li k tak rychlým, zásadním a převratným změnám, jako je prožíváme v dnešním „krizovém“ světě, potřebuje mužský princip (a to nejen v mužích, ale i v ženách) posilu. My muži totiž milujeme jasné definice, měřitelné jistoty či spolehlivá řešení a období nejistoty a bezmoci nás děsí. Abychom se uklidnili, vymysleli jsme dokonce způsob ovládání změn a nazvali ho honosně „Change management“. Jenomže – každá skutečná transformace v sobě obsahuje část, ve které se to, co se děje, vymyká naší kontrole. Kdy je třeba nechat věci plynout, vzdát se křečovitě snahy o řízení, otevřít se tomu, co je větší a co vede nás, nikoliv co je námi vedeno. V této fázi je mužský princip často zmatený a neví „kudy kam“. Zde nám mužům nezbývá, než zaměřit se na jinou „mužskou“ kvalitu – a setrvat prostě a jednoduše ve své „prezenci“. Vydržet změnu.

Slovo „prezence“ jsem do svých seminářů převzal právě z anglického vydání této knihy. Pokud bych si musel vybrat jeden „diamant“, který jsem skrze „Cestu pravého muže“ dostal, a který mně jako muži a lektorovi mužských seminářů velice pomohl, byl by to právě tento pojem. Možná ještě spojený s tím, co mužský princip nutně potřebuje: nejhlubší poslání, smysl naší existence. Vytvořil jsem si takovou vlastní, privátní definici oné „Deidovské“ prezence, kterou jsem nazval „čtyři P“: Pravdivost, přítomnost, propustnost (nebo průchodnost) a poslání. Pravdivost jako soulad toho, co říkám a dělám, s mým srdcem. Přítomnost coby žití tady a teď, v okamžiku a zároveň při-

takání tomu, že a jak se vše mění. Propustnost je pro mě schopnost, nechat to, co se skrze nás dere na svět, proudit. To, co jakoby „shůry“ prochází mužem (nebo ženou, pokud tato zrovna prožívá svůj mužský princip) a co muž (případně žena) nepotlačuje a necenzuruje. No a o poslání již byla řeč.

Definice mužství a samozřejmě také ženství, které Deida vložil do této knížky, může být nám všem v období změn a nejistot nesmírně cennou oporou. A ačkoliv podtitul této knihy mluví o výzvách skrze práci, ženy a sex, domnívám se, že to nejdůležitější, v čem nám Deida pomáhá, je zvládnutí možná té největší výzvy současnosti – únavy a zfalesnění mužského principu. Můj dědeček mi vyprávěl, že tenkrát, když byl malý, se tam, kde se narodil – na vesnici v severních Čechách – uzavíraly smlouvy stiskem ruky, „plácnutím“, jak se říkalo. Že tenkrát slovo muže něco platilo a že si muž dvakrát rozmyslel, lhát. Zdali to tak skutečně bylo, nevím. Jsem si však zcela jistý tím, že dnes je mužský princip, onen „pravý muž“ v nás, oslaben. Že chřadne vyčerpáním poté, co se nechal ovládnout touhou po úspěchu, rychlosti, expanzi a profitu, že se začíná opotřeboávat, protože se podřídil logice hlavy a zapomněl na své srdce. Že nerozumí ženskému principu, protože se zpronevěřil sám sobě.

To vše se nám nyní díky Deidovi a jiným učitelům stává lépe pochopitelné. A tím, jak pevně věřím, začínáme pomalu, ale jistě chápat, co to znamená, být mužem. Což je první krok k závěrečné fázi transformace, ať už ji popíšeme jako vylíhnutí motýla z housenky nebo zrození „pravého muže“.

—Jan Bílý

Tuto velice výjimečnou knihu vnímám jako výsledek Deidova učení, která se snažím už několik let skrze mužské semináře šířit v české republice. Výjimečnou, protože může totálně změnit váš život, stejně jako změnila můj a mé partnerky, která ji před několika lety objevila na semináři indiánské tantry, kde s Deidovými principy hodně pracovali. Začali jsme knihu číst společně, a během několika měsíců jsme oba začali trochu chápat, jak může přítomnost muže ovlivňovat zdraví ženy a její emoce. Objevovali jsme netušené hloubky vztahu a skrze zrcadla mužského a ženského vnímání sestupovali do míst, do kterých bychom bez Deidovy mapy nenalezli cestu.

Tato kniha je mapa. Dá se číst na přeskáčku, ale i jako napínavý román, který vás chytí a nepustí až do poslední stránky. Po prvním přečtení následují další a vztah nabývá na radosti a síle. Vše pak závisí na připravenosti daného jedince otevřít se lásce a životu. Bez nadsázky se o této knize dá říci, že je duchovní učitelka pro muže i ženy. Změní každého, kdo je připraven, dává velice jednoduché odpovědi na základní mužské otázky: kam jdu, kdo jsem a jak svoji ženu uspokojit až k extázi, a jak a kde hledat svoji osobní sílu.

Osobní setkání s Davidem bylo, jako když člověk přijde domů, a zároveň pocít, že absolutně nic nevíte. Jeho pronikavá intuice vám sáhne až do těch nejhlubších míst ve vaší duši a jeho smích vás dokáže totálně rozehrát. Někdy je David jako žiletka a nastaví zrcadlo tomu, co na sobě nechceme vidět. To, co řekne, je tak přesné, až se vám z toho točí hlava a vašim egem cloumá zlost.

Pro mě je Deida jeden z nejdůležitějších učitelů. Útočí na iluze našeho ega, a nechává je padnou a rozpadnout, aby vám pak láskyplně pomohl najít to, co opravdu hledáte: lásku a schopnost rozpustit se v extázi dávání svých darů světu... a ženě.

—Richard Vojík

Tuším, že se psal rok 2004, když se mi dostalo do ruky německé vydání této knihy. Hned jsem z ní začala partnerovi překládat. Ani jsem netušila, jaký poklad jsem tehdy objevila, a kolik radosti, lásky a inspirace kniha vnese do našeho života! Tuto knihu bych doporučila bez zaváhání i do každé ženské knihovny. Poskytuje naprosto zásadní porozumění tomu, jak muži „fungují“. A díky tomu i praktické informace, jak se k nim chovat – ať již to jsou partneři, pracovní kolegové, přátelé, synové... Konečně jsem mohla lépe pochopit, jak se na mě partner dívá a jakým způsobem jsem mu v životě inspirací a podporou, a kdy mu naopak svým chováním sílu ubírám. Tuto knihu doporučuji všem ženám, které chtějí mít po svém boku Muže!

Přečtení knihy spustilo řadu pozitivních změn v našem partnerském životě. Najednou jsem viděla, kde zbytečně přebírám mužskou aktivitu, a chápala jsem, jakým způsobem partnera podpořit v jeho síle a směru, i jak ho inspirovat. Přečtením knihy to pro nás však neskončilo – začala daleko hlubší cesta. Pár měsíců poté pořádal Deida několikadenní seminář v Dánsku. Osobní setkání s Deidou v mnohém předčila naše již tak vysoká očekávání. Díky fyzickým cvičením a individuálním praxím šlo jeho učení hluboko do těla i duše.

Deidova práce je výzvou pro každého muže, který chce žít život plný smyslu, hloubky, síly a svobody. A balzámem pro každou ženu, připravenou otevřít se do světla lásky, plynutí, energie a radosti. Pomáhá nám pochopit polaritu mužského a ženského – v partnerství i uvnitř nás samých. Inspiruje nás k životu plnému otevřenosti, lásky a intenzity. Proč bychom měli žít jinak?

—Denisa Palečková

PŘEDMLUVA AUTORA

Původně jsem tuto knihu napsal jako praktickou příručku pro muže a jejich milenky. Chtěl jsem se se čtenáři podělit o vlastní životní zkušenosti. Především jsem chtěl psát o tom, jak může muž duchovně růst během vášnivého zápolení s výzvami, které před něj staví ženy, práce a sexuální touha.

Dnes, po letech, kdy jsem svou práci sdílel s tisíci mužů a žen, s heterosexuální i homosexuální orientací, bez partnerů i v párech, můžu potvrdit, že poznatky prezentované v následujících kapitolách nesou ovoce. A v dnešním světě prudké sexuální a duchovní evoluce – a tím pádem také velkého zmatení – jsou tyto lekce možná ještě aktuálnější než dříve.

Existuje jedno důležité ponaučení: jako lidské bytosti, které procházejí vývojem, zjistíme, že v naší škole života, kde se učíme vědoměji a obratněji milovat, hraje klíčovou roli ovládání.

Postupoval jsem tak, jak popisuji v této knize, a naučil jsem se milovat ženu a společně při tom stoupat ke světlu, vydělat libovolné množství peněz prací, kterou mám rád, a ovládl jsem umění sexuálního milování. Totéž můžete i vy.

Váš vlastní růst a vývoj vám pak otevře dveře k dalším, vyšším lekcím, podobě jako jste vyrostli ze svých předchozích zájmů, kterým jste se dříve věnovali.

Co jste milovali jako děti, vás už jako dospělé moc nezajímá. I to, co vás baví nyní, vás dříve či později omrzí. Tento vývoj je

přirozený a správný. Nakonec ze všeho vyrosteme – včetně naší touhy zdokonalovat se v oblasti peněz, sexu a vztahů.

Cesta pravého muže ukazuje, jak muž a jeho milenka můžou získat zkušenosti, které jim umožní postoupit k dalšímu kroku – jejich mysl se otevře, neboť cit a tělo jsou pouze světlo. I z toho je prý možné vyrůst, ale v této knize začneme pěkně od začátku.

Žijte plně. Poznejte nejhlubší smysl svého života. Dávejte se a sdílejte dary, kterými jste byli obdařeni. Prožívejte sex jako vesmírnou bránu k zázrakům lásky. Přátelům buďte nápomocní tak, aby mohli růst také oni. A v osudovém koloběhu závrtných úspěchů a hlubokého zoufalství, až se vyrovnáte se výzvami, které před vás staví ženy, práce a sexuální touha, a až z toho všeho vyrostete, buďte ochotni zapomenout, že jste se kdy narodili.

Nakonec – říkám vám to předem, protože i já jsem se to dozvěděl na začátku – cesta pravého muže překonává vše, co lze poznat či prožít.

Začněte tím, co se týká vás, podobně jako já. Moji učitelé a můj život po mně chtěli, abych dospěl k určitému poznání – abych našel svou cestu, cestu muže ve světě nekonečných možností – a tu vám nyní předkládám v kapitolách této knihy. Vy si vytyčíte svou vlastní trasu, až přestanete mít potřebu všechno prožívat a poznávat.

Toto je můj závěr nové předmluvy: Přestaňte čekat. Všechno vnímejte. Milujte bolestně. Dávejte dokonale. Nechte všechno plynout.

Ať vám zbývá cokoli, pokračujte v tom, dokud to tak budete cítit.

Tato cesta se nakonec rozplyne v nekonečnu.

—David Deida

ÚVOD

Cesta pravého muže je průvodce pro nový druh muže. Tento muž je otevřeně maskulinní – cílevědomý, sebejistý a přímý, žije v souladu sám se sebou a má smysl pro humor. Je citlivý, spontánní a duchovně probuzený, odhodlaný objevovat nejhlubší pravdu a žít podle ní.

Tento typ muže velmi vzrušují ženy. Rád se se ženou miluje, rád se jí zmocňuje, ale nikoli po dřívějším způsobu samce dobytce. Chce se jí zmocnit takovou záplavou lásky, až se v ní žena ztratí, až se oba rozplynou v její plnosti. Ve svém jednání a ve své sexualitě je oddaný ztělesňování lásky na Zemi, a to jako svobodný muž, jehož nesvazují vnější konvence ani vnitřní zbabělost.

Tento nový typ muže není ustrašený tyran, co se tváří jako King Kong, který má pod kontrolou celý vesmír. Není to ani beztvarý, usměvavý, romantický New Age snílek. Obsáhl své vnitřní mužství i ženství a nelpí ani na jednom ani na druhém. Nepotřebuje mít pokaždé pravdu, stejně tak jako nepotřebuje být stále v bezpečí, pomáhat a sdílet jako hermafroditický slušňák. Žije zkrátka podle svého nejvnitřnějšího přesvědčení, bez obav dává své dary, v prchavých okamžicích vnímá, jak se před ním rozevírá samotné bytí, a je cele oddán šíření lásky.

Abych osvětlil účel *Cesty pravého muže*, nastíním několik principů sexuality a duchovního růstu, kterým jsem se věnoval ve své knize *Důvěrný vztah (Intimate Communion)*.

Až do nedávna byly moderní role mužů a žen pevně stanovené a oddělené. Od mužů se očekávalo, že budou odcházet za prací a vydělávat peníze. Od žen se čekalo, že zůstanou doma a budou se věnovat dětem. Muži často manipulovali svými ženami pomocí své fyzické a finanční převahy a hrozeb. Ženy často manipulovaly svými muži pomocí citových a sexuálních nátlaků a zásahů. Typickými krajními představiteli této předchozí doby jsou machistický trouba a poddajná hospodyňka. Pokud čtete tuto knihu, překonali jste nejspíš toto první stadium sexuální identity. Nebo se nad ním alespoň můžete usmívat.

Pak přišla další fáze (a ta tu stále ještě je), ve které se muži a ženy snažili vyvážit své vnitřní mužské a ženské energie, až k poměru 50:50, kdy si byli všichni vzájemně velmi podobní. Ve Spojených státech například začali v šedesátých letech muži zdůrazňovat svou vnitřní ženskou složku. Naučili se plynout s proudem. vzdali se svého rigidního, jednostranného maskulinního postoje, nechali si narůst dlouhé vlasy, oblékli se do pestrobarevných šatů, vrhli se do náruče přírody, poslouchali hudbu, žili bezstarostně a svět kolem sebe vnímali všemi smysly. To všechno byly zároveň prostředky, jak zesílit energii a vyzařování a umocnit životní sílu – tím vším ovšem posilovali své vnitřní žensství.

Ženy mezitím dělaly pravý opak. Posilovaly své vnitřní mužství, které má v rovině lidské povahy podobu rozhodnosti, jasnosti záměru a vize. Ženy získaly finanční a politickou nezávislost. Věnovaly se kariéře, více se zaměřily na dlouhodobé osobní cíle, ve větším počtu získávaly akademické tituly a naučily se větší asertivitě při prosazování svých potřeb a přání.

Vzhledem k tomu, že čtete tuto knihu, je dost pravděpodobné, že jste vyváženější než vaši rodiče. Pokud jste žena, jste zřejmě nezávislejší a asertivnější, než bývala vaše matka. Jste-li muž, umíte nejspíš více dávat najevo své city a jste méně předpojatý, než býval váš otec. Přinejmenším vám takové vlastnosti budou připadat přijatelné, i když se tak třeba sami nebudete chovat.

Nezapomeňte, že to není tak dávno, kdy byli muž, který si nechal upravit vlasy v kadeřnictví, či žena, která se oblékla do kostýmu, často pokládáni za podezřelé.

Bylo dobře, že s postupem doby muži přijali své vnitřní žensství a ženy zase své vnitřní mužství. Díky tomu se stali méně rozpolcení a získali na celistvosti. Stali se na sobě méně závislí: muži mohli klidně přebalovat miminka a ženy se dokázaly s přehledem postarat o pastičku s chycenou myší. Machističtí muži se trochu uvolnili a připustili, že mají city. Submisivní ženy v domácnosti získaly větší nezávislost a napřímily se. Sociální role mužů a žen si začaly být podobnější. To bylo pro všechny zlepšení.

Ovšem tato fáze 50:50 je pouze druhou a prostřední fází vývoje mužů a žen, nikoli konečnou. Směřování k sexuální podobnosti můžeme nepřímou pokládat za hlavní příčinu naší nespokojenosti v intimním životě. Výsledkem vyrovnávacího procesu byla nejen ekonomická a sociální rovnost, ale také sexuální neutralita. Bankovní účty se vyrovnávají, vášeň se vytrácí. Mužům splaskl hřebínek, nicméně v televizi a ve filmech je stále zobrazováno čím dál více sexu a násilí. Ženy drží pevněji v rukách svůj vlastní ekonomický osud, ovšem ve stále větším počtu navštěvují terapeutu a lékaře, aby jim pomohli vyrovnat se se stresem. Proč je to tak?

Na seminářích a při konzultacích slyším nezávislé a úspěšné ženy, jak si stěžují, že dnešní muži jsou „bačkory“ a že se jim nedá věřit, protože jsou příliš slabí a nevyzpytatelní. Citliví a jemní muži si zase stěžují, že se z žen staly „mužatky“, které se ani nedají pořádně sevřít v náručí, protože si nikoho nepustí k tělu. Je tento stav konečným projevem lidské sexuální moudrosti a evoluce, nebo před sebou máme další krok?

Abychom mohli odpovědět na dané otázky, musíme nejprve porozumět podstatě sexuální vášně a duchovní otevřenosti. Sexuální přitažlivost je založena na sexuální polaritě, což je síla vášně, která se klene mezi mužským a ženským pólem. Všechny

přírodní síly proudí mezi dvěma póly. Severní a jižní pól mezi sebou na Zemi vytvářejí magnetickou sílu. Kladný a záporný pól v zásuvce nebo v baterii auta vytvářejí elektrický proud. Na stejném principu vzniká mezi mužským a ženským pólem u lidí proud sexuálního citění. A to je sexuální polarita.

Tato síla vzájemné přitažlivosti, jež proudí mezi dvěma odlišnými póly, mužským a ženským, představuje dynamiku, která se z moderních vztahů často vytrácí. Pokud chcete skutečnou vášeň, potřebujete uchvatitele a uchváceného; jinak budete mít pouze jakási dvě těla, která se rozhodnou, že o sebe v posteli budou třít své genitálie.

Každý z nás, ať muž nebo žena, má jak mužské, tak ženské vnitřní kvality. Muži mohou nosit náušnice, něžně se objímat a skotačit po lesích. Ženy mohou vyměňovat olej v motoru, získávat politickou a finanční moc a zápasit v ringu. Muži se dokážou postarat o děti. Ženy dokážou bojovat za svou vlast. To všechno jsme dokázali. Všichni v sobě můžeme v danou chvíli oživit buď mužskou, nebo ženskou energii. (I když stále dáváme výrazně přednost buď jedné, nebo druhé – k tomu se dostaneme za okamžik.)

Rub této nově vzniklé situace 50:50, neboli „druhé fáze“ vztahů, je následující: Když se muži a ženy drží společensky odsouhlasené vzájemné stejnosti i v důvěrných chvílích, vytrácí se sexuální přitažlivost. Nemyslím tím jen touhu po pohlavním styku, postupně začne přicházet o šťávu celý vztah. Možná ve vztahu zůstane láska i přátelství. Pokud však v *intimních chvílích* nebude jeden z partnerů ochoten vzít na sebe roli mužského pólu a druhý roli ženského pólu, bude slábnout sexuální polarita. Jestliže chcete hrát na poli sexuální vášně, musíte probudit k životu rozdíl mezi mužstvím a ženstvím.

To se týká jak homosexuálních tak heterosexuálních vztahů. Ve společenství homosexuálů a lesbiček všichni vědí, že sexuální polarita je na pohlaví prakticky nezávislá. Má-li se však ve

vztahu odvíjet vášnivá sexuální hra, potřebujete k ní vždy dva póly, ať už je budete nazývat jakkoli: mužský a ženský, horní a dolní či jin a jang.

Záleží na vás: Můžete prožívat hluboké přátelství mezi dvěma podobnými bytostmi, ale k tomu, abyste mohli procítit silnou sexuální polaritu, potřebujete jednoho partnera výrazně mužnějšího a druhého ženštějšího.

Vůbec při tom nevadí, když jsou oba partneři muži nebo ženy. V heterosexuálním vztahu pak muž může hrát ženský pól a žena mužský protějšek. Můžete se v rolích mužského a ženského pólu klidně každý den střídat. K sexuální polaritě potřebujete energetickou polaritu, vzájemnou přitažlivost mezi mužstvím a ženstvím. *K samotné lásce tento rozdíl nutný není, nezbytný je však k tomu, aby se z ní nevytratilo sexuální vzrušení.*

Pro některé lidi nemá sexuální polarita prakticky žádný význam. Říkám o nich, že mají vyváženou sexuální esenci. Takoví lidé příliš nestojí o vášeň ve vztahu. Nechtějí prožívat žádné milostné zápolení, nemyslí na sex a nepřejí si slyšet žádné sexuální narážky. Touží po kultivovaném přátelství plném lásky a lidského sdílení bez vášnivých výkyvů. Pro tento typ lidí je tato kniha irelevantní a možná dokonce urážlivá.

Tuto knihu jsem napsal hlavně pro lidi, jejichž sexuální podstata je výrazněji mužská, a pro jejich milenky, jejichž sexuální podstata bude určitě výrazněji ženská – neboť takoví lidé k sobě cítí vzájemnou sexuální přitažlivost a přitahují je vztahy založené na rozdílnosti.

Vaše sexuální esence představuje váš sexuální střed. Pokud je vaše sexuální esence spíš mužská, budete ve svém nitru toužit po naplnění vlastního poslání, i když třeba rádi zůstanete doma a budete si hrát s dětmi. Možná jste své poslání ještě neobjevili, ale dokud neodhalíte hluboký smysl svého života a nebudete ho naplno žít, budete vás tížit pocit vnitřní prázdnoty, i když budete obklopeni milující rodinou.

Jestliže je vaše sexuální esence spíše ženská, můžete prožívat závratnou profesní kariéru, ale ve svém nitru si nebudete připadat naplnění, dokud váš rodinný nebo partnerský život nebude plný lásky.

Prioritou pro mužský princip je „poslání“ nebo hledání svobody, zatímco prioritou ženského principu je hledání lásky. Proto lidé s mužskou esencí dávají při sledování televize přednost fotbalovému zápasu nebo boxu před romantickými filmy. Sport je o získávání svobody, například když prolomíte protivníkovu obranu nebo když se vymaníte z jeho úderů, a o naplnění jasného poslání, když dáte gól nebo když ustojíte všech deset kol. Pro mužský princip je poslání a soutěžení až na hranice života a smrti určitou formou extáze. Všimněte si, jak jsou u mužské části populace oblíbené válečné příběhy, kaskadérské kousky a sportovní utkání.

Jádra ženského principu se však dotýká hledání lásky. Touha po lásce je společným jmenovatelem v ženských družích zábavy, ať jsou to seriály, romantické příběhy nebo rozhovory s přáteli na téma vztahů.

Ženský princip touží po naplnění láskou, a jestliže požení pravé lásky nepřijde, nahradí ho alespoň čokoláda se zmrzlinou – nebo napínavý romantický film. Mužský princip potřebuje cítit blaženost ze života na hraně, a pokud k tomu nenajde dost odvahy sám, bude se na něj alespoň dívat v televizi při sportovních přenosech a policejních zákrocích.

I šťastní a naplnění muži a ženy se samozřejmě občas rádi podívají na sportovní utkání a s chutí si dají zmrzlinu. Jen se tím snažím názorně ukázat, že i když mají všichni lidé jak mužské tak ženské kvality, které mohou kdykoli projevit – například k výpadu na šéfa, nebo nakrmení dítě – většina mužů a žen má také výrazněji mužskou nebo naopak výrazněji ženskou esenci. A ta se projevuje v tom, čemu se opakovaně věnují ve svém volném čase, stejně tak jako v tom, čemu dávají přednost v sexuální hře.

Přemýšlejte o tom. Vyhovovalo by vám víc, kdyby váš sexuální partner byl fyzicky silnější než vy, nebo byste chtěli raději cítit jeho zranitelnost? Co by vás víc vzrušovalo – přitisknout partnera pod sebe na postel, nebo se nechat tisknout? Nechat se strhnout citlivým a silným milencem, nebo cítit, jak se vám váš partner odevzdává a rozplývá v náručí? Možná že někdy chcete to a jindy zase ono, ale co z toho vás vzruší častěji a víc?

Nebo vás obě varianty vzrušují úplně nastejno? Přitahuje vás stejnou měrou sexuální partner fyzicky slabší, než jste vy, jako partner silnější nebo stejně silný jako vy?

Podle mých zkušeností má přibližně 90% lidí jednoznačnou preferenci. Buď dávají přednost partnerovi, který umí zabít švába, když si to k nim namíří, nebo se o vetřelce rázně, snad i s loveckým zápalem, postarají sami. Většina lidí sleduje v televizi mnohem raději romantický film než krvavé utkání v boxu, nebo naopak. Možná se občas rádi podívají na obojí, ale jejich nitra a citů se bude víc dotýkat buď jedno, nebo druhé. Pokud jste někdy viděli skupinku mužů při sledování fotbalového utkání, pak víte, co to dělá s jejich mužským jádrem a s emocemi, když vidí akci zaměřenou na dosažení určitého cíle, při které hráči využívají své nadání – nebo když vidí chyby vedoucí k porážce.

Zhruba 90% lidí tedy má buď více mužskou, nebo více ženskou sexuální podstatu. Stojí o milostný vztah naplněný přátelstvím, ale kromě toho touží po tom, aby je jejich partner milostně, vášnivě a divoce uchvátil, nebo aby oni tak uchvátili jeho, alespoň někdy. To platí jak u lidí zaměřených heterosexuálně tak homosexuálně.

Přibližně 10% lidí, mužů i žen, s heterosexuálním i homosexuálním zaměřením, je v jádru vyvážených. Zápas v boxu a milostné příběhy je rozrušují stejnou měrou, nebo je obojí nechává stejně chladnými. Nezáleží jim na tom, jestli je jejich partner fyzicky silnější nebo naopak zranitelnější než oni. Sexuální polarita v jejich vztazích nehraje žádnou významnou roli.

Bez ohledu na vaše pohlaví nebo sexuální orientaci, pokud chcete prožít hluboké duchovní a sexuální naplnění, je nutné, abyste poznali svou vlastní přirozenou sexuální podstatu – mužskou, ženskou nebo vyváženou – a žili s ní v souladu. Nemůžete dlouhodobě popírat svou skutečnou sexuální podstatu, celé roky ji zakrývat vrstvami falešné energie, a pak čekat, že poznáte hluboký smysl vlastního života a osvobodíte se v proudu lásky. Tato kniha vám může ukázat, jak se zbavit přetvářky a žít pravdivě podle vlastního nitra. Je to průvodce především pro ty, kdo mají mužskou sexuální podstatu, a pro jejich protějšky se ženským jádrem, které se s nimi musí vyrovnat.

Mnoho lidí bezděčně potlačuje svou vnitřní sexuální podstatu v dobře míněné snaze poskytovat rovnocennou příležitost a stejná práva mužům i ženám. Přitom nic potlačovat nemusí. Je samozřejmě možné dosáhnout rovnoprávnosti, a přitom žít pravdivě, v souladu se svým vnitřním jádrem. Většina lidí tak však nežije, a tím pádem trpí.

Lidé obecně zapomínají, že stejnost, která dobře funguje v kanceláři, nefunguje v intimní sféře, aspoň u 90% párů, tj. mezi partnery s mužskou nebo ženskou podstatou, na rozdíl od těch vyrovnaných. Aby to v takovém polarizovaném vztahu mohlo v jistých chvílích sexuálně jiskřit, je třeba rozdíly mezi mužským pólem a ženským naopak zvětšovat a nikoli zeslabovat. Pokud se polarita pod tlakem pracovních a rodinných povinností začne vytrácet, mizí i vzájemná sexuální přitažlivost, spolu s duchovní hloubkou a fyzickým zdravím.

Jestliže potlačujete svou mužskou nebo ženskou podstatu a snažíte se ji napasovat do falešné šablony vyrovnané osobnosti, bude to na vás mít dopad ve všech ohledech. Lidé se skutečnou ženskou podstatou se často potýkají s celou škálou fyziologických poruch, které jsou způsobeny „vysycháním“ jejich ženské energie a přemírou mužské energie v těle od toho, jak se po léta snaží držet krok s mužským stylem práce. Lidé s muž-

skou podstatou, kteří se zase snaží přizpůsobit ženskému způsobu spolupráce a proudění energie, postupně ztrácejí ze zřetele smysl a účel svého života a brání se před vlastní vnitřní pravdou, neboť se obávají, co všechno by se mohlo stát, kdyby se chovali autenticky podle vlastního mužského jádra. A proto slyšíme tak časté nářky nad tolika panovačnými mužskými a zženštilými bačkorami.

Navíc, když popíráte své skutečné jádro, popíráte tím i možnost opravdové lásky. Láska je otevřenost skrz naskrz. A pravá duchovnost je praktikování lásky čili praktikování otevřenosti. Člověk, který popírá svou vlastní podstatu a skrývá svá skutečná přání, je rozpolcený a není schopen se odevzdat a plně otevřít lásce. Jeho duch je stísněný a v křeči. Nedokáže vnímat přirozenou a ničím nezatíženou sílu svého vnitřního jádra, cítí se ohrožený a bojí se. A právě kvůli svému strachu není schopen plně se otevřít lásce. To je ovšem pro člověka na duchovní cestě veliká překážka a brzda, i když se mu třeba podaří najít bezpečný vztah a dosáhnout úspěchu v práci.

Naše kultura tedy dosáhla jistého pokroku v oblasti osobní svobody, rovnoprávnosti a sociálních práv, ale v duchovní sféře zaostáváme a jsme plni strachu. Kvůli individuální svébytnosti a sociální spravedlnosti, tedy v dobrém úmyslu, jsme začali popírat, urovnávat a neutralizovat rozdíly mezi mužským a ženským principem. Lidé při tom často popírají i své nejvnitřnější touhy, které pramení z jejich pravé sexuální podstaty. Mnoho lidí si dnes *myslí*, že mají vyváženou sexuální podstatu, ale ve většině případů ve skutečnosti jen potlačují přirozené touhy, které vycházejí z jejich pravého mužského nebo ženského jádra.

Pokud skutečně chcete žít svůj vlastní život, je důležité, abyste si připustili, jaká je pravda. *Cesta pravého muže* se soustředí právě na témata, kterým se obvykle vyhýbáme. Například: jestliže máte opravdu vyváženou sexuální podstatu, pak vás nikdo moc sexuálně nevzruší. Pokud jste však například heterosexu-

ální muž s pravou mužskou sexuální podstatou, pak vás budou více či méně neustále přitahovat ženy s výrazným ženským jádrem, se kterými se budete setkávat v práci nebo které potkáte na ulici. Budete cítit stejnou přitažlivost ke vdaným ženám i ke svobodným dívkám. Přitáhne vás ženskost, která z takové ženy vyzařuje. Jak tento potenciální sexuální problém změníte v duchovní dar?

Jestliže máte mužskou sexuální podstatu a budete k sobě zcela upřímní, pak nejspíš potvrdíte, že pro vás váš intimní vztah není tak důležitý jako vaše „poslání“ ve světě. Přesto však toužíte po naplňujícím intimním vztahu, a možná zoufale. Jak se vyrovnáte s tímto často nesprávně chápaným dilematem?

Abych odpověděl na tyto a podobné otázky tak jasně, jak jen to je možné, rozhodl jsem se napsat tuto knihu, jako bych hovořil s heterosexuálním mužem s mužskou sexuální podstatou, což je nejobvyklejší představitel mužského jádra. Jak už jsem uvedl, existuje mnoho dalších variant uspořádání pohlaví, sexuální podstaty a sexuálních preferencí. Můžete být například heterosexuální žena s mužskou podstatou, která se provdala za muže s ženskou podstatou, nebo homosexuální muž s mužskou podstatou, který žije ve svazku s mužem s ženskou podstatou – principy této knihy budou platit i ve vašich případech. Věřím, že čtenář, jehož životní situace se takto odlišuje od toho nejtýpičtějšího vzorce probíraného v této publikaci, si daný text přeformuluje podle svých potřeb.

Tato kniha by se mohla jmenovat „Cesta osvětlené osoby s mužskou podstatou“, jenže kdybych se pokusil už do titulu zahrnout všechny možné permutace mezi „on“ a „ona“ a „mužská sexuální podstata“ a „vyvážená sexuální podstata“ a „ženská sexuální podstata“, abych tak doslovně zahrnul všechny možné heterosexuální, bisexuální a homosexuální vztahy, celé by to vyznělo velmi neohrabaně. A tak jsem nakonec zvolil jednoduchou formulaci. Případné permutace si můžete doplnit

sami. Pokud vy nebo váš partner máte mužskou sexuální podstatu – bez ohledu na pohlaví nebo sexuální preferenci – můžete si pomocí této knihy v životě leccos ujasnit a naučit se dávat své nejhlubší dary, a to v oblasti osobnostní, pracovní, sexuální i duchovní.

Cesta pravého muže je kniha psaná výslovně pro čtenáře, kteří se již naučili respektovat druhé pohlaví a odlišné sexuální preference a kteří pokládají muže a ženy za sociálně, ekonomicky a politicky rovnoprávné. Nyní jsme připraveni posunout se o krok dál – na základech vzájemné úcty a rovnosti oslavujeme sexuální a duchovní prožitky spočívající v mužsko-ženské polaritě.

Přišel čas, abychom pokročili ve vývoji a odpoutali se od ideálu tupého svalovce, s ocelovou páteří, ale bez srdce. Zároveň je čas, abychom se odpoutali také od ideálu citlivého a laskavého ňoumy s obřím srdcem a chybějící páteří. Spojení srdce a páteře pak musí přesáhnout do nejplnějšího možného vyjádření lásky a vědomí. K tomu je zapotřebí hluboce se uvolnit do nekonečné otevřenosti přítomného okamžiku, což si žádá notnou dávku odvahy. Taková je totiž *Cesta pravého muže*.

PRVNÍ ČÁST

CESTA MUŽE

Smiřte se s tím, že v životě nic nedokončíte

Většina mužů se chybně domnívá, že jednoho dne budou mít všechno hotové. Myslí si: „Když teď budu hodně pracovat, budu si potom moct odpočinout.“ Nebo: „Jednou to moje žena pochopí a přestane si stěžovat.“ Nebo: „Dělám to jenom proto, abych se později mohl věnovat tomu, o co v životě opravdu stojím.“ Typicky mužská chyba je domnívat se, že se jednou všechno od základu změní. Nezmění. Nikdy to neskončí. Dokud jste naživu, je vaším tvůrčím úkolem zápasit s přítomným okamžikem, hrát si s ním a milovat jej. A při tom rozdávat to, čím jste byli obdařeni.

Nikdy to neskončí. Přestaňte tedy čekat, až bude líp. Od této chvíle se aspoň hodinu denně věnujte tomu, co odkládáte na den, kdy získáte větší finanční zajištění, kdy odrostou a odejdou z domova děti, nebo kdy splníte všechny závazky a budete mít volné ruce, abyste se mohli pustit do toho, po čem opravdu toužíte. Už nečekejte. Nevěřte báchorkám o tom, že „jednou, až bude všechno jinak“. Dělejte to, co vás baví, na co čekáte, pro co jste se narodili, dělejte to teď.

Věnujte se aspoň hodinu denně tomu, co vám přináší nejvíc radosti – co hluboko ve svém srdci cítíte, že potřebujete dělat – i když vám v tom vaše každodenní povinnosti zdánlivě brání. Buďte ale připraveni na cokoli: možná zjistíte, že se vysněné činnosti věnovat nemůžete nebo nechcete a že vaše představa budoucího života je skutečně jen představou.

Odkládání je většinou jen výmluvou z nedostatku tvůrčí kázně. Omezené finanční prostředky ani rodinné povinnosti nikdy nezastavily muže, který *skutečně* chtěl něco udělat, ale fungují jako dobrá výmluva pro muže, který se tvořivé výzvě vůbec nedokáže postavit. Zjistěte tedy ještě dnes, zda jste ochotni sdílet své dary ve vši plnosti. Začněte tím, že dnes prožijete aspoň hodinu naplno, tak abyste večer mohli jít spát s vědomím, že jste vynaložili maximum odvahy, tvořivosti a schopnosti dávat.

Kromě již zmiňované falešné představy, že se jednoho dne celý váš život od základu změní, můžete také věřit a doufat, že se obdobně změní vaše žena. Nečekejte na to. Představte si, že taková, jaká je teď, zůstane napořád. Pokud je chování a povaha vaší ženy skutečně nesnesitelné, měli byste ji opustit a neohlížet se zpět (protože ji nemůžete změnit). Ale jestliže ve vás její chování a nálady vyvolávají jen odpor a zmatek, uvědomte si, že to s jinou ženou nebude jiné. Z mužské perspektivy je totiž ženský princip vždycky chaotický a komplikovaný.

Příště, až zjistíte, že se svoji ženu zase snažíte převychovat, aby už nedělala to či ono, uklidněte se a dejte jí najevo svou lásku: pohladte ji a řekněte jí, že ji máte rádi, i když se chová právě tak a tak. Obejměte ji, nebo se pošťuchujte, klidně i křičte a nadávejte, ale hlavně se nesnažte měnit to, jak se vaše žena chová. Místo toho, abyste se pokoušeli zbavit vaší ženu vlastnosti, která vás rozčiluje, cvičte se v lásce. Střetům s ženským principem stejně neuniknete. Naučte se neztratit dobrou náladu v nekonečném citovém dramatu, ve kterém si ženy tolik libují. Chování vaší ženy se možná změní působením vaší lásky, ale

rozhodně se nezmění vaší snahou předělat ji k obrazu svému ani vaší frustrací z toho, že se vám to nedaří.

Svět a vaše žena vás budou neustále stavět před nečekané výzvy a úkoly. Buď žijete naplno a sdílíte své dary bez ohledu na vaše ostatní úkoly, tady a teď, nebo čekáte na nějakou vysněnou budoucnost, která nikdy nepřijde. Muži, kteří prožili nevšední životy, jsou muži, kteří nikdy nečekali na peníze, na záruky, na lepší podmínky, ani na ženy. Uvědomte si, co ze sebe chcete své ženě a světu dát, a pracujte na tom, abyste se o své dary mohli podělit už dnes. Každá chvíle strávená čekáním je promarněná a každá promarněná chvíle ubírá vašemu cíli na zřetelnosti.

Žijte s otevřeným srdcem, i když to bolí

*Když se v bolesti uzavřete do sebe, popíráte
tím svou pravou povahu muže. Pravý muž
cítí a jedná svobodně i uprostřed velké bolesti,
i když je zraňován. Je lépe žít s bolavým srdcem
než se srdcem uzavřeným. Muž by se měl naučit
zůstat se svou bolestí a zachovat si přitom svou
přirozenost a láskyplnost.*

Představte si, že máte velký průšvih v práci, že vás vaše žena přistihne při lhaní, nebo že zaslechnete, jak s kamarádkou rozebírá vaše nedostatky v posteli. Jak v takové chvíli reagujete? Jak reaguje vaše tělo, dech, oči? Uvědomte si, jestli na osobu či situaci, která vás zraňuje, reagujete tím, že se stáhnete do sebe, schováte a uzavřete. Zamyslete se, jestli někdy prožíváte chvíle, kdy je pro vás těžké podívat se někomu zpřímá do očí, nebo chvíle, kdy máte hrud' a solární plexus napjaté a stažené. To všechno jsou známky nešikovné reakce na bolest. Když se stáhnete do sebe a uzavřete se, nejste schopni jednat. V sebeobranném napětí vězníte sami sebe a přestáváte být svobodným mužem.

Pravý muž se cvičí v tom, aby zůstal otevřený i ve chvílích, kdy dochází k automatickému uzavření. Otevřete přední část těla a zbavte se napětí ve svém hrudníku a solárním plexu. Posadte

se nebo postavte zpříma, uvolněte hrudník a břicho, otevřete se do šířky a do svobody. Nadechujte se přes hrudník a solární plexus do břicha. Dívejte se zpříma do očí tomu, s kým právě jste, a plně vnímejte svou bolest a zároveň svůj protějšek. Vaše nejhlubší moudrost a inteligence se v dané situaci může přirozeně projevit jedině tehdy, když máte uvolněnou a otevřenou přední část těla, plný a hluboký dech a pevný oční kontakt s druhou osobou. Abyste mohli jednat v daném vztahu jako pravý muž či jako samuraj, musíte situaci vnímat celým svým tělem. Uzavřené tělo nedokáže vnímat jemné náznaky a signály, a tudíž ani v dané situaci správně reagovat.

Žijte tak, jako by váš otec již zemřel

*Muž musí milovat svého otce, ale přitom je
nutné, aby se osvobodil od jeho očekávání
a kritiky, má-li se stát svobodným mužem.*

Představte si, že váš otec zemřel, nebo si vzpomeňte, jaké to bylo, když se to stalo. Cítíte v souvislosti s jeho smrtí určitou úlevu? Teď, když váš otec již nežije, jste v skrytu duše šťastní, že už nemusíte žít podle jeho očekávání nebo trpět jeho kritikou?

V čem by se odvíjel váš život jinak, kdybyste se nesnažili svému otci zalíbit? Kdybyste se nikdy nepokoušeli dokázat otci, že si zasloužíte jeho lásku? Kdybyste nikdy necítili tíhu jeho kritického pohledu?

Následující tři dny se věnujte denně alespoň jedné činnosti, které jste se vyhýbali nebo kterou jste omezovali kvůli otci. Tímto cvičením se odpoutáte od jeho tichých očekávání, která se možná mezitím usídlila ve vašem vlastním postoji k sobě samému. Cvičte se v tomto odpoutávání aspoň jednou denně po dobu tří dnů, i když vás otcova očekávání ještě stále omezují, svazují, nahánějí vám strach a sráží sebevědomí.

Bud'te si vědomi mezi svých schopností a nepředstírejte, že je nemáte

*Pro muže je čestné přiznat si, že má strach
či odpor nebo že dosáhl krajní meze svých
schopností. Pravda je zkrátka taková, že každý
muž má svá omezení, svou kapacitu růstu
a svůj osud. Je nepoctivé nalhávat sobě či
ostatním, že vy jste na tom jinak. Neměli byste
předstírat, že jste osvícenější, než ve skutečnosti
jste, zároveň byste se ale také neměli vzdávat
před dosažením své skutečné meze. Čím více si
muž osahává své reálné meze, tím cennějším
a vítanějším společníkem se stává pro ostatní,
tím je důvěryhodnější, opravdovější a bdělejší.
To, kde se daná mez nachází, není tak důležité;
důležitější je, jestli muž dokáže upřímně žít
na krajní mezi, nebo jestli je na to líný či
neupřímný.*

Zvolte si určitou oblast svého života: třeba partnerský vztah, kariéru, vztah s vlastními dětmi nebo duchovní praxi. Určitě si například nějak vyděláváte na živobytí.

Kde vás brzdí vaše obavy a nedovolují vám, abyste svou práci více prospívali lidstvu, vydělávali více peněz nebo je vydělávali tvořivějším a radostnějším způsobem? Kdybyste se ničeho nebáli, živili byste se přesně tím samým, jako teď? Váš limit je právě tam, kde se zarazíte, kde neprojevíte plně své nadání a místo toho se podvolíte strachu.

Možná si ani neuvědomujete, jak vaše obavy omezují váš styl obživy i výši příjmu. Jestliže si myslíte, že se nebojíte, pak žijete v sebeklamu a lžete sami sobě. Všichni lidé mají strach, pokud nejsou naprosto svobodní. Pokud si tuto skutečnost nedokážete přiznat, přetvařujete se před sebou i před ostatními. Vaši přátelé váš strach vycítí, i když o něm vy nebudete vědět. Proto ve vás ztrácejí důvěru, neboť vidí, jak se obelháváte a lžete sami sobě, a tím pádem i jim, ať vědomě nebo nevědomky.

Možná jste si naopak svých strachů velmi dobře vědomi: strachu riskovat, strachu z prohry nebo strachu z úspěchu. Možná jste zpohodlněli a bojíte se, že změna v práci by znamenala i změnu způsobu života, na jaký jste si zvykli, i kdyby nové zaměstnání víc odpovídalo tomu, co opravdu chcete v životě dělat. Někteří muži mají takový strach z pocitu strachu, že se nikdy k žádné své mezi ani nepřiblíží. Vyberou si takovou práci, kterou zvládají dobře a snadno, ale nemusí v ní naplno dávat své dary. Mají poměrně zajištěný a pohodlný život, ale také prázdný a jalový. Postrádají jiskru života, hloubku a inspirativní energii, jaké má muž žijící na hraně. Pokud je to váš případ, tedy jste-li muž, který se drží zpátky, pracuje možná tvrdě, ale nikoli na své krajní mezi, ostatní lidé vám nebudou věřit, že jim dokážete pomoci, aby oni sami mohli žít na své krajní mezi a rozdávat své největší dary.

Zkuste si teď nahlas vyjádřit, kde leží vaše krajní mez v oblasti kariéry. Můžete říct například: „Vím, že bych mohl vydělávat víc peněz, ale jsem příliš líný na to, abych pracoval přesčas, jak by bylo třeba. Vím, že bych mohl sdílet více ze svých

darů, ale bojím se, že bych možná neuspěl a skončil na mizině. Strávil jsem patnáct let budováním určitého postavení, a teď se bojím se ho vzdát a začít od začátku, i když vím, že většinu života trávím prací, která mě ve skutečnosti nebaví. Mohl bych si vydělávat peníze nějakým tvořivějším způsobem, ale raději trávím čas sledováním televize než něčím tvůrčím.“

Přiznejte si své omezení. Přijměte svá rozhodnutí. Nenalhávejte nic sobě ani svým přátelům. Bázlivý muž, který o svém strachu ví, je mnohem spolehlivější než bázlivý muž, který si svého strachu není vědom. A bázlivý muž, který se opírá do svého strachu, žije na jeho hraně a z tohoto místa dává své dary, vzbuzuje víc důvěry a je větším zdrojem inspirace než bázlivý muž, který se drží zpátky v bezpečné zóně a není ochoten si svůj strach přiznat. Svobodný muž otevřeně přiznává své obavy a neskrývá se před nimi. Žijte se rty přitisknutými ke svým strachům v polibku, necouvejte před nimi, ani se je nesnažte překročit násilím.

5

Držte se svého nejhlubšího poznání

*Domovem muže se musí stát věčnost,
a to v každickém okamžiku. Bez toho je
ztracen a marně se snaží polapit obláčky kouře.
Muž musí dělat vše pro to, aby nahlédl
toto jasné poznání, ukotvil se v něm
a řídil podle něj svůj život.*

Učiňte ze svého života nepřetržitý proces, ve kterém budete sami sebou, v nejhlubších a nejpokojnějších rovinách bytí. Všechno ostatní je druhořadé. Vaše práce, děti, manželka, peníze, umělecká díla, radosti – to všechno je jen povrchní a prázdné, pokud to není ponořeno v hlubokém moři vaší vědomé lásky. Kolik hodin z dnešního dne byla vaše pozornost zaměřena na svět proměn – události, lidi, myšlenky a zkušenosti – a jak často jste svou pozornost nechali spočinout v jejím zdroji? Kde je vaše pozornost právě teď? Dokážete vnímat její zdroj? Dokážete aspoň na okamžik vnímat, odkud pramení vědomí a bdělost vaší pozornosti? Dokážete vnímat nejhlubší povahu pozornosti? Co se stane, když svou pozornost necháte jednoduše a bez úsilí klesnout k jejímu zdroji?

Tento zdroj je neměnný a stále přítomný. Je to konstantní, tichý tón v pozadí, který proniká hudbou života. Prociťte tento zdroj, tak hluboko, jak jen dokážete, a pak se znovu ujměte práce,

vztahu, rodiny a tvůrčích aktivit. Když vyděláváte peníze, vydělávejte je z tohoto zdroje. Zjistěte, jak se změní podrobnosti vašeho života, když žijete vědoměji napojeni na tento zdroj.

Najděte si pomůcky, které vám budou usnadňovat uvolnění do tohoto zdroje a tvůrčí jednání z této pozice. Čtěte knihy, které vám připomínají, kdo ve skutečnosti jste. Setkávejte se s lidmi, kteří vás inspirují a zrcadlí vám zdroj. Denně meditujte, kontemplujte nebo se modlete.

Pokud jste stejní, jako většina mužů, máte silný sklon omezovat svou pozornost na každodenní události a úkoly. Dny a noci plynou, léta běží a život vám utíká mezi prsty, zatímco se vaše pozornost upírá ke zdánlivému světu nutných povinností. Jenže to všechno je prázdné, pokud plnění povinností není vyjádřením hloubky našeho bytí a pravdy srdce.

Poznejte věčnost. Udělejte pro to všechno. A žijte z hloubky svého bytí i v podrobnostech. Jestliže odkládáte cestu ke zdroji, protože si nejprve chcete vybudovat postavení, strávíte hodiny a dny svého života prací a celý život vám uteče. Jestliže jste však pevně zakotveni v tom, co přesahuje samotný život, můžete procházet životem s nadhledem a vědomím, že každý úkol je jen přelud nezbytnosti.

I když se zrovna zabýváte něčím docela obyčejným, díváte se na televizi nebo uklízíte v kuchyni, vnímejte při tom, kdo opravdu jste. Prociťujte nekonečné vědomí, v němž se projeví a mizí každý okamžik. Všechny chvíle jsou stejně jasné, dokonalé a mají stejnou jiskru, jestliže k nim přistupujete se svým nejhlubším poznáním.

Nikdy neměňte svá rozhodnutí jen proto, abyste udělali radost ženě

Pokud žena přijde s něčím, co změní mužovo stanovisko, měl by muž na základě nového náhledu na věc učinit nové rozhodnutí. Neměl by však nikdy zradit své nejhlubší poznání a intuici, jen aby potěšil svou ženu nebo aby se jí přizpůsobil. Takové jednání oslabí jak ji tak jeho. Budou na sebe mít vztek a jejich lásku i schopnost svobodného jednání zastře škraloup nahromaděné falše.

Vždy byste měli vyslechnout svou ženu a pak se rozhodnout podle sebe. Pokud se řídíte návrhem své ženy, i když hluboko v srdci cítíte, že jiné rozhodnutí by bylo moudřejší, jako byste tím říkali: „Nevěřím své vlastní moudrosti.“ Takovým uvažováním pak oslabujete sami sebe. Oslabujete však i důvěru vaší ženy vůči vám: proč by měla věřit vaší moudrosti, když vy sami jí nedůvěřujete?

Popřete-li vlastní hlubokou pravdu, abyste ženě udělali radost, všichni z toho vycítí nedostatek opravdovosti. Vytuší, že váš neupřímný úsměv zastírá vnitřní rozpolcenost. Vaši přátelé, děti, kolegové v práci vás možná mají rádi, ale nebudou k vám

mít důvěru, protože ani vy nedůvěřujete svému nitru. Váš vlastní pocit neupřímnosti navíc ještě více zatíží vaši schopnost jednat jasně. Vaše jednání nebude v souladu s vaším jádrem.

Pokud však vyslechnete svou ženu, zvážíte všechno, co vám vaše žena řekne, a pak se rozhodnete podle vlastního nejlepšího přesvědčení, pak jste zajedno se svým nitrem. Jako byste tím říkali: „K tomuto rozhodnutí mě dovedla má nejhlubší moudrost. Pokud se mýlím, poučím se z toho a má moudrost se ještě prohloubí. Jsem připraven chybovat a růst díky chybám. S důvěrou jednám ze své nejhlubší moudrosti.“

Takový přístup, kdy projevujete víru v sebe sama, probudí stejnou víru i v ostatních. Možná se pletete, ale máte dobrou vůli to zjistit a ze svých zkušeností se poučit. Rádi vyslechnete druhé, ale konečnou zodpovědnost za svá rozhodnutí berete na sebe. Nesvádíte to na nikoho jiného.

Vzdáte-li se svého vlastního rozhodnutí a podřídíte se rozhodnutí ženy, pak jí budete dávat vinu za špatné rozhodnutí, jestliže se ukáže, že její rozhodnutí bylo chybné, nebo si budete připadat bezmocní, pokud se její rozhodnutí ukáže jako správné, protože jste se připravili o možnost jednat podle vnitřního přesvědčení a učit se ze svých chyb. Nebojte se změnit své pocity na základě toho, co vám vaše žena sdělí – ať už slovy nebo řečí těla – ale rozhodujte se samostatně, podle své nejhlubší moudrosti a vlastního poznání. Můžete se rozhodnout dobře nebo špatně, ale ať se stane cokoli, bude to váš nejlepší pokus a posílíte tím schopnost samostatně jednat i v budoucnosti.

Vaše poslání je přednější než váš vztah

Každý muž ví, že smysl jeho života se nedá zredukovat na jeden konkrétní vztah. Jestliže muž dává přednost vztahu před svým největším posláním, oslabuje sám sebe, prokazuje špatnou službu vesmíru a ochuzuje svou ženu o opravdového muže, který by jí mohl nabídnout plnou, neroztěkanou přítomnost.

Přiznejte si, že kdybyste si měli vybrat mezi dokonalým vztahem na jedné straně a naplněním nejhlubšího smyslu života na straně druhé, volili byste to druhé. Stačí, když si to uvědomíte, a zbavíte se tíživého tlaku v situacích, kdy se po vás chce, abyste upřednostnili vztah, přestože to není vaše nejvyšší priorita.

Prioritou je vaše poslání. Dokud nepoznáte, jaké máte poslání, a nezasvětíte mu svůj život, budete cítit vnitřní prázdnotu. Vaše přítomnost ve světě bude oslabena, stejně tak jako vaše přítomnost s partnerkou. Příště, až si uvědomíte, že opět „podléháte“ své ženě, odkládáte své poslání a popíráte vlastní smysl života pro to, abyste s ní mohli trávit více času, zastavte se. Řekněte ženě, že ji milujete, ale nemůžete se vzdávat svého poslání. Povězte jí, že s ní strávíte půl hodiny (nebo jiný ohraničený

časový úsek) a bude mít vaši plnou pozornost a budete při tom cele v přítomnosti, ale že se pak musíte vrátit ke svému úkolu.

Vaše žena bude cítit větší naplnění z každodenních třiceti minut naprosté pozornosti a uchvacující lásky, než by cítila z několika hodin vaší zeslabené a roztěkané přítomnosti, kdy jste srdcem i duchem napůl jinde. Čas, který trávíte se svou ženou, by měl být časem, kdy s ní skutečně chcete být, nejvíc ze všeho. Jestliže byste raději dělali něco jiného, vaše žena to vycítí, a budete oba nespokojení.

Opřete se do svých hranic

Každý muž má ideální podmínky k optimálnímu růstu, jestliže se nachází na samotné hranici svých schopností, své kapacity a svého strachu. Neměl by být příliš líný, aby spokojeně nestagnoval v bezpečné a pohodlné zóně. Také by se však neměl vydávat příliš daleko za vlastní hranice a vystavovat se zbytečně nadměrnému tlaku, protože pak své zkušenosti stejně nedokáže strávit. Měl by se snažit překračovat hranice strachu a nepohodlí vždy jen o krůček, ovšem vytrvale a ve všem, co dělá.

Když si poctivě přiznáte, kde leží vaše skutečné hranice, je nejlepší se do nich pořádně opřít. K tomu však většině mužů chybí kuráž. Buď se vydají příliš snadnou cestou, nebo se heroicky vrhnou na cestu extrémně obtížnou. Pokud jste vnitřně nejistí a pochybujete o sobě, pak jste se možná rozhodli pro snadnou cestu, aniž byste se vůbec přiblížili ke svým hranicím nebo k vnitřním darům. Nebo vás vaše nejistota naopak vede k tomu, že se urputně snažíte zvítězit nad pocitem vlastní nedostatečnosti a moc tlačíte na pilu.

V obou případech utíkáte před základním pocitem nebo prožitkem v dané chvíli, a tím bývá většinou strach. Pokud se úz-

kostlivě vyhýbáte strachu, nemůžete se plně ponořit do nebojácnosti.

Váš strach je vaší nejpřesnější definicí. Měli byste si to uvědomit a neustále si to připomínat. Strach by se měl stát vaším přítelem, aby vám jeho přítomnost přestala být nepohodlná. Primární strach vám ukazuje, že jste se opřeli do svých hranic. Pokud zůstanete se svým strachem a opření do svých hranic, může dojít ke skutečné vnitřní transformaci. Nikoli lenost nebo agresivita, ale hra na samé hranici vám umožní nezkreslený vhled do dané situace. Jste ochotni zůstat v přítomnosti toho, co je, nesnažíte se před skutečností uniknout ani tím, že z ní vycouváte, ani tím, že vystřelíte k nějakému vzdálenému cíli.

Strach ze strachu možná způsobuje, že se držíte zpátky a nežijete naplno, tak jak byste mohli. Strach ze strachu může také způsobovat, že žijete falešný život daleko vepředu, mimo svůj střed, v napětí, jinde než tady a teď. Ale právě schopnost vnímat přítomnost, včetně přítomného strachu, bez pokusů o útek, utváří přirozený stav plný života a pokory. Jste připraveni poznávat dosud nepoznané, tak jak se před vámi rozkrývá, neboť vás nic nestrhává zpátky ani netlačí dopředu, pryč od přítomného okamžiku. Držíte se na samé hranici.

Když se opřete do svého strachu a neutíkáte před ním, opíráte se zároveň nenásilně i do svých omezení. S otevřeným srdcem se vzdejte bezpečné pevné půdy pod nohama. Vykročte do neznámého prostoru, bdělí a čistí jako nepopsaný list. Gravitace ve vašem nitru vás přitáhne tam, kde strach nemá místo. Volným pádem se dostanete do svého věčného domova. Tam, kde celou tu dobu jste.

Poznejte svůj strach a opřete se do něj. Ve všech oblastech vašeho života. Začněte hned teď.

Udělejte to pro lásku

*Způsob, jakým muž proniká do světa, by měl
být stejný jako způsob, jakým proniká do své
ženy: nejen pro osobní zisk a potěšení, ale aby
tím znásobil lásku, otevřenost a hloubku.*

Příště, až budete sexuálně objímat svou ženu, uvědomte si, po čem nejvíc toužíte. Jaká je vaše nejhlubší životní touha? Zapřemýšlejte, o co vám vlastně v životě jde, a zvláště o co vám jde při milování. Existuje určitě mnoho vedlejších důvodů, ale jaký je ten nejhlubší, zásadní důvod?

Pro většinu mužů je tím základním důvodem objevování nejhlubší pravdy, prožívání naprosté svobody a lásky a plné sdílení vnitřních darů.

Mnoho mužů se však spokojí s tím, že okusí jen malou dávku svobody a lásky a ze svých vnitřních darů jen uždělou. Svoboda pro ně spočívá v tom, že si koupí hezké auto, můžou se často pomilovat a v neděli si přispat. Možná darují štědrý obnos na dobročinné účely, koupí své ženě z lásky prsten s diamantem a budou trénovat malé ligové družstvo. To je svoboda, ze které se mohou těšit, a to jsou dary, které pro mnohé lidi hodně znamenají. Mnoha mužům to však nestačí.

Svoboda a láska, kterých dosáhli, a způsob, jakým rozdávají své dary, v nich zanechávají pocit neúplnosti. Něco stále ještě chybí. Touží po tom, jít dál, vysvobodit se, vychutnávat si život bez omezování, bez pocitů samoty, všudypřítomného napětí

a strachu. A mnoho mužů trápí pocit, že se o svůj nejhlubší dar nedokážou podělit, i když se o to sebevíc snaží. Připadá jim, že jejich život je ve své podstatě neupřímný, stejně tak jako jejich sex.

Když muž při milování obdaří svou ženu hloubkou pravého sexu, proniká do ní a rozkvétá jí do neomezené lásky. A stejně tak je tomu i s celým světem. K tomu, aby žena a svět v rukou muže skutečně zazářily a rozkvetly, je zapotřebí opravdovosti, vytrvalosti a statečného srdce. Muž musí znát svou nejhlubší pravdu, a musí být ochoten naplno sdílet své vnitřní dary. Bez výjimek. Je třeba, aby zasvětil svůj život (včetně jeho sexuální stránky) šíření lásky tím, že svou ženu a celý svět pronikne tím nejcennějším, co v sobě má. K tomu se však odhodlá jen málokdo.

Většina mužů dává přednost průměrnému pomilování, při kterém jejich žena trochu porozkvetne a možná prožijí několik orgasmů a pár okamžiků citového propojení, než se zase v myšlenkách vrátí k tomu, co za úkoly je čeká zítra v práci. Stejně tak dává většina mužů přednost průměrnému angažování se ve světě, při kterém si vydělají pár korun a něco málo se jejich snahou zlepší, díky čemuž si v životě nepřipadají tak docela zbyteční.

Jen málo mužů je ochotných exponovat se cele, vložit všechno, co mají, do snahy osvobodit ženu a svět, aby společně dospěli k nejhlubší možné pravdě, lásce a otevřenosti. Jen málo mužů se odhodlá vložit všechny schopnosti, veškeré nadání a celé své bytí do každého pohybu, ať už v sexu nebo v životě. Většinu mužů ochromují pochybnosti a nejistota. Nebo se drží při zdi, protože mají strach. A tak se se ženou a se světem jen trochu pomuchlují, aby dosáhli svého pohodlí a uspokojení a přebili setrvalý pocit, že je to všechno jaksi neupřímné a neúplné.

Pokud jste ochotni poznat svou nejhlubší pravdu a přijmout ji s otevřenou náručí, opřít se do svých strachů a rozdat všechno, co máte, můžete do světa a do své ženy proniknout ze svého nitra, a tak jim umožnit rozkvést a rozvinout se v lásce bez hranic. Můžete se zmocnit ženy v takových hlubinách, že její ode-

vzdání zaplaví vaše srdce světlem. Můžete se vrhnout do světa s takovým odhodláním a s takovou láskou, že se vám otevře a přijme vaše nejhlubší dary.

Mezi tím, jak vstupujete do srdce ženy a jak vstupujete do světa, není žádný podstatný rozdíl. Obojí, sexuální styk i styk se světem, vyžadují citlivost, přirozenost a silné napojení na hlubokou pravdu, protože jen tak je možné proniknout chaosem a zábranami, aby zvítězila láska.

Ženy i svět jsou nepředvídatelné. Často vám bude připadat, že odmítají vaše dary a zkouší vaši vytrvalost. Ale dříve nebo později něžně odpoví na opravdovost vaší nenucené péče, na svobodu, která se projeví ve vaší povaze, a na záplavu nepolevující lásky. Láskyplně se vám otevrou a přijmou vás do sebe – aby vám, za pár okamžiků či dní, opět vzdorovali a znovu vás zkoušeli. Ženy ani svět nepřechytračíte. Když se je budete snažit obehrát, přijdou vám na to. Chtějí vás takové, jací opravdu jste.

Existují dva způsoby, jak se vztahovat k ženám a světu, a přitom se neprohřešit vůči svým darům a nepromarnit vnitřní síly. Jeden způsob je vzdát se sexuálních vztahů a požitků, zcela se odevzdat cestě, kterou jste si zvolili, nenechat se ničím rozptýlit, neuchylovat se ke kompromisům a osvobodit se od jakoby nekonečných požadavků žen a světa. Druhý způsob je vrhnout se do víru po hlavě, uchvátit ženu a svět odhalenou láskou, dávat vnitřní dary bez ohledu na neustálé střety mezi ženou a světem, nechat své skutečné dary vytavit v třenicích mezi odevzdáváním a odporováním, prorazit láskou z hluboké vnitřní svobody, i kdyby vaše tělo a mysl měly blaženě zemřít na kříži osudové radosti a bolesti, přitažlivosti a odpudivosti, zisku a ztráty. Rozdat všechny dary. Odkrýt nezměrnou hloubku svého bytí. Jen otevřenost, svoboda a láska zůstávají jako odkaz vašeho styku se ženou a světem.

Jestliže si vůbec chcete něco začínat se ženami a se světem, pak je nejlepší jít do toho naplno, uchvátit je svou vnitřní hloub-

kou, umožnit jim rozkvést pomocí štědrých darů vašeho neochabujícího srdce. Pokud totiž do nich budete pronikat vlažně a rozpačitě, jen abyste uspokojili svoji potřebu, žena a svět vycítí, že vám chybí odhodlání, hloubka a opravdovost. Místo, aby se láskyplně odevzdali vaší lásce, budou vás rozptylovat, brát vám energii a způsobovat nekonečnou řadu potíží, takže ve svém životě a ve svých vztazích pak nebudete dělat téměř nic jiného než hledat úlevu od neustálého tlaku.

Můžete se stát askety a žít v osamění, stranou od světa a žen. Jestliže se však rozhodnete pro život ve světě a sex, bude vám připadat, že vám ženy a svět nastražily past, dokud se neosvobodíte uprostřed víru „skutečné soulože“, dokud všechno neodvzdáte a nerozpustíte se navždy v otevřené lásce. Vydržet až do konce, taková je cesta pravého muže.

10

Užívejte si kritiku od svých přátel

Míra schopnosti muže přijmout kritiku od jiného muže je přímo úměrná jeho schopnosti přijímat mužskou energii. Pokud nemá k mužské energii (neboli ke svému otci) dobrý vztah, zachová se ženským způsobem a bude uražený nebo se bude bránit, místo aby využil kritiku druhých mužů ve svůj prospěch.

Jednou týdně byste se měli sejít s nejbližšími mužskými přáteli a probrat s nimi, co právě děláte a z čeho máte obavy. Váš rozhovor by měl být stručný a krátký. Měli byste přátelům nastínit situaci, ve které se nacházíte. Vaši přátelé by vám pak měli poskytnout zpětnou vazbu, poradit, jak se zachovat, abyste došli k určitému poznání nebo získali více životní svobody.

Můžete například prohlásit: „Rád bych si něco začal s Denisou, jenže nechci ublížit manželce. Bojím se, aby na to nepřišla.“

A vaši přátelé zareagují na vaše váhání a projev průměrnosti a popíchnou vás: „O Denise nám vykládáš už půl roku. Jen ztrácíš energii sněním. Buď se s ní do zítřejšího večera vyspi, nebo běž od toho a už o ní nikdy nemluv.“

„Dobře. Nechám to plavat. Nechci si zničit vztah se ženou kvůli aférce s Denisou. Manželství má pro mě větší cenu než

touha mít Denisu. Přestanu s tím a zaměřím se víc na to, co je pro mě v životě důležité. Díky.“

Vaši blízcí mužští přátelé by měli být schopni odhalit projev průměrnosti ve vašem jednání a uvažování a navrhnout řešení, které vám umožní vyjet ze starých kolejí. Stejně tak je ale potřeba, abyste i vy k nim dokázali být brutálně upřímní. Jen tak se můžete společně vyvíjet. Dobří přátelé by mezi sebou neměli tolerovat průměrnost. Jestliže jste na hranicích svých možností, přátelé by to měli respektovat, ale neměli by vás nechat zpohodlnět. Měli by uznat vaše obavy a s láskou vás dál podněcovat, aniž by na vás tlačili.

Pokud od svých mužských přátel vyžadujete jen podporu a odmítáte výzvy, vypovídá to o tom, že máte cosi nevyřešeného se svým otcem, ať už je mrtvý nebo ještě žije. Otcovská energie je síla láskyplné konfrontace a vedení. Bez této mužské síly bude vaše směřování v životě nekontrolované a snadno zabřednete do nerozhodnosti. Blízcí muži vám můžou nastavit jasné světlo lásky – ničím nezkreslené a nepřikrášlené – díky němuž můžete spatřit směr, kterým se skutečně chcete vydat.

Za přátele si vybírejte takové muže, kteří sami žijí na hranici svých schopností, staví se čelem vlastním obavám a opírají se do nich. Takoví muži vás dokážou mít rádi, aniž by vás zbytečně chránili před konfrontací se skutečností, v jaké žijete. Na takové přátele se pak můžete spolehnout, že vám poví svůj názor na váš život, navrhnou vám, co byste mohli udělat, abyste se v dané situaci více přiblížili k pravdě, a podpoří vás, abyste mohli žít svobodně, těsně za hranou, což často, nebo spíš většinou nebývá snadné.

Jestliže neznáte své poslání, je načas ho objevit, hned teď

*Bez vědomého smyslu života je muž ztracený,
nechává se unášet proudem a spíše se
přizpůsobuje, než aby svůj život aktivně
spoluutvářel. Bez poznání poslání je
existence muže slabá a nemohoucí, což se
může projevit i jako impotence, nebo sklon
k mechanickému sexu bez opravdového zájmu.*

Jádrem vašeho života je vaše poslání. Pokud máte ve světě vystupovat s celistvostí a integritou, musí být vše ve vašem životě, od způsobu stravování po profesní kariéru, v souladu s vaším posláním. Jestliže znáte účel svého života, svou nejhlubší touhu, je klíčem k úspěchu kázeň, která vám umožní věnovat se vašemu poslání a zbytečně se nerozptylovat.

Když ale nevíte, co vaší nejhlubší touhou je, nemůže se jí řídit ani váš život. Cokoliv budete v životě dělat, nic se nebude dotýkat jeho jádra. Půjdete do práce, ale bez propojení s vaším posláním zůstane jen obyčejnou prací, způsobem, jak vydělat peníze. Budete se sice denně věnovat rodině a stýkat se s přáteli, ale každá chvíle s nimi strávená bude jen další v dlouhé řadě chvil, které společně nikam nesměřují a postrádají hloubku.

Pokud nejste spojeni se svým jádrem, chybí vám vnitřní síla.

Pocit prázdnoty bude podkopávat vaši schopnost proniknout do světa i do ženy.

Jestliže ovšem víte, jaký je hluboký smysl vašeho života, neboli jaká je vaše nejvnitřnější touha, pak se každý okamžik vašeho života může stát absolutním vyjádřením této touhy. Každá chvíle strávená prací nebo s milovanou osobou je naplněna silou vašeho poslání. V zaměstnání i ve vztahu se už nenecháváte jen tak unášet proudem, ale naplno prožíváte vlastní skutečnost a v každém okamžiku sdílíte dar vaší lásky. Takový život je naplněný a celistvý.

Pravý muž nehledá naplnění v práci ani ve vztahu k ženě, protože už je naplněný. Práce i vztah jsou pro něj příležitostmi, jak se podělit o své dary a jak se rozplynout v požehnání, které přichází skrze dávání.

12

Bud'te ochotní zcela změnit svůj život

Muž by se měl stoprocentně zasvětit svému cíli, naplnit karmu nebo ji rozpustit a pak se dokázat vzdát dosavadního způsobu života. Musí si umět připustit, že netuší, kudy se má v životě dál ubírat, a unést období nejistoty a čekání na vyjevení nové vize či nové formy jeho poslání. Období naplněná jasnou konkrétní činností střídají období bezradnosti a vnitřního zmatku. To je přirozený proces, kterým prochází každý, kdo s důvěrou v pravdu odkrývá jednu slupku karmy za druhou.

Když se odhodláte žít na vlastních hranicích, začne se vám pomalu ukazovat nejhlubší smysl vašeho života. Než k němu dojdete, budete nacházet smysl v různých rovinách a s každou další odhalenou úrovní se budete dostávat blíž k nejhlubšímu smyslu. Jako by vlastní cíl byl ve středu vašeho bytí a obklopovaly ho soustředné kruhy, přičemž s rostoucí vzdáleností od středu klesá míra smysluplnosti. Vaším úkolem je proniknout všemi kruhy až k samotnému středu.

Zevní cíle jste často zdědili po rodičích nebo získali v dětství. Například: váš otec byl požárníkem, a proto jste se chtěli stát

také hasičem. Nebo jste se naopak rozhodli, že budete žhářem. Ať tak nebo onak, cíle, které si dáváte v raném období života, jsou většinou hodně vzdálené od vašeho nejhlubšího poslání.

I když je vaším nejhlubším smyslem života meditovat a realizovat Boha, dříve než se budete moci plně odevzdat této cestě, se možná budete muset propracovat soustřednými kruhy. Možná vystřídáte různé sexuální partnery, budete brát drogy, oženíte se, vychováte děti, vybudujete si určité postavení, a konečně, až rozpustíte touhu a potřebu hromadit zážitky tohoto charakteru, pustíte se naplno do meditování.

Jak budete pronikat jednotlivými vrstvami stále blíž ke středu, budete se stále více přibližovat hlubším rovinám smyslu, až vaše nejhlubší niterné poslání naplní každý okamžik vašeho života. V této chvíli však ještě zřejmě nejste tak daleko. Vaši pozornost pravděpodobně dosud rozptylují jiné úkoly, neboť je ještě třeba spálit mnohé karmy a splnit si nejrůznější touhy.

V životě často zažijete zklamání; úspěch vám nikdy nepřinese takový pocit naplnění, jaký od něj čekáte. To má samozřejmě svůj důvod. Splnění menšího úkolu vám poskytne uspokojení pouze na chvíli. Je to totiž jen průprava k pokročilejším formám vašeho hlubšího poslání. Když splníte dílčí cíl, kterým jste dosud naplno žili, ztratí pro vás další smysl a začne vám připadat prázdný a nudný. Pak je třeba dosavadní cíl překročit a jít dál. Tento proces je známkou vašeho růstu, i když se vám to může jevit naopak.

Například: máte určitý podnikatelský záměr, na kterém pracujete několik let, a pak o celý projekt najednou ztratíte veškerý zájem. Víte, že kdybyste v dané práci pokračovali ještě pár let, dosáhli byste mnohem většího finančního zisku, než jaký sklídíte, když teď skončíte. Vaše práce vám ale už nic neříká a nebaví vás. Na daném projektu jste se toho hodně naučili, ale vaše schopnosti vám ještě nestačily přinést patřičné ovoce. A teď si možná říkáte, jestli máte u daného projektu

vydržet a zúročit vše, co jste se naučili, i když vás vaše práce už ničím nenaplnuje.

Možná byste měli zůstat. Možná utíkáte příliš brzy, protože se bojíte úspěchu či prohry, nebo jste líní a málo vytrvalí. To je jedna možnost. Poradte se s blízkými muži. Zeptejte se jich, jestli si myslí, že se z toho chcete zbaběle vykroutit, a bojíte se projekt dotáhnout do konce. Pokud vaši přátelé mají za to, že se vzdáváte příliš brzo, vytrvejte.

Je zde ovšem ještě druhá možnost, a to že jste na tomto poli již svoji karmu završili. Je docela možné, že jste splnili svůj úkol, odkryli jednu z rovin smyslu a čekají vás další úrovně na cestě za vaším nejhlubším posláním.

Zda jste skutečně splnili svůj úkol v dané rovině, poznáte podle následujících znaků.

Projekt nebo záměr, který byl pro vás až dosud silnou motivací, vás najednou přestal zajímat.

Kupodivu necítíte žádnou lítost při představě, že by váš projekt už nepokračoval.

I když vůbec netušíte, co budete dělat dál, máte čistou hlavu a cítíte výraznou úlevu.

Při představě, že se už nebudete muset zabývat daným projektem, cítíte příval energie.

Celý projekt vám připadá pošetilý, asi tak jako nápad sbírat tkaničky od bot nebo si vytapetovat dům účty za benzín. Samozřejmě, že se do něčeho takového můžete pustit, ale komu by se do toho chtělo?

Pokud se vás výše uvedené body týkají, nastal zřejmě čas, kdy byste měli práci na daném projektu ukončit. Je však třeba, abyste svůj díl práce dovedli do konce a svým odchodem nikomu nezkomplikovali život. Bude to možná nějakou dobu trvat, ale je opravdu důležité, abyste danou rovinu uzavřeli čistě a nevytvářeli tak další novou karmu nebo závazky, které by vás nebo druhé mohly v budoucnu zatěžovat.

Následující rovina smyslu se vám možná vyjeví okamžitě, většinou však tomu tak není. Jednu rovinu jste uzavřeli a pak nějakou dobu nevíte, co se svým životem dál. Víte, co všechno je za vámi, ale nejste si jisti, co leží před vámi. Tehdy je třeba čekat na vizi.

Tento proces nelze uspěchat. Možná si budete muset najít nějakou přechodnou práci, abyste překlenuli období čekání, než se vám odhalí další rovina smyslu, směr vaší cesty. A nebo budete mít dostatek prostředků k tomu, abyste mohli jen tak čekat. V každém případě je důležité, abyste se otevřeli vizi budoucnosti a nesnažili se svůj čas zaplnit rozptýlením. Nedívejte se na televizi a nevysedávejte před počítačem. Nechoďte večer co večer na pivo s přáteli a nedomlouvejte si rande s tuctem žen. Zkrátka čekejte. Možná budete mít chuť stáhnout se někam do ústraní a být jen sami se sebou. Ať už se rozhodnete trávit tuto přechodnou dobu jakýmkoli způsobem, hlavní je, abyste zůstali otevření a dokázali přijmout vizi, která dříve či později přijde.

Až se vize objeví, nebude možná nijak podrobná. Odhalí vám přibližný směr, jakým se máte vydat, ale konkrétní kroky vám nejspíš nebudou zcela jasné. Jakmile však daný impuls přijde, začnete jednat a nečekejte na detaily. Učte se metodou pokus/omyl jak se zhostit svého úkolu.

Řekněme, že jste byli burzovním makléřem a pak jste tuto rovinu smyslu završili a uzavřeli. Našetřili jste si nějaké peníze a teď čekáte, až se před vámi zviditelní další rovina. Tři týdny jste celí nesví z toho, že nevíte, co máte v životě dělat, a pak začnete cítit, že chcete pracovat s lidmi. Představujete si, jak byste mohli využít svoje finanční dovednosti a pomáhat lidem, kteří se chtějí pustit do podnikání. Máte několik přátel, kteří chtějí spasit svět, ale neumí si poradit s financemi a nemůžou se odpíchnout od země. A tak jim zavoláte a nabídnete jim pomoc.

Dáte se do toho a cítíte při tom v kostech, že to je to pravé. Může se stát, že párkrát šlápnete vedle. Nakonec vám ale budou

volat tucty neziskových organizací a budou od vás chtít poradit. Vypadá to, jako by vaši cestu zvoleným směrem podporoval celý vesmír. Nemáte sice tušení, jestli si touto činností někdy vyděláte nějaké peníze, ale to je teď vedlejší. Ponoříte se do práce. Dáváte do ní všechno, co máte, a nic si nenecháváte pro sebe.

Brzy si vaši činnosti povšimne jistý bohatý člověk. Líbí se mu, jak s plným nasazením pomáháte druhým lidem. Stane se vaším mecenášem a finančně vás zabezpečí. Máte solidní příjem, děláte to, co vás baví, a pomáháte ostatním. Když svou práci děláte s láskou, vyvolává to lásku i v lidech, kteří s vámi přijdou do kontaktu. Dosáhli jste životního naplnění.

A jednoho dne, o pár let později, toto všechno skončí. Další vrstva se rozpustí. Znovu procházíte obdobným procesem, a pak znovu a znovu, dokud neprojdete všemi vrstvami k nejhlubšímu smyslu. Dál žijete s plným vědomím a naplňujete nejhlubší smysl svého života, až se i ten rozpustí v dokonalém štěstí lásky, jakou ve vás vyvolává prosté bytí.

13

Nevymlouvejte se na rodinu

Pokud muž není schopen odhalit smysl svého života nebo z něj neustále slevuje a vymlouvá se při tom na rodinu, oslabuje tím svou vnitřní sílu, ztrácí hloubku a opravdovost. Jeho žena mu přestává důvěřovat a z jejich vztahu se vytrácí sexuální polarita, i když se muž maximálně snaží věnovat rodině a domácnosti. Muž by se samozřejmě měl plně podílet na výchově dětí a chodu domácnosti, ale jestliže se kvůli tomu vzdává svého nejhlubšího poslání, nakonec tím všichni trpí.

Věnujte se dětem a starejte se o domácnost, jak jen chcete. Mějte však při tom na paměti, že když se kvůli tomu vzdáte svého pravého cíle na příliš dlouho, nikomu tím ve skutečnosti neprospějete.

Výchova dětí, stejně jako jakýkoli jiný závazek, který na sebe berete z lásky, od vás vyžaduje, abyste překročili osobní zájmy ve prospěch vyšší služby lásce. To je přirozená součást života hlavy rodiny či hospodáře. Nesmíte se však kvůli tomu zcela vzdát svého nejhlubšího poslání, jinak budete nespokojení a nakonec rezignujete a smíříte se s povrchnějším životem, než jaký jste mohli žít.

Vaši rezignaci a slabost vycítí žena i děti. Vaše žena za vás

převezme starost o chod domácnosti, ne že by chtěla, ale protože vy toho evidentně nejste schopni a někdo to dělat musí. Vaše děti vás budou zlobit, aby vyzkoušely, jestli je dovedete ukáznit, protože vytuší, že máte problém se svou vlastní kázní. Od té doby, co jste popřeli vlastní smysl vašeho bytí, se z vašeho domova stalo místo, kde každý zkouší, kolik vydržíte, a vy jste vždy ten, kdo prohraje.

Jako otec a hospodář chcete přirozeně své rodině věnovat lásku, energii a čas. Je to vaše radost a je to také nutnost. Nicméně motivace k tomu, proč trávíte čas péčí o rodinu a domácnost, může být mezi partnery odlišná, a je na vás, abyste zjistili, jak je na tom právě vaše dvojice. Vaše pohnutky se navíc mohou v čase měnit podle toho, jak muž i žena procházejí různými životními údobími.

Prioritou ženského principu, ať v muži či ženě, je proud lásky ve vztahu. Prioritou mužského principu, ať v muži či ženě, je posílání vedoucí ke svobodě. Pravá láska a pravá svoboda jsou nakonec totéž. Jak muž, tak žena však k tomuto spojení lásky a svobody půjdou jinou cestou.

Pokud má vaše žena obecně více ženské podstaty než vy, nebo pokud právě aktuálně prochází životním obdobím, kde se více projevuje ženský princip, bude přikládat nejvyšší hodnotu plynutí lásky. To znamená, že ji bude – mnohem více než vás – naplňovat láska k dětem. Láskyplný vztah s dětmi bude samozřejmě přinášet velké uspokojení i vám, ale pokud máte mužskou podstatu, nebo procházíte výrazněji mužsky orientovaným životním obdobím, nebude pro vás znamenat to, co znamená pro vaši ženu. I když své děti milujete se stejnou intenzitou jako vaše žena, vztah s nimi bude představovat pouze část nehlubšího smyslu vašeho života.

Co je nehlubším smyslem vašeho života? Pro některé muže to je jejich rodina. Jste-li jedním z nich, pak se vás celá problematika vymlouvání se na rodinu zřejmě netýká. Mnoho mužů

však cítí, že mají v životě ještě hlubší poslání, bez ohledu na to, jak moc milují svoji rodinu. Pokud nežijí v souladu se svým posláním, ztrácejí vnitřní sílu, i když se s láskou snaží pečovat o rodinu.

Když znáte svůj směr a jdete si za ním, je vaše jádro živé a silné. Vaše děti to všechno přirozeně vnímají. Na vaši jasnou a plnou přítomnost budou reagovat jinak, než by reagovaly na nejednoznačné a nejasné chování, které pramení z toho, když se odkloníte od nejhlubšího poslání, protože si myslíte, že teď je „správné“ a „vhodné“ věnovat se dětem. Chvilka strávená s otcem, který je „tady a teď“, láskyplný, nerozpolcený a vědomý si svého životního úkolu, bude mít na děti mnohem pozitivnější účinek, než spousta času stráveného s vnitřně rozervaným otcem, který ztratil spojení se svým posláním, i když své děti ne-
skonale miluje.

Děti se od svých rodičů nejvíc naučí osmózou. Mají-li slabého a kompromisního otce, bude jim podobná připadat i jeho láska k nim. Vaše děti budou podvědomě přejímat vaše emoční naladění a budou na něj reagovat stejně, jak to fungovalo i mezi vámi a vaším otcem. Váš základní emoční postoj – bezpečné zakotvení v nejhlubším smyslu nebo bázlivá nerozhodnost v nejednoznačných záměrech – je součástí domova vašich dětí.

Jestliže jste vy i vaše žena zaměstnaní, je lepší domluvit se se spřátelenou rodinou, že se budete střídat v péči o děti, nebo si najmout někoho, kdo vám bude s dětmi pomáhat, než soustavně zanedbávat svůj nejhlubší cíl a pravdu kvůli tomu, abyste mohl trávit více času s dětmi, a přitom mít pocit, že to děláte z povinnosti a na úkor svého cíle. Na vývoj dítěte má větší vliv kvalita komunikace mezi vámi než množství času stráveného společně. Děti vnímají vaše emoční naladění s nesmírnou citlivostí. Jestliže nejste plně ve svém středu, odkláníte se od svého cíle a nežijete s jasným odhodláním dostát svým závazkům, vaše děti to vycítí.

Kvůli dětem, kvůli sobě i kvůli své ženě odhalte nejhlubší cíl svého života, vydejte se k němu s plným nasazením, ale zároveň tak, abyste při tom mohli dál objímat svou rodinu. Buďte se svou ženou a s dětmi bez kompromisů a zmatku. Nevymlouvejte se na rodinu, že kvůli ní nemůžete být tím, kým byste jinak mohli být. Díky snadno dostupné antikoncepci záleží zcela na vašem rozhodnutí, jestli děti budete mít nebo ne. Jestliže se rozhodnete pro rodinu, je vaším úkolem pečovat o děti s nejvyšší možnou mírou ryzí lásky. Takovou lásku však dokážete rozdávat pouze v případech, že žijete v souladu s nejhlubším smyslem života.

Neupírejte rodině vaše nejhlubší nitro, nevymlouvejte se na ni a neuhýbejte kvůli ní před prací na uskutečňování vaší nejvyšší vize. Když se naučíte dávat svým niterným touhám odpovídající prioritu, můžete jak dávat lásku svojí rodině, tak naplňovat svůj vnitřní úkol. K tomu je však zapotřebí, abyste dokázali přednostně pracovat na své niterné touze. Pak, když jste s rodinou, můžete s ní být celým srdcem a celou duší. Nečeká na vás totiž žádný věčně nedodělaný úkol, který by vás rušil, a nemáte v sobě žádné zmatky a pochyby o tom, kde byste chtěli být a co byste chtěli dělat.

Neztraťte se v každodenních úkolech a povinnostech

Transcendentní prvky života je třeba stále oživovat pravidelnou meditací a usebráním, ať už je konkrétní smysl života jakýkoli. Muž by se nikdy neměl ztratit v detailech a zapomenout, že život ve skutečnosti nepředstavuje nic jiného než nejhlubší pravdu právě přítomného okamžiku. Plněním úkolů se člověk nestane vědomější ani svobodnější, než jaký je schopen být právě v tomto okamžiku.

Určitě víte, jaké to je, když se zaměříte na úkoly a povinnosti. Soustředíte se na splnění daného úkolu a nepřejete si, aby vás kdokoli vyrušoval. Jestliže vás někdo přeruší otázkou, buď ho ignorujete, nebo ho odbudete, abyste mohli co nejrychleji pokračovat ve své činnosti. Takové zaměření na činnost je u mužů zcela běžné. Ať už chcete sledovat pořad v televizi nebo dopsat referát do půlnoci, vaše pozornost je cele zaměřena na daný úkol a nechcete se nechat vyrušit.

Zaměření na činnost je pro muže velikou předností i slabostí zároveň. Je skvělé, když si dokážete prorazit cestu přes překážky a pokračovat v práci, dokud nejste s danou záležitostí hotoví. Je dobré mít takovou kázeň a takové zacílení. Jestliže však v honbě za plněním každodenních malých a nekonečných úkolů a po-

vinností zapomínáte na svůj vyšší cíl, pak sami sebe redukuje-
jete na nesmyslný stroj.

Možná jste zaměřeni na činnost i teď, když jste se pohrou-
žili do četby. Kdybyste v této chvíli měli zemřít, jaké pocity by
vás zaplavily v posledním okamžiku vašeho života? Vnímáte
nekonečné tajemství bytí tak, že byste odcházeli s pocitem po-
sváté bázně a vděčnosti? Je vaše srdce natolik otevřené, že se
v posledním okamžiku života rozplynete v dokonalé lásce? Nebo
jste natolik pohlceni nějakým úkolem, že si ani pořádně nesta-
číte všimnout přicházející smrti a všechno propásnete?

Zkouškou plnosti vašeho bytí v každém okamžiku je schop-
nost zemřít ve svobodném a láskyplném odevzdání a s vědo-
mím, že jste za svého života udělali všechno pro to, abyste
mohli rozdat své dary a poznat pravdu. Milovali jste plně? Nebo
jste si své city nechávali pro sebe a vaše poslední okamžiky by
mohla poznamenat lítost? Odevzdáváte se nesmírnému údivu
a tajemství života? Nebo jste natolik pohlceni prací a projekty,
že žádné zázraky existence nevnímáte, necítíte, že každý oka-
mžik se vynořuje z velikého neznáma a znovu se do něj vrací?
Zaslepila vás vaše závislost na úkolech natolik, že nevidíte dál
než na špičku svého nosu?

Každodenní povinnosti jsou důležité, ale sebevětší množ-
ství úkolů vám nepřidá na lásce, svobodě ani plném vědomí.
Nikdy neuděláte dost a nikdy neuděláte to pravé, abyste mohli
mít nakonec pocit, že je všechno úplně hotové. Činnost zkrátka
přirozeně patří k životu v těle. Jestliže chcete, aby vaše tělo dál
žilo, musíte jíst a dýchat. Musíte pracovat, starat se o svojí ro-
dinu a čistit si zuby. To jsou prosté zákonitosti pozemského ži-
vota. Jenže vás nikdy nedovedou k nejvyšší pravdě vašeho bytí.

Když plníte každodenní úkoly správným způsobem, uvolňují
vaši životní energii, abyste ji mohli věnovat tomu podstatnému
– poznávání skutečné svobody, jejímu uskutečňování a napl-
ňování. Víte vůbec, co to znamená? Zasvětili jste svůj život hle-

dání nejhlubší pravdy vašeho bytí? Jestliže vás vaše každodenní úkoly v tomto nasměrování nepodporují, je třeba se jich zbavit nebo je změnit. Jinak plýtváte životem.

Zatímco ženy často promarní drahocenný čas v proudech a vírech emocí, muži mrhají životem, když se snaží plnit všemožné úkoly. Den za dnem, rok za rokem dřete do úpadu, až jsou z vás roboti. Raději zdvihněte oči od země, pohledte k obzoru a své denní úkoly plňte ve stejném duchu, v jakém provádíte jarní úklid za slunného dne.

Abyste si připomněli trivialitu svých každodenních úkolů, vyhraďte si ve svém pracovním rozvrhu místo na oživovací přestávky. Oživení by mělo proniknout k vašemu jádru a odhalit rezervy daného okamžiku. Uvědomte si, že jednou zemřete. Vzpomeňte si na člověka, kterého pokládáte za nejosvícenějšího ze všech. Přemýšlejte o mystériu života. Spočítejte v nejhlubším prožitku lásky, jakého jste schopni. Rozpomeňte se na nekonečno a pak se vraťte zpátky ke svému úkolu. Díky tomu neztratíte správnou perspektivu a připomenete si, že život nespočívá jen v plnění povinností. Nejste žádní roboti. Jste nespoutané tajemství lásky, které přitom nezapomíná na své úkoly.

15

Přestaňte doufat, že to s vaší ženou jednou bude jednodušší

*Často to vypadá, jako by žena testovala,
nakolik je muž schopen nenechat se vykoletit
a uchovat si svou pravdu a směřování.
Zkouší ho, aby cítila jeho svobodu a hloubku
lásky a přesvědčila se, že mu může důvěřovat.
Její zkoušky na sebe berou různé podoby:
stěžuje si, protestuje, mění rozhodnutí,
pochybuje, odvádí jeho pozornost nebo dokonce
podkopává jeho smysl života, ať už více či méně
důrazně. Muž by si nikdy neměl myslet,
že tyto zkoušky skončí a jeho život bude
snadnější. Měl by naopak ocenit, co vše jeho
žena dělá proto, aby ucítila jeho sílu, integritu
a otevřenost, neboť touží, aby její muž dosáhl
své nejhlubší pravdy a lásky. S tím, jak muž
roste, porostou i zkoušky jeho ženy.*

Každá chvíle vašeho života je buď zkouškou, nebo oslavou. Totéž platí o každém okamžiku stráveném s vaší ženou, a to dvojnásob. Zkouškou je pro vás nejen její samotná

existence, testování patří dokonce k jejím největším radostem ve vztahu, pokud pak ovšem cítí, že se nenecháte vykolejit.

Na ženu působí nesmírně eroticky, když vás může vnímat jako Šivu, mužskou božskou sílu, která se nenechá ničím zmást, je láskyplná, plně přítomná a vše prostupující. Nemůže vámi smýkat, protože jste tím, kým jste, a to s ní, nebo bez ní. Nemůže vás ničím odradit, protože už jste do ní pronikl silou neohrožené lásky a prostoupil jste její srdce a tělo. Nemůže vás odlákat z vaší cesty, protože vaše oddanost pravdě vám nedovolí podlehnout jejím svodům. Když z vás žena cítí tak nesmírnou lásku a svobodu, pak vám může zcela důvěřovat, přestat vás konečně zkoušet a oslavovat s vámi lásku.

Až do té doby, než vás bude znovu chtít vnímat jako Šivu. Pak celé zkoušení začne nanovo. Ve skutečnosti čím víc budete jako Šiva, tím víc vás bude žena mít potřebu prověřovat.

Možná jste si dal nějaký finanční cíl a podařilo se vám ho dosáhnout. Po měsících či letech jste tvořivě vydělal velkou sumu peněz. Jste celý šťastný, vychutnáváte si svůj úspěch a cítíte se skvěle. Přijdete domů ke své ženě a chcete se s ní o tu velkou novinu podělit.

„Právě jsem vydělal milion dolarů!“

„To je prima.“

„To je prima??? Víš, jak tvrdě jsem na tom pracoval.“

„To vím. Připadá mi, že v posledních měsících jsi skoro nebyl doma. Nezapomněl ses cestou z práce stavit pro mléko?“

„No, promiň, zapomněl. Ale to je teď přece jedno. Teď si můžeme pořídit třeba celou mlékárnu.“

„Ráno jsem ti to třikrát připomínala a ještě jsem ti to napsala na papírek. Jak jsi na to mohl zapomenout?“

„Už jsem se snad omluvil. Hele, já ti pro to pitomý mlíko dojdu...“

Proč je taková? Chce snad schválně shazovat váš úspěch? Ne. Zkouší vás, protože váš úspěch pro ni nemá žádnou cenu, do-

kud z vás při tom neucítí svobodu a lásku. A pokud jste skutečně svobodný a milující, pak vás nic z toho, co vaše žena řekne, nemůže rozházet. Chce se přesvědčit, že se nedáte vykolejit, a tak vás štouchne do vašeho slabého místa.

Samozřejmě že ví, co pro vás právě dosažený úspěch znamená. A přesně proto ho popírá. Ne proto, aby vás tím ranila. Ale proto, aby ve vás mohla vnímat Šivu. Chce vnímat vaši sílu. Chce se přesvědčit, že vaše štěstí nezávisí na její reakci ani na okolnosti, že jste zrovna vydělal milion dolarů. Chce cítit, že jste pravý muž.

Dosáhnout takové svobody je tvrdý oříšek a ve slabších chvílích si budete přát, aby vaše žena nemířila tak vysoko. Pokud však žijete naplno, na hranici svých možností a chcete růst překonáváním obtíží, pak si budete přát, aby vás vaše žena prověřovala. Možná se vám to *nebude líbit*. Ale nebudete přece chtít, aby se vaše žena spokojila s bačkorou, který bude šťastný jenom tehdy, když ho pochválí. Pokud následujete své vnitřní poslání, jste ve své podstatě šťastný nezávisle na tom, jestli se vám zrovna daří nebo ne. Nepotřebujete k tomu, aby vás žena hladila, i když vás to samozřejmě potěší. Nepotřebujete už maminku, která by se rozplývala nad tím, jaký jste úžasný. Vaše žena vidí nerada, když potřebujete maminku. Dokonce se jí to protiví.

Jestliže je vaše žena slabá, spokojí se se slabým mužem a bude s ním hrát hru na hodného chlapečka. Jestliže je však vaše žena dostatečně silná, nebude tolerovat vaši nedospělou touhu po pochvalách, velkých hračkách a vytahování. Dobrá žena bude milovat i vaši dětskou část, ale bude po vás vyžadovat, abyste žil v souladu se svou vnitřní pravdou a nechtěl od ní ošetřovat klukovské bolístky. Chce cítit, že jste dospěl a přestal se honit za slávou a milionovými hračkami. Přeje si, abyste jí dal pocítit vlastní sílu pravdy.

A tak vás bude zkoušet. Možná si ani nebude plně uvědomovat, proč to vlastně dělá, ale bude hledat vaše slabá místa a po-

šťuchovat vás, a to zvláště ve chvílích, kdy budete prožívat nějaký vnější povrchní úspěch, aby ucítila vaši sílu. Pokud vás to vykolejí, neobstojíte ve zkoušce. Splasknete jako bublina. Ukáže se, že jste závislí na jejím vnějším hodnocení. I když jste zrovna vydělal milion dolarů, znamená to, že jste slaboch a vaše žena vám nemůže plně důvěřovat.

Ve zkoušce obstojíte, pokud její prověřování ponese s neochvějnou vnitřní silou, rozverností a radostí a nenecháte se ničím rozhodit.

„Dobře, miláčku, chceš mlíčko, máš ho mít,“ řeknete, vezmete svou ženu do náručí a položíte ji na pohovku. Smějete se, líbáte, hledíte hluboko do jejích očí a láskyplným mazlením v ní znovu probouzíte štěstí.

Z vaší ženy spadne napětí, protože může důvěřovat vašemu šivovskému jádru. Odlehčíte tak jejímu srdci. Je na vás spolehnutí. Nepotřebujete její souhlas, abyste mohl milovat. Milujete, a to je celé. Vaší pravou podstatou je láska a vaše celistvost nezávisí na vaší mamince. Jste nejenom muž, jste pravý muž: takový, který je ztělesněním lásky na tomto světě a ve vztahu, muž, který vydrží mít otevřené srdce a uchová si svou vnitřní pravdu v plné síle, i když ho jeho žena právě kritizuje, muž, který se dokáže zasmát tomu, že v den, kdy vydělal milion dolarů, zapomněl koupit mléko.

A takovému muži může vaše žena důvěřovat. Teď je čas slavit. Teď se může uvolnit a k vaší oslavě se naplno přidat, protože ví, že vaše štěstí nezávisí na tom, jestli vás pochválí, nebo ne. Vydrží vám to ... možná deset minut. Než si na vás žena vymyslí novou zkoušku.

Nikdy to neskončí. Žena bude svého muže neustále podrobovat nějakým zkouškám, aby pocítila sílu jeho lásky, schopnost překonávat obtíže, věrnost vlastní pravdě a schopnost sdílet svou pravdu láskyplně se svou ženou, i když si třeba stěžuje – *zvláště* když si stěžuje. V jejích stížnostech tkví počátek její

radosti. Není to skutečná kritika, ale test vašeho šivovství. Její kritizování se rozpustí v lásce, jakmile pozná, že si i uprostřed všech výtek zachováváte dobrou náladu a vnitřní štěstí.

Tajemství spočívá v tom, že to nikdy neskončí. Neutečete před tím. Nepomůže vám, když si najdete jinou ženu. Nedostane vás z toho žádná terapie. Neuchrání vás před tím žádný finanční úspěch ani sexuální mistrovství. Vaše žena vás zkouší, protože vás miluje. Chce poznat vaši pravdu. Chce cítit vaši lásku. A chce se přesvědčit, že vaše pravda a láska jsou silnější než ostny, kterými vás popíchá. Pak se může v klidu odevzdat polaritě mezi mužem a ženou. Pak vám může důvěřovat.

Žena, která vás nejvíce miluje, vás bude také nejvíce zkoušet. Chce po vás, abyste byli sebou samým, v celé své velikosti. S ničím menším se nespokojí. Ví, jaká je vaše pravá podstata. Ví, že v hloubi svého srdce jste svobodný, že jste Šiva. Když před ní předstoupíte jako kdokoliv menší, bude vás trápit. A jak víte, umí to docela dobře.

Jestliže je však vaším cílem dosažení svobody, budete jí za to vděční.

DRUHÁ ČÁST

JAK JEDNAT SE ŽENAMI

16

Ženy nelžou

„Držet se svých slov“ je maskulinní charakteristický rys, jak u žen, tak u mužů.

Osoba s výrazně ženskou podstatou se možná nebude držet svých slov, ale přitom nebude „lhát“. V ženské skutečnosti jsou slova a fakta až na druhém místě za emocemi a proměnlivými náladami ve vztahu. Když žena řekne „nenávidím tě“ nebo „do Texasu se nikdy stěhovat nebudu“ nebo „do žádného kina jít nechci“, je to spíš odraz momentálního pocitu než uvážlivé konstatování pronesené na základě znalosti fakt a zkušeností. Mužský princip ovšem to, co říká, myslí zcela vážně. Držet se svých slov je pro něj otázkou cti. Ženský princip říká, co právě cítí. Slova ženy jsou tedy pravdivým vyjádřením v daném okamžiku.

Když posloucháte ženu, naslouchajte jí, jako byste naslouchali oceánu nebo listům ve větru. To, co slyšíte, jsou zvuky provázející proměny její nálady a energie. Samozřejmě že jsou také chvíle, kdy po mužském způsobu zvažuje svá slova a vyjadřuje přesně to, co si myslí. Častěji ovšem se v jejích slovech odráží city, a téměř pokaždé se tak děje

v emočně vyjatých situacích. Ženská řeč má blíž k poezii než k jasné konstruktivní promluvě. V emočních situacích je to, co říká, že udělá, ve skutečnosti vyjádřením toho, co má v daný okamžik chuť udělat. Její pocity, a tím pádem i to, co se chystá udělat, se však během pěti minut můžou změnit. Můžou se měnit dokonce každých pět minut.

Kdykoli vás překvapí, co vaše žena udělá, a začnete protestovat: „Ale říkala jsi přece...“, zapomínáte, že má ženskou podstatu. To, co vaše žena říká, je jako oblak plující oblohou: v jednu chvíli má jasný ohraničený tvar, a za okamžik se rozplyne. Oblak je přesným vyjádřením fyzikálních vlastností vody, větru a vzduchu. Slova vaší ženy odpovídají zřejmým i skrytým fyzikálním vlastnostem jejích citů, vašeho vztahu a momentální situaci. Dané faktory se ale každou chvíli mění, podobně jako slova vaší ženy.

Zeptáte se jí třeba: „Nechceš jít do kina?“

Žena odpoví: „Ani ne.“

Obejmete ji, přitulíte se a řeknete: „Pojďme do kina.“

A ona na to: „Tak jo.“

Nemluví o tom, jestli chce jít do kina. Mluví o pocitech, jaké má v daném okamžiku z vašeho vztahu. Jestliže za chvíli řekne, že se jí do kina nechce, a vy to tak necháte a sednete si k televizi, nic jste nepochopili. Ve skutečnosti totiž neříká, že nechce jít do kina, i když to přesně tak zní.

Není to lhaní. Pro muže – nebo pro kohokoli, kdo je zvyklý mluvit po mužském způsobu – říct něco, co není pravda, znamená lhát. Pro ženský princip je však pravda příliš těsný pojem na to, aby se do něj vtěsnil široký proud pocitů. „Pravda“ ženy je to, co *v danou chvíli* právě cítí.

Jestliže vám žena řekne, že se s vámi ráda odstěhuje do Pittsburghu, a vy tedy prodáte dům, načež se od ní dovíte, že se s vámi nikam stěhovat nechce, nekřičte na ni: „Ale ty jsi přece říkala...!“ Když souhlasila se stěhováním, měla dobrý pocit z vašeho vztahu. Když teď říká, že se stěhovat nechce, znamená to,

že se ve vztahu s vámi necítí dobře. Místo dohadů o tom, co říkala nebo neříkala, upevněte vzájemnou lásku ve vašem vztahu.

Základní pravidlo zní: Nevěřte doslovnému obsahu toho, co vaše žena říká, pokud právě v tu chvíli mezi vámi neproudí hluboká láska. A i v takové situaci si buďte vědomi, že pravděpodobně mluví o svých současných pocitech, a její slova se nemusí vztahovat k danému tématu, ať už se týká čehokoli. Své plány nikdy nezakládejte na tom, co vaše žena říká, že chce dělat, pokud v tu chvíli není zrovna ponořena v proud lásky. A i pak počítejte s tím, že může kdykoli změnit názor, jakmile se změní její pocity. Pamatujte si, že žena reaguje citlivěji než vy na neviditelnou říši přírody. Snažte se u ní rozlišit změny nálad od intuitivní moudrosti.

Ženy nelžou, i když to tak mužům může často připadat. Proto je také třeba, aby muž byl zodpovědný za svá vlastní rozhodnutí založená na nehlubší pravdě, jaké může dosáhnout. Jestliže se nechá vychýlit ze své pravé životní cesty, aby vyhověl momentálním a proměnlivým požadavkům své ženy, pravděpodobně jí to dříve či později začne dávat za vinu.

Měli byste pozorně vyslechnout, co vám vaše žena sděluje, a vnímat při tom její hloubku. Pečlivě zvažte její projev a pak udělejte to nejlepší možné rozhodnutí vycházející z vašeho nitra. Díky tomu nebudete ženě vyčítat, že jste kvůli ní sešli ze své cesty, ani když později změní názor. Její citlivost a emoce proměnlivé podobně jako počasí vás můžou naopak těšit. Můžete naplno pokračovat ve své cestě, nebo se své jednání rozhodnout změnit, a přitom víte, že se rozhodujete podle svého nejlepšího vědomí a svědomí a zároveň berete v úvahu hlubokou moudrost své ženy – i její rozkolísané názory a nálady.

17

Chvalte ji

Mužům pomáhají v růstu výzvy, ženám chvály.

*Je třeba, aby muž oceňoval ženu – otevřeně
a nahlas. Chvalte ji upřímně a hodně.*

Muži rostou ve výzvách. V partě kluků vás budou ostatní chlapci vyzývat, aby vás vyhecovali: „Vsadím se, že nepřeskočíš ten plot.“ Ve vojenském výcvikovém táboře na vás budou křičet, že jste nula a padavka, a takové urážky vás podnítí k tomu, že ze sebe vydáte maximum. Jakožto muž tedy možná máte ve zvyku po chlapsku hecovat ostatní, včetně své ženy, aby se mohli zdokonalovat a růst.

Skrze výzvy ovšem poroste pouze mužská stránka vaší ženy. Ženská stránka touží po podpoře a chvále. „Miluju křivky tvého těla,“ ji bude motivovat ke cvičení mnohem víc, než: „doufám, že už nebudeš dál přibírat“.

Chvála vždy ještě prohloubí tu vlastnost ženy, kterou chválíte. „Když se usmíváš, moc ti to sluší,“ je mnohem účinnější pobídka než „když se mračíš, vypadáš ošklivě,“ i když obě prohlášení vyjadřují vaše přání, aby se žena usmívala. Když mluvíte se ženou, je vždy lepší říkat, že sklenice je do půlky plná, než že je poloprázdná.

Chvála je doslova potravou ženských vlastností. Jestliže chcete podpořit vnitřní světlo, zdraví, štěstí, lásku, krásu, sílu a hloubku vaší ženy, pak tyto kvality chvalte. Chvalte je bezpočtukrát denně.

Pro většinu mužů je to těžké, ale musíte se naučit chválit právě ty vlastnosti, u kterých máte pocit, že si žádnou chválu nezaslouží, protože díky tomu se budou rozvíjet. Jinými slovy, chvalte zárodky vlastností, které byste uvítali ve větší míře. Pokud víte, že by vaše žena byla zdravější, kdyby víc cvičila, neříkejte jí to přímo. Vnímala by to jako urážku, jako byste ji odmítal takovou, jaká je. Místo toho jí řekněte, že na vás působí velmi sexy, když se potí ve cvičebním úboru. Povězte jí, jak vás přitahuje, když je v pohybu. Ať se vám líbí jakákoli část jejího těla, řekněte jí o tom, a říkejte jí to často.

Vaše chvály povedou k tomu, že bude cvičit častěji. Pokud jí však oznámíte, proč by měla cvičit, jako byste jí tím dávali najevo, že pro vás není přijatelná taková, jaká je. Chvála působí. Informace nikoli. Chvála motivuje. Výzvy ne. Vyzkoušejte to. Chvalte to, co se vám na vaší ženě líbí pětkrát až desetkrát denně. A uvidíte, co se bude dít.

18

Pokud ji budete tolerovat, začnete ji brzy nenávidět

Pokud je muž příliš bázlivý, slabý nebo nezkušený na to, aby pronikl náladami a zkouškami ženy až k její lásce, bude cítit rozmrzelost, zatrpklost a odpor. Byl by radši, kdyby to s ní měl jednodušší. Jenže to není jenom vina ženy, že se hádá a stěžuje si. Odráží tak muži skutečnost, že k ní nepronikla jeho láska. Když to muž vzdá a je shovívavý vůči sebedestruktivním náladám své ženy, je to známka jeho slabosti. Jeho celkový přístup vůči ženám a světu charakterizuje snaha o útek a nikoli chuť pomáhat jim v lásce. Muž by neměl tolerovat hádavou a nespokojenou náladu své ženy, měl by ženě sloužit a milovat ji, jak nejlépe dokáže a s maximální výdrží. Pokud se přesto jeho žena nedokáže otevřít lásce, může se muž rozhodnout vztah ukončit, aniž by cítil hněv nebo zklamání, protože ví, že udělal všechno, co mohl.

Důvěrný vztah má sloužit k tomu, aby si muž a žena vzájemně pomáhali v růstu a lásce, což by jim společně mělo jít lépe, než kdyby o totéž usiloval každý sám za sebe. Proč bychom se jinak pouštěli do vztahů, kdyby našemu růstu a naší lásce prospíval víc život o samotě? Důvěrný vztah nabízí větší možnost osobního růstu díky umění vzájemného obdarovávání.

Jeden z největších darů, jaký můžete své ženě dát, je schopnost otevřít její zavřené srdce. Samozřejmě že se ze své špatné nálady dokáže dostat i vlastními silami, ale vaše mužská láska může jako blesk z čistého nebe prozářit její temnotu tak, jak to ona sama nesvede.

Pokud jste jako většina ostatních mužů, nálady vaší ženy vám budou po čase pravděpodobně dost vadit. Vaše žena vás bude rozčilovat. Budete si přát, aby vám už dala pokoj a starala se o sebe. Začnete si připadat vyčerpaný a bezmocný. Nakonec budete ženiny nálady tolerovat, ale uvnitř vás bude narůstat nelibost. Nebudete chápat, co pořád má. Proč prostě nemůže být šťastná?

Ženská část vaší ženy se vám buď otevírá v láskyplném odevzdání (příjemné chvílky), nebo se zavírá a podrobuje vás emočnímu testu, nakolik ji dokážete znovu otevřít (těžké chvílky). Tento ženský cyklus je stejný jako všechny přírodní cykly: nikdy nekončí. Čím dříve se naučíte její náladovost a uzavřenost obejmout a tančit s ní, tím dříve přesáhnete toto psychodrama a zjistíte, že je to vlastně zábavná hra.

Namísto tolerování nálad vaší ženy, její uzavřenosti a stěžování si, ji otevřete obratnou láskou. To je dar, ze kterého budete mít oba větší prospěch, než z vaší přílišné shovívavosti. Pravý muž spatřuje v náladách své ženy nikoli prokletí ale výzvu a zábavu.

Možností, jak se kreativně vypořádat se špatnou náladou a pomoci ženě, aby se mohla otevřít, je mnoho. Polechtejte ji. Svléčte se a zatancujte jí twist. Zazpívejte jí operní árii. Napodobujte

zvuky zvířat. Zakřičte na ni tak hlasitě jako nikdy a pak ji vášnivě polibte. Přitiskněte se k ní, dokud neroztaje. Zdvihněte ji ze země a roztočte ji. Čas od času také pomůže, když si spolu popovídáte, ale rozhodně ne tak často jako legrace a fyzické vyjádření lásky.

Pokud jste vyzkoušeli všechny možné kreativní, zábavné a účinné způsoby, jak s láskou proniknout přes její uzavření, a ona se přesto odmítá otevřít, pak se uvolněte. Udělali jste všechno, co jste mohli. Jestliže si s ní nedokážete poradit nebo jestliže vaše žena nestojí o vaše dary, pak jste možná se špatnou ženou.

Zapamatujte si, že každá žena, se kterou budete – pokud má ženskou sexuální podstatu – bude každý den procházet koloběhem nálad a bude se zdánlivě bezdůvodně uzavírat. Nevyhnete se tomu tím, že odejdete k jiné ženě, a nedočkáte se toho, že ji to přejde. Můžete jenom rozvíjet svou schopnost pomáhat ženě v tom, aby se dokázala znovu otevřít. Přesto to nikdy neskončí, i když budete kdovíjak vášnivý, nebojácný, láskyplný a zábavný. Počasí se neustále mění, jednou je deštivo a jindy sucho, den se střídá s nocí, a obdobným koloběhem uzavírání a otevírání prochází vaše žena, i když se zdá, že s vámi má báječný život a úžasný vztah.

Jakmile její nálady začnete jen tak přecházet, protože vás unavují nekonečné debaty, které nikam nevedou, můžete si být jisti, že ve vás obou bude postupně narůstat vzájemný odpor. Netolerujte jí její nálady. Ale ani je s ní nerozebírejte. Vstupte do toho, co prožívá. Přimějte ji, aby rozkvetla do plnosti. Probuďte její tělo svým tělem. Otevřete jí srdce svým vtipem a důvtipem. Pronikněte její uzavření svou nebojácnou plností a bytím. Otevírejte její srdce – znova a znova. Dokázala by to i sama, ale pokud by mohla růst lépe sama než s pomocí vašich darů, proč by s vámi měla dál být?

19

Neanalyzujte ji

Ženské nálady a názory jsou jako proměnlivé počasí. Neustále se mění, někdy zuří vichřice, jindy je bezvětří, a tyto proměny mají nejružnější příčiny. Nefunguje na ně žádná analýza. Neexistuje žádný řetězec příčin a následků, který by vás dovedl k jádru „problému“. Není totiž žádný problém, je jen bouře, vítr, vánek, náhlá změna počasí. Základnou pro tyto vichřice je systém nízkého a vysokého tlaku v lásce. Když žena cítí hluboký proud lásky, může se její nálada v okamžiku proměnit v radost, ať už byl důvod předcházející špatné nálady jakýkoli.

Jako muž chcete pravděpodobně najít příčinu problémů ve vašem životě, kterou byste pak mohli odstranit. Věříte, že když se dostanete ke kořenům problému, můžete ho vyřešit jednou provždy. Když se vám zdá, že má vaše žena nějaký emoční problém, chcete pochopit proč. Chcete zjistit, co ji trápí. Domníváte se, že existuje nějaká konkrétní příčina. Chcete vědět, co způsobilo její špatnou náladu, abyste to mohli vyřešit.

Milujete ji, a proto se jí začnete ptát, abyste se dostali k jádru problému. „Co se stalo? Naštval jsem tě něčím? Kvůli čemu brečíš? Nebudeš mít menstruaci? Neřekl ti někdo něco hrozného?“

Podléháte iluzi, že jakmile zjistíte, jakou příčinu má její nálada, bude už snadné se jí zbavit. Jenže takhle to nefunguje. Vaše otázky její stav pravděpodobně ještě zhoršují.

Je to překvapivé zjištění, ale 90% emočních problémů žen pramení z pocitu, že je nikdo nemiluje. Takže nestůjte v pozadí a neanalyzujte ji jako lékař nějakou pacientku nebo psychoterapeut klientku. Dejte jí svou lásku – stejnou lásku, s níž jste se jí začali vyptávat – hned a jednoznačně. Přistupte k ní, podívejte se jí do očí, obejměte ji, pohladte ji, řekněte jí, jak moc ji milujete, usmějte se na ni, zanotujte její oblíbenou písničku a pusťte se s ní do tance – a existuje dost velká pravděpodobnost, že její emoční problém zmizí. Možná bude dál v určité situaci, kterou musí řešit, a možná jí s tím můžete pomoci, ale její emoční aspekt se promění v lásku.

Vaše analýza ženě skutečně pomůže zbavit se špatné nálady jen velmi zřídka. Mnohem častěji ovšem vaše otázky a pokusy vše vyřešit ženu ještě více rozloží. Zeptejte se jí, jestli stojí o projev vaší lásky nebo o psychoanalýzu, když je rozhořčená. Je tak snadné ji milovat – a je to právě to, co oba stejně chcete. Jenže jako muž to většinou hodláte dát do pořádku po svém. Vaše žena však stojí o něco jiného a váš způsob řešení situaci většínou ještě zhorší.

Až bude mít příště vaše žena špatnou náladu, vyzkoušejte následující postup: Předpokládejte, že cítí nedostatek lásky. Vyjděte z tohoto předpokladu, i když vám připadá, že to nemůže být tak jednoduché, protože přece musí existovat nějaký pádnější důvod, proč je vaše žena nešťastná, nějaká příčina, kterou byste mohli řešit. Představte si, že je spíš jako květina, která potřebuje zalít, než jako motor, který potřebuje vyladit karburátor. Nepřemýšlejte o tom, zda by někde mohla být chyba. Vycházejte z toho, že od vás potřebuje lásku, její hluboký, silný, a přitom citlivý projev.

Zadívejte se jí s láskou do očí, dotýkejte se jí s láskou tak, jak to má ráda, a s láskou k ní mluvte nebo jí zpívejte. Všimněte si,

co to dělá s její náladou. Až se její špatná nálada rozpustí ve vaší projevené lásce a vaše žena bude znovu šťastná a uvolněná, pak spolu můžete probrat, co je třeba, pokud to ještě bude zapotřebí.

Jestliže se přistihnete při tom, jak se vyptáváte ženy, proč je nešťastná, zatímco ona je stále nešťastnější, vězte, že jste na špatné cestě. Ze všeho nejdřív jí dejte svou lásku, projevte ji očima, dotykem, pohybem a tónem hlasu. Teprve potom, když jste znovu navázali láskyplné spojení, můžete zjišťovat, jestli zbývá ještě něco k řešení.

20

Neříkejte ženě, aby si vyřešila své emoční problémy

*Chtít po ženě, aby rozebírala a řešila vlastní
emoce, je popření samotné podstaty ženství,
jíž je energie v pohybu, stejně jako oceán.
Může se naučit odevzdat své nálady Bohu,
může se naučit otevřít zavřené srdce, může se
naučit obrousit hrany a důvěřovat lásce,
ale nikdy nic „nevyměsí“ tím,
že bude analyzovat daný „problém“.*

Jako muž se jasnou analýzou vlastních problémů můžete o sobě hodně dozvědět. Jeden z nejlepších způsobů, jak docílit vnitřního růstu ve vašem případě, je zapojit rozlišovací schopnost, zjistit, co vám v životě přináší zbytečnou bolest, a pak změnit to, co je třeba. Předpokládejme například, že jste nespokojený v práci. Přemýšlíte o tom. Uvědomíte si, že je to kvůli tomu, že vás váš nadřízený využívá a vy si to mlčky necháváte líbit. Dojdete k tomu, že nejlepší způsob, jak danou situaci řešit, je zajít za ním a promluvit si o tom. Vzmůžete se, napochodujete k němu, hezky od plic mu všechno povíte a máte to z krku. Je po problému. Hotovo. Uvědomili jste si, jak je důležité komunikovat s nadřízeným, a zbavili jste se starého nedorozumění, které vás tížilo.

Stejný systém pravděpodobně aplikujete i na svůj partnerský

vztah. Zjistíte, že vaše manželka dělá něco, co vám vadí. Možná to proberete s přáteli nebo o tom popřemýšlíte sami. Uvědomíte si, že se vám už vaše žena nevěnuje tak jako dřív. Dojdete k závěru, že byste byli šťastnější, kdyby vaše žena víc vařila a častěji vás namasírovala. Napadne vás také, že i vaše žena by možná byla ráda, kdybyste se zas vy věnoval víc jí. A tak jí povíte, co byste od ní chtěl, načež se zeptáte: „A co bys ty chtěla ode mě?“ Řeknete jí, ať si to rozmyslí a dá vám vědět.

Muži to připadá spravedlivé, ale vůči ženě to je nefér. Dostali jste ji do patové situace. Proč? To, co žena opravdu chce, je muž, který na to umí přijít sám. Chce muže, který ji miluje a doprovází ji svou láskou, aniž by se musel pořád ptát, co od něj žena chce.

Jedno z nejhlubších přání ženy v partnerském vztahu je nemuset konečně řešit věci za muže a vést ho. Chtěla by takového muže, aby se s důvěrou mohla odevzdat jeho vedení. Jsou chvíle, kdy vám žena ráda poradí, ale mnohem častěji si cenní toho, když se ve vztahu ujmete vedení, aniž vás o to musela neustále žádat a říkat vám, co a jak.

Představte si například, že vaše žena má narozeniny. Kdyby to byly vaše narozeniny, líbilo by se vám, kdyby nachystala oslavu podle vašeho přání. A tak si myslíte, že ocení totéž co vy. Jdete za ní a řeknete jí: „Všechno nejlepší! K tvým narozeninám můžeme dělat, cokoli si budeš přát. Můžeme jít, kam budeš chtít. Udělám pro tebe cokoli. Co bys chtěla dělat?“

To je pravý opak toho, co si většina žen představí jako ideální dárek k narozeninám. Většině žen byste udělal mnohem větší radost, kdybyste řekl: „Máš půl hodiny na to, aby sis sbalila. Neptej se mě, kam jedeme, ale budeme pryč celý víkend. O nic se nemusíš starat, jenom si sbal tašku a ostatní nech na mě. Budou to nejkrásnější narozeniny, jaké jsi kdy měla.“

Jedno z nejhlubších přání ženy v partnerském vztahu (ovšem nikoli ve vztahu obchodním nebo čistě kamarádském) je uvolnit se a odevzdat s vědomím, že se muž o všechno postará. Když

žena nemusí plánovat a říkat muži, co má dělat, může si konečně začít užívat. Když nemusí rozebírat různé varianty a rozhodovat se, která bude ta nejlepší, může konečně projevit čistou energii a čistou lásku. Může mít radost z toho, že muž se zhostil svého úkolu: převzal odpovědnost – a ona se může stát tím, čím má být žena: čistou energií.

Přirozený stav ženy je podobně jako u oceánu disponovat velikou silou, ale neuplatňovat ji jen jedním směrem. Mužská energie staví průplavy, přehradu a loď, aby se spojila se silou ženského oceánu a dostala se z bodu A do bodu B. Ženská energie se v jednu chvíli ubírá mnoha směry zároveň. Mužská energie si vybírá jeden cíl a k tomu směřuje. Podobně jako loď brázdící oceán, muž si určí kurz a podle něj naviguje. Ženská energie má nesmírnou sílu, ale je nezacílená, jako vítr nebo mořské proudy – je to proměnlivá, krásná, ničivá síla, která je zároveň zdrojem života.

Stejný princip lze aplikovat na problémy v partnerském soužití. Kdykoli nutíte ženu, aby se chovala víc jako loď a méně jako oceán, popíráte její ženskou energii. Kdykoli s ní probíráte její nálady a chcete po ní, aby je analyzovala, a snažíte se ji přimět k tomu, aby řešila danou situaci, jednáte s ní z „maskulinní“ pozice. Zvládne to, a půjde jí to možná líp než vám, ale jako žena nebude šťastná.

Šťastná žena je v souladu se svým tělem a srdcem: mocná, nepředvídatelná, hluboká, potenciálně divoká a ničivá, nebo naopak klidná a tichá, ale vždy plná života, odevzdaná nesmírné síle svého bezbřehého srdce. Chcete-li po ní, aby analyzovala city, jaké chová ve svém srdci, je to, jako byste chtěli část oceánu obestavět zdí a vybudovat v něm bazén. Je to bezpečnější a předvídatelnější, ale není v něm život. Většina mužů své ženy proměnila v bazény tím, jak s nimi setrvale zacházeli jako s muži a probírali s nimi svoje city v domněnku, že když je rozeberou, tak „se to vyřeší“.

Neztrácejte tím čas a hlavně nečekejte, že něco takového bude podstupovat vaše žena. Bylo by to stejné jako nutit vás, muže, číst zamílované románky nebo se dívat na romantické filmy. Samozřejmě že byste to přežili. Ale zřejmě by se vás to nedotýkalo tak, jako se to dotýká vaší ženy. A kdyby vás vaše žena k něčemu takovému nutila pořád dokola, asi by se vám tím zprotivila. A kdyby měla za to, že váš hlavní problém pramení z toho, že nesledujete dostatek televizních seriálů, asi byste ji pokládali za blázna.

Televizní seriály, červená knihovna a romantické příběhy se žen často hluboce dotýkají, protože ženskou prioritou je proud lásky v partnerském vztahu. Mužskou prioritou je však účel a směr. Leckterý emoční problém můžete vyřešit tím, že se zamyslíte, jaký pro vás má smysl, a znovu se zaměříte na svůj cíl. Láska je ovšem ženská priorita, v ní s účelem ani cílem nepochodíte.

Ženy se neosvobodí sebeanalýzou. Můžou se osvobodit, když se odevzdají lásce. Nikoli vaší lásce, ale jejich. Osvobodí se, když se odevzdají nesmírnému proudu lásky, která je jim přirozená, a když dovolí, aby se jejich život řídil touto silou v jejich srdci. Možná se při tom občas uplatní i analýza, ale primární je pro ně hluboká důvěra.

Nejlepší způsob, jak můžete prospět vaší ženě, je pomáhat jí, aby se dokázala odevzdat, aby věřila síle lásky a mohla otevřít své srdce, být samotnou láskou a rozdávat lásku, která samovolně tryská z jejího štěstí. NEPOMŮŽETE JÍ, KDYŽ S NÍ BUDETE ROZEBÍRAT, CO JÍ V LÁSCĚ BRÁNÍ. Analýza bloků je mužský přístup. Muži s oblibou rozebírají nejružnější bloky na fotbalovém stadionu, nad šachovnicí, na burze a dokonce v partnerském vztahu. Důležité je, abyste tento mužský přístup nevyžadovali od své ženy.

Ať zůstane oceánem. Povzbuzujte ji, ať je tak svobodná jako oceán, hluboká jako oceán, divoká jako oceán a silná jako oceán.

Milujte ji cele, buďte ve své lásce tak silní a neochvějní, aby se vaše žena mohla vzdát zábran, jimiž ohraničila své city. Ať své city může přestat hlídat a nechat je volně tryskat ze srdce. Ať se její láska může vyjádřit bez omezení. Ať láskou třeba zešílí.

Láska má svou vlastní inteligenci. Uznejte ji a připusťte, že vaše žena nepotřebuje žádnou analýzu k tomu, aby se otevřela. Milujte svou ženu celým svým tělem, můžete ji třeba břichem a hrudníkem přitisknout ke zdi, vtisknout do ní svou lásku, spojit svůj dech s jejím, aby se mohla vzdát svého napětí a odevzdat se lásce, jakou chová ve svém srdci. Její uvolnění a odevzdání osvobodí moudrost, která je její lásce vrozená. A hloubka jejích ženských darů vás může bohatě obdarovat.

Zůstaňte se ženou v její intenzitě – do určité míry

Když začne žena vyjadřovat silné emoce, průměrný muž se ji snaží uklidnit a v klidu všechno probrat, nebo odejde, aby se vrátil, až žena „vychladne“. Pravý muž pronikne náladu své ženy neochvějnou láskou a neúnavným vědomím. Pokud žena nadále odmítá žít plněji v lásce, nechá ji časem jít.

Pokud jste jako většina mužů, asi nemáte moc rád ženskou náladovost a hysterické výlevy. Možná si v duchu říkáte, proč to s ní je tak složité. Co má za problém? Možná se ji snažíte uchlácholit větami typu: „Uklidni se a neber si to tak.“ Špatná nálada vaší ženy je vám natolik cizí a nečitelná, že ve vás možná vzbuzuje až odpor. A když se pak vaše žena skutečně dostane do ráže, v duchu trnete, co by v tomhle stavu všechno mohla natropit. Její emoce jsou oproti vašim o tolik divočejší a nevyzpytatelné, že se jim raději vyhýbáte.

Většina mužů se ženských emocí bojí a cítí vůči nim odpor. Proto se je snaží nějak uklidnit nebo jim uniknout. „Vrátím se, až budeš schopná promluvit si jako rozumná lidská bytost,“ říkáte například.

Jedna z nejhlubších ženských radostí je, když muž ustojí citové výlevy své ženy, a zůstane při tom v plné přítomnosti, aniž

by se do nich nechal zatahnout. Když zůstane s ní a dál ji miluje i v její divokosti a uzavření, může mu žena plně důvěřovat a uvolnit se.

Způsob, jakým reagujete na chaos vaší ženy, odráží způsob, jak reagujete na chaos celého světa. Jestliže potřebujete mít všechno úhledně srovnané ve škatulkách, budete se nejspíš pokoušet dostat do krabice také emoce své ženy. Pokud si raději najmete firmu, aby vám pomohla vyklidit půdu nebo se postarala o finanční záležitosti, než byste se do toho pustil sám, raději asi taky necháte na někom jiném, aby se postaral o chaos vaší ženy.

Tím, že se naučíte, jak si uchovat svobodu a lásku v chaosu emocí vaší ženy se můžete naučit zvládnout celý svět – finančně, tvořivě i duchovně. A toho docílíte tak, že ze své lásky neustoupíte. Nevzdáte se, když se vám bude zdát, že prohráváte. Musíte se ze svých proher poučit a vrátit se k lásce. Dejte jí svůj dar. Jako u kormidlování nebo surfování na vlnách oceánu, mistrovství spočívá v tom, že se prolnete se silnou energií ženy a budete vnímat, jak v daný okamžik stoupá a zase klesá, aniž byste na okamžik ztratili svou pozornost.

Stane se, že vás kormidlo porazí, oceán zaplaví a žena zraní. Tím vším se učíte. Vstanete, oklepete se, doplavete ke břehu a znovu stanete své ženě tváří v tvář. Máte volbu mezi strachem a mistrovstvím. Můžete utéct, můžete přejít na menší loď s menším kormidlem, menší vlny, můžete čekat, až se vaše žena uklidní, nebo jí dokonce vyhrožovat. Nebo můžete daný okamžik brát jako výzvu, nakolik dokážete láskou dobývat svět a svou ženu.

Dýchejte zhluboka. Vnímejte sílu svého těla. Buďte tady a teď. Ať vaše žena dělá nebo říká cokoli, dejte jí svou lásku. Přitiskněte k ní podbřišek. Usmívejte se. Zakřičte a pak jí olíznete obličej. Zkuste cokoli, co by mohlo prolomit její ulitu, aby se vaše láska mohla dotknout jejího srdce. Naučte se mít potěšení i z jejího

hněvu, z jejích slz a tiché zatvrzelosti. Svět se k vám bude občas chovat zrovna tak.

Součástí životní hry je najít na každé situaci něco přínosného, transformovat každou příležitost prostřednictvím lásky, rozdávat v každém okamžiku celý svůj dar, ale neulpívat na výsledcích, s vědomím, že všechno stoupá a zase klesá, aby znovu povstalo...

Ženy a svět ovládnete, až vaši lásku a svobodu nebude omezovat žádná touha něčemu se vyhnout nebo něčeho dosáhnout.

Nenuťte ženu, aby se rozhodovala

Když muž očekává od ženy, že se bude rozhodovat sama za sebe a bude odpovídat za důsledky svých rozhodnutí, zřídka se tím své odpovědnosti. Odmítá tak uplatňovat svůj dar mužskosti a staví ženu do pozice, ve které musí více zapojovat svou mužskou stránku ona.

Pro některé ženy je užitečné, když si oživí své mužské rozhodovací schopnosti. Jestliže se však muž trvale zřekne své zodpovědnosti poskytovat ženě dar mužské jednoznačnosti a rozhodnosti, pak bude žena chronicky rázná, nabroušená a nedůvěřivá vůči jeho lásce. Přestane se mu láskyplně odevzdávat, přestane věřit jeho mužským schopnostem a místo toho se stane sama sobě mužem.

Žena by chtěla znát váš názor, ale vy prohlásíte: „Udělej to, jak chceš, mně to je jedno.“ To můžete říct kamarádovi, ale nikoli ženě. Přátelé se k sobě chovají nestranně a nechávají si vzájemně volnost a nezávislost. Jako milenci jste však vy a vaše žena víc než jen přátelé. Rozehráváte mezi sebou naplno dynamickou polaritu mezi mužským a ženským

principem. Nechtěli byste, aby vám žena jako bohyně poskytla všechny ženské dary? Abyste je v ní probudili, musíte jí nabídnout všechny vaše mužské dary. Jeden z nejcennějších darů, jaký máte, je schopnost vidět všechny možnosti a rozhodovat se na základě tohoto nadhledu.

Ženské rozhodování se odehrává na základě toho, co žena cítí, že je správné, a často je to skutečně ten nejlepší způsob, jak se správně rozhodnout. Smyslem života ve dvou však není jenom dělat ta nejlepší možná rozhodnutí, ale rozhodovat se co možná nejlépe a zároveň si uchovat sílu mužsko-ženské polarity, která vás k sobě od začátku přitahovala. Jestliže se tato polarita začne vytrácet, začne častěji docházet ke konfliktům. Když zmizí polarita, zmizí vzájemná přitažlivost a spolu s tím se rozpadne vzájemný intimní vztah.

Jestliže chcete, aby vaše žena naplňovala ženský pól, je třeba, abyste plnili svůj mužský protipól. Tím, že ženě poskytnete svůj náhled při rozhodování, podělíte se s ní o svůj mužský dar. A ani při tom nejtriviálnějším rozhodování byste nikdy neměli vypustit z úst: „Udělej si to, jak chceš.“ Pokud se vás zeptá, které boty jí podle vás víc sluší, rozhodněte se a povězte jí to. Jen neříkejte: „Všechny jsou hezké.“ Můžete třeba zareagovat následovně: „Mně se líbí ty červené, ale nejdůležitější pro mě je, abys byla šťastná.“ Může si samozřejmě obout, co bude chtít, ale zároveň jste ji obdaroval svým mužským darem rozhodnosti.

Možná se vaše žena chystá udělat profesní rozhodnutí s dlouhodobým dopadem. Možná se bude řídit svým citěním a rozhodne se na základě toho, z čeho má nejlepší pocit, což bude ryze ženský způsob rozhodování. Nebo se pokusí zvážit všechny možné důsledky, které vyplynou z konkrétní volby, což odpovídá mužskému stylu. Díky tomu, že máte mužskou sexuální podstatu, budete mít přirozeně schopnost podpořit její mužský proces rozhodování. A co je pro váš vztah velmi důležité, pokud k její mužské stránce rozhodování ničím nepřispějete, vás

oba to vychýlí ze vzájemné energetické rovnováhy. Vaše žena bude v mužské energii, vy v neutrální, a na ženském protipólu bude prázdno. Stane-li se to tu a tam, nic se neděje, ale pokud je tento stav chronický, začnete si ve vzájemném vztahu připadat spíš jako přátelé než milenci. Vzájemná polarita ztratí šťávu a místo ní tu budou probírat různé možnosti volby dvě bezpo-
hlavní bytosti.

Jestliže odmítáte sdílet se svou ženou mužský dar rozhodování tím, že říkáte: „Mně je to jedno, rozhodni se, jak chceš,“ bude se muset vaše žena naučit spoléhat se na své vlastní mužské schopnosti. Jinými slovy, vaše žena se naučí důvěřovat více svojí mužské složce než vaší. Postupně zjistíte, že vám v životě důvěřuje čím dál tím méně. Nebude se vám chtít odevzdat ani po sexuální stránce, protože se za celý den s vámi nemohla uvolnit a pocítit vůči vám důvěru. Nenabídli jste jí mužskou jasnost a perspektivu, takže se musela stát sama sobě mužem, aby si je mohla dát sama.

Můžete se to naučit. Pomáhejte ženě při rozhodování, nabízejte jí mužský úhel pohledu, říkejte jí, jak byste volili vy, ale zároveň jí dávejte najevo, že ji milujete, bez ohledu na to, jak se rozhodne. Její ženské cítění bude často mnohem lepší základ pro rozhodování než vaše mužská analýza. Proto ji podpořte, ať se nebojí vcítit do dané situace a důvěřovat svým pocitům. Pro udržení polarity a štěstí ve vzájemném vztahu jí ale vždycky řekněte, co byste dělali vy a proč, a to i v případech, kdy si myslíte, že by se měla rozhodnout sama za sebe.

TŘETÍ ČÁST

PRÁCE S POLARITOU A ENERGIÍ

Síla ženské přitažlivosti je nevyhnutelná

Maskulinní muži jsou přitahováni k různým formám ženské energie: k ženám, které vyzařují svou ženskou energii, k pivu, muzice, přírodě atp. Když se muž pokouší tuto přitažlivost skrývat, ukazuje tím, že se stydí za své vlastní sexuální jádro.

Jestliže jste jako většina mužů, pak nejspíš skrýváte množství sexuální přitažlivosti, kterou každodenně cítíte k ženám. V práci, na ulici, v obchodě, všude se setkáváte se ženami, které vás vzrušují. Někdy zatoužíte se s nimi pomilovat. Častokrát je to však spíš jen osvěžující vlna, která vámi projede. Setkání se ženou, která vyzařuje obzvláště silnou ženskou energii, vám může zpříjemnit celý den. Výrazná ženská vůně vás v okamžiku může přenést do kouzelného ráje. Úsměv ženy může danou chvíli naplnit čistou krásou.

Existují dva způsoby, jak naložit s každodenním vzrušením, které ve vás vyvolává přitažlivost k ženskému principu: moudrý a pošetilý. Abyste mohli reagovat moudře, musíte nejprve pochopit, proč cítíte přitažlivost a ke komu. Vaše sexuální podstata je neustále přitahována ke svému energetickému protipólu. Maskulinní muži jsou přitahováni ženskými ženami. Muže s vý-

raznější ženskou složkou přitahují ženy s výraznější mužskou složkou. Vyvážené muže přitahují vyvážené ženy.

Asi 80% všech mužů má výraznější mužskou sexuální složku. Tyto muže, a vy jste pravděpodobně jedním z nich, přitahuje všechno ženské. Nejen svůdné ženy, ale cokoli, v čem je ženská energie, co vyzařuje, co je živé, osvěžující, uvolňující a v pohybu. Ženská energie vás vyvádí z hlavy a přivádí do těla. Muzika, pivo, příroda, ženy, to vše jsou různé formy ženské energie.

Nepřitahují vás jen pohledné ženy. Cítíte přitažlivost k ženám, které umí volně projevovat svou ženskou energii a vyzařují ji kolem sebe. Někdy vás přitahují více, jindy méně, ale vždy alespoň natolik, abyste se za nimi ohlédli. Tato přitažlivost je nejenom přirozená, ale dokonce zdravá. Je známkou polarity, je to stejný přirozený proud, díky kterému se vytváří elektrické napětí mezi kladným a záporným pólem baterie. Není to nic, za co byste se měli stydět. Kvůli tomu jsme muži a ženami. Polarita je přirozenou součástí přírody, od magnetismu, jaký se projevuje mezi severním a jižním pólem zeměkoule, až k přitažlivosti mezi vaším mužským jádrem a ženským vyzařováním ženy.

Pokud je vám nepříjemné, že vás ženy přitahují, necítíte se zřejmě dobře ve vlastní mužské podstatě. Máte-li pocit, že ženu degraduje, když se stane „objektem“ vaší přitažlivosti, pak jste pravděpodobně zavrhlí své mužské jádro. Zneutralizovali jste svou mužskou energii tím, že jste odsoudili a potlačili své přirozené touhy. Popíráte vlastní sexuální podstatu, místo abyste se v ní zabydleli.

Na tom, že vás ženy přitahují, není nic negativního, a pokud to tak vnímáte, je to známkou strachu. Nechali jste se přesvědčit, že přitažlivost je „špatná“ a „hříšná“. Přitažlivost, kterou cítíte k ženám, k ženskému principu, je přirozená, normální a krásná. Je to dokonce jeden z aspektů stejné touhy, jež vás nakonec dovede k duchovní svobodě.

Vaše touha po ženě je součástí vaší touhy po naplňující jednotě. Když se přihlásíte ke své touze, hlásíte se tím k přání obejmout život. Objmout život, spočinout v jednotě, ve které všechny protiklady, včetně ženského a mužského, najdou svou jednotu v lásce, znamená získat duchovní svobodu. Nakonec si uvědomíte, že celá vaše touha je jenom aspektem vaší přirozené potřeby dávat lásku. Přitažlivost, jakou pro vás mají ženy, můžete od začátku do konce brát jako základní gesto vašeho srdce, jako projevení touhy po lásce a jednotě.

Jestliže jste muž s maskulinní sexuální energií, budete stále vnímat sexuální polaritu s kýmkoli, kdo projeví ženskou energii. Tuto přitažlivost pocítíte mnohokrát každý den, a vůči mnoha ženám. Užijte si to. Ženy jsou požehnáním! Ženský prvek – ať už v podobě ženy nebo jako tropický ostrov s bujnou vegetací, dobře vychlazené pivo či vaše oblíbená melodie – vás dokáže vytrhnout z všedního dne. V přijetí sexuální přitažlivosti, a to včetně hudby a míst, spočívá naše schopnost prožívat tělesnou radost.

Sexuální přitažlivost je ovšem něco zcela jiného než sexuální kontakt. Mezi rozhodnutím začít si něco s nějakou ženou, a tím, že se necháte přitahovat její vyzařovanou energií, je veliký rozdíl. Důvěrný vztah je volba dvou lidí, kteří se rozhodnou pro vzájemnou lásku a službu. Přitažlivost oproti tomu není záležitost vědomého rozhodnutí ale přirozený proud energie mezi vaším mužským jádrem a ženskou energií, ať už pramení odkudkoli. Když žena uvolněně vyzařuje ženskou energii, je jako překrásná hudba nebo teplý přímořský vánek. Nemusíte s ní mít sex, a přitom můžete prožít nevýslovnou radost.

Jestliže jste stejný jako většina mužů, dokáže vás žena se silným vyzařováním inspirovat na dlouhé hodiny a dny. Uvědomte si, že touha, kterou ve vás vzbuzuje, je sama o sobě požehnáním. Jednat na základě této touhy a usilovat o danou ženu je však něco naprosto jiného. Vaše jednání by se mělo odvíjet od toho, co vám oběma může vnitřně prospět. Ovšem inspirace,

jakou pocítíte při pohledu na zářivou ženu, je pro vás darem od přírody, je to dar ženského požehnání.

Příště, až se setkáte se ženou, která vás vzruší, uvolněte se. Nechte vlny ženské energie proudit vaším tělem jako hloubkovou masáž. Dýchejte zhluboka a nebraňte se radosti, kterou ve vás pohled na ni vyvolává. Prodýchejte radost celým tělem, až k prstům u nohou. Nezírejte na ni, ani nenavazujte kontakt. Ale když ji spatříte a uvědomíte si, že vás přitahuje, nechte energii vzbuzenou přitažlivostí volně proudit celým tělem. Naučte se přijmout svou touhu a znásobit ji, aby její síla otevřela celé vaše tělo a dech. Dívejte se na ni jako na požehnání.

24

Vyberte si ženu, která vás bude doplňovat

Jestliže je muž výrazně maskulinní povahy, bude ho přitahovat silná ženskost, která bude komplementární k jeho energii.

Čím bude neutrálnější nebo vyrovnanější, tím vyváženějším ženám bude dávat přednost.

A muž s převážně ženskými povahovými rysy bude přitahován rázností a cílevědomostí maskulinní ženy, neboť taková bude nejlépe doplňovat jeho energii. Když muž porozumí svým vlastním potřebám, naučí se lépe přijímat ženu v celé její komplexnosti.

Například maskulinní muž pak snáze přistoupí na to, že ženy, které ho vzrušují, jsou také poměrně nezkrotné, neukázněné, lehkovážné, chaotické, nespolehlivé a „lhářky“. Z energetického pohledu ovšem právě takováto žena bude na maskulinního muže působit ozdravně a inspirativně, a to mnohem víc než vyrovnanější a neutrálnější žena, která je klidná, rozumná, spolehlivá a dokáže se vyjadřovat pro muže srozumitelným způsobem.

Zřejmě jste se už setkali se ženou, která vám připadala úžasná, ale po určité době jste zjistili, že má nějaký povahový rys, se kterým jste nechtěli nic mít. Působila na vás nesmírně přitažlivě, ale taky trochu ztřeštěně. V jednu chvíli třeba něco zapáleně tvrdila, a vzápětí říkala pravý opak. Také jste se už asi setkali s velmi rozumnými a spolehlivými ženami, které si stály za svými názory. Jsou to ženy, s nimiž si můžete dobře popovídat, a ze společně stráveného času máte příjemný pocit. I když takové ženy máte moc rádi a je vám příjemné být v jejich přítomnosti, nikdy ve vás nevyvolají takovou vášň jako ženy, kterým nemůžete věřit, ani co by se za nehet vešlo, ale zato vás vzrušuje každý jejich pohyb.

„Proč nemůžou být ženy víc jako my?“ napadne leckterého muže. Jenže právě to, čím se žena nejvíc odlišuje od muže, působí na mužskou sexuální podstatu nejpřitažlivěji. Přitahuje vás ženské vyzařování, energie, která jí proudí tělem, osvěžující přirozenost a záhadnost, nemluvě o jejím půvabném úsměvu. A čím ženštější je žena ve své podstatě, o to je menší pravděpodobnost, že bude disponovat takovými mužskými schopnostmi, jako je vyjadřovat jasně a srozumitelně vlastní myšlenky a přání. Zato od ní uslyšíte, co v danou chvíli právě cítí.

Žena s ženskou sexuální podstatou vám klidně v jednu chvíli řekne, že vás miluje, ale vzápětí se od ní dozvíte, že vás nenávidí, a to jenom proto, že jste zrovna udělali něco, čeho si ani nejste vědomi. V tom tkví krása ženské podstaty: neřídí se podle maskulinního rastru slov a událostí ale plynutím vztahů a pocitů. Díky Bohu za takové ženy, které se neomlouvají za svou podmořskou hloubku a přívaly emocí.

Vždy vás přitahuje váš sexuální protipól. Pokud tedy v sobě máte výraznější ženskou sexuální podstatu, budou vás přitahovat mužnější ženy. Asi už jste viděli takové páry, kde muž vyzařuje víc než žena. Žena jde cílevědoměji než on za svým životním cílem. Jejich vzájemný vztah je důležitější pro muže a žena

je častěji ráda, když může být sama. To jsou známky vztahu, ve kterém má muž výraznější ženskou podstatu a podstata jeho ženy je naopak více mužská.

Jiní muži, ti s neutrálnější sexuální podstatou, dávají přednost ženám podobně neutrálním, ani výrazně ženským ani výrazně mužským. Takový pár může mluvit o všem a skutečně si také o všem rádi povídají. Mají stejné koníčky, přátele a dokonce i podobné profesní cíle. Jejich vzájemná láska je vyrovnaná, ale obvykle k sobě necítí takovou sexuální vášeň jako polarizovanější páry. Takovým neutrálním nebo vyváženým pářům se nestává, že by na sebe křičeli, házeli po sobě polštáře, zápasili spolu nebo by se z okamžitého impulzu vášnivě milovali.

Některé páry z nepochopení depolarizují svůj vztah na neutrální, ale jeho podstata je ve skutečnosti jiná. Přirozeně neutrálních párů je pouze kolem 10% . Dalších 10% párů tvoří dvojice muže s výraznější ženskou složkou a ženy s výraznější mužskou složkou. Jestliže jste stejní jako 80% dvojic, máte mužskou sexuální podstatu a vaše žena zase ženskou. Znamená to, že vás její ženskost frustruje, rozčiluje, inspiruje a vzrušuje víc, než kdyby byla sexuálně neutrální bytost.

Falešná neutralizace nebo depolarizace vztahu je jeden z hlavních důvodů, proč se dvojice rozcházejí. Omlazující náboj sexuální lásky slábne, zatímco všechno, co vám a vašemu partnerovi vadí, zůstává stále stejně silné. Správné řešení spočívá v tom, že se nebudete pokoušet měnit ženské povahové rysy vaší ženy, které vás iritují, ale pomůžete jí kultivovat hloubku a omlazující moc jejího ženského požehnání.

Pokud jste jako většina mužů, pravděpodobně jste s postupem doby přestali oceňovat celé široké spektrum ženské energie vaší ženy, protože jste se zaměřili pouze na ty aspekty, které vám nejvíc vadily. Například: vaše žena vás už tak nevytácí, protože jste se naučili nebrat ji vážně. Možná jste se naučili tvářit se, jako že ji posloucháte, a zatím vám její nekonečné breben-

tění jde jedním uchem tam a druhým ven. Nebo chce s vámi vaše žena trávit víc času, než vy jste ochotni si vyhradit, a tak máte ve zvyku každý den se jí trochu „pověnovat“, aby nemohla nic namítnout.

To je špatný přístup. Ženství je nekonečným zdrojem lásky, inspirace a síly, a to jak fyzicky tak duchovně. Ženy s výraznou ženskou složkou jsou ve spojení s prvky přírody takovým způsobem, jakým lidé s výraznou mužskou složkou, a tedy i vy, obvykle nebývají. Žensky založené ženy vám z mužského úhlu pohledu můžou připadat nezkrotné, nespolehlivé a nezodpovědné, ale takové ženy zkrátka nesdílejí mužskou potřebu žít ve světě ovládaném rozumem.

Ženy mají na rozdíl od většiny z vás schopnost vnímat proudění živoucí energie. Těmito proudy, o jakých většina mužů nemá vůbec ponětí, se nechávají volně unášet. Necháávají svá těla, aby svobodně vyjadřovala proudění citu z jejich srdce, aniž by se nechávaly omezovat nebo usměrňovat nějakými strukturami nebo cíli. Ženské tělo se může nechat volně unášet láskou a samotným životem. A právě toho si většina mužů velice cení. Vidět ženu, která svým tělem svobodně vyjadřuje extázi, je pro muže jeden z nejkrásnějších pohledů.

Muži jsou dokonce ochotni platit za to, aby se dívali na ženské tělo v extázi, i když je jen předstíraná, jako například v pornofilmch. V naší sekulární kultuře má většina mužů zkušenost pouze se sexuálním vytržením, a tak platí za tuto formu svobodného tělesného vyjádření ve filmu, na pódiu a v soukromých pokojích po celém světě. Nicméně v kulturách, které připouštějí větší míru duchovního prožívání, se na ženská těla pohlíží se stejným mužským obdivem i v jiných situacích: nejen pro jejich schopnost vyjadřovat sexuální vytržení způsobem, který je pro muže cizí a nesmírně atraktivní, ale také pro jejich schopnost vyjádřit duchovní extázi.

Například chrámové tanečnice v Indii jsou podle tradice

ženy s výraznou ženskou složkou, které už od útlého věku procházejí tréninkem, aby dokázaly propojit zručnost a obratnost s procítěnou oddaností v tanci, který osvobozuje jejich těla a při kterém se nechávají vést božskou silou. Pohled na tyto tanečnice vhání mužům slzy do očí a otevírá jim srdce. Žena, která je v souladu se svou ženskou podstatou, je v souladu s energií, jak sexuální tak duchovní. Pro takovou ženu neexistuje žádný rozkol mezi sexem a duchem. Sexuální odevzdání je pro ni stejné jako duchovní odevzdání nebo oddanost, pokud je s mužem, který je toho hoden. Otevírá se od hlavy až k patám a přijímá božskou sílu lásky celým tělem, až se prohýbá a vlní v jejím nekonečném proudu.

Ženy více maskulinní nebo neutrální si většinou takovou svobodu tělesného vyjádření nedovolí. Ale právě díky takovému ženskému vyjádření extáze, může maskulinní muž ztratit hlavu, přestat přemýšlet o svých cílech a začít oslavovat přítomný okamžik tělem i srdcem. Po celá tisíciletí jsou muži přitahováni ženským ztělesněním extáze, ať už ho sledují ve strip-týzovém baru nebo v posvátném chrámu. Při takových příležitostech jsou ženy doslova zbožňovány. Muži pochvalně pokřikují na tanečnici bohyně a říkají to, co by na veřejnosti nikdy nevyšlo. Jsou to chvíle naplněné sexualitou a zároveň duchovností. Požehnaná moc, jakou v sobě nese svobodně projevené ženství, muže proměňuje a inspiruje. Je to jeden z jedinečných darů, jaký vám žena může dát.

Právě to získáváte v ženě s výraznou ženskou sexuální podstatou: ženu překypující emocemi, u které se můžete spolehnout, že každou chvíli změní názor, ženu, která mnohem citlivěji než vy vnímá jemné energetické proudy ve vašem vztahu, ženu, na kterou se díváte se zalíbením i s posvátnou úctou, když vidíte, jak se její tělo svobodně a nádherně projevuje v extázi, ať sexuální nebo duchovní.

Nemůžete mít jedno bez druhého. Nemůžete mít ženu, která

by se vždy chovala logicky a rozumně, a zároveň by vás svou tělesně vyjadřovanou láskou a extází nabíjela energií od hlavy až k patě. Dokáže v sobě probudit potřebnou dávku mužské energie, pokud bude chtít, ale jestliže má v sobě skutečné ženské jádro, po většinu času dá přednost tanci v rozhořčeném hněvu nebo v radostném nadšení, aniž by k tomu potřebovala rozum.

Vyberte si tedy ženu, která bude vaším komplementárním opakem, což pro většinu mužů znamená ženu s výrazným ženským jádrem. Pouze taková žena vám totiž může dát dar, jaký od ženy jako maskulinní muž potřebujete. Zároveň s jejími dary však přicházejí také emoční přehánky a bouře a částečný chaos, jichž se většina mužů děsí. Uvědomte si, že jsou to aspekty té samé energie, která vás vzrušuje. Vlastně by vás její hněvivý tanec mohl vzrušovat stejně tak, jako vás vzrušuje její spokojené vrnění. Tato schopnost je jeden z darů, které jí můžete poskytnout. Můžete se naučit přestát její emoční výlevy, aniž byste ztratil svou svobodu a sílu. Neodejdete, neotočíte se k ní zády, neuzavřete se před ní. Dokážete přijmout obrovský nápor energie a ani v průběhu bouře jí neodepřete svou lásku. S otevřenou náručí přijímáte světlou i temnou polohu ženské síly.

Šťastní v intimním životě budete pouze tehdy, pokud si k sobě najdete takovou partnerku, která bude tvořit váš sexuální protipól. A přežít takové partnerství můžete pouze za předpokladu, že se stejnou otevřeností přijmete její temné i světlé stránky. Rozvinout v sobě takovou schopnost a sílu vyžaduje čas. Pokud to však dokážete, získá tím vaše žena a celý svět muže, jehož dary nezastírá strach před ženskou silou a jejím chaosem.

25

Uvědomte si, čím je pro vás vaše žena důležitá

*Ženská síla je síla života. Čím mužnější je muž,
tím důležitější pro něj bude ženská energie jeho
ženy (na rozdíl od ostatních kvalit).*

Když hledáte obchodní partnerku, chcete, aby měla určité kvality, jako je finanční postřeh, spolehlivost a schopnost jít za vytčeným cílem navzdory překážkám. Jestliže hledáte kamarádku, budete zřejmě chtít, aby byla upřímná a citlivá, aby měla smysl pro humor a uměla vás ocenit. Pokud budete hledat manželku, budete patrně potřebovat ženu, která bude ztělesňovat a svobodně vyjadřovat ženskou energii a lásku.

Čím více hledáte ženu, která vám dá všechno, tím méně toho nakonec dostanete. Obchodní schopnosti jsou více méně maskulinní (jak u mužů, tak u žen). Přátelství je ve své podstatě neutrální, nesexuální záležitost. A sexuální vášně vyžaduje jasnou polaritu mezi vaším mužským jádrem a ženskou energií vaší partnerky. Když neupřednostníte účel vašeho vztahu, různé energie se vzájemně vyruší a váš vztah skončí jako sexuálně neutrální spojení.

Můžete spolu sdílet mnoho různých aspektů vztahu – obchodní, přátelský, partnerský, sexuální – pokud si ovšem ve vztahu vyberete jednu základní prioritu a ostatním aktivitám umožníte, aby se seskupily kolem hlavního účelu vašeho spolu-

bytí. Pokud ale nemáte jasno v tom, proč jste vlastně spolu, budou se různé aspekty vzájemného soužití dostávat do konfliktu. Vaše žena vám bude chtít projevovat lásku zrovna ve chvíli, kdy vy budete chtít vyřídit něco obchodního. Nebo s vámi bude chtít probrat, co se jí dnes přihodilo, zatímco vy se budete chtít milovat. Oba dva se naučíte potlačovat vaše skutečná přání a tužby a vzájemný vztah zredukujete na sice funkční ale ničím nevynikající partnerství.

Časem se na obou stranách vytratí sexuální polarita a přitažlivost. Začnete pokukovat po jiných ženách a nacházet v jejich občerstvující ženskosti stejné zalíbení, jaké jste sám zadusil ve vztahu se svou ženou tím, že jste po ní chtěl, aby pro vás byla vším možným: jednu chvíli obchodní partnerkou, pak kamarádkou, vzápětí matkou a hned nato milenkou. Hluboké dary, které vás přivedly k sobě, abyste se jimi mohli obdarovávat, se nakonec ztratí v nejednoznačnosti vašeho vztahu.

V jiných dobách a jiných kulturách mívali muži vícero intimních vztahů, přičemž každý sloužil k jinému účelu a každá partnerka přispívala k celku svou jedinečnou schopností, funkcí a sexuální energií. V moderním světě ovšem polygamie nepřichází příliš do úvahy. Ze společenských a psychologických důvodů si dnes většina mužů a žen volí v danou dobu vždy jednoho intimního partnera – i když, pokud jste jako většina mužů, určitě jste se už zabývali myšlenkou, jaké by to bylo mít víc manželek, nebo alespoň milenkou či dvě, přičemž by každá měla svoji nezastupitelnou roli.

Od partnerského vztahu očekáváme, že bude sloužit mnoha účelům, začali jsme k němu přistupovat utilitárně. Neustálým probíráním finančních záležitostí, práce, domácnosti a dětí jste svou ženu proměnili v neutrálního společníka. Znáte se už natolik, že tajemství sexuálního kouzla se vám zredukovalo na mechanický rituál – polibek, pohlazení, zasunutí, pohyby, vystříknutí a chrápání. Zasteskne se vám po hluboké touze, jakou jste

kdy si cítili vůči své ženě. Starosti o domácnost nahradily tajemství a povídání nahradilo prožívání.

Jestliže však máte silnou mužskou sexuální podstatu, budete potřebovat často osvěžit silnou ženskou energii, protože jinak si začnete připadat vyčerpaný a budete klesat pod tíhou života. Osvěžující ženskou energii můžete hledat v pár pivech, partii golfu nebo v časopisech pro pány. Nebo třeba dáte přednost dlouhým masážím a procházkám po pláži. Přestože vám všemožné prostředky na chvíli přinesou úlevu a vyloodí úsměv na tváři, jen máloco vás dokáže s takovou silou vzít za srdce jako nekompromisní ženská sexualita, kterou vám nabídne zamilovaná žena.

O tom, co je pro vás ve vašem vztahu důležité rozhodujete jen vy. A jenom vy si také můžete ujasnit, jaký je účel vašeho soužití. Pokud se rozhodnete, že smyslem vašeho vztahu jsou vášnivý projev lásky, léčivá a obrodná sexuální energie a kultivování srdce na společné cestě k duchovnímu probuzení, pak buďte nanejvýš opatrní. Nenuťte ženu, aby vám pomáhala s účetnictvím. Nečekejte od ní rady ve finančních ani profesních otázkách. Nevychítejte jí, že se dostatečně nevěnuje domácnosti a nebudte lhostejní vůči tělesným projevům lásky. Nepokoušejte se vtěsnat její ženskou energii do plnění funkčních rolí. Vaše žena má schopnost probudit vaše srdce a naplnit životem vaše tělo. Musíte jí však k tomu dát příležitost, stejně tak jako plnost projevu své maskulinní lásky.

Jestliže chcete, aby pro vás vaše žena byla kromě spolubydlicí a hospodyně zároveň také duchovní a sexuální partnerkou, musíte si šikovně poradit s vedením domácnosti tak, aby se tím nesnižoval potenciál vašeho spojení. Může být matkou vašich dětí i obchodní partnerkou, pokud se tyto role nestřetávají se základním účelem vašeho vztahu – vzájemně si pomáhat na cestě k osvětlení prostřednictvím naprostého odevzdání se

lásce a probouzet k životu vlastní podstatu při tělesných projevech lásky prostřednictvím sexuální polarity.

Pokud tyto dva aspekty vaší vzájemné lásky – duchovní probuzení a sexuální spojení – necháte stranou zájmu pro samé povinnosti, začnete oba dva hledat osvěžení a naplnění jinde. Vy budete hledat ženskou energii v lahváčích nebo u milenek. Vaše žena bude hledat mužské naplnění v sociálních kauzách nebo v kariéře. A ve vašem vztahu půjde především o partnerství v plnění domácích povinností. Možná právě po takovém vztahu toužíte. Anebo toužíte po něčem jiném. Pokud si svůj vztah chcete udržet a dál v něm rozvíjet svůj potenciál, měli byste si ujasnit, co je pro vás důležité, jaký smysl pro vás má váš vztah, a veškeré záležitosti podřídít této hlavní prioritě.

26

Často zatoužíte po více než jedné ženě

Každý muž s mužskou sexuální podstatou touží po sexuální pestrosti. I když svou partnerku miluje a vztah s ní pokládá za závazný, přirozeně občas zatouží po sexuálním styku s dalšími ženami. Jak naloží s touto touhou, záleží jenom na něm. Je třeba vědět, že takovým přáním se nelze vyhnout. Je však také třeba vědět, že pokud své touze podlehně a naplní jí, často si tím zkomplikuje život víc, než by mu stálo za to.

Ikdyž máte trvalý vztah se ženou, kterou milujete, občas vás asi napadne, jaké by to bylo milovat se s jinými ženami. I když vás sex s vaší partnerkou zcela uspokojuje, podobným myšlenkám se přesto nevyhnete. Touha po jiných ženách neznamená, že by vám ve vašem intimním životě něco chybělo. Je to přirozený projev vaší mužské sexuální podstaty.

Tato touha vás však neopravňuje k promiskuitě, stejně jako vás záliba ve sledování televize neopravňuje k tomu, aby se z vás stal otlýl páprda. Vaše touha pramení z různých zdrojů, ze závislosti, biologického dědictví, dětství a z otevřeného srdce. Chcete-li žít mravně a poctivě, musíte zjistit, odkud vaše touha

pramení, abyste věděli, kdy je na místě se ovládnout ku prospěchu všech zúčastněných, včetně vás samých.

Faktem je, že nejspíš máte chuť se milovat i s jinými ženami. Jak s tímto faktem naložíte, závisí na tom, v čem vidíte smysl svého života. Žijete-li proto, abyste si užívali bez ohledu na následky, pak směle do toho, milujte se s tolika ženami, s kolika chcete. Pokud chcete být hodný chlapec a žít tak, aby z vás maminka měla radost, pak byste měli dělat to, co potěší maminku. Jestliže je smyslem vašeho života dosáhnout osvobození sebe i druhých k větší lásce a svobodě, pak byste měli dělat to, co k tomu povede.

Je to na vás. A pamatujte, že sebekázeň není sebepotlačení. Když se svými touhami bojujete a snažíte se je co nejhlouběji pohrbit a nedovolit jim, aby se projevily, pak je potlačujete a popíráte. Sebekázeň znamená, že vyšším touhám dáváte přednost před nižšími touhami. Nic nepopíráte, ale jednáte s láskou na základě porozumění a soucítění.

S kolika ženami máte poměr, to je vaše soukromá věc. Než se však rozhodnete pro víc než jednu, vyzkoušejte si svou kapacitu na jedné. Jestliže to nezvládnete s jednou ženou – tj. pokud vám ve vztahu s ní bude chybět hluboké propojení, obrozující vášň a duchovní štěstí – neuspěli jste ve zkoušce a uděláte nejlíp, když svou touhu po dalších partnerkách ovládnete. Nikomu by to totiž neprospělo.

Mladé ženy vyzařují specifickou energii

Osvěžující energii, která vyzařuje z mladých žen, většinou nestojí nic v cestě. Dívky ještě nebývají tolik zatížené mužskými vrstvami, kterými si s přibývajícími léty vytvářejí funkční ochranu. Mladým ženám se tradičně připisuje schopnost nabídnout muži omlazující a obrozující energii. Zralé ženy si tuto energii mohou uchovat či dokonce dál rozvíjet, ale bývá to vzácné.

Představte si, že vezete domů osmnáctiletou slečnu, která vám daný večer hlídala děti. Je svěží, nevinná a plná života. Cítíte, že je vůči vám naprosto otevřená. Zvažujete všechny možné následky. Díváte se na její broskvovou pleť, zářící oči a podmanivý úsměv. Způsob, jakým se pohybuje, jak mluví a jak se směje, vás naplňuje štěstím a přívalem energie. Dojedete až k ní domů. Rozloučí se s vámi, vystoupí z auta a vejde do domu. Sedíte v autě, pomalu a zhluboka dýcháte a usmíváte se.

Být v přítomnosti mladé ženy je pro muže téměř zázračné a všichni muži s mužskou sexuální podstatou to také tak vnímají. Osvěžuje vás to. Chvilku posedět vedle mladé ženy vám může udělat velkou radost a nabít vás energií. Nemusíte mít

přítom nic společného. Na tom vůbec nezáleží. Její energie vás stejně povznáší a inspiruje.

Jasná, svěží ženská energie vás vzrušuje a otevírá vám srdce. V přítomnosti mladých žen se zkrátka cítíte šťastnější. Připadá vám, že máte víc energie, víc chuti do života a víc lásky. S tím, jak ženy stárnou, přebírají na sebe zvláště v naší kultuře stále víc a víc mužských úkolů a závazků, a jejich ženské vyzařování tím pádem slábne. V jiných kulturách to není tak markantní. Ale i tam, kde se řídí hlubší moudrostí, mladé ženy oplývají svěží, povznášející a obrozující energií.

V naší kultuře se tato energie mládí redukuje na pouhou sexuální záležitost, ale ve skutečnosti tato energie vyzařuje z celého těla, pohlavních orgánů stejně tak jako srdce, a možná srdce dokonce o něco víc. V jiných kulturách se dívky uctívaly pro dar duchovního obrození, staraly se o svatyně, vykonávaly posvátné obřady, aniž by sloužily jako pouhé sexuální dráždič. Jako muž byste měl ctít dary, které vám nabízejí mladé ženy, a přijímat srdcem jejich osvěžující sílu. Nezneužívejte ho však k ukájení své sexuální touhy.

Když přijde sexuální touha, v pořádku. Nechte ji proudit celým tělem. Naučte se svou touhu zesilovat, aniž byste se jí zbavovali v křeči nebo uvolnění. Ovládnout svou sexualitu znamená především naučit se ustát větší a větší míru rozkoše a tělesné touhy, bez nutkání se této energie zbavovat proto, že ji nevládáte.

Až příště ucítíte příval životní energie v přítomnosti mladé ženy, nadechněte se její vůně. Vdechujte její energii. Uvolněte tělo a dovolte srdci, aby se v její přítomnosti otevřelo. Přijměte do sebe její krásu každíčkým pórem svého těla. Dovolte lásce, aby proudila z vašeho srdce směrem k ní. Zachovejte si uctivý odstup, tak aby zůstala volná a mohla dál dávat svůj dar. Nezatěžujte ji svými osobními záležitostmi. Energii, kterou vám předala, využijte pro službu druhým. Dar životní síly a vroucího srdce přeneste do všech svých vztahů, tak aby všichni mohli mít prospěch z toho, co jste získali.

28

Každá žena má „temperament“, který vás může léčit nebo rozčilovat

Některé ženy jsou temperamentnější a jiné chladnější. Blondýnky, ženy se světlou pletí, Japonky a Číňanky bývají obecně chladnější. Ženy s tmavší pletí, brunetky, zrzky, Korejky a ženy z Polynésie bývají temperamentnější. I když se muž rozhodne zůstat v jednom svazku s jednou ženou, čas od času potřebuje změnu temperamentu ženské energie. Temperamentní žena, která v něm před několika lety probouzela vášně, ho možná dnes rozčiluje. Chladnější žena, která kdysi působila jako tišivý balzám na jeho rozjitřené srdce, mu možná teď připadá nudná. Když muž pochopí, jak na něj můžou působit různé polohy ženské energie, dokáže se lépe rozhodovat bez zbytečných zmatků.

Co se týče žen, máte pravděpodobně určitý „vкус“. Dáváte třeba přednost blondýnkám. Nebo ženám z Asie. Nebo máte slabost pro zrzky. Váš „vкус“ spoluutváří různé zdroje: zkušenosti z raného dětství, kulturní vlivy a možná do-

konce genetika. Zároveň jej však ovlivňuje skutečnost, jak na vás ty které ženy působí energeticky.

Některé ženy působí chladivě. Jejich přítomnost je jako sklenka ledového čaje za horkého letního dne. O takových ženách se například říká, že mají „sněhobílou“ pleť nebo oči jako křišťálové studánky.

Jiné ženy jsou temperamentní. Jsou vášnivé, ohnivé a výbušné. Mluvívá se o ženách „s ohnivými vlasy“ nebo o horkokrevných mulatkách.

Samozřejmě, že ne všechny ženy se zrzavými vlasy nebo všechny mísenky jsou temperamentní, stejně tak jako všechny blondýnky nejsou chladné. Většina mužů intuitivně cítí, jaký je rozdíl mezi ženou, která působí chladivě a tišivě, a ženou, která působí vzrušivě a vznětlivě, ať už to popisují jakkoli. A tento rozdíl má hodně společného s tím, proč určití muži upřednostňují určitý typ žen a proč se jejich vkus může měnit.

Váš vkus je určován nejenom psychologickými preferencemi. Hlavní roli hraje energie. Někdy se můžete setkat s překrásnou ženou, která na vás vůbec nezapůsobí. Vidíte její krásu, chápete, proč vašim přátelům připadá přitažlivá, ale není zkrátka váš typ. Různé typy žen nabízejí různé druhy ženské energie. A jedním ze základních rozdílů je rozdíl mezi chladivou a vášnivou ženskou energií.

Abyste tomu lépe rozuměli, podívejte se třeba na svůj vztah k jídlu: Někteří muži nadevše milují ostré čili papričky a pořádně opepřené jídlo, zatímco na jiné působí léčivě strava, která ochlazuje, jako jsou saláty, sladkosti nebo mléčné výrobky. Chutě se časem mohou samozřejmě měnit. A přesně totéž platí i v souvislosti s ženskou energií.

Jestliže jste pohodář, kterému se do ničeho moc nechce, pak se k vám víc hodí temperamentnější žena. Její vznětlivá povaha ve vás může vykřesat jiskru a přimět vás k akci. Jste-li však sám vznětlivý a výbušný, bude na vás působit blahodár-

něji žena s chladivou povahovou, která vám pomůže nalézt tělesnou i duševní rovnováhu.

S tím, jak se mění váš aktuální zdravotní stav, styl života, pracovní vytížení a duševní rozpoložení, mění se i to, jaký druh energie právě potřebujete. Důležité je vědět, že existují různé energie a jak vás ovlivňují, abyste se podle toho mohli vědomě rozhodovat.

Pokud nepochopíte proměnlivost vaší potřeby ženské energie, můžete začít zpochybňovat svůj vztah. Když vám váš život začne připadat únavný a fádní, napadne vás, že by vám ho mohla okořenit vášnivější žena. Temperamentnější žena vám rozproudí krev v žilách, a právě to jste potřebovali. Jestliže nevíte, kam dříve skočit, a máte všeho až nad hlavu, vznětlivá žena asi pro vás nebude ta pravá. Mnohem víc vás bude přitahovat konejšivý pohled a dotek chladnější ženy.

Představte si, že jste se oženil s temperamentní ženou. Dlouhé roky vám imponovala její vášnivost, bavila vás její vznětlivost a těšilo vás, jak rychle reaguje na sexuální rovině. Pak dojde ke změnám ve vašem zaměstnání. Celý den pracujete mezi lidmi a často se ocítáte v časové tísní. Padesát hodin týdně se setkáváte s nejrůznějšími lidskými emocemi a reakcemi. Zjišťujete, že se skoro celý den potíte. Jako by nad vámi visel Damoklův meč. Připadá vám, že většinu dne trávíte v jakémsi obřím tlakovém hrnci.

Pak přijdete domů za svou temperamentní ženou. Přitiskne se k vám a je celá nažhavená. Jenže vy byste si radši odpočinul. Řeknete jí, že si potřebujete pár minut vydechnout, a tak se žena převlékne do cvičebního a vyrazí do fitness centra, aby si dala do těla tam. Zatímco je pryč, zastaví se u vás její nejlepší kamarádka. Otevřete jí a pozvete ji dál. Její pohyby jsou v porovnání s vaší ženou mnohem pomalejší. Její přítomnost na vás působí jako vítané uvolnění a uklidnění, i když nepatří zrovna k tomu typu žen, který vás obvykle přitahuje.

Její hlas na vás působí blahodárně. Vidí, jak jste unavený, a protože vás zná už léta, nabídne, že vám namasíruje ramena. Přiloží na ně ruce a ještě než začne s jemnou masáží, cítíte, jak se vám po těle rozlévá osvěžující energie. Vydechnete úlevou. Po krátké masáži se s vámi rozloučí. Přijde za vaší ženou jindy, až bude doma.

Manželka se vrátí domů, překypuje energií a je jí hned plný dům. Rozčiluje se, že jste kamarádku nezdržel. Pak si všimne vaší únavy, omluví se a začne vás vášnivě líbat. Její ruce bez okolků směřují k vašemu rozkroku, a vy přitom stále myslíte na její kamarádku, na to, jak vám s ní bylo příjemně, a nevíte kudy kam.

Jak byste se měli vypořádat s takovou situací? Nejprve je třeba pochopit, o co tu běží. Naprosto vám vyhovoval temperament vaší výbušné ženy, dokud jste v práci nebyl pod takovým tlakem, který byste teď potřeboval vyrovnat nějakou mírnější, klidnější energií. To neznamená, že byste se měl rozvést! Ani to neznamená, že byste měl mít tajný poměr s přítelkyní vaší ženy. Znamená to, že si musíte najít nějaký přijatelný způsob, jak do svého života vrátit rovnováhu.

Můžete třeba změnit způsob stravování a vybírat si lehčí a méně kořeněná jídla. Můžete nosit prodyšnější a lehčí oblečení a nevystavovat se slunci. Můžete chodit na procházky kolem jezera nebo podél řeky a nechat vodu, aby vás zchladila. Nebo můžete vstřebávat chladivou energii nějaké ženy, aniž by při tom muselo jít o sex.

Můžete si zajít na masáž k ženě s utišující energií. Někdy úplně stačí, když s takovou ženou strávíte nějaký čas v jedné místnosti. Důležité je si uvědomit, že v průběhu života budete potřebovat doplnit různé druhy energie. S tím se budete muset naučit pracovat. Byla by chyba myslet si, že vaše momentální potřeba jiné energie, než jakou má zrovna vaše žena, je důvodem k rozvodu. Také je dobré vědět, že můžete od různých žen přijímat různou energii, a nemusí v tom být nic sexuálního.

Je na vás, abyste se rozhodli, jak se k tomu postavíte. Někdo třeba zjistí, že potřebuje energii, jakou vyzařuje jeho kolegyně z práce – a že je to jiná energie, než jakou mu poskytuje jeho žena – a tak se s ní začne tajně scházet. Nebo se kvůli ní rozvede. Někdo jiný změněnou potřebu energie probere otevřeně se svojí ženou a společně třeba přijdou na způsob, jak by na něj ženská energie jeho manželky mohla znovu působit blahodárně.

Nepleťte si však energetické potřeby s láskou. Nerovnováhu v energii můžete snadno vybalancovat. Někdy k tomu stačí jediná masáž nebo malá změna jídelníčku. Pokud na momentální energetickou nepohodu zareagujete radikálně a rozhodnete se třeba opustit svou ženu kvůli jiné ženě, jejíž energie vám víc vyhovuje, můžete za pár měsíců s překvapením zjistit, že se vám znovu změnila energetická potřeba a že vaše předchozí rozhodnutí bylo unáhlené a povrchní.

Vy sami rozhodujete o tom, jak se vypořádáte s vlastní proměnlivou potřebou ženské energie, která vás nabíjí životem, otupuje ostré hrany a pomáhá nastolit vnitřní mír. Osvěžující ženská energie však sama o sobě mnoho nezmůže, pokud nemáte svobodné, otevřené a milující srdce. Sklenka vychlazeného ovocného džusu, dovolená na Havaji nebo rusovláska vám můžou navodit dočasnou rovnováhu, ale pouze vaše neochvějné odhodlání setrvat v lásce vás může osvobodit z vašich obav a osamělosti a dovést ke skutečnému vyrovnanému bytí, k vaší nehlubší pravdě. Stále mějte na paměti svůj životní cíl, a podle toho řiďte své kroky.

ČTVRTÁ ČÁST

CO ŽENY OPRAVDU CHTĚJÍ

29

Vyberte si ženu, která o vás stojí

*Pokud chce muž ženu, která o něj nemá
zájem, nemůže vyhrát. Jeho postoj už předem
podkopává případný možný vztah a žena,
o kterou usiluje, mu nikdy nebude věřit.*

*Muž musí rozeznat, jestli žena dělá drahoty,
ale přitom o něj stojí, nebo ho opravdu nechce.*

*Pokud s ním skutečně nechce nic mít,
měl by jí přestat nadbíhat a vyrovnat se sám
se svou bolestí.*

Chcete-li být se ženou, která vůbec netouží po tom být s vámi, měl byste danou situaci probrat s přáteli. Poproste je, ať jsou k vám zcela upřímní. Zeptejte si jich, jestli si myslí, že daná žena svůj nezájem jenom hraje, nebo si s vámi skutečně nechce nic začít.

Když vám vaši přátelé upřímně odpovědí, že tato žena s vámi být nechce, uzavřete to. S takovou ženou byste nikdy neměli dobrý vztah, i kdyby si to nakrásně rozmyslela. Jakmile totiž žena cítí, že ji potřebujete víc než ona vás, ztrácí tím důvěru ve vaše mužské jádro.

Prioritou mužského jádra je mise, jasně zacílený smysl života. Prioritou ženského jádra je proudění lásky ve vztahu. Pokud žena cítí, že váš ženský princip je silnější než její – že váš vztah

je důležitější pro vás než pro ni – pak dá přirozeně větší prostor svému mužskému principu. Bude chtít více svobody, aby se mohla věnovat svým životním cílům, a vaše připoutanost ji bude odrazovat.

Jestliže chcete být ve vztahu se ženou víc, než ona si přeje být s vámi, trestáte tím sami sebe. Musíte samozřejmě rozlišit mezi tím, kdy se žena jenom tváří jako nedobytná, ale ve skutečnosti o vás stojí, a mezi opravdovým nezájmem. Proto byste se měli poradit se svými přáteli. Můžete to dokonce probrat i s jejími kamarádkami. Když se ukáže, že o vás opravdu tolik nestojí, je načase si uvědomit, že takový vztah nebude fungovat. V takovém případě totiž došlo k přesměrování protipólů: vaše ženská touha po lásce se střetává s její mužskou touhou po svobodě. To není základna, na které by šel vybudovat životaschopný vztah mezi mužem s mužskou podstatou a ženou s ženskou podstatou. V takovém případě je lepší odejít a zpracovat si svou bolest, než dál předvádět, jak moc je vaše ženská touha silnější než její.

30

To, co žena chce, není to, co říká

Někdy žena vysloví nějaké přání, ne proto, aby jí ho její muž splnil, ale proto, aby zjistila, jestli je tak slabý, že to udělá. Jinými slovy zkouší jeho schopnost dělat to, co je správné, a ne to, co po něm ona chce. Pokud v takovém případě muž skutečně splní, oč ho žena žádá, neudělá jí tím radost, ale zklame ji a rozzlobí. Muž nebude mít ani tušení, proč se na něj žena zlobí. Vždyť ji přece chtěl naopak potěšit. Nesmí zapomínat, že její důvěra se nerodí ze splněných přání. Její důvěra v muže poroste s tím, jak bude vzrůstat jeho láska, vědomí a úspěchy ve společném životě, navzdory jejím výslovným přáním.

Následující příběh se skutečně stal. Jeden tichý a citlivý muž se věnoval tantra józe. V této józe je důležité naučit se obejít bez vyvrcholení. Probuzená energie se nechává cirkulovat celým tělem a srdcem, takže člověk prožívá orgasmus v celém těle a neztrácí přitom energii ejakulací. Onen muž se také učil vyjadřovat svou animální vášeň a nezůstávat při sexu stále tichý a pasivní.

Jednoho dne jel tento muž v autě se svou ženou. Když jeli kolem parku, oba najednou napadlo, že by mohli zastavit, vyběhnout z auta a vášnivě se pomilovat. Jak se rozhodli, tak udělali, vyběhli na trávu mezi stromy a už oba sténají a křičí ve vášnivém propletenci. Něco podobného nikdy předtím neprožili.

Muž si najednou uvědomil, že pokud na pár vteřin nezpomalí, bude ejakulovat. „Zastav na chvíličku,“ poprosil svou ženu. „Když budeme takhle pokračovat, neovládnu se.“

Jenže žena nepřestávala, naopak zvýšila tempo. „Já to tak chci,“ prosila. „Chci abys mě naplnil svým semenem.“

Muž na vteřinu zaváhal a pak se rozhodl, že všemu nechá volný průběh, aby splnil přání své manželky. Nechal vytrysknout semeno, ještě když byl uvnitř, a pak se uvolnil.

Podíval se na svou ženu a všiml si, že se tváří hodně našťavaně. „Co se stalo?“ zeptal se jí.

„Ty ses udělal,“ vyštěkla.

„Prosila jsi mě, abych tě naplnil svým semenem. Nebo snad ne?“

„To sice ano, ale myslela jsem si, že máš dost síly na to, abys to neudělal!“

Muž si připadal vyčerpaný a prázdný. Cítil, že z hlediska tantra jógy selhal. Věděl, že to neměl nechat dojít tak daleko, ale podrobil se přání své ženy. A přitom ji tím zklamal. Když ho žádala, aby ji naplnil svým semenem, chtěla se přesvědčit o jeho síle. Měl být tak silný, aby se dokázal zachovat správně bez ohledu na její přání. Na ženu by to pak zapůsobilo o to erotičtěji, byli by ještě polarizovanější a vzbudilo by to v ní větší důvěru než to, že poslechl její přání a ejakuloval.

Vaše žena vás možná neustále podrobuje obdobným zkouškám. Ve skutečnosti si nepřije nic jiného než se přesvědčit o tom, že jste při plném vědomí a zachováváte si svou vnitřní integritu, neochvějnou lásku a víru ve své poslání. Tyto kvality

však na vás bude vyžadovat přímo jen zřídka. Mnohem častěji se vás bude pokoušet svést ze správné cesty, aby se přesvědčila, že se svést nenecháte – že se držíte pevně své pravdy, a přitom ji nepřestáváte milovat.

Jste-li slabý, bude vás tato stránka ženské povahy popouzet. Budete ženě vyčítat: „Proč mi proboha neřekneš, co doopravdy chceš!? Proč tvrdíš, že něco chceš, když ve skutečnosti chceš něco úplně jiného!? Kdo se v tom má vyznat?!“ Tak se na danou situaci dívá muž, který nechápe, že žena je ztělesněním božského principu ženství. A božský princip ženy se nespokojí s ničím menším než s božským principem muže.

Božský princip muže je čiré vědomí. Pravý muž se snaží zachovat si bdělé vědomí v každé situaci. Jestliže pro vás ejakulace znamená ztrátu pozornosti, bdělé přítomnosti a plného vědomí, pak byste neměl ejakulovat, přestože to vaše žena po vás chce. *Zvláště* tehdy ne, když tvrdí, že to chce.

Vaše žena po vás každý den bude chtít tucet všelijakých věcí. Nedejte se však odklonit od své pravdy, od směru, jakým se vydalo vaše srdce. Za všemi požadavky vaší ženy je jedno základní přání a jedna potřeba: chce být prostoupena vaší vášnivou plností, chce věřit vaší neochvějné lásce, chce cítit do morku kostí, že vaše božská mužská přítomnost je natolik silná, že ji nic nevykolejí.

Vaše žena je jako bohyně, která vás popichuje, zkouší, svádí, v hněvu je ochotna setnout vám hlavu, jestliže projevíte slabost a nebudete si stát za svou pravdou, ale je také připravena odevzdat se síle vaší lásky, jestliže jste ve svém milování pevní a vědomí.

Pamatujte si, že svou ženu nejvíc potěšíte, když budete bdělí a neochvějní ve své lásce a svobodě. Když se na její přání a žádost vzdáte svého nejvyššího cíle, bude se na vás kvůli tomu zlobit a zklamete ji tím, přestože to po vás chtěla. Jednejte vždy

s plným vědomím. Požadavky své ženy prosejte vlastním sítem, nikdy je neberte doslovně, ale prověřujte je svou vlastní moudrostí a neodbočujte ze své cesty k nejvyšší pravdě, byť by to mělo znamenat, že tím svou ženu zklamete. Nebude zklamaná, jestliže ucítí, že s pevným odhodláním jdete za svým srdcem. A pokud je to žena, které vaše nejhlubší pravda přináší zklamání, pak byste s ní vůbec neměli být.

Její stížnosti nejsou věčné

Ať už si ženy stěžují na cokoli nebo mají jakoukoli náladu, přejí si, aby se v muži projevovala božská přítomnost mužského principu. Když si žena stěžuje, měl by to muž brát jako varovný signál a více se zaměřit na svůj životní cíl. Jestliže bude brát stížnosti své ženy doslovně, nechá se jimi vykoletit a ztratí směr. Její stížnosti totiž odrážejí její momentální náladu a nebývají objektivní. Jsou pro vás cenné, protože vám připomínají, že je třeba naladit se na sebe, a možná naznačují, jak na to. Často si však žena stěžuje na něco úplně jiného, než co je skutečně třeba změnit.

Vaše žena vám vytkne: „Jak můžeš tolik času trávit u televize, když máme za pár dní zaplatit nájem, ještě jsme nezaplatili splátku za auto, a ty jsi přitom bez práce?“

„To neřeš, zítra jdu na přijímací pohovor.“

„Dřepíš tady, místo abys šel uklidit garáž. Slibuješ to už několik týdnů. Přes to harampádí se už skoro nedostanu k autu.“

„No jo, dobře, tak já to dneska odpoledne uklidím.“

Vaše žena na to už nic neřekne a jde si po své práci. Vy ale cítíte, jak to v ní vře a jak je naštvaná. Je vám nepříjemné být s ní v jedné místnosti. Nejradši byste někam utekli.

„Přijdu za pár hodin a uklidím tu garáž,“ prohlásíte, vezmete si bundu a zamíříte ke dveřím.

Slyšíte, jak se v kuchyni rozbila sklenice. Jdete tam a najdete ženu rozčilenou a uplakanou. „Já už to nevydržím,“ vzlyká.

„Co jako? Přece jsem slíbil, že tu garáž uklidím. Tak co je?“ nechápete.

„Já už takhle dál nemůžu!“ vykřikne vaše žena, odtáhne se od vás a nedovolí vám, abyste se jí dotkl.

„Já ti nerozumím. Řekl jsem ti, že tu garáž uklidím. Zítra jdu na pohovor kvůli nové práci. Všechno bude zase v pořádku. Tak co teda chceš?“

Podobný rozhovor jste už možná zažili. Představuje klíč k mužské svobodě. A poukazuje na obvyklou chybu, které se muži ve vztahu k ženám často dopouštějí.

To, na co si žena stěžuje, je jen zřídka kdy to, na co si stěžuje. Věřit doslovnému obsahu toho, co tvrdí, a reagovat na něj je chyba. Když si stěžuje na vaši finanční situaci, obvykle cítí, že vaše mužská energie přestává stačit na to, abyste svůj život vedl jednoznačně a moudře správným směrem. Peníze samotné jsou až druhořadé. Kdybyste byl chudý jako kostelní myš, a přitom šťastný, neohrožený, spokojený, bdělý, láskyplný a štědrý v rozdávání svých darů, vaše žena by si na nedostatek peněz určitě nestěžovala.

Pokud slíbíte, že uklidíte garáž, a neuděláte to ani za několik týdnů, vaše žena si nestěžuje na nepořádek v garáži. Samozřejmě že by chtěla mít uklizeno, ale je to jen vnější projev něčeho hlubšího. Podstatnější je, že jste neudělal, co jste slíbil. Vaše žena tedy nemůže věřit vašim slovům. A to ji hluboce zraňuje.

Vám připadá, že to přehání. Proč je tak hysterická? Je to přece jenom garáž. Jenže ona cítí, že nejste sám sebou. Vám připadá neuklizená garáž jako maličkost, jenže vypovídá o tom, že nemůžete dodržet své slovo, a udržet se na své cestě.

Vaše slovo je projevem vašeho mužského jádra, vašeho po-

slání. Když neplníte to, co říkáte, vaše žena z toho správně usuzuje, že vaše mužské jádro slábne. Zklamal jste ji. Už nemůže věřit vašemu mužskému směřování. Cítí velkou ztrátu. Časem si vytvoří vlastní mužskou ochranu i proti vám. Bude si dávat pozor, abyste ji nezraňoval svými planými sliby. Zatvrdí se proti vám, bude uštěpačná a napjatá. Vy pokládáte neuklizenou garáž za maličkost. V očích vaší ženy jste však nedodržel slovo a ztrácíte její důvěru.

Je to něco podobného, jako když vaše žena o sebe přestane dbát. Podstatou ženy je energie nebo vyzařování. Jestliže o sebe žena přestane pečovat, chodí neupravená a zanedbaná, neustále unavená a bez jiskry, pak vám nemůže dávat svou ženskou energii, kterou ve vašem vztahu potřebujete. Můžete ji stále milovat, ale začnete se poohlížet po ženské energii jinde.

To, co vás na úrovni polarity k ženě přitahuje, je její ženské vyzařování. A ženu zase k vám přitahuje jednoznačné mužské zacílení, vaše rozhodnost, bdělost a integrita. Když si stěžuje, že se moc díváte na televizi, stěžuje si tím na celý váš život, protože cítí, že v něm ztrácíte odhodlání a jasný směr. Kdyby na vás viděla, že jste zajedno se svým životním cílem a že se jí umíte plně věnovat, klidně byste mohl říct: „Teď si na půl hodinky sednu k televizi a budu odpočívat.“ Nevadilo by jí to. To, co jí vadí, není televize samotná, třebaže to říká.

Své ženě naslouchejte spíš jako tajemné věštkyni než jako racionální poradkyni. Její slova sice nevystihují konkrétní problém, ale mohou vám leccos odhalit. Poukazuje na vaše nevědomé návyky, které vám brání žít plně v probuzeném vědomí. Vaše nevědomost ji zraňuje. Neřekne to tak, ale naznačuje to.

Nedohadujte se s ní o garáži ani o pracovním pohovoru. O tom nemluví, ačkoli o tom mluví. Vyslechněte její stížnosti jako znamení z vesmíru, které se týká vašeho života. Je sledování televize tím nejlepším způsobem, jak prožít přítomný oka-

mžik? Někdy si potřebujete odpočinout, ale jindy jste jenom líný a snažíte se zapomenout na úkoly, které jste si sám uložil.

Lhal jste své ženě záměrně o uklízení garáže? Nebo vám to jen vypadlo, tak jako se vám to stává i s jinými povinnostmi, které v životě máte? Můžete vinit svou ženu z toho, že ji trápí nedostatek integrity, který vidí v tom, jak žijete?

Jestliže vám nemůže věřit, že svůj život nemarníte a žijete naplno podle nejhlubší moudrosti, k jaké jste došel, nemůže k vám mít důvěru, ani co se týče jejího života. Nemůže věřit vašim mužským kvalitám a bude to kompenzovat tím, že začne přesmíru rozvíjet svoje vlastní. Nebude fungovat jako mužský protipól jen sama pro sebe, ale i pro vás. Když vám připomíná, že byste si měl hledat práci, a upozorňuje na nepořádek v garáži, je to mužské směřování, která nahrazuje vám oběma. To však povede ke stresu, který se začne projevovat na jejím těle. Bude méně zářivá a méně uvolněná a její ženská energie začne pohasínat. A to vše jen kvůli tomu, že se snaží kompenzovat vaše selhání.

Váčky pod očima vaší ženy a její vrásky vám mohou naznačit, nakolik vy sám naplňujete smysl svého života. Samozřejmě že má vaše žena také své vlastní nevědomé návyky, které ji mohou brzdit, ale někdy jenom odráží ty vaše. Pokuste se zjistit, který z jejích „problémů“ je odrazem způsobu vašeho života. Vy sám nejlépe víte, čím vším ztrácíte čas. Ví to i vaše žena. Jen se jí to možná dotýká víc než vás.

32

Vaše žena nechce být na prvním místě

Někdy se zdá, že si žena přeje být pro muže tím nejdůležitějším v životě. Když se tím však opravdu stane, cítí, že si ji muž dosadil na první místo, které mělo být vyhrazeno pro osobní růst a službu druhým. Začne jí připadat, že štěstí jejího muže je příliš závislé na ní. To, že ji muž tolik potřebuje, ji začne dusit a svazovat. Žena si ve skutečnosti přeje, aby muž cele naplňoval smysl svého života – a k tomu ji naplno miloval. Třebaže by to nikdy nepřiznala, přeje si dokonce, aby se muž dokázal vzdát jejich vztahu, pokud by byl v rozporu s jeho životním posláním.

Představte si, jak muž odchází do války. Obejme ženu, aby se s ní rozloučil. Žena pláče.

„Prosím tě, neodcházej,“ vzlyká.

„Víš, že musím jít,“ odpovídá muž.

Následuje dlouhý pohled z očí do očí.

„Víš, že tě miluju,“ promluví muž.

„Vím. A vím taky, že musíš jít,“ pronese žena a horké slzy jí stékají po ztrápené tváři.

Muž se otočí a odchází vstříc nevyhnutelnému osudu, zatímco žena ho provází usazeným, ale hrdým pohledem.

Tato zveličená dramatická scénka zachycuje hluboký energetický princip: Žena si sice přeje být tím nejdůležitějším ve vašem životě, ale pokud tím není, může vám paradoxně víc důvěřovat a víc vás milovat.

Na prvním místě by měl být u muže jeho životní cíl, a nikoli vztah. Vaše žena to ví. A hluboko uvnitř si přeje, aby to tak bylo. Žena v předcházející scéně by se asi dost podivila, kdyby muž pravil: „Víš co, rozmyslel jsem si to. Jsi pro mě důležitější než svoboda národů. Jsi pro mě to nejdůležitější v životě. Nezajímá mě, že je potřeba mé služby lidstvu, zůstanu tu s tebou.“ I kdyby z toho měla částečně radost, v hloubi duše by cítila prázdnotu, zradu a selhání.

Muž vychází ze dveří, aby splnil svůj úkol, a žena pláče a přeje si, aby zůstal. Muž však musí jít. A žena to ví.

Pokud se žena stala ústředním bodem vašeho života, jste ztraceni. Máte dar, který máte rozdávat, smysl života, který máte naplnit, vnitřní hlas srdce, za kterým máte jít. Pokud žádný hlas srdce neslyšíte, nebude vědět, jak se správně rozhodnout v nejrůznějších životních situacích. Svá rozhodnutí budete zpochybňovat. Nebudete se rozhodovat svobodně na základě toho, jaký je smysl a cíl vašeho života, ale jen proto, že vás k tomu budou nutit vnější okolnosti. Můžete přitom převzít argumentaci své ženy, protože bude silnější než vaše. Svou vnitřní potřebu jasného cíle přizpůsobíte vnějším úkolům a stane se z vás korporátní poskok nebo „taťka“ pod pantoflem, který rezignoval na svou vlastní seberealizaci.

Dávejte si pozor, aby domnělé zodpovědnosti nenahradily skutečný smysl vašeho života. Může se vám snadno stát, že budete celé dny trávit plněním nejrůznějších úkolů a povinností, a večer vám zbude čas a síla jen na vysedávání před televizí nebo rychlý sex. Je snadné se vzdát života zasvěceného nehlubší pravdě

a místo toho jej zaplnit prací, rodinou, vztahy a přáteli. Jenže skutečným profesionálem, otcem, manželem a přítelem můžete být jedině tehdy, pokud vše přijímáte jako dar, z hloubi svého srdce, a nikoli jako paběrek, který na vás zbyl, když jste neměli dostatek kuráže vydat se za skutečným smyslem svého života.

Jestliže nežijete v souladu se svým nitrem a nerozdáváte naplno, čím jste byli obdarováni, lidé okolo vás si všimnou, že vám něco chybí. Děti vás budou zlobit a zkoušet, kolik vydržíte. Kolegové v práci vás budou využívat. A vaše žena vám nebude věřit.

Jakkoli se vám zdá, že si vaše žena přeje být středobodem vašeho života, není tomu tak. Chce však, abyste věděl, co je vaším středobodem, aby vám mohla věřit. I když ji musíte na čas opustit, abyste mohl naplnit své poslání, tak jako muž rukující do války, bude vám věřit a bude vás milovat, pokud vaše poslání bude skutečné a opravdové.

Trávíte-li většinu času u televize, listováním v časopisech nebo hazardováním, vaše žena pozná, že marníte čas banalitami. Pochopí, že mrháte vlastním životem, a bude vás odsuzovat za lehkovážnost a slabou vůli.

Pokud jste však ve svém nitru odhalili smysl svého života a řídíte se podle něj, vaše žena pozná, že vaše životní rozhodnutí jsou správná. Možná se jí některá vaše rozhodnutí nebudou líbit, ale přijme je a bude vás nadále milovat a obdivovat pro odvahu, s jakou žijete svou pravdu. Může vám plně důvěřovat, protože ví, že je na vás spolehnutí. I když tu a tam vysedáváte před televizí, listujete v časopisech nebo si zajdete zahrát poker, vaše žena ví, že byste nikdy neslevili ze svého životního cíle. Součástí vašeho poslání je život se ženou, ale není vaším jediným posláním a váš život na tom nezávisí.

Váš čistý „trestní rejstřík“ pro ženu nic neznamená

„Trestní rejstřík“ muže je pro ženu zcela bezvýznamný. Muž se může deset let chovat naprosto dokonale a deset vteřin, ve kterých se zachová jako hlupák, stačí ženě k tomu, aby se k němu jako k hlupákovi chovala. Žena reaguje na momentální energii bez ohledu na to, jak se muž choval dříve. Jeho dosavadní bezúhonnost je pro ženu zcela irrelevantní. Pro muže je podstatné, jakou má kdo minulost, a tak předpokládá, že i pro ženu je důležité, jak se on sám choval v minulosti. To však pro ženu nic neznamená.

Měl jste perný den a zdržel jste se v práci. Večer dorazíte domů a vaše žena je naštvaná. Zapomněl jste, že jste si na dnešek domluvili společnou večeři s přáteli, a teď už je pozdě. Manželkou cloumá vztek.

„Promiň, že jdu pozdě, ale dnešek byl výjimečně náročný,“ omlouváte se. „Víš, že normálně nemusím v práci zůstat přes čas, ale tentokrát to jinak nešlo. Měl jsem toho moc. Normálně bych na tu večeři nezapomněl. Ani nevím, kdy se mi něco takového stalo naposledy.“

„Dneska jsi to úplně vypustil! A to je jediné, na čem záleží!“

Nemá smysl snažit se zmírnit hněv ženy tím, že jí budete připomínat, jak jindy chodíte včas a na nic nezapomínáte. Co bylo, bylo, to ženu nezajímá. Podstatné pro ni je, co cítí v tuto chvíli. Dnes jste ji nechal na holičkách a je jedno, že se to stalo poprvé po dlouhých měsících nebo letech. Minulost je pro ni v porovnání s tím, jak se cítí teď, bezvýznamná.

Pro vás jakožto muže je pravděpodobně snazší odpustit chybu a zapomenout na ni, pokud se jí dopustil muž s jinak čistým štítem. Rozčiluje vás, když se někdo chová nevypočitatelně a opakovaně nedodržuje to, na čem jste se spolu dohodli. Ale i velkou chybu snadno prominete někomu, kdo se až dosud choval bezúhonně. Víte, že se snaží a že se taková chyba už nebude opakovat.

Pro ženu je však minulost naprosto bezpředmětná. Jedno nevhodné slovo uprostřed pětihodinového milování může mít na vaši ženu stejný účinek, jako byste dvě hodiny vršil chybu za chybou.

Nemělo by vás proto rozčílit, že vaše žena tolik prožívá jednu malou chybičku v dlouhé řadě vašich úspěchů. Uvědomte si, že minulost je pro ženu irelevantní a že na vaši chybu tedy zapomeneme stejně snadno jako na váš předchozí úspěch. Jakmile si všimnete, že je žena nešťastná, změňte proud energie mezi vámi. Nevzdávejte se svého štěstí. Zaskočte ženu svou láskou, využijte svého důvtipu a rozesmějte ji. Lízejte ji na krku nebo ji zdvihněte do vzduchu a zahrajte si na King Konga. Překvapte ji důkazem své lásky a vaše chyba bude odčiněna. Přiřadí se k dlouhé řadě vašich minulých úspěchů a přestane být pro vaši ženu důležitá.

Neomlouvejte svou chybu tím, že je po dlouhé době jediná, ale postarejte se o to, aby se do daného okamžiku vrátila láska a štěstí.

Žena se uvolní, když nemusí mít vše pod kontrolou

Aby se žena mohla vzdát mužské ráznosti, musí věřit, že se dokážete o všechno postarat. Týká se to finanční, sexuální, emoční i duchovní oblasti.

Muž se samozřejmě nemusí starat o všechno do detailu, ale je třeba, aby stál u kormidla a udával základní směr. Pak se teprve může jeho žena bez obav uvolnit do svého ženství.

Některé ženy chtějí mít neustále všechno pod kontrolou. Touha udávat směr – přepínat programy v televizi dálkovým ovladačem nebo vybrat město, v jakém bude rodina žít – je maskulinní, jak v ženách, tak v mužích. Jestliže má vaše žena silnější mužskou sexuální podstatu, bude ráda řídit vaše životy.

Jestliže má však žena ženskou sexuální podstatu, bude chtít čas od času vypnout a nemuset se o nic starat. Ráda zůstane ve svém ženství a veškeré rozhodování nechá na vás. Pokud to nebudete zvládat a budete váhat, jakým směrem se máte ubírat, vaše žena si všimne, že tápete. Když se v řídicí funkci neosvědčíte, vaše žena ji převezme za vás, ale ztratí tím klid a pohodu.

Čím více může žena zůstat uvolněná ve svém ženství, tím více z ní bude vyzařovat. Už jste si asi všimli, že vyzařování ženy se může ve vteřině změnit. V jednu chvíli se vám zdá, že je bez

jiskry a unavená. A najednou se celá rozzáří. Možná jste ji právě pochválili nebo ji překvapili malým dárkem z lásky. A ona v tu ránu omládne o patnáct let a zmizí jí všechny vrásky z čela.

Chcete-li, aby z vaší ženy vyzařovala ženskost, pak ji musíte zbavit břímě vedení. Neznamená to, že jí budete všechno dávat příkazem. Jde o to, abyste sami za sebe věděli, kam směřujete a jak se tam dostanete, a to ve všech aspektech života, včetně finančního a duchovního.

Jestliže máte sebemenší pochyby o vašem finančním zabezpečení v budoucnosti, vaše žena to vycítí. Nemusíte jí o tom nic říkat. Vyčte nejistotu z vašeho těla, očí a tónu hlasu. Nemusíte vydělávat spoustu peněz, ale je třeba, abyste převzali finanční odpovědnost a mysleli i do budoucna. Můžete se třeba stát mnichem. Důležité je, aby vaše rozhodnutí bylo jednoznačné, čitelné, moudré a založené na vašem nejhlubším přesvědčení. Pak může zůstat vaše žena v klidu. Ví, kde jste a jaké máte plány do budoucna. Cítí vaši integritu. Ví, že jdete správným směrem, protože následujete vaše vnitřní rozhodnutí. Nemusí se topit ve vaší nejistotě, díky vaší jednoznačnosti může stát na pevné zemi.

Ještě důležitější je vaše duchovní směřování. Kam směřuje váš vztah? Co naplňuje váš život? Jaký mu dáváte smysl? Jak se budete společně rozvíjet, abyste se nechtyli do pasti průměrnosti?

Pokud vaše žena cítí, že jste ztratili duchovní nasměrování, bude ho hledat sama a bude vám vnucovat svůj směr. Vidí, že žijete jen prací, a když výjimečně nepracujete, sedíte jako pecka před televizí. Pak si vaše žena začne říkat: „To je všechno? O tomhle má být náš vztah? Takovou má můj muž představu o životě?“ Pokud žena vytuší vaši finanční nebo duchovní nejistotu, nemůže se vedle vás cítit dobře. Začne automaticky řídit svůj život podle sebe, a možná i ten váš. Rozvine v sobě mužské vůdčí schopnosti, protože vám chybí. Jenže tím přijde o své ženské vyzařování.

Čím větší finanční a duchovní nejistotu z vás žena bude cí-

tit, tím více svojí energie a pozornosti bude muset napřít na to, aby rozvíjela vlastní maskulinní tendence a cíle. Pro ženy, které potřebují rozvíjet vlastní maskulinní energii, to je skvělé. Jsou ale ženy, které mají už svou mužskou stránku rozvinutou dostatečně. Byly by vděčné, kdyby si od ní mohly odpočinout a přijmout místo ní jako dar tu vaši. Jak poznáte, že cesta, po které se ubírá vaše žena, je pro ni zdravá? Podle toho, že bude na své cestě rozkvétat a bude šťastná. Jestliže se dostává do stále většího stresu a napětí a své emoce vyjadřuje stroze a odměřeně, pak to znamená, že její směřování je přespříliš mužské. Cesta, kterou si vaše žena nuceně zvolila, signalizuje vaši nespolehlivost.

Jak se můžete stát spolehlivějším? Ne nutně tím, že začnete ještě usilovněji pracovat. Spolehlivější a zodpovědnější budete, když poznáte smysl svého života a svůj finanční a duchovní život budete odvíjet od tohoto poznání. Aby se žena mohla uvolnit ve své ženskosti, zářit a být šťastná, potřebuje vědět, že může nasednout do vašeho vlaku, který jede právě tam, kam chce. Je přitom jedno, jestli vaše žena vydělává víc nebo méně peněz než vy, nebo dokonce všechny. Jde o to, aby cítila, že ji milujete, jste moudrý, máte ve svém životě jasno a jste si jistý svou vlastní cestou. Když bude cítit, že finanční záležitosti a celý společný život umíte poskládat tak, aby se ve vašem vztahu mohla projevit nejhlubší láska a vzkvétat vaše dary, pak bude schopna věřit vašemu mužskému směřování a její ženské srdce se uvolněně rozzáří.

PÁTÁ ČÁST

VAŠE TEMNÁ STRÁNKA

Neustále hledáte svobodu

Podstata mužské extáze spočívá v okamžiku uvolnění od napětí. Takové chvíle nastávají, když se ocitneme tváří v tvář smrti a přežijeme to, když splníme své poslání (a tím pádem jsme ho zproštění) a při závodech (což je rituální hrozba smrti). Mužský princip neustále hledá uvolnění od tlaku neboli svobodu. Ženský princip toto mužské počínání a tuto potřebu většinou nechápe.

Vaší základní motivací je uvolnění od napětí a prožitek svobody. Jaké jsou nejčastější formy mužské extáze? Jednou z nich je orgasmus. Typický mužský orgasmus, jak zřejmě víte, spočívá v tom, že se kumuluje napětí, až se nakonec hráz protrhne a dojde k prudkému uvolnění napětí a energie. Stav po orgasmu se podobá posmrtnému klidu. Je to prázdnota připomínající blažené zapomnění. Mužský princip hledá takové uvolnění všude možně.

Většina sportů nabízí toto mužské, prudké uvolnění od napětí a prožitek svobody. V americkém fotbale je například mužstvo s míčem blokováno sešikovanými protihráči. Úkolem mužstva s míčem je prorazit řadou protihráčů a dostat míč na druhou stranu, ke svobodě. Tyto rituální hry, při kterých se uvolňuje napětí a nastávají okamžiky svobody, prožívají lidé s mas-

kulinní podstatou šíleně emotivně. Když hráči vysvobodí míč, muži křičí a jásají, jako by se tím splnila jejich nejhlubší touha. A je to opravdu tak. Tento průlom ke svobodě, ať už nastane jakýmkoli způsobem, je hlavní hnací silou mužského principu. Všechny mužské cíle – v práci, na meditačním polštářku nebo na fotbalovém hřišti – směřují k větší svobodě.

Typicky mužská touha po svobodě souvisí s vnímáním smrti, která pro muže představuje největší strach i konečnou svobodu. Ve francouzštině se orgasmus nazývá *petite mort*, neboli „malá smrt“. V angličtině zas slovo *killing* (doslova „zabíjení“) hovorově znamená závratný finanční úspěch a *kill* (doslova „zabít“) v tenise znamená dát eso.

Máte také zřejmě i své zkušenosti s temnějšími stránkami mužské touhy po svobodě. Válka, motivovaná touhou po svobodě, je čistě mužskou záležitostí. Většina sportů je ritualizované válčení, ale válka sama o sobě rezonuje s podstatou většiny mužů. Válečné filmy – muži na samé hranici svých sil, kteří ze sebe dostanou maximum a vzepřou se samotné smrti, aby splnili své poslání – to v mužích vyvolává bouřlivé emoce. Čelit smrti ve jménu svobody, ať už je to na bitevním poli nebo ritualizované na fotbalovém hřišti či šachovnici, to je ryze maskulinní jednání, při kterém se probouzejí i ty nejhlubší mužské emoce.

Stejná schopnost pohlédnout do tváře smrti je nezbytná k dosažení duchovní svobody. Žít se svobodným duchem znamená čelit vlastním strachům a vzdát se všeho, co omezuje vaši lásku. Většina mužů má omezenou schopnost dosáhnout duchovního cíle kvůli připoutanosti k pohodlí a pocitu bezpečí. Vaším protivníkem je tu vaše vlastní potřeba osobního bezpečí. Bojujete se svým vlastním já. Osvobodit se znamená nechat zemřít vlastní potřebu odděleného já. Co jiného vás pak ještě může poutat? Konečná svoboda je smrt ega, absolutní odevzdání se až do bodu jednoty. Jen málo mužů dokáže spočinout v hloubkách svobody, většina se bojí stavu bez stresu. Vzdát se stresu zna-

mená vzdát se myšlenek, nemyslet na vlastní já, neplnit žádné poslání. Je to konec mužské hry.

A přitom je tento stav bez stresu či nechráněný konec hry přesně to, co muži hledají, ať už prostřednictvím orgasmu, vyděláváním peněz nebo vyhráváním válek. Chcete prožívat malé formy mužské „smrti“ a extáze, ale nejste ochotni čelit smrti vašeho odděleného já a stát se svobodou, kterou zakoušíte jenom v prchavých okamžicích.

Muži se budou kdykoli rádi ocitat tváří v tvář „smrti“ v různých podobách a dostávat se na druhou stranu ke svobodě, ať už to bude při zápasech v boxu, během detektivek, v bojových uměních, při orgasmu, ve filozofii (náhlé uvolnění stresu, když něco pochopíte – „aha!“) nebo při smrti ega. Vaším hlavním přáním musí být svoboda. Můžete si pak vychutnávat menší formy mužské extáze, ale zasvěťte svůj život její nejvyšší formě: osvobodte se od strachu ze smrti, pochopte, že vaše individuální já vás zbytečně stresuje a omezuje, a bez obav vykročte k absolutní svobodě, kterou jste vždy v jádru tušili, ale dosud hledali jen v přechodných projevech.

Ženský princip naproti tomu nehledá svobodu, ale lásku. Dokonalé štěstí ženy nespočívá v prázdnotě, ale v naplnění. Prostředek k jeho dosažení není odpoutání, ale odevzdání. Proto je žena nešťastná, když muž po dosažení orgasmu usne. Muž po ejakulaci dosáhl konečně kýžené prázdnoty, osvobození od stresu, které v různých podobách hledal celý den. Žena však doufá, že prostřednictvím sexu prožije lásku a naplnění, a po dřimující muž jí nic takového nemůže zprostředkovat.

Ženský princip hledá naplnění a děsí se prázdnoty. Prázdné poličky žena rychle zaplní suvenýry, mušlemi a kamínky, které posbírala na nejrůznějších místech. Když se necítí naplněna láskou, snaží se nasytit zmrzlinou, čokoládou a klábosením, na rozdíl od muže, který se často zbavuje stresu vysedáváním před televizí a ejakulací. Temná stránka ženy je přitahována k emoč-

nímu násilí v nekonečných televizních seriálech a harlekýnech spíš než k fyzickému násilí, které se odehrává v boxerském ringu nebo porno filmech. Pocit duchovní prázdnoty se žena snaží řešit tím, že odevzdá své srdce a nechá se naplnit láskou. Základní prostředek, jímž žena dosahuje duchovní jednoty, je odevzdání se. Místo aby prolomila strach ze smrti ega a tím dosáhla ničím neohraničené absolutní svobody, dosahuje odevzdáním plnosti ničím neohraničené lásky.

Ženská touha po lásce a mužská touha po svobodě nakonec vedou ke stejnému cíli: stáváte se tím, kým jste ve skutečnosti, ztělesněním absolutní lásky a svobody. Než však spočínáte v tomto bodě, kde nevědomky jste už od samého počátku, vaše žena bude dál podléhat vám, čokoládě a nakupování, v naději, že bude naplněna láskou, zatímco vy budete dál uvolňovat své napětí – před televizí, při orgasmu a prostřednictvím finančních úspěchů v naději, že se jednou stresu zbavíte docela a dosáhnete ničím neomezené svobody.

Přijměte své nejtemnější tužby

Pokud muž odmítá svou temnou touhu po svobodě, zaškrcuje tím přívod své mužské síly. Jeho energie nebude volně proudit a jeho pozornost budou poutat nenaplněné tužby. S takto zaškrcenou přípojkou však především slábně i mužská schopnost postavit se beze strachu smrti, což je podmínkou vědomého života. Takový muž nebude schopen čelit neznámému, neodváží se ztratit pevnou půdu pod nohama a jednat se srdcem plným lásky.

Kdy jste se naposledy zmocnili vlastní ženy? Kdy jste ji „uchvátili“, divoce, vášnivě, bez jakýchkoli zábran? Bylo to tak dávno, že vás fascinují scény znásilnění v televizi nebo v kině? Nebo vás dokonce vzrušují?

Když nedokážete vyjádřit své temné vášně spolu s láskou, ukryjí se ve vašem podvědomí. Dojde k odpojení vašich temných tužeb od vašeho srdce. Místo abyste jednali s mužskou silou a prudkou vášnivostí – objali svou ženu, strhli ji na postel, svlékli a nalehli na ni s takovou razancí, až oba budete sténat v milostném vytržení – začnete si představovat, jak bez lásky ovládáte ženy a nutíte je, aby vám byly po vůli.

Touha zmocnit se ženy představuje sexuální aspekt stejné mužské potřeby prolomit obranu protihráčů na basketbalovém

hříšti, proniknout intelektuálním omezením a dobrat se filozofického vhledu nebo překonat strach ze smrti a dosáhnout duchovní svobody. Touha zmocnit se ženy je přáním prolomit její obranu, která ženě nedovoluje otevřít srdce a tělo extatickému milování. Když se to povede, osvobodí se žena od všech konvenčních zábran vytvořených myslí a nemá jinou možnost než se plně odevzdat lásce.

Když se tato mužská touha po uchvácení ženy odpojí od srdce, bude vám stačit, když obranu ženy prolomíte bez lásky, násilím nebo nátlakem. I když to málokterý muž připustí, většina mužů si někdy představovala, jak ženu nutí k sexu proti její vůli. Totéž si někdy představovala i většina žen. Temná touha ženy – být přinucena k odevzdání – je stejně silná jako temná touha muže proniknout obranou ženy. Rozdíl mezi znásilněním a vášnivým uchvácením spočívá v lásce.

Při uchvácení jde o to, aby se žena odevzdala silnému proudu vaší lásky. Láskyplně ji „přinutíte“, aby se odevzdala společné velké extázi. Jestliže nejste ochotni projevit svůj temný aspekt ženského a mužského pólu s láskou a humorem, pak se projeví jiným způsobem, bez lásky – muž si začne představovat, jak nějakou ženu znásilňuje, žena bude jako přikovaná sledovat všechny nekonečné díly všech seriálů, budou vás fascinovat tragické příběhy o brutalitě a ztrátě a násilnická pornografie.

V sexuální energii jsou kořeny vaší tělesné životní síly a váš vztah k uchvácení odhaluje, jaký máte vztah k životu vůbec. Totéž se týká i vaší ženy. Jestliže se vaše žena bojí se vám zcela odevzdat a přijmout vaši lásku celou svou bytostí, bude mít také strach odevzdat se božství a přijmout plně božskou lásku. Bude v sobě cítit prázdnotu, kterou se pokusí zaplnit „láskou“ k jídlu, nakupování, společenskému životu a klábosení.

Pokud se bojíte poddat se cele extázi tělesné lásky se ženou – to znamená vzdát se veškeré kontroly a sebe sama, aby se vaše srdce mohla prolnout ve víru nepolevující vášně – pak se bu-

detek také bát cele se odevzdat božské svobodě. Budete se pevně držet vědomí sebe sama a sebekontroly, místo abyste pronikli svým strachem do dosud nepoznané ničím neohrazené nekonečné existence. Budete cítit přetlak vnitřního napětí, kterého se budete pokoušet zbavit typicky mužskými způsoby – televizí, ejakulací a prací.

V lásce se svou ženou se musíte naučit všechno pustit. Pokud jste se nerozhodli pro život v celibátu, není pro vás jiné cesty. Ve své sexuální touze si počínejte stejně neohroženě jako v té duchovní. Podstatou mužského strachu je strach ze ztráty sebe sama – tato ztráta je však zároveň i podstatou vaší touhy. Jestliže jste jako většina mužů, pak budete chtít ztratit sebe sama nějakým regulovatelným způsobem – při sportu, při čtení novin a při orgasmu – ale budete mít strach ze skutečné ztráty sebe sama při milostné extázi s vaší ženou v odevzdání nepoznané nekonečnosti za myslí.

Až se příště budete milovat se svou ženou, zkuste se jako experiment vzájemně prolnout, vymanit se z vlastních fyzických a emočních hranic. Vciťte se do ženy s takovou intenzitou, že si přestanete uvědomovat sebe sama a budete si cele vědomi jí samotné. Vnímejte, jak se v ní pohybujete, jak se vaše hranice rozpouštějí a vy se vzájemně prolínáte, buďte si vědomi jejího dechu, jejích pohybů a emocí. Milujte se s ní a zapomeňte při tom na sebe, vzdejte se sebe sama tak, jak jste se nikdy předtím neodvážili. Přesáhněte nejen svoje hranice, ale i hranice vaší ženy, abyste se oba mohli rozpustit v nesmírné síle vzájemné lásky. Spociňte v lásce, oddejte se jí tak, aby nic jiného než láska nezbývalo.

Dovolte této lásce, aby uchvátila vaši ženu, aby naplnila její srdce i tělo až k prasknutí, aby jí nezbývalo nic jiného, než se odevzdat hloubce a síle vašeho milování. S uvolněným a spontánním tělem dovolte své lásce, aby pronikla do vaší ženy do-

statečně hluboko, zaplavila ji a možná přiměla k slzám. I vy se jí poddejte, zbavte se všech strachů a dávejte lásku.

Uprostřed tohoto sebeodevzdání a dávání lásky dejte průchod své mužské touze, aby se mohla projevit její světlá i temná stránka. Dělejte všechno, co jste kdy chtěli, buďte vším, kým jste chtěli být, v lásce, spontánně a s hlubokým vcítěním do vaší ženy. Vnímejte, co vaše žena prožívá. Čas od času nechte ženě dostatek prostoru k tomu, aby vás její energie a touhy mohly dovést tam, kam byste se sami nikdy nedostali.

Když navrátíte svému temnému mužskému milování jeho plnou sílu, vrátí se vám nejenom schopnost uchvátit ženu v nesebecké extázi, ale získáte tím také zpět svůj duchovní potenciál. Rozvinete v sobě odvahu vzdát se sám sebe, nechat zemřít vaše ego. Tím, že se otevřete i temné stránce svých sexuálních tužeb a dovolíte síle lásky, aby se vás nekontrolovatelně a bezostyšně zmocnila, pustíte na plný proud přípojku s mužskou duchovní silou. Rozvinete v sobě schopnost „zemřít“ do lásky a vzdát se svého omezeného já.

Když se tato síla ve vás rozproudí s větší volností, zjistíte, že se vám přirozeně prohloubila schopnost přijmout duchovní „smrt“ neboli rozpuštění vašeho individuálního já v ničím neohraničené svobodě. Už nemusíte svírat své individuální já, dokážete si plně uvědomit, kdo jste ve skutečnosti, poznat své Vyšší já, které „vás žije“ a je zcela bez hranic. Jenže představa, že by se měli vzdát svého individuálního odděleného já, většině lidí nahání hrůzu. A tento strach nepřekonaáte, pokud se neodvážíte vzdát se představy oddělenosti mezi vámi a vaší ženou ani při milování.

Abyste mohli uchvátit ženu svou láskou, musíte k jejímu srdci přistoupit zbožně a s vírou. A nezapomeňte, že její srdce je vpravdě vaším srdcem. Vaše odvaha vám pomůže k tomu, abyste stejně jako k srdci přistupovali i k vědomí samotnému a umožní vám rozvíjet vaši schopnost odevzdat se a splynout s vaším Vyšším já.

Žena chce vaši neohroženost

Žena vyžaduje po muži mnoho vlastností, a jednou z nich je neohroženost. Odradí ji, když se muž bojí a chce po ní, aby zabila švába nebo myš, zatímco on jen přihlíží a stojí při tom na židli. Naštve ji, když po ní muž chce, aby vstala z postele a šla zkontrolovat dům, protože slyšel divný šramot a mohl by to být zloděj. Nebojácnost, nebo schopnost překonat strach ze smrti ve jménu lásky, to je mužský dar ve své ryzí podobě.

Ikdyž vaše žena samozřejmě nechce, aby z vás byl zabiják, přitahuje ji vaše schopnost zabíjet. Pokud tuto schopnost nemáte, ženu to naopak odrazuje. Představte si například, že vám po obývacím pobíhá veliký šváb. Vy vyskočíte na pohovku a začnete křičet na ženu: “Zabij ho! Prosím tě, zabij ho!” Tím u ní rozhodně nezabodujete.

Nebo si představte, že spolu ležíte v posteli. Najednou zaslechnete zedla z kuchyně divné zvuky. Začnete se bát. Poprosíte ženu, aby zašla dolů a zkontrolovala, co se děje. Vaše slabost ji rozhodně nenadchne.

V obou uvedených případech bude žena vidět, že se bojíte. Nechce, abyste hned zabíjel, ale chce, abyste smrti dokázal čelit, pokud je to potřeba. Chce, abyste v případě nutnosti doká-

zal i zabít. Jestliže se do vašeho domu vloupá nepřítelný šílenec a bude se chystat zamordovat vaše děti, vaši ženu moc nepotěšíte, když mu v tom nezabráníte a prohlásíte: „No, pane Maniaku, je to na vás. Dělejte, co myslíte.“

Temná mužská energie válečníka, který dokáže čelit smrti a v případě nutnosti i zabít, je vaší podstatnou součástí. Dnes je v módě potlačovat temnou stránku jak u mužů, tak u žen, takže vzniká široká populace citlivých mužů a laskavých žen. Jenže pod hezkou fasádou většiny žen se skrývá hrozivá bohyně, která dokáže setnout hlavu každému průměrnému zženštělému muži. A za trpělivým úsměvem většiny mužů se skrývá bojovník lásky, který by se raději ženy zmocnil a přiměl ji prožít svrchované štěstí, než by poslouchal její klábosení, které vypovídá o jejím bezvýchodném emočním zacyklení.

Bohužel se potlačování temné mužské energie dnes natolik vžilo, že si obyčejný muž raději nasadí úsměv na znuděnou tvář, než by se pokoušel proniknout do ženy svou nekompromisní láskou. A dá si veliký pozor, aby náhodou neohrozil svůj dobře naplánovaný, pohodlný a bezpečný život tím, že by se pokoušel proniknout za svůj strach ze smrti.

Má-li vaše žena ženskou sexuální podstatu, bude z vás chtít cítit vaši neohroženost, i když se tomu může zpočátku vzpírat. Chce na vás vidět, že dokážete čelit jejím náladám, hněvu a napětí, aniž byste ji chtěli přitom připravit o její ženskou sílu. Potřebuje vědět, že ji budete dál milovat a že vás neodradí její výbuchy vzteku. Chce se přesvědčit o tom, že si dokážete stát za svými touhami a že se jí umíte zmocnit s láskou a nenecháte se zastrašit její temnou energií.

Chce z vás cítit vaši temnou mužskou stránku nejen proto, že si přeje být dobývána a dobytá, ale proto, že je to znamením obecnější schopnosti čelit smrti, své vlastní i ostatních, a poznat, jaká je. Máte-li tuto schopnost, pak vám může věřit jako lidskému i duchovnímu bojovníkovi. Poznání smrti vám může

přinést pokoru a odvahu. Poznání smrti strhává brnění z vašeho srdce a umožňuje poznat lásku. Poznání smrti a lásky je branou, kterou projdete svými strachy a lpěním na bezpečí a dostanete se přímo k nepoznatelnému tajemství, jež se rozprostírá za vaší hýčkanou představou o vlastní důležitosti.

Když vaše žena touží v lásce po vaší temné stránce, je to pro vás dar. Naplňte její touhu, oddejte se temnému a neohroženému milování, a přijďte na to, že se nemusíte pořád bránit. Každý okamžik se vám ukáže ve své nahotě, zranitelnosti a pravdivosti, protože už ho nebude zastírat vaše potřeba urovnanosti a falešného sebepotvrzování. Přestaňte se na prožitek přítomného okamžiku usmívat zpoza záclony bezpečí, a odmítat svou účast na dění v přítomnosti z obavy, že by to mohlo ohrozit vaše bytí. Láskou se vzdejte své bezpečné pozice a zmocněte se přítomného okamžiku, pronikněte do jeho jádra. Objevíte svou jednotu s ním a svobodu.

Neohrožený bojovník, jakého vaše žena chce, ví, že život je proces, při kterém se umírá, ale také ví, že smrtí se lze dobrat toho, co nelze nikdy ztratit. Pouze když obětujete svůj strach, může vaše srdce zůstat nestřeženo. Jste-li ochotni postavit se tváří v tvář případnému nočnímu zloději, dáváte tím najevo své ženě, že jste připraveni všechno ztratit pro lásku.

38

Potřebuje, aby vaše vědomí odpovídalo její energii

Je třeba, aby muž přistupoval k ženě s vědomím ekvivalentním její energii. Ženská ničivost se musí utkat s mužskou destrukcí.

Bohyně oddanosti se musí setkat s bohem všeprostupující lásky. Muž se nesmí vyhýbat žádné oblasti své mužskosti, ať temné nebo světlé, a na žádné nesmí lpět, protože jinak ho žena právě tam bude zkoušet. Zkoušky přicházejí obvykle nejprve v temné oblasti. Až když získá důvěru, tedy když má temná ženská milenka jistotu, že na její lásku bude odpovídat temný mužský milenec, může prověřování pokračovat ve světlé oblasti.

Jak nejspíš víte, vaše žena umí být čarodějnici, sexuální otrokyní, amazonkou, bohyní světla, pečující matkou, démonkou, svůdkyní, moudrou učitelkou, divokým zvířetem a čímkoli mezi tím. A obvykle se bude opakovaně vracet k takové energii, na kterou se vy neumíte vyladit.

Pokud vás například popouzí její hněv, bude se znovu a znovu rozčilovat. Stále dokola bude zkoušet, jestli už dokážete její hněv obejmout v prudkosti své lásky a transformovat ho do

vášně. Veškeré energii, kterou nezvládnete proměnit v lásku prostřednictvím síly, čistoty a nadhledu vědomí, budete muset čelit znovu a znovu.

Možná vaše žena snadno znervózní a zmocňuje se jí často neklid. Mluvili jste s ní o tom už bezpočtukrát a nic se nezměnilo. A tak jste rezignovali. Naučili jste se si jejího napětí nevšímát.

Aniž by o tom věděla, bude pořád v napětí a nervózní, aby vás zkoušela. Dokud vaše vědomí nedokáže proniknout za její napětí a nepomůže jí se rozvinout, bude vás stále znovu testovat. Průměrný muž si možná řekne: „S tím si bude muset poradit sama.“ Jenže kdyby si s tím chtěla poradit sama, nebyla by ve vztahu s vámi. Potřebuje vaše vědomí – čisté, silné a svobodné – stejně tak jako vy potřebujete její vyzařování. Pokud nedokážete proniknout jejími náladami, nemůže vnímat vaše svobodné vědomí. Bude mít pocit, že se vzdáváte a jste tváří v tvář její energii zcela bezmocní.

Jde o to, aby se vyladění její energie s vaším vědomím *projevilo prostřednictvím vašeho těla*. Jestliže vaše žena ječí a rozbíjí nádobí, vaše tělo na tuto energii musí odpovědět. Vaše neohroženost a síla lásky musí být jasně čitelná z vašeho těla. Pokud jí o tom, že jí milujete přesvědčujete z povzdálí a celí schoulení, neuvěří vám. Když k ní přistoupíte, pevně ji obejmete a rozesmějete se srdečně tomu, co se právě děje, ucítí z vás svobodu. Pokud ovšem vaše chování bude upřímné. Ucítí to, protože budete promlouvat vaším tělem.

Tělo, tón hlasu a pohled očí jsou pro ni mnohem důležitější než cokoli, co byste mohli říct slovy. Neříkejte jí, co by měla udělat, ale udělejte to s ní, tělesně. Jestliže je v napětí a uzavřená, zdvihněte jí paže nad hlavu a dejte jí polibek na srdce. Neradte jí, aby se otevřela. Otevřete ji, fyzicky, otevřeností vašeho vlastního těla.

Totéž se týká i jejího vrcholného štěstí, i tomu je třeba vyjít vstříc tělesně. Jestliže se žena extaticky zmítá a odevzdává se

plně božské lásce, vaše vědomí musí být stejně svobodné jako ona. Vaše tělo se musí setkat s jejím a být při tom plně volnosti, síly a důvěry. Vaše schopnost vzdát se strachu a vysvobodit své já z pocitu oddělenosti v božském spojení musí být stejně silná jako její schopnost odevzdat se lásce. A je třeba, abyste to dokázali svým tělem, nejen slovy.

Jestliže vaše účast na vzájemném spojení není tak silná jako její, vrátí se k vašemu omezujícímu strachu, k vaší slabině, a tam vás bude zkoušet. Když zkouší vaše finanční schopnosti a vy se začnete hroutit nebo reagujete bez lásky, bude vás právě v tomto bodě zkoušet pořád dál. Když zkouší vaše sexuální schopnosti a vás to oslabuje, bude je dál opakovaně prověřovat, přímo či nepřímo.

Nikdy nebude důvěřovat vašim „světlejším“ mužským schopnostem, dokud neprokážete dostatečně své „temnější“ mužské schopnosti. Vaše žena intuitivně cítí úroveň vašeho vědomí. Pokud se nedokážete utkat s její temnou ničivou energií a přetavit ji svou láskou, nebudete schopni se postavit ani temné destruktivní energii světa – která bude zpochybňovat vaši duchovní svobodu – a odpovědět na ni dostatečnou silou a láskou. A právě to vaše žena ví.

Není to o tom, jak se ženě zavděčit. O to tu nejde. Žena vám nabízí určitý dar. Nabízí vám energii v podobě nálady a emocí a poskytuje vám příležitost naučit se „ovládnout“ tuto energii neohroženou láskou. Ať vám nabízí jakoukoliv energii, můžete si být jisti, že svět vám ji nabídne také. Jestliže jste už někdy zkoušeli dosáhnout větších příjmů nebo větší duchovní čistoty, pak víte, že svět má na vás uchystané také všelijaké zkoušky. A odměnu za vaši námahu vám poskytne, jen pokud ve své službě prokážete dostatek vytrvalosti, nebojácnosti a lásky.

Stejně je to s vaší ženou. Nesnažíte se jí udělat radost. Učíte se proniknout svět, včetně ženy, s vědomím a láskou. Kvůli tomu tady jste.

Svět vás bude prověřovat temnou, divokou a vzdornou energií ve finanční a duchovní oblasti, stejně jako vás vaše žena bude testovat emocionálně. Jestliže před ní ze strachu skrýváte své nejhlubší dary, budete je ustrašeně ukrývat i před světem. Jestliže své snahy držet krok se ženou v určitém bodě vzdáte, budete také světu ochotni dávat své dary jen do určité meze.

Vaše žena zná vaše slabá místa lépe než kdokoli jiný. Ví, kdy klopýtnete a vzdáte se. Ví, s jakou mírou průměrnosti se smíte. Zná vaši schopnost být celým člověkem, mužem se svobodným vědomím a plným lásky. Její dar, pokud je to dobrá žena, spočívá v tom, že vás znovu a znovu testuje svými nejtemnějšími náladami, až se vaše vědomí nenechá vyvést z klidu nestálými ženskými prověrkami a vy ji dokážete prostoupit svou láskou. Udělat totéž s celým světem je váš zdejší úkol. Na vaše neohrožené vědomí odpoví žena tím, že zaplaví váš svět láskou a světlem.

ŠESTÁ ČÁST

ŽENSKÁ PŘITAŽLIVOST

39

Ženské energie je vždy dostatek

Žen a ženské energie není nikdy málo. Pokud má muž pocit, že kolem něj není dost žen nebo že mu život neposkytuje to, co by chtěl, popírá svůj vztah k ženství. Pocit nedostatku – „život mě drží zkrátka“ nebo „dobré ženy neexistují“ – pramení obvykle z toho, jaký vztah měl muž v raném dětství se svou matkou. Život sám o sobě je ženství. Ženské energie není nikdy nedostatek, jen se asi bráníte ji přijmout, důvěřovat jí a využít ji.

Na to, abyste byli vyčerpaní, bez šťávy a marně dychtili po ženě, musíte ve skutečnosti ženskou energii odmítat. Teď právě žijete uprostřed oceánu ženské energie. Ženská energie naplňuje vaše tělo životem, je tepem vašeho srdce a vaším dechem. Všude kolem vás jsou ženy, které by – s patřičným zasvěcením do vzájemné odevzdané lásky – dokázaly naplnit každíčkou buňku vašeho těla osvěžující čerstvou ženskou energií. Pokud si připadáte jako unavený a hladový trosečník na vlastním mužském ostrůvku, je to proto, že odmítáte přijímat energii a ženy kolem sebe.

Kdykoli si budete připadat osamělí a vyčerpaní, procíťte pří-

tomný okamžik, jako by to byla žena. Představte si, že fyzicky objímáte ženu. Vnímejte přední část svého těla a představte si, jak se tisknete k nahému ženskému tělu a jak vás jeho ženská měkkost a jiskřivost naplňuje radostí. Vnímejte dotek jejich nader a břicha. Dýchejte zhluboka, jako byste vdechovali její opojnou vůni. A s nádechem přijímejte do svého těla nejen její vůni, ale samotnou podstatu ženské krásy, jako by to byla potrava pro vaši mužskou duši.

Uvolněte se a vnímejte oceán ženské energie, který vás obklopuje. Všechno kolem sebe vnímejte jako její podobu, všechny zvuky jako její milostné sténání a smích a veškeré světlo jako její úsměv. Spočíňte v daném okamžiku tak, jako byste spočinuli se svou milenkou, ne metaforicky, ale doslova – celým tělem a s plným vědomím.

Totéž udělejte v přítomnosti skutečných žen. Berte je nejenom jako kamarádky, spolupracovnice nebo sestry, ale jako chodící energetické požehnání. Přijímejte jejich hněv jako náhlé probuzení energie. Přijímejte jejich přitažlivost jako osvěžující požehnání. Přijímejte jejich štěstí, i když máte náladu pod psa, jako oblažující dar. Otevřete své tělo a plnými doušky přijímejte jedinečnou ženskou energii, která vyzařuje z každé ženy, a z každého dne se tak stane svátek hojnosti.

Ženám, se kterými se v průběhu dne budete setkávat, nemusíte dát ničím znát, že děláte něco nezvyklého. Jedněte s nimi podle toho, jak to vyžaduje daná situace. Kromě toho si ale vychutnávejte hojnost ženské energie, která vás obklopuje, jak v podobě konkrétních žen, tak v podobě daného okamžiku.

40

Starší ženy mají své charisma

Muži by měli u starších žen podporovat jejich moudrost, sílu, intuici a léčitelský potenciál. Neměli by po nich chtít, aby byly jako mladé ženy, protože tím je připravují o jejich důstojnost. Starší ženy by se vůbec neměly srovnávat s mladšími. Každá žena má svou vlastní hodnotu a vnější záři zákonitě vystřídá hluboké vnitřní vyzařování.

Zmnoha důvodů, od biologických po jógové, nás sexuálně přitahují víc mladší ženy než starší. Když se procházíte po pláži nebo po ulici, spíš se otočíte za nějakou dvacítkou než šedesátnicí. To je zcela přirozené.

Ale ženská energie nabízí ještě něco dalšího. Mladistvá sexuální přitažlivost je dočasný projev hlubší a podstatnější kvality ženské energie: vyzařování. Ženské vyzařování nebarví jen tvářičky do růžova a nepropůjčuje jiskru očím, je to záře samotné síly života. Ženské vyzařování ukazuje, nakolik je žena otevřená a sama sebou, kolik je v ní důvěry a lásky. Její schopnost milovat umožňuje jejímu tělu na oplátku, aby se v něm projevovala síla samotného života. V tom spočívá pravá povaha ženského vyzařování a ženské síly. Zdaleka to není jen prostá smyslnost naivní mladé ženy.

Když je žena mladá, její tělo se snadněji nechává vést životní

sílou, a proto nám obecně mladší ženy připadají zářivější než ty starší. Ale i mezi mladými ženami jsou takové, které mají jenom hezkou tvářičku, a jiné, jejichž krása vyvěrá zevnitř. Jak žena stárne, její pokožka ztrácí mladistvou schopnost vyzařovat životní sílu. To, co z jejího ženského vyzařování zůstává, je krása její hloubky.

A právě tato hluboká krása nám připadá tolik přitažlivá i na mladých ženách. Je rozdíl mezi vaší automatickou reakcí na hezkou naivní slečinku a mezi tím, jakou posvátnou úctu a jaké bezmyšlenkovité vytržení prožíváte, když se ocitnete ve společnosti ženy, která svými pohyby a úsměvy kolem sebe vyzařuje ženskou energii jako bohyně. Když se zadíváte do očí takové ženy, cítíte takovou hloubku soucitu, lásky a tajemství, že se až tají dech. Hluboké ženské kráse a jejímu vyzařování věk nic neubírá. Naopak se může s věkem ještě zvýraznit a prohloubit.

Pokud nejste ve spojení se svým vnitřním mužským jádrem, neznáte smysl svého života a žijete jej bez plného vědomí, pak se také ochuzujete o přístup k ženským hlubinám. Váš pohled nepronikne pod kůži, a bude vás přitahovat jenom povrchní ženské vyzařování, které se vytratí společně s mládím. Budete přehlížet skutečnou hlubokou podobu ženského vyzařování a jen tím přispějete ke společenskému kultu mládí, kvůli kterému se ženy pokoušejí chovat a vypadat mladistvěji – a povrchněji – než jaké ve skutečnosti jsou, a přitom popírají sílu, která vyvěrá a vyzařuje z jejich nitra.

Přirozená smyslnost mladé ženy vám vždy dodá energii. To je nepopíratelné. Ale podivuhodná krása a záře hluboké ženy dokáže v okamžiku zastavit vaši roztěkanou mysl, rozšířit vaše srdce a upoutat vaše tělo. Takovou moc má jediný pohled nebo dotek naplněný tajemným ženským půvabem bez ohledu na věk dané ženy. Vztah a spojení s takovou ženou vám může přinášet bezmeznou extázi. Ničím neohraničené ženské láskyplné vyzařování a dočasná fyzická smyslnost jsou dva druhy požehnání.

Vy sám se musíte v každém okamžiku a rok za rokem znovu rozhodovat, jakou kvalitu budete v ženě probouzet a vyhledávat, k jakým projevům bude směřovat vaše pozornost a chvála, s jakými aspekty se chcete ztotožňovat.

Jak žena stárne a postupně moudří, narůstá její „psychická váha“. Stává se „větší“ ženou a má silnější vliv na své okolí než méně rozvinutá žena. S udivující přesností dokáže číst přírodní znamení a předvídat nejrůznější zvraty událostí. Pravý muž si této magické schopnosti váží a dovede ji ocenit. Ví, že tím žena doplňuje jeho mužský styl orientovaný na výkon a úspěch.

U starší ženy také muži neprojde to, co by prošlo u mladší. Možná právě v tom spočívá jeden z důvodů, proč dáváte přednost mladším ženám, ale musíte se rozhodnout, o co vám v životě jde. Jestliže vás přitahují mladší ženy, dejte pozor, abyste nehledali snadný vztah se ženou, která vás nechá zanedbávat váš cíl. Pokud je vaším cílem vnitřní svoboda a jestliže chcete světu dát ze sebe to nejlepší, může být duchovně zralá žena skvělým spojencem na vaší cestě. Moudrá žena vás totiž nenechá promrhat váš dar a ztratit se v pohodlných návycích s pocitem dobrého zajištění a uprostřed dobré zábavy.

Proměňte svou smyslnou touhu v dar

*Když muž spatří krásnou ženu,
je zcela přirozené, že pocítí v těle příliv energie,
což si obvykle vykládá jako sexuální touhu.
Místo aby tuto energii vyplýval při mentálních
představách, měl by se naučit s touto
intenzivnější energií pracovat. Měl by zhluboka
dýchat a nechat ji proudit celým tělem.
Měl by s touto energií zacházet jako s darem,
který má léčebný a omlazující účinek na jeho
tělo a který má moc prostřednictvím jeho služby
léčit i svět. Tak se touha proměňuje v plnost
srdce. Žádostivost se proměňuje ve službu.
K této proměně však dochází nikoli tím,
že muž popře sexuální přitažlivost, ale tím,
že ji plně prožije, nechá ji proudit celým tělem
a pak ji ze srdce vrátí světu.
(A přitom nedopustí, aby se proudění energie
zastavilo u sexuálních představ.)*

Pokud jste na tom stejně jako většina mužů, pak u vás sexuální energie míří rovnou do jednoho ze dvou míst. Buď do hlavy – a vy si začnete představovat, jak jste se ženou, která ve vás vyvolala sexuální vzrušení, nebo do pohlavních orgánů – a vás se zmocní smyslná potřeba. Hlava a pohlavní orgány jsou jako severní a jižní pól vašeho těla. Pravý muž nechává tuto energii proudit celým tělem a dbá na to, aby se nezastavila u bujných představ ani u pátého údu.

Účelem sexuální touhy je tvoření, přičemž rozmnožování je jenom biologickým aspektem tvorby. Jako muž máte pravděpodobně schopnost dát světu mnohem víc než jen děti. Krásné ženy ve vás mohou nejen probouzet biologickou potřebu ploidit, ale také vás inspirovat k umělecké, společenské a duchovní tvorbě. Mnoho umělců připouští, že ženy pro ně představují – tím či oním způsobem – velký zdroj inspirace. Ženy je uvádějí do světa. Ženy je motivují k tomu, aby sloužili lidstvu svou tvorbou. Někteří muži dokonce tvrdí, že nebýt žen, svět by je nezajímal.

Jste-li muž, také vás už asi někdy ve vašem životě inspirovala nějaká žena. Taková inspirace je většinou dočasná, protože většina mužů neví, jak svůj vztah k ženskému principu kultivovat. Přijde inspirace, a muž spěchá, aby dosáhl vrcholu a ejakulace. Pak znovu hledá inspiraci, v dalších ženách nebo v jiných zdrojích ženské energie, jako je alkohol, drogy nebo příroda.

Pokud se naučíte ovládnout svou potřebu rychle se vybudit a rychle uvolnit duševní a sexuální napětí, můžete svou inspiraci průběžně kultivovat a rozšiřovat. Můžete se vyvázat z návykového koloběhu sexuality a opojení. Můžete využít přirozenou sílu sexuální touhy, kterou pociťujete vůči své ženě i vůči jiným ženám, nenechat se strhnout k smyslným představám ani k ventilování sexuální potřeby a proměnit ji v sílu inspirace.

Vnímejte smyslnost. Vnímejte její pravou podstatu. Váš chtíč je ve skutečnosti vaše touha splynout s ženským principem, proniknout do něj tak hluboko, jak jen je to možné, získat pro svou

mužskou duši životodárné ženské světlo a na oplátku dát ženě sebe sama, ztratit se v dávání, tak abyste oba získali osvobození prostřednictvím exploze svých darů.

Toto intenzivní obdarovávání může být základem vašeho života, nemusí se odehrávat jen v okamžicích sexuálního odevzdání. Když pocítíte sexuální touhu po jakékoliv ženě, prohlubte dech a nechte svou touhu, aby rostla. Dovolte jí růst svobodně bez omezování. Nenechte stoupající energii uvíznout v hlavě ani v pohlavních orgánech, umožněte jí proudit celým tělem. Pomocí dechu vedte energii tělem tak, aby její proud omyl každou buňku. Nadechujte proudící energii do srdce a pak ji vnímejte i kolem srdce. Přistupujte ke světu, jako by to byla vaše milenka. S výdechem pronikněte do světa, obratně a přirozeně, a otevřete ho své lásce. Využijete přitažlivosti, jakou na vás působí ženy, k tomu, abyste odhalili své nadání a mohli ho dát světu a nenechejte se zlákat koloběhem vzrušování a vyprazdňování.

Svou touhu nikdy nepotlačujte

Když muž tvrdí, že netouží po ženě, ať už proto, že se tak rozhodl, nebo proto, že si na ni zvykl, je to známka depolarizovaného vztahu nejen vůči ženám ale i vůči světu. Pro oživení si pak může najít milenkou, jenže to bývá pouze dočasné a složité řešení, protože zákonitě přijde chvíle, kdy si i s touto milenkou vytvoří natolik přátelský vztah, že pro něj jako žena přestane být dostatečně zajímavá.

Když se muž vzdá svého mužského pólu ve vztahu se ženou, začne si tato žena připadat odmítaná a nežádoucí. To ji rozzlobí a probudí v ní ničivé síly. Její „nechočená“ energie přestane podléhat jakémukoli řádu a stane se dokonce sebedestruktivní. Pro muže neplatí žádná výmluva – na něm je, aby kultivoval svůj vztah k ženě a ke světu a aby v tomto vztahu zaujal svůj pól, protože jedině tak v tomto vztahu může zůstat.

Máte na výběr. Můžete svůj dar světu předávat jako mnich, který se všeho zřekl a žije v celibátu, a nemá tedy vůči světu ani ženám prakticky žádné závazky.

Nebo se naopak ve světě plně angažujete a ženy tvoří součást vašeho života. Tím také předáváte svůj dar. Jestliže jste se nerozhodli pro celibát, je třeba, abyste vůči světu a ženám zachovávali určitou polaritu a vzájemnou přitažlivost. Jinak začnete svět i ženy odmítat a zavrňovat, začnou vás rozčilovat a vy ztratíte schopnost dávat své dary.

Už jste si patrně všimli, jak se změní tvář vaší ženy, když se rozhodnete, že to s ní „nějak vydržíte“, a vzdáte se přitom pokusů do ní proniknout. Ztratí jiskru a začne vypadat vyčerpaně. Její otrávený výraz jen odráží stav srdce a těla, které jste připravil o jiskřivou sílu své mužské lásky. Vaše žena zkrátka nebude vypadat šťastně.

Její nespokojenost se nakonec obrátí dovnitř a na jejím těle se začnou projevovat různé chorobné příznaky. Bude vám uvažovat před očima. Její charakteristická vůně vám začne být nepříjemná. S tím, jak její nespokojenost a negativita bude dál narůstat, bude vás to k ní čím dál méně přitahovat, až jí přestanete projevovat i normální lidskou náklonnost. Může se dokonce stát, že vám bude připadat natolik zlá a ošklivá, že se od ní zcela odvrátíte a v duchu ji opustíte. I když budete dál žít vedle sebe, protože něco ze vzájemné lásky zůstane, budete oba zcela depolarizovaní a budete se odpuzovat, místo abyste se přitahovali.

Současně s tím také nejspíš začnete cítit podobný odpor vůči světu. Časem vás to přestane bavit i v práci a ztratíte zájem o svou kariéru. Napadne vás, že byste si možná měli najít jiné místo a jinou ženu, když vás současná práce i manželka tolik unavují. Třeba by vám prospěla změna.

A máte pravdu. Nová žena a nová práce vám znovu vrátí jiskru a chuť do života. A přesně tak se chová průměrný muž: zůstává s jednou ženou a v jednom zaměstnání, dokud ho to baví a vzrušuje. Když se počáteční nadšení vytratí, přejde muž k jinému zdroji polaritý a vzrušení, a pak k dalšímu...

To, co vás obírá o radost a požitek, není čas, ale rutina, ne-

utralizace a ztráta smyslu. Jinému muži může vaše žena připadat velmi přitažlivá, i když vy ji pokládáte za „obnošenou vestu“. A možná není vůbec vyčerpaná vaše žena, ale jen vaše schopnost touhy. A možná vám připadá, že čím méně toho budete mít se svou ženou společného, tím líp. Přitom nepřítomnost touhy není ničím jiným než nepřítomností touhy. Strávili jste spolu tolik času, že jste se „okoukali“, jste jako dva magnety, které se vzájemně odmagnetovali. Z rutiny se rodí depolarizace a z depolarizace se v partnerství rodí pohrdání.

Když se ke své ženě chováte jenom jako ke kamarádce nebo k vychovatelce vašich dětí, neutralizujete tím sexuální rozdílnost, která vás skrytě přitahuje k obchodní partnerce nebo ke slečně na hlídání. Nakonec se ke své vlastní ženě budete chovat s větší sexuální neutralitou, než s jakou se chováte ke všem ostatním ženám, které potkáváte během dne.

Ženy bývají většinou na sexuální energii citlivější než muži. Vaše žena si pravděpodobně všimne účinků této sexuální neutralizace neboli depolarizace dříve než vy. A když se tak stane, začne si připadat odmítaná. Ne nějak zásadně, ale v drobnostech a neustále, což bude mít negativní vliv na její ženské vyzařování. I když bude zářit ze všech sil, vy se k ní budete chovat s větší sexuální neutralitou, než k ženám v autobuse. Vaši ženu to bude zraňovat, pohasne, a vás bude přitahovat ještě o to méně.

I když na tom, že klesáte ve spirále depolarizace, máte svůj podíl oba, nesmíte dávat vinu ženě. Právý muž na sebe bere veškerou zodpovědnost, i když ví, že to není on, kdo všechno řídí, a že ve svých rukou nemá ve skutečnosti nic. Ve svém jednání je odvážný a vytrvalý a neočekává nic než radostný pocit vnitřní celistvosti, který pramení z toho, že naplno rozdává svůj dar.

Když vaše žena vypadá unaveně, nerudně nebo dokonce ošklivě, přijímejte ji jako bohyni, která potřebuje, abyste její srdce a tělo prostoupili svým božstvím. Zpozorujete-li, že vás začíná odrazovat její pochmurná nálada, vezměte si její proměnu za

svou zodpovědnost. Víte, s jakým nasazením pracujete, když v zaměstnání dokončujete nějaký velký důležitý projekt. Se stejnou vervou se pusťte do její nálady. Je to pro vás také výzva.

Dokážete proniknout do jejího těla a srdce s takovou láskou a důvtipem, že se navzdory sama sobě začne smát, uvolní se a celá se rozzáří? Dokážete se jí dotýkat s takovým sexuální nábojem, jako byste se dotýkali své milenky? Dokážete se na ni tak dívat?

Je jasné, že se vám do toho nebude chtít. Když jste depolarizováni, jsou takové projevy vůči „vaší staré“ to poslední, na co máte chuť. Jenže přesně tak přistupuje pravý muž ke své ženě a k celému světu. Ví, že za daný stav věcí může sám. Ví, že jeho jediné opravdové štěstí pramení z toho, když může svůj dar rozdávat naplno a až do poslední kapky. Ví, že depolarizace je známkou toho, že přestal světu a své ženě dávat plně sebe sama, a svět i jeho žena podle toho reagují.

Někdy je skutečně třeba jít dál a najít si jinou práci nebo jinou ženu. Je to v pořádku, pokud to znamená pokrok. Taková změna je pak jednoznačná, posilující a vychází z vaší potřeby rozdávat váš dar. Častěji ale první impuls ke změně přijde ve chvíli, kdy neprožíváte plně přítomný okamžik, nevyužíváte naplno své schopnosti, lenošíte a místo tvůrčího přístupu jenom kopírujete.

V práci vám takový přístup může procházet celá desetiletí, než si uvědomíte, že jste promarnili spoustu času. Stačí ale pár minut, kdy se tak budete chovat ke své ženě, a vaší ženy se to dotkne a dá vám to najevo. Poznáte to podle toho, jak se bude tvářit. Bude to zřetelné z tónu jejího hlasu. Její zdánlivá ztráta krásy bude jen vnějším odrazem vnitřního pohasnutí, ke kterému dochází, když vaše touha přestane být jednoznačná. Její špatná nálada je vám nepříjemná úplně stejně, jako je vaší ženě nepříjemná vaše nejednoznačnost.

Stačí okamžik, aby se muž vrátil zpátky k naplňování smyslu svého života. Stačí, když se ocitne před skutečnou životní vý-

zvou, dostane se do velkého nebezpečí a krizové situace, která vyžaduje jeho maximální nasazení. A stačí okamžik, ve kterém ženu upřímně pochválíte a oceníte, a žena se znovu naplno rozzáří. Může se to stát třeba v obchodě nebo v lázních, kdy jí neznámý muž vysekne poklonu. Nebo k tomu může dojít u kuchyňského stolu a tím mužem můžete být vy.

Můžete se rozhodnout, že půjdete jinam, protože jste příliš slabí na to, abyste překonávali vlastní zneutralizovanou ztrátu chuti. Lepší řešení je ovšem chopit se výzvy a vykřesat z depřímujícího světa a nudné ženy lásku. Použijte tělo i mysl, aby chmury vaší ženy ustoupily lásce. Ženy rády tancují, i když se třeba zrovna tváří jedovatě a žlučovitě. Záleží na vás, nakolik jste svobodní a silní. Buď vás žena uštkne a vysaje z vás energii, nebo se poddá vaší neohrožené vášni.

Využijte její přitažlivosti k proniknutí pod povrch

*Dobrá žena je pro muže zdrojem inspirace
a vzbuzuje v něm větší zájem o svět. Muž však
nesmí nikdy zapomenout, že ani svět ani žena
nejsou hlavním smyslem jeho života.
Skrze ženy a svět by měl muž pronikat k jejich
zdroji neboli k podstatě přírody, bez potlačování
nebo přezíravého odmítání. Sílu přitažlivosti,
jakou cítí muž k ženám, by měl využít k tomu,
aby ho přitáhla až za ženy. K tomu je třeba,
aby muž prožil svou touhu bez potlačování
a pak pronikl až ke zdroji, který dává této
touze sílu. Přes vnímání krásy ženy se dostane
k tomu, že bude vnímat i to, co je za touto
krásou. Z této perspektivy se fyzická краса bude
jevit jen jako zčerení hladiny nebo připomínka
něčeho hlubšího. Vztah muže k vnějšímu světu
odpovídá tomu, jaký má vztah k ženám.
Mohou být zdrojem posedlosti, zábavy
a rozptýlení nebo zjevení či osvětlení.*

Při zbožňování žen nikdy nezapomínejte, že zemřou. Uprostřed radovánek nikdy nezapomínejte, že všechny požitky a pocity jsou prchavé a nikdy se jich plně nenasytíte. Ženy vás mohou přitahovat, léčit a inspirovat, ale nikdy vám nemohou dát trvalý pocit naprosté spokojenosti. Nikdy. A vy to víte.

Proto vás tolik frustrují. Jejich příslib vás mnohokrát za den přitahuje nejrůznějšími způsoby. Jenže se v průběhu života přesvědčujete o tom, že svému slibu nemohou dostát. Naplnění v podobě ženy zkrátka není možné.

Nejzřetelněji je marnost snahy o takové naplnění vidět při hře „moje tělo chce její tělo“. Pokud jste někdy získali ženu, po které jste toužili, víte, že to ve skutečnosti nikdy není takové, jak jste si představovali. A když, tak jen krátce. A přesto vás znovu a znovu ženy přitahují, buď jedna a ta samá, nebo různé jiné. Je to stále totéž. Klame vás přelud vaší vlastní touhy. Klame vás vaše vlastní vzrušení. Ženy za to nemůžou. Ženám zachovejte přízeň.

Pronikněte pod povrch. Zareagovat na ženu jen tak, že se necháte strhnout touhou po jejím těle, je hloupost. Tak reagují samci na samičky, tak to chodí u býků i u much. Je to nekonečný pošetilý koloběh přeludů, touhy a potřeby. Jenže tím, že se díváte po ženách, přemýšlíte o nich a toužíte po nich, trávíte tak velkou část života, že nad tím nelze jen mávnout rukou. Můžete ale proniknout hlouběji.

Síly okamžiku, ve kterém zatoužíte po ženě, využijte k tomu, aby vás dovedl až ke zdroji toho, čeho jsou ženy jenom příslibem.

Ženy jsou ztělesněním zdání, světa jevů, všeho, co je kolem vás, jako možnost i jako skutečnost. Připadá vám, že vám ženy a s nimi celý svět jevů může dát to, co chcete. V práci chcete mít úspěch. Od ženy chcete lásku. Od těla chcete, aby vám v něm bylo dobře. Od psa chcete, aby vás poslouchal. Když nedostanete to, co chcete – přijdete o peníze, žena vás nesnáší, tělo vás pobolívá a pes vás kousne – jste nešťastní.

Když dostanete, co jste chtěli, jste nešťastní o něco méně.

Nejméně nešťastní budete, když se zbavíte potřeby od světa jevů cokoli vyžadovat. Prožít chvíli dokonalosti můžete například při jízdě autem, kdy nemáte žádné přání a jen se díváte na stromy, které míjíte. Hluboký spánek, orgasmus, den strávený na rybách, pohled do očí malého dítěte, zkrátka situace, kdy přestanete usilovat o to, co chcete, dost dlouho na to, abyste si mohli uvědomit, že to, co hledáte, už ve skutečnosti máte. Svět jevů vám ukazuje příslib blaženosti, která ve skutečnosti leží hluboko ve vašem nitru.

Vy jste to, co hledáte, ale opustili jste svou hloubku a hledáte jinde. Hledáte úlevu od stresu z toho, že nemůžete najít to, co hledáte. Začarovaný kruh pokračuje dál. Jako pes se honíte za vlastním ocasem a ten ocas se velmi často podezřele podobá ženě.

Nemusíte se přestat honit. Naopak, jen do toho. Jen si prožijte, jak moc danou ženu chcete. Jak hluboko máte tu bolístku, kterou potřebujete pofoukat. Vnímejte to, co vás po většinu dospělého života žene za ženami, ať z masa a kostí, nebo jenom v představách. A odhalte, co opravdu chcete. Už jste to měli. Měli jste sex. Měli jste mazlení. Měli jste divokou vášeň. Nic z toho netrvalo dlouho. A nebylo to vlastně ani tak dobré, jak jste čekali. Vaše potřeba leží mnohem hlouběji, než kam se může jakkoli žena dostat. Tak co to tedy je?

V hloubi své duše toužíte po tom, aby vaše vědomí splynulo se svým vlastním světlem. V tomto světle je jenom Jedno a všechny jevy jsou projevem vaší hluboké blažené podstaty. Vaše touha po splnutí se ženou je nižší verzí této nejvyšší duchovní potřeby.

Svoji touhu můžete využít jako bránu k duchovní jednotě. Posilujte touhu až na pokraj šílenství. Postavte se jí s plným dechem, uvolněným tělem a otevřeným srdcem. Máte-li ženu, obejměte ji a *dejte jí to, co od ní chcete*. Dejte jí všechno. Všeho se vzdejte a předejte to ženě. Zahrňte ji tím, co chcete získat od

ní, až nepoznáte, kdo je kdo, kdo honí ocas a kdo je ocasem, až ustane veškerý pohyb a dojde k sebeosvobození. Je jenom Jedno.

Světlo vašeho vědomí září na celý svět, bere na sebe podobu ženy a dívá se na vás. Žena na sebe bere často podobu vašich největších tužeb a strachů. Je bohyní, která se s vámi může milovat, může vás zabít a může vás osvítit. Její podoba a vaše touha spolu můžou hrát nekonečné drama, nebo se můžou propojit a stát se branou k vašemu božskému zdroji.

Když vás nějaká žena bude přitahovat, dejte jí najevo svou touhu, ale nezůstávejte jen u toho. Pronikněte za ni. A tak to dělejte pokaždé. Když se spolu budete milovat, vnímejte to, co je za jejím tělem. Když se na vás bude žena zlobit, vnímejte to, co je za jejím hněvem. Když vám bude připadat ošklivá, pronikněte za její pohaslý zevnějšek. Když vás bude nejvíc přitahovat, pronikněte za její krásu. Pravý muž pronikne za všechny podoby, které na sebe žena bere, ale nikoli pro zábavu nebo z posedlosti. Pravý muž soustředí svou pozornost k tomu, co je za všemi přeludy, až se vymaní ze své touhy a prožije jednotu.

Touha může být branou k hlubší jednotě. Sexuální spojení je částečný nebo pokleslý odraz stále přítomného snoubení vědomí a jeho inherentního světla. Pravý muž objímá ženu jako jednu z podob sebe sama. Láska je odhalení hluboké jednoty.

Zdá se, že ženy vás můžou přivést k vaší pravé podstatě. Nebo vás od ní můžou naopak odvést. Každý projevový okamžik, každý okamžik se ženou se může stát rozptýlením, obsesí nebo osvobozením. Uvědomte si, co vás rozptyluje – ňadra, boky, bohatství a sláva – a pronikněte za rozptýlení, cvičte se v objevování jednoty. Uvědomte si, čím jste posedlí – ňadry, boky, bohatstvím a slávou – a pronikněte za posedlost, cvičte se v objevování jednoty. Cvičte se v tom v reálném životě s vaší ženou. Skloňte se před ní, skloňte se před tím, co je za ní, před hlubinou, která vypadá, že je něčím jiným, než čím je.

SEDMÁ ČÁST

TĚLESNÁ CVIČENÍ

Pro ejakulaci je třeba se bud' vědomě rozhodnout, nebo ji proměnit

Existuje mnoho fyzických a duchovních důvodů, proč je lepší ejakulaci proměnit v orgasmus celého těla, mozku a srdce bez vystříknutí semene. Existují pro to ovšem také důvody, které vyplývají ze samotného vztahu. Když muž nemá nad svou ejakulací kontrolu, není rovnocenně silným partnerem ženy v sexuální ani v emoční rovině. Žena ví, že ho dokáže vyčerpat, oslabit, připravit o jeho životní sílu. Vyhrála. Pokud muž snadno ejakuluje, vytváří ve své ženě postupně setrvalou nedůvěru. Na jemnější úrovni si žena uvědomuje, že muži nemůže důvěřovat. Neboť žena, stejně jako svět, ho může snadno vyčerpat a depolarizovat. Tato jemná nedůvěra pronikne i do vztahu. Žena bude pochybovat o muži a svým chováním bude dokonce podkopávat jeho působení ve světě. Tím bude poukazovat na to, jak je muž slabý, a zároveň doufat, že v jejích zkouškách obstojí a naučí se jí odolávat.

Dokud muž neprožije mnohem větší rozkoš, která leží za ejakulací, není ochotný se ejakulace vzdát. Všimněte si, jak se cítíte v následujících chvílích a dnech po ejakulaci. Jestliže se ve vás nahromadilo napětí z každodenního života, ejakulace vám poskytne dočasnou úlevu a uvolnění. Pokud však budete žít v souladu se skutečným smyslem vašeho života, napětí se ve vás už nebude tolik hromadit. Pak zjistíte, že vás ejakulace do velké míry vlastně vyčerpává a oslabuje.

Několik okamžiků je vám skvěle, ale cena, jakou platíte za vystříknutí semene, je o hodně průměrnější každodenní život. Zjistíte, že vám chybí elán a že nemáte dost síly na to, abyste žili s vizí dokonalosti. Přemíra ejakulací dláždí cestu k dobrému bydlu, ale nikoli ke skvělému životu.

Ejakulační nestřídmost vás nepozorovaně připraví o odvahu podstupovat rizika, a to v profesní i duchovní oblasti. Bude vám stačit, že děláte dost pro to, abyste si mohli pohodlně žít, a zjistíte, že raději sedíte před televizí, než byste se pustili do psaní románu, meditovali nebo šli vyřídit důležitý telefonát. Budete mít dostatek motivace k tomu, abyste prožili slušný život, ale ejakulace vás připraví o „pronikavou“ energii, která je potřeba na to, abyste pronikli zdmi vlastní letargie a dostali se přes překážky, které před vás staví svět. Vaše nadání zůstane do velké míry nevyužito.

Vaše žena toto všechno cítí. Možná ji sexuálně vzrušuje, když vás přivede k ejakulaci. Krátkodobě ji to možná těší. Možná vám dokonce řekla, že se cítí sexuálně neuspokojená, když nemáte ejakulaci. Ale hlubší část jí samé nedosáhla nikdy sexuálního naplnění právě kvůli vašemu sklonu k časté a snadné ejakulaci.

Většina žen dokáže prožít mnoho orgasmů, a to velmi hlubokých. Většina žen má navíc přirozeně propojené pohlavní orgány se srdcem. Když ejakulujete a tím ukončíte erekci, pravděpodobně tím připravujete svou ženu o možnost, aby vás cele přijala do svého srdce a aby plně vyjádřila, co je v jejím srdci

skryto. To by mohly vyvolat leda hodiny pohlavního pronikání bez strachu a stresu, naplněné láskou a uvolněním.

Není to však samotné pohlavní proniknutí, které vyvolává v ženě takovou reakci. Podstatnější proniknutí, které prožívá hlouběji, spočívá ve vzájemném propojení v lásce. To, co vaši ženu přivádí do vytržení, je vaše plná přítomnost a proniknutí jejího těla vašim vědomím.

Příznejte si to. Jste-li jako většina mužů, stačí vám jedna ejakulace, možná dvě, a přestanete mít chuť pokračovat dál. Zbavili jste se napětí a jste rádi, že se můžete uvolnit. Nijak už netoužíte vstupovat znovu do ženy, tělesně ani emočně, jak jste toužili před ejakulací.

Vaše žena cítí, že jste po ní přestali toužit. A intuitivně, možná podvědomě, tuší, že jste zároveň podobně přestali toužit po celém světě. Jestliže vás dokázala připravit o veškerou sílu, totéž s vámi může udělat i svět. Pokud stále ještě čeká na váš nejhlubší dar, zatímco vy ležíte zasláble v posteli, čeká spolu s ní také celý svět. Cítí, že jste jí podlehli a dovolili, aby krátkodobá rozkoš oslabila vaši schopnost plného vědomí. Ví, že právě tak podlehnete i světu.

Na jednu stranu je žena ráda, že vás dovedla až k vyvrcholení. Je ráda, že jste spokojení. Na druhé straně je ale zklamaná, protože jste se rozhodli pro pomíjející chvílku slastného vytržení a dali jí přednost před nekonečným uchvácením ženy a světa.

Někdy žena ani neví, co vlastně postrádá. Pokud dosud nebyla s mužem, který uměl prožívat sex s plným vědomím a nepodlehnout mechanickému ejakulačnímu reflexu, pak žena ani netuší, čeho je ona sama schopna. Neuvědomuje si, jak hluboké a extatické mohou být prožitky při sexuálním milování. Nikdy se ještě milováním nenechala úplně strhnout. Nikdy se mu ještě neodevzdala beze zbytku. Nikdy se nenechala unést tak, že by už nebylo co unášet. Pak teprve by mohla prožít naprosté otevření, lásku bez hranic, živou a zářivou.

Některé ženy jsou skutečně raději, když ejakulujete. Mají totiž potřebu střežit a chránit si své zraněné srdce, a když dojde k ejakulaci, znamená to pro ně, že se nemusí plně otevřít a vystavit své rozbolavělé nitro vašemu dotyku. Ví, že po orálním sexu nebo po půl hodince pohlavního styku budete ejakulovat a tím to skončí. Nechtějí, abyste pronikali za tento obvyklý konec. Chtějí mít všechno pod kontrolou a dovést vás k ejakulaci, kdykoli budou chtít.

Především tyto ženy by měly veliký užitek z toho, kdybyste je dokázali vyvést z jejich uzavření. A zvlášť s takovými ženami můžete rozvíjet svou schopnost vytrvat v dávání lásky. Svět bude neustále zkoušet vaši schopnost sdílet vaše dary tváří v tvář odmítání. Žena, která odmítá vaši lásku, je jen projevem tohoto aspektu světa.

Hluboko uvnitř touží vaše žena po lásce, právě tak jako vy. Její odmítání je jenom formou strachu. Možná si sebou nese rány z dětství a bojí se, že ji znovu začnou bolet. Možná ji někdo zranil v dospělosti a tak má strach se otevřít, aby se znovu nezranila. A tak ze strachu odmítá lásku.

Váš maskulinní sexuální dar je přimět lásku ženy nejrůznějšími prostředky – laskáním, lichocením, šokováním, humorem – aby prolomila všechny vrstvy strachu. Nevynucujte si na ní nic pro svou potřebu, ale nechte svou lásku proniknout tak hluboko, kde už je žena otevřená lásce, kde je samotnou láskou, a tuto lásku z nitra vyneste na povrch. Dělejte to pomalu, postupně, nikoli slovy, ale tělem dávejte najevo, že jste tady a teď, s plným vědomím v milostném sexuálním propojení. Když žena ucítí, že může plně důvěřovat vaší lásce – že jste plně s ní, cele zapojeni do milování, že se neztratíte v osobní slasti vlastního vyvrcholení – začne vám věřit až do hloubi své zranitelné duše.

Do té doby však ne. Kdykoli se začnete propadat do svých vlastních pocitů, žena ucítí, že jste „jinde“, že nejste s ní a že vám nemůže věřit. Možná bude mít radost z toho, že díky ní

prožíváte ejakulaci, ale pod tím zůstane patrně nevyjádřený pocit ztráty důvěry. A proč by vám taky měla věřit? Proč by vám měla odkrývat své nitro a zranitelné srdce, když vy si svým vyvrcholením dosahujete vlastního uspokojení a hned po ejakulaci se stáhnete a přestanete o ni jevit zájem?

Kdykoli ve vás žena vyvolá nekontrolovatelnou potřebu ejakulovat, znamená to, že nad vámi zvítězila. Ovládá vás a řídí vás. Má pod palcem váš sexuální život bez ohledu na to, jaká mužná gesta děláte před ejakulací. Prostým pohybem jazyka, sladkým zasténáním nebo šikovým naklopením pánve vás dokáže připravit o životní sílu. A hluboko uvnitř ví, že právě tak vás o ni dokáže připravit i svět.

Pravý muž se občas pro ejakulaci vědomě rozhodne. Jeho rozhodnutí je však svobodné a předchází sexuálnímu kontaktu. Rozhodně se tak nerozhoduje až ve chvíli, kdy nad vším už ztratí kontrolu a nechá se zaplavit příbojovou vlnou, která ho s výkřikem vynese z hlubin na pobřeží. Pravý muž prostřednictvím sexu umocňuje lásku. Nespokojí se s ničím menším než s naprostým odevzdáním, v němž spolu se svou ženou dosáhnou božského sjednocení a naplnění. Pocit štěstí, který přináší toto rozpuštění v lásce, natolik přesahuje krátký fyziologický požitek z ejakulace, že ji oba rádi odloží nebo se jí zcela zřeknou. K tomu je ovšem zapotřebí rozšířených sexuálních schopností jak u muže, tak u ženy. Tak jako vás žena zkouší na emocionální rovině, bude vás zkoušet i v sexu. I když se třeba pokoušíte neejakulovat, vaše žena se na energetické úrovni bude snažit z vás ejakulaci „dostat“. Ale jako vždy, nejhlubší radost bude prožívat, když jí i v průběhu zkoušek dáte najevo svou celistvost, sílu a lásku. Když ženě dokážete, že je pro vás vědomé milování důležitější než rychlá pohlavní rozkoš a úleva, může vám plně důvěřovat. Ale i když ji přesvědčíte, že jste schopen vzdát se ejakulace pro mnohem hlubší slast, stejně nepřestane zkoušet vaši schopnost lásky.

Pokud zkrátka není ejakulace zcela záležitostí vašeho vědomého rozhodnutí, vaše žena ví, že vás sexuálně ovládá. A dokud bude vědět, že má vše pod svou kontrolou, neuvolní se natolik, aby se plně poddala vaší lásce. Stále si bude částečně chránit srdce. Než by se odevzdala cele do vašeho objetí, které by ji mohlo vynést do božských výšin, radši se bude věnovat prostým tělesným radovánkám, než o ni ztratíte zájem.

Dokud budete závislí na ejakulaci, vaše žena bude sexuálně, emočně a duchovně neuspokojená. A podobně na tom bude celý svět. I jemu budou chybět vaše dary. Vaše závislost na opakovaném vyvrcholení a následném uvolnění vám bude bránit v tom, abyste prožili plné a vědomé rozpuštění ve svém vlastním nejhlubším zdroji a abyste objevili svůj skutečný dar a pravé nadání.

Když posílíte svou schopnost sexuálního propojení, vzroste i vaše schopnost rozpustit se ve zdroji života a vynořit se znovu obdarováni, s jasným smyslem života a plni touhy rozdávat své dary i přes zdánlivý odpor světa. Pravý muž se noří do tajemství života, neztrácí se v něm a vrací se zpátky plný lásky, kterou znovu a znovu rozdává v sexuálním vztahu se svou ženou a v tvůrčím vztahu se světem.

Dýchejte přední částí těla dolů

Všichni muži mívají bloky v přední části těla podél imaginární linie, která vede od temene hlavy přes jazyk, hrdlo, srdce, solární plexus, břicho a genitálie až ke konečníku. Základní tělesný klíč, jak přistupovat ke světu a k ženám, je nechat tuto linii za všech okolností otevřenou. Nejlepší metoda, jak toho dosáhnout, je uvolněné dýchání, vedení energie přední částí těla dolů a vymanění se z pocitu vlastní neurotické sebestřednosti.

Když jste z něčeho nervózní, stáhne se vám žaludek. Ze smutku se vám v krku udělá knedlík. Cítíte-li se ohrožení, máte solární plexus rázem jako na vodě. Při usilovném přemýšlení vám čelo zbrázdí vrásky. A když myslíte na nejistou budoucnost, zatínáte zuby. Většinu dne jste v napětí a stažení, a to zvláště v přední části těla od hlavy, přes hrudník až dolů k podbříšku.

V přední části těla, především v oblasti břicha, se vaše energie setkává s energií světa. Máte-li tuto přední část uvolněnou a otevřenou, může energie proudit volně a vaše přítomnost vyplňuje celou místnost. Už jste se možná setkali s lidmi, kteří jakoby zabírali více prostoru než ostatní. Přitahují k sobě pozornost, i když o to nijak neusilují. Jsou to lidé, kteří mají otevře-

nou přední část těla, takže jejich energie volně proudí, a to jim přidává na velikosti.

Takoví lidé bývají překvapivě vyrovnaní, spokojení a pozorní. Nemají hlavu plnou vlastních starostí, nehrbí se nad vpadlým hrudníkem, nemají stisknuté zuby ani mělký dech. Tak by vypadal stažený hrudník a žaludek. Napětí, které během dnů a roků nashromáždíte do přední části těla, vám pak ani nedovolí rovně si sednout. Žaludek i hrudník budete mít jako svázaný. Vaše myšlenky se budou točit jenom kolem vás a vašich starostí. Svou přítomností žádný velký prostor nezaplníte. Ostatní si vás možná ani nevšimnou.

Všimněte si, jak právě teď dýcháte. Nadechujete tak hluboce, až se vám zlehka rozpínají pohlavní orgány? Vzdouvá se vám břicho s každým nádechem jako kovářský měch? Břicho a podbříšek jsou místa s velkým potenciálem. Jestliže k nim váš dech nedosahuje, nemůžete si dobít baterie. Budete si pořád připadat slabí a nejistí. Vaše působení ve světě bude nicotné a rozhodně ze sebe nevydáte to, co byste mohli.

Zhluboka nadechujte nosem a prodýchejte jakékoliv napětí, které ve svém těle odhalíte. Nadechněte se zhluboka do podbříšku. Pak vydechněte. S dalším nádechem vedte proud dechu do podbříšku a celého břicha. Pak vydechněte. S dalším nádechem vedte proud dechu do břicha, solárního plexu a spodní části hrudníku. Pak vydechněte. S příštím nádechem vedte proud dechu do břicha, pak solárního plexu a nakonec do celého hrudníku. Ještě několikrát se nadechněte do břicha, solárního plexu a nakonec hrudníku, a pak pomalu a plynule zcela vydechněte.

Toto dechové cvičení provádějte, kdykoliv si vzpomenete. Zvláštní pozornost věnujte těm částem těla, kde tušíte napětí nebo blok. Jestliže například cítíte, že máte stažený žaludek, nadechujte se právě do této oblasti. Doslova otevřete danou oblast silou svého dechu. Nádechem můžete otevřít celou přední část těla, jako byste nafukovali balónek. Tak se vypořádáte s na-

střádaným strachem a úzkostí, které se ukládají ve vašem těle a brání vám proniknout do světa s plnou silou. Kdykoli během dne pocítíte v přední části těla napětí, otevřete danou oblast svým dechem.

Napětí v těle vytváříte především tím, když zaměřujete svou pozornost sebestředně na sebe, točíte se kolem sebe, až se celí zamotáte a zauzluje. Nejlepší protilék je rozdávat sami sebe druhým. Kdykoli si uvědomíte, že jste se zamotali do problémů a zablokovali si energii v těle v podobě napětí, uvolněte ji a využijte k tomu, abyste udělali něco pro druhé. Může to být něco zcela jednoduchého, jako například umýt nádobí, nebo složitějšího, jako založit nějakou dobročinnou neziskovou organizaci. energii nakumulovanou v přední části těla využijte ke službě. Napětí vzniká z energie, kterou jste měli rozdat druhým, a kterou místo toho v sobě zadržujete.

Dech je primárním vyjádřením vaší osobní energie a tudíž také nejdůležitějším způsobem, jak dávat vaše dary světu. Svého dechu můžete také využít k tomu, abyste pomohli zbavit se nahromaděného napětí také druhým. Když jste například s někým, kdo je trochu napjatý, můžete procítit jeho napětí a pak ho prodýchat stejně, jako kdyby bylo vaše. Nadechněte se a otevřete jeho napětí silou svého nádechu. S výdechem rozpustíte veškeré napětí, ať jeho nebo vaše. Nadechněte se a silou svého nádechu rozvažte všechny uzle, pak vydechněte a uvolněte všechna sevření, ať zůstane jen uvolnění a láska. To vše probíhá bez fyzického kontaktu. Druhá strana nebude mít možná ani tušení, že podnikáte něco neobvyklého.

Toto cvičení můžete provádět v práci, s milenkou nebo třeba se všemi lidmi v autobuse. Pokud jste doma sami, můžete si představit napětí celého světa a vdechovat sílu života do tohoto napětí, aby povolilo. S výdechem pak nechte napětí rozplynout v lásce, jako se sůl, kterou držíte v hrsti, rozpustí v oceánu. Při tomto dechovém cvičení odpoutáváte pozornost od sebe sama

a zbavujete se napětí v přední části těla. Zároveň na sebe bere svou pravou roli služebníka, který slouží druhým, zatímco druzí zase slouží svým osobitým způsobem vám.

Některým lidem může takové cvičení připadat podivné. Než ho ale odepíšete jako výstřední bláznovství, vyzkoušejte jej na vlastní kůži. Příště, až budete třeba na pracovní schůzce, nadechněte se do přední části těla a rozvažte všechny uzle. Umožněte své síle, aby jako požehnání prostoupila celou místnost. S výdechem nechte veškerý stres rozpustit v oceánu lásky. Vnímejte napětí druhých, rozvažte jejich uzle silou svého nádechu a pak s výdechem nechte rozpustit všechny jejich bloky. Takto svou vědomou láskou prostupte celý prostor.

Nepřestávejte se zhluboka nadechovat do přední části těla a s nádechem dále rozšiřujte břicho a otevírejte solární plexus a srdce. Dovolte svojí síle, aby se šířila dál, ven za hranice prostoru, kde právě jste, až vědomá síla vašeho dechu prostoupí všechny okolo. Milujte se s celým světem celý den, až se veškerá nejistota rozpustí. Vnímejte, jak se svět tiskne k vašemu tělu, jako by to byla nahá žena, zranitelná a plná života. Přitiskněte se přední částí těla k tělu světa, pronikněte skrze ně a uvolněte všechny bloky způsobené nahromaděnou bolestí.

Až budete v sexuálním objetí se svou ženou, otevřete stejným způsobem prostřednictvím svého dechu i její tělo a srdce. Naplňte ji silou své lásky, prodýchejte přední část jejího těla tak, jako by bylo vaše, naplňte její pohlavní orgány, břicho a srdce energií lásky. Pak vydechněte a nechte vás oba rozplýnout v oceánu milování. Pronikněte do ženy silou svého dechu, nádechu a výdechu, aby se její napětí a uzavření mohlo rozpustit ve vašem milování. A vy se rozpustíte v dávání.

Ejakulujte vzhůru podél páteře

Pro většinu mužů spočívá ejakulace ve vystříknutí jejich energie a semene genitáliemi. To provází pocit úlevy od stresu. Orgasmus pravého muže se častěji odehrává podél páteře směrem k mozku, odkud pak prýští do celého těla jako požehnaný omlazující nektar. K tomu, aby se z vyprazdňujícího orgasmu stal orgasmus omlazující, slouží technika, která zahrnuje stažení pánevního dna poblíž genitálií a vytažení energie vzhůru podél páteře za pomoci vědomě řízeného dechu, vnímání a záměru.

Co je to předčasná ejakulace? Někteří muži ejakulují ještě před tím, než vstoupí do vaginy. Jiní ejakulují po deseti minutách pohlavního styku. Podstatné není, kdy ejakulujete, ale jak hluboce jste schopni se prostřednictvím sexu ponořit do lásky bez hranic. Jestliže vaše vyvrcholení znamená konec milování a dojde k němu dříve, než se se svou ženou oba otevřete, je to předčasná ejakulace.

Pokud jste na tom jako většina mužů, pak k vašim prvním sexuální zkušenostem v pubertě patřila masturbace. Časté masturbování ovšem vede k tomu, že si vaše tělo a celý nervový systém navykne na následující poslušnost: genitální stimulace,

sexuální představy, stupňované napětí a ejakulace. Pubertální masturbace je založena na fantazii, bez lásky či intimity. Když se pak po čase dostanete k milování se ženou, opakujete stejný vzorec jako při masturbaci. Ze sexu se stala cesta k ejakulaci, cesta dlážděná bujnými představami, uzavíráním se do sebe a touhou zbavit se napětí.

Abyste využili plný potenciál sexu, musíte napřed přeučit vlastní tělo a nervový systém. Musíte se odnaučit mechanismu své ejakulace a proměnit orgasmus v intenzivní proud energie, jenž milování prohloubí a nikoli ukončí.

Prvním krokem je odnaučit se to, co jste si osvojili při masturbování v pubertě. Když dojde k sexuálnímu vzrušení, naučte se uvolnit svaly, místo abyste je napínali. Když si všimnete, že se vám v obličejí odráží napětí, uvolněte se. Když zjistíte, že dýčáte rychle a povrchně, zpomalte dech a prohlubte ho. Když si uvědomíte, že máte zatnuté svaly na břiše a zavřený hrudník, otevřete břicho a celou oblast kolem srdce.

Dalším krokem je přesměrování pozornosti. Naučte se víc vnímat svou partnerku než vlastní pocity při sexu. Spíš, než abyste se schoulili do sebe a soustředili se na vlny rozkoše, které procházejí vašim tělem, vnímejte vše skrze svou partnerku. Vnímejte svoji partnerku víc, než vnímáte sami sebe. Vnímejte její pohyby, sténání a vnitřní energii.

Nakonec se naučíte vnímat vše prostřednictvím partnerky, jako by tělo vaší ženy bylo branou do ohromného otevřeného prostoru plného energie, světla a bdělosti. Toto vnímání je základem skutečného milování. Rozšiřte svou lásku za vaše vlastní hranice a postupně i za hranice vaší ženy. Bude to vyžadovat praxi, protože sklon zaměřovat se na vlastní fyzické pocity při intenzivní sexuální stimulaci je velmi silný. Nepoddávejte se mu, ale učte se vnímat, co je za vašimi hranicemi, vnímat skrze vaší ženu, jako by nic nebránilo vaší lásce.

Kromě uvolnění při milování a vnímání prostřednictvím vaší

partnerky se musíte naučit velmi citlivě pracovat se silou svého dechu. Díky dechu se vaším tělem i tělem vaší partnerky rozlévá životní energie. Mělký dech neumožňuje životní síle proudit celým vaším tělem. Tato síla se pak nahromadí, většinou v hlavě, nebo v pohlavních orgánech. Když se zastaví v hlavě, budete stále více času trávit představami o sexu a ženách. Když se nahromadí v genitáliích, budete cítit velkou potřebu ejakulovat, ať už při sexu nebo při masturbaci.

Jestliže jste tedy v průběhu dne nedýchali plně, budete při kontaktu se svou sexuální partnerkou buď mít plnou hlavu sexuálních fantazií, nebo vás bude pohánět potřeba ejakulovat. Předčasné ejakulaci se proto můžete snáze vyhnout, pokud budete celý den dýchat plně, zhluboka a intenzivně. S nádechem byste měli vést energii přední částí těla směrem dolů, naplnit břicho a oblast genitálií. S výdechem postupuje proud energie z pánevního dna vzhůru po páteři až do hlavy.

Plný dech, přední částí těla dolů a pak podél páteře vzhůru, umožňuje volné proudění vnitřní energie. Energie se nehromadí ani v hlavě ani v pohlavních orgánech. A rozpouští se vaše nutkání ejakulovat.

Sex umocňuje životní sílu ve vašem těle. S narůstající sexuální stimulací se zrychluje dech a tělo začíná pulzovat energií, která se většinou soustřeďuje do oblasti pohlavních orgánů. Pokud tuto energii nerozdýcháte, způsobí pocit tlaku v dané oblasti, který budete mít potřebu uvolnit prostřednictvím ejakulace.

Následující cvičení můžete provádět při sexu, a také když se přiblíží orgasmus. Spočívá v tom, že orgasmus „přesměrujete“. Místo abyste ejakulovali tím, že vystříknete semeno z penisu, budete „ejakulovat“ vzhůru po páteři. Zažijete tak nezměrnou tělesnou rozkoš a citové otevření, které se nedá srovnat s krátkou chvilkou požitku a vyčerpaného klidu, které následují po obvyklém orgasmu.

Cvičení spočívá v tom, že se naučíte vědomě stahovat svaly

pánevního dna. Celá oblast zahrnuje genitálie, konečník a hráz, což je prostor mezi konečníkem a genitáliemi. Stahování pánevního dna připomíná situaci, kdy záměrně oddalujete odchod na toaletu.

Kromě stahování pánve je třeba nacvičit ještě její přitažení k tělu a směrem k páteři. Tímto pohybem se mírně přitáhne k tělu i šourek.

Cvičte se ve stahování a přitahování pánevního dna, včetně konečníku, hráze a genitálií najednou. Můžete se tomu věnovat třikrát až čtyřikrát denně a pokaždé udělejte 15 až 20 kontrakcí, které se snažte udržet co nejdéle.

Nakonec se naučíte stahovat a zvedat pánevní dno s lehkostí a udržet kontrakci, jak dlouho budete chtít. Bude to znamenat, že jste dosáhli patřičné svalové kontroly. Pak se můžete začít věnovat jemnějšímu úkolu, a sice vést energii podél páteře.

Zpočátku vám bude připadat, že si pohyb energie v těle jenom představujete. Nepřestávejte cvičit, a postupně se energii opravdu naučíte vnímat. Je to nakonec ta samá energie, jejíž hromadění cítíte při silném sexuálním dráždění v genitální oblasti, a která se pak uvolňuje při ejakulaci. Můžete ji vnímat jako energii vody, která se hromadí v přehradě a hrozí, že přehradu protrhne. Nemusí se však rozlít do údolí pod přehradou, může vystoupat vzhůru. Když to dokážete, prožijete orgasmus, který vám nabízí mnohem větší rozkoš než krátkodobý požitek při typické pohlavní ejakulaci. „Přesměrovaný“ orgasmus je také výrazně léčivější a má obrozující účinek.

Až se přistě budete s někým milovat, ale dříve než se přiblíží ejakulace, stáhněte pánevní dno podle předchozích pokynů. Stažené dno přitáhnete směrem vzhůru a prodýchejte přitom páteř. Zjistěte si, jestli vám víc vyhovuje vést energii vzhůru po páteři s výdechem nebo s nádechem. Většina lidí dává přednost výdechu. Když propojíte přitažení pánevního dna s prodýcháváním páteře, přijdete při tom jen o malou část energie potřebné

k erekci a zbavíte se potřeby ejakulace. Opakujte toto cvičení v průběhu milování tak často, abyste si dokázali udržet vnitřní uvolnění a otevřenost.

I při používání této techniky se vám může stát, že se dostanete velmi blízko k orgasmu. V tom případě se přestaňte pohybovat, stáhněte pánevní dno směrem vzhůru a prodýchejte energii orgasmu podél páteře. Některým mužům přitom vyhovuje, když při stažení pánve a dýchání podél páteře ještě zatnou pěsti a zuby a dívají se směrem vzhůru, zvlášť když je puzení k ejakulaci velmi silné. Postupným cvičením se dopracujete k tomu, že veškeré svalové akce budou jen nepatrné, a celé cvičení bude založené hlavně na vašem dechu, vnímání a záměru.

Když vám energie vystřelí vzhůru po páteři, uvolněte se a vychutnejte si ohňostroj barev, pocitů a rozkoše, který vám vybuchne v hlavě a rozlije se do celého těla. Až dosáhnete určité pokročilosti, můžete stejné vnímání vyvolat i ve své partnerce tím, že se do ní vcítíte v okamžiku, kdy energie orgasmu začne prudce stoupat vzhůru. Výrazný pohyb energie ve vás zmagnetizuje její energii a vyvolá v ní stejné hnutí.

Aby toto cvičení bylo účinné, musíte se uprostřed sexuálního objetí odevzdat jako láska. Láska je vládcem energie. Učte se být čím dál tím více samotnou láskou v sexuálním spojení. Ať za sebou máte jakkoli náročný den, ať vás v životě zmáhá jakkoli těžké břímě, čas sexu je časem lásky. Podobně jako meditace nebo modlitba by chvíle sexu měla být chvílí, kdy otvíráte srdce a dáváte cele svou lásku, partnerce i skrze ni. Dostáváte se do spojení s tím, co je pro vás nejposvátnější.

Pokud je vaše srdce uzavřené, energie nemůže volně proudit a vaše vyvrcholení se nikdy nepromění ve výboj lásky. Když se nebudete cvičit v lásce, vaši sexuální energii budou ovládat staré vzorce chování, které se točí jenom kolem chvilkové ejakulační slasti. Pokud tedy chcete sexuální rozkoš co nejvíce prohloubit,

myslete na to, že vaše emoční nastavení je mnohem důležitější než samotná technika cvičení.

Každý člověk je jiný a musíte si sami přijít na to, jaké techniky prováděné jako cvičení lásky nejvíc vyhovují právě vám. S patřičnou praxí brzy prožijete hluboký ne-ejakulační orgasmus, který zaplaví celé tělo jako proud světla, otevře vám srdce, oživí vaši energii a přinese dosud nepoznanou rozkoš. Budete se schopni milovat tak dlouho, jak jen budete chtít, a sex vás nebude vyčerpávat, naopak vám dodá životní sílu.

Při hledání nejvhodnější techniky mějte na mysli následující:

Nepouštějte uzdu fantazii, neztrácejte se v sexuálních představách, ale zůstaňte tady a teď, buďte si vědomi svého těla, dechu a myslí, a zvláště pozorní buďte ke své partnerce. Zbavte se masturbačního návyku založeného na fantazírování a věnujte se vědomému sexu jako milostné hře s partnerkou.

Tělo nechte uvolněné, dech by měl být plný. Především mějte uvolněnou přední část těla, nesvírejte břicho a srdce nechte do široka otevřené, aby se vám nikde v těle nehromadilo napětí.

Naučte se vcítit do partnerky, nenořte se do svých vlastních pocitů, ale ved'te svou pozornost k partnerce a pak za ni. Vnímejte vnější svět bez ohraničení, vnímejte nekonečno. Ať už cítíte cokoli, prožijte to naplno. Nesoustřeďte však svou pozornost ke konkrétnímu pocitu, ale dostaňte se za jednotlivé pocity, až se sex stane stavem za všemi pocity.

Během dne a při sexu se věnujte dechovému cvičení. S nádechem energie proudí dolů přední částí těla a s výdechem stoupá vzhůru po páteři. Přílišné zaobírání se ejakulací nebo závislost na ní bývá známkou toho, že se někde energie blokuje a že v průběhu dne nedýcháte naplno, jak bylo popsáno výše.

Při sexu občas stáhněte pánevní dno a ved'te sexuální energii vzhůru po páteři, až se rozlije do celého těla. Zvláště když se přiblíží orgasmus, můžete této techniky přitažení pánevního dna a vedení dechu vzhůru podél páteře využít k tomu, abyste

energii orgasmu nasměrovali do mozku a ven přes temeno hlavy, což je lepší směr než dolů a ven genitáliemi. Tento „horní“ orgasmus naplní každickou buňku v těle a zalije celé tělo blahodárným světlem.

Techniky samy o sobě moc účinné nebudou, pokud se při sexu nebudete cvičit také v lásce. Přirozená inteligence lásky nechá energii proudit tím nejlepším možným způsobem. Uvedené techniky slouží především k tomu, aby vám pomohly vypořádat se s dlouhými roky špatných sexuálních návyků, jejichž počátky tkví většinou v pubertální masturbaci. Až odbouráte mechanický návyk ejakulace a přestanete klást překážky proudící energii, síla vašeho srdce povede orgasmus přirozeně směrem vzhůru, do těla a do mozku, odkud se ve vás rozlije jako štědrá záplava rozkoše, která vás omladí a rozpustí vaše ostré hrany, tak jako stíny mizí ve slunci.

OSMÁ ČÁST

INTIMNÍ JÓGA PRO MUŽE A ŽENY

Nezapomínejte na primární asymetrii

Vztah není v životě muže nikdy na prvním místě, zatímco v životě ženy pokaždé. Pokud má muž mužskou sexuální podstatu, je pro něj nejdůležitější jeho poslání, jeho směřování k větší volnosti, svobodě a k plnějšímu vědomí. Jestliže má žena ženskou sexuální podstatu, je pro ni nejdůležitější proudění lásky v jejím životě, a to především ve vztahu s mužem, kterému může plně důvěřovat a na kterého se může tělem, city, myslí i duší spolehnout. Má-li vztah mezi mužem a ženou oběma prospívat, pak se musí navzájem podporovat ve svých prioritách.

Přestože jste se ženou dvě rovnoprávné bytosti, jste zároveň také velmi odlišní. Pokud má vaše žena ženskou sexuální podstatu, bude cítit naplnění v proudu lásky. Může mít třeba potíže v zaměstnání, ale pokud bude jejím životem proudit láska – s dětmi, přáteli a s vámi – pak bude mít pocit naplnění.

Vy však ne. Máte-li mužskou sexuální podstatu, pak vás žena a děti můžou přesvědčovat o své lásce ve dne v noci, a přesto se nebudete cítit dobře, pokud budete mít potíže v zaměstnání

nebo se vám nebude dařit plnit vaše poslání. Nebudete mít ani chuť na žádné důvěrnosti se ženou, dokud se situace v zaměstnání zase nezlepší.

Nitro vaší ženy naplňuje láska. Vaše jádro osvobozuje od stresu naplňování vašeho poslání. Důvěrný vztah je pro vás jako třesinka na dortu, kterou si můžete vychutnat navíc ke svému poslání. Pro vaši ženu je vztah podstatnou součástí života a charakter tohoto vztahu má vliv na všechno ostatní, co prožívá.

Když vám to ve vztahu klapne, celý život vaší ženy prozařuje láska. Baví ji to v práci, v domácnosti i v posteli. Jestliže máte ve vztahu problémy, vaše žena si připadá nemilovaná, odmítaná, zraňovaná a opuštěná, a to se podepíše i na tom, jak bude prožívat všechny následující dny. Bolest z nenaplněné lásky se promítne do práce, domácnosti i do postele.

Vy jakožto muž fungujete jinak. Když vám to ve vztahu skřípe, nemůžete se dočkat, až odejdete z domova do práce, a v práci jste ve svém živlu a šťastně naplňujete své poslání. Vztah se ženou je pro vás jen jedním z aspektů života. Svým posláním se snadno necháte pohltit a vztah pak pro vás úplně přestává existovat. Pro ženu je ale vztah středobodem jejího života a podmiňuje všechno, co prožívá. To je primární asymetrie ve vztahu.

Tato asymetrie zasahuje ještě mnohem dál. Pro většinu mužů je jejich žena nahraditelná. Je to tvrdé, ale pravdivé konstatování. Jste-li stejní jako většina mužů, pak víte, že když ztratíte svou současnou ženu, budete se určitou dobu trápit, ale nakonec si najdete jinou. A možná už jste si i víckrát představovali, jak si najdete jinou ženu, i když jste o tu současnou ještě nepřišli... Vzhledem k tomu, že muž dává vždy přednost svému poslání, bude tíhnout k ženě, která ho v jeho poslání bude podporovat. Pokud pozná ženu, která ho bude inspirovat a dodávat energii k jeho práci, může po ní zatoužit i jako po intimní partnerce.

V srdci vaší ženy jste však pevně zakotveni. Vnímá vás celý den. Cítí, co právě děláte. Její srdce s vaším spojuje jemné pře-

divo myšlenek ve dne v noci. V jejích očích jste nenahraditelní. Žena nepřemýšlí o jiných možnostech tak jako vy. Ve vašem světě existuje vždy vícero možností vztahu, v jejím světě existuje jeden jediný aktuální vztah. Vztah s vámi je nejen středobodem jejího života, ale odvíjí se od něj i její celkové naladění.

Jestliže žena odmítá vlastní ženskou podstatu, pak se bude vzpouzet i proti srdečnému propojení s vámi. Bude se snažit ztotožnit se svou mužskou složkou, sesadit vás a váš vzájemný vztah z jeho určujícího postavení. Bude například přesvědčená o tom, že musí „žít svůj vlastní život“ a víc se věnovat vlastní kariéře. Pro každého muže i každou ženu je samozřejmě zdravé, když se snaží o větší nezávislost a samostatnost. Pokud však při tom žena popírá klíčovou roli, jakou v jejím životě hraje váš vzájemný vztah, má to pro ni ničivé následky. Má-li ženskou sexuální podstatu, má také bytostnou potřebu vnímat proud lásky a to bez ohledu na to, nakolik se věnuje vlastní kariéře a jiným aktivitám.

Bez hlubokého milostného vztahu – ať už s vámi nebo s božstvím – žena trpí. Svou bolest neutiší tím, že se upne ke kariéře, umění nebo k přátelům. Pokud má ženskou podstatu, musí si přiznat, že má bytostnou potřebu vnímat proud lásky ve svém srdci, tak jako má člověk s mužskou podstatou bytostnou potřebu naplňovat své směřování, protože jinak bude nešťastný. Z naší kultury se vytratila ženskost a mnoho žen se snaží popřít vlastní ženské touhy a po mužském vzoru se cele věnují zvolenému poslání. Popíráním své ženské podstaty se však odsuzují k pocitům prázdnoty v srdci, k depresím a psychosomatickým chorobám.

Vy sami byste neměli popírat ženskou podstatu vaší ženy. Neříkejte jí: „Celý tvůj život se točí jen kolem našeho vztahu. To není zdravé. Měla bys mít svůj vlastní život, svoji práci a přátele. Přestaň si stěžovat, že máme mezi sebou problémy, a začni konečně žít!“

Podle zdravého selského rozumu by žena měla vést plnohodnotný život i za hranicemi vztahu, z pohledu sexuální moudrosti bude její ženskou podstatu vždy naplňovat proud lásky. Tak to na světě chodí. Proud lásky může vést přímo k božství, ale většinou se vztahuje k muži.

Touha po milostném vztahu je středobodem života ženy právě tak, jako je pro vás život určující cesta ke svobodě – finanční, duševní a duchovní. Zamyslete se nad tím, kolik hodin denně věnujete svému cíli, a porovnejte to s časem, který věnujete své ženě a její touze po prohloubení lásky. Chcete-li po ní, aby vás podporovala na vaší cestě ke svobodě, měli byste na oplátku zas vy ji podporovat na její cestě za láskou. Její oddanost lásce vás může mnohému naučit.

Někteří muži se dokonce cítí provinile za to, že pro ně vztah není tak důležitý jako pro ženu. Pochopte však, že to je přirozené. Máte-li mužskou sexuální podstatu a vaše žena ženskou, nikdy nebudete vzájemný vztah tolik prožívat jako vaše žena. Nic si nenamlouvejte. Nesnažte se kvůli ženě chovat, jako by to bylo jinak. Žena vycítí, jak to je doopravdy. Chovejte se přirozeně, buďte věrní své niterné touze, zasvěťte svůj život nejvyšším cílům a nenechte se svést z cesty.

Je-li jedním z vašich nejvyšších cílů vnitřní nebo duchovní svoboda, pak si budete vzájemného vztahu jistě nesmírně vážit. Nikdo vás nedokáže vytočit tak jako vaše žena, nikdo vám neukáže tak pravdivě, jak na tom jste, jako ona. Vystihne vaše slabiny lépe než váš rotmistr ve výcvikovém vojenském táboře. Pozná, kdy mlžíte a kdy máte jasno, lépe než učitel ve škole. Udělá vás lépe než prostitutka a dá vám víc lásky, než dokážete unést. A po celou tu dobu bude vašim blahodárným požehnáním – pokud ovšem bude věrná své niterné ženské touze a pokud vy budete věrný svým mužským tužbám.

Když budete oba cítit primární asymetrii ve vztahu, můžete se věnovat plnění svých přání a nemusíte usilovat o žádný kom-

promis v zájmu pomyslné rovnosti mezi pohlavím. Je-li váš život v souladu s vaším nejvyšším cílem, budete žít v přítomném okamžiku, s větší láskou a se smyslem pro humor. A první, kdo bude mít užitek z vaší přítomnosti, lásky a humoru, bude vaše žena. Pokud se váš vztah neubírá tímto směrem, pak nežijete v souladu se svým posláním.

A stejné je to s vaší ženou. Pokud se rozhodla žít v souladu s touhami svého srdce, poznáte to. Bude vás zahrnovat energií, vyzařováním a moudrostí, vytvoří vám nebe na zemi – a to jen tak mimochodem. Okouzlí vás, podmaní si vás její sexualita, udiví její poznání a nabije životní síla, která bude láskyplně proudit jejím tělem. Jakmile se však žena rozhodne, že popře touhu svého srdce a převezme mužské cíle a poslání za svou hlavní životní potřebu, budete oba trpět. Její vyzařování pohasne, bude stále více ve střehu a ani jeden z vás se nebude ve vztahu cítit dobře.

Vaše žena přitom může být výkonná manažerka a vy mužem v domácnosti. Je to v pořádku, pokud tím vy naplňujete své poslání a ona zůstává oddaná lásce. Ctěte primární asymetrii v sobě i ve své ženě. Jestliže si budete vzájemně pomáhat a podporovat se v naplňování svých nejvnitřnějších tužeb, bude vám váš vztah dávat to, co od něj chcete, a možná se jednou díky tomu dostanete ještě dál, k čiré radosti z bytí, v jakou můžete ve vztahu zatím jenom doufat.

48

Muž je zodpovědný za prohlubování vztahu

Ve vztahu existují mužské dary a ženské dary a s obojím je spjata určitá zodpovědnost. Prohlubování a směr vývoje vztahu je především záležitostí muže. Energie blízkosti – rozkoš, sexuální proudění a vitalita – je především záležitostí ženy. Zjednodušeně řečeno, muž je zodpovědný za hloubku lásky ženy neboli za její otevřenost ve vztahu, zatímco žena je zodpovědná za „erekcí“ energie v těle muže.

Jakmile vyrostete a stane se z vás nezávislý dospělý člověk, přestanete potřebovat někoho, kdo by se o vás staral. Stáváte se zodpovědní sami za sebe. Zjišťujete, že jste zodpovědní za své vlastní štěstí. Nikdo nemůže žít váš život místo vás. Vy sami jste strůjci svého štěstí, zdraví a úspěchu.

Převzetí zodpovědnosti za sebe sama však představuje jen část dospívání. Kromě zodpovědnosti za sebe jste také zodpovědní za dávání svých darů. Je důležité vymanit se ze závislosti na partnerce a přestat ji činit zodpovědnou za vaše štěstí. Stejně tak je ovšem důležité neustrnout na vlastní nezávislosti a autonomii. Když získáte osobní nezávislost ve vztahu, měli byste přejít k dalšímu stupni, a tím je vzájemné obdarovávání neboli služba ve jménu lásky.

Všimli jste si, jak se vaše žena dokáže ztratit ve svých náladách? Někdy je z ní uzlíček nervů. Jindy je celá skleslá, apaticky se plouží domem a jako by ji všude provázel temný mrak. Když ženy zabřednou do určité nálady, je pro ně většinou nesmírně těžké se z ní dostat. Váš láskyplný zásah v takové situaci je jedním z velkých mužských darů. Nejde o to, abyste zastávali roli terapeuta, ale o to, abyste zafungovali jako budíček nebo „otvírák na srdce“. Připomeňte jí, jak důležitá je láska. Pokud se ale ani po pěti minutách vašeho snažení žena lásce neotevře, zřejmě moc mluvíte a málo jednáte. Nebo jste zapomněli na své pravé poslání.

K vašim mužským darům patří vědět, kde právě jste, kde byste chtěli být a co je potřeba udělat k tomu, abyste se tam dostali. Jestliže vám něco z toho není jasné, musíte na to za každou cenu přijít. Tato vize je totiž ve své podstatě tím nejzákladnějším darem, jaký můžete předat své ženě a světu. Pokud vaše vize nesáhá výš než ke každodenní dřině v domácnosti a v práci, ke starosti o děti, k televizi a dovolené, pak marníte svůj život. Vaše žena si bude připadat podvedená a bude mít pocit, že jí soužití s vámi vůbec nic nepřináší. A svět to bude cítit stejně. Oba k vám pak budou skoupi, tak jako jste vy k nim.

Jestliže je vaše žena dlouhodobě ve stresu, měli byste přijít na to, co by měla prakticky podniknout pro to, aby se uvolnila. Možná potřebuje víc cvičit, víc meditovat, změnit zaměstnání, víc tancovat nebo trávit víc času s kamarádkami. Pokud je vaše žena často nespokojená, měl byste zjistit, co jí chybí. Jak často otvírá srdce a tělo v neovladatelné extázi láskyplného odevzdání? Jak často se naplno odevzdává božské lásce, která ji obklopuje? Jak často jí to umožňujete?

Hrajete hru na „citlivého muže“, který nechává ženě „prostor“, aby si mohla užít svou špatnou náladu, nebo jí s neochvějnou setrvalostí a odvahou nabízíte své dary? A pokud by nestála o vaše dary, nejhlubší moudrost a nepotlačovanou lásku, proč

byste s ní chtěli být? Vaším hlavní darem ve vztahu je znovu a znovu vyvádět ženu z jejích špatných nálad a otevírat ji lásce. A postupně ji přivádět k hlubšímu prožívání božské lásky, až přesáhne váš vztah a její život se stane spojením s božstvím, obdarováváním a oslavou. Nemůžete-li své ženě nabídnout toto vedení, co jiného jí můžete dát? Proč je pak vůbec s vámi? O čem je váš vztah?

Abyste mohli ženě dát svůj mužský dar, musíte si ho každý den procvičovat. Stejně tak jako hudebník musí každý den cvičit, i vy musíte trénovat umění proniknout svým strachem až k vlastní hranici, procítit ji a žít pak na samém jejím okraji. Nenechte se ukolébat soukromým uspokojením, ale ani nepřepínejte své síly, abyste se neodpojili od svého zdroje. Všechno ve vašem životě by mělo vycházet z vaší nejhlubší pravdy, z vašeho zdroje. Postupně se vám to bude dařit čím dál víc, až budete s tímto zdrojem v souladu všechny vaše aktivity, včetně vašeho vztahu.

Ztrácíte se často ve svých myšlenkách, mezi různými cíli a projekty? Jeden z největších darů, jaký vám vaše žena může nabídnout, je vracet vás k vašemu tělu, k přítomnému okamžiku, k lásce, která vás spojuje s vaším zdrojem. Svými doteky, láskou a přitažlivostí vám žena může dávat energii, která nabíjí celé vaše tělo, naplňuje vás a oživuje a dává vám sílu pronikat do světa jménem lásky. Vaše žena může být třeba prezidentkou Spojených států, ale pokud máte mužskou sexuální podstatu, jejím darem určeným pro vás zůstává vracet vás zpátky k vašemu tělu přitažlivou silou její ženské energie.

Bez ženy, která by sloužila vašemu přítomnému vtělení lásky, můžete strávit většinu času prací na všelijakých projektech, zíráním do počítače, honěním myšlenek v hlavě nebo pátráním po potenciálních cílech finanční nebo duchovní svobody. Jenže mezitím ztrácíte spojení s přítomností, s vlastním tělem i se ženou.

Když dokážete být v plné přítomnosti se svým tělem a se svou

ženou, aniž byste se stahovali do své hlavy a tak se oddělovali, pak se ve vaší láskyplné otevřenosti začnou rozpouštět veškeré hranice. Když se dokážete procítit skrze svou ženu a své tělo, obojí se stane jakoby průhledné a vyvstane před vámi hledaný zdroj a zářivá podstata bytí. Přirozeným gestem ve světle tohoto zjevení je služba. Rozpusťte se v dávání svých darů.

Může se stát, že vaše žena nebude vaše dary chtít. Může je odmítat. Stejně tak jako celý svět. Jenže vy nemáte na výběr. Žijte na samé hranici. Milujte tak plně, jak jen dokážete. Ať je celé vaše tělo nabitě energií z hlubokého vnitřního zdroje. Převzmete plnou zodpovědnost za dávání lásky, jaké jste schopni, své ženě a světu. Žena i svět vás budou odmítat a svádět, dokud nedokážete proniknout skrze ně.

Prociťte plně svou ženu a svět, pronikněte za obojí a zemřete při rozdávání svých darů.

49

Trvejte na cvičení a osobním růstu

Životní směřování je mužskou prioritou i v partnerském vztahu. Duchovně méně vyspělý muž může své ženě říct: „Bude to po mém a basta!“ Muž v procesu růstu se bude často mírnit, hledat se svou ženou kompromis a hrát si na hodného chlapečka. Pravý muž se však nespokojí s ničím menším než s nejplnějším projevením lásky, jakého jsou on a jeho žena schopni. Se soucitem odděluje zrno od plev a vyžaduje opravdovost a humor. Jako by své ženě říkal: „Bude to podle Boha a basta!“ Trvá na určitém směru stejně jako slabší muž. Ovšem na rozdíl od něj nechce pravý muž po ženě, aby se řídila jeho osobními rozmary, ale vyžaduje, aby kráčela směrem, který nejvíce slouží jejímu růstu v lásce a štěstí. S ničím menším se nespokojí.

Jestliže sami nevíte, kam ve svém životě směřujete, stojíte na dost nejisté půdě na to, abyste ukazovali správný směr své ženě. Prvním krokem je tedy srovnat si to ve svém vlastním životě, tak abyste žili aspoň v přítomném okamžiku na samotné

hranici a v souladu se smyslem svého života. Pokud si nejste sto-procentně jisti, že žijete právě takový život, jaký potřebujete, vaše žena pocítí vaši nejistotu a bude se vašemu vedení bránit.

Muži mají sklon zapomínat na smysl svého života a ztrácet se v každodenním koloběhu pracovních plánů, úkolů a povinností. Ženy zase zapomínají na lásku ve svém nitru, protože se ztrácejí ve svých náladách a emocích. Když se přestanete chovat jako pracovitý mezek a když vytrhnete ženu z jejích smutků, obav a hněvu, přinesete vám oběma dar v podobě odhalené pravdy. Podle toho, jak hluboko jste pronikli do tajemství života, z takové hloubky bude pramenit i váš dar. Musíte proniknout vším, co této hloubce právě teď brání, ať ve vás, či ve vaší ženě, aby váš dar mohl vycházet z co nejhlubšího zdroje.

Jestliže nepřekonáte překážky a nevydáte se správným směrem, udělá to za vás vaše žena. Mužská a ženská energie ve vztahu se řídí podle zákona zachování. Čím méně vy sám kráčíte cestou muže a žijete podle pravdy, o to víc se do toho pustí vaše žena. Ať lenošíte nebo tvrdě pracujete, pokud to není v souladu s vašimi skutečnými dary, bude vám vaše žena zazlívát, že vám chybí hluboké vnitřní nasměrování. Převeźme mužské žezlo, pokusí se vás probrat z vašeho lenošení a připomenout vám, jak naléhavě důležité je spojit se se svým nitrem a dávat své vnitřní dary.

Vzhledem k tomu, že ve svém jádru zůstáváte mužem, mužské jednání vaší ženy vás bude depolarizovat. Oba budete ve své mužské energii a střetnete se jako dva berani. A když půjdete do své ženské energie, bude to ještě horší. Může se vám stát, že se ve vztahu ke své ženě budete chovat jako bačkora pod pantoflem, i když třeba v práci zastáváte velevýznamné vedoucí postavení. Vaše žena se bude chovat tvrdě a chlapsky, zatímco vy jí všechno odsouhlasíte a naoko se podřídíte, ale v duchu vám z toho bude oběma na zvracení.

Je-li na vás vaše žena permanentně nabroušená, bude to zřejmě tím, že ani jeden z vás nežije svůj život v souladu s nejvyšší prav-

dou. I když jste třeba ve světě mimo rodinu velice úspěšní, nepodařilo se vám proniknout spleť svých povinností a nálad vaší ženy až k úrodné půdě, která je zdrojem vašeho života. Proto se vaše žena musí ohánět mečem. Kvůli zákonu zachování mužské a ženské energie se vaše žena pokouší dávat světu mužské dary, ve chvíli, kdy je vy světu upíráte. Jenže vzhledem k tomu, že vaše pravé jádro zůstane mužské, mužské dary vaší ženy vám moc radosti neudělají a nakonec vás možná úplně odradí.

Je na vás, abyste překonali svou lenost, závislost a vnitřní zmatek. Na nic nečekejte a nikoho neobviňujte. Vyzkoušejte si, jaká technika je pro vás ta pravá. Můžete to probírat s přáteli, chodit na terapii, meditovat a modlit se, praktikovat různé rituály, číst svatá písma, chodit do přírody, vést si deník nebo si najít duchovního učitele. Nezapomeňte, že úspěch zvolené metody závisí pouze na tom, nakolik jste skutečně ochotni odhalovat nejhlubší pravdu a řídit svůj život podle ní.

Můžete meditovat do aleluja, ale bude to k ničemu, jestliže budete raději masturbovat, číst noviny nebo se dívat na televizi, místo abyste se zbavili všech svých závislostí, ukázali se v každodenním životě a rozdávali svůj dar z nejhlubšího zdroje blaženství. Výsledek závisí na kvalitě vašeho záměru a na vytrvalosti a míře opravdovosti, s jakou jednáte. Stejně tak jako na vaší schopnosti vést vaši ženu k většímu štěstí a k tělesnému odevzdání se lásce.

50

Ujasňujte si smysl vašeho života, o samotě a s dalšími muži

*Muž znovu objevuje smysl svého života
o samotě, v krizových situacích a ve společnosti
dalších mužů, kteří mu netolerují nesmysly.*

*Ženy umocňují své ženské vyzařování nejlépe
ve společnosti dalších žen při hře a zábavě.*

*Muž by se měl postarat o to, aby došlo
na všechny formy „ujasňování“: čas strávený
o samotě, setkání s ostatními muži a pro ženu
společnost dalších žen.*

Když budete trávit příliš mnoho času se svou ženou, obrousíte se jeden o druhého do nejhorší možné podoby. Abyste spolu vzájemně vycházeli, bude od vás vaše žena přebírat mužský způsob řeči a při tom popře svou ženskou touhu po hravém a radostném bytí, ve kterém nemusí být všechno po mužském způsobu smysluplné a účelné. Vy zas budete od své ženy přebírat její ženské fungování založené na dotycích a projevovaném citu, a při tom popřete svou touhu jít rovnou na věc, ať se to týká životního poslání nebo ženy. Místo toho budete dávat ženě letmé polibky na tváře nebo ji budete něžně objímat na důkaz vzájemné lásky. Z bohyně a válečníka

se zkrátka stanou neutrální rodinní příslušníci, mezi kterými bude zjemnělá, krotká hra na sexuální polaritu.

Aby žena oživila své ženské jádro, měla by si každý den pro sebe vyhradit bezstarostnou chvíli. Může ji strávit tancem, zpěvem, smíchem nebo jen prožíváním tiché radosti, kdy se tělo i mysl oprostí od všech závazků chovat se po mužském způsobu – mít jasný směr, ovládat se, mít vše pod kontrolou a před sebou vytčený cíl. Tyto chvíle budou mít ještě blahodárnější účinek, bude-li ve společnosti jiných žen, protože se tím umocní vzájemné ženské vyzařování a proudění. Jestliže vaší ženě chybí tyto chvíle ženské radosti, rozvinou se u ní příznaky deprimované ženské energie: choroby (zvláště ženských částí těla), nedostatek životní energie, nedostatek sexuální touhy a málo radosti ze sexu, celková sklíčenost a ztráta chuti do života.

Velká část moderního mužského hnutí se zaměřila na probouzení vnitřní ženské energie v mužích. Pokud chcete probudit vlastní ženskou energii, můžete dělat prakticky totéž, co dělají ženy, aby rozproudily svou ženskou energii. Můžete vyrazit do přírody, zpívat, tancovat a smát se s přáteli. Pro muže, kteří se příliš křečovitě drží svého mužského směru a nedovolí si prožívat radost a pocit sdílení s ostatními, je to dobrý lék.

Jenže muže, kterým uniká smysl života, kteří nevědí, o čem jejich život vůbec je, a kteří mají potíže žít v souladu s vnitřní pravdou, zpívání a tancování nevyléčí. Lékem, který by jim ukázal smysl života, by pro ně mohla být situace, kdy jsou zatlačeni na samou hranici svých možností, neboť většina z nich ztratila schopnost pohybovat se na této hranici z vlastní vůle.

Existují dva způsoby, jak přivést muže na hranici jeho síly, a sice odříkání a krize.

Odříkání znamená vzdát se v životě veškerého pohodlí, ve kterém jste se uvelebili a kvůli kterému jste přišli o svou bdělost. Odstraňte všechno, co otupuje vaše hrany. Žádné noviny ani časopisy. Žádná televize. Žádné sladkosti, bonbony ani dor-

tíky. Žádný sex. Žádné mazlení. Žádné čtení při jídle nebo na záchodě. Omezte pracovní dobu na nezbytné minimum. Žádné filmy. Žádné hovory, pokud se netýkají pravdy, lásky nebo božských záležitostí.

Když v tomto odříkání budete žít po dobu několika týdnů a odřeknete si i případné další, ryze osobní zvyklosti, které vás otupují, odstraníte ze svého života všechno, co vás neustále rozptyluje. To, co vám zůstane, je právě ta hrana, které se pomocí každodenních zvyklostí vyhýbáte. Budete muset čelit základnímu nepohodlí a nespokojenosti, které jsou v podtextu vašeho života. Budete mít příležitost žít svou pravdu, místo abyste se před ní schovávali.

Utrpení ve své čisté podobě je společníkem mužského růstu. Jen když zůstanete v důvěrném vztahu se svým osobním utrpením, můžete se prociťt skrze něj až k jeho zdroji. Když veškerou pozornost věnujete práci, televizi, sexu a čtení, neproniknete svým utrpením, a jeho příčina vám tak zůstane skryta. Život si poskládáte tak, aby se vám co nejpříjemněji dařilo vyhýbat se vnitřnímu utrpení, které si jen zřídka připustíte. A když o něj jenom zlehka zavadíte, možná v podobě nudy, rychle sáhnete po časopise nebo dálkovém ovladači od televize.

Místo toho se utrpení naučte vnímat. Neutíkejte od něj, ale obejměte ho a milujte se s ním. Vnímejte utrpení tak plně a do takové hloubky, až jím proniknete a spatříte, na jakých základech strachu spočívá. Skoro všechno, co děláte, děláte proto, že se bojíte zemřít. A přitom je umírání proces, který začíná hned po narození. Můžete se na dvě hodiny nechat pohltit přímým přenosem fotbalového zápasu a dočasně se tak rozptýlit, ale skutečnost zůstává stále stejná. Narodili jste se jako oběť. Buď se toho můžete účastnit a rozpustit se v dávání svých darů, nebo se tomu můžete bránit a vytvářet tak další utrpení.

Když se zbavíte bezpečné sítě životního pohodlí, získáte příležitost volným pádem v přítomném okamžiku mezi narozením

a smrtí proniknout středem svého strachu k neohrožené otevřenosti, která je zdrojem vašich darů. Život pravého muže je pak přirozenou obětí lásce.

Další způsob, jak znovu objevit vlastní mužské jádro kromě odříkání, je zvládání výzev. Mezi povrchnější formy tohoto způsobu patří horolezectví, lanové dráhy, soutěživé sporty a výcvikové tábory. Muži i ženy se při těchto aktivitách dostávají do situací, které v nich bezprostředně oživují mužský pocit smyslu a směřování.

K hlubším formám výzvy patří dávání vlastních darů takovým způsobem, v jakém vám dosud bránil strach. Jestliže jste se odjakživa báli mluvit na veřejnosti, můžete se rozhodnout, že po dobu tří měsíců budete mít každý týden veřejnou přednášku. Vynecháte-li jeden týden, hned ten další budete muset mít tři přednášky. Pokud jste chtěli celý život napsat román, ale nikdy jste nedokázali nic dopsat do konce, řekněte přátelům, že po dobu jednoho roku napíšete každý týden (nebo měsíc) jednu kapitolu. Pokaždé, když nesplníte svůj týdenní plán, budete přátelům dlužit tisícovku. Jestliže kniha nebude do roka hotová, budete jim dlužit dvě stě tisíc.

Jde o to, abyste nesli určité následky, nepodaří-li se vám překonat strach. Když šplháte po horách nebo hrajete libovolný soutěživý sport, jsou následky nepřekonaného strachu jasné. Pokud si nechcete jen hovět v bezpečné síti povrchních radovánek, musíte si vštípit, že nepříjemné následky existují i ve všech ostatních oblastech života.

Nejúčinnější způsob znovuobjevování mužského jádra spočívá v kombinaci obou forem – odříkání a výzvy. Běžte hluboko do lesů, sami, a vezměte si s sebou jen to, co je nutné k přežití. Nic na čtení a děláné. Postěte se a nespěte tak dlouho, jak to vydržíte. Soustřeďte pozornost k určitému cvičení, třeba zpívejte mantry nebo provádějte rituální pohyby, abyste se ničím nerozptylovali a neotupovali svou bdělost. Otevřete se a čekejte.

Nezakrývejte své utrpení. Nevzdávejte to, dokud neproniknete vlastním strachem a před vámi se nevynoří jasná vize vašeho pravého poslání, váš osobní způsob životní oběti.

Výše popsaná izolace a výzva je extrémně účinným způsobem mužského hledání vize, ale existují i jednodušší způsoby, které můžete uplatnit v každodenním životě. Každý den buďte chvilku o samotě a bez vyrušování. Deset minut jen sedte. Žádné nervózní těkání, přepínání televizních kanálů ani listování v časopisech. Zkrátka buďte, tak jak jste, a nesnažte se nic měnit. Zůstaňte se svým utrpením, dokud neproniknete skrze ně a nepoznáte bezpodmínečný zdroj života.

Tak jako žena potřebuje pravidelně trávit čas jen se ženami, musíte i vy pravidelně trávit čas s dalšími muži. Alespoň jednou týdně se scházejte se svými přáteli – muži, abyste si mohli být nápomocní. Vynechejte bezvýznamné tlachání a mluvte rovnou k věci. Jestliže máte pocit, že váš přítel mrhá životem, řekněte mu to, protože ho máte rád. Otevřete se obdobné kritice ze strany svých přátel. Navrhujte si navzájem výzvy, motivujte se k překonávání strachů, které omezují vaše odevzdání v rozdávání darů. Vždy se domluvte, jaké ponesete následky, když danou výzvu nezvládnete. Jestliže si například domluvíte, že se po dobu jednoho týdne budete obden tři hodiny extaticky milovat se svou ženou, domluvte si také, že když se vám to nepodaří, posekáte příteli trávník na celé zahradě.

Tato „věcná“ setkání prostrídejte s mužskými oslavami. I během těchto oslav byste však měli zůstat plně bdělí a moc se nerozptylovat. Neměla by to být příležitost k tomu, abyste jen tak zabíjeli čas, ale abyste prožili vzájemnou pospolitost neomezovanou strachem. Můžete si jít třeba všichni společně zaplavat do řeky nebo jezera s ledovou vodou. Můžete si zajít na pivo nebo na panáka a zbytek noci strávit tím, že budete zpívat písně o záhadách lidské existence – a nikdo se nesmí ulívat. Ať už se svými přáteli podnikáte cokoli, vždy přitom sdílejte co nejvíce

lásky a nespokojte se s průměrností ani s ničím menším, než je největší dar každého zúčastněného muže.

Dbejte na to, abyste vy i vaše žena měli dostatek času na vnitřní obrození. Jinak shnijete v polštářích laciné stagnace a sexuální neutralizace, které ve vašem vztahu zakrývají skutečnou hranici, na níž byste mohli rozdávat své dary.

Cvičte se v rozpouštění

*Největším přáním muže je ze všeho se vymanit
a rozplynout se. Je to podobný pocit, jaký
zažívá při intenzivním orgasmu.*

V každé chvíli se cvičte v lásce, která proniká skrze ženu a svět, a dovolte síle svého odevzdání, aby každý okamžik proměnila v orgasmus božského rozpouštění. Každou zkušenost obejměte jako milenec a důvěřujte směru, jakým vás vede láska. Zemřete při rozdávání svých darů, takže si ani nevšimnete, že už se nedržíte ani sebe samých. Strach je vaše poslední výmluva. Nebojujte s ním. Promilujte se skrze něj láskou.

DOPORUČENÁ LITERATURA

Robert Bly: **Železný Jan**, Argo 2005.

—**Král Panna**, Argo 2002.

Steve Biddulph: **Mužství**, Portál 2007.

Richard Rohr a Joseph Martos: **Cesta divokého muže**,
Cesta Brno, 2002.

Joseph Campbell: **Tisíc tváří hrdiny**, Portál, 2000.

Robert Moore, Douglas Gillette: **Král, válečník, kouzelník, milovník**
Nakladatelství Lidové noviny, 2001.

David and Ellen Ramsdale: **Sexual Energy Ecstasy**,
Bantam Books, 1993.

David Deida: **The Enlightened Sex Manual: Sexual Skills for the
Superior Lover**, Sounds True, 2007.

—**Dear Lover: A Woman's Guide to Men, Sex and
Love's Deepest Bliss**, Sounds True, 2006.

—**Intimate Communion: Awakening Your Sexual Essence**,
HCI, 1995.

—**Blue Truth: A Spiritual Guide to Life & Death and
Love & Sex**, Sounds True, 2006.

—**Wild Nights**, Sounds True, 2005.

—**Instant Enlightenment: Fast, Deep, and Sexy**,
Sounds True, 2007.

—**Finding God Through Sex: Awakening the One of
Spirit Through the Two of Flesh**, Sounds True, 2005.

KONTAKTY NA MUŽSKÉ KRUHY

LIGA OTEVŘENÝCH MUŽŮ

Kontakt: www.web.ilom.cz

MUŽSKÁ SÍLA A JEJÍ PROJEVY V ŽIVOTĚ MUŽE

– přednášky, semináře a poradenství

Kontakt: www.munz.cz

MUŽSKÝ KRUH – mužství, změna, osobní rozvoj, podpora

Kontakt: www.muzskykruh.cz

MUŽSKÝ KRUH LIBEREC – aktivní otevřená skupina mužů, která se pravidelně schází ke společnému sdílení, kultivaci mužské energie a osobnímu rozvoji.

Kontakt: www.muzskykruhliberec.cz

MUŽSKÝ KRUH „SÍLA MUŽE“ – pro muže, kteří svoji sílu nehledají jen ve svalech a mysli, ale také v srdci.

Kontakt: www.silamuze.cz

MUŽSKÝ PROSTOR – semináře pro muže

Kontakt: www.muzskyprostor.cz

PÍSEŇ SRDCE – otevřený kruh mužů, kde se poznáváme, sdílíme, pracujeme, meditujeme, většinou s večerním rituálem potní chýše.

Kontakt: www.pisensrdce.cz/clanky/muzi.html

PRAVIDELNÉ VEČERNÍ KRUHY MUŽŮ V PRAZE – pokaždé vedeny někým jiným a na jiné téma

Kontakt: www.muzskykruh-praha.estranky.cz

STRÁNKY PRO MUŽE – „Palčivé otázky“, semináře, literatura, meditace a další.

Kontakt: www.konstelace.info/muzi

STRÁNKY VĚNOVANÉ MUŽSKÉ SPIRITUALITĚ

Kontakt: www.chlapi.cz

VELKÝ MUŽSKÝ SRAZ – prostor k setkání, sdílení, zábavě. Příroda, přednášky, workshopy a relaxace v mužském společenství.

Kontakt: www.velkymuzskysraz.cz

VOLNÉ SPOLEČENSTVÍ MUŽŮ POŘÁDAJÍCÍ SEZENÍ KRÁLŮ

Kontakt do království:

<http://picasaweb.google.com/bradacekl>

YMCA SETKÁNÍ, STRÁNKA S AKCEMI PRO MUŽE

Kontakt: <http://www.setkani.org/index.php?id=43>

Mgr. Denisa Palečková a Ing. Richard Vojík

mezinárodně uznávaní učitelé v oblasti partnerských vztahů,
vědomé sexuality a celostních masáží



Od roku 2003 pořádají kurzy osobního rozvoje a ucelený výcvik tantra masáží. Provozují také Tantra Spa Prague – prostor pro celostní masáž, práci s energií, individuální výuku a osobní rozvoj. Kromě České republiky vedou kurzy také v Anglii, Belgii a Dánsku.



□kola celostn□ masáže

Naučte se, jak
probudit životní
sílu, lásku a radost

díky blahodárnému rituálu
inspirovaného tantrickou masáží.



Kurzy pro p□ry

Poznejte, jak prohloubit
Váš vztah správným
využitím rozdílů mezi
ženami a muži. Osvojte si
unikátní techniky
pomalého milování

rozvíjejícího lásku a blaženost.



Skupiny pro ženy

Objevte moc své vnitřní
síly, zářivé krásy a
inspirace. Otevřete se
do lásky, jemnosti a
blaženosti.



Skupiny pro muže

Jak si poradit
s výzvami, které
před muži staví

ženy, práce a sexuální touha.

„Cítím, že jsem se toho díky vašim kurzům tolik naučil a posunul se do
hlubší roviny porozumění sám sobě. Jsem vám oběma velmi vděčný.

Jste skvělí učitelé.“ *Chris, 48, finanční poradce, Anglie*

„Dnes jsem dal masáž své ženě a byl to nádherný zážitek blízkosti a
intimity. Na konci masáže dojetím plakala a bylo to velmi uvolňující.

Náš již tak vřelý vztah je teď ještě vřelejší.“ *Bernhard, 52, architekt*

Masáže a individuální výuka: www.tantraspa.cz

Semináře: www.tantraworld.cz

+420 777 858 864



cesta
srdce



..... cesta krále

Semináře
konstelací
pro muže

Večery na
mužská témata

Články a knihy

Jan Bílý
www.konstelace.info
www.janbily.cz

