

KONCE A ZAČIATKY – veľkonočné rozjímanie

Autor: Yehuda Tagar

Preklad: Silvia K. Galatová

"Na mojom začiatku je môj koniec"
TS Eliot, „Štyri kvartetá“.

„Iba to, čo som stratila / je navždy moje“
Rachel (izraelská poetka)

"Len to, čo žije, len to môže zomrieť"
T.S. Elliot, „Štyri kvartetá“

Začiatky sú populárne. Konce nie. Všetci oslavujeme svadby. Nik neoslavuje rozvody. Tešíme sa z narodenia dieťaťa. Aj pohreby sú významné, nesú sa však v duchu tragédie. Oslavujeme slávu, krásu a silu mladosti, ale smútime zo starnutia a považuje ho za formu choroby. Oslavujeme a zverejňujeme svoje úspechy, ale prehry sa považujú za osobné zlyhanie, aj keď sa z nich učíme viac. Konce a začiatky sú rovnaké v dôležitosti, ale nie v ocenení.

Koniec a začiatok sú dve časti jedného cyklu, osvetlená a temná strana toho istého mesiaca.

Z pohľadu klasického materializmu je ľudský život jednorázovou komplikovanou bezvýznamnou na smrť odsúdenou zhodou okolností. Konce, ktoré vo svojej podstate reprezentujú a ten najväčší koniec - smrť, sú zdrojom chronickej depresie. Sú to tragédie čakajúce na to, aby sa stali. Je to ako v klasickej sofoklovskej gréckej tragédii: ak nezostane nič zo včeraška, nezostane nič z dneška, ktorý sa zajtra stane včerajškom. Ale toto je povaha a účel materializmu: zlomiť ľudského ducha. V posledných storočiach sa mu to celkom darí.

Ale z perspektívy, ktorá považuje narodenie a smrť za dva prahy v jednom veľkom ľudskom cykle, konce nie sú tragédiou. Konce oslobodzujú ľudskú realitu z jej podriadenosti času, priestoru, telu a životnému cyklu, ktorý od svojho počiatku podlieha procesu smrti. Oslobodzujú ľudskú realitu späť k jej pravému pôvodu nad časom, priestorom a telesnosťou do esenciálnej reality ľudskej existencie: večného ľudského ducha.

Toto všetko by mohlo znieť ako veľmi filozofické a abstraktné špekulácie, až kým nedôjde k tragédii a my nestojíme pred rozhodnutím: Budeme práve skončený život hodnotiť ako príznak prázdneho tela pred nami, alebo ako duševnú, duchovnú a vzťahovú realitu, ktorá tu žila a ktorá sa práve uzavrela? V tomto momente nejde o abstraktnú filozoficko-teologickú otázku, ale o voľbu, ktorú treba urobiť o osobnom význame a zmysle, ktorý človek, sofistikovaný alebo jednoducho zmýšľajúci, pripisuje ľudskému životu.

Toto je voľba, ktorú treba urobiť nielen na prahu smrti, ale dlho predtým, v spôsobe, akým sa rozhodneme žiť svoj život. Vnútorňá odpoveď na nevyhnutnú otázku o tom, čo z nás zostane, keď sa náš život na Zemi skončí, určuje kvalitu nášho života, vedome alebo podvedome. Je to otázka nášho sebaobrazu ako ľudskej bytosti a základ skutočného, a nie teoretického etického kódexu, ktorý riadi naše konanie, biografiiu a odkaz. Gottlieb Fichte, zakladateľ nemeckého/kontinentálneho idealizmu, uzavrel túto základnú etickú otázku takto: „Ak si chceš dokázať, že si nesmrteľná duša - ži tak“. To by mohol byť koniec špekulatívnej filozofickej etiky a začiatok skutočného etického života.

Pre counselora, ktorý reprezentuje „Priateľa ľudstva“ ako najlepšie vie, je toto praktická terapeutická/rozvojová, odborná otázka, na ktorú treba odpovedať. Naozaj neviem, čo môže klientovi v smútku, strate a zúfalstve pri akomkoľvek konci životného cyklu ponúknuť materialisticky zmysľajúci counselor. Našťastie nie je mojou úlohou v tomto živote radiť týmto profesionálom v tejto výzve. Som dlhoročným medzinárodným školiteľom counselorov osobného rozvoja, psychoterapeutov a terapeutov v oblasti psychosomatickej participatívnej medicíny na základe antropozofie, psychosofie Rudolfa Steinera a na základe psychofonetiky, prvej praktickej aplikácie psychozofie. Pre nás je myšlienka nesmrteľnosti ľudskej duše základom našej práce.

Podstatou našej práce je prijať konce a premeniť ich na nové začiatky. Na to sme tu.

V mojom rodnom meste, v Jeruzaleme, zabili asi pred 2000 rokmi nevinného človeka jeho vlastní ľudia, ktorí nemali ani poňatia, kto v skutočnosti je, čo robia a prečo, čo sa skutočne deje, aký je skutočný význam tej udalosti. Vedel to a prijal to všetko s odpustením. Vedel, že tento koniec je zároveň začiatkom niečoho celkom nového, a že to tak musí byť. Tento nový začiatok je sám o sebe ešte len na začiatku. Ten historický koniec a nový začiatok bude ešte dlho novým začiatkom mnohými rôznymi spôsobmi. Som si tým istý.

Stojíte na samom konci celej kapitoly svojho života. Vaše manželstvo, vaša rodina, smrť vašej matky, vaša práca, váš domov, váš vlastný život sa chýli ku koncu. Pozeráte sa na priepasť za ním v čase a priestore. Nevidno nič. Niet do čoho vkročiť, na čo sa tešiť, čoho sa držať. Nič vám nejde naproti. Slepá ulica. Odkiaľ príde ďalší krok?

Pozrite sa na to všetko. Pozrite sa na ruiny svojho života alebo jeho časti. Nový krok môže prísť len z vás hladiacich naň. Z vás, z vášho vnútra, z niečoho vo vás, čo pre vás nebolo dostupné predtým, ako sa tento prah objavil. Stojíte na prahu samých seba.

Každá strata, každý koniec je potenciálne prahom na druhú stranu mňa. K takému mne, akého som nikdy predtým nepoznal. Semienko pre nový začiatok je vždy vo vnútri toho, kto stojí pred prahom na konci predchádzajúceho cyklu. To však nikdy nespoznám, kým prah neprekročím.

Čo znamená prekročiť prah ukončenia?

Intelektuálna odpoveď na túto otázku nemôže byť uspokojivá. Prekročenie prahu je skutok. Zvolený čin. Prekročíš, alebo nie. Samotný koniec nemusí byť nevyhnutne prekročením prahu a koniec sám osebe nie je automaticky novým začiatkom. Koniec sa môže premeniť na nový začiatok vašou činnosťou, tým, čo sa rozhodnete so sebou urobiť na prahu konca. Ale najprv je potrebné plne čeliť koncu. Vlastnej bolesti, strate, smútku, sklamaniu, hnevu, zúfalstvu a strachu. Neexistuje žiadny spôsob, ako obísť dušu na dosiahnutie ducha. Jediný spôsob je cez ňu. "Jediná cesta von je skrz". Aby ste boli schopní povzbudiť inú ľudskú bytosť, aby skôr či neskôr prekročila prah konca, do ktorého ich život postaví, musíte to najprv urobiť sami. Vidia to vo vašich očiach a počujú vo vašom hlase: myslíte to naozaj vážne?

Áno, myslím to vážne. A preto som schopný a ochotný byť s vami vo chvíli smrti dôležitej časti vášho života, alebo na vašej smrteľnej posteli, tvárou v tvár blížiacej sa smrti, a povzbudiť vás, aby ste tomu všetkému čelili. Vašej skutočnej ľudskej skúsenosti, takej, aká je, nie takej, aká by mala byť. A držať ju v kontexte vašej vyššej bytosti s podporou, kým vám vaša vlastná väčšia bytosť, nie vyššia bytosť niekoho iného, neposkytne prekvapivý nový začiatok, na ktorom postavíte ďalší krok vo svojom živote, alebo vedomú prípravu na svoju pozemskú smrť.

Môžem to urobiť, pretože som to urobil sám pre seba. Moji psychofonetickí absolventi to môžu urobiť pre svojich klientov, pretože to urobili a robia pre seba. Všetok náš

výcvik je na tom založený: prekračujte vlastné prahy vedome a na základe toho budete môcť povzbudiť ostatných, aby prekročili svoje vlastné prahy, keď za vami prídu pre podporu. V psychofonetike to nazývame „metodická empatia“. To, čo robíme sami pre seba, je základom toho, čo budeme môcť urobiť pre iných. Vyučujeme „paralelné spracovanie“ ako hlavnú zložku metodickej empatie. V pozícii poradcu si nemôžete dovoliť vyhnúť sa vlastným pocitom, kríze, prahom, emocionálnym bolestiam a koncom a zároveň pomáhať iným ľuďom čeliť svojim vlastným. Toto nemôže fungovať, pretože to nie je užitočné a nie je to úprimné. V tejto pozícii sa môžete pýtať veľa otázok a dávať veľa rád, ale nie ste counselorom tak, ako to my definujeme. V psychofonetike je counselor definovaný ako „zručný priateľ na prahu“. To učíme a rozvíjame v Škole empatie.

Hoci tento článok čítate v májovom čísle, ja ho píšem ešte vo veľkonočnom čase. A preto by som vám chcel dať veľkonočný, pre vás májový, darček. Chcel by som vám predstaviť liečivý proces vytvorený cez psychofonetiku, ktorý voláme „**Plnosť zdrojov**“ (z angl. 'Resourcefulness', pozn. prekl.)

Na základe predpokladu, že ľudské „Ja“ je individuálna duchovná bytosť, zdroj obnovy sám o sebe, a nie produkt biológie a biografie, je možné ľuďom hľadajúcim osobnú zmenu predstaviť celý rad nových možností osobnej obnovy. Ak je „Ja“ zdrojom samé o sebe, a zároveň je zasadené do centra normálnej psychologickéj dynamiky, nové zdroje pochádzajúce z tvorivého ľudského ducha môžu cez „ja“ prenikáť do normálnej psychologickéj dynamiky zápasiacej s ťažkosťami.

Skupina procesov psychofonetikcej „Plnosti zdrojov“ je navrhnutá tak, aby aktivovala generujúcu schopnosť individuálneho „ja“ vyvolať, mobilizovať, vytvárať, aktivovať a prejavovať nové zdroje, ktoré sú nevyhnutné pre blaho človeka a jeho ďalší rozvoj. Takto je možné vniesť do osobnej reality niečo, čo v nej chýba.

Aby sa však aktivovali nové zdroje v rámci „Ja“, musí človek najprv čeliť prahu, na ktorom si môže povedať: „Ja taký, aký som teraz, nemôžem v sebe nájsť zdroje na to, čo som si zaumienil, na to, aby som bol tým, o čom viem, že je v mojom potenciáli tým byť“.

Vyvolanie vnútorného zdroja: Miesto v duši, kde je človek najbližšie k svojim vnútorným potenciálnym zdrojom, je paradoxne tým istým miestom, kde konkrétny zdroj chýba. Sekvencie Vyvolania umožňujú človeku urobiť tento obrat od chýbajúcej potenciálnej ľudskej kvality, ktorá je potrebná, k jej privolaniu zo svojho duchovného potenciálu do reality.

V psychofonetike existuje päť hlavných druhov procesov „Plnosti zdrojov“ (a mnoho doplnkových) vďaka ktorým možno v rámci „Ja“ vyvolať nové zdroje, keď sa ocitneme na prahu:

1) Vyvolanie opatrovateľa. Z miesta, ktoré trpí absenciou či nedostatkom opater, pomocou spojenia túžby a predstavivosti, zmobilizujeme chýbajúceho opatrovateľa v sebe do reality. Môže to byť matka, ktorú ste potrebovali a nikdy ste ju nemali, vyživujúce prostredie, ktoré ste nikdy nemali, dôvera vo váš vnútorný potenciál, ktorú vám ľudia okolo vás nemohli dať. Zo zážitku nedostatku tejto starostlivosti, z akútneho vystavenia jej potrebe, sa tento zdroj môže zrodiť z potenciálu človeka do reality, aj keď tam nikdy predtým nebol.

2) Privolanie ochrancu. Z miesta prežívania akútnej zraniteľnosti a vystavenia hrozbám z vonkajšieho sveta, kombináciou utrpenia a predstavivosti, je možné privolať chýbajúceho ochrancu, toho, ktorého sme nikdy nemali, do reality. Zvyčajne to prinesie stretnutie s vaším skutočným otcom, s tým, ktorého ste mali, ale ktorý vám nedokázal vytvoriť bezpečie, ktoré ste potrebovali a stále potrebujete. Táto spomienka musí byť prekonaná: tento muž nemohol urobiť to, čo ste od neho vtedy potrebovali, a určite to nemôže urobiť ani teraz. Musí odísť. Tento proces nazývame „Prepustenie otca“. Postavte sa do nového zmyslu vlastnej

vnútornej autority, ktorú teraz máte, a predtým ste nemali, a ktorú vám váš pôvodný otec nemohol poskytnúť. Z tejto pozície ako dospelý požiadajte obraz svojho pôvodného otca, aby odišiel. On odíde. Na jeho mieste je teraz prázdny, otvorený, dostupný priestor. Vstúpte do tohto nového priestoru v sebe, naplňte sa silou, ktorú teraz máte, preneste ju zo svojej predstavy do svojho tela, držania, pohybu, charakteru a staňte sa samy sebe otcom, akého ste nikdy nemali. Niekedy nepríde postava otca, ale iná vnútorná uisťujúca duchovná bytosť, z vášho predchádzajúceho života alebo z prírody. Musí prísť spontánne do imaginácie človeka, ale jej príchod môže povzbudiť práve „zručný priateľ na prahu“, napríklad skúsený counselor.

3) Prizvanie Viac Mňa. Tretí hlavný druh Plnosti zdrojov je privolanie viac mojej podstaty, mojej prítomnosti, moci, sily. Tam v aktivovanej vnútornej pozícii „nemám dostatok seba pre svoj vlastný život“, v utrpení z absencie vašej skutočnej sily bytia, môže byť z jej potenciálu privolaná nová sila do priamej skúsenosti tu a teraz. Z tohto miesta hlboké frustrácie vôle sa môže z potenciálu do reality cez priame vyjadrenie zrodiť ďalšia dimenzia nás, ktorú sme v tomto živote ešte nikdy nezažili. Staňte sa ňou, prineste ju do svojho tela teraz. Vyjadrite ju gestom, rozhybte ju a skúste sa z nej konať. Trénujte si toto vaše „Nové Ja“ v predstave situácie, ktorá vás čaká. Ako fantázia to bude príliš slabé. Ako nová vnútorná realita sa to môže stať realitou skutočného života.

4) Pozdvihnutie. Je možné sa prostredníctvom predstavivosti pozdvihnúť z bežného stavu bytia do špeciálneho vnútorného priestoru, kde dôjde k obnove, osvieženiu, očisteniu a doplneniu síl vďaka blahodarnému prostrediu, ktoré si v sebe pre seba vytvoríte. Takéto prostredie je bežne dostupné iba v hlbokom spánku, ale vy si ho teraz vytvoríte počas bdlosti. Vstúpte doň, nechajte si sa ním obnoviť, získate jeho hlbokú podporu, vrátite sa späť do svojej celistvosti cez meditáciu, kontempláciu, modlitbu, prírodu, vnútorné útočisko. A potom sa do normálneho života vrátite s osvieženou a oživenou vnútornou bytosťou.

5) Vytvorenie bezpečia pre srdce. Srdce nie je schopné sa samo ochrániť. Treba nájsť vnútornú silu, ktorá ochráni srdce pred vnútornými a vonkajšími tlakmi, ktoré ho poškodzujú. V spánku je srdce chránené. Prírodnú ochranu pred úzkosťou, ktorú máme k dispozícii počas spánku, je možné cez deň vedome obnoviť.

Toto je 5 hlavných psychofonetických procesov Plnosti zdrojov. Existuje mnoho ďalších. O tých inokedy. To je to, čo môže skúsený priateľ urobiť pre niekoho, kto je na prahu núdze. Ak sa ten niekto pre to rozhodne. Avšak niečo sa musí skončiť, aby sa niečo nové mohlo začať.