

Ráda bych vám zde představila návrhy jedné z organizací HH, KPLR v otázce Kudy a Jak dál. Jsme organizace, která se v současné době zabývá hlavně výchovou, vzděláním a osobním růstem, ale zároveň přirozeně propojujeme tuto cestu s dalšími oblastmi života a ostatními našimi rolemi. Toto trvalé a vědomé propojování a hledání souvislostí nás čím dál více utvrzují v myšlence, že změna je možná.... ovšem o to hlubší a opravdovější, zasáhne-li komplexně do všech rolí a úrovní našich životů....

Chtěla bych se pokusit krátce promluvit o Cestě Nenásilí v těchto třech zmiňovaných oblastech - výchově, vzdělání a osobním rozvoji, která může při správném pochopení a uchopení změnit od základů náš život - máme-li ovšem chuť, sílu a vytrvalost procházet trpělivě a s pokorou jednotlivé její části.

Jakožto humanisti považujeme nenásilí za základní cíl, směr i formu všech našich aktivit. Ale co pro nás nenásilí vlastně znamená?

Je evidentní, že většina z nás mluví o té nejviditelnější škatulce násilí, tudíž o válkách, vraždění, znásilňování, teroristických útocích a dalších podobných agresích, odmítavě s vědomím, že tímto směrem NE! Nad novinami a u televizních zpráv většinou nevěřícně kroučíme hlavou a čas od času si i nahlas spravedlivě zanádáme. Ne každý už ale vidíme násilí v nepartáckém jednání s dětmi, v zesměšňování a shazování svého partnera mezi přáteli, v probdělých nocích plných výčitek a sebeobviňování na základě vlastního překladu prožité situace a konstruktů, které jsme si vytvořili díky své krajinně formování, následným zkušenostem, momentální atmosféře a kdo ví čemu ještě....

Násilí, jak jej vnímáme my, je veškeré utrpení, které nám působí bolest a vnitřní rozpory. Jde jednak o velmi viditelné formy, které můžeme nazvat vnitřní nebo vnější násilí, fyzické nebo psychické, ekonomické, rasové, sexuální, náboženské, atakdaleataktále - jak kdo chce. Kromě těchto zcela jasných projevů násilí nám ale způsobují bolest a rozpor i mnohem nenápadnější formy, které se v podobě nekoherentních činů projevují každodenně v našich životech. Toto je násilí, se kterým si většinou nedokážeme poradit, které často ani nedokážeme sami zformulovat. Většinu z těchto okamžiků utrpení dokonce vůbec nepovažujeme za utrpení, ale za standardní život a nutnou daň celému "systému". Naše mysl a rozum jsou tak sběhlí bojkotěři, že ve všech podobných situacích naleznou důvody a ospravedlnění, proč se toto všechno zdá v pořádku. Jsou tu našťěstí vnitřní registry, které nám v našich světlých momentech důvěry v intuici, v náš "vnitřní hlas" nebo "vnitřního průvodce" napovídají, že od úplného pořádku má naše současné prožívání daleko.

Návrh a cesta, kterou považujeme za nejlepší možnou, je velice jednoduchá. Je to cesta, kterou může podniknout úplně každý bez ohledu na svůj věk, zkušenost, fyzické nebo intelektové dispozice, náboženskou orientaci nebo původ. Touto cestou se můžete vydat dokonce i se zcela prázdným bankovním kontem! Tato cesta je cestou pochopení, přijetí a změny. Jedním z principů, kterým myslitel, filosof a humanista Silo stále inspiruje celé humanistické hnutí i současnou společnost je: "Svých konfliktů se zbavíš, když jim porozumíš až k nejhlubším kořenům, ne, když se je budeš snažit řešit."

Teoreticky jde o velice jednoduchou anabázi - jen vyžadující "trochu" času a "odpojení se" od každodenního života. Sám o sobě je krok "odpojení" jedním z nejtěžších kroků v celém procesu. Odpovídat na otázky typu "Kdo jsem?", "Kam směřuji?", "Co mi působí rozpor?", "Jaké je mé poslání zde na Zemi a jdu vlastně v jeho směru?", apod., se může člověku jevit poněkud nemístné ve chvílích, kdy "bych měla" dle společenských norem vařit večeři, věnovat se rodině, nebo vydělávat peníze. Ten prostor a odpojení jsou nicméně nezbytnou podmínkou k dosažení změny. Někdy nás k jeho vytvoření přesvědčí uvědomění blízcí se smrti, což je fakt, který se bezesporu týká každého z nás. Vědomí toho, že umřu a nevím, zda to bude zítra nebo za padesát let, nám může pomoci přeházet si vlastní priority a nenechat se rozhodit nedůležitými "nezbytnostmi".

Je-li nám tedy časoprostor nakloněn, můžeme se pustit do "práce".... Jedná se o postupnou a systematickou činnost, při které odlupujeme jednotlivé slupky sebe sama až k samotnému

jádru. Každá slupka má nějaký charakter a důvod k němu a na nás je, abychom je všechny postupně pochopili a dali do souvislostí. "Proč mám tendence křičet na své děti?" "Proč mě fronta před kasou dostane do téměř paranoidního stavu šílenství?" "Proč neustojím kritiku ale na druhou stranu moc ráda kritizuji?" "Proč? Proč? Proč?"

Poté, co podrobně prozkoumáme celou svou minulost i aktuální situaci, veškeré své role, obtíže, opakující se problémové situace, tendence k určitému jednání působící rozpory, své sny během spánku i v bdělém stavu, poté, co všechny své zásadní poznatky dáme do souvislostí, vyjdou nám překvapivá zjištění a objevy. Na základě těchto zjištění můžeme následně naplánovat změnu či nový způsob našeho fungování od tohoto bodu dále. No, a pak už "jen" zbývá tyto své velké plány začít realizovat. S vědomou pozorností, s láskou, s vírou a trpělivostí.

Pravděpodobně v tomto sebepoznávacím procesu odhalíme nejrůznější vrstvy, které budou potřebovat více času na pochopení, nemluvě o usmíření a přijetí. Nevadí, důležité je, že o nich víme a díky tomu nám naše tendence k určitému jednání začínají připadat uchopitelnější. Pravděpodobně se začnou objevovat situace, které nám budou zprostředkovávat trénink těch dovedností, se kterými se zatím pereme. Pravděpodobně budeme zažívat opakované neúspěchy, které jsou pro nás ovšem tím největším darem, skvělým indikátorem toho, že se "něco děje". Tato cesta je opravdu CESTA - nelze tedy popsat deset papírů, podtrhnout a sečíst výsledek, lousknout prstem a očekávat změnu. Je to celoživotní přístup, který nese ovoce jen tehdy, jsme-li dobří zahradníci.

Život je změna. Je dynamický. Cokoliv zaběhnutého, "dokonalého", nám sice dává jistotu, že jsme to ovládli, a uspokojili tak naši potřebu pořádku a harmonie, ale zároveň nás to zakonzervovává ve včerejší byt' dokonalé pozici. Jestliže dnes docílím té poslední změny, která mi ještě chyběla a spokojeně složím ruce do klína, pokrok a vývoj se pro mě zítra de facto zastaví.

Na počátku našeho vlastního hledání v rámci sebepoznávání a sebeosvobozujících aktivit jsme odhalili zajímavé objevy související se změnou, s rozbořením zavedených stereotypů a subjektivních pravd. To, co nás všechny formovalo a co v nás zanechalo dokonale zažitě zvyky, postoje, reakce, tendence a "témátka" není nic víc než naše krajina formování. Všichni, kdo se na ní podíleli, jednali nejlépe, jak v danou chvíli dovedli. Jednali se zkušeností ze své vlastní krajiny formování. Je ale na nás, jestli jsme s vlivy této krajiny spokojeni i nyní, nebo jestli bychom ji raději vyměnili za jinou krajinu. Krajinu, ve které budeme schopni žít koherentně ve svém uvažování, cítění i jednání. Jsme to totiž my, kdo tvoří současnou krajinu a staví tak základy vnitřních krajin našich dětí i naší budoucnosti. Jsme to my, kdo má šanci "pohnout světem" skrze pochopení sebe sama.

"Osobní růst" ve směru překonání vnitřních rozporů a dosažení nenásilí, který pod vlivem hlubokého přesvědčení o jeho důležitosti a nezbytnosti pro nás i celou naši společnost děláme, probíhá mimo jiné spolu se studiem, meditacemi, praktickými dílnami, a inspirativními setkáními v Parku studií a reflexe Pravíkov, který se nám díky nadšením, potřebě a podpoře více než sta lidí podařilo vytvořit. Je to místo, které nám napomáhá přiblížit se posvátným vnitřním prostorům, umožňuje nám propojit se se svým zářícím středem a na pár okamžiků se cítit bez oněch vnitřních rozporů. Tento Park je místem, ve kterém s námi rezonuje Gaughinovo "Často zavírám oči, abych viděl" a s takto otevřeně zavřenými očima, bez rušivých hlasů a myšlenek v našich hlavách lze nějak snáze naslouchat srdci, intuici a celému vesmíru.

Další inspirací, kterou nám mistr Silo předal, je následující: "Když věřím v ostatní, věřím i v sebe. Jestliže dám víru sobě, dám ji i ostatním. Jestliže se něco změní ve mě, pomůže to změnit životy ostatních." Toto je princip, díky kterému chápeme, že zkušenost a pochopení, které si necháváme sami pro sebe, je bezcenné.

Každotýdenní semináře sebepoznání, které s tímto vědomím pořádáme, umožňují dalším hledajícím lidem objevit svá vlastní AHA! v atmosféře, která synergicky navýší důležitost těchto objevů a usnadní dosažení koherence. Společné sdílení, důvěra, plánování a pravidelná reflexe našich úspěchů i neúspěchů je velkou inspirací a motorem pro všechny, kdo se podílí na těchto společných krocích systému sebeosvobození.

Jak už jsem zmínila, pochopení sebe sama a vytvoření nenásilného postoje není nijak omezeno věkem. Ve školách, na kterých vyučujeme výchovu k nenásilí zjišťujeme, jak moc je nutné rozvíjet děti na všech jejich úrovních. Rozvoj intelektu a uvažování není o nic důležitější než rozvoj emoční, sociální, duševní a postupně i duchovní stránky dětí. Hry, při kterých otevíráme děti citlivosti, nelhostejnosti, aktivně-nenasilného přístupu, vědomí vlastní zodpovědnosti a jedinečnosti považujeme pro nenásilné a spravedlivé směřování společnosti za zásadní. Lektoři, kteří přicházejí, aby se naučili klíčové dovednosti k práci s dětmi v oblasti aktivního nenásilí odcházejí nadšení s vírou, že výsledek závisí na každém z nás.

Při práci s africkými učiteli se snažíme obohatit jejich striktně výkladový metodický přístup o širokou škálu jiných daleko zajímavějších a efektivnějších metod, metod vzájemně respektujících. Vidíme u nich nadšení a úžas, že učení může být i zábava, že učitel a žák mohou být partneři a že rákoska se klidně může stát minulostí. Jsme to sice my, kdo přišel s nabídkou moderních vyučovacích metod a nenásilných technik a strategií, ale jsou to oni, kdo touží po změně a je ochoten komplexní změnou svého přístupu ovlivňovat mladou generaci a skrze ní i celou společnost!

Tyto zde zmiňované aktivity směřované ven do společnosti nemají působit jako vychloubání nebo výzva k ovacím. Naopak. Mají posloužit jako poslední, velice podstatná část našeho "receptu". To, že něco objevím a možná se i díky tomu změním je určitě prospěšné. To, že jsme "zrcadla" a promítáme ven náš bohatý vnitřní svět, je také jistě velmi přínosné pro ty, kdo se objeví v naší společnosti. Ale fakt, že i ty sebelepší plány zůstanou jen "plány", neodhodláme-li se k jejich realizaci, je stejně tak pravdivý jako jistota, že šance celospolečenské hluboké změny zůstane nevyužita, budeme-li se soustředit pouze sami na sebe a svůj rozvoj. Cítím-li, že má vnitřní změna je ten nejdůležitější předpoklad ke změně společnosti, vedu-li všechny své myšlenky k tomu, abych si dala sebepoznání, zbavení se násilí v sobě a překonání vnitřních rozporů jako prioritu, a praktikuji-li daný postoj aktivně, trpělivě a vytrvale v nejrůznějších rolích svého současného života, pak se šance, že tento můj aktivní přístup přispěje ke zvýšení celkového vědomí přímo úměrně zvyšuje dle počtu nás všech zapojených.