

Chiara Amirante

RADOST TO JE KUMŠT!



ÚVOD

Budiž radost!

Ať máš radost neustále, a to radost v plnosti! To bych ti chtěla popřát na úvod.

Pokud tě zaujala právě tato kniha, ačkoli jich bylo tolik na výběr, možná i ty hledáš radost. Takovou, která v hloubi srdce zůstává, i když se na obzoru objeví životní bouře a těžkosti.

Budiž radost! To je velký objev, který v mém životě otevřel nové, nádherné dimenze světla, života, pokoje a plnosti. Totéž se stalo i v životech mnoha mladých lidí, kteří v těchto letech klepali na dveře naší komunity *Nové horizonty* a na dveře mého srdce. Duši jim svírala beznaděj, vězela v mrazivých temnotách pekla.

Budiž radost! A budiž neustále!

Ano, protože to je ta úžasná novina, již nám přišel skrze své Slovo zvěstovat ten, který je Láska: jsme povoláni k radosti, jsme povoláni k tomu, abychom žili život v plnosti!!!

V evangeliu se nachází úryvek, který mně zasáhl jako blesk:

„Jako si Otec zamiloval mne, tak jsem si já zamiloval vás. Zůstaňte v mé lásce. Zachováte-li má

příkázání, zůstanete v mé lásce, jako já zachovávám příkázání svého Otce a zůstávám v jeho lásce. To jsem vám pověděl, aby moje radost byla ve vás a vaše radost aby byla plná. To je mé příkázání, abyste se milovali navzájem, jako jsem já miloval vás“ (Jan 15,9-12; ČEP).

Sám Pán stvoření, který nejlépe zná hlubiny našich srdcí, přišel, aby přebýval mezi námi. Přišel, aby nám daroval svou vlastní radost („*aby moje radost byla ve vás!*“), a dal nám klíč k tomu, abychom z ní naplno žili.

Ty mi asi řekneš: „Hmm, zajímavé! Ale já nejsem křesťan, nemám dar víry! A potom, upřímně řečeno, nezdá se mi, že by zrovna křesťané žili tu radost, o níž mluvíš.“

Máš pravdu. Dlouho jsem rozjívala nad slovy evangelia: „*To jsem vám pověděl, aby moje radost byla ve vás a vaše radost aby byla plná*“ a kladla jsem si otázku: Jak to, že je tak mnoho lidí (včetně křesťanů) smutných, depresivních a prázdných, když nás Pán vesmíru tolik miloval, že prolil i svou krev, aby nám projevil svou nesmírnou lásku?

Myslím, že často jen žijeme v iluzi, že jsme křesťané, a ve skutečnosti jimi nejsme.

Domníváme se, že tak revoluční záležitost, kterou je křesťanství, lze zredukovat na občasnou účast na nedělní mši svaté, a jinak že si můžeme žít podle

svých představ. Náš život se často zakládá na sebeštedrnosti, narcismu a osobních ambicích, honíme se za zážitky a požitky, za mocí a úspěchem.

Evangelium si nepouštíme moc k tělu, nenecháme se jím příliš naviklat. V hloubi duše nevěříme, že *Kristus je cesta, pravda a život* a že je schopen naplnit ty nejhlubší potřeby naší duše.

Nebereme moc vážně Jeho slova, která přinášejí světlo, a nesnažíme se podle nich žít.

Myslíme si, že stačí věřit, že Bůh je, namísto abychom uskutečňovali Boží slovo..., které nám Pán života daroval právě proto, abychom mohli žít v plnosti.

Často jsem zvána na velká setkání či konference, abych se podělila o své zkušenosti. Kdykoli se zeptám třeba i desetitisícového shromáždění, kdo se považuje za křesťana, všichni zvednou ruku. Když položím další otázku: „A kdo z vás hledá radost v plnosti?“, stále mají všichni ruku nahoře. Pak obvykle pokračují: „Vzpomenete si, v čem spočívá tajemství plné radosti, kterou nám zjevil Ježíš Kristus?“ Teď už zůstane nahoře jen deset dvacet rukou. Ale když se na těch pár jedinců obrátím a chtěla bych se dozvědět, kde v evangeliu najdeme slova o plné radosti, tak nevědí.

Před více než dvaceti lety jsem začala v noci chodit do ulic. Vedla mě k tomu prostá touha –

podělit s těmi zoufalými mladými lidmi o to, co změnilo můj život. Chtěla jsem sdílet svůj objev s těmi, kdo hledají laciné štěstí v umělých rájích tohoto světa, až se propadají do spárů pekla, které jim drásá duši. Toužila jsem jim sdělit, že je možné žít v trvalé radosti a že plná radost, již dává Kristus, obstojí i v těch nejhorsších životních zkouškách.

Chtěla jsem dát poznat právě těm, kteří už nemají žádnou naději, že Bůh-Láska nás miloval natolik, že sestoupil do našich „pekla“, jak vyznáváme v Krédu; tím nám otevřel nové horizonty, nádherné nebeské obzory!

Mladí, které jsem potkávala v noci na nádraží Termini a na těch nejhorsších místech v Římě, se ocitali v situacích těžkého strádání: drogy, alkohol, prostituce, AIDS, vězení, deprese a zoufalství všeho druhu... Určitě to nebyli horliví křesťané. Ti, kteří si ještě uchovali zbytky víry v Boha, na něho byli spíš naštvaní. Samozřejmě měli bezpočet výhrad proti kněžím a církvi. Docela je však zajímalo, proč se nějaká mladá holka vydává po nocích do tak nebezpečných míst a riskuje kvůli nim život. Vždycky ode mě chtěli pomoc, aby mohli vyjít z vlastního pekla. Chtěli najít tu radost, která jako paprsek božského světla osvěcuje každou mou temnotu, i tu nejstrašnější...

První komunita *Nové horizonty* pro mladé, kteří žijí na ulici, se zrodila právě takhle – jako odpověď na tuto potřebu. Říkávala jsem jim: „Nezáleží na tom, jestli máte dar víry nebo ne, jestli věříte v Ježíše Krista, nebo jste spíš na Boha naštvaní. I když možná nevěříte, že Ježíš je Pán stvoření, který z lásky přišel, přebýval mezi námi a porazil smrt, aby nám daroval život v plnosti, jistě nemůžete popřít, že Ježíš byl velký člověk, který se vepsal do historie. Já v jeho slovech nacházím odpověď na ty nejhlubší potřeby mého srdce, jako jsou láska, pravda, pokoj, hojnost života, ale i smysl utrpení a potřeba mít RADOST V PLNOSTI. Zkusme tedy společně prozkoumat a žít světlo evangelia, jež nám On daroval. Ujišťuji vás, že úplně stejná radost, kterou vidíte v mých očích, bude zářit i ve vašich srdcích!“

A ti mladí lidé, jež jsem pozvala do komunity, mou nabídku přijali. Během pár let jsem viděla, jak dílo vzkvétá a vznikají stovky iniciativ na podporu těch, kteří jsou v nouzi; celé velké skupiny nabízející různé služby. Vyrůstala nová střediska pro akutní příjem lidí v nesnázích, jakož i centra naslouchání, prevence, spirituality, formace k voluntariátu v mezinárodním měřítku a rodiny otevřené adopci. Vznikaly Nebeské citadely (*Cittadelle Cielo*), malé vesničky pro příjem a formaci dobrovolníků, ale

i domy pro děti ulice a další projekty v rozvojových zemích. U mnoha mladých lidí jsem byla svědkem zázraků: Ti, kteří se dříve topili v nejhlubším zoufalství, nyní nesli svědectví o radosti a naději do ulic, na nichž předtím sami žili, když ještě byli závislí na drogách a násilí.

Viděla jsem mnoho mladých, kteří byli společností považováni za beznadějně případy, jak se z nich stali obětaví misionáři. Náhle byli schopni vydávat svůj život den za dnem pro druhé, kteří se nacházeli v těžkých situacích. S hrdinskou odvahou pro ně nasazovali své životy a vydávali svědectví o tom, že je možné přejít od zoufalství k naději, od „smrti“ k životu, od šíravého smutku k PLNÉ RADOSTI.

Jestliže se tento zázrak mohl uskutečnit v životech tolika lidí, kteří se propadli do nejhlubší beznaděje a prožívali neuvěřitelné peklo, proč bys ho nemohl zažít i ty?

Také ty jsi povolán k plné radosti, i ty můžeš prožívat každý okamžik v plnosti; i ty můžeš hledět k těm nádherným, stále novým obzorům, které nám otevírá Láska. Dej tomu šanci!

Tajemství štěstí, jež nám zjevuje Ježíš, spočívá v lásce. Ale ve skutečnosti je i mezi křesťany málo těch, kteří opravdu zakoušejí radost v plnosti. Čím to je?

Jestliže Bůh vložil do lidského srdce touhu po štěstí, proč je tak těžké potkat někoho, kdo je opravdu šťastný? (A to i mezi těmi, co mají zdánlivě všechno..., alespoň podle měřítek štěstí, které nám nabízí tento svět.)

Třeba proto, že v sobě živíme spoustu lží, jež zamořují naši duši. Namlouvá se nám, že čistokrevné sobectví je láska. Možná z toho důvodu zůstáváme nevědomky uvězněni v celé řadě pastí. Díky nim pak uzavřeme své srdce a nedokážeme žasnout nad zázraky lásky, které se neustále dějí.

Snad i proto, že výstup k plnosti života je tak obtížný a náročný, vyžaduje utrpení a oběť. Všichni sice toužíme vyšplhat až na vrchol, ale nakonec dáme přednost svému pohodlí a necháme si život proklouznout mezi prsty. Nacházíme tisíce výmluv, jen abychom se vyhnuli námaze. Ta je však nevyhnutelná, máme-li se osvobodit od tolika nezdravých návyků, jež zamořují našeho ducha a brání nám, abychom žili každý okamžik v plnosti.

Zajisté ti nemohu dát odpověď, kterou můžeš najít jen ty sám – ovšem budeš-li mít odvalu jít na hloubku a hledat ve světle pravdy, jež bývá i bolestná a nepohodlná.

Je poměrně snadné mít vztek na společnost, na různé situace i na druhé lidi, a tím si zdůvodňovat, proč můj život není šťastný. Mnohem těžší je

uznat, že ve skutečnosti existuje jen jeden člověk, který mi brání žít v plnosti – a tím jsem já sama.

Štěstí nezávisí tolik na tom, co zrovna prožíváme, jako spíše na tom, jak se rozhodneme žít všechno to, co bolestného a nádherného nám život nabízí.

Naše štěstí závisí na nás. Záleží na tom, jak moc se vynasnažíme, abychom objevili úžasný potenciál našeho ducha a umožnili mu zazářit.

Rozhodla jsem se napsat tuto knihu, protože jsem přesvědčena o tom, že všichni můžeme dojít plného štěstí. Jde jen o to, zda najdeme odvahu, abychom demaskovali různé pasti a podstoupili „detox“ od všech jedů, které do sebe denně vstřebáváme. Je to moje každodenní zkušenost, ale též zkušenost tisíců lidí, již přišli do komunity *Nové horizonty* se smrtí v srdci. Tito lidé nyní tráví své životy vydáváním svědectví o tom, že hojná radost je možná.

Nejsem jen idealistka, která se narodila na nějaké šťastné planetě a proto věří, že všichni jsou povoláni k životu v radosti. Prožila jsem velkou část svého života s lidmi ulice, sbírala jsem slzy *lidu noci*: Jsou to lidé, kteří žebrají o lásku, ale nechali se obelstít lákavými nabídkami štěstí od lživých proroků a prošli si cestami, jež vyústily ve „smrt“ duše. Strávila jsem dny a noci v blízkosti lidí, kteří ztratili naději a stali se mojí rodinou. Ztotožnila jsem

se s jejich dramaty, s jejich bolestmi, s jejich tragédiemi. Mou duši hluboce zasáhl pronikavý křik mnoha lidiček s rozdrásanou duší, které jsem objala v posledních letech. Nesla jsem strašné kříže, každý den se potýkám s náročnými problémy a potížemi všeho druhu. Navíc sama zápolím s nemocí, už léta trpím nesnesitelnými bolestmi... Ale přesto jdu dál a denně zakouším zázrak plné radosti.

Chtěla bych ti tedy nabídnout pár prostých klíčů, jež mi pomohly odhalit tajemství radosti, kterou svět nemůže dát, ani vzít. Podělila jsem se o ně v uplynulých letech se spoustou mých nádherných souputníků.

Žiji v kontaktu se stovkami lidí, již pocházejí z velmi odlišných sociálních a kulturních podmínek a mají za sebou různé dramatické zkušenosti. Proto jsem se snažila pojmenovat některá úskalí a pasti, které máme společné a jež nám brání žít v radosti. Chci také nabídnout několik návodů, jak se osvobodit od paralyzujících návyků a jedů, které naše duše podvědomě vstřebává, dokud těžce neonemocní.

Můžeš číst tuto knihu z pouhé intelektuální zvědavosti, jen aby ses dozvěděl, jestli ti moje sdělení přijde zajímavé a rozumné; také se ale můžeš pokusit uvádět přečtené do života, kapitolu za kapitolou. V prvním případě možná najdeš aspoň

nějaký zajímavý podnět. Pokud si vybereš ten druhý způsob, budeš na sobě muset hodně a dlouho pracovat.

Mohu ti však zaručit, že se tvůj život radikálně změní. Budeš žasnout nad stále novými a nádhernými obzory pokoje, života, svobody a věčnosti, které se před tebou otevřou, nad obzory PLNÝMI RADOSTI, které nám neustále otvírá láska.

BUDIŽ RADOST, A TO V PLNOSTI!

JSI ÚŽASNÝ ZÁZRAK

„Tobě vzdávám chválu za činy, jež budí bázeň: podivuhodně jsem utvořen,¹ obdivuhodné jsou tvé skutky“ (Žl 139,14; ČEP).

Slova žalmisty jsou nádherná, odhalují nám velkou pravdu, již si příliš často nejsme vědomi.

My sami jsme úžasný zázrak!

Možná je pro tebe těžké v hloubi duše uvěřit tomuto nádhernému zjevení *Božího slova*. Možná už tě stálo velké úsilí, než sis vytvořil své krásné *ideální já*, než sis vymodeloval pozitivní sebeobraz, který bys mohl všem s jistou pýchou ukázat. Tvé *ideální já* ti někdy dodává určitou sebejistotu. Avšak uprostřed mnoha životních výzev se znovu vynořuje ten nepříjemný pocit, že na to nemáš, že nejsi dost silný, oslňující, inteligentní, milováníhodný a hodný úcty.

A kdykoli sebereš odvahu a připustíš si své životní chyby a selhání, možná máš pocit, že jsi spíš člověk neúspěšný, pokrytecký, nečestný, slabý, neschopný, ochromený tisíci strachy... a závislý.

¹ V italském: *una meraviglia stupenda* (česky: úžasný zázrak), v Českém ekumenickém překladu „podivuhodně jsem utvořen“ (pozn. překl.).

Nespadni do pasti! Nedovol sobě ani nikomu jinému, aby tě uvěznil do nějakého soudu o tobě nebo ti „přišil“ nějakou povrchní nálepku. Tvé nedostatky, dokonce ani tvá špatná rozhodnutí z minulosti či nálepky, které ti druzí dávají, aby tebou mohli manipulovat, nikdy plně nevystihnou, kým skutečně jsi!

Jsi někdo mnohem větší.

Jsi úžasný Boží zázrak!

A i když tě možná srazil na kolena tvůj strach, tvé chyby a neúspěchy, špatná rozhodnutí, jež způsobila, že je tvůj život v troskách, věř mi, nic z toho nestojí v protikladu této pravdě: Ty jsi úžasný zázrak! Jen si to musíš uvědomit a rozhodnout se tomu uvěřit, přijmout tuto pravdu o sobě, abys konečně *začal být tím, kým jsi.*

Božský paprsek

Co by sis myslel, kdybys viděl znetvořený Michelangelův obraz? Pomyslel by sis, že tento umělec vytvořil něco tak hnusného? Anebo by ti přišlo rozumnější si myslet, že zřejmě namaloval krásné dílo, ale někdo ho poničil?

A mělo by takto poničené zůstat? Nebo bys cítil zodpovědnost za to, aby se dalo co nejlépe

restaurovat, čímž by znovu získalo svou hodnotu a zazářilo v celé své původní kráse?

S každou lidskou bytostí je to něco podobného.

Opravdu věříš tomu, že Tvůrce všech tvůrců by mohl být tak roztržitý a učinit z lidské bytosti něco zruďného?

Nebude rozumnější si myslet, že ten, který je Krása sama, krása převyšující každou jinou krásu, nás stvořil jako nádherné mistrovské dílo, ale my jsme ten nádherný obraz a podobu Boží, vtisknutou do každého z nás pokřivili svými špatnými rozhodnutími?

Jestliže uvěříme první hypotéze, riskujeme, že budeme žít povrchním životem s tímto postojem: „Co asi tak zmůžu – já ztroskotanec, drogově závislý, alkoholik, notorický smolař, já budižkničemu...“ a budeme se dál dusit v chladné kobce svých soudů o sobě.

Uznáme-li za rozumnější druhou hypotézu, je třeba převzít zodpovědnost za to, že jsme poničili něco tak nádherného. Je třeba se rozhodnout, že uděláme všechno proto, aby ten úžasný zázrak, jímž jsme my sami, mohl zazářit v celé své kráse.

V Božím slově najdeme krásné vyjádření: „I řekl Bůh: ‚Učinme člověka, aby byl naším obrazem podle naší podoby. Ať lidé panují nad mořskými rybami a nad nebeským ptactvem, nad zvířaty a nad celou

zemí i nad každým plazem plazícím se po zemi.⁴ Bůh stvořil člověka, aby byl jeho obrazem, stvořil ho, aby byl obrazem Božím, jako muže a ženu je stvořil“ (Gen 1,26-28).

Jsme stvořeni k Božímu obrazu a podobě!

Právě duchovní rozměr odlišuje muže a ženu od všech jiných tvorů. Máme ducha a duši. A pokud platí, že jsme stvořeni k obrazu a podobě Boží, v naší duši je úžasný potenciál: Jde jen o to, abychom ho objevili.

Objev tu božskou jiskru, která je v tobě, a celým svým srdcem i všemi silami usiluj o to, aby mohla zazářit v celé své plnosti!

Nevěř těm mnohým nálepkám, jimiž tě někdo neustále strkal do nějakých škatulek, možná i s velkou přesvědčivostí. Je v tobě ukryto úžasné tajemství Boží krásy. Ta je mnohem větší než jakýkoli soud či předsudek, kterým tě někdo čas od času onálepkoval.

Objev ten zázrak, to jedinečné mistrovské dílo, jímž jsi ty sám!

Překonat nálepky

Možná nemáš dar víry a nedokážeš uvěřit tomu, že tě *Pán vesmíru* stvořil ke svému obrazu a podobě. Jsi přesvědčen, že jsi dílem náhody. Je pro tebe

velmi těžké uvěřit, že jsi úžasným mistrovským dílem, dílem Umělce, který převyšuje každého jiného umělce.

Stejně bych se tě chtěla na něco zeptat: Myslíš si, že je lepší zůstat uvězněný v něčích soudech o tobě a spokojit se s tím, že jsi neschopný, závislý, alkoholik, ztroskotanec, delikvent, člověk bez skrupulí...?

„Co nadělám, když už jsem takový?“

Není snad přesnější říci:

- „Až do včerejška jsem utíkal od zodpovědnosti a chtěl jsem se vyhýbat všem těžkostem, bolestem a utrpením. Uchyloval jsem se k věcem, které mě ve skutečnosti ničily. Ode dneška se ale mohu rozhodnout, že už nebudu brát drogy, že se už nebudu opíjet. Budu se snažit vyjít z tohoto pekelného tunelu a nechám si pomoci.“
- „Ve svém životě jsem učinil sérii špatných rozhodnutí, což mě dovedlo k řadě selhání. Z těchto zkušeností se ovšem mohu poučit a pokusit se tady a teď vytvářet něco krásného.“
- „Velmi jsem trpěl. Cítil jsem se zklamaný, zraněný a opuštěný. Přemíra prožitého násilí mě dovedla k tomu, že jsem uzavřel své srdce a reagoval na všechno s velkou zlostí. Začal

jsem používat násilí, nerespektoval jsem druhé, dopustil jsem se trestných činů. Ale i když jsem se dopustil tolika chyb, neznamená to, že jsem zmetek. Ode dneška se rozhoduji, že chci žít pro něco hodnotného. Chci se s odvahou blíže podívat na všechna hluboká zranění, která zatvrdila mé srdce. Už nechci být vláčen svým hněvem. Mohu se stát spokojeným a šťastným člověkem a prokazovat dobro každému, koho potkám.“

Pokud se rozhodneš „schovat“ se za první tvrzení, můžeš si dál opakovat tu ubohou lež: „Já chudák! Jsem ubožák, jsem úplně k ničemu, naprosto neschopný. Jsem už prostě takový. Nezbývá mi než se smířit s tím, že jsem totální lůzr!“

Najdeš si tak výmluvu, abys mohl zůstat otrokem svých závislostí, člověkem nezralým, frustrovaným a neustále našťvaným. Budeš se i nadále vyhýbat každé námaze, která by souvisela s převzetím zodpovědnosti za tvé minulé chyby a s rozhodnutím, že se chceš změnit.

Tak ale zůstaneš raději uzavřený v bezútěšném vězení, které sis sám vytvořil, a promarníš nekonečný dar života. Budeš trávit všechny svůj čas tím, že se budeš litovat a propadat do stále hlubší a ubíjející deprese.

Považuješ-li však za rozumnější tu druhou hypotézu, budeš se muset pustit do namáhavé práce: Začneš bojovat a zříkat se svých nezdravých návyků, v nichž jsi dosud hledal svou útěchu.

Jedno je jisté: Jestliže převezmeš zodpovědnost za to, kým se denně rozhoduješ být, uskutečníš něco krásného. Znovu tak objevíš svou hodnotu a dosáhneš své plné seberealizace, nové vnitřní svobody a hlubokého štěstí, po kterém tvé srdce odjakživa touží.

Důležité není to, kým jsi byl v minulosti, ani jen to, kým by ses mohl stát v budoucnosti. Nejdůležitější je to, kým se rozhodneš být právě teď.

Přijmi své křehkosti

Chceš-li skutečně objevit svou krásu, nádherný potenciál, který se v tobě ukrývá, je naprosto zásadní, aby ses smířil se svou slabostí a křehkostí.

Dokud se budeš snažit svalovat vinu na druhé za to, co ve tvém životě nefunguje, nikdy nebudeš šťastným člověkem.

Jestliže přesvědčíš sám sebe, že za tvou špatnou situaci mohou ti druzí a ty ji nemůžeš ovlivnit, budeš mít výmluvu, že nemůžeš udělat nic, aby se věci hýbaly k lepšímu. Budeš se cítit vydán napospas svému neštěstí, jež se bude stále jen prohubovat. A ty budeš stále obratnější v tom, jak nacházet

další a další „viníky“, kteří mohou za všechno, co se ve tvém životě hatí.

Myslím si, že náš pocit štěstí a spokojenosti nezávisí až tak na dramatických situacích, jež prožíváme, ale spíše na tom, jak se k nim rozhodneme stavět.

A tak máme-li dospět k tomu, že z každé těžkosti se může stát nová příležitost, je třeba podívat se s odvahou pravdě do tváře. A máme-li se smířit se všemi svými omezeními, chudobou, slabostmi, křehkostí, strachy i nezdravými postoji, které jsou v nás zakořeněny, je nutné ponořit se do vlastních „temnot“.

Až příliš často si usilovně vytváříme své *ideální já*, přičemž skrýváme i sami před sebou všechno, co k nám sice patří, ale nepasuje to do našeho sebeobrazu. Pokud jsme vynakládali veškerou snahu na to, jak „budit zdání“ před druhými, a ne na to, jací chceme doopravdy být, nepracovali jsme na svém růstu, ale naopak: Plýtvali jsme svou energií v marné snaze skrývat před sebou i před druhými naše limity a křehkosti, zkrátka veškeré vlastnosti, které se nám nelíbí, nebo aspoň neodpovídají tomu, co od nás druzí očekávají.

Avšak naše slabosti a limity stejně existují, přestože je s takovým úsilím skrýváme. A právě proto,

že je odmítáme vzít na vědomí, bývají důvodem naší každodenní rozmrzelosti.

Je tedy nutné poznat sami sebe, najít odvalu přijmout a vzít na vědomí naši zraněnost, chudobu a bídu. Musíme se pustit do trpělivého „vyřezávání“ všech těch drobných i větších metastáz, které se zahrnily v naší duši. To ony jsou hlavní příčinou toho, že nevydržíme sami se sebou ani s druhými. Každá naše nerozpozná křehkost a zranitelnost nás hluboce ovlivňuje a brání nám žít naplno.

Potřebujeme se také hluboce usmířit se vším v nás samých, co se nám nelíbí a co jsme chtěli nějak skrýt či potlačit. Je důležité umět uznat své špatné sklony, jako je sobectví, namyšlenost, pokrytectví, sebestřednost, lenost a nepřejícnost; možná máme v srdci hořkost a přílišnou potřebu potvrzení zvenčí. Jindy nás zase ochromuje strach, že nás druzí budou soudit, že nás opustí nebo zklamou.

Zabývat se vlastními temnými stránkami není tak snadné. Zjistíme totiž, že si za svůj neuspokojivý stav z větší části můžeme sami. Ovšem čím víc uznáme své limity, tím méně budeme svalovat zodpovědnost za svá selhání na druhé. Tehdy také začneme poznávat skutečné příčiny našeho neuspokojivého stavu a osvobodovat se od nich.

A právě z našich slabostí mohou dokonce povstat nové silné stránky.

Uskutečni své sny

Nestačí jen rozpoznat své slabosti a smířit se s nimi. Je zrovna tak důležité, abychom si uvědomili naše hlubší potřeby, naše největší touhy a sny.

Jako děti jsme žili ve světě snů, tehdejší dny utvářelo cosi magického. Postupem času jsme ale mnozí zažili, jak se tváří v tvář tvrdé realitě spousta našich snů rozpadla. Někdy bylo zklamání tak velké, že jsme se už neodvážili snít. Potlačili jsme v sobě nejen to, co prostě nebylo reálné, ale i všechny naše hluboké touhy. Zřekli jsme se svých snů a nechali se uvěznit do každodenní rutiny.

Všechno kouzlo všedních dnů jsme zahnali do kouta a do našeho srdce se začalo plíživě vkrádat rozčarování. A s vyhasínáním našich snů začala v naší každodennosti převažovat jednotvárná šed. Úchvatná skutečnost, jež charakterizovala naše dětské podnikání, se pomalu proměnila v černobílý film, který má tendenci se přehrávat ve smyčce.

Otevři znovu své okoralé, zklamané srdce! Do-
vol, aby ho zasáhl paprsek Boží lásky! V jeho světle můžeš znovu objevit tajemství krásy, jež se ukrývá

v tobě i v duši každého člověka. Budeš mít sílu mu uvěřit a nechat ho zazářit.

Dej si tu námahu, abys znovu objevil své nejautentičtější ideály, své nejhlubší touhy! Pokračuj v cestě za svými sny, dokud se mnohé z nich nestanou skutečností.

Uvidíš, že se naplní i to, co ti připadalo nemožné. A půjdeš-li s důvěrou a opravdovostí za ušlechtilými ideály, spatříš mnohé zázraky.

Praktická cvičení

- Věříš, že se v tobě ukrývá úžasné tajemství krásy, které je teprve třeba plně objevit?
- Přemýšlel jsi někdy o tom, jaké jsou tvé hlavní dary a schopnosti?
- Děláš něco pro to, aby přinášely ovoce?
- Jaké si myslíš, že jsou tvé hlavní chyby a slabosti? Snažíš se je rozpoznat a pracovat na sobě, nebo je raději skrýváš před sebou samým i před ostatními?
- Udělej si písemný seznam svých dobrých stránek a nedostatků.

OBSAH

Předmluva	5
Úvod.....	9
JSI ÚŽASNÝ ZÁZRAK	19
Božský paprsek.....	20
Překonat nálepky	22
Přijmi své křehkosti.....	25
Uskutečni své sny.....	28
Praktická cvičení.....	29
ŽIJ V PLNOSTI	31
Vypadat, nebo být?	34
Sejmout masky	35
Pravda vás osvobodí	41
Buď sám sebou	42
Objev dítě, které je v tobě	43
Krása jednoduchosti.....	46
Praktická cvičení.....	47
VŠECHNO JE MOŽNÉ TOMU, KDO VĚŘÍ.....	49
„Všechno mohu v tom, který mi dává sílu“	52
Síla ve slabosti	55
Uvidíš zázraky	57
Věř dál	61
Není noci bez svítání.....	63
Praktická cvičení.....	65
ŽÍT PŘÍTOMNÝ OKAMŽIK.....	67
Žij vědomě.....	69
Své emoce můžeš ovládat	70
Nejítřit minulost	73
Rozhodni se žít v přítomném okamžiku	74
Neodkládat na zítřek.....	76
Praktická cvičení.....	77
USMÍVEJ SE NA ŽIVOT	81
Obrácení k radosti	82

Mysli pozitivně.....	85
Síla myslí.....	87
Objev svou tvořivost.....	89
Buď optimista	91
Potřeba „změnit lokál“	92
Praktická cvičení.....	96

NASLOUCHEJ SVĚMU SRDCI	99
Strach z lásky	102
Překonat osamělost.....	106
Konej dobro; vyplatí se to	108
Přátelství je nedocenitelný poklad.....	109
Důležitost vděčnosti	110
Umění odpouštět	114
Praktická cvičení.....	116

DUCHOVNÍ OBZORY	119
Nové obzory světla.....	122
Naučit se rozjímat.....	126
Umění modlitby.....	129
Pokoj v srdci	131
Mířit vysoko	133
Praktická cvičení.....	134

DÁT SMYSL BOLESTI	137
Proč tolik utrpení ve světě	138
Svoboda, zlo, peklo.....	140
Zlato se tříbí v ohni	144
Utrpení nás posiluje	146
Každá těžkost je příležitostí k růstu	148
Pšeničné zrna	151
Praktická cvičení.....	153

RADOST UPROSTŘED UTRPENÍ	155
Šimon z Kyrény <i>par excellence</i>	156
Pojďte ke mně, a já vás občerstvím!.....	157
Všechno napomáhá k dobrému.....	158
Mějte z toho jen radost.....	161
Radovat se stále.....	163
Do tvých rukou, Otče.....	165

ZÁVĚR.....	171
-------------------	------------