



# PRIESTOR PRE ŽIVOT



Cena 10 Sk. Pri pouličnej distribúcii je časopis zdarma, ale budeme radi, keď jeho vydávanie podporíte sumou 10 Sk. Tým podporíte nie len vydanie ďalšieho čísla, ale aj projekt budovania verejných kempov na Slovensku pre ľudí v núdzi

[www.priestorprezivot.sk](http://www.priestorprezivot.sk)

## Vidia spoločnosti do duše

Tuláci, zobráci, biedni – vždy tu boli a zrejme vždy aj budú. Sú vizitkou spoločnosti, ktorá preferuje nepravé hodnoty. Pomerne často vídavam na sídlisku návštevníkov kontajnerov. Sú mi milší, než vyberači daní a poplatkov. Milší než vyobliekaní úradníci v bankách s naučeným úsmevom.



Návštevníci kontajnerov sa hrabú v našom odhodnom neporiadku. Prehŕňajú sa v našich náladách, ľahostajnosti, hneve, možno flus-

trácii i bolesti. Odhodnené veci sú vizitkou nás všetkých. Nakladajme s vecami odsúdenými na vyhodenie rozvážnejšie. Jedlo ponúkame, šatstvo darujeme, alebo vyčleňme pre návštevníkov našich sídlisk. Vo svojej priamosti i pokore, často i zvedavosti mi pripomínajú deti.

Majú svoj vlastný svet, nezatažený „nutnými“ povinnosťami a stereotypom. Sú často slobodnejší než my ostatní, naháňajúci sa za zdanlivo dôležitými záležitosťami. Keď zočím sídliskového návštevníka, pousmejem sa a vravím si – títo ľudia vedia o našom neporiadku svoje ...

## Tvrdá kritika

Som proti vášmu časopisu, pretože ste úplne zavrhlí Pána Ježiša a Jeho spasiteľské dielo. Nikto nie je dokonalý, svojím životom a skutkami sa môžeme dostať len do pekla. Milosť dáva len Boh, skrze obeť Pána Ježiša. Zavrhlí ste kríž Kristov a je mi ľúto, koľko ľudí zavádzate do bludu. Nech Vám je Boh milostivý a nech môžete spoznať vlastnú hriechnosť, aby ste videli potrebu pokánia a pochopili, čo je skutočná láska prejavovaná na kríži. On zomrel za nás, to je láska.

Mária

Milá Mária, nevieme, čím sme zavrhlí Pána Ježiša Krista, ako uvádzate v liste, ani čím znevažujeme jeho dielo. Vari Vám vadia naše skutky a či sú v rozpore s Ježišovým odkazom?

Mnoho ľudí uvažuje ako Vy, Mária a vôbec netušíme prečo. Ježiš sa oboval tým, že vôbec zostúpil celým stvorením až k nám a žil ako človek, vediac, že ho ľudia za Jeho posolstvo Lásky sebecky zabijú, lebo im bude prekážať. A oboval sa za nás, lebo keby nám nedoniesol poznanie o Svetle, už dávno by sme duchovne celkom zaspali a stratili tak možnosť návratu. Dnes už by tu už nebol asi nikto, kto by ešte hľadal k nemu

cestu. No úžitok nám donesie iba uvedenie Ježišovho učenia do vlastného života, nie domýšľavá predstava, že by vražda, dokonca Syna Božieho mala doniesť niečo dobré, dokonca vykúpenie z hriechov. Skôr opak je pravdou. Podobenstvo v Biblii to hovorí jasne:

*Bol človek-hospodár, ktorý vysadil vinicu a ohradil ju, vykopal v nej lis, vystavil vežu, vinicu prenajal vinohradníkom a odcestoval. Keď sa priblížil čas úrody, poslal k vinohradníkom svojich sluhov, aby mu prevzali úrodu. Ale vinohradníci pochytali sluhov, jedného zbili, iného zabil a iného ukameňovali. Poslal zase iných sluhov, a to viac ako predtým, ale aj tým urobili podobne. Konečne poslal k nim svojho syna mysliac si: Budú sa ostýchať môjho syna. Ale vinohradníci, keď uvideli syna, povedali si: Toto je dedič; poďte, zabime ho a privlastníme si jeho dedičstvo. Chytili ho teda, vyhodili z vinice a zabil. Čo urobí pán vinice tým vinohradníkom, keď príde? Povedali Mu: Zlých zle zahubí a vinicu prenajme iným vinohradníkom, ktorí mu svojim časom budú odovzdávať úrodu.*

Ohradené pole je svet a vinič sú ľudia. Čas úrody je čas dozrievania ľudských duchov a vinohradníkmi je cirkev. Sluhovia Boží sú proroci.

## OZMAMY:

• Hľadáme spolupracovníkov do redakčného tímu do úloh: redaktor, grafik, maliar-ilustrátor, web programátor/designer, tlmočník (angl.). Ak vás možnosť spolupodielat sa na tvorbe Priestore pre život oslovuje, napíšte nám prosím na adresu: [zod.redaktor@priestorprezivot.sk](mailto:zod.redaktor@priestorprezivot.sk)

• Ospravedľujeme sa dopisovateľom, ktorých článok sme neuverejnili z dôvodu veľkého rozsahu textu, alebo sme článok odložili do ďalšieho čísla. Niektoré články boli aj vyradené, prípadne umiestnené na internetové stránky. Ak váš článok nevyšiel, čo sa nestáva často, môžete sa naň informovať prostredníctvom mailu: [zod.redaktor@priestorprezivot.sk](mailto:zod.redaktor@priestorprezivot.sk)

Nebeský výjav	2	Našich 8 percent	6
Vnútrotný hlas	2	Ester – príbeh z kempu	7
Ten náš „zdravý“ ľudský rozum	3	Neporozumenie	7
Máš čtiť otca i matku	3	Nepozornosť	7
Prítomnosť	4	Otvoriť môžeš len ty	8
Pamäť	5	Daniel Nekonečný	8
Bdelé vnímanie	5	Bodľačie Dr. Aga, Aforizmy	8
List ľudom bez domova	6	Distribúcia v PNS-kách	8

## Milí čitatelia.

ponúkame vám ďalšie číslo Priestoru pre život. Vieme, nie je farebný a má iba 8 strán, vytlačený na obyčajnom papieri. O to je však pre pozorného čitateľa bohatší obsahom. Vďaka za to patrí všetkým tým, ktorí sa na tvorbe časopisu doposiaľ podieľali. Hľadáme však i naďalej autorov článkov a dopisovateľov príbehov zo života, ktorí sú ochotní zdieľať svoje postrehy a pomôcť tak aj iným vidieť a rozoznať skutočné hodnoty života. Veď ako inak budeme môcť byť sami šťastní, keď bude okolo nás toľko smutných a utrápených ľudí?

Mrzí nás, že sme stále atakovaní neprajnými listami veriacich cirkvi kvôli článku o dedičnom hriechu, ktorý sme uverejnili. Pisateľov kritiky ani veľmi nezaujímá o čom píšeme, len im vadí, že si dovoľujeme tvrdiť niečo iné, ako cirkev, ku ktorej sa hlásia.

Aby sa ukázalo, ako je to s dedičným hriechom naozaj, spýtajte sa teda milí veriaci u svojich duchovných, čo o tom hlása vaša cirkev a napíšte nám. V článku, ktorý sme uverejnili my sa píše, že dedičný hriech je život v rozume, do ktorého sa človek nastahoval. A trpí ním každý už od narodenia, „vďaka“ viac „nafúknuť“ hlavu s rozvinutejším „rozumom“, schopným vytvoriť ešte dokonalejší „virtuálny“ svet myšlienok – ale na úkor ducha. Preto sa nám problém dedičného hriechu zdá veľmi naliehavý a aj v tomto čísle uverejňujeme články, ktoré odhaľujú jeho dosah. V článku o bdelom vnímaní je ukázané, ako sa dedičného hriechu zbaviť a žiť v prítomnosti. Veď z každej šlamastiky vedie cesta späť. Zatiaľ. Treba to teda využiť.

Aby ste nás nebrali príliš vážne, skúsime obrazne naznačiť jednu oblasť života, v ktorej sa dedičný hriech prejavuje:

Predstavte si miestnosť. V strede je rebřík a po celom strope sú nainštalované sprchy, ktoré sa spustia automatickým spínačom v momente, keď niekto vylezie na vrch rebříka. Nad ten zaveste veľký trapez banánov a vpusťte dnu dvadsať opíc. Keď uvidia banány a rebřík, dlho sa ponúkajú nedajú. V momente, keď prvá opica vylezie skoro na dosah banánom, spustí sa prudká studená sprcha. Po pár kúpeľoch sa opice naučia, že po banány neradno chodí a treba sa uspokojiť s bežne



podávanou stravou. Keď sa ešte nejaká opica skúsi k rebříku priblížiť, ostatné ju odoženú. Nechcú predsa zažiť ďalšiu ľadovú sprchu. Keď sa presvedčíte, že opice už dajú banánom pokoj, urobte experiment. Kludne vypnite spínacie zariadenie na rebříku a vymeňte jednu opicu za novú. Keď uvidí banány, určite sa k nim tiež pokúsi dostať. Narazí však na odpor ostatných opíc, ktoré jej v tom dôrazne zabránia.

Potom vymeňte ďalšiu opicu. Pri pokuse získať maškrtu dostane namiesto banánov od kolektívu bitku. A najviac ju bude biť práve tá, ktorá dostala naposledy, hoc ani nevedela prečo. Veď čo je na tom zlé, keď chce niekto banán, navyše ak je to opica? Keď postupne vymeníte všetky zvieratá za nové, čudujete sa alebo nie, opice budú stále dodržiavať pravidlo zákazu liezť na rebřík. Aj keď nebudú vôbec vedieť prečo, lebo žiadna z nich ľadovú sprchu nezažila. A aby sme nezabudli, automatický spínač je predsa vypnutý.

Prajeme Vám príjemné čítanie a veľa priestoru pre život.

redakcia

# Nebeský výjav

Tento môj „sen“ plný emócií, ktoré človeka nielen posilňujú, ale vnášajú do neho nevysvetliteľný pokoj, sa stal v deň splny – piatok 6. februára 2004. Pokoj, ktorý vedľa chápať iba tí, ktorí sa niekedy zúčastnili na vedomom či nevedomom splynutí s Bohom a nezabudli naň.

Bol deň. Chodila som pol dňa po cestách, ktoré som nepoznala. Svoj zrak som celý čas nezdvihla k nebu, až pred obedom som sa pozrela hore. Odrazu, ako keby to malo byť mojou povinnosťou dívať sa na oblohu ... pozrela som sa a uvidela som mrak: bol gufatý, pozrela som sa lepšie: a vidím palác – kráľovstvo – chrám.

Vtedy človek odrazu vie, že to nie je iba mrak, ktorý jemu a jeho fantázii umožňuje vidieť veľa variácií podoby mračna na oblohe. Dívala som sa s úžasom na ten výjav a začala som v ňom rozlišovať podoby ľudí, ich tváre. Boli tam všetci: od počiatku stvorenia – všetci, ktorí našli cestu k Bohu.

V strede v tomto paláci, ktorý sa na prvý pohľad mohol zdať ako Koloseum, bol Ježiš. Najskôr som si myslela, že je to výjav z poslednej večere, ale potom, keď som si zobraza ďalekohľad, videla som, že je to Boží Chrám – Nebeské Kráľovstvo. Aj keď tam Ježiš bol, cítila som, že nijako nechce prevyšovať ostatných, netúžil po tom. Chcel, aby si tam všetci boli rovní. A aj keď som jasne nevidela samotného Ježiša do tváre, bolo jasné, že ich prevyšuje. Ten kruh naznačoval, že je v ich strede. Opýtala som sa ich – duchom: „Odkedy ste tu?“ Odpovedali mi: „My sme tu

stále – stačí sa iba vedieť dívať“.

Videla som už veľa vecí aj v snoch, aj som zažila veľa nevysvetliteľných príhod, ale niečo tak úžasné, kde človek vidí cestu: takú rovnú a jasnú cestu do toho Kráľovstva som ešte nevidela. Pozrela som sa teda „tam“ cez



ďalekohľad a utvrdila som sa v tom, že ten „mrak“ stále stojí na tom istom mieste, že sa neroztápa, že nemení svoj vzhlad, že to nie je iba chvíľkový okamih, v ktorom človek vidí to, čo mu dovoľuje jeho fantázia. Zložila som si z očí ten prístroj, čo predlžuje videnie, a môj zrak sa zrazu vyjasnil. Videla som tak zreteľne, ako je len možné vidieť okom a srdcom zároveň – ako je možné vidieť myšlienkou i citom. Cítila som pohľady všetkých tých, ktorí sú v tom kráľovstve, cítila som čistotu ich duší, cítila som veľkosť ich lásky. Ako keby tam boli stále, celú večnosť. Ako keby sa na nás dívali od nepamäti. Ticho čakali na každý náš pohľad. Na každý náš jasný pohľad, a boli vďační každému oku, ktoré uzrie to, čo som uzrela v ten deň ja. Tak silnú erupciu toľkej lásky človek pocíti iba vtedy, ak uzrie Božie Kráľovstvo ... všetci po ňom túžime. Aj keď veľakrát len vo svojom nevedomí. Zvyčajne hľadáme v nesprávnom náručí, to, čo podvedome cítime, že niekde vo Vesmíre existuje. Hľadáme v objatí tých, ktorí nám tú pravú lásku nikdy nemôžu dať. Stačí jeden

okamih, jeden jediný prúd energie z tohto chrámu, ktorú človek pocíti v sebe a pochopí to, čo nikdy dotedy možno skutočne nechápal.

Nikto nikoho neobsluhoval, a ... panny tam nepobehovali v Evinom ruchu, aj keď to mnohým mohlo spríjemniť pobyt:–) Ale aj keď

nikto nikoho neobsluhoval, mala som pocit, že všetci sú služobníci. Boží služobníci. Nemám rada slovo „služobník“, ale vtedy som ich vnímala ako služobníkov. Možno mali iba jednu prácu: čakať, kedy sa oko človeka dvihne k nebu a uzrie ich čisté tváre, a v tvárach ich čisté duše.

Nerobili rozdiely medzi dobrým a zlým človekom, bohatým či chudobným. Človekom kajúcim sa a človekom, ktorý nikdy nesklonil svoju hlavu. Vedeli, že každý z nás má svoje trápenia, a že každý z nás poznal noci bezsenné, v ktorých trpel – on sám so sebou. Nerobili rozdiel medzi vrahmi a samaritánmi, lebo vedeli, že ak človek nikoho nezabil, ešte neznamená, že nezabýja seba ... Tieto čisté bytosti čakali pokorne, s láskou, na pohľad, ktorým ich my, ľudia Zeme, uzrieme ...

Chodila som celý deň pomedzi ľudí. Vtedy sa mi zdalo, že ten deň, ako keby bol môj život: polovicu z dňa som sa dívala iba pred seba a za seba. Nedvíhala som oči k Nebesiam – a preto som ani nemohla vidieť to, čo som videla v tú hodinu. Oázu Pokoja, ktorú raz všetci musíme nájsť. Možno v nie ten istý deň, kedy som ju našla ja – možno mnohí z ľudí budú musieť zažiť stovky rán a stovky nocí – desiatky narodení a desiatky koncov možnosti nájsť

správny uhol a správne oko, ktorým uvidia tú nádheru. Chodila som zvyšok dňa pomedzi ľudí a vravela som im: „Pozrite sa na Nebo! Je tam nádherný úkaz, ktorý svedčí o existencii Boha!“ Tí, čo sa pozreli, nevideli hneď, niektorí sa usmiali nad fantáziou mojej hlavy, lebo tam nič nevideli. Tí, čo tam na chvíľku naozaj zazreli niečo ako Zámok, sa ma snažili presvedčať, že je to iba mrak a že sa to o chvíľku rozptýli. Tým som povedala: „Ak to budete pozorovať, ak si dáte tú námahu, zistíte, že sa to za celý deň ani nepohlo, že to tam je stále – na tom istom mieste na Nebi!“

Len málokomu záležalo na tom nájsť Pravdu. Buď sa iba letmo pozreli, a aj keď to tam uvideli, išli si ďalej po svojom, alebo tam nič nevideli. Nečakala som a ani som sa nedívala, čo s touto informáciou budú robiť. Je to na každom z nás, na každom z nich, koľko západov slnka budeme chcieť ešte vidieť. Nenútila som nikoho nasilu vidieť to, čo som videla ja. Ja som sa iba chcela podeliť o krásu, ktorú som vtedy prežívala. Vtedy, keď som sa dívala na Nebo. Iba som sa chcela s nimi podeliť, lebo kto zažil to, čo som zažila ja v tú noc splny vie, že už nie je v slepej uličke a že jeho cesta je vysvietená tými najkrajšími emóciami, emóciami, ktoré mnohí z nás poznajú ako euforické zamilovanie sa, ako dotyk pier človeka, ktorého ľúbime, ako prvý pohľad na svoje dieťa, ako šťastie, ktoré sa nás zmocní v okamihu, keď sme dobehli ako vífazi do cieľa. Všetky tieto emócie a mnohé také, ktoré sme nemali možnosť ani zažiť, všetky tieto emócie sa stanú jediným prúdom Lásky, ktorý nás dvihne na tuto cestu Poznania, ktorou sa dostaneme priamo k Bohu ...

*S Láskou, Anka*

## Vnútorň hlas

Často si pripadáť stratená, blúdiaca týmto svetom. Zamotaná v spleti predsudkov a očakávaní ... Kráčam vpred a nesiem si svoju ťarchu nerozhodných rozhodnutí. Pohnutie duše, výkrik zanikajúci v ozvenách tieňov. Kadiaľ ísť, keď mnohé sa javí tak nejednoznačné? Čo je mnohým také jasné, mne chmúry pred oči vnáša. Zovšadiaľ prichádzali náznaky „počúvaj Ty len svoj vnútorň hlas“. Ale kde ho nájsť? Ako rozpoznať v zajatí kvíliacich „proti“ hlasov? Prosila som o ten dar. Pochopiť, kde robím chybu. Čo vidím/počujem a predsa to nevnímam moje vnútro. Tak veľmi som chcela viac nezblúdiť ...

Raz som cestovala MHD. Tou cestujem tak pár krát za rok. Systém tunajšej MHD je v lístkoch do a nad 5 zastávok. Tam, kam

som chcela ísť, je to 6 zastávok tam a odtiaľ nazad 5, pretože autobus ide inou cestou. Pretože zvyčajne som chodievala len tou trasou nazad, kúpila som si 2 lístky do 5 zastávok. Pri čakaní na autobus som sa šla pozrieť na čas príchodu najbližšieho spoja. Na tabuľke mi hneď udrela do očí čiara, ktorá poukazovala na to, že moja konečná zastávka je až šiesta. Tú myšlienku, čo mi napadla, som zahľadla. Keď som nastúpila do autobusu, rozmýšľala som, či vystúpim o zastávku skôr. Napadlo mi, že príde revízor. Ale zavrhl som tú myšlienku. Na piatej zastávke som sa zdvihla, že vystúpim. Ale zvíťazila pohodlnosť



a predstava, že však prečo by mal ísť revízor, veď je to len jedna zastávka a je to len pár metrov. Dokonca tú ďalšiu zastávku bolo vidno aj z tejto. Tak som si znovu sadla. Ako sa zavreli dvere a autobus sa pohol, zrazu sa pomedzi sediacich ľudí dvaja postavili. Revízori. Zostala som zaskočená. Takto som bola prichytená prvý krát v živote. Pani revízorka bola veľmi sympatická a konalá si svoju povinnosť.

A ja som sa po prvotnom hneve na seba, začala zrazu smiať. Bola to úprimná radosť z toho, že prišla odpoveď, ktorú som tak veľmi chcela nájsť, čo robím „zle“. Konečne som zistila, ako funguje ten môj vnútorň hlasok, ktorý mi chce pomôcť a ja ho ignorujem. Tie tri upozornenia pred pri-

chytením som vedome potlačila a radšej rozumovo zdôvodňovala prečo áno, prečo nie, prečo by aj. Tak mi treba. Tých peňazí mi bolo chvilku ľúto, ale poznanie vnútorného hlasu je nezaplátiteľné. Som Bohu vďačná za to, že má so mnou toľko trpezlivosti a aj napriek mojej tvrdej hlave mi stále pomáha.

Možno by sa zdalo, že som už navždy našla svoj vnútorň hlas a tak už viem kadiaľ ísť. No nie je to také jednoduché uviesť do praxe, lebo keď ten tichý hlasok doznie, príde iné, hlasnejšie – protiľasy a je znovu ľahké sklznúť do roviny boja „za“ i „proti“.

Dostala som do daru schopnosť „vidieť a spoznať“ ... je už len na mne, ako s tým naložím. Odhodlanie by aj bolo, chýba však pevná vôľa. A tak stále dosť bojujem s „nerozhodnosťou“. Prajem všetkým veľa lásky a odpustenia.

*Morgana*

# Ten náš „zdravý“ rozum

Ako pravidelný čitateľ a občasny prispievateľ som sa rozhodol napísať Vám pár riadkov. Som si vopred vedomý skutočnosti, že to, čo sa dá vyjadriť jednoduchými slovami človek buď nevie, alebo nechce správne pochopiť a prijať vecný obsah povedaného. Človek je zvyknutý chápať väčšinou len to, čo je dostatočne zložitá a patrične „obkecaná“. Čím je nejaká skutočnosť zložitejšia a nepochopiteľnejšia, tým jej je prikladaná väčšia dôležitosť a vážnosť. Človek je k takýmto veciam prístupnejší a k „zložitým“ problémom zvoláva sympózia a vedecké spoločnosti, ktoré nakoniec vynesú záverečný verdikt, ktorý musí byť pre plnú dôveryhodnosť záverov podpísaný dlhými titulovanými menami.

Jednoduché pravdy však platia bez ohľadu na to, či sú podpísané zvucnými menami, alebo nie sú podpísané vôbec. Platia bez ohľadu na to, či „fungujú“ na Slovensku, v Amerike, na Marse či v inej galaxii, lebo fungujú ako aj v malej rastlinke, v človeku, v kameni, tak aj v iných častiach stvorenia, ktoré nedokážeme našimi piatimi zmyslami postrehnúť a dajú sa iba vycítiť.

Týchto právd je skutočne málo a sú také jednoduché, že ich, ako som spomínal nedokážeme správne pochopiť a prijať (precítiť a prežiť). Dôvod? Veľa slov, veľa kníh, veľa „múdrosti“, veľa ... všetko to má jedného spoločného menovateľa – veľa rozumu a všetkého, čo je produktom nášho slávneho, namysleného, pyšného, sebeckého, závistlivého, spurného, lakomého, neprajného, škodoradostného, atď. ... „zdravého“ rozumu. Rozum však blokuje cit a tým aj ducha. Rozum, podobne ako oheň, môže byť dobrým služobníkom, ale zlým pánom, čoho dôsledky môžete vidieť, počuť, ... a hlavne cítiť. Použil som slovné spojenie „dobrým služobníkom“, lebo vo svojej podstate bol na tento účel stvorený. Rozum mal byť pomocníkom duchovi pri jeho pozemskej činnosti, nie aby duch slúžil rozumu.

Žijeme v dobe „vlády“ rozumu a techniky. Zasa si môžeme dať otázku: „Prečo sa tak stalo?“ Odpoveď: „Pretože to tak človek chcel.“ Chcenie ľudského ducha je hnacím motorom všetkých jeho činností. A prečo to Boh pripustil? Lebo dal človeku slobodnú vôľu. Ale k tomu automaticky ešte niečo patrí – zodpovednosť za svoje myšlienky, slová a skutky.

Spýtate sa možno, ako to môžeme v dnešnom rozumovom svete ešte zmeniť? Nápravu nemôžeme čakať od „rozumu“, lebo tomu tento stav maximálne vyhovuje. Odpoveď nemožno ani napísať. Je tu ale cesta, iná ako všetky tie ostatné múdre rady ešte múdrejších ľudí ... je to Vaša cesta!

Darmo budete chcieť rozumom zmeniť svoje slová, myšlienky a skutky, ktoré nerozlučne patria k Vašmu rozumu. Zmeniť sa musí Vaša podstata, Váš duch, Váš cit. To sa dá iba na základe

VAŠEJ cesty, t.j. Vašich skúseností, Vašich prežitkov, Vašich radostí, Vašich žiaľov, Vašich ..., ... Vašich ... a NIKOHO INÉHO! Budujte si svoj osud sami. Nemôžte stále čakať, že Vám niekto ukáže cestu, smer a spôsob, ako a čo robiť. To musíte VY sami! Nečakajte rady od rozumu ... Skúste tieto veci niekde v sebe vnútri prebudiť. Začnite chcieť duchom. Čo je chcené duchom, bude dobré pre Vás a aj pre ostatných. Pravdivé chcenie je duchu prirodzené, dajte mu tú možnosť. Dajte mu šancu sa prejaviť, zobuďte ho. Váš duch vo Vás spí, nepoužívate ho.

Chcem vás ešte poprosiť: Nech zaujmete k môjmu názoru na tieto veci akýkoľvek postoj, neberte si ho za svoj, a ani naň nenadávejte. Je to len môj pohľad na svet. Vytvorte si na toto všetko svoj vlastný názor a na ňom stavajte ďalej. Veď to, čo tu tvrdím, vôbec nemusí byť pravda.

Pekný deň. Lubo

# Desať Božích prikázaní

Prikázanie štvrté

## MÁŠ CTIŤ OTCA I MATKU!

Toto prikázanie dal Boh ľudstvu. Vyvolalo to ale nesmierne duševné boje. Nejedno dieťa, nejedno dospelý ťažko zápasi, aby najhrubším spôsobom neporušili práve toto prikázanie.

Ako môže dieťa ctiť otca, ktorý sa znižuje na opilca, alebo matku, ktorá svojou náladovosťou, svojím neskrotným temperamentom, nedostatkom seba výchovy a mnohým iným strpčuje hodiny otcovi i celému domu a úplne znemožňuje, aby zavládla pokojná nálada!

Môže dieťa ctiť rodičov, keď počuje, ako si navzájom hrubo nadávajú, klamú sa, alebo sa dokonca bijú? Nejedna manželská scéna urobila deťom z prikázania muky, spôsobila, že jeho plnenie sa stalo nemožným.

Bolo by to napokon predsa len pokryectvo, keby dieťa chcelo tvrdiť, že ctí matku ešte aj vtedy, keď sa táto správa voči cudzím oveľa vládnejšie než voči vlastnému mužovi, otcovi dieťaťa. Ak u nej pობadá sklon k povrchnosti a vidí ju ako v tej najsmiešnejšej márnomyseľnosti klesá, stávajúc sa bez odporu otrokyňou každej módnjej pochabosti, ktorú často nie je možné viac zlúčiť s pojmom vážneho, vznešeného materstva, čo uberá všetku krásu a vznešenosť materskej cti, ... na základe čoho má potom dieťa ešte dobrovoľne uctievať matku?

Čo všetko skrýva toto jedno slovo: „matka“! Čo však tiež vyžaduje.

Dieťa, ktoré ešte nie je otrávené, musí podvedome v sebe pociťovať, že človek zrelého, vážneho ducha sa nikdy neodhodlá k tomu, aby svoje hrubohmotné telo obnažoval len kvôli móde. Ako potom môže matka ostať pre dieťa posvätnou! Prirodzená úcta impulzívne poklesne k prázdnej forme povinnosti zo zvyku, alebo v závislosti od výchovy k samozrejmej spoločenskej zdvorilosti, teda do pokryectva, ktorému chýba akýkoľvek vzlet duše. Práve ten vzlet, ktorý v sebe skrýva vrúcny život, ktorý je pre dieťa nepostrádateľný a ktorý ho pri dospievaní a vstupe do života sprevádza ako bezpečný štít, chráni pri pokušeniach všetkého druhu a ktorý mu vnútorne ostáva pevným útočiskom, ak sa niekedy dostane do pochybností. Až do vysokého veku!

Slovo „matka“ alebo „otec“ by vždy malo prebudiť horúci vrúcny cit, z ktorého pred dušu dôstojne vystúpi obraz v plni čistote varujúci alebo súhlasiaci, ako hviezda udávajúca smer v celom pozemskom bytí!

A o aký poklad je každé dieťa pripravené, ak *nemôže* ctiť svojho otca

alebo svoju matku z celej duše!

Avšak tieto muky duše vyvoláva zas len ľuďmi nesprávne pochopenie prikázania. Nesprávny bol doterajší názor, ktorý ohraničoval zmysel a robil ho jednostranným, veď predsa nič nemôže byť jednostranné, čo Boh zoslať.

Ešte nesprávnejšie ale bolo, že sa toto prikázanie znetvorilo tým, že malo byť vylepšené podľa ľudského uváženia, presnejšie sformulované dodatkom: „Cti otca *svojho* a matku *svoju*!“

Tým sa stalo osobným. Toto muselo viesť k omylom; pretože prikázanie znie vo svojej pravej forme len: „Cti otca a matku!“

Nemenia sa teda jednotlivé, určité osoby, ktorých *druh* nie je možné *vopred* stanoviť a predvídať. Niečo tak nezmyselné sa nikdy nevyskytne v zákonoch Božích. Boh v žiadnom prípade nepožaduje ctiť niečo, čo si ani nezaslúži, aby bolo bezvýhradne ctené!

Toto prikázanie naopak zahŕňa namiesto osobnosti *pojem* otcovstva a materstva. Neobracia sa teda najskôr k deťom, ale na samotných *rodičov*, od týchto požaduje, aby si ctili otcovstvo a materstvo! Prikázanie ukladá rodičom bezpodmienečnú povinnosť, aby si vždy boli úplne vedomí svojej veľkej úlohy a aby tým stále mali pred očami aj zodpovednosť, ktorá v tom spočíva.

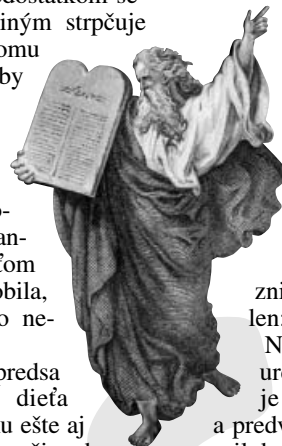
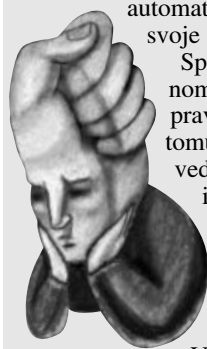
Na onom svete a vo Svetle sa nežije slovami, ale v pojmoch.

Z tohto dôvodu sa stáva, že pri opakovaní v slove ľahko dôjde k obmedzeniu pojmu, ako je to zrejme v tomto prípade. Ale beda tým, ktorí nedbajú na toto prikázanie, ktorí sa neusilovali o jeho spoznanie v pravom zmysle. Nie je ospravedlnením, že dosiaľ bolo len mnohokrát nesprávne vykladané a nesprávne vycitované.

Dôsledky nedodržania prikázania sa prejavili už pri plodení a vstupe duše. Úplne ináč by bolo na tejto zemi, keby ľudia boli pochopili a plnili toto ďalekosiahle prikázanie. Úplne iné duše sa potom mohli dostať k inkarnácii, ktoré by nepripustili úpadok mravnosti a morálky takého stupňa, aký je dnes!

Pozrite len na vraždenie, pozrite na zhýralé tance, pozrite na orgie, ktorým sa dnes všetko chce oddávať. Podobné korunovaniu triumfu dusivých prúdov temna. A pozrite na nepochopiteľnú ľahostajnosť, s ktorou je prijímaný a dokonca podporovaný úpadok ako niečo správne, niečo, čo tu už vždy bolo.

pokračuje na str. 4



Kde je človek, ktorý sa usiluje správne poznať vôľu Božiu, ktorý sa usiluje vo svojom vzlete pochopiť nekonečnú veľkosť, namiesto toho, aby vždy znova a znova túto veľkú vôľu tvrdohlavovo vtláčal do biednej obmedzenosti pozemského mozgu, z ktorého spravil chrám rozumu. Sám si tým klopí pohľad k zemi ako otrok idúci v reľaziach, namiesto toho, aby ho s radosným leskom nadšene dvíhal nahor, kde by sa stretol s lúčom poznania.

Vari nevidíte, ako úboho sa javíte v každom chápaní všetkého, čo k vám prichádza zo Svetla! Či sú to už prikázania, prísľuby, posolstvo Krista alebo i celé stvo-

renie! Nič nechcete vidieť, nič poznať! Veď sa ani vôbec nesnažíte ničomu skutočne porozumieť! Neberiete to tak, ako to je, ale krčovíte sa snažíte vždy znova a znova všetko preformovať do nízkych názorov, ktorým sa oddávajú po tisícročia.

Oslobodte sa konečne od tohto dedičstva. Silu na to máte k dispozícii v každom okamihu a bez toho, aby ste museli prinášať obeť. Ale vy to musíte odhodiť *razom, jediným* aktom vôle! Bez toho, aby ste si niečo z toho zahrávajú sa ponechali. Len čo sa pokúsite hľadať *prechod*, nikdy sa neoslobodíte od doterajšieho, ale vždy vás to mocne bude ťahať späť. Lahké to pre vás bude len vtedy, ak *jedným* rezom oddelíte všetko staré, a tak bez starého bre-

mena predstúpíte pred nové. Len potom sa vám otvorí brána, inak zostane pevne zatvorená.

A to si len vyžaduje skutočné a vážne chcenie, a stane sa to v okamihu. Presne ako prebudenie sa zo spánku. Ak sa pritom nezodvihnete ihneď zo svojho lôžka, opäť sa unavíte a radosť z diela nového dňa oslabne, ak sa dokonca celkom nestratí.

Čtí ota i matku! To nech sa vám stane svätým prikázáním. Prineste otcovstvu a materstvu úctu! Ktože dnes ešte vie, aká veľká dôstojnosť v tom spočíva. Aká moc k zušľachteniu ľudstva! V tom by mali mať jasno ľudia, ktorí sa spájajú tu na zemi, potom bude každé manželstvo skutočne manželstvom zakotveným v duchovnom! A všetci otcovia, matky

budú *hodní úcty* podľa zákonov Božích!

Pre deti však bude toto prikázanie prostredníctvom ich rodičov sväté a živé. Nebudú môcť vôbec inak než z duše ctiť otca a matku, nech už budú samy usposobené akokoľvek. Budú k tomu donútené už skutočnosťou správania sa rodičov.

A beda potom *tým* deťom, ktoré prikázanie nebudú plniť úplne. Doľahla by na ne ťažká karma; pretože dôvod k tomu by potom bol v plnej miere daný. Ale nasledovanie prikázania sa stane vo zvratom pôsobení čoskoro samozrejmosťou, radosťou a potrebou! Choďte preto a dbajte na prikázania Božie vážnejšie ako doposiaľ! To znamená, dbajte na ne a plňte ich, aby ste boli šťastní!

## Prítomnosť

Deje sa práve v tomto okamihu – stále nová, neopakovateľná. Život sa odohráva iba v okamihu prítomnosti. Minulosť a budúcnosť, na rozdiel od prítomnosti, existujú iba v našej mysli ako spomienky a predstavy. Či sa môžete napiť alebo najesť zo spomienky na včerajšie jedlo alebo z predstavy, čo navaríte zajtra na obed? Alebo môžete mať niekoho rád včera alebo zajtra?

Okamih prítomnosti už zažil každý človek vo chvíľach, keď cítil k niekomu vrúcnu lásku, alebo v mimoriadnych situáciách či v nebezpečenstve. Vtedy je človek v pozornosti samovoľne a myšlienky na chvíľu ustanú. Pri vyvrcholení sexuálnej sily pri telesnom spojení zaniká svet rozumu úplne. Zážitok prítomnosti tak môžu mať aj ľudia, ktorým to výlučný život rozumom normálne neumožňuje. Aj dobrý vtíp dokáže človeka dostať k zážitku prítomnosti, keď ľudský rozum sleduje text vtípu a chce byť, ako vždy, múdry. Vtíp však končí nelogicky, úplne inak, ako sa dalo čakať. To na chvíľu rozum „resetuje“. Vtedy sa od radosti z prežitia prítomnosti smeje.

Sme slobodní od toku myšlienok, ktoré nám neumožňujú vnímať život odohrávajúci sa v prítomnosti. Veď akú môžeme mať radosť zo sveta okolo seba, keď ho ani nevnímame?

V stave pozornosti sú aj hudobníci. Dalo by sa povedať: čím lepší muzikant, tým väčšia pozornosť, alebo: čím menej myšlienok, tým väčšia schopnosť hudbu precíťovať. Myšlienky pri hudbe zavádzajú, lebo ľudský rozum je pomalý a nestačí sledovať rýchlo sa meniaci rytmus hudby. Jedným z príkladov je aj príbeh klaviristu, ktorý mal na koncertoch obrovskú trému a vždy sa pri hre mýlil. Po koncerte ho učiteľ konzervatória káral: „Nemysli na to, čo si o tebe myslia poslucháči, ale hraj kvôli

hudbe.“ Žiak si tieto slová vzal k srdcu, upustil od rozmyšľania o hre a získal priestor pre hru samotnú. Už sa viac nemýlil, tréma skončila a stal sa z neho slávny klavírny virtuóz.

Ľudia, ktorí sú pozorní, si všimnú pri svojej práci „maličkosti“, ktoré iní pre neustále rozmyšľanie prehliadajú. Práve maličkosti robia majstrov majstrami. O takých ľuďoch sa hovorí, že sú šikovní, nadaní, majú talent, alebo že dostali dar od Boha ... no všetko, za čo tomu vďačia je, že žijú viacej v prítomnosti a menej v myšlienkach. Teda tento dar sme dostali všetci. Väčšina si však na niečo podobné nevie nájsť čas, lebo je zamestnaná rozmyšľaním.

To čo bolo pred rokom, včera, dokonca pred sekundou už patrí minulosti. Na tom čo sa stalo sa však už nič nedá zmeniť. Načo teda preberať v hlave dookola staré situácie, čo sme urobili a čo sme neurobili, či sme mali alebo nemali a ako by to bolo, keby sme to boli urobili tak alebo onak ... Aj predstavy budúcnosti sú iba naším prianím a naša budúcnosť dopadne aj tak iba tak, ako si ju vytvoríme svojimi myšlienkami, slovami a skutkami v prítomnosti. Prečo teda žiť z minulosti? Veď sa tým okrádate o život, ktorý sa deje v prítomnosti. Všetky možnosti tak prejdú okolo nás bez toho, aby sme si ich všimli. Navyše „životom“ v minulosti a v budúcnosti vzniká v mysli človeka pojem času a tým aj bolesť, pretože človek porovnáva to, ako bolo, ako je a ako bude. Keď stratí to, čo mal rád, je nešťastný a ak má to, čo nechce, trpí tiež. Bez porovnávaní rozumom by sa to nemohlo stať, lebo každú situáciu by človek prežíval naplno v prítomnosti novým, o predtým prežitým bohatším pohľadom. Bolesť je možná iba v čase, ktorý sa vytvára medzi spomienkami na minulé situácie a predstavami situácií budúcich. Na rozdiel od človeka celá príroda žije v prítomnosti.

Jeden človek hovoril: „Keď som v práci, myslím na svoje dievča a keď som s ním, myslím na prácu, čo mám robiť? Odpoveď je

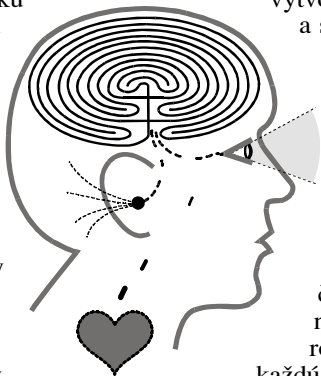
jednoduchá – nerozmyšľať, ale konať – byť prítomný. Potom sa stane aj rozum našim dobrým pomocníkom. Veď ako môžeme robiť niečo poriadne, pokiaľ sme myšlienkami úplne inde?

Najhoršie na svete myšlienok je to, že je nereálny. Neustále rozmyšľame nad tým čo sa stalo, kto čo povedal a vkladáme do situácií svoje vlastné predstavy o druhých – vo vzťahu k sebe. Väčšinou však naše predstavy nemajú nič spoločné so skutočnými úmyslami alebo činmi tých druhých – ich vlastnosti si upravujeme, alebo úplne vymýšľame, aby nám pasovali do našej rozumovej stavby. Opierame sa pri tom síce o skutočné udalosti, no tie sme si uložili do spomienok tiež už skreslené – po svojom.

Matka hovorí synovi: „Ja som si požičala veci od tej a tej a zabudla som ich vrátiť. A ona mi hovorila, že ich bude súrne potrebovať. Čo si len o mne pomyslí? Čo ja jej len poviem?“ Začne hútať: „Priznať sa, že som si aj spomenula, ale dala prednosť programu v TV? Alebo ponúknú finančnú náhradu za škodu?“ A tak prichádza myšlienka za myšlienkou, až zrazu je tu tá pravá! Nemohla som jej to včera vrátiť, lebo som nemohla chodiť. Mala som vyvrtnutý členok. „Nesmej sa, veď vidíš ako krívam“ ohriakne syna. To, že iba stúpila zle na nohu a dokonca až večer, akosi pozabudla. Po pár hodinách odchádza konečne vrátiť požičané a lúči sa so synom: „Idem vrátiť nejaké veci tej jednej, lebo včera som pre ten členok nemohla.“ Syn udivene pozerá: „Mami, ale veď si si to vymyslela. Tu predo mnou.“ „Nerozprávaj mi hlúposti, bolo to tak. Si ani nevšimneš že máš chorú matku, len chodíš kade tade a doma nič neurobiš. Idem už, len ma zdržuješ!“

Neustále rozmyšľanie je hriechom, ktorým trpí celé ľudstvo. Popri tom rozmyšľaní sme úplne zabudli, že práve to, čo „sejeme“ v prítomnosti, v budúcnosti zožneme. Tým si vlastne vytvárame svoj život. Ak však žijeme v spomienkach na nedávnu alebo dávnejšiu minulosť, či v predstavách, život vlastne nežijeme, len si ho predstavujeme.

Prítomnosť je tu a teraz – stále. Problém však je, že tu často nie sme my.





## Pamäť

Hlava nie je ako nafukovací balón, ale ako komôrka. Keď do nej uložíte prehladne potrebné vedomosti, ľahko a rýchlo ich nájdete. Keď však pamäť zapracete nepotrebnosťami, prestane slúžiť. Dnes sme zaplavení obrovským množstvom informácií, ktoré vôbec nepotrebujeme. Veď k čomu vám budú mená športovcov a hercov, keď máte rozhodnúť o svojom ďalšom osude, alebo skúsenosti z nereálnych televíznych programov v reálnom živote?

Ďalší zapratávač pamäte sú spomienky. Mnohé prežívajú dlhé roky, oživované spomínaním, ktoré im dodáva energiu. To, že sú

často „trochu“ pozmenené tak, aby nám vyhovovali, radi prehladame. Plány „lepšej budúcnosti“ nás zotročujú a oberajú o možnosť zmeniť svoju budúcnosť – lebo tá sa vytvára v prítomnosti, ktorá nám vďaka rozmyšľaniu o minulosti a budúcnosti zatiaľ uniká pomedzi prsty.

Cez to je možné svoju pamäť zlepšiť. Najskôr ju však budeme musieť trochu vypratať, aby sa nám do nej aspoň niečo zmestilo. Hrdina nasledovného príbehu s vypratávaním žiadne problémy nemal, lebo bol úplne hlúpy a nevedel si zapamätať ani jednu súvislú vetu, pokiaľ bola trochu dlhšia. Jeden známy mu poradil, aby si cvičil pamäť a skôr zo žartu dodal: „Nauč sa naspamäť nejakú knihu.“ Na otázku, či celú, odpovedal: „v tvojom prípade stačí stranu“

A tak sa začal pravidelne každý večer učiť, najskôr prvú stranu. Po dvoch mesiacoch bol už v polovici, no na tretí mesiac ju vedel naspamäť, i keď s chybami. Druhú zvládol za dva mesiace a päťdesiatu stranu už za 8 dní. Keď sa naučil p o s l e d n ú stranu knihy, už sa nemýlil. Smelo zobral ďalšiu knihu a po nej ďalšiu a ďalšiu. Z kníh si začal postupne všímať aj obsah a začal si ich vyberať. Čosi občas aj pochopil a prestal byť hlúpy. V cvičení však každý deň poctivo pokračoval. Po pár rokoch každodenných



tréningov, ktoré sa mu stali akýmisi cvičením koncentrácie, si dokázal zapamätať v presnom znení už celú stranu, a to iba na jedno prečítanie. Neskôr počet strán, ktoré si dokázal takto zapamätať prekročil desať. Nemyslite si, že sa naučil nakoniec naspamäť celú miestnu knižnicu. Milého pána zaujalo cestovanie a spoznávanie iných krajín. Dobrá pamäť mu aj v pokročilom veku umožnila naučiť sa aktívne desiatky cudzích jazykov a precestovať poriadny kus sveta. Až tam, keď prežitím získal poznanie, stal sa skutočne múdrou. A to všetko urobila maličkosť – jedna hodina denne práce na sebe.

## Bdelé vnímanie

Uvedomovanie si, všímavosť, pozornosť, bdelosť, pozícia pozorovateľa ... to sú pojmy označujúce rovnakú vec. Byť bdelý znamená vedome žiť, celý deň, týždeň, rok, alebo aj celý život. Je to neustále uvedomovanie si svojej situácie, vnemov, myšlienok a konania. Napríklad keď idem po ulici, vnímam vzduch okolo seba, spev vtákov, približovanie sa k ostatným ľuďom, svoje myšlienky, dych, svoje telo, ako jedna noha predbieha tú druhú. Keď jem, tak viem, že hryziem a prehltám, keď bežím, uvedomujem si svoj dych i kadiaľ bežím a kam dopadajú moje chodidlá ... Teraz si možno niekto povie, veď ja tiež viem, že idem nakupovať, že idem do práce a viem čo robím. Nie je to ale také jednoduché. Koľkokrát sa vám už stalo, že ste zamkli dvere a vzápätí ste sa vrátili o tom presvedčiť? V tu chvíľu ste mysleli na niečo úplne iné a vôbec ste nevedeli, čo práve robíte. Koľkokrát ste niečo hľadali? To sa v bdelosti stať nemôže, pretože bdelý človek vie, že otáča kľúčom a potom ten kľúč ani nemusí hľadať, pretože si je vedomý toho, kam ho dáva. Rovnaký stav vedomia zažívame pri meditácii, keď utíšime myseľ a iba vnímame. Bdelosť je nepretržitá pozornosť. Pri bdelosti nelipneme na veciach, sme v pozícii nezúčastneného pozorovateľa.

**MYSEĽ.** Naša myseľ si funguje iba tak, bez našej kontroly, neveríte? Čo robíte, keď niekam idete, alebo sedíte v aute? Rozprávate si pre seba. Stále, celý deň, celý život, pred zaspáním a hneď ráno po prebudení rozťacate ten istý kolotoč. Výsledkom je nemožnosť pripustiť iný názor, zmeňte vyšliapanú stereotypnú cestu. Myseľ takéhoto človeka okamžite odsúdi iný názor, hudbu, životný štýl, jedlo alebo program v televízii. Táto hudba sa mi teda

nepáči, ale človek to povie bez toho, aby si hudbu vypočul. Myseľ okamžite zasiahne a človek s definitívnosťou odsúdi všetko, s čím sa nezhoduje jeho presvedčenie.

Stále premýšľame o tom, čo bolo, ospravedľujeme svoje činy a hľadáme ospravedlnenie u druhých. To činy nepostaví do lepšieho svetla, iba z toho máme dobrý pocit, keď s nami niekto súhlasí, keď sa nás niekto zastane. Koľko som už počul viet typu: „A ja som mu povedal, nech sa mi do toho nepletie a predstavte si, on na mňa začal kričať.“ A teraz



chceme počuť od nášho poslucháča, ako máme pravdu a že jednáme správne. Často našim poslucháčom bývame sami a našepkávačom a ospravedľovateľom je naša myseľ.

**MYSLENIE A VNÍMANIE.** „Obyčajní ľudia vnímajú tak málo, že zabudli, že medzi myslením a vnímaním je rozdiel. Zabudli do takej miery, že sa domnievajú, že to, čo si myslia je to, čo vnímajú. Svoje myšlienky premietajú do vonkajšej reality, a tak sa ustavične vzdávajú skutočnosti, zamieňajú ju za svoje myšlienky.“ *Victor Sanchez*

Myslenie nie je vnímanie. Myslenie človeka je zamerané na vonkajší svet, kde sa chytá jednotlivých prežitých situácií a potom ich neustále prehodnocuje, čím sa k nim púta. Myseľ navyše prežitú realitu zmení a prestáva vnímať svet taký, aký je a na-

hradzuje ho vlastným myslením. Hovoríme si tak stále pre seba o svojom živote, čo sme robili, obhajujeme svoje činy, cítime sa urážaní, alebo si práve vytvárame svoje starosti. Myslenie je súčasť nášho ega. Práve myslením udržujeme svoju predstavu o sebe a o tomto svete.

V bdelej pozornosti, alebo pri meditácii je človek obrátený dovnútra, je vedomým „u seba“, na vonkajšie veci hľadí bez toho, aby sa k nim nejako viazal, či sa s nimi stotožňoval. Meditácia funguje kdekoľvek a kedykoľvek, pretože ju teda obmedzovať iba na určitú

dennú dobu, polohu tela a zatvorené oči?

**PRÍTOMNÝ OKAMIH.** Minulosť, prítomnosť, budúcnosť – čas. Zijeme vo svete, ktorý nie je stály, hodiny sa nikdy nezastavia. Niektorí hádajú budúcnosť, iní premýšľajú nad svojou minulosťou a hodnotia svoje činy, stále dokola premieľajú v myšlienkach, „mal som to urobiť?, nemal som tam chodiť, mal som mu to povedať, čo si o tom myslím, včera som bol na záhrade“. Všetky myšlienky sa sústreďujú na minulosť alebo budúcnosť, myseľ nedokáže zostať v prítomnosti. Prítomnosť je jediný okamih, ktorý môžeme ovplyvniť. Iba ten nepatrný okamih, taký krátky a predsa je v ňom ukryté veľké tajomstvo. Preto sa zaoberať svojimi činmi v minulosti a ich ospravedľovaním? Tie sa predsa nedajú zmeniť, dá sa z nich iba poučiť.

A budúcnosť, tá nám predsa tiež nepatrí, ďalší okamžik tu už nemusíme byť. Každodenné starosti, ktoré si ľudia robia, sú zbytočné, pretože zajtrajšok môže prebehnúť úplne inak. Potom si hovoríte, ja som sa tak trápil a ono sa to vyriešilo úplne inak a včerajšie trápenie bolo zbytočné. A prítomnosť? – ááá, teraz, už to mám, teraz, neskoro, hneď, TO! Teraz a čo? TO – už je to predsa dávno preč.

**K ČOMU JE TO VLASTNE DOBRÉ?** Spoznáte sami seba, svoje myšlienky, postojte, odhalíte svoje rutiny a spoznate zvyky ostatných ľudí. Zbavíte sa predsudkov a falošných ciest, lebo budete sami vidieť. Budete vidieť do ľudí, vnímať ich slabiny a zámyery, prestanete plytvať energiou, rozčuľovať sa a hnevať. Budete stále kľudní a rozvážni, nič vás nevyvedie z miery, umožní vám to vstup do bdelých snov tým, že si bdelosť preniesete aj do spánku. Prestanete mať pocit „strateného času“ v rôznych situáciách života, začnete vnímať maličkosti a budete z nich mať obrovskú radosť. Aj padajúci list zo stromu vás naplní šťastím, príde k vám sloboda, a mnoho ďalších vecí, ale skúste si to sami ...

Bdelosť mi dala viac, než všetky možné teórie, knihy, názory a diskusie. Je to zážitok bytia, ktorý patrí iba vám (a veľmi ťažko sa prenáša do slov).

**AKO ZAČAŤ?** Prax je vlastne jednoduchá, uvedomte si čo najviac seba i svoje okolie, zameriavajte sa na to, čo prežívate, vnímate, myslíte, hovoríte, atď.

Môžete si to skúsiť hneď teraz. Vaše oči sledujú jednotlivé riadky textu. Uvedomte si, kde sedíte a v akej polohe máte telo, ruky, ako dýchate a vôbec celé prostredie okolo vás. Upokojte svoje myšlienky a buďte čo najpozornejší. Čítajte text a snažte sa ho vnímať. Keď píšem tieto

riadky, vnímam, ako prsty behajú po klávesnici, ako sa dívam na monitor a uvedomujem si polohu môjho tela a zvuky okolia.

Úplne najjednoduchšie (relatívne) je ísť po ulici a skúsiť byť bdely iba chvíľku, kým dôjdete k blízkemu cieľu, iba pár krokov. Uvidíte, že to nie je nič jednoduchého. Takto si uvedomujete maličkosti, ako je obúvanie topánok, nastupovanie do auta, atď. Skúste tiež k niekomu prísť a niečo mu povedať, bdelo. Vyslovujete slová zreteľne a bez chvatu – vedome. Uvidíte, aká je to zmena oproti normálnemu nevedomému hovoreniu, keď narozprávate toľko zbytočných slov. Ďalej môžete skúšať všetko, čo vás napadne, bdelo ješ, chodiť, čítať, dívať sa na televíziu alebo trebárs nakupovať v obchode. Nemusíte hovoriť: „práve teraz sedím, práve teraz kráčam, práve teraz dýcham“ – ide to aj bez myšlienok, proste si nič nehovorte a raďte.

Spočiatku je veľmi ťažké pozornosť udržať na dlhšiu dobu, neskôr je to stále ľahšie aj vo vypätých situáciách. Časom udržovanie pozornosti začne fungovať automaticky. Ešte neskôr vám bdelosť bude pripadať úplne samozrejma

a prirodzená. Dokonca sa budete čudovať, prečo to nevnímajú aj ostatní ľudia.

A čo teraz na konci tohoto odstavca? Ste stále bdely? Čo váš dych a poloha tela?

**BDELOSŤ A DYCH.** Pozorovanie svojho dychu je jedným z najúčinnějších nástrojov, ako utíšiť myseľ. Nie je nutné meniť rytmus vášho dychu, nemusíte robiť vôbec nič. Cez to, pokiaľ pozorujete dych, trochu sa prehĺbi. Pokiaľ vnímam svoj dych, pravidelný nádych a výdych, po chvíli mám pocit, akoby ma tento vzduch prečísťoval. S každým nádychom sú myšlienky slabšie a pozornosť ostrejšia, ako by sa vo mne preháňal vietor.

**BDELOSŤ A CHÔDZA.** Chodíme často, denne. Chodíme pre peniaze do banky, na obed, nakupovať, do kina. Chôdza sa stala automatickou činnosťou, chodíme, aby sme niekam došli, naše kroky majú cieľ. Kofkokrát ani nevieme, kadiaľ sme išli a čo sme videli po ceste. Naše myseľ je

zamestnaná premýšľaním. Pritom v chôdzi môžete objaviť najkrajšiu meditáciu. Je to jednoduché, stačí iba ísť a dívať sa okolo seba, nechať na seba pôsobiť prostredie, upokojiť myseľ, prehĺbiť dych a byť. Zrazu zistíte, že chodíte radi, iba tak. Nepotrebuje ísť niekam, nemusíte mať cieľ, samotná chôdza sa stane cieľom – tým najkrajším. Keď budete pri chôdzi pozorovať, začnete to cítiť – energiu, pohodu, vaše kroky budú iné. Začnú to tiež cítiť ľudia okolo vás. Nech pôjdete kamkoľvek, vaša chôdza bude ako prechádzka v lese, kludná a naplňujúca. Ľudia okolo vás si začnú hovoriť: ten človek má dnes dobrý deň, ale vy žiadny lepší mať nebudete, všetky vaše dni budú dobré.



Jedného dňa som šiel, od „nikadiaľ“, nemal som cieľ. Bola jeseň a padalo farebné lístie, vietor sa so mnou hral. Sledujem svoj dych, pozorujem farby a listy, ako poleťujú vo vetre. Po chvíli som stretol človeka. Zastaví sa a pýta sa: „Kamže ideš v tomto počasí?“

„Idem sa prejsť do lesa“, odpovedám. „A prečo ideš do lesa? Huby už nerastú.“ Je to škoda, že sme z chôdze urobili iba prostriedok k zisku a dosiahnutiu našich cieľov.

**NIEKOEKO RÁD.** Nesnažte sa proti myšlienkam bojovať, iba ich tým posilníte. Pokiaľ ich chcete oslabiť, zamerajte sa do vnútra samého seba a vnímajte svet okolo bez toho, aby ste ho hodnotili (posudzovali). Začnite deň utíšením myšlienok, je to dôležité. Bdelosť skúšajte vo všetkých situáciách, spočiatku je však ľahšie udržať bdelosť keď ste sami, napr. pri chôdzi a jednoduchých činnostiach. Zo začiatku je praktizovanie bdelosti obtiažne pri jednaní s ľuďmi a vo vypätých situáciách, postupom času sa to stáva tým najkrajším. Je ľahšie začať hneď ráno, než sa snažiť udržať pozornosť uprostred dňa. Pokiaľ ste unavení, v nudnej situácii a máte problém udržať bdelosť, zmeňte túto situáciu alebo urobte niečo nevšedného. Pokiaľ na bdelosť nemáte vôbec náladu, prečítajte si nejakú knihu alebo článok, ktorý vás motivuje. Tiež je dobré vymeniť si skúsenosti s niekým, kto bdelosť praktizuje.

## List ľudom bez domova



Milí ľudia v núdzi! Chcem Vám napísať pár riadkov, hoci nie som nijaká odborníčka. Našla som si pre Vás čas, ktorý je taký vzácny. Nepísala som nikdy do novin, nie to ešte do takýchto. Prečítala som si Vaš časopis č.1/2005. Kúpila som si ho na ulici pred lekárnou v Ružomberku od neznámej mladej ženy. Ďakovala mi a poprialala všetko dobré.

Treba pomáhať chorým, starým, opusteným a beznádejným ľuďom v núdzi. Určite nie je ľahké íť na ulici bez domova, bez strechy nad hlavou. Je to ako po ničivom zemetrasení. Sme toho svedkami lenz novin, televízie či rozhlasu.

Som obyčajná veriaca žena, matka štyroch detí. Zijeme skromne, lebo v dnešnej dobe je všetko drahé a za všetko sa platí. Celý život som statočne pracovala, niekedy za málo peňazí, len aby sme prežili. No nikdy som nekradla a ani som neradila druhým, aby tak robili.

Milostivý Boh mi pomohol, keď som to najviac potrebovala, no niektorí kradnú, aby prežili. Radím im, aby nekradli a nepili alkohol. V našom štáte máme inštitúcie, ktoré sú za to platené, aby pomáhali ľuďom v sociálnej núdzi, ktorí sú na to odkázaní. Je tu aj úrad



práce, určite sa pre Vás niečo nájde. Lebo Pán hovorí, hľadajte a nájdete, klopte a otvorí vám. Dajte a dostanete stonásobne. Žíte tak, aby ste sa za svoje činy nemuseli hanbiť!

Neodsudzujem Vás, lebo neviem z akých dôvodov ste sa dostali tam, kde ste teraz. Prajem Vám veľa vnútornej sily a dobrých ľudí, ktorí Vám pomôžu. Zmeňte svoj život k lepšiemu. Boh je milostivý a odpúšťa aj márnratnému synovi, ktorý sa vrátil do otcovho domu zo zlej cesty. Nebojte sa, ako povedal Ján Pavol II. A pokoj Vám.

Anna z Ružomberka

### Odpoveď redakcie:

Milá Anna, vďaka vašej statočnosti prežijú v dnešnej neľahkej dobe aj bezdomovci. Vďaka Vašej ochote pri kúpe časopisu žijú aj tí, čo to v živote prešvihli – veď mnohí z nich hľadajú lepší spôsob života. Vďaka vašej statočnosti vysporiadať sa zo životom existujú sociálne dávky pre tých najslabších.

Vďaka Vám, statoční ľudia na Slovensku, ktorí dávate nezištné zo svojho mála. Boh Vám to vynahradí tisícmi inými spôsobmi. Vďaka Vám za Vašu trpezlivosť, ktorá už bola toľkokrát preverovaná a skúšaná. Nech Vám aj nám Boh pomáha, tak ako pomáha stále tým, ktorí o jeho pomoc prosia, lebo jeho trpezlivosť nemá hraníc.

redakcia

## Našich 8 percent...

Nie, tento krát nebude reč o nejakej národnostnej menšine v spoločnosti, či nebudaj o odvodovom zaťažení obyvateľstva. Osem percent ľudského mozgu dokážeme podľa vedeckých výskumov reálne používať a využívať. Ostatná časť mozgu je vraj iba existujúca a málo prebádaná hmota. Ak týchto 8 percent porovnáme s intelektuálnymi dispozíciami zvierat, máme dosť navrch. Zo širšieho hľadiska by sme však logicky mohli skonštatovať, že v prípade, ak disponujeme skutočne iba ôsmimi percentami mozgu zo 100 percent (čo je celý mozog), dokážeme vnímať a ovládať iba 8 percent univerzálnej reality (jestvovania všetkého). No a z tohto uhla pohľadu sa to už zdá zúfalo málo. Najmä ak si uvedomíme, ako vysoko si cení dnešný moderný človek sám seba, svoje rozumové schopnosti, v ktorých pramení technologický pokrok.

Mňa však teraz trápi jedna naliehavá otázka – čo sa skrýva v tých tajomných 92 percentách VECI, ktorú sme dostali od daru od Boha? Skutočne ide o pasívnu hmotu, alebo iba nerozumieme nerečovým signálom, pomocou ktorých by sme nadviazali spojenie so svojim vyšším Ja, prípadne s Absolútnom? O koľko viac by sme chápali svet aj seba?

Jaroslav Verlík

## Žabacia filozofia

Žaba cestovateľka hovorí žabe v studni: „Videl som more, je úžasné.“ „More? Kvá. A to je čo?“ – pýta sa druhá. „To je vefa vody“, hovorí cestovateľka. „Viac než v mojej studničke? Kvá?“ Ďaleko viacej. „Viac než desať krát viacej?“ Nie, omnoho viacej. „Že by sto krát viacej ako v mojej studničke?“ Nie, ďaleko, ďaleko viacej ... a nech sa snažila vysvetliť jej, čo je to more ako chcela, žaba obmedzená poznaním malej studničky to pochopí nedokázala.





# Ester

príbeh z kempu

Volá sa Ester a má maďarský pôvod. Na mnohých mužov pôsobí vy-

zývavo, no často sa sklamá vo svojich očakávaniach. Za jediný deň sa do nej zamiluje mnoho mužov, no ona si kráča svojou cestou. Je empatická, komunikatívna, v jej očiach sa skrýva zvláštna iskra, ktorá jej valcuje blatisťe chodníky, po ktorých kráča. Jej slabosť v podobe alkoholu ju často zavedie na cesty extrémnych a dramatických situácií. Jej najväčší problém je v tom, že na ľudí budí dojem že ...

Áno, nie je dobrá, no nie je ani zlá. Proste typ, čo vyvoláva pozornosť a rozruch okolo seba. Kde sa objaví, vždy sa niečo deje. Ester je zvláštna bytosť, ktorá ľudí nenechá ľahostajných ...

### • Ako si prežívala svoje detstvo?

Mala som pekné detstvo. Začala sa to kaziť, keď som mala 14 rokov a zažila som obťažovanie od jednej blízkej osoby. Tohto človeka som mala veľmi rada a bol to pre mňa šok. V 21. rokoch som zostala tehotná po jednom žúre s mužom, ktorého som si všimla až ráno. Vôbec na nič som si nepamätala, ako, a či sme sa milovali. Zostala som tehotná a vzápätí bola svadba. Vydala som sa za neho, no nebola to láska, len akási nutnosť, ľútosť, či tak akosi. Po pár rokoch som sa rozviedla, nebola som šťastná. Nechceli nás ani rozviesť. S druhým mužom som zažívala niečo podobné. Pred svadbou samé sľuby, no potom to bolo o inom. Hľadal ma po baroch, kde som stále utekala a keď ma našiel, zbil ma a nutil sa milovať. Ja som pila preto, aby som trucovala. Potrebovala som byť pri ľuďoch, bolo mi jedno s kým. Z času na čas som dobrovoľne

absolvovala protialkoholické liečenia. Dcéru z prvého manželstva prisúdili prvému mužovi, lebo vraj by som sa o ňu nedokázala postarať, nemala som byť ani zabezpečenie. Nakoniec som súhlasila, no s mojou dcérou sa stretávam u mojej mamy, kde je vlastne stále.

### • Takže s mužmi si kde-čo prežila?

Sama neviem, prečo som to tak všetko robila. Obidvaja muži by mi dali aj posledné, no ja si som to veľmi necenila. Moje trable len začali, keď som sa zoznámila s jedným inžinierom, do ktorého som sa zaľúbila a on do mňa. Po krátkej známosti na vlakovej stanici som zostala tehotná, narodila sa mi dcérka Ivka. Po desiatich mesiacoch som znovu otehotnela a čakala som dvojičky. V ôsmom mesiaci som porodila, no obidve deti zomreli po pôrode. Bol to pre mňa ďalší šok. Dostala som laktáčnu psychózu a skončila som na psychiatrii. Počas pobytu sa o dcérku Ivku staral môj druh. Do troch rokov som sa starala o dcéru Ivku, no vtedy som zasa nezvládla svoj život a chcela som spáchať samovraždu. Zapálila som si sviečky na rozlúčku a zjedla kopu liekov. Našli ma včas, vypumpovali žalúdok a znovu som skončila na psychiatrii. V tom stave som vôbec nevnímala kde je moja trojročná dcérka. Na sociálnom mi len povedali, že je o ňu dobre postarané, no dodnes neviem, kde sa nachádza. Bývalý partner sa stratil, akoby sa pod ním zem prepadla a dodnes o ňom nič neviem.

### • Muselo to byť pre teba ťažké. Mnohí by mali z toho šok?

Ono tie šoky ešte len prišli. Na liečení som sa zoznámila s lekárom, ktorý sa do mňa zaľúbil a teraz je vraj vo väzení, lebo chcel vyhodit svoju matku z deviateho poschodia.

Zažila som mnoho flirtov, ktoré skončili dosť tragicky, no nedokázala som byť sama. Vyhľadávala som spoločnosť v baroch a raz som sa vybrala s kamarátkou na návštevu do jednej dediny. Nakoniec sme išli do dedinskej krčmy, kde sme popíjali. Keď sme už na záverečnú odchádzali

z krčmy, videla som na zemi ležať ujk a s palicou a s nákupom vedľa seba. Pýtala som sa ho, či mu mám pomôcť, no on ma okríkol, nech mu dám pokoj – bol opitý. Na druhý deň ma zobrali policajti. Vraj som ujk a lúpežne prepadla a okradla ho o kuracie drobký v hodnote 54 korún. Ostatný nákup bol vraj nedotknutý. Peniaze mu vraj nezmizli, len tie drobký. Sedem mesiacov som si odsedela vo vyšetrovačke v Banskej Bystrici a potom ma pred Vianocami oslobodili. Mojou vinou bolo len to, že vyzerám nedôveryhodne, lebo nemám trvalý pobyt, alebo ho často mením. V živote som naozaj nemala dôvod kraďnúť, lebo som mala všetko, čo som potrebovala.

### • Je zaujímavé, že mnohí by boli po neoprávnenom uväznení nahnevani, urazení, či inak pohoršení, no Ty to hovoríš tak, akoby sa nič nestalo?

V base som poznala mnoho ľudí, ktorí mi pomáhali a vedeli, že ma čoskoro prepustia. Za kuracie drobký v hodnote 54 korún? Bola som dobre zabezpečená a skutočne som nebola odkázaná okradnúť ujk a s palicou o kuracie drobký. Vo väzení ma preto nazývali kura – veď som sedela za kuracie drobký. Mnoho ľudí mi všemožne pomáhalo, mali ma tam radi ... Koniec koncov, všade som sa mala dobre, nemôžem sa sťažovať.

### • Čo tá v živote najviac zranilo?

To, že mi zobrali moju dcérku Ivanku. Od jej troch rokov som ju nevidela. Pátrala som po nej na sociálnom, no nemôžem sa dozvedieť pravdu. Mám ju stále veľmi rada. Vidím ju v každom dieťati. Vlastne ju stále hľadám ...

### • Vo väzení si sa zoznámila s mužom, ktorý bol odsúdený za bitky. Spolu ste prišli do kempu, no nakoniec ste sa rozišli. Ako to bolo?

Mala som ho rada a vo väzení mi veľmi pomáhal, bola som mu vďačná. No dnes som zasa sama.

### • Na teba sa vždy niekto nalepí, si

### atraktívna žena, čo s tým robíš?

Nerada som sama, vyhľadávam spoločnosť. No keď sa na mňa niekto nalepí, tak potom ujdem. To hovorím o takých náhodných známostiach na jeden deň či večer.

### • Ako vidíš svoj doterajší život?

Mnoho ľudí som sklamala, hlavne moju mamu. No aj moji bývalí muži ma mali radi. Ja som už taká.

### • Čo by si chcela v živote ešte dosiahnuť?

Keď vidím dieťa na ulici, hľadám v nej moju stratenú dcérku Ivanku. Už má osem rokov a ani neviem, ako teraz vyzerá. Často na ňu myslím a túžim sa s ňou stretnúť. Život so mnou veľa krát zamával, no nesťažujem sa, ak len na seba ... O moju dcérku som prišla nedobrovoľne, bez toho aby som podpísala adopciu, či iné zverenie do výchovy. Keď som bola triezva, ale aj opitá, vždy som myslela na svoju dcérku, ktorú veľmi milujem. Často pre to plačem, no málokedy poviem skutočný dôvod môjho plaču. Divím sa tej žene, ktorá ju vychováva, ako by to prežívala ona, keby jej zobrali dieťa. Snáď aj touto cestou ju nájdem. Preto som sa už veľa rokov nezastavila a stále som na cestách a hľadám ... možno na nesprávnych miestach, no stále hľadám ...



Ester prežila svoj život v extrémoch svojej otvorenosti a prežívania života naplno. S nálepkou krkavčej matky si veľa pochvál od najbližších ľudí neužila. Pila z trucu voči sebe aj druhým. Ľudia ju milujú ale aj nenávidia. V jej očiach je radosť, ale aj prežitý smútok. Nech Boh pomáha ľuďom ako je Ester, no nie len im. A on to robí a Ester si to plne uvedomuje. Možno preto necíti zatrpknutosť na prežitú prešlapy v živote, veď len hľadá svoje šťastie ...

## NEPOROZUMENIE

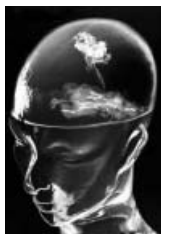
Bol raz jeden učený mudrc, ktorý z tej veľkej slávy, namyslený na svoje vedomosti, spýšnel. Raz po celodennom putovaní pod horúcim slnkom úplne vysmädol. I tu zrazu vidí malý slamený domček so studňou, stojaci opodiaľ murovaného, neobývaného domu. Keď zbadal stáť pri studni ženu, šiel a požiadal ju o vodu. Načrela mu zo studne, no kým mu ju podala, zohla sa a vhodila mu do krčahu pár listov. Mudrc sa urazil, no nepovedal jej na to nič. V duchu si však hovorí: „Čo ja jej za to len vyvediem? Toto si dovolila urobiť mne, mne?!“ I hovorí jej: „Ďakujem Ti za vodu, žena. A aj sa ti za ňu radou odplatím. A čože ty bývaš v tejto chudobnej chatrči a tu hľa, murované stavenie nechávaš prázdne stáť? Len sa ty tam nastáhuj, aj deťom bude lepšie.“ To povedal, lebo vedel, že tí čo



tam kedysi žili, všetci pomreli, lebo dom bol postavený na zlom mieste. Keď po dlhých rokoch znovu prechádzal krajom, zastavil sa pozrieť, ako sa to tej žene vodí. Pozerala a hľa, detvákov pribudlo a aj vyrástli. A zdravie z nich len tak sršalo. I pýta sa ženy: „A to tu stále žijete a ste stále takí zdraví?“ Áno, odvtedy, ako ste mi to poradili. A zľú silu? Tú som zahnalá láskou v každodennej starosti o môjho muža i deti. Prekvapený jej dobrotou sa pýta: „A prečo si mi teda hodila lístie do vody, ktorú si mi podala?“ Vieš, voda v studni je veľmi chladná a videla som, že si rozpalý. V smáde by si pil hltavo, zaplánila by ti. Takto si musel piť pomaly. I odišiel zaraz preč, zahanbený tak veľmi tým, že ho v múdrosti predišla obyčajná nevzdelaná žena, že nadobro zanechal učených múdrostí. Vedomý si toho, ako zle sa k nej zachoval, priznal si svoju hlúposť a prestal byť namyslený.

## NEPOZORNOSŤ

Určite to poznáte, keď pribíjate klinec a ... buchnete si pri tom kladivom po prstoch. No, väčšinou sa pri tom najk a nadáva, ale malo by sa skôr ďakovať a učiť sa. Vysvetlím. Ste nepozorný. Vy si to nevedomujete, ale prehlídate veľa vecí v živote. Život vás však má rád a trápi ho, že ho prehlídate a stále niečím rozmýšľate a trápate sa tým. Chce vám pomôcť žiť v prítomnosti, tak vám ukáže ako. Prestane viesť vašu ruku udierajúcu kladivom a ponechá to na vás. To sa klepnete po prste a zažijete sakramentskú bolesť. A zrazu ste v takej pozornosti ako už dlho nie. Prežívate tu a teraz, v prítomnosti. Nie síce príjemným spôsobom, ale keď to inak nešlo ... Na ukážku. Ak sa nič naučíte, život vám dá ďalšiu šancu, prípadne vás nechá buchnúť autom, ak nestačí kladivo.



## Aforizmy

- Človek, ktorý sa zaoberá iba slovom a nenechá ho prerásť do svojho života, sa podobá pacientovi, ktorý dostal liek na vyliečenie choroby. Môže si čítať návod koľko len chce, ak liek neužije, nikdy sa nevylieči.
- Najväčšou ilúziou je minulosť. Spomínajúci sa často rozprávajú o veciach, ktoré dávno neexistujú.
- Najväčším bláznovstvom je plánovať svoju starobu. Veď už zajtra tu nemusíte byť.
- Každý chce tvoje dobro, nedaj si ho v žiadnom prípade vziať.

**TEXT MP3**  
**PIESNE** na našich stránkach

## Vteřina

A tato vteřina, co teď cítím,  
co na svědomí má, že tak svítím,  
a tato má milá sekunda,  
chci aby byla ještě runda.

Vteřina běží za vteřinou,  
já nechci, už nechci žádnou jinou,  
než právě tu, co teď cítím,  
co na svědomí má, že tak svítím.

Teď a navždy budme,  
teď a navždy budme.  
Teď a navždy.

Jsem lovec krásných okamžiků,  
přivinu tě k sobě v jednom mžiku,  
staň se mou, mou vteřinou,  
(ha, ha, cha, cha, cha)  
báječnou, zářivou.

Chodím teď s vteřinou,  
nemyslím na jinou,  
nemyslím na jinou,  
než na tu svou půvabnou,  
Chodím teď s vteřinou,  
nemyslím na jinou,  
spíme pod peřinou,  
každou noc pod jinou.

Vteřina běží za vteřinou,  
já nechci, už nechci žádnou jinou,  
než právě tu, co teď cítím,  
co na svědomí má, že tak svítím.

Nabalte si taky vteřinu,  
zalezte s ní pod peřinu,  
anebo s ní dělejte co chcete.  
Hlavně ať prosím Vás,  
když půjde kolem Vás,  
Hlavně ať vteřinu nechrápete!

A kdy půjde kolem vás? No teď!  
A která to je? No ta!  
No to byla ta co se vznášá,  
a teď právě!  
Tak se jí zmocněte,  
zásrubní píseň si s ní zazpívejte.

Teď a navždy budme.  
Teď a navždy. Bud!

Daniel Nekonečný



# PRIESTOR PRE ŽIVOT



zoznam stánkov je na internete

www.PriestorPreZivot.sk

## Dostanete nás aj v stánkoch PNS!

Priestor pre život môžete kúpiť v 327 mestách a obciach po celom Slovensku. Podrobný zoznam PNS stánkov s určením polohy nájdete na našej internetovej stránke [www.PriestorPreZivot.sk](http://www.PriestorPreZivot.sk)

Asi nie všade budú mať časopis na pulte – najmä keď je v ponuke nový, ale objednávať Vám ho a časopis dostanú v najbližšej zásielke. Objednávacie číslo je: 5190

## VEREJNÝ KEMP V MARTINE



## Bodlače Drága

- Keby politici štrajkovali, bol by aspoň na chvíľu pokoj.
- Nezamestnaný je čiernou ovcou spoločnosti. Zamestnaný baranom, ktorého treba zodrať z kože.
- Tempo nášho rozvoja určujú tí, čo stále sedia na riti.
- Nestačí hovoriť k veci, treba hovoriť k ľuďom.
- Niet na Slovensku lásky, keď hory stoja na mieste.
- Ani jeden svetonázor neuznáva celý svet.
- Zlí veriaci pôjdu do pekla, zlí neveriaci – na pivo.
- V malom štáte nesnívajate o veľkých platoch.
- Ak vás prestal baviť život, robte niečo iné.
- Našej vláde som zaviazaný – slučkou na krku.
- Rakovina od „lajtiak“ nie je vôbec ľahšia.
- Príroda je zdevastovaná, už ani bútlavú vrbu nenájdete.
- Ženy delíme na zvodné a zvodné.
- Čert sa v pekle cíti ako v siedmom nebi.
- Nehovor hop, keď ťa nikto nepočúva.
- Sociálne dávky vyvolávajú nadávky.
- Keď zapijam borovičku pivom, mám v žalúdku zmiešané pocity.
- Ak ste sám, pripite si so svojim alter ego.

## Sme tu všetci spolu

Tento rok opäť zakvitli červené tulipány. Pamätáš, mama? Mala si ich najradšej. Tvoj vnuk je zase o rok starší – stále neposedný, živý. Vyrástol už z detských vecí, pôjde do školy. Vie, čo znamená kvietok pre mamu a starkú. Keď pôjdeme na hrob, vezmeme z červených tulipánov a budeme spomínať na časy, keď si bola s nami, keď si sa smiala a bola spokojná. Aj na časy, keď sa Tvoj život zúžil na nemocničnú izbu, depresiami zastretý svet a tiché trápenie. Už vieme, ako bolí samota, už viac vecí chápeme. Dobrovoľný odchod bol Tvojím vykúpením z trápenia, ktoré sa stalo neúnosným.

Aj na rok zakvitnú červené tulipány. A Tvoj vnuk, mama, Ti ich opäť prinesie.

Sú chvíle, momenty, ktoré nezmeníme. Neodvratne sa stali a je na nás, ako ich prijmem. My, čo sme zostali, sme tu preto, aby sme pokračovali v poslaní tých, čo odišli, aj keď máme čriepky na duši. Tie „káričky“ za sebou vláčime viacerí. Všetci sme na dlhej ceste, nik presne nepozná jej finále. Pomôžme, všimajme si, majme oči otvorené. Občas sú „káričky“ priťažké, ťahajme ich spoločne, verte, že sú i vaše.

## Hádanka

Do chladničky sa schoval slon. Ako dáte do chladničky žirafu?

Odpoveď: „alitsemen afariž mat as yb kanI !anols mreibyv rôksjaN“

## Otvoriť môžeš len ty

Dlhé roky som chodievala okolo bezdomovcov nevšímavo. Bol to iný svet, do ktorého som nemala dôvod nazerať. Riešila som v mojom živote pár vecí a mnohé stále nemám doriešené. Dlhú som hľadala rôzne odpovede. Prišiel raz deň, keď som šla mestom a vtedy som ho zazrela. Žobráka, ktorý kľučal na námestí. Pohľad naňho vo mne niečo pohol. Prešla som okolo, no ten pohľad mi nedal pokoj. Vrátila som sa a dala mu pár korún. Jeho oči ku mne vzhľadli a bolo v nich niečo úžasne hlboké. Chytil ma za ruku a vrúcne ďakoval. A mne vytryskli slzy ...

Nastal vo mne zlom, vo vnútornom precitovaní. A pár dní na to som spoznala prostredníctvom zaujímavej diskusie človeka, ktorý stojí i za týmto časopisom a uvedomila som si, že i to je jedna z ciest pre môj život. Otvoriť srdce, tak pevne uzamknuté. Otvoriť ho pre iných.

A tak v mojom vnútri už bezdomovci nie sú viac bezdomovcami, ale tuláčikmi. Koľkí z nás sú takými tuláčikmi? Koľkí sa túlame životom a hľadáme si to svoje miesto v ňom?

Morgana

