

PROBUĎTE SVÉHO VNITŘNÍHO ŠAMANA

Marcela Lobos



MAITREA

**PROBUĎTE SVÉHO
VNITŘNÍHO ŠAMANA**

PROBUĎTE SVÉHO VNITŘNÍHO ŠAMANA

Marcela Lobos

V N I T Ě R N Í S Í L E • M E D I C Í N S K Ý
K R U H
J A K O C E S T A K

Přeložil Zdeněk Böhm



MAITREA

2023

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Lobos, Marcela

[Awakening your inner shaman. Česky]

Probudte svého vnitřního šamana : medicínský kruh jako cesta k vnitřní síle /

Marcela Lobos ; přeložil Zdeněk Böhm. -- První vydání v českém jazyce. --

Praha : Maitrea, 2023. -- xxviii, 225 stran

Přeloženo z angličtiny. -- Obsahuje bibliografii

ISBN 978-80-7500-656-1 (brožováno)

* 133.4:2-382 * 133.2 * 2-312.6 * 159.923.2 * 615.851 * (035)

– šamanismus

– duchovní cesta

– přechodové rituály

– sebepoznání

– sebeuzdravování

– příručky

133 - Ezoterismus. Okultismus [17]

Marcela Lobos

Probudte svého vnitřního šamana

Awakening Your Inner Shaman

Copyright © 2021 by Marcela Lobos

Originally published in 2021 by Hay House Inc., USA

Translation © Zdeněk Böhm, 2023

Czech edition © MAITREA *inspirace srdcem*, s.r.o., Praha 2023

ISBN 978-80-7500-656-1



*Matce Zemi
a všem odvážným duším,
které říkají ano svému poslání
býti jejími Správci.*



Milí čtenáři,

snažíme se, aby naše knihy byly perfektní. Pokud i přesto objevíte v textu nějakou chybu, napište nám na nakladatelstvi@maitrea.cz a my ji rádi opravíme.

Díky, Vaše nakladatelství

OBSAH



Předmluva: Přechodové rituály	ix
Úvod: Hledání sebe samé	xv

ČÁST PRVNÍ: JIH

MILNÍK PRVNÍ: Volání Ducha	13
MILNÍK DRUHÝ: Odmítnuté volání	23
MILNÍK TŘETÍ: Příznivé synchronicity	35

ČÁST DRUHÁ: ZÁPAD

MILNÍK ČTVRTÝ: Překročení prahu	57
MILNÍK PÁTÝ: Do srdce lúna	69
MILNÍK ŠESTÝ: Zkoušky a soužení	83

ČÁST TŘETÍ: SEVER

MILNÍK SEDMÝ: Setkání s Bohyní	111
MILNÍK OSMÝ: Smíření s Otcem	121
MILNÍK DEVÁTÝ: Apoteóza	139

ČÁST ČTVRTÁ: VÝCHOD

MILNÍK DESÁTÝ: Nejvyšší dobrodiní	171
MILNÍK JEDENÁCTÝ: Odmítnutí návratu	187
MILNÍK DVANÁCTÝ: Kouzelný let	197

ČÁST PÁTÁ: MISTROVSTVÍ MEDICÍNSKÉHO KRUHU

MILNÍK TŘINÁCTÝ: Podělit se o svůj dar	209
--	-----

Vybraná bibliografie	219
Poděkování	221
O autorce	223
Ohlasy na knihu <i>Probudte svého vnitřního šamana</i>	224

PŘEDMLUVA

PŘECHODOVÉ RITUÁLY

Nikdy nelze dostatečně zdůraznit, že cesta k Počátku, cesta k naší božské přirozenosti, je svým způsobem stejně přirozená a stejně neodmyslitelně patří k plnosti přírody a stvoření jako pěstování růží na zahradě nebo pšenice na poli. Ani o tom nelze dostatečně hluboce medítovat.

– ANDREW HARVEY, *THE DIRECT PATH*

KDYŽ JSEM SE V DEN svých čtyřicátých devátých narozenin ráno probudila, přivítala jsem ho jako jeden z nejpříznivějších dnů svého života. Mystické tradice hovoří o dovršení sedmého septenia jako o významném rituálu přechodu do zlatých let života. Oslavila jsem toto dovršení ať už v dobrém či zlém tím, že jsem si prošla sedm hlavních energetických center (čaker) svého těla. Znamená to, že moje psýché měla možnost projít si všemi základními tématy lidství – počínaje tématem přežití v kořenové čakře až po duchovní spojení v čakře korunní skrze lásku srdce.

Brzy se k tomu měla přidat i významná astrologická souhra. Kentaur Cheirón, něco mezi asteroidem a kometou, se měl postavit přímo do aspektu s mým Sluncem. Toto nebeské těleso nám připomíná naše nejhlubší životní zranění. Každých padesát let se vrací na stejné místo v našem horoskopu. Jeden astrolog mě nedávno varoval: „Ještě dlouhé měsíce poté, co vám bude čtyřicet devět let, bude vaše základní zranění mokvat a hnísat v naději, že dosáhnete hlubší moudrosti, lásky a síly.“

To je úžasné! pomyslela jsem si, když jsem přemýšlela o jeho slovech. Ležela jsem v posteli a ponořila jsem se do intenzivní vzpomínky. To horko, které mi stoupalo po páteři a zalévalo mě potem, bylo téměř slastné. Myslela jsem na svou minulost, která shořela, aby uvolnila prostor mému odvážnějšímu a moudřejšímu já. *Vítej, menopauzo!* Kamarádky, které už tímto přechodovým rituálem prošly, mě varovaly, že to není snadné, ale pocit svobody, který s tím přichází, stojí za všechny ty potíže.

Po těžkém dětství a období mladší dospělosti jsem ke svým devětačtyřicátým narozeninám dostala všechny dary, ve které jsem mohla doufat. Moji dva synové byli zdraví a samostatní, rodiče se měli dobře. Dopsala jsem první knihu a odevzdala ji nakladateli. Probouzela jsem se vedle svého milovaného manžela Alberta, se kterým jsem strávila posledních šestnáct let. Brzy nato, jako většinu rán, přinesl Alberto čaj a pak jsme se navzájem podělili o své noční sny a stanovili si cíle pro tento den. Dnes ráno mi také přinesl květiny, dárek a báseň, kterou pro mě napsal.

Kdykoli cítím hluboké emoce, mým rituálem je vyjít ven a splynout se zemí a přírodou. A tak jsem si po vychutnání manželových láskyplných slov oblékla své oblíbené zahradnické šaty. Dostala jsem nápad zasadit nové denivky pro hejna kolibříků, která nám krouží kolem domu.

Cestou pro rostliny jsem prohodila pár slov s naší hospodyní. Našla jsem ji v prádelně, jak žehlí povlečení a poslouchá zprávy. Reportérka právě oznamovala, že v městečku nedaleko hor, kde žijeme, se objevily nové případy covidu-19. Hned jsem věděla, že začíná nový boj – *karanténa*.

Můj imunitní systém byl ještě křehký. Před třemi lety mě totiž málem zabila strašná plísňová infekce v plicích, a Alberto už byl ve své třetí etapě života. Oba jsme byli považováni za „rizikové“.

Když jsme tedy poprvé zaslechli zprávy o pandemii, rozhodli jsme se, že budeme opatrní.

Alberto a já žijeme ve středním Chile na šedesáti akrech půdy, kde jsme vybudovali retreatové centrum pro výuku šamanských a zdravotních programů. Abychom se mohli starat o pozemky a zvládali každodenní činnosti, měli jsme zaměstnance na plný úvazek. Patřili mezi ně dva vedoucí pracovníci, kuchaři, tesaři, zahradníci a uklízečky. Nyní jsme museli rychle zrušit nadcházející program, omezit provoz a přerozdělit všechny logistické povinnosti.

Tak začalo bouřlivé období našeho života, které mělo shodné rysy s extrémními dalekosáhlými změnami ve světě. Souběžně s tímto vnějším stresem do mého vnitřního světa vstoupily návaly horka a extrémní vyčerpání. O několik týdnů později, zatímco jsem se vyrovnávala s adrenálními vyčerpáním, začal Cheirón neúprosně tlačit na mé nejhlubší duševní rány. Často mě zaplavoval smutek, jakožto učitelka jsem se cítila odsunutá na vedlejší kolej, někým nahrazená a zapomenutá. Měla jsem pocit, že to, čím mohu být prospěšná, nikoho nezajímá.

Jak dny plynuly, na covid-19 zemřely tisíce lidí, zatímco miliony lidí po celém světě protestovaly proti sociální nespravedlnosti... Shořely miliony hektarů sibiřských lesů a tání ledu v Grónsku dosáhlo bodu, odkud už není návratu... Můj smutek se změnil z chladné ochromující melancholie ve vroucí aktivní vztek. V tom nejhorším okamžiku jsem pocítila nesnesitelný pocit zrady a naléhavou potřebu spravedlnosti a pomsty. Jak jsem mohla já, mírumilovný člověk, který učí dobrou a duchovnost, myslet na tak škodlivé věci?

Tři měsíce izolace s manželem proměnily naše láskyplné útočiště v tlakový hrnec – se všemi ingrediencemi pro intenzivní transformaci. Brzy jsem pochopila, že ta křivda, kterou jsem pocítovala,

přesahuje mou racionální mysl. Uvolnily se karmické vzpomínky. To vše pocházelo z traumat z minulých životů, z traumat generačních a kulturních.

Věděla jsem, že bez ohledu na to, jak bolestivý tento přechod může být, budu muset tento proces podstoupit a použít veškerou moudrost, jakou jsem si za ta léta práce dokázala vypěstovat, včetně schopnosti nadhledu. Musela jsem nyní aktivovat a použít veškeré vhledy, které jsem si za více než dvacet let vypěstovala jako jógin-ka a šamanka a později jako studentka hlubinné psychologie. To bylo něco, čeho jsem nemohla dosáhnout pouhým přemýšlením, ale bylo třeba ponořit se do velkého alchymistického procesu, k němuž mě tlačila má duše. Uposlechnu to volání?

Hlubinná psychologie a šamanismus učí, že projít přechodovými rituály vyžaduje odumření ega, aby člověk mohl vstoupit do vyššího vědomí. Už dávno jsem tedy věděla, že v určitém okamžiku mého života bude muset ta pracující maminka středního věku zemřít, čímž dostanu příležitost přijmout moudrost královny. Přesto jsem ze zkušenosti se svými minulými přechodovými rituály věděla, že to bude krutý a děsivý prožitek. Probudit se ve třinácti letech potřísněná krví, porodit doma dvě děti a projít si bolestným rozvodem – to vše ve mně zanechalo otisky na té nejhlubší úrovni. Má práce, kdy jsem posledních čtrnáct let dělala ženám průvodkyni, mě také naučila hodně o strachu z procesu odpoutání se i o strachu postavit se čelem neznámé budoucnosti.

Všechny tyto vhledy obsahovaly moudrost, která mi pomohla zrodit mé nové já. Zásadní bylo nebránit se, nýbrž při každé z těch nesnesitelných kontrakcí intenzivně dýchat. Ano, porodní kanál se otevřel. Moje bolest, vztek a velká úzkost – ne nepodobná úzkosti mnoha dalších lidí zažívajících strašlivé výzvy po celém světě – mě

dotlačily až na dno mé skutečné podstaty, abych se nakonec vynořila do větší a soucitnější reality.

Abych se v šílenství svých emocí úplně neztratila, cvičila jsem se v umění být pozorovatelkou. Když mi bylo kolem dvaceti, naučil mě můj dobrosrdečný učitel jógy, jak se usadit ve vědomí, které jen pozoruje myšlenky, pocity a okolí, aniž by na cokoliv z toho reagovalo. „Zůstávej ve svém vědomí a dýchej,“ zněla instrukce. Před několika lety pak moje praxe „pouštění“ dosáhla ještě větší hloubky, když jsem se začala s jedním bhútánským lamou cvičit v nepřekonatelné meditaci dzogčenu. „Nech to tak, jak to je,“ byla jeho slova. „Dokonce i dech... Nesnaž se svůj dech kontrolovat ani sledovat.“ Podařilo se mi to, když mě přiměl spočinout očima i vědomím na symbolu, který představuje obrovský prostor prvotní povahy mysli – neomezované každodenními těžkostmi života.

Když jsem tedy hleděla na svět očima hluboce dotčeného člověka žijícího ve strašlivě rozbouřeném světě, bylo třeba začít skutečně medítovat. Jedna věc bylo sedět na teplém polštáři, zatímco kolem mě bylo všechno v pořádku, a druhá nechat žár svého vzteku vřít, aniž bych poslala do ohnivých pekel svůj dům nebo vztah (což jsem chvílemi měla opravdu chuť udělat).

Když jsem si uvědomila karmické důsledky jednání ve vzteku, soustředila jsem se na své vlastní umírání a znovuzrození. Udělala jsem vše, co bylo potřeba. Mluvila jsem s moudrými staršími ženami, prolila jsem mnoho slz ve svých milovaných zahradách, tančila jsem až do úplného vyčerpání a svému partnerovi jsem řekla nahlas to, co jsem mu potřebovala říci. V tomto posledním ohledu jsem to udělala s maximální úctou, jaké jsem byla schopna, a zároveň jsem převzala odpovědnost za své vlastní emoce. Nakonec tu nebyla ničí vina, spíše to byla dokonalá očista, jedna z nehlubších, jakými jsem kdy v životě prošla.

Proces přechodu od žárlivosti a nejistoty k tomu, abych se přihlásila o svou vlastní hodnotu, aniž bych očekávala, že mi ji někdo dodá, jsem vnímala tak intenzivně, že jsem si jistá, že se to netýkalo jen mě osobně. Tím, že jsem nechala proces proběhnout přesně tak, jak bylo třeba, ctíla každý krok této cesty a naplno prožívala každou emoci, uvolnila jsem spoustu energie. Nebyla to jen moje vlastní energie z tohoto a dalších životů, ale také energie mé matky, sestry, neteří a generací předcházejících i následujících. Doufám, že vám prostřednictvím této knihy a vyprávěním svého vlastního příběhu dokáží zprostředkovat, že když přijmeme své uzdravení a probuzení se vši krásou i hrůzou, která s nimi přichází, ocitneme se ve službě nejen své individuální duši, ale i všem ostatním – a celému světu. Naším úkolem je i nadále stát za vším, co vstupuje do kotle naší proměny, abychom mohli i nadále zářit ve své vlastní majestátnosti bez ohledu na to, jaké jsou vnější okolnosti.

ÚVOD

HLEDÁNÍ SEBE SAMÉ

*První krok k poznání zázraku a tajemství života je poznání
obludné povahy pozemské říše člověka, tak jako i její slávy,
uvědomění si, že taková prostě je a že ji nelze změnit nyní
ani v budoucnu. Ti, kdo si myslí, že vědí, jak by vesmír mohl
vypadat, kdyby ho stvořili oni, bez bolesti, beze smutku,
bez času, beze smrti, ti nejsou způsobilí k osvícení.*

– JOSEPH CAMPBELL

V NAŠÍ POSTMODERNÍ MATERIALISTICKÉ TECHNOLOGICKÉ ÉŘE není neobvyklé, že se lidé nacházejí v nějaké krizi, ať už citové, psychické nebo duchovní. Od kamaráda, člena rodiny nebo někoho jiného, koho známe, můžeme slyšet, že se trápí, má nějakou neurózu, pociťuje úzkosti, poruchy, nutkání, deprese, cítí se jako bez duše nebo naprosto zmateně. Tyto pocity jsou známkou vnitřního konfliktu, který volá po řešení, což vyžaduje změnu vnímání a odpovídající změnu postojů a jednání. Když se to děje v takto širokém měřítku, je očividné, že celá naše společnost volá po zdravějším způsobu, jak žít.

Když mi bylo něco málo přes dvacet, mé vlastní vnitřní konflikty mě přivedly k léčivé a tajemné moudrosti východních tradic, zejména k praxi jógy. A pak mě nečekaný sled událostí dovedl až k hlubokému ponoru při zkoumání šamanské cesty, především v kontextu andské a amazonské spirituality. Na své cestě zasvěcení

do šamanské moudrosti jsem se setkala s prastarými mapami reality, s jejich viditelnými i neviditelnými složkami.

Mapy reality nám pomáhají orientovat se na rozsáhlém území naší psychiky ve vztahu k druhým lidem a ke světu. Mýty a náboženská vyprávění jsou také mapami, které nás spojují se základem, jenž nás uzemňuje a dává nám pocit sounáležitosti. V této knize se s vámi podělím o dvě nesmírně užitečné mapy, které naši předkové používali od pradávných dob, aby pomohli praktikujícím čelit zásadním životním otázkám.

První mapou je Medicínský kruh z Jižní Ameriky. Pokud kruh vnímáme jako holografickou konfiguraci navrstvenou na naši realitu, pak je více než mapou. Stává se nástrojem, který nás dokáže vyvést z našeho strachu a nehybnosti na smysluplnou životní cestu.

Druhou mapou je Cesta hrdiny, často povrchně zobrazovaná v hollywoodských filmech. Narativ hrdiny se používá již dlouho, ale termín „cesta hrdiny“ zavedl v roce 1949 profesor Joseph Campbell, aby vystihl archetypální obohacení osobnosti člověka, které se pak rozlévá do celé společnosti. Kořeny této cesty vyrůstají z hloubi prastarých tradic celého světa. Vypráví se tu o okamžiku, kdy čelíme výzvě vykročit z běžného života na neobyčejnou cestu hledání, která přinese velkou moudrost jednotlivci i společnosti.

Medicínský kruh vstoupil do mého života v době, kdy jsem byla rozrušená mladá žena se dvěma malými dětmi. Tím, že jsem následovala jeho znamení a symboly, jsem si vyléčila chronickou sklíčenost a zranitelnost a našla cestu ke své vnitřní síle a jistotě. Později mi Cesta hrdiny umožnila podrobněji pochopit každý milník, který jsem prožila, abych se vrátila domů do svého těla, srdce i duše.

Když jsem se dozvěděla o konceptu individuace, jak jej popsali švýcarský psychiatr Carl Gustav Jung, uvědomila jsem si, že obě

mapy poskytují mnohá vodítka k tomuto procesu. Naše technologická globální společnost nenabízí jednotlivci žádný posvátný či transcendentní smysl. Zatímco naši předkové hledali vedení a inspiraci u hvězd na obloze, u hor, řek, rostlin a zvířat, my se díváme na obrazovku a hledáme fakta a informace.

PROCES INDIVIDUACE

Jung to popsal takto: „Individuace znamená stát se jedinečnou homogenní bytostí, a jelikož individualita zahrnuje naši nejvnitřnější, konečnou a nesrovnatelnou jedinečnost, znamená to také stát se sám sebou. Individuaci bychom tedy mohli přeložit jako... ‚sebe-realizací.‘“ Proces individuace je pozoruhodnou, úplnou a podrobnou vizí toho, jak můžeme dosáhnout emoční, psychologické a duchovní milosti, po níž naše lidství touží. V souladu s tím je pro každého člověka zásadní integrovat všechny aspekty sebe sama, aby se stal soudržnou osobností – někým, kdo není roztříštěný, ale je nedělitelný, a zároveň usiluje o celistvost a úplnost. Výsledkem by byli zdraví, živoucí jedinci, kteří vyrůstají psychicky nezávisle na svých rodičích a kteří nacházejí smysl v tom, co dělají, a zároveň smysluplně přispívají společnosti.

Proces individuace nás pohání k realizaci našeho širšího Já. Vyvíjíme se od nezralého sebestředného pohledu na svět k holistickému a všezahrnujícímu vnímání reality. Abychom porozuměli svému Já, musíme nejprve pochopit, že si uvědomujeme jen velmi malé procento svého celkového bytí. Stejně jako nemůžeme vidět celou velikost ledovce, když zkoumáme pouze jeho špičku, která vyčnívá z oceánu, nepochopíme ani své plné vědomí, když budeme zkoumat pouze to, čemu věnujeme pozornost. Pod hladinou se nachází to, co Jung nazývá osobním nevědomím splývajícím

s nezměrnými vodami kolektivního nevědomí, které tvoří nadčasové a univerzální síly ovlivňující myšlení, pocity a chování všech lidí.

Na jednom konci nevědomí najdeme vnitřní biologické pudy, které nás pohánějí k přežití. Na druhém konci máme dynamické energie, které se v mysli projevují jako přesvědčivé obrazy známé jako „archetypy“. Ačkoli archetypy patří ke kolektivu, každý člověk nebo kultura je formuje a zobrazuje podle svého vlastního přesvědčení. Prvotními příklady jsou matka, mudrc, dítě a hrdina.

Proces individuace nás vede k realizaci Já, která zahrnuje celou naši bytost. Ego, regulátor našeho vědomí, přitom začne vnímat a přijímat realitu přesně takovou, jaká je, místo aby se ji snažilo manipulovat tak, jak by si přálo.

Za tímto účelem musíme připustit realitu ve všech jejích odstínech od světlých po temné. Musíme rozpoznat všechny své reakce od radosti a svobody až po hrůzu a úzkost. Musíme se postavit tváří v tvář těm aspektům své osobnosti, které v nás vyvolávají pocit nejistoty, trapnosti, studu nebo strachu – všemu, co od sebe odstrkujeme, protože je nám to přinejmenším nepříjemné. Jung tuto nepřiznanou oblast nazval „stínem“, který je tím větší a temnější, čím více ignorujeme svou celistvost ve všech jejích podobách: dobrých, špatných, ošklivých i nekonečně báječných.

Jung také zdůrazňoval potřebu uznat masku, kterou nosíme, abychom se ukázali světu – „personu“. Ta není naším autentickým já, ale obrazem, který předstíráme. Pro naši individuaci je také zásadní rozlišovat, jak se v každém z nás projevuje opačné pohlaví. Jako ženy máme i mužskou esenci známou jako *animus*; muže doprovází ženský duch neboli *anima*.

To vše jsou základní milníky na naší vnitřní cestě k sebe-realizaci. Toto směřování je podstatou naší lidské existence, přesto ji civilizační chamtivost ignoruje a naše materialistická společnost na ni

zapomíná. Naštěstí existují zvědaví jedinci obeznámení s moudrými tradicemi, kteří se hledání smyslu a útěchy nikdy nevzdali. A právě tyto tradice jsou dnes oázami posvátnosti v profánním světě a nabízejí nám skutečné vedení, chceme-li se stát osobnostmi s pocitem hodnoty a sounáležitosti.

MAPA PRVNÍ: MEDICÍNSKÝ KRUH

Medicínský kruh je prastará a univerzální mapa, jejíž esence byla zobrazována a používána mnoha kulturami již od pravěku. Ve svém nejzákladnějším zobrazení se skládá z kruhu se středovým bodem, z něhož vyznačují čtyři paprsky nebo ještě více paprsků a ty se spojují s vnějším kruhem.

Kruh je nejmocnějším symbolem naší kolektivní psyché, jenž znázorňuje celistvost, komplexnost a propojenost veškerého života. Může symbolizovat naši Zemi, náš vesmír nebo i menší celky, jako je kmen nebo vesnice. Představuje také dokončení, naplnění a přírodní zrání v obrazech, jako je těhotenské břicho, Měsíc v úplňku nebo zralé ovoce.

Stejně tak Medicínský kruh hovoří o čase jako o kontinuu, které nemá počátku ani konce..., o čase, který uznává cyklickou podstatu přírody, jež následuje cykly Měsíce, Slunce, hvězd a dechu..., o čase, který vnímá smrt jako obnovu a zralost, po níž následuje rozklad.

Tímto způsobem lze Medicínský kruh vnímat jako prostorovou platformu i kalendář. Ve vnitřním dělení Kruhu mohou být jednotlivé části označovány jako čtyři světové strany (Jih, Západ, Sever a Východ) nebo sféry vlivu pěti prvků v čínské filozofii (Oheň, Země, Kov, Voda a Dřevo). Části kruhu mohou také znázorňovat čas: slunovraty a rovnodennosti; fáze Měsíce: úplněk, ubývání,

přibývání a nov; mizení Plejád na zimní obloze a jejich návrat na jaře či soumrak, noc, svítání a poledne.

V této knize představuji speciální pojetí Medicínského kruhu, které vytvořil doktor Alberto Villoldo. Vychází z moudrosti a kosmologie andských a pralesních národů Peru, zahraničních šamanů i ze západních studií v oblasti psychologie.

Alberto jako lékařský antropolog více než tři desetiletí intenzivně cestoval po peruánských Andách. Ve svých dvaceti letech se vydal studovat způsoby, jakými se domorodí obyvatelé léčili a prováděli léčbu ve svých komunitách, a zjistil, že jejich metody jsou neoddělitelné od bohaté mytologie.

Andská tradice rozeznává tři paralelní úrovně existence: Hanak Pača neboli horní svět, Kai Pača neboli střední svět a Ukhu Pača neboli dolní svět. Ty nabízely vertikální rozměr Medicínského kruhu, který se rodil v Albertově vědomí. V této mytologii má každá úroveň vědomí neboli doména také své strážní duchovní zvíře, které vede šamana příslušnou krajinou, aby se spojil s životně důležitými prvky. Duch Kondora je strážcem horního světa. Duch Jaguára nebo Pумы je strážcem středního světa. Duch Hada je ochráncem dolního světa.

Když Alberto na počátku 80. let 20. století pobýval v džungli a pracoval s rostlinami umožňujícími rozvoj vizí a s tamními šamany, spatřil celý obraz Medicínského kruhu, který brzy potom představil západnímu světu. V jeho vizi se Had plazil na Jihu, aby přinesl niterné spojení se Zemí skrze naši fyzickou existenci. Jaguár číhal na Západě, aby střežil oponu mezi temnotou a světlem, mezi smrtí a znovuzrozením. A Orel se vznášel na Výchoďě, aby přivítal nový den a nové začátky na světelné pláni všech možností.

Ale kdo měl střežit severní směr?

Když Alberto obdržel kompletní mapu, k Severu se vznesl duch Kolibříka, aby střežil životní sílu, která vyživuje duši a veškerou existenci. Koneckonců pro civilizaci Nazca, která vzkvétala v Peru mezi lety 100 př. n. l. a 800 n. l., byl kolibřík základním totemem, který připomínal rašení života. Příslušníci této civilizace žili v Atacamě, nejsušší poušti světa, zatímco na druhé straně pohoří And se rozkládaly bujné džungle Amazonie. Věděli, že navzdory vyprahlosti všude kolem mohou přivolat onu životní sílu a požádat kolibříka, aby jim přinesl jasné barvy, plodnost i hojnost potravy a vody.

Každý kvadrant Medicínského kruhu je plný učení. Všechny dohromady nám pak nabízejí mapu podivuhodné cesty, která bude směřovat naši transformaci ke zdravějšímu životu a vědomému osudu. Začínáme ve středu Kruhu modlitbou, pak vstupujeme na Jih, kde vzýváme ducha Hada, aby byl naším ochráncem a průvodcem. Odtud se vydáme po směru hodinových ručiček, projdeme Západem, Severem a Východem – kde pak můžeme svou cestu případně znovu započít – tentokrát již s vyšším vědomím.

Medicínským kruhem můžeme projít vícekrát, zvláště pokud se chceme stát mistry nebo mudrci jeho moudrosti. Poprvé se věnujeme především vlastnímu sebepoznání a léčení. Podruhé nám Medicínský kruh odhalí své skryté vědění a my začneme intelektuálně chápat jeho procesy. Potřetí skutečně obsáhneme jeho medicínu a propojení s duchovními liniemi. Počtvrté konečně vnímáme jemné energetické nitky všech složek a zároveň se rychle dostáváme za hranice všeho, co se tu odehrává.

Tento Medicínský kruh je nadčasovou duchovní cestou, jež je pevně zakořeněná ve vděčnosti za život a velkorysosti vůči druhým.

Nyní se podívejme na propojení kruhu s Cestou hrdiny – další mapou, se kterou jsem se důvěrně seznámila během svého vlastního

vnitřního dobrodružství a v posledních několika letech také při předávání této moudrosti ostatním.

MAPA DRUHÁ: CESTA HRDINY

Aby byl náš průchod Medicínským kruhem bohatší a dynamičtější, vydáme se na Cestu hrdiny, která je dalším účinným nástrojem, jenž směřuje naše putování vzestupnou spirálou transformace k probuzenějšímu a velkorysejšímu Já.

Mýty jsou posvátné příběhy, které odhalují ty nejzákladnější pravdy. Když odhlédneme od jedinečných rysů prostředí, aktérů a činů, můžeme vidět, že pod každým mýtem se skrývá touha poskytnout divákům pocit sounáležitosti s jejich dobou a místem, a navíc i smysl života.

Již zesnulý americký profesor Joseph Campbell zůstává jednou z největších světových autorit v oblasti mytologie. Podle jeho vlastních slov mýty obsahují „symboly, které nesou lidského ducha vpřed, v protikladu k těm neustálým fantaziím, které mají tendenci ho svazovat“. Uvědomil si, že všechny tyto mýty obsahují společné kroky, které přetvářejí původního jedince v hrdinu.

Campbell tyto paralelní příběhy označil jako „monomýty“, což je termín, který si vypůjčil od irského spisovatele Jamese Joyce. Ve svém popisu této univerzální iniciační cesty Campbell rozebírá sedmáct kroků uspořádaných do tří hlavních částí:

- Zaprvé odchod nebo odloučení: Jedinec je vyzván, aby změnil své zaběhnuté zvyklosti, status quo nebo nesprávný způsob života.
- Zadruhé sestup a zasvěcení: Postava prochází obtížemi nebo zkouškami a testy, čelí smrti ega, setkává se

s transpersonální silou nebo božstvím a získává nové síly, moudrost a dary.

- A nakonec návrat: Jedinec se musí vrátit do svého běžného světa a podělit se o své nové poznání a dary.

Přestože některé aspekty Campbellova monomytu byly mnohými zpochybněny, pro mě je to stále pozoruhodná mapa, která nám pomáhá zamyslet se nad naším vnitřním hledáním moudrosti a seberealizace. V této knize se s vámi podělím o to, jak vedla mou vlastní cestu k celistvosti a sebeuvědomění.

DVĚ PROPLETENÉ MAPY

Aniž bych se o to snažila, získala jsem mapu Cesty hrdiny tím nejpřirozenějším způsobem jako organický doplněk Medicínského kruhu, který už ve mně byl. Odpovídala mé zkušenosti, že je nutno vzdát se zastaralého já, aby se mohlo znovu zrodit do hlubší moudrosti, sebedůvěry a tvořivosti. Když jsem se s Cestou hrdiny setkala poprvé, spíše jsem její podstatu *cítila*, než abych se ji snažila pochopit hlavou a příliš ji analyzovat. Viděla jsem, jak se dokonale doplňuje s Medicínským kruhem, a začala jsem vyplňovat prázdná místa v obou mapách svou vlastní cestou.

V kapitolách nazvaných Milníky, konkrétně v sedmém a osmém, podrobně hovořím o tom, jak v naší lidské psychice neseme ženskou a mužskou energii a jak je důležité, aby každý z nás našel svůj vlastní zdravý tanec. V této knize se s vámi podělím o to, jak jsem se znovu spojila se svou ženskou silou a jak jsem se smířila s tou mužskou. Své zkušenosti proto nabízím všem, kteří s nimi rezonují, bez ohledu na to, zda se cítíte spíše jako ona, on, oni nebo cokoli mimo to či mezi tím.

V mém pojetí Cesty hrdiny jsem Campbellových sedmnáct kroků upravila na cyklus třinácti milníků. Tyto etapy se prolínají se čtyřmi směry Medicínského kruhu a odpovídají třinácti měsícům v roce.

Poté, co představím jižní směr Medicínského kruhu, uvedu do souvislosti první tři milníky Cesty hrdiny. Poté představím Západ a další tři milníky, pak Sever a jeho tři milníky a nakonec Východ se třemi milníky. Na konci je milník třináctý, který se týká místa, kde je člověk na své ideální pozici, v dokonalém souladu se stvořením.

Je důležité si uvědomit, že Medicínský kruh a Cesta hrdiny jsou mapy. Stejně jako u každé jiné mapy platí, že když pochopíme jejich linie intelektuálně, neznamená to, že známe skutečné území. Musíme ještě projít vlastní krajinou pochybností, strachu a bolesti, abychom se dostali k další moudrosti, lásce a světlu.

Jestliže má naše cesta k vědomějšímu a láskyplnějšímu Já podobu spirály, musíme ji celou projít, abychom se dostali na novou úroveň porozumění. Musíme se oženit, mít děti, rozvést se, přijít o práci, ztratit milovanou osobu, onemocnět a tak dále. Je to dlouhá i bolestivá cesta. Když však nasloucháme hlasu, který nás volá, abychom se pustili do hledání, pak máme šanci udělat kvantový skok do další úrovně, nebo dokonce o mnoho úrovní výš, najednou – jako když odloupneme mnoho vrstev cibule, místo abychom se dostávali k jádru po jedné.

Dalším klíčovým bodem, který je třeba mít na paměti, když se učíme o milnících hrdiny nebo směrech kruhu, je to, že je můžeme prožívat v nejrůznějším pořadí. Někdy můžeme obdržet božský dar, o němž se máme podělit s ostatními, což se obvykle děje na konci cyklu, který zde líčím; a pak mnohem později pocítíme potřebu osvobodit se od nesmyslného stavu věcí, což bývá na začátku této