

# Síla myšlenky II.

## Manipulace

Antonie Krzemieňová



# Síla myšlenky II.

## Manipulace

Antonie Krzemieňová

### **Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy**

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **restně stíháno**.

## **Síla myšlenky II.**

*Manipulace*

*Antonie Krzemieňová*

Vydala Grada Publishing, a. s.  
U Průhonu 22, Praha 7  
jako svou 4488. publikaci

Odpovědná redaktorka Viktorie Lupačová  
Sazba Filip Říha  
Návrh a grafická úprava obálky Michal Němec  
Počet stran 224  
První vydání, Praha 2011, 1. dotisk 2013

© Grada Publishing, a. s., 2011

Vytiskla tiskárna PROTISK, s. r. o., České Budějovice

ISBN 978-80-247-4052-2

ISBN 978-80-247-7040-6 (PDF)

ISBN 978-80-247-7050-5 (EPUB)

# OBSAH

BYL JEDNOU JEDEN ŽIVOT.....	7
JAKO LOUTKA NA PROVÁZKU .....	13
SÁM SOBĚ NEPŘÍTELEM .....	23
ŽIVOT ZA OPONOU .....	37
Z OČÍ DO OČÍ (UHRANUTÍ) .....	47
JSI MŮJ - JSI MÁ. ....	55
JÁ TĚ ODTUD DOSTANU! .....	69
MANIPULACE .....	77
LOVEC A RYBÁŘ .....	91
OBŘADY NEJEN PŘI ÚPLŇKU .....	99
MEDITACE. ....	111

CÍSAŘOVY NOVÉ ŠATY.....	121
ZÁŽITKOVÉ TERAPIE.....	131
PROGRAMOVÉ MYŠLENÍ.....	147
SPOJENÍ BEZ KONCE.....	155
ESOTERICKÁ NEMOC.....	173
LIKVIDACE SEBE SAMA.....	183
NECHCI BÝT LOUTKOU.....	193
PLYŠÁK.....	201
HEZKÝ DEN.....	209
BYL JEDNOU JEDEN DŮM.....	215
KDE DOMOV MŮJ.....	219

BYL JEDNOU  
JEDEN ŽIVOT





Je téměř půlnoc. Obloha je tmavá a zlověstná. Může být tma ještě tmavší? Vypadá to, že ano. Mraky neustále houstnou a přitom je venku ticho. Je to klid před bouří?

Mámě není dobře. Před chvílí jí odtekla plodová voda. Co teď? Otec není doma a tak jde vzbudit sousedy a požádat je o pomoc. Zavolat sanitku není vůbec jednoduché. K nejbližšímu telefonu je to čtvrt hodiny pěšky. Naši auto nemají a sousedi v nejbližším okolí také ne. Nezbyvá, než vzít nohy na ramena a co nejrychleji k telefonu dojít.

Dnes to není problém, mobilní telefon má prakticky každý. Jenomže tehdy, tehdy měl málokdo i pevnou telefonní linku a mobilní telefony neexistovaly.

Pan Kopřiva se ve spěchu oblékl a chvátal zavolat sanitku. Mezitím si maminka balila věci do nemocnice. Byl nejvyšší čas.

Prakticky současně se před domem objevuje udýchaný pan Kopřiva a také sanitka, která zběsilé houká. Maminka popadne tašku a jde v předklonu na-proti zdravotníkům. Ti ji pomohou do sanity. Máma se schoulí na lehátku, zabouchnou se dveře a sanitka se rozjede.

„Andělíčku, můj strážníčku...“ modlí se maminka. „Ať to stihneme,“ prosí Boha o pomoc. Má už stahy prakticky každé dvě minuty a do nemocnice je to půlhodina.

Po chvílce se k ní otočí zdravotník. „Ukažte, jak jsme na tom,“ zeptá se a podívá se mamince mezi nohy. Jeho tvář se stáhne jakoby v křeči. Po malém zaváhání zavolá na řidiče: „Zastav.“

„Co se děje?“ ozve se řidič.

„Budeme rodit,“ odpovídá zdravotník.

„Tady?“ nevěřicně kroutí hlavou řidič a zastavuje.

„Jo, tady,“ slyší odpověď.

„Jsme prakticky v polích, to to nemůže počkat?“

„Vypadá to, že ne. To dítě vůbec nezajímá, kde jsme. Chce na svět a hned. Pojď mi pomoci,“ vyzve řidiče.

Řidič oběhne sanitku a vstoupí zadními dveřmi do zadního prostoru, kde se na lehátku choulí máma. Ve stejném okamžiku, kdy zabouchne dveře sanity, začnou na auto dopadat kapky deště. Buší do střechy v rytmu, kterým jakoby říkaly: „Chci ven, chci ven, chci ven...“

Stejně tak se tlačí na svět miminko. Už má venku hlavičku a netrvá dlouho, když se sanitou rozezní křik: „Ááááá...“

Téměř ve stejném okamžiku se ozve hrozná rána a někde blízko uhoří hrom. Blesky teď křížují oblohou snad všemi směry a prakticky bez ustání. Rachot bouřky je tak silný, že přehluší novorozence i všechny zvuky v sanitce.

Zdravotník zabalí dítě do deky a podá jej matce. „Máte zdravou holčičku.“

„Zase holka, to manžel nebude rád. Tak ji po něm aspoň pojmenujeme.“

*Asi po čtvrt hodině bouřka stejně znenadání utichne. Vzduch je příjemně cítit kapkami deště a vlhkou zemí. Sanitka se rozjede a dokončí svou původní cestu do porodnice.*

Na světě je nový človíček. S bouřkou přišla na svět malá holčička. Mezi kapkami deště jsem se narodila já. Co mi život přinese? Bude to radost, nebo starost? Jak se můj život bude odlišovat od života ostatních? Nebo bude stejný? Všední, nebo nevšední?

Kam povede moje cesta? Povede přes duhový most na duhovou cestu?

Měla bouřka, provázející mé narození, nějakou symboliku? Bude i některá další část mého života spojená s mystikou? Byl i můj další život plný bouřky? Plný slz, nebo dál už jen svítlo slunce? Zajímá vás to?

Nepředbíhejme. Ještě se na chvíli vraťme do minulosti.

\*\*\*

*„Ne, už mne to opravdu nebaví. Mám tohoto života až po krk. Chci pryč. Někam daleko od rodičů, kteří mě stejně nemají rádi.“*

*Takovéto myšlenky se mi, dnes už desetileté, honí hlavou. Chci pryč z toho začarovaného kruhu. Můj život je o neustálých výčitkách, že jsem to či ono udělala špatně nebo zase něco neudělala.*

*„Stále jenom já. Proč nikdy za nic nemůže třeba Magda nebo Irena?“ ptám se sama sebe a dál se mi honí hlavou: „Magda je starší než já, a přesto, cokoliv špatného se doma odehraje, vždycky za to můžu jen a jen já. To jsem opravdu tak špatná? Proč mne rodiče nemají rádi? Alespoň máma. Aspoň trochu. Vždyť se učím ze všech nejlíp. Tak co proti mně mají?“*

*Sedím v koruně své oblíbené jabloně, plné lehce naružovělých květů. Krásně voní. Zhluboka se nadechnu a cítím, jakoby mne vůně jabloně celou prostupovala. Je to příjemné. Nad hlavou mi plují bílé obláčky. Usměju se. Tamten vypadá jako medvěd, onen zase jako velryba... Opřu se o kmen, zavřu oči a sním. Jak je tady příjemně. Jabloň se košatí mezi ostatními stromy v bývalé zahradě už zbouraného rodinného domu, nedaleko mého bydliště. Domky, které tady dříve stály, musejí ustoupit výstavbě paneláků. Zatím je to tady taková malá oáza klidu. Chodím sem jen já a pár kamarádů a známých. Zamyslím se: „Tady mě Vlastik učil kouřit. Kluci přinesly Letky a Lípy a tady na tom stromě jsme bafali. Aspoň ti jsou na mne hodní,“ pomyslím si. „Taky bych chtěla být klukem. V holčičím těle mně to nebaví. Až jednou vyrostu, uvidím, možná se nechám přeoperovat.“*

*Ještě dlouho sedím na stejné větvi stejného stromu. „Brzy bude večer a mně se domů opravdu nechce. To není domov, po kterém by kdokoli toužil. Je tam*

*jen zloba a nenávisť. Lásky se z našeho domova vytratila. Vlastně – nikdy tam nebyla.“*

*Obejmu kmen stromu a pevně se k němu přitisknu. Zhluboka se nadechnu. Teď cítím jeho vůni velmi silně. Kmen jabloně je cítit po jablkách. Představím si jedno. Je načervenalé, šťavnaté. Jen se do něj zakousnout. Uvědomím si, že mám hlad. Už je to dlouho, co jsem naposledy jedla. Ostatně, doma toho stejně moc k jídlu není. Ráno jsem musela jít vrátit láhve, abychom měli na chleba. Začnu přemýšlet nahlas: „Když uteču z domu, co budu jíst? Kde budu spát?“*

*S těmito slovy, přitisknutá ke kmeni oblíbeného stromu, usnu.*

*Z dřímoty mne probere hlas mladší sestry Ireny. „Pojď domů!“ slyším rozhodný hlas.*

*„Nejdu, už se tam nikdy nevrátím,“ slyším se říkat nahlas. Moje dvě sestry stojí pod jabloní a dívají se vzhůru do koruny stromů, kde sedím...*

*„Musíš! Když se nevrátíš, tak nás otec zabije!“*

*„Nezabije, neboj,“ odpovídám vyděšené sestře.*

*„Ale zmlátí nás. Nesmíme bez tebe přijít domů!“*

*Zamyslím se. „Vím, jak to bolí. Moje tělo si už docela zvyklo. Už umím zatnout zuby a ani nemuknout. Jenom slzy, ty ovládnout neumím. Tiše mi stékají po tváři a vyprávějí o bolesti, která je schována uvnitř. Ne, tohle jim nemůžu udělat.“*

*Slezu ze stromu. Sestry mne uchopí za ruce a společně se vydáváme k domovu.*

\*\*\*

K domovu? Opravdu se něčemu takovému říká domov? Domov je slovo, které pro mne znamená bezpečí. Kde je otevřená náruč rodičů, která pohladí.

Pokud je domovem nazýváno místo, kde se dítě bojí, co přinesou další okamžiky, kde je potlačována jeho individualita, kde se autorita vynucuje ranami, pak se o takovémto místě nedá hovořit jako o domově.

Neumím říct, kolik dalších dětí žilo a asi dnes ještě žije v takovýchto podmínkách. Proč si takovýmto způsobem někteří dospělí vybíjejí své neřešené problémy na dětech? Proč se snaží tyto malé tvorečky ovládat? Proč nenechají růst jejich individuality a rozvíjet jejich osobnosti? Proč s nimi odmala manipulují?

Stejný byl i můj život.

Jak tento život půjde dál? Popluje moje loď života stále po této jedné řece nebo se vydá do jiných vod? Budu někdy schopná řídit svůj život sama?

Manžel se právě vrací z práce. Vstoupí do dveří a s ním i jeho maminka. Zarazím se. Poslední dobou je tady hodně často. No co, kromě něj nikoho jiného už nemá. Před půl rokem jí zemřela máma a můj muž je její jediné dítě. Pokud vím, celý svůj život žila jen s maminkou. A vlastně do naší svatby také s mým mužem.

Tchýně se usadí a já jí jdu udělat čaj.

„Koupila sis kabát?“ zeptá se manžel.

„Ano,“ odpovídám.

„Ukaž,“ chce vidět můj kabátek a tak si jej navléknu. V tom se ozve: „A co sis koupil ty?“ Zarazím se. Tchýně přece moc dobře ví, že manžel si nedávno koupil novou péřovou bundu. Tak proč má najednou problém?

„Proč by si měl něco kupovat?“ ptám se jí. „Má přece novou bundu a já ten kabát potřebovala.“

„Stejně si měl taky něco koupit,“ prohlásí tchýně. Nechápu. Zavrtím hlavou a dál to už nekomentuji. Uvědomím si, že poslední dobou se nám tchýně plete do života stále víc a víc...

O pár dní později potkám kamarádku. „Ahoj,“ odpovídá na můj pozdrav a ptá se: „Hele, co tchýně?“

„Nějak se nám poslední dobou moc plete do života,“ odvětim po pravdě, protože právě tak to cítím.

„Víš, že denně čeká na tvého muže na nádraží u vlaku a pak ho doprovází domů?“

Zarazím se, tak to jsem tedy netušila. Hanka chodí pravidelně ve stejnou dobu, kdy přijíždí vlak mého muže, pro děti do hudebky, která je vedle. „Fakticky?“ nezapřu svůj údiv.

„Fakt. Vždycky mu dá dva kusy bábovky nebo něčeho a on to musí sníst, než přijde domů. Ostatně, to se děje dobrého půl roku.“

Tohle už se nedá ani komentovat. Pohnutky některých lidí nechápu. Nemám slov a o této situaci dál nechci hovořit. Raději se tedy rozloučím...

\*\*\*

Jaké jsou životy ostatních lidí? Jsou stejné nebo jiné? Copak opravdu musí někdo můj život řídit?

Připadám si jako v loutkovém divadle. Jako loutka na provázku. Jednou za nitky tahá agresivní otec, jindy tchýně...

Má člověk nějakou šanci vymotat se ze spleti manipulací, nebo navždy zůstává loutkou? Kdo má předpoklady k tomu stát se dobrovolným a kdo nedobrovolným hercem divadelního představení? Jací jsou lidé, kteří se stávají loutkami? Kdo jsou ti, kteří tahají za jejich provázky?

JAKO LOUTKA  
NA PROVÁZKU



Životy lidí jsou různé. Někteří z nás prožili podle svých slov šťastné dětství plné lásky a pohody. Alespoň to tvrdí. Další část pak na toto životní období nevzpomíná právě radostně. Stejně jako já. Nebudeme zde řešit, proč je tomu tak a proč právě ten prožíval v dětství lásku a onen nenávisť. To až někdy příště. Nás bude zajímat, proč se lidé stávají loutkami a nechávají své životy nebo jejich část, ovládat někým jiným.

Společně s námi se nad osudy takovýchto lidiček budou zamýšlet naši známí studenti – Jana, Tina, Ruda a Martin. Občas pozveme také naši oblíbenou sousedku Jarku a možná poznáme i někoho dalšího. Nezapomeneme ani na nejoblíbenějšího učitele – Honzu.

\*\*\*

Letos začal školní rok v naší škole, ve které se učí studenti zodpovědnosti za své myšlenky, hned první víkend v září. Bylo nevlídně a všichni byli rádi, když konečně dorazili a byli v teple. Příjemně usazeni s hrníčky v rukou, z nichž stoupá pára, si povídáme o tom, jaké byly prázdniny. Zapálená svíčka vydává jemnou vůni, která se mísí s arómatem kávy a čajů.

Opět si uvědomím, jak mi je s těmito lidmi příjemně. Povídají sice jeden přes druhého, přesto jsou tito lidé tolerantní jeden k druhému. Vzájemně si pomáhají a respektují se. Na chvíli se zasním. Chtěla bych takový svět i za těmito dveřmi. Zasněte se na chvíli se mnou. Nebylo by to úžasné? Jsem pohroužená ve svých představách, když tu mne z nich vytrhne hlas Jany: „Budeme letos probírat další vnější vlivy?“

Chvilku mi trvá, než se vrátím do reality. Teprve teď si uvědomím, že nastalo naprosté ticho. „Ano, budeme pokračovat manipulacemi. Předpokládám, že prokletí je všem jasné.“

„Ano,“ ozve se sborově.

„Fajn, tak se do toho pustíme,“ řeknu a vezmu do ruky skriptu.

„Co si představíte, když se řekne manipulace?“ zahájím výuku.

„No... jako že se mnou někdo manipuluje,“ nesměle se ozve Ruda.

„Co to znamená, manipuluje? Co ti dělá? Postaví tě třeba na jiné místo?“ zkouším se dovědět víc.

„Myslíš něco jako přesun břemen pomocí jeřábu?“ přidává se Tina.

„A, jsme v obvyklé formě, tak je to fajn,“ zasměju se. „Tak jak jsi to myslel?“ otočím se k Rudovi.

Ten se na chvilku zarazí. Svým vtipkováním jsme ho trochu vyvedli z konceptu. „Nemyslel jsem fyzicky.“

„Dobrá. Tak ještě jednou. Co to je manipulace?“ pokládám ještě jednou otázku.

„Já to vím, ale neumím se vymáčkout,“ pronese Martin.

„Taky mi to nejde,“ přidá se Jana.

Zformulovat myšlenky je někdy těžké. Myslím, že by na tuto otázku dokázal jen málokdo z vás odpovědět. Všichni víme, co to je. Jenom vyjádřit se, to nám dělá potíže. No nic, vraťme se k výuce.

„Myslíte si, že manipulace je druh vlivu?“

„Jo, to by mohlo být,“ ozve se radostně Ruda.

„Fajn. A jaký? Jaké vlivy známe?“

„Vnitřní a vnější, pokud mě paměť neklame,“ rychle odpovídá Ruda.

„To neklame. Jaký druh vlivu je podle tebe manipulace?“ ptám se ho.

„Asi cizí,“ řekne a vzápětí dodá: „neboli vnější.“

„Souhlasíte všichni?“ zeptám se ostatních.

„Ano, ale...“ Zamyslí se Tina, která vždycky všechno zkoumá ze všech stran. „Nemohl by být i vnitřní, teda vlastní?“

„Co na to ostatní?“

„To nemohl,“ striktně řekne Ruda.

„Proč si to myslíš?“ ptám se ho.

Zarazí se. Pak se na chvíli zamyslí. Skoro je vidět, jak se mu kouří od hlavy. Brzo se začnu bát, aby se mu z ní všechno nevykouřilo. Po chvíli se ozve: „Asi mohl.“

„Vysvětli mi svou změnu názoru, co mohl?“

„Manipulace může jít jak zvnějšku, tak zevnitř. Když můžu sám sebe proklít, tak můžu také sám sebe zmanipulovat. Určitě to bude fungovat stejně.“

„Máš pravdu. Manipulace je určitým druhem vlivu, působícím na člověka nebo také zvíře. Nás však budou zajímat manipulace na lidech. Takže ještě jednou. Manipulace může ovlivňovat člověka jak z jeho nitra, tak můžeme být manipulováni zvenčí.“

„Jak se to dělá?“ vyhrkne opět Ruda.

„A co jako?“ odvětim.

„Přece manipulace. Jak to funguje?“

„Nepředbíhej,“ odpoví mu za mne Jana. „Určitě bude více druhů manipulací a také možných způsobů, jak to udělat.“

„Chytrá holka,“ pochválím ji. „Nejprve si vysvětlíme, kdo je rizikovou skupinou pro manipulace. Co myslíte, je manipulovatelný každý člověk? Když ne, tak kdo ano a kdo ne a proč?“

Nastala chvíle přemýšlení. A tak je na chvíli necháme a podíváme se skrze okno.

\*\*\*



Káta sleduje televizi, zahlédne reklamu na aquapalace a rozhodne se, že půjde do bazénu. Teď už jenom přesvědčit někoho z rodičů. S mámou to tak jednoduché nebude. Chtěla jít k tetě. Ale s tátou, s tím to zvládne a ten je dneska doma. Svůj nápad také ihned realizuje: „Tatínku, já tě mám tak ráda.“ Přiběhne za ním do pokoje, kde si táta čte. Sedne si mu na klín a začne ho objímat. Táta odloží časopis a také svou dceru obejmě.

„Tatínku, že se mnou půjdeš do bazénu,“ pokračuje Káta a udělá na tátou psí oči. Ví, že to zabírá. Tomu tatínek nemůže odolat.

Tatínek chtěl zprvu odmítnout, ale oči jeho Káti jsou tak smutné. A tak navrhuje: „Půjdeme po obědě, ano?“

„Já bych chtěla hned,“ vine se k němu Káta a pusinkuje ho.

„Tak dobrá,“ znejistí, „jdi si vzít věci.“

Káta vítězně, s úsměvem ve tváři a vztyčenou hlavou, odkráčí do svého pokoje pro plavky.

\*\*\*

Michal sedí potmě v ložnici. Martina sedí vedle v pokoji u televize a kouká na nějakou telenovelu. Je to týden, co se vzali. Měl by být šťastný, vždyť je čerstvě ženatý. Zatím je pohroužen do smutku a lítosti. Proč jen se nechal tehdy svést a šel s ní do postele? Vždyť už tehdy věděl, že miluje Jitku. Že s Martinou dál už nechce žít.

Ve vzpomínkách se vrací do onoho, tak nešťastného, večera. Ten den řekl Martině, že od ní odchází. Martina nejprve začala brečet, později přešla do vyhrožování: „Když mě opustíš, zabiju se.“

Martin si nalil panáka a snažil se jí vysvětlit, že jí bez něj bude líp. Pak si dal druhého, třetího... ani už neví, jak se dostal do postele. Nepamatuje se, co se ten večer vlastně stalo. Když se druhý den ráno probudil, chtěl si zabalit věci. Martina však řekla: „Slíbil jsi mi, že tady ještě vydržíš do narozenin mé matky. Že je ještě s našima oslavíš. A pak můžeš v klidu odejít.“

Martin si na nic nepamatoval a tak vrátil tašku do skříně. „Dobrá,“ říkal si. S Jitkou se zatím nedomlouval na tom, že by společně bydleli a tak nechtěl situaci hrotit. Ostatně, s rodiči Martiny docela vycházel. Myslel si, že Martinu brzy ty řeči o sebevraždě přejdou. A po narozeninách její matky v klidu odejde.

Uběhl měsíc, pak druhý a byly tady narozeniny Martininy matky. Sešli se na společném obědě a Michal se na něj docela těšil. „Až tento den skončí, může odejít ke své milované. Jitka je jeho životní láska. Je milá a mají se moc rádi. Martina, to je taková hysterka. Ze všeho dělá problémy. Je takové velké dítě, neustále pod vlivem rodičů. Poznali se ještě na střední škole a všichni od nich

*očekávali, že se vezmou. Martininy rodiče jim koupili byt a tak spolu bydleli. Je to přesně rok.“*

*Číšník položil před Michala talíř a tím ho vytrhl ze snění. Všichni ztichnou a pustí se do jídla. Je slyšet jen cinkot příborů.*

*„Čekáme miminko,“ přeruší ticho hlas Marty.*

*Michal ztuhne. Jeho tvář je najednou úplně bledá.*

*„Blahopřejeme,“ slyší hlasy rodičů a příbuzných. „Kdy se vezmete? Nechcete snad žít jen tak na hromádce? Bylo by vhodné, aby se dítě narodilo do manželství.“*

*Otázky se sypou ze všech stran. Všichni příbuzní se hned dali do plánování svatby.*

*„Copak, Michale, ty nemáš radost, že budeš táta? Vždyť jsi chtěl děti,“ obrátí se na něj bratr Marty.*

*„Mám,“ vykoktá ze sebe Michal a nejraději by se neviděl...*

\*\*\*

Přestaneme nakukovat lidem do oken a vrátíme se k našim studentům. Jestli pak už vědí, kdo se dá nejlépe zmanipulovat?

„Tak, na co jste přišli. Je manipulovatelný každý člověk?“

Ozve se Jana: „Myslím si, že každý. Jenom ne všichni stejně.“

„Jak to myslíš,“ ptám se.

„No, třeba rodiče podléhají manipulacím svých dětí a děti manipulacím svých rodičů. Pak jsou lidé, kteří snadno podlehnou vlivu někoho cizího, a z toho může být velký průšvih.“

„Rozumím ti. A co na to ostatní?“

„Se mnou moje děti manipulují běžně,“ pronese Ruda.

„Na manželku jsi zapomněl,“ řekne Martin. „Prostě, ženské to s muži umějí.“

Tina tak úplně nesouhlasí: „Většinou je to přesně naopak.“

Vzápětí se mezi sebou dohadují, kdo je větším manipulátorem. Zda muži, či ženy. Docela mne to baví, a tak je chvílku nechám. Pak se jim vmísím do emoční konverzace: „Dobrá, takže manipulovatelný je prakticky každý.“

Všichni se zklidní a přikyvuji. „Proč jsme manipulovatelní?“

Tentokrát se ozve první Tina: „Nechceme někoho zklamat.“

„Fajn, dále?“

„Chceme něco získat,“ nesměle se přidá Martin.

„Nechceme někomu ublížit, a tak raděj uděláme, co se po nás žádá,“ pronese Ruda a pokračuje: „Nebo také ze strachu.“

„Mluvíš z vlastních zkušeností?“ rýpne si do něj Jana.