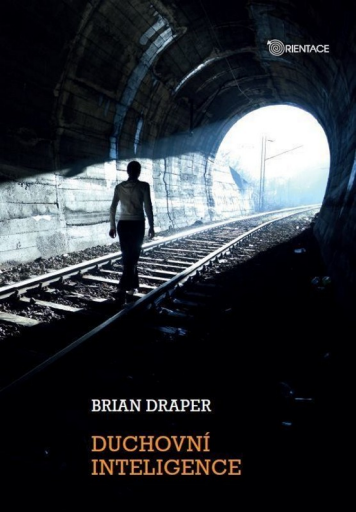




BRIAN DRAPER

DUCHOVNÍ
INTELLIGENCE



BRIAN DRAPER

Duchovní intelligence

KARMELITÁNSKÉ
NAKLADATELSTVÍ
KOSTELNÍ VYDŘÍ
2015

KATALOGIZACE V KNIZE –
NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Draper, Brian

[Spiritual Intelligence. Česky]

Duchovní inteligence / Brian Draper ; z anglického
originálu Spiritual Intelligence: A new way of being
přeložil Štěpán Sirovátka. – Kostelní Vydří :
Karmelitánské nakladatelství, 2015. – 223 stran. –
(Orientace ; číslo svazku 58)
ISBN 978-80-7195-773-7 (brožováno)

159.956.2:130.123.4 * 2-584.5 * 159.923.2 * 2-312.6 *
316.648.4 * 316.472.4 * 13

- duchovní inteligence
- duchovní cesta
- sebepoznání – duchovní aspekty
- duchovní probuzení
- změna postoje – duchovní aspekty
- interpersonální vztahy – duchovní aspekty
- populárně-naučné publikace

159.95 - Vyšší duševní procesy [17]

Text © 2009 Brian Draper

English edition © 2009 Lion Hudson

Czech edition © Karmelitánské nakladatelství, s. r. o.,
Kostelní Vydří, 2015

ISBN 978-80-7195-773-7

*Pro Mercy,
mou dceru i přítelkyni*

Obsah

Poděkování	7
Úvod	8
 ÚROVEŇ 1: JSME TAM, KDE JSME	15
Kapitola 1: Probuzení	17
Kapitola 2: Nový pohled	29
Kapitola 3: Žít změnu	40
Kapitola 4: Předat to dál	50
 ÚROVEŇ 2: FALEŠNÉ JÁ	61
Kapitola 5: Probuzení	65
Kapitola 6: Nový pohled	81
Kapitola 7: Žít změnu	94
Kapitola 8: Předat to dál	108
 ÚROVEŇ 3: SKUTEČNÉ JÁ	119
Kapitola 9: Probuzení	121
Kapitola 10: Nový pohled	131
Kapitola 11: Žít změnu	144
Kapitola 12: Předat to dál	158
 ÚROVEŇ 4: ŽÍT V „POHYBU“	173
Kapitola 13: Probuzení	175
Kapitola 14: Nový pohled	184
Kapitola 15: Žít změnu	195
Kapitola 16: Předat to dál	208
 Poznámky	220

Poděkování

Posledních několik let jsem strávil vzájemně obohacující spoluprací s MCA, poradenskou firmou ve Winchesteru, která se pokouší o průkopnické postupy v soukromém i veřejném sektoru. Řada nápadů, použitých v této knize, vyplynula z rozhovorů, okamžiků osvícení, schůzek a workshopů, z nezdarů, úspěchů i prozření, které jsme spolu prožili – když jsme se snažili obyčejným lidem pomoci, aby uvolnili svůj mimořádný potenciál prostřednictvím duchovní inteligence.

Děkuji, Alison, za tvou energii a povzbuzování. Díky, Nicku, za tvou uklidňující přítomnost, díky, Sáro, za tvé srdce revolucionářky a neutuchající laskavost, díky, Andrew, za hluboké chvíle tvůrčích objevů a duchovního doprovázení, díky, Ellen, žeš mi pomáhala smát se sám sobě. Díky, Michaeli – sadbo Hospodinova k jeho oslavě.

Nápad s piktogramy vznikl poprvé, když jsem pracoval v londýnském Institutu pro soudobé křesťanství. Mar-ku Greenovi děkuji za dovolení, abych je dál sám rozvíjel. Všem zdejším zaměstnancům jsem pak zavázán za trvalé přátelství, podporu a povzbuzování.

Díky, Jamesi Evansi, za tvou srdečnou podporu, za tvou odvahu a inspiraci, s jakými se snažíš o obnovu mladých lidí, jimž tak vášnivě sloužíš, i za to, že jim dáváš naději. Dílem svého života píšeš příběh duchovní inteligence mnohem výmluvnější, než činím já v této knize.

Konečně také zůstávám zavázán Kats, Edenovi a Mercy, že mě uvedli do onoho stavu mysli a srdce, bez něhož spisovatel nemůže psát, filozof myslet a člověk být.



ÚVOD

V naší konzumní kultuře rychlých řešení jsme si zvykli na to, že dostaneme, co chceme, v okamžik, kdy to chceme – i když si to nemůžeme dovolit.

Na internetu si můžeme koupit falešný vysokoškolský diplom, pokud se skutečně na zdi chceme chlubit paděláním certifikátem. Většina z nás samozřejmě takhle daleko nezajde! Ale pro mnoho lidí, do té či oné míry, všechno spočívá v zdání – nezáleží tolik na tom, jak v životě uspět, ale na tom, aby tak člověk *vypadal*.

Ironií je, že tento postoj nám může docela dobře pomoci. Začneme vynikat, když rozvíjíme a hýčkáme své „životní dovednosti“ a snažíme se vystoupit z davu, jako bychom se narodili pro jeden velký zápas. Namlouváme si, že je to ta správná cesta. Riskujeme, že skončíme jako odborníci na umění vytvářet iluze, a ne na umění žít: tak dlouho stavíme před ostatní iluzi, že jsme vítězové, že jsme skutečně úspěšní, až v této iluzi – nebo spíš podvodu – začneme sami žít.

Jak velký máte dům? Jak rychlé auto? Kam chodí vaše děti do školy? Páni, tak to jste fakt *někdo*! Musím víc pracovat, abych s vámi udržel krok...

Naše srdce se dme pýchou, když vidíme ostatní obdivně zírat, když je předjíždíme na silnici života – *a začínáme věřit v reklamní šílenství*. Namlouváme si, že asi opravdu *musíme* být někdo (i když si to ve skutečnosti kdesi hluboko uvnitř nemyslíme), protože všichni ostatní si to myslí taky... Tak se vydáváme na cestu, která vyžaduje, abychom žili podle této reklamy – abychom byli osobou, kterou jsme podle názoru ostatních. Po zbytek života se pak musíme zuby nehty udržet – abychom nebyli odhaleni.

Problém je, že touto cestou můžeme sice dojít velmi daleko, nakonec se ale dostaneme do bodu, kdy už nemůžeme dál. Ocitneme se ve slepé uličce, aniž naplníme svůj skutečný potenciál – svůj nekonečný potenciál. I manažeři nejúspěšnějších firem ve svém srdci možná cítí, že hodně daleko se mohou dostat, jen když budou hrát svou roli, dělat ramena, nasazovat si masku a hnát sebe i své zaměstnance tak tvrdě, až zapomenou, kým původně byli.

Skončíme s mnoha a mnoha maskami a zároveň bojujeme o to, abychom byli oblíbení, milovaní a uznávaní a nebyli přitom „odhaleni“... Vytváříme vrstvy jako vodní kámen na konvici, až zapomeneme, jako kdo jsme byli původně stvořeni.

A to mi připomíná: Jako kdo jsme vlastně *byli* původně stvořeni?



Chvilka k zamyšlení

Vzpomínáte si na ony bezstarostné dny, kdy jste byli tak mladí, že jste ještě v životě ničeho „nedosáhli“, kromě hraní si, stavění domečků na stromě, sbírání žížal a skládání puzzle...? Kým jste tehdy byli?

Zastavte se a chvíli přemýšlejte. Naslouchejte tomu dětskému hlasu, který k vám mluví. Jak zněl? Co říkal?

Kdy jste ve svém životě začali nabírat vrstvy? Kdy jste začali skládat nebo neplnit zkoušky? Kdy vás pozvali na přijímací pohovor a kdy odmítli? Jak vás tyto zkušenosti utvářely? Dokážete si vzpomenout, kdy vás vaše první láska pozvala na rande, nebo kdy vás odmítla? Jaký pocit to ve vás zanechalo?

Jakým způsobem jste se naučili bránit vědomí sama sebe, nebo naopak na ostatní útočit, aby toto vědomí vás samých rostlo?

Co bylo vaší podstatou předtím, než jste se na hřišti naučili, jak ostatní potěšit, nebo se bránit? Co bylo vaší podstatou předtím, než jste objevili talent, který by ostatní ohromil?

Neustále se mezi sebou srovnáváme jen proto, abychom zjistili, že chceme stále víc a víc. Možná chcete manžela nebo ženu svého bližního nebo jejich životní styl nebo jejich štěstí v životě... Ale proč? Co je to, co *opravdu* chceme, jsme-li skutečně upřímní? To je ta nejdůležitější věc, kterou si můžeme začít uvědomovat.

Chceme být úspěšní? Chceme někým být? Samozřejmě že chceme. A je to přirozené. Způsob, jakým tyto podněty usměrňujeme, nám nakonec pomůže určit, kdo skutečně jsme.

Vaše srdce prahne stále víc, protože hluboko uvnitř ví, že *je* ve vás mnohem víc toho, kým skutečně jste a co se svým životem můžete udělat. Vaše srdce touží uskutečnit a *rozpomenout si*, kým skutečně jste. Přeje si znovu se spojit s důvodem, proč jste byli původně stvořeni. Touží najít toho „někoho“, kým skutečně jste: vaše jedinečné já, se zcela jedinečným otiskem prstu a jedinečným způsobem, kterým se světa dotýkáte a zanecháváte v něm svou stopu. Vaše nedocenitelné a jediné já ze sedmi miliard, s jedinečnou oční duhovkou a jedinečným způsobem, jak vidíte svět a jednáte podle toho, co vidíte.

Náš příběh má mnohem větší potenciál, než si uvědomujeme. Jde v něm o mnohem víc než o nesmysly, které hromadíme, o tisícovky na výplatní pásce a všechny ty věci, na kterých obvykle stavíme své jistoty. Dobrý příběh si nemůžete koupit ani ho ozdobit falešnou parádou. Udržujte svůj příběh u světla života, a nepůjde v něm pak jen o vnější věci, které nás tak často svádí.

Jaký příběh budou lidé vyprávět na vašem pohřbu? Co o tom, jak jste žili a milovali, budou skutečně vyprávět ti, kteří s vámi pracovali, žili a milovali vás? Máte příležitost – ještě před pohřbem! – vytvořit něco mnohem bohatšího, hlubšího a krásnějšího než obvyklý scénář, ale jen tehdy, když se odvážíte tyto možnosti uvědomit – a když si uvědo-

míte nepříjemnou skutečnost, že v tomto okamžiku spíte. A právě zde musíme začít.

Nemusíte volit rychlé řešení ani si konzumně z jakéhosi katalogu vybírat duchovní životní styl. Nejlepší věci v životě bývají ve skutečnosti skandálně zadarmo. Zároveň však s sebou nesou velké náklady: celoživotní závazek, oddanost, vášně, oběť a nesobeckou, sebedarující lásku.

Co je „duchovní intelligence“?

Duchovní autorka Evelyn Underhillová napsala: „Nemůžeme prohlásit, že existuje nějaký zvláštní ‘mystický smysl’, který někteří lidé mají a jiní ne, ale spíše že *každá lidská duše má jistou skrytou schopnost vnímat Boha, a že v někom je tato schopnost skutečně s udivující plností.*“¹

Duchovní intelligence je pro každého z nás, protože tvoří část naší celkové intelligence, celé naší bytosti. My ale do ní vstupujeme velmi zřídka – buď proto, že jsme podlehlí sekularizačnímu tlaku posledních dvou století, který tvrdí, že spiritualita (v tom lepším případě) má být vyhrazena zbožným lidem v kostelích a synagogách, mešitách a chrámech, nebo proto (v tom horším případě), že věříme, že v naší vědecké a sekularizované době nehraje žádnou roli.

Většina z nás žije natolik rušným životem, že si jen málokdy najdeme čas, abychom uvažovali o bohatství skrytém v našich srdcích a tradicích – bohatství, které nám pomáhá objevit, kdo skutečně jsme, a nalézt smysl a význam v naší zdánlivě nahodilé, roztríštěné a obyčejné existenci. Bohatství, jež nám pomáhá znovu navázat citová pouta, která tolik z nás hluboko v srdci touží navázat – se světem kolem nás, mezi sebou navzájem, se sebou samotným i s vyšší silou, která se často nazývá Bůh.

V roce 2000 začala oxfordská akademička, filozofka a duchovní autorka Danah Zoharová razit pojem „duchovní intelligence“. Tvrdila, že tvoří ústřední součást naší intelligence, část, v níž se utvářejí naše hodnoty a přesvědčení a ve které můžeme pracovat na uskutečnění svého plného potenciálu jako stvořených bytostí. Velmi dlouho jsme se zaměřovali na rozumovou inteligenci (IQ) coby způsob, jak se zdokonalovat a jak v životě prorazit. To je ale jen jedna část příběhu. Není to tak dávno, co Daniel Goleman představil „emoční inteligenci“ a pomohl firmám a společnostem zamyslet se nad tím, jak se mohou jejich pracovníci naučit zvládat své emoce a pracovat efektivněji a citlivěji s druhými. Není to tak dávno, co Zoharová prohlásila, že naše duchovní intelligence může pomoci dát smysl a význam naší práci i světu, který obýváme.

Píše: „Velmi mnoho z nás dnes žije zraněný a roztržštěný život. Toužíme po tom, co T. S. Eliot nazval ‘další spojení a hlubší obcování’, avšak v našem já, vázaném na ego, nebo v existujících symbolech či institucích naší kultury nalézáme jen málo zdrojů... SQ je intelligence, která spočívá v hluboké části já, spojené s moudrostí z oblasti ležící mimo ego či vědomou mysl. Je to intelligence, s níž nejen poznáváme existující hodnoty, ale také tvůrčím způsobem objevujeme hodnoty nové.“²

Nesnažím se v této knize vysvětlovat její úvahy či teorie, chci využít příležitost, kterou nabízí sama myšlenka duchovní intelligence. Pokouším se zkoumat, co znamená nastoupit cestu proměny – cestu, která rovnou měrou zahrnuje kontemplaci i činnost.

Jak používat tuto knihu: čtyři cesty s rostoucí hloubkou za pomoci čtyř obrázků

Rozdělil jsem tuto knihu do čtyř oddílů zahrnujících čtyři odlišné „cesty“. Každá přitom vede vždy o něco hlouběji k naší duchovní inteligenci. Začneme úrovní první: „Sme tam, kde jsme.“ Na této úrovni se velmi jednoduše podíváme na to, jak si více uvědomovat, kdo jsme, a jak si můžeme uvědomit bohatší možnosti života. Úroveň druhá nás zavede na cestu uvědomění si „falešného já“ – identity, kterou si tvoříme sami pro sebe neustálým žvaněním našich myslí, ovládaných egem. Ve třetím oddíle prozkoumáme „skutečné já“. Kdo jsme – skutečně, hluboko uvnitř – a jak můžeme nalézt svůj „odrazový můstek“ – tu naši část, podstatu nebo jádro, na základě které můžeme žít s větší lehkostí, radostněji a efektivněji. Nakonec se zamyslíme, co znamená žít v „pohybu“ – na tajemném místě, kde nepotřebujeme všechny odpovědi, na kterém život, jak ho známe, začíná být nahrazován celým, novým způsobem bytí.

Každá „cesta“ je rozdělena do čtyř etap (které jsou pokadě stejné): „probuzení“, „nový pohled“, „žít změnu“ a „předat to dál“. Pro každou z nich jsem použil jeden obrázek. Budík představuje „probuzení“. Oko představuje „nový pohled“. Štětce a paleta představují „žít změnu“ (aby symbolizovaly naši jedinečnou, tvůrčí odpověď na to, co jsme se o sobě naučili) a šipka představuje „předat to dál“.



Obrázky popisují proces duchovního růstu, od uvědomění si nových životních možností přes pohled na váš svět novými očima a změněný život až po předávání plodů vaší vlastní proměny lidem kolem vás.

Záměrně jsem vytvořil vizuální znázornění (sít obrázků), abyste tak mohli sledovat, v jaké fázi cesty se nalézáte, a jasněji pochopit důvody pro postup po jednotlivých krocích, v pořadí, které jsem navrhl. Celkem jde o šestnáct kroků – de facto projdete čtyři obrázky na čtyřech různých úrovních.

Nejde samozřejmě o cestu předepisující, ale *popisující*. Je to jeden ze způsobů, jak se pokusit popsat procesy, kterými procházíme, když se pokoušíme využít svou duchovní inteligenci a stát se plněji lidmi, jakými jsme byli stvořeni. Doufám ale, že s tím, jak budete číst dál, začnete ve svém životě rozeznávat doby probuzení, stejně jako doby, kdy začnete vidět věci z jiné perspektivy, doby, kdy prakticky odpovíte, i doby, kdy předáte dobré zprávy o své proměně ostatním, jako pozitivní nákazu naděje.

Poznámka k mé vlastní duchovní tradici

Knihu jsem napsal ze své vlastní perspektivy, a tak ji také prosím čtete. Není to vyčerpávající přehled různých spiritualit, ale popis principů duchovní inteligence, které vznikají v každé fázi obrázkové cesty. Moje zkušenost duchovního probuzení vznikla hlavně díky křesťanské tradici, a tak mé příklady přirozeně vyplývají z tohoto pramene. Smyslem této knihy ovšem není pomoci druhým stát se věřícím, ani se nesnaží čtenáře přesvědčit, aby sledoval konkrétní linii. Naopak doufám, že vám poskytne moudrost pro cestu životem, až už jste kdokoli, pocházíte odkudkoli a věříte v cokoli.

Úroveň 1

JSME TAM,
KDE JSME



Kapitola 1

PROBUZENÍ

Velká tragédie našeho života nespočívá v tom, jak moc trpíme, ale v tom, kolik toho zmeškáme. Lidské bytosti se rodí spící, žijí spící a zemřou spící... spící máme děti, vychováváme je, uzavíráme velké obchody, chodíme na úřady a umíráme. Někdy se neprobudíme. A v tom spočívá spiritualita: probudit se.

ANTHONY DE MELLO¹

Představte si, že jste se nacházeli v hlubokém a v mnoha ohledech příjemném nočním spánku. Začínáte se z tohoto spánku probouzet, ale víte, že máte na výběr: probudit se a čelit výzvam a příležitostem dne, nebo se převalit na bok, zavřít oči, zachumlat se do peřiny a sklouznout zpátky do nevědomosti. Někdy může být obtížné vyhrabat se do proudu života.

Nalijme si čistého vína: všichni máme na výběr. Ve svém životě se všichni setkáváme s okamžiky, posvátnými chvílemi, v kterých můžeme živěji procitnout k životu, pokud se tak rozhodneme. Nebo se můžeme znovu schovat pod příkrývku své ospalé existence a mít strach chopit se skutečnosti naší přítomnosti nebo utvářet možnosti naší budoucnosti.



Nezamačkávejte budík

Při každém ranním probuzení máme možnost vzbudit se mnohem víc než jen z tělesného spánku. Při příchodu každého nového dne máme příležitost vzbudit se i duchovně. Problém spočívá v tom, že je namáhavé probudit se dostatečně k tomu, co znamená být plně naživu.

Za prvé: je snadné hned zapnout rádio nebo televizi, zaplnit místnost rušivou zvukovou kulisou, bleskově se nasnídat (pokud máte to štěstí), uhánět s dětmi do školy, chytnout vlak do práce nebo cokoli jiného – aniž byste se zastavili, aniž byste plně zapojili svou mysl, srdce a všechny své smysly.

Obvykle začínáme tak, jak hodláme i pokračovat. Pokud si nedáte pozor, můžete se náměsíčně potáčet po celý zbytek dne. Můžu se bezmyšlenkovitě potáčet i celý týden. Ze dne se stane týden, z týdne měsíc, z měsíce rok a z roku život.

Zkuste to proto takhle: nařídte si budík o pět minut dříve než obvykle. (Prozatím víc nepotřebujete.) Když spustí, nezamačkávejte ho, ale vyhraďte si zvláštních pět minut na začátku dne na to, abyste se *probudili duchovně*. Spiritualita je mostem mezi tím, co jste, a tím, co děláte. Ještě než pokročíme ke své činnosti, potřebujeme se přednostně zabývat tím, co jsme. Proč se několik příštích dní po probuzení nepokusit o následující:

- Vstaňte z postele a sedněte si na židli nebo se postavte, pokud vám to pomůže.
- Nadechněte se a vydechněte, pomalu a zhluboka, a všimněte si svého dechu. Najděte si chvilku, abyste ocenili nový den a dar života. Dělejte to jen několik minut.
- Uvědomte si ticho kolem sebe a všimněte si každého zvuku, který ho narušuje. Zapamatujte si, že všechno, co dnes uděláte, bude vycházet z tohoto ticha a znovu do něj vyústí.

- Podívejte se na své ruce: zapamatujte si, že nejste dneškem pouze vláčení, ale od samotného počátku ho spoluutváříte. Dejte si předsevzetí, že budete požehnaním pro každého, koho se dnes fyzicky, emočně a duchovně dotknete, a že práce vašich rukou bude čestná, pečlivá a dobrá.
- Nyní se podívejte do zrcadla. Ať už se vám to, co vidíte, líbí nebo ne, věnujte pár okamžiků připomínce, že jste důležitou součástí obrazu dne. Nejen pasivním divákem sledujícím, jak se mu před očima odvíjí zbytek života, ale tím, kdo hraje svou roli jako krásná postava s velkým potenciálem.



Vzácný okamžik probuzení

Nedávno jsem si šel brzo ráno zaběhat. Běžel jsem do kopce a dostal se na vrchol. Na druhé straně jsem spatřil ulici, která se zhruba sto metrů přede mnou stáčela dolů. Byla lemována stromy a květinami – nádherný pohled. Rozhodl jsem se vychutnávat si tento úsek při běhu co nejplněji. Pozoroval jsem květiny a stromy a děkoval Bohu za krásu okolní přírodní scenérie. A cítil jsem, že přichází okamžitá odpověď: „Ke kráse tohoto obrazu patříš i ty.“

Z čeho se můžeme probudit?

Možná přemýšlíte: Z čeho se skutečně potřebuji probudit? Hovořit o procitnutí z duchovního „spánku“ je jedna věc – co to ale znamená? Ubíráme se (nebo spíš uháníme) životem jako náměsíční tím či oním způsobem – ať už máte tolik práce, že žijete jenom pro víkendy (kdy se nezmůžete na