

PROBUZENÍ DO DUCHOVNÍHO SVĚTA



Šamanská
cesta
přímého
poznání

Sandra Ingerman, Hank Wesselman

PROBUZENÍ —
DO DUCHOVNÍHO
— SVĚTA

PROBUZENÍ DO DUCHOVNÍHO SVĚTA

ŠAMANSKÁ CESTA PŘÍMÉHO POZNÁNÍ

Sandra Ingerman, Hank Wesselman

Probuzení do duchovního světa

Sandra Ingerman, Hank Wesselman

Z anglického originálu

Awakening to the Spirit World: The Shamanic Path of Direct Revelation

přeložila Veronika Kreslová

Odpovědný redaktor Vlastimil Lapáček

Návrh obálky Rachel Murray

Produkce V Síti s.r.o.

Grafická úprava a sazba Art D, www.art-d.com

Výroba CPI Moravia Books s. r. o.

Vydalo nakladatelství Synergie Publishing SE

www.synergiepublishing.com

Elektronické vydání první

Příprava elektronických formátů KOSMAS www.kosmas.cz

Translation Copyright © 2014 Synergie Publishing SE

Copyright © 2010 Sandra Ingerman. Copyright © 2010 Hank Wesselman.

This Translation published by exclusive license from Sounds True, Inc.

ISBN 978-80-7370-091-1

Obsah

	PŘEDMLUVA SANDRY INGERMANOVÉ	9
	PŘEDMLUVA HANKA WESSELMANA.....	15
	Úvod	21
Kapitola 1	CO JE ŠAMANISMUS?	29
Kapitola 2	ŠAMANSKÁ CESTA.....	57
Kapitola 3	JAK SE ZNOVU SPOJIT S PŘÍRODOU	83
Kapitola 4	VIZIONÁŘSKÁ PRÁCE S POČASÍM A ZMĚNAMI ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ	101
Kapitola 5	SÍLA OBŘADŮ A RITUÁLŮ	117
Kapitola 6	SNY	139
Kapitola 7	VÝTVARNÉ UMĚNÍ JAKO MOST DO DUCHOVNÍ ŘÍŠE	167

<i>Kapitola 8</i>	PRÁCE SE ZVUKEM A SVĚTLEM.....	185
<i>Kapitola 9</i>	SMRT JAKO PŘECHODOVÝ RITUÁL	209
<i>Kapitola 10</i>	PROŽITKOVÁ PRÁCE SE SMRTÍ A UMÍRÁNÍM.....	223
<i>Kapitola 11</i>	KAŽDÁ ZMĚNA S SEBOU PŘINÁŠÍ TAKÉ ZÁNİK.....	245
<i>Kapitola 12</i>	DĚTI JSOU NAŠE BUDOUCNOST	255
<i>Kapitola 13</i>	PRÁCE V KOMUNITĚ.....	269
<i>Kapitola 14</i>	SPOLEČENSTVÍ LIDÍ USILUJÍCÍCH O TRANSFORMACI.....	289
<i>Kapitola 15</i>	NÁVRAT ŠAMANA	305
	O AUTORECH	321
	MEDAILONY SPOLUautorů	323

PŘEDMLUVA

SANDRY INGERMANOVÉ



šamanismus je starodávná a účinná duchovní praxe, která nám může pomoci proplout náročnými dobami plnými změn. V našem moderním světě, kterému vládou technologie, jsme se naučili věřit, že to, co vidíme, slyšíme, cítíme a čeho se dotýkáme našimi pěti smysly, vytváří spojení mezi námi a okolním viditelným světem. Oproti tomu šamanismus tvrdí, že existují průhledy do jiných realit, kde přebývají pomocní duchové. Ti nám mohou poskytnout vedení, vhled a léčení. A nejen nám, ale i světu, ve kterém žijeme.

Šamanismus nás učí, že jsme součástí přírody a tvoříme jednotu se vším živým. Ve světě šamanů se všechno, co existuje, považuje za živé. A všechno má duši. Duchovní aspekty všeho živého jsou vzájemně propojeny jemnou sítí – pavučinou života. Protože jsme součástí přírody, stává se ona sama naším pomocným duchem, který nám může mnohé napovědět – například jak můžeme znovu uvést svůj život do rovnováhy a harmonie.

Jádrem šamanismu je cesta vlastní zkušenosti, přímého poznání. V této duchovní disciplíně nejsou mezi člověkem a pomocnými duchy žádní prostředníci. My všichni můžeme mít přístup k moudrosti, vedení a léčení.

Existují způsoby, jak se s pomocnými duchy a také s transpersonálními aspekty přírody samotné spojit. Spolu s dalšími čtyřmi autory vám Hank Wesselman a já představíme některé dobře prozkoumané cesty, kterými se můžete vydat, abyste získali okamžitý a autentický přístup k šamanské stezce přímého poznání.

Mých důvodů, abych tuto knihu ve spolupráci s dalšími autory napsala, bylo několik. Na naší planetě dochází k duchovnímu probuzení. Stále více lidí čte duchovní literaturu a zkoumá různé duchovní praktiky, které vedou k seberealizaci, osobnímu rozvoji a tolik potřebné evoluci vědomí lidstva jako celku.

V této době duchovního probouzení se slovo „šaman“ stalo součástí populární kultury. Dokonce v drogerii vídám mýdla a šampóny, na kterých je napsáno slovo šaman. Setkávám se s reklamami v novinách a časopisech, které slovo šaman spojují s nejrůznějšími profesemi. A ačkoli já sama se zabývám praktikováním šamanismu více než třicet let, nejsem si jista, že mi je jasné, na co tyto reklamy odkazují. A možná se nad tím pozastavujete i vy.

Jelikož se slova „šaman“ a „šamanismus“ zprofanovala podobnými marketingovými triky, v reakci na to se někteří lidé pokusili vytvořit pravidla, která by stanovila, co šamanismus je a co není. Aniž bych chtěla zpochybnit něčí dobré úmysly, vedou tyto snahy v zásadě pouze k ještě většímu zmatku a nepochopení, co je vlastně šamanská praxe.

Je paradoxní, že šamanismus byl vždycky praxí, při které ti, kdo se jí zabývali, získávali jedinečné vedení od pomocných duchů – transpersonálních bytostí označovaných také jako duchovní průvodci nebo andělé. Zároveň však také existují časem prověřené hlavní zásady šamanské praxe. Tuto knihu jsem napsala proto, abych se

s vámi o některé z těchto zásad podělila. Sami tak můžete zjistit, co šamanismus je a co není, aniž bych jej musela vymezovat nějakými definicemi.

V dobách velkých změn, které nyní prožíváme, mnoho lidí reaguje obratem do svého nitra. Stanou se z nich duchovní hledači. Tato cesta mnohdy obnáší i hledání cest, jak udržitelnějším způsobem pracovat a žít – individuálně i v rámci skupiny.

Mezi některými hledajícími existuje tendence upínat se k systémům vytvářejícím pravidla, která pro ně stanoví, co mají dělat. Mají pocit, že tím získají bezpečí a potvrzení svého způsobu života. Stejně tak existují lidé, kteří se obracejí na šamanismus jako na soubor pravidel pro kontaktování pomocných duchů a chtějí, aby jim někdo řekl, že existuje správný a nesprávný způsob, jak provádět šamanskou praxi.

Mezi hledajícími také přetrvává sklon dávat svou vlastní moc do rukou druhým. Tento druh hledajících si přeje najít učitele, který bude fungovat jako prostředník mezi nimi a pomáhajícími duchy. Toto je charakteristickým rysem organizovaného náboženství, kde existují byrokratické struktury kněží stojících mezi běžným člověkem a říší posvátného. To však není typická šamanská cesta, ani to není cesta přímého poznání.

Na svých šamanských seminářích vedu lidi k tomu, aby se sami spojili se svými pomocnými duchy, a snažím se je přivést k důvěře v jejich duchovní průvodce, jakmile toto spojení navážou. Jsou to teď oni, kdo je dále budou učit a vést. Když nabízím lidem semináře, kde vyučuji účinné metody léčení, říkám studentům, že nejlepšími léčiteli jsou nepochybně ti, kdo zahodí své poznámky a spolehnou se na vedení, které jim poskytnou jejich pomocní duchové.

V nynější disharmonické době vznikají nová onemocnění duše i těla. Také problémy, které se objevují na naší planetě, vyžadují nová, tvůrčí řešení. Chce se po nás, abychom se ponořili do nitra a našli svého vlastního tvůrčího génia, který by nám pomohl těmito

změnami projít. Vyžaduje se od nás, abychom byli ochotni vyhledávat vedení pomocných duchů, a mohli tak snáze růst, vyvíjet se a procházet různými fázemi našeho života s přehledem a silní.

Znamená to také, že se musíme přihlásit ke své vlastní síle a nacházet nové způsoby, jak vzájemně spolupracovat.

Když učím některé své pokročilé studenty, kteří se chtějí sami stát učiteli, aby mohli dál nést šamanskou tradici, vysvětluji jim, jak mne samotnou při učení provázeli pomocní duchové. Objašnuji jim také, proč používám na svých šamanských seminářích určitá duchovní cvičení. Studenty ve svém programu výuky pro budoucí učitele žádám, aby nevyučovali tak, jak to dělám já, ale aby se raději řídili vedením jejich vlastních duchovních průvodců. Právě tímto způsobem se totiž předávala šamanská tradice po celá staletí – a jediné tak zůstane živá a naplněná duchem, silou a významem.

Cílem jakékoli duchovní cesty je spojit člověka s jeho vlastním božstvím, dovést ho k tomu, aby si uvědomil vlastního tvůrčího génia. Každý má úžasný tvůrčí potenciál. Když si budeme myslet, že jenom někteří lidé znají odpovědi na palčivé otázky dnešní doby, nepomůže nám to vytvořit harmonický život na zdravé planetě.

Můžeme vzájemně sdílet svá řešení na různých úrovních, kde vyjadřujeme svůj jedinečný talent a nadání. Všichni můžeme vyjadřovat rozličné aspekty božství podobně jako diamant, který má různé fasety, které společně září a vytvářejí překrásné světlo. Když se vydáme na šamanskou cestu přímého poznání, zažehne se naše vnitřní světlo. Když jej spojíme s dalšími lidmi, které máme kolem sebe, a jejich vnitřními jiskrami, věřím tomu, že rozsvítíme dostatečně silné světlo, aby se planeta naplněná harmonií, láskou, světlem, mírem a hojností pro všechny stala realitou.

Knihy o šamanismu píší už od devadesátých let minulého století. Vyjadřuji v nich svou touhu přinést dávnou praxi šamanismu do naší moderní kultury takovým způsobem, který by reagoval na problémy a potřeby naší doby. Jedna kniha navazovala na druhou

a vznikaly další a další. Shledala jsem, že jak se měnila doba, měnil se i způsob, jak mě moji pomocní duchové vedli a zprostředkovávali mi nové způsoby léčení – abych mohla lépe pomáhat druhým i sobě. Původní profesi jsem psychoterapeutka a i to mě vedlo k vnímání šamanismu jako praxe, která je živá a prochází neustálou proměnou.

Během let jsem pochopila, že naším úkolem není nějak zmodernizovat tuto dávnou tradici tak, aby získala novou formu, která bude vyhovovat a dávat smysl moderním duchovním hledačům a vizionářům. Dnešní náročná doba volá po tom, abychom spolupracovali jako komunita na vytvoření pozitivních a trvalých změn, které budou prospěšné nám všem. V tomto smyslu jsem byla vedena, abych přizvala další učitele šamanismu ke spolupráci na této knize. Chtěla jsem vás jako čtenáře seznámit také s jinými způsoby práce a ukázat, že i vy jste volán nebo volána na cestu přímého poznání.

V roce 2005 jsem se stala zakládající členkou rady Společnosti lidí praktikujících šamanismus (Society of Shamanic Practitioners). Jejím účelem je propojit celosvětovou šamanskou komunitu, a moct tak sdílet, co jsme se naučili, pokud jde o překlenutí mezery mezi pradávnými a časem prověřenými vizionářskými praktikami starých šamanů a naší současnou moderní kulturou – impuls, který byl v pozadí vzniku a důležitého poslání této knihy.

V roce 2008 jsem požádala členy rady této společnosti, které považuji za zkušené učitele, praktiky a spisovatele, aby sdíleli svou moudrost prostřednictvím této knihy, abychom tak mohli společně sloužit mnoha dalším lidem. Všech šest z nás, kdo se rozhodli do tohoto projektu přispět, má za sebou bohaté osobní zkušenosti s šamanskou cestou.

Knihu jsem tedy uspořádala tak, abych mohla přizvat ke spolupráci další autory. Jedním z nich je antropolog a spisovatel Hank Wesselman. Když jsme se vzrůstajícím nadšením hovořili o tomto projektu, napadlo mne, abych jej požádala, aby spolu se mnou napsal hlavní linii vyprávění. Jak projekt pokračoval, pomáhal mi

s tím, jak vetkat do tkaniva textu další příspěvky a učení všech, kdo se na knize podíleli. Psaní této knihy společně s Hankem jsem si doopravdy užila. Je to člověk, který praktikuje šamanismus a je také jeho učitelem. Zním ho už dobrých třicet let a je mým přítelem.

Mezi dalšími, kdo do knihy přispěli, je Tom Cowan. Je to úžasný spisovatel a učitel keltské cesty a jistě si všimnete toho, jak poetickým způsobem píše. Karol Proudfoot-Edgarová a já jsme mnoho let společně učily na seminářích a staly se z nás duchovní sestry a dobré přítelkyně už od první chvíle. Stejně jako Tom má i Carol úžasný smysl pro poezii. José Stevense znám od roku 1980, kdy jsem se poprvé zúčastnila formálního šamanského výcviku. Byli jsme tři roky ve společné skupině, která tuto cestu podstupovala. Mám hlubokou úctu vůči integritě, kterou José do této práce přináší, a oceňuji na něm, s jakou oddaností žije to, co učí. Mnoho let znám také Alberta Villoldo, jehož služba druhým dojíká mnoho z nás, kdo jdeme šamanskou cestou. Jsem opravdu šťastná, že se tyto lidé na knize podíleli.

Poté, co jsem znovu uspořádala kapitoly této knihy, požádala jsem všechny přispívající, aby sdíleli své učení v těch kapitolách, ke kterým cítili vztah. Ne každý z nich tedy přispěl do každé kapitoly.

Hank a já jsme měli dvojí úlohu. Naše hlasy se v knize prolínají a odrážejí jednotu i tok naší společné moudrosti a přátelství, trvajících celá léta. Hlas vypravěče, tvořící tkanivo knihy, je tedy náš společný. A přesto jsme zároveň přispívajícími členy skupiny šesti autorů. Každý z nás vyučuje svým vlastním způsobem. Takže v těch pasážích, kde sdílíme své vlastní jedinečné způsoby práce, používáme svá jména, abychom představili své učení.

Nyní bych ráda představila Hanka Wesselmanna. V úvodu popovíme o formátu této knihy a prozradíme, jak s ní pracovat.

PŘEDMLUVA

HANKA WESSELMANA

Když jsem přijal laskavé pozvání Sandry Ingermanové být spoluautorem této knihy, okamžitě jsem si jako antropolog uvědomil, že zde vznikla příležitost prozkoumat rozměry a hranice pozoruhodné subkultury, která v našem západním světě zapustila kořeny. Komunity, ke které vy, jako čtenář, nejspíš také patříte.

Mohli bychom o této subkultuře mluvit jako o transformační komunitě. A protože slovo „transformační“ se stalo v této době módním, chtěli bychom říct hned na začátku něco tajemného.

V srdci této komunity se tiše, ale jednoznačně utváří nový duchovní celek, který nás přivádí k tématu ležícímu v epicentru této knihy – je jím cesta přímého poznání.

Je to cesta, na které každý z nás jako jednotlivec může přímo vstoupit do kontaktu s velkým tajemstvím Bytí, ať už si pod ním představujeme cokoli, a vnést je do naší každodenní existence, do našich vztahů, do světa kolem nás.

To je ona věky prověřená cesta šamanů, mystiků, vizionářů. Duchovní cesta, která každého z nás vede přímo ke zkušenosti autentické iniciace. Cesta, která nás může dovést k již nezvratné zkušenosti

osobního probuzení, na Východě nazývané „osvícení“ a na Západě „uvědomění si Boha“.

Je to cesta, na které může každý objevit, kým a čím doopravdy je, a získat naprosto jiný vhled, než jaký poskytuje scénář, podle kterého nám současná společnost předepisuje žít. Během cesty možná zjistíte, že tento scénář je pro vás už veskrze nevyhovující a zastaralý.

Když jsme začali se Sandrou sdílet s vámi, našimi čtenáři, myšlenky o proměnách, ke kterým v současné společnosti dochází, moje pozornost (jelikož jsem antropolog) byla nevyhnutelně přitahována k té části mého života, kterou jsem prožil mezi původními kmeny v Africe. Tam, v africké buši mezi domorodci, stovky mil od nejbližší silnice, teplé vany nebo vychlazeného piva, jsem se před více než třiceti pěti lety poprvé setkal s šamanskou cestou. Došlo k tomu prostřednictvím řady spontánních, jakoby snových vizí, které byly intenzivně reálné a úplně změnily můj život.

Tehdy mi bylo třicet let, byl jsem členem vědecké expedice, jejímž úkolem bylo prozkoumat vyschlou, erozí rozervanou krajinu východní Afriky kolem Velké příkopové propadliny. Hledali jsme tam odpovědi na otázky související s velkým tajemstvím vzniku lidského druhu. Tehdy jsem se obával, že mí vědečtí kolegové nebudou příliš nakloněni tomu, abych s nimi mohl sdílet tyto mimořádné zážitky. Proto jsem se obrátil na některé muže z afrického kmene, se kterým jsme tehdy pracovali. Během let, kdy jsem žil ve stanu v jednom kempu v jihovýchodní Etiopii, daleko od všech turistických tras, se z nás stali přátelé. V rozhovorech s těmito muži jsem pomalu přicházel na to, že jejich pohled na věci byl naprosto cizí mému vědeckému způsobu přemýšlení o světě. Jádrem jejich světónázoru byla představa, že pole snů sestávající z mnoha různých úrovní představuje reálný svět. Vnímali, že my, jakožto lidské bytosti, ve skutečnosti sníme 24 hodin denně a že každodenní fyzický svět se zhmotňuje jako reakce na tento sen a nikoli opačně. Tyto představy byly vždy provázeny silným přesvědčením,

že snový svět je uvědomělý – že to je vědomí samo, které je živé, inteligentní a nadané mocí. Toto vědomí pak prostupuje a proniká vším, co ze sebe vyzařuje, dodávajíc tomu pozornost-uvědomění, vitalitu a životní sílu.

Trvalo mi samozřejmě mnoho měsíců, vlastně mnoho let, než jsem plně porozuměl tomu, o čem tito domorodci hovořili, a než jsem to vstřebal. Hned od počátku jsem však pochopil, že to pro ně nebyla nějaká filozofická teorie, ani nějaký koncept. Bylo to vnímání, vědění založené na přímé zkušenosti – na přímém poznání, chcete-li. Mezi nimi jsem se také poprvé setkal se šamany.

Zajímavé pro mě bylo zjištění, že šamanismus není náboženství, a ani není v konfliktu s žádnou náboženskou tradicí. Je to metoda – a jak jsem se sám mohl z první ruky přesvědčit, metoda, která se může stát způsobem života, pokud ji praktikujeme s pokorou, sebekázní a úctou. Tato cesta obohatila můj život více, než jsem schopen říct.

Dovolte mi tedy, abych přijal pozvání Sandry a sdílel s vámi v knize, kterou se chystáte číst, něco z toho, co jsem se na této cestě naučil. Chtěl bych se s vámi podělit o nesmírně cenné a jedinečné kousky skládky, která tvoří tajemství toho, kdo jsme, jak jsme se stali tím, čím jsme, a kam směřujeme.

Šamanská praxe přímého poznání je starodávným předchůdcem všech našich náboženských a filozofických tradic, moderních i starověkých. Toto je fakt, a kdo by tento výrok považoval za příliš odvážný, starodávný charakter šamanské cesty lze doložit archeologickými důkazy, jakými jsou například jeskynní malby z doby ledové, malby na kamenech a další archeologické nálezy starověku.

Článek publikovaný v americkém časopise *Science* odhalil, že šamanská cesta je stará přinejmenším 77 tisíc let. Důkazem o tom mohou být například kamenné tabule z červeného okru, vykopané v jižní Africe v oblasti podél Indického oceánu. Na několika z nich se našly pozoruhodné záměrně vytvořené obrazce, které vypadaly jako matrix, pavučina nebo síť.

Co tyto záhadné symboly znamenaly pro naše pravěké předky, to dnes nemůžeme s jistotou říct. Tyto symboly však, jakmile byly jednou vytvořeny, se neustále opakují ve skalním umění z té doby po celé Africe, Evropě, Asii, Austrálii a i v Severní, Střední a Jižní Americe. Mezikulturní studie, které byly provedeny s posledními tvůrci tradičního skalního umění, tedy s křováky !Kung San z pouště Kalahari, prokázaly, že tato síť, pavučina nebo matrix představuje vizuální fenomén, který vidí šamani v transu na svých cestách do „jiných dimenzí“.

Když na Západě slyšíme slovo „šaman“, většina z nás si představí domorodce v kostýmu nebo v masce, který tančí kolem ohně doprovázen zvuky bubnů. Ale uvnitř této slupky sestávající z kostýmu, masky a rituálu je žena nebo muž se zcela reálnými zvláštními schopnostmi.

Všichni skuteční šamani jsou nadanými vizionáři – jsou to mistři zkušenosti transu schopní dosáhnout rozšířených stavů vědomí, ve kterých mohou oddělit své soustředěné vědomí od těla a vstoupit do jiné reality. V ní se obvykle setkávají s početnými archetypálními a transpersonálními silami, které čekají, odděleny pouze tenkou oponou od lidských dramát, aby nám mohly být nejrůznějším způsobem nápomocny. Domorodci a stejně tak moderní mystici obvykle nazývají tyto síly „duchové“ nebo „pomocní duchové“.

Šamani se často setkávají se silami, které by bylo možné pojmenovat jako duchy přírody. Může se jednat o duchy zvířat, rostlin a minerálů, z nichž mnozí sloužili lidstvu jako pomocníci a strážci po celá tisíciletí. Vizionáři všech možných tradic a náboženské víry se však také setkávají s duchy svých předků a s vyššími, soucitnými andělskými silami, které jim pomáhají jako duchovní učitelé a průvodci. Mezi nimi můžeme nalézt i svůj vlastní transpersonální duchovní aspekt – naše vyšší Já nebo Nadjá, o kterém se ještě v knize zmíníme.

Snad nejdůležitější šamanskou zásadou, z níž může mít každý prospěch, je, že v šamanské praxi není žádná hierarchie nebo soubor

dogmat předávaných následovníkům nějakou nadřazenou náboženskou autoritou. Šamanismus je cestou okamžitého a přímého osobního kontaktu s Duchem, cestou hluboce intuitivní, bez definic, cenzurování nebo posuzování druhými lidmi. Na této cestě má každý hledající přístup k transcendentálnímu spojení a všemu, co nám může toto spojení dát.

Je zajímavé, že šamanská tradice se většinou předává v rodinné linii, což je fakt, který vedl jisté badatele k domněnce, že v naší DNA může být nějakým způsobem zakódována schopnost rozšířit naše vědomí a dosáhnout transu. Objevily se také názory, že tento genetický program by mohla mít v sobě zakódována značná část lidské populace – což je hypotéza, již podporují některá antropologická pozorování v terénu. Mezi tradičními křováky !Kung San z pouště Kalahari v jižní Africe by se až 50 procent typických lovců a sběračů mohlo stát šamany, kdyby to bylo zapotřebí.

Tato skutečnost vede k domněnce, že schopnost mít šamanské vizionářské zkušenosti je dědičným právem všech národů všude na světě a že člověk nemusí být „domorodcem“, aby mohl mít tuto pradávnu mystickou zkušenost.

Šamanská tradice, jako všechny ostatní mystické tradice, předává množství informací a technik, které umožňují novicům, aby znovu objevili a přímo zakusili schopnosti svých předků. Kdybychom se vydali dostatečně daleko nazpět po časové ose, jsme všichni potomci „domorodců“ – lidé ze Západu i všichni ostatní. Velcí šamani existovali všude.

Znovuobjevením a znovuprožitím schopností našich předků na sebe každá nová generace bere odpovědnost nést dál tuto odpradávanou se obnovující tradici, oživit ji a snad i doplnit a proměnit nashromážděné duchovní bohatství její moudrosti a technik. Tímto způsobem se totiž odedávna vizionářské cesty udržovaly životaschopné a smysluplné pro ty, kdo se jimi rozhodli vydat.

Narůstající objem mezikulturní etnografické literatury o šamanech a jejich neobvyklých schopnostech potvrzuje, že cesta přímého

poznání je součástí kulturního dědictví všeho lidstva, i když toto dědictví bylo na Západě po více než tisíc let z velké části ztraceno kvůli systematickému a nemilosrdnému potlačování ze strany organizovaných náboženství.

Úvod

Tato kniha vám předkládá řadu posvátných znalostí a je prodchnuta jedním klíčovým přáním: Umožnit vám otevřít svou vlastní vnitřní vizionářskou bránu do říší posvátného.

Nemusím snad ani dodávat, že jejím úkolem není nahradit roky ukázněné praxe, kterou prováděli mystici všech světových vizionářských tradic. Může na vás však zapůsobit jako katalyzátor a pomoci vám vydat se na neobyčejné duchovní dobrodružství. Možná vám pomůže spustit program „vizionářská cesta“ na vašem vnitřním hard disku, tedy na vaší DNA, a budete moci najít svou vlastní cestu, jak se spojit s vnitřním zdrojem moudrosti, síly a léčení.

Šamany odlišuje od všech ostatních stoupenců různých náboženství právě neobyčejná schopnost získat přístup k transpersonálním říším. Této problematice se budeme do hloubky věnovat v první kapitole.

Ve druhé kapitole prozkoumáme zkušenostní základ šamanské praxe – šamanskou cestu. Povíme si něco o používání technik, jako je monotónní bubnování kombinované s usměrněnou pozorností a záměrem. Budeme postupovat bezpečným a časem prověřeným meditativním způsobem. Získáme tak přístup k posvátným říším

světa duchů. A jak se sami budete moct přesvědčit, je tato praxe vším jiným než něčím primitivním.

Šamani dávnověku byli prvními odvážnými pionýry, kteří začali zkoumat komplex našeho těla-mysli-ducha a také podstatu reality – vnitřní i vnější. Jejich objevy učiněné na cestě přímého poznání slouží jako základna pro nás, kdo je chceme v dnešní době následovat.

V naší době bychom mohli položit rovnítko mezi šamanskou cestu a cestu moderního vizionáře – cestu, která je přístupná v podstatě všem, kdo mají zájem po ní jít. Když vyslovím tuto větu, má pozornost se okamžitě přenese k myšlenkám na opětovné spojení s Přírodou, protože příroda je, a vždycky byla, branou do neviditelných světů, které existují a od věků existovaly všude kolem nás. Tohoto tématu se dotkneme v kapitole 3.

Kupodivu je většina z nás schopna navázat kontakt s neviditelným světem na první pokus – a jakmile jsme „tam“, obvykle jsme schopni spojit se s vnitřními zdroji moudrosti a síly, které domorodci v tradičních společnostech nazývali „duchy“. Z těchto „setkání“ se můžeme vrátit s příběhy, které by obstály u kteréhokoli ohně v nějaké domorodé vesnici. Kapitola 4 se zaměřuje na to, jak můžeme s přírodou spolupracovat, a dokonce ovlivňovat počasí.

V páté kapitole prozkoumáme podstatu obřadů a rituálů, abychom uspokojili potřebu plně porozumět tomu, co se děje během transcendentálních zážitků, a zjistili, jak jich dosáhnout. Budeme zkoumat ty prvky pradávné technologie transcendence, které před desítkami tisíc let poprvé objevili šamani pozdního paleolitu – pozdní doby kamenné.

V kapitole 6 se zaměříme na uvedený proces vzhledem ke snům. Podíváme se na podstatu snů a zkušenost snění při bdění. V kapitole 7 zmíníme další možnosti, jak získat přístup k posvátným transpersonálním říším, zejména prostřednictvím umění a tvorby. To může sloužit jako další zkušenostní můstek do těchto světů a odhalit nám

různé cesty, kterými účastníci našich seminářů a shromáždění během let nacházeli přístup k oněm „dveřím“, jimiž prošli do světa snů, ačkoli zároveň byli plně bdělí.

Rád bych dodal, že během těch mnoha let, co vedu podobné skupiny, jsem znovu a znovu ohromen vnitřní soudržností zážitků, které jejich účastníci prožili, a jejich hlubokým transformativním účinkem. Fascinován jsem spolu s kolegy-facilitátory přihlížel tomu, jak jsou naši studenti na své cestě vnitřního zkoumání vedeni k nevyhnutelnému závěru sdílenému všemi domorodými národy – že tkanivo naší reality se skládá z vibračního pole sestávajícího z mnoha úrovní, které je nadáno vědomím a inteligencí. A když jsou vytvořeny příznivé podmínky, toto pole může reagovat a také reaguje!

V kapitole 8 se podíváme na možnosti práce se zvukem a světlem. Všichni skuteční vizionáři mluví o společenství duchů jako o „světle, které je v pozadí forem“. Hovoří také o stavu bez formy, který je za světlem, a o stavech vědomí, ke kterým prostřednictvím těchto duchů můžeme získat přístup.

V kapitolách 9, 10 a 11 budeme mluvit o zkušenosti smrti. Na jedné straně smrt představuje určitý přechod do jiné dimenze. Na straně druhé je to nezbytná a všudypřítomná síla, která prostupuje veškerými změnami, které se v našich životech odehrávají. Je nevyhnutelnou skutečností, že zkušenosti smrti musí projít každý z nás. Odedávna bylo úlohou tradičních šamanů prozkoumat rozměry přechodu přes hranici smrti a vrátit se, aby mohli tyto zkušenosti předat ostatním. Aby nám mohli sdělit, kde se budeme nalézat a co budeme zakoušet, až se jednou „na druhý břeh“ vydáme i my sami. Tito nadaní vizionáři tak připravovali živé na zkušenost umírání.

Kapitola 12 je věnována našim dětem – naší spojnici s budoucností. Budeme uvažovat o tom, kým nyní jsme, kam směřujeme, co se z nás stává a jakou máme odpovědnost vůči naší komunitě a našim dětem. O tom, že naše děti a jejich potomci jsou naší budoucností, není přeci třeba diskutovat. To je nezvratný fakt.

V kapitole 13 se budeme zabývat způsoby, jak můžeme společně pracovat v komunitě, a to ze šamanské perspektivy.

Kapitola 14 je určitým shrnutím. Probereme v ní, kým a čím se stáváme jakožto členové společenství, které prochází transformací. Představíme zde hodnoty, které jsou nám drahé, a přesvědčení, která chováme. My všichni si tak můžeme lépe ujasnit podstatu naší životní cesty – cesty, kterou jsme si s největší pravděpodobností vybrali již před tím, než jsme přišli na tento svět.

A nakonec, v kapitole 15, se všichni autoři, kteří přispěli do této knihy, podělí o svou vizi šamanské práce, o vhledy, které na své cestě získali, a pojmenují výzvy, kterým jako lidé praktikující šamanismus a jeho učitelé čelí.

JAK PRACOVAT S TOUTO KNIHOU

Šamanismus je duchovní praxe, která zprostředkovává přímý a okamžitý přístup k velkému bohatství vědění a také k síle a ochraně pomocných duchů. Je to praxe, která se nedá naučit tím, že se o ní čte. Člověk ji musí sám zažít.

Autoři, kteří do této knihy přispěli, se proto podělili o nejrůznější cvičení meditace roztroušená v obsahu jednotlivých kapitol, která vám pomohou prakticky se vydat na šamanskou cestu přímého vhledu. Některá tato cvičení představují šamanské cestování – abychom vám je usnadnili, doplňuje tuto knihu nahrávka s bubnováním, chřestěním a hrou na nejrůznější nástroje, která vám usnadní praktické provádění cvičení navrhovaných v této knize. Instrukce k šamanskému cestování najdete v kapitole 2.

JAK VYUŽÍVAT HUDEBNÍ NAHRÁVKY

Obsah této knihy velmi vhodně – a někdy dokonce téměř nezbytně – doplňují čtyři hudební nahrávky, které si můžete stáhnout z webové

stránky www.synergiepublishing.com/samanska-cesta. První nahrávka je pět minut dlouhá a je na ní nahráno chřestění a hvízdání. Tyto zvuky vám umožní připravit se na cestu, několikrát se zhluboka nadechnout, stanovit si záměr, se kterým se na ni chcete vydat, a poděkovat pomocným duchům za jejich asistenci.

Na druhé nahrávce je zachyceno patnáct minut bubnování a chřestění. Třetí nahrávka obsahuje patnáctiminutovou sekvenci monotónních rytů, kde uslyšíte také brazilský strunný nástroj *berimbau*, různá chřestidla a australská perkusní dřívka. Tato nahrávka obsahuje rovněž pravidelný rytmický beat. Na čtvrté nahrávce naleznete záznam dlouhý dvacet pět minut, na němž bubnují tři bubeníci zároveň.

Když budete provádět cvičení šamanské cesty za poslechu zvukové nahrávky, bude se vám možná některá z nahrávek líbit více než jiná. Některým lidem vyhovuje delší nahrávka, jiným kratší. Vyberte si proto, co vám vyhovuje nejlépe. Všechny nahrávky jsou zaznamenané v pravidelném rytmu na mozkové frekvenci theta – tedy čtyři až pět úderů bubnu (nebo chřestění) za sekundu.

A jedna důležitá poznámka: Neposlouchejte nahrávku v autě nebo při obsluze nějakého stroje. Nahrávka je určena k tomu, aby vám pomohla dostat se do šamanského stavu transu, což se z pochopitelných důvodů neslučuje s řízením auta nebo sekáním trávy.

VSTUP DO KRUHU STARŠÍCH

V krátkosti lze říct, že v této knize budeme zkoumat cestu přímého poznání jakožto osobní praxi. Zjistíte, že v podstatě jde o pradávnou formu meditace. Když ji budete cvičit s pokorou, úctou a ukázněně, umožní vám okamžitý přístup k mnoha různým duchovním zkušenostem včetně spojení se světem duchů, pokud to bude vaším záměrem.

Kdybychom měli, Sandra a já, mluvit z pozice lidí vzdělaných v této problematice, kteří sami náhodou před mnoha lety narazili na

tuto cestu, můžeme s jistotou říct, že schopnost dosáhnout šamanského stavu vědomí se zlepšuje s pokračující praxí. Jsme si také naprosto jisti, že jakmile aktivujeme „vizionářský program“ v naší DNA, umožní nám to překročit horizont našeho osobního a kolektivního osudu a cestovat proudem času zcela novým způsobem.

S tímto výrokem by jistě souhlasili moudří starší domorodých kmenů, protože znali velké tajemství: Jakákoli lidská činnost nebo podnik mohou být neuvěřitelným způsobem obohaceny využitím, a nakonec i mistrovským zvládnutím nějaké technologie posvátného. A další tajemství: Když se vydáme dostatečně hluboko proti proudu času (jak už se o tom Hank zmínil), všichni pocházíme z nějakého „domorodého“ kmene – ať už jsme se narodili na Západě, nebo na Východě. A ve všech těchto kmenech žili velcí šamani.

Každý ze šesti autorů přispívajících do této knihy je úspěšným profesionálem, spisovatelem, plně iniciovaným šamanem – praktikem a učitelem. Každý z nás jde šamanskou cestou: Sandra Ingermanová jako psychoterapeutka, Hank Wesselman jako paleoantropolog, Tom Cowan jako historik, Carol Proudfoot-Edgarová jako psychoterapeutka, José Steven jako psycholog a Alberto Villoldo jako lékařský antropolog. Každý z nás mluví svým vlastním hlasem, ale přinášíme své znalosti a zkušenosti, abychom je s vámi sdíleli a vy se do nich mohli ponořit a pracovat s nimi způsobem, který bude vyhovovat vám osobně.

Společně si posvítime na to, jak nám časem prověřené metody šamanů mohou pomoci probudit se ze spánku, ve kterém naše kultura z větší části dřímá, a nastoupit svou vlastní cestu hrdiny. Vydat se vzhůru na hledačskou cestu, která nás může dovést až k přímé zkušenosti ducha – na cestu otevírající se prostřednictvím našeho srdce.

Skrze srdce – tuto starodávnou bránu – může každý osobně zažít spojení s neomezenou nekonečnou silou a posvátným božským vědomím. Můžeme vám s naprostou jistotou říct, že toto spojení za

vás nemůže navázat žádná svatá kniha, slova někoho jiného, tajné obřady nebo rituály ani žádný guru nebo duchovní vůdce či náboženská víra. Jakmile jsou ve vás samotných zažehnuty vyšší evoluční funkce, rozběhne se nějaký tajemný předem daný program – zaktivuje se něco, co vám nemůže být dáno odnikud zvnějšku. A to z toho důvodu, že každý z nás už To v sobě má.

V následujících kapitolách prozkoumáme cestu, na které se můžeme dovědět něco skutečně zajímavého o nás samotných a také o tom, kam směřujeme.

Jsme zvědaví, jak na vás tento náš literární projekt zapůsobí, protože se chystáme podělit o různé pohledy na to, jak my jako moderní lidé můžeme jít šamanskou cestou. Překládáme vám knihu plnou živého vyprávění a duchovních cvičení, která můžete zahrnout do svého života. Pomohou vám vybudovat vaše vlastní mosty do říší posvátného.

Aby naše vyprávění bylo čtivé, nemohli jsme do knihy zařadit všechny šamanské tradice. Spíše vám nabízíme ochutnávku příběhů z některých tradic jako základ pro vaši vlastní cestu přímého poznání.

Představte si teď, že sedíte v kruhu u starších a posloucháte jejich příběhy a to, co vás chtějí naučit. Vstřebávejte jejich slova a myšlenky, nechte je v sobě rezonovat a vyvolat vaše vlastní myšlenky, zkušenosti a sny... a to je opravdu dobrá medicína.