

Můj pohled pozorování

Žijeme v rychlé době, někdy mám pocit, až moc rychlé. Věci se dějí, lidé přicházejí do našeho života a zase z něj odcházejí, vše se žene někam dopředu jako splašený kůň. Častokrát se ani nestačíme podívat na cestu, po které jdeme, potkat se s blízkými lidmi a někdy se ani nestačíme potkat sami se sebou. Pohltila nás práce, dopravní prostředky, dobíháme metro, i když za tři minuty jede další vlak, jsme v zajetí platebních kartiček a věrnostních kartiček a také mailů a facebooků, které nám ukrajují velký kus z koláče našeho času. Strach, abychom nepropásli nějakou informaci. Přitom jsme zapomněli, že důležitá informace, kterou potřebujeme, si k nám cestu vždy najde. Plníme úkoly a také přání druhých lidí a nestačíme se ani zeptat, co si přejeme my sami. Vlastně to mnohé z nás ani nenapadne. Většinou totiž víme, co nechceme, protože se již v určité situaci cítíme opravdu nepohodlně, ale vlastně často neumíme jasně vyjádřit, co bychom si sami přáli. Jako bychom zapomněli mluvit s naší duší, ta jistě ještě ví...

I já se občas řítím, zapomenu na vše, nechám se vnést do víru dění, událostí a především práce. Někdy bývám unavená a pak se často přistihnu u toho, že věci, situace a lidi kolem mě nechávám jen tak plynout. Možná je to jen únava. Nebo snad jen určité období. A pak padám a třeba si zlomím rameno... Nádherný příklad zastavení, vesmíre děkuji za to ☺. Stalo se to letos na jaře. Šla jsem, pravda, trochu unavená a najednou jsem byla na zemi. Bylo to bolestné procitnutí do reality a od té doby již zase koukám, a to nejen kam šlapu...

Vždy, když se mi přihodí nějaký karambol, snažím se nejprve zklidnit a poté se odpoutat od situace, podstoupit. Pozoruju vše z odstupu a snažím se objevit, co se za tím skrývá, proč k té určité situaci vlastně došlo. Jakou lekci se tu mám naučit? I když se zprvu zdá, že vše vypadá na první pohled negativně, vždy tam najdu to dobré a objevuji proč. Hledám ten jiný úhel

pohledu. Někdy to cinkne hned, to mám ráda, ale někdy to je práce, přemýšlení, často potřebuji i několik dní, než se mi konečně „rozbřeskne“ a jsem schopná uvidět, co se za vším skrývá. Pokud na to nemohu přijít, tak vše pustím a vím, že vesmír bude tak laskav, že mi záhy pošle do cesty další situaci k prozření ☺. Pozorovat, objevovat a těšit se z nalezeného. A proces takového objevování mě moc baví. Je to jako když loupeme ořech a uvnitř najdeme dobré zdravé jádro.

V poslední době si hodně uvědomuji přítomný okamžik. Přiznám se, že ještě neumím být naladěna po celou denní dobu, často se přistihnu, že se mi v hlavě honí myšlenky, které ovšem s přítomným okamžikem ani vzdááááleně nesouvisí. A tak honem zpět, protože pokud se mi daří se zpřítomnit, je to nádherné. Žádné bylo nebo bude, ale teď. Myslím, že je to jeden ze způsobů, jak vyplout ze stresu všude kolem nás.

Mám ráda svou práci, toulám se s lidmi po vlastech českých i městech evropských, a to mi přináší mnoho zajímavého, také dostatek příležitosti k pozorování. Při mé práci, tedy při provázení a učení, se setkávám se spoustou lidí. Každý člověk je jiný (naštěstí), i když je tam silné spojení zájmů. Setkávání to bývají letmá a krátká, ale je vždy zajímavé vnímat, jak ostatní lidé nahlíží na určité situace nebo i objekty, na ostatní lidi. O radosti i strasti nebývá nouze. Naše toulky nás někdy nutí se posunout jak v prostoru tak i v čase, po místech známých i neznámých a poznávat nepoznané. Při tom vzniká spousta situací, kdy na místě zjistíme, že jsme si zaplatili něco jiného, že očekáváme něco jiného, neustále srovnáváme a při tom jsme zvyklí, že jedině ten náš úhel pohledu je ten správný. Vůbec nepřipustíme, že bychom si pokrm mohli posypat třeba … pečenými brouky. Pozorovat lidi a situace je v takových případech téměř malé dobrodružství. Jeho intenzita se zvyšuje, pokud jsem tam pro to, abych vše vyřešila ke spokojenosti obou stran. A to bývá velmi často. Po několika cestách jsem dospěla ke smutnému zjištění, že mnoho z nás vyhledává a nachází

nedostatky (pokud člověk hledá, vždycky většinou najde...). Tedy soustředí se na to negativní. Netroufám si tvrdit, že je to typická vlastnost či naše mentalita, ale na cestách se s tímto jevem setkávám často. I když našťestí ne všichni mají tento úhel pohledu. Ten náš humor se tam vždycky nakonec najde. Naučit se nesrovnávat, otevřít se novým věcem, pocitům, přijmout a respektovat zvyklosti a zvláštnosti druhých lidí, je to krásné objevování.

V životě bývá málokdy něco zcela jednoznačné. Jednu událost mohou vidět lidé zcela rozdílně a také to tak bývá. Naštěstí. Život je pestrý, barevný, plný rozmanitých vůní a šťávy. Baví mě pozorovat, jak se na jednu věc dívá každý člověk ze svého úhlu pohledu. Určitě také i zde hrají svou důležitou roli naše konstituce váta, kapha a také pitta. I když jsem se na takovéto dělení nikdy nezaměřila, zkusím to.

Váta si událost či věc možná jen tak letmo okoukne, přičichne k ní, hned zase odletí, podívá se na ní možná z více stran, pohybuje se kolem, ale nejde moc do hloubky. Především ji vše musí zajímat, jinak možná nebude mít dostatek trpělivosti, aby spočinula. Rychle ztratí zájem, protože ejhle, hned se vytvoří věc druhá, neméně zajímavá a v přítomném okamžiku žádoucí k rychlému prozkoumání. Možná tam vátu také něco zaujme, co bude stát za bližší prozkoumání, kdo ví...

Ovšem taková pitta, ta se podívá hned k jádru věci, či události. Prozkoumá do detailu každou skutečnost, které se rozhodne věnovat pozornost. Proč a kdy a jak a k čemu a s kým...? Na všechny otázky najde odpověď. Pokud ji vše zajímá, půjde ještě hlouběji a objeví aspekty, které si bude dlouho pamatovat. Přece ji to zajímá...

Ne až tak kapha. Ta si klidně proplouvá svým žitím a na chvíli spočine na některé situaci, kterou stojí za to prozkoumat. Ovšem tato situace už musí stát za tu energii a námahu, kterou kapha vynaloží. A pokud to tak je, přinese to radost a spokojenost...

Každý z nás se díváme na svět svými očima. Chodím po pražských uličkách a zákoutích téměř každý den. Jak asi vidí tento náš malý pražský svět člověk, který je tu poprvé? Se zakloněnou hlavou obdivuje fasády starých domů a potkává sochy. A malé dítě? Poskakuje po dlažebních kostkách a objevuje fascinující zákoutí, staré patníky... Zamilovaný pár má před sebou svět plný barev, vůní a krás a stará paní o holi, která kouká na pár metrů před sebe, aby neuklouzla a když usedne na lavičku, jen shovívavě pozoruje svět kolem sebe... Tolik jiných úhlů pohledu ☺ .

Svět dospělých a dětí, svět manažerů, svět politiků, svět zamilovaných, svět učitelů, ... kolik rolí a kolik úhlů pohledu bychom si tam ještě mohli dát? Bylo by krásné, kdybychom své úhly pohledu dokázali spojit k tvorbě a přestali bojovat sami se sebou a hlavně mezi sebou navzájem. S radostí a s láskou. Jsem moc ráda a vážím si toho, že se setkávám s lidmi s otevřeným srdíčkem.



Jiřina

V Praze 18.7.2013