

„Můj pohled pozorování“



Seminární práce

2. ročník

2012 - 2013

Mája (manažerka)



Pozorování - kdybych toto slyšela ještě před pár lety, nevím, co by bylo mou odpovědí. Jedno ale vím, že za posledních pár let se můj pohled změnil. Dříve, tomu bylo tak, že v úhlu mého „pozorování“ světa nebylo pozorování samotné, ale šlo spíše o posuzování ... posuzování toho, kdo si co myslí, proč nosí takové hadry na sobě.. proč jsou lidi ke mně tak zlí... proč říkají takové věci .. a bylo samé proč směrem ven.. a tzv. laťky mého života udávalo okolí - společnost - má vlastní nevědomost... Prostě tak, jako tomu tak u většiny lidí je, kteří jen poslouchají zprávy zvenčí, závidí a sami v hloubi duše cítí tu nespokojenost.. ale už s tím nic nedělají, možná taky proto, že neví jak a kde začít.

Zjistila jsem, že díky jistým životním okolnostem jsem nyní tam, kde jsem - s nadhledem nyní pozoruji cestu, kterou jsem ušla a mohu nyní hezky zpětně vidět věci takové, jaké jsou, což se ovšem nedá říci o tom, když se člověk právě v té či oné situaci nachází. V těchto okamžicích je málokdy člověk natolik přítomný, aby se dokázal na danou situaci koukat z pohledu pouhého pozorovatele, jelikož je jeho součástí/účastníkem. Ovšem s odstupem času, je to již snadnější - proč tomu tak vlastně je? Možná je to tím, že s odstupem času se člověk na svůj příběh kouká tak, jako by se koukal na film - tudíž s nadhledem, odstupem - již bez emocí. A emoce jsou právě tím, co hýbe lidmi, světem... Z čeho ale vlastně pochází, kde je jejich počátek - kde vznikají - a jak? V tuto

chvíli k tomu mohu stručně říci, že díky pochopení se emoce stávají stabilnějšími a projevuje se to klidnější a vyrovnanější povahou.

Co tedy jsem schopná JÁ nyní pozorovat? Mohu zpětně zhlédnout vše, co se dělo. Některé důvody a příčiny mi stále zůstávají skryty, nicméně to mi nebrání v tom, abych nešla více do hloubky. Jsem takový pozvolný pozorovatel - když jsem schopna se natolik utišit, abych vnímala jen sama sebe a své vnitřní pochody, pak pozorování okolí nabývá třetí rozměr. Sama se pak divím, co se před mými zraky odehrává... Sleduji záznaky, každodenní, které se kolem nás dějí - - sleduji sama sebe, jak se pozvolna ve víru okolností měním - - a jak se pozvolna mění mé okolí - -

Tahle má životní cesta mě přivedla k ajurvédě - člověk si stále může klást otázky typu, zda je na tom správném místě a bla bla bla - mozek vymyslí takových scénářů, že se mi z toho kolikrát zatočí hlava .. nicméně co je nejdůležitější - alespoň pro mě - pocit, ten známý pocit u srdce, kdy mozek „spí“ a já v hloubi duše cítím, že jsem na tom správném místě, že to, co právě dělám, má smysl a ať už mě na tuto cestu přivedlo cokoli, či kdokoliv, vím, že tato cesta je cestou životem POZNÁNÍ - - - co je na tom to nejkrásnější, je to, že tato cesta nemá pevně určený cíl - cíl se totiž stejně jako já, stále posouvá dál a hlouběji ...

Sleduji, jak se všichni kolem měníme - pomalu, pozvolna, někteří rychleji - je nádherné pozorovat tu individualitu každého z nás a přiznávám sama sobě - že to nedělám kvůli někomu, ale dělám to pouze sama pro sebe - pro své poznání - ve svém tempu. Toto tempo je jen mé, toto tempo mě zavedlo až sem - - -

Pozoruji, jak se ajurvéda čím dál tím víc automaticky stává součástí mého života. Zlehýnka, pokradmu - to se ví, mám v sobě dost kaf ☺, který má na vše dost času. (Pěkný alibismus, ale je super, že už aspoň vím, čím to je a má to logické odůvodnění.) A ve výsledku - není to jedno, zda pomalu či rychle?! Důležité je, že to je ☺ a je to tady a teď' ...

Ajurvéda mě obohatila .. mé znalosti, vědomosti, o nové přátele .. rozšířila mi obzory !!! Tam, kam jsem se dřív ani neodvážila pohlédnout, sama nyní svůj zrak upírám a každým svým nádechem se můj zájem prohlubuje. Dohlédnout dál a hlouběji. Obsáhnout vše, co je jen v mých silách. Pro sebe, pro své bližní, které bez ohledu na to, zda chci nebo nechci, je svým každodenním chováním ovlivňuji více, než bych si kdy dokázala připustit.

Skutečně se ze mě stává takový nekonečný pozorovatel - sleduji dění kolem sebe .. vyhodnocuji .. a opět pozoruji .. v tichosti .. jindy zase pěkně nahlas ☺ .. přeci jen jsem na cestě poznání. Jestli sleduji očima ajurvédaře či s otevřenýma očima a s otevřeným srdcem v tuto chvíli asi nehraje takovou roli, ostatně - to asi sama těžko mohu objektivně posoudit ☺. Důležité pro mě ale je, že ten proces už začal .. a že právě teď probíhá ..

Ajurvéda je pro mě určitý životní postoj - styl, cesta po které chci jít ...

