



POMLUVA – 2

Tato rada se vám bude hodit, až se zase příště octnete v situaci, kdy někdo ve vaší přítomnosti pomlouvá třetí osobu – hází špínu na někoho, kdo není přítomen.

Budete-li vystaveni situaci, kdy osoba *A* před vámi hovoří negativně o jiných a pomlouvá nepřítomnou osobu *B*, zkuste následující trik.

Zatímco osoba *A* mluví a mluví (mele samé nesmysly), vy postupujte jinak – koncentrujte svou myšlenkovou energii na to, že budete hledat něco pozitivního na osobě *B*. Vyhledejte v duchu nějakou dobrou vlastnost osoby *B*, například její dobré chování, nebo si vzpomeňte na nějakou dobrou věc, kterou vykonala, či nějakou unikátní vlastnost, již má pouze ona.

Přemýšlejte a vyhledejte *jednu* pozitivní věc o *B* – takovou, o níž byste mohl upřímně a opravdově říct, že je dobrá a zaslouží si ocenění. Až takovou vlastnost najdete, povězte o ní klidně osobě *A*.

Nyní se účastníte hovoru – a pomáháte změnit svět.

Není třeba se začít hádat, prostě mu jen řekněte o té dobré věci a zajistě si všimnete pozoruhodné změny v obličeji osoby *A*. Uděláte velké dobro jak pro osobu *B*, tak pro sebe. A v neposlední řadě, ač to zní podivně, uděláte také dobro pro osobu *A*.

Až někdy příště potkáte osobu *B*, nebudete se muset schovávat na toaletě, ale budete schopen se jí nebo jemu s klidem podívat přímo od očí.

Budete-li sedět mlčky a poslouchat pomluvy, které pronáší *A* na adresu osoby *B*, je to stejné, jako byste se účastnili určité formy znásilnění *B*.

Ano, to je silné slovo.

Ale je to útok na osobu, která se nemůže bránit.



POMLUVA – 3

A ještě jedna rada.

Pro toho, kdo chce být svobodný.

Příklad. Přijde za vámi nějaká osoba (*A*), nakloní se k vám a důvěrně pronese: „*Chci ti něco říct o B. Ale musíš slíbit, že to nikomu neřekneš. Slib mi to!*“

Nejprve se zhluboka nadechněte (je to životně důležitá záležitost), pak se nadechněte znovu a poproste osobu *A*, aby vám to *nevyprávěla*.

Řekněte, že nechcete nic slyšet.

Pokud byste si to vyslechli a přijali důvěrné sdělení, znamenalo by to, že jste nějakým způsobem vtažení do útoku na onu osobu.

Rozhodnete-li se, že si osobu *A* vyslechnete, budete si to později vyčítat a už se nebudete vůči osobě *B* cítit svobodně. Začnete se s osobou *B* jeden druhému vzdalovat.

Dávejte na sebe pozor, chraňte sama sebe.

Anglické přísloví říká:
Lži mají úspěch u chtivých uší.

Jednotní se svým srdcem

Mír nezačíná nikde v neurčitých dála-
vách.

Mír nezačíná v okamžiku, když ostatní slo-
ží zbraně, ba ani tehdy, když se ostatní lidé změní.

Mír začíná tady, uvnitř.

Budeme-li v jednotě se svým srdcem, dosáhneme míru.

Začněte sám se sebou a pokračujte u svých
děti a partnera.

Poté se zaměřte na ostatní lidi, kteří se
zdánlivě objevili na vaší životní cestě náhodou,
ale ve skutečnosti byli vysláni jako poslové.

Svět se změní, pokud jej začnu vnímat jinak.

Mohu změnit to, jak vnímám svět. Také
mohu změnit způsob, jakým vnímám jiné lidi
a jak vnímám sám sebe.

Bud'te jednotní se svým srdcem.

Svět se změní, pokud se změním i já.

To přináší skutečnou naději.