

Jakub Endrýs

Budu tě doprovázet během Balance-Recovery Sebeuzdravujících-Momentů.

Narodil jsem se v Československu. V zemi, která nebyla svobodná.

Narodil jsem se do ovzduší boje, strachu a nedůvěry. V této atmosféře jsem nejen vyrostl, ale vzal jsem si ji s sebou, ať už jsem se vydal kamkoliv. A ani jsem si toho nebyl vědomý. Byl to pro mě normální stav. Když se mě tenkrát někdo zeptal, jak se mám, nejspíše jsem odpověděl, že jsem celkem šťastný.

Tento všudypřítomný pocit úzkosti a jakési prázdnoty, nenaplněnosti, měl však i svůj pozitivní aspekt. Vedlo mě to k hledání. Hledání naplnění, pokoje, lásky a opravdového přátelství.

Což v první řadě moji frustraci pouze prohlubovalo. Hledal jsem, ale nemohl jsem najít! Chtěl jsem lásku (i když jsem vlastně ani netušil, co opravdová láska je), ale nevěděl jsem, že musím nejdříve prožít bolest. A ani jsem to vlastně nechtěl. Chtěl jsem štěstí a ne bolest.

S Wilrim jsem se naučil něčemu pro mě novému a velice důležitému. Cítit to, co je. Pokud jsi smutný, cítit smutek. Pokud jsi zraněný, cítit bolest. Cítit, prožít to a nechat to odejít.

A to jsem začal praktikovat. Po celé roky. A s těmi léty přišla i změna. Cítil jsem svůj strach, prožil ho a nechal odejít. A co se místo něj vynořilo? K mému vlastnímu překvapení to byla vytoužená láska a mír.

Štěstí a radost jako vnitřní stav. Přesunout se z mysli do bytí. A utrpení je stále můj dobrý učitel. Ale objevil jsem místo, kde není žádný strach ani utrpení – ticho.

Spojme se, můžeme se navzájem podpořit prohloubit toto krásné ticho, kterým my všichni skutečně jsme.



Moje fotka z roku 2008.

