



INTIMNÍ SPLYNUTÍ

CESTA ZA HRANICE ROVNOVÁHY

DAVID DEIDA

INTIMNÍ SPLYNUTÍ

David Deida

David Deida

Intimní splynutí

Z anglického originálu *Intimate Communion*

přeložil Ivan Kmínek

Odpovědný redaktor Vlastimil Lapáček

Produkce V Síti s. r. o.

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

Návrh obálky Diana Delevová a Ondřej Nývlt, 2design.cz

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

Copyright © 1995 David Deida

Translation Copyright © 2014 Synergie Publishing SE

This Translation published by exclusive license from

Sounds True, Inc.

ISBN 978-80-7370-093-5

INTIMNÍ SPLYNUTÍ



DAVID DEIDA

OBSAH

1 Co je Intimní splynutí?	13
Úvod	13
Cesta za hranice „rovnováhy“	15
Intimní splynutí?	19
2 Rozplétání lásky	23
Tři způsoby „milování“	23
3 Vytváříme sexuální polaritu	31
Mužská a ženská energie není založená na pohlaví	32
Vztah je u konce, když zmizí polarita	37
Posílení polarity	38
Neutralizace polarity	39
Obrácení polarity	40
Struktury mužského a ženského elementu	41
Mužští a ženští partneři jeden druhého vyvažují	43
Spojujeme vnitřní rozdělení	45
4 Jak rozumět své sexuální esenci	49
Co je sexuální esence?	49
Test sexuální esence	52
Průzkum: Co muži a ženy opravdu chtějí?	55
Společenská rovnost a sexuální vášně	60
Blokované a zakrývané sexuální esence	61
Přitahujeme vhodného partnera	63
„Vyvážený“ vztah potlačuje naši sexuální esenci	66
5 Tři stadia intimity	69
Na jaké stadium jste připraveni?	69
Intimita na tři způsoby	70
Příběh Paula a Ley	73

Budujeme vztah 50/50 a jdeme za něj	83
Celistvý člověk nemusí být člověk neutrální.....	86
Odevzdat se jako „otrok“ nebo jako milenec	89
Jak Intimní splynutí vypadá?	93
Riziko spontánní lásky.....	94
6 Hledání lásky a svobody.....	97
Hledání	97
Jak roste mužská energie.....	98
Jak roste ženská energie	102
Dary mužského a ženského milování	108
7 Použití a zneužití sexuálních náhražek.....	111
Sexuální náhražky.....	111
Sexuální zeměpis	111
Vztah s mužským nebo ženským místem.....	113
Sexuální náhražky mohou oslabit vaši esenci.....	115
Ženské sexuální náhražky	116
Mužské sexuální náhražky.....	119
Ve společnosti muže a ženy.....	121
Důsledky sexuálního zeměpisu.....	123
Další sexuální náhražky.....	125
Povznášíme se nad sexuální náhražky.....	127
Vzdor vůči sexuální energii	128
Jak se stát uvědomělým a důvěryhodným milencem	130
8 Cesta mužství	133
Jádrem mužství je cílevědomost.....	133
Prioritou mužství je poslání	134
Mužství funguje v režimech	135
Mužství vyhledává potíže	138
Mužství vyhledává vysvobození	140
Mužství si užívá, když o něco jde	141
Ne-moc moderního muže	146

Stadia zacílenosti	147
Krise středního věku a hledání vize	149
Variace mužských triček	156
Svatý Bogart	159
Mužnost, čistota a smrt	161
Meze mužství se v jednotlivých stadiích posouvají	164
9 Cesta ženství	169
Ženství je silou života	169
Jádrem ženství je záře	171
Ženství je síla přitažlivosti a okouzlení	173
Proč si ženství přeje, abychom si ho všímali	175
Ženská záře u mužů	176
Ženství, mužství a tělo	177
Ženskou prioritou jsou vztahy	178
Ženství zůstává příliš dlouho, mužství příliš brzy odchází	181
Mužské a ženské podoby závislosti	182
Mužství, ženství a depolarizace	183
Mužství pronáší slova, ženství vnímá náladu a tón	185
Ženství plyne, mužství kráčí	188
Ženské plynutí je placeno méně než mužské kráčení za cílem	191
Mužství a ženství v politice	192
Ženství je síla stvoření a zániku	195
Ženství není vždy oceňováno	198
Popírání ženského jádra	200
Proč se skrývat?	201
Krise ženství: od druhého stadia ke třetímu	207
Obnova ženského daru	211
Důvěra v životní sílu	211

10 Pokročilá polarita	213
Dva mužské elementy polaritu nevytvářejí.....	213
Výběr správného partnera	215
Změny stadií, proměny fantazie	218
Když chci pryč.....	219
Kdy mužství oceňuje ženské dary?.....	221
Mužství a ženství se vzájemně vyvažují.....	223
Když se mužství nedostává.....	226
Mužství ve službě ženství	231
Praxe sexuální polarity	233
11 Praxe lásky.....	237
Polarita a láska	237
Jak cvičit lásku v Intimním splnutí.....	239
Láska proudí tehdy, když ji sami poskytnete	245
Její „stížnosti“ jsou ve skutečnosti dary.....	246
Mužské rozhodnutí pro lásku a sňatek.....	248
12 Přijetí tabu.....	255
Umilování ženy k smrti	255
Naše základní pohnutka je vplynout do stavu štěstí	256
Odchylky mužského srdce.....	259
Odchylky ženského srdce.....	264
Sex a smrt.....	269
Odevzdání lásce	271
Ženská sexuální převaha	273
Konečné hledání.....	277
Přijetí tabu.....	279
O autorovi.....	283

1

CO JE INTIMNÍ SPLYNUTÍ?



ÚVOD

Splynutí rtů a údů, vřelost a něha: Začíná to dvěma těly spojenými v jedno, které se zmítá jako smyslný had s ohnivým jazykem, podél jehož páteře proniká chvění až hluboko do útrob. Mysl pak ustupuje tělesnosti a tělesnost zase dává prostor lásce. Samotné doteky se rozzáří ve světlo lásky. Otvírají se ústa, otvírají se těla, otvírají se vědomí, a to tak široce a silně, že teď milujete, váš partner miluje a vaše láska zaujímá celé jsoucnost.

Jako žena jste se stala vším, po čem on touží. A jako muž jste se právě stal vším, čemu chce ona podlehnout.

Z úsměvu každého milence září božství a odměňuje nás za to, že se odevzdáme světlu lásky.

Tato kniha je určená mužům i ženám, které fascinuje sex, láska a opravdová duchovní extáze. Je pro lidi, kteří milují splynutí těl, otvírání srdcí a *osvícení* mysli. Pokud nemáte zalíbení v intimitě dané hlubokou vášní, hlubokým odevzdáním

a hlubokým porozuměním – a to všechno najednou –, pak tato kniha není pro vás.

Když se muž a žena objímají, bez jakýchkoli zábran a sebekontroly jeden druhému předávají extatickou sílu sexuální energie, lásky a jednoty. Na začátku intimního vztahu vede tento vzájemný přenos často k blaženosti těl, radosti srdcí a okouzlení myslí. Po několika letech se ale intimní svazky mnohdy stanou přinejlepším milostným přátelstvím dvou lidí, kteří ve skutečnosti touží po něčem daleko hlubším – po hlubší sexuální jednotě, po hlubším odevzdání se a po hlubším porozumění.

Mnozí z nás mají ještě zkušenost se „starým stylem“ intimity, založené na rolích mužské dominance a ženského poddávání, která podle jejich zjištění vedla k nezdravé závislosti i jinému trápení. A většina z nás pak časem dospěla k „modernímu stylu“ intimity, postavenému na nezávislosti a rovnosti. Jaký byl výsledek?

Neoslabila naše dobře míněná snaha o vnitřní rovnováhu a osobní zodpovědnost přitažlivé síly v našich intimních vztazích? Neměli bychom vlastně učinit ještě jeden, další krok, někam za osobní nezávislost a zdravou sebedůvěru, který by nám umožnil zbavit se sebekontroly v intimní lásce a dovolil spočinout hluboko v samotném jádru sexuality? A jak bychom mohli udělat tento další krok k upřímné vášnivosti a duchovní svěžesti v moderní intimitě, jak bychom mohli vykročit za mužskou dominanci, za idealistický feminismus, za bezpečný, ale vlačný „vyvážený“ vztah, aniž bychom ztratili půdu pod nohama?

Po mnoha letech, kdy jsem se věnoval poradenství v oblasti vztahů a vedl semináře po celých Spojených státech, se mi zdá jasné, že teď skutečně nastal čas, aby muži i ženy onen další krok v intimních vztazích učinili. Tento nový styl intimity půjde za hranice starých sexuálních rolí mužů i žen. Půjde

také za hranice bedlivě střeženého pocitu nezávislosti, který v moderních vztazích často brání vášnivému sexuálnímu prožitku i hlubokému a přirozenému odevzdání. V této knize popisuji, jak dospět do tohoto nového stadia intimity, které nazývám „Intimním splynutím“.

Všechny intimní vztahy postupně procházejí třemi velkými cykly úchvatné vášně a frustrujícího selhání. Naše kultura dosud měla povědomí jen o dvou takových cyklech, takže jsme nevěděli, co vlastně dělat, když jsme se dostali od nerovnováhy sil k více „vyváženému“ vztahu, také označovanému jako vztah 50/50 – často na úkor hlubší sexuální vášně a duchovního uvědomění, jak se zdá.

Když se chystáme v intimitě učinit onen další krok, je důležité vědět, jak si počínat, když se náš vztah podle všeho dostal do mrtvého bodu. Poznat, kdy vztah ukončit – a kdy se naopak s vervou pustit do někdy obtížného procesu intimního růstu –, je klíčové pro praxi Intimního splynutí. Když se naučíte, jak projít každou krizí, a budete vědět, kam směřujete, umožní vám to vědomě procházet všemi stadii intimity k stále hlubšímu pojetí sexu, lásky i duchovnosti.

CESTA ZA HRANICE „ROVNOVÁHY“

Lidé dnes často věří mýtu, který praví, že spokojenost v intimních vztazích se dosahuje na základě ideálu rovnosti, tedy ideálu „50/50“, který staví na „stejnosti“ mužů a žen. Víra v tento mýtus je jedním z hlavních důvodů, proč nejsou muži a ženy schopni kultivovat a prohlubovat intimní sexuální, emoční a duchovní jednotu. Mnozí z nás zjistili, že pokud se soustředíme na dělení pomyslného dortu na dvě stejné poloviny, naše intimní objetí se pak podobají víc formálnímu potřesení rukou než úžasné extázi, která uvede dva milence do jednotného stavu společné touhy.

Z kulturního hlediska se moderní „rovnovážný“ vztah zrodil jako výsledek nespokojenosti se starým stylem nerovného vztahu mezi pohlavími, kde měli muži a ženy striktně vymezeny sexuální role. Ty jim diktovaly, jak se mají podle předpokladů chovat – nebo čeho by měli ve vztahu docílit –, právě proto, že se narodili jako muži nebo ženy.

U mužů se očekávalo, že nebudou vyjadřovat emoce a omezí svou roli na postavení „živitele“. Ženy měly přiřčenou roli „hospodyně“ a jejich politická či ekonomická moc byla nepatrná, přičemž měly jen málo příležitostí své domácnosti vůbec opustit.

Mužům ani ženám tento starý vztah „prvního stadia“ neumožňoval plně rozvinout jejich kapacitu, a tak na sobě byli vzájemně závislí kvůli tomu, co oni sami ve své roli neměli. Muži začali být na ženách závislí kvůli sexu, stravování a péči o domácnost a o děti. A ženy začaly být závislé na mužích kvůli jejich penězům, postavení a svým citovým potřebám.

Postupně ovšem mnozí muži a ženy zjistili, že chtějí víc svobody. Nechtěli už záviset jeden na druhém. Jako jedinci i jako lidská kultura jsme se začali zabývat ideály „celosti“ a individuální „úplnosti“ tím, že jsme přijali koncept ženské a mužské energie uvnitř každého z nás. Muži začali přijímat svou „vnitřní strážkyni krbu“, když se naučili vyjadřovat své emoce a postarat se sami o své denní potřeby, přičemž se zvýšila jejich zranitelnost v partnerských vztazích. A ženy zase začaly přijímat svého „vnitřního bojovníka“, když se rozhodly rozvíjet vlastní kariéru a posílit svůj politický vliv, takže se vymanily z ekonomické závislosti na mužích.

Intimní svazky mezi muži a ženami se tím vyvinuly z prvního stadia „závislého vztahu“ do druhého stadia, založeného na moderním ideálu dvou nezávislých partnerů, výlučných jedinců, kteří se spojili jako rovný s rovným a na polovinu si dělili i povinnosti v domácnosti, ve výchově dětí a při vydělávání

peněz. Právě toto druhé stadium partnerských vztahů nazýváme „vyvážený“ nebo „vyrovnaný“ vztah.

Všichni asi budou souhlasit s tím, že „vyvážené“ nebo „rovnovážné“ vztahy představovaly pozitivní osvobozující krok vpřed od starších rolí odvozených ze vzájemné závislosti, jak tomu bylo v prvním stadiu. Problém je v tom, že mnohé moderní ženy pak musely nějak skrývat jedinečné a přirozené „vyzařování ženskosti“, aby uspěly v současném světě ekonomiky orientované na muže. A mnozí moderní muži, kteří zůstali někde na půl cesty mezi starým modelem a novou identitou, se stali rozpolcenými v samém svém nitru, neschopní plně se projevit a věřit si v partnerských vztazích a v životě vůbec.

I když bylo úsilí o sociální a ekonomickou rovnost obou pohlaví zjevně potřebné a neobyčejně přínosné, zdá se, že zároveň vyvolalo neplánované vedlejší důsledky. Muži i ženy se kvůli němu nevyhnutelně stávali čím dál víc „sexuálně neutrálními“, takže nebyli schopni poskytovat jeden druhému to, po čem skutečně v intimitě toužili. Omezili jsme tak plné působení mužské a ženské energie, které v sobě máme.

Místo abychom se radovali z atraktivních rozdílů mezi našimi mužskými a ženskými kvalitami (které vedou v první řadě k intimním svazkům), někteří z nás začali popírat, že vůbec nějaké rozdíly existují. Tito lidé zřejmě věří, že pokud jde o podstatu mužské i ženské energie, všichni lidé jsou vlastně stejní.

Mezi námi jsou samozřejmě aspoň *nějaké* rozdíly, které cítíme, jinak bychom ani neměli sexuální preference. Na druhou stranu většina z nás ví, po jakém obecném typu sexuálního partnera touží. Nezávisle na tom, jestli jsme heterosexuální, homosexuální nebo bisexuální, většina z nás preferuje milence buď více mužské, nebo více ženské povahy.

Třebaže plně podporuji sociální, ekonomickou i politickou rovnost obou pohlaví, jako personální poradce a pedagog chci

zároveň upozornit na zásadní stížnosti, které dnes muži i ženy vznášejí v otázkách *intimity*.

Ženy si stěžují, že muži jsou čím dál slabší, méně oddaní intimitě a se životem si zřejmě neumějí moc poradit. Ženy se zkrátka často ptají, proč jsou dnes muži takové „bačkory“.

Muži si zase stěžují, že ženy jsou čím dál silnější, odolnější a nezávislejší, a to až do té míry, že přestávají muže skutečně přitahovat. Muži se prostě ptají, proč jsou dnes ženy takové „mužatky“.

Moderní muži a ženy zjistili, že rovnost sama o sobě nevytváří vášnivé a rozvíjející se vztahy. Takže kam bychom měli vlastně směřovat? Určitě bychom se neměli vracet ke zraňujícím a překonaným vztahům prvního stadia, založeným na závislosti. Jenže pokud jsme nespokojeni s bezpečnou, ale poněkud nudnou vzájemnou nezávislostí, typickou pro stadium „vyváženého“ vztahu a zároveň nás neuspokojilo první stadium vztahů, založené na nerovnosti sexuálních rolí, kam jinam bychom měli směřovat?

Intimní splynutí, druh partnerského vztahu popsáný v této knize, se zcela odlišuje od těch dřívějších. Není založeno na starých sexuálních rolích ani na moderním ideálu „rovnosti“, kdy jsou základní mužské a ženské energie často popírány stejně jako atraktivní rozdíly mezi nimi. Intimní splynutí je o otvírání našich srdcí a o jedinečných vlohách, které jsou uloženy hluboko v naší sexuální, emoční i duchovní podstatě.

Ve jménu ekonomické jistoty i citového bezpečí se však mnozí z nás obrnili ochranným štítem, který brání projevům našich vrozených vloh. Kvůli strachu z toho, že budeme příliš zranitelní nebo závislí, mnozí z nás ztratili důvěru v ženské pojetí vztahu a dávají přednost agresivnějším a nezávislejším životním postojům. A kvůli obavám z toho, že budeme příliš „macho“ a necitelní, další z nás zase přestali důvěřovat mužskému pojetí vztahu. Ztrácíme tím kontakt s reálným

směřováním našich životů a bojíme se zaujímat pevné postoje jak v intimních vztazích, tak ve světě vůbec.

Poté, co jsem hovořil s tisícovkami mužů a žen o jejich skutečných touhách v intimním svazku, musím uvést následující: Když milenci dospějí do stadia „rovnovážného“ vztahu, většinou zjistí, že chtějí partnera s výraznějším vyzářováním mužské nebo ženské podstaty. Moje rozhovory ukázaly, že muži a ženy v sobě skrývají úžasné přirozené vlohy, které se ovšem bojí s někým sdílet, a že také váhají plně projevit své skutečné potřeby v intimním životě: své sexuální, emoční a duchovní touhy.

Abychom dorostli do třetího stadia intimity, musíme se vyrovnat se svými hlubokými touhami dávat i přijímat dary sexuální, emoční i duchovní povahy. Můžeme přitom zjistit, že některé ze svých skutečných tužeb skrýváme, v domnění že jsou příliš „neslušné“ nebo „tabu“. Než se naučíme, jak lásku dávat i přijímat, ať už něžně, či vášnivě, musíme porozumět tomu, proč vůbec často milování „šidíme“ a jak můžeme uvolnit mystické síly lásky dlící v našich srdcích.

INTIMNÍ SPLYNUTÍ?

Co je v intimitě tou nejvyšší radostí, kterou muži i ženy vyhledávají? Kde bychom ji mohli nalézt, a to už jednou provždy? Jak už mnozí z nás zjistili, nenajdeme ji nakonec díky partnerovi, kterého můžeme nějak „vlastnit“, „získat“, nebo na němž můžeme záviset. Ale nenalezneme ji ani v pečlivě vyváženém vztahu „50/50“, jež je „bezpečný“ pro muže i ženy. Spíše budeme tuto radost hledat v procesu upřímného odevzdání, kdy jsme doslova „přemoženi láskou“.

To tajemství znají všichni vášniví milenci: Ve chvíli skutečné extáze jeden pro druhého láskou umíráme, a právě takové oddání je našim nejvyšším potěšením. Právě odevzdání sama sebe v lásce je základem Intimního splynutí.

Přiznání radosti ze sladkého odevzdání svému protějšku je v naší kultuře zavrhováno. Očekává se od nás, že budeme silní a nezávislí. Když se někomu v lásce oddáváme, považují to mnozí za projev slabosti. Máme přece mít sami sebe vždy plně pod kontrolou. Jenže když dva milenci opouštějí hranice sama sebe a splývají v jedno tělo hořící vášní, jen těžko mají sami sebe „pod kontrolou“. V žáru lásky a touhy máme sklon svého partnera či partnerku „uchvátit“, nebo naopak podlehnout způsobem, o kterém bychom na veřejnosti raději nemluvili.

Většina z nás v blaženosti opouští vlastní hranice do jisté míry během orgasmu, nebo právě v úžasné extázi vyvolané láskyplným odevzdáním se druhému. Abychom objevili aspekty Intimního splynutí v úplnosti, musíme být ochotni přijmout i ona tabu vrcholné rozkoše, o nichž se v naší společnosti moc nemluví. I když ale máme většinou jisté meze, které nehodláme překročit, musíme být připraveni zkoumat i ty nejhlubší mužské a ženské touhy odevzdat se druhému, které jsou v našich srdcích.

Pokud jste opravdu ochotni darovat sami sebe a vyjádřit své skutečné tužby, můžete postupně budovat dokonalou intimitu. Takový druh intimity je něco, co *děláte*, ne tedy něco, co už *máte*. Je to vlastně neustále pokračující nácvik sexuální jednoty, emoční otevřenosti a duchovní důvěry. Je to cvičení v lásce.

To je jeden z aspektů, kterými se Intimní splynutí liší od technik obvykle doporučených v psychologické literatuře zabývající se naším „vnitřním dítětem“, ale také od lásky, jak jsme ji vždy chtěli přijímat od našich rodičů. Místo abychom sledovali, jaký vliv má minulost na současný stav našeho intimního vztahu, znamená zkušenost Intimního splynutí uvědomělý „trénink“ nového stylu intimity právě teď, v přítomnosti, bez ohledu na už překonanou minulost.

V intimních vztazích není důvod zůstat na půli cesty. Krok za krokem můžeme v Intimním splynutí jít a vnímat nové

světlo, které vstupuje do našich těl, myslí a srdcí, někdy až do bodu nespoutané radosti. Můžeme tak porozumět stadiím intimity, ze kterých už jsme vyrostli, ale také těm, do kterých jsme ještě nedospěli. Můžeme tak lépe ocenit nebo třeba brát i s humorem fascinující, třebaže občas frustrující rozdíly mezi mužským a ženským způsobem milování. A můžeme díky tomu přijmout i tabuizovanou lásku, po níž tajně toužíme, takže hloubku naší extáze v sexuální jednotě už nebudou omezovat dnešní příkazy *musím* a *nesmím*.

Uskutečnění Intimního splynutí není založeno ani na sexuálních rolích včerejška, ani na idealistické rovnosti „rovnovážného“ vztahu v současnosti. Tento nový typ intimity je spíš dalším krokem pro muže i ženy, kteří jsou připraveni vzdát se opatrné obrany svých oddělených „já“ ve prospěch požehnané moci nespoutané lásky. Je to krok, který osvobodí muže i ženy ze jha minulosti i přítomnosti tím, že po nich vyžaduje, aby se zbavili strachu, který ohraničuje a střeží jejich srdce. Když muži a ženy porozumějí přirozenému proudění sexuální energie a pochopí i jednotlivé etapy, kterými láska nevyhnutelně prochází, mohou si v klidu užívat Intimního splynutí, jež je dalším stadiem v lidské intimitě po vztazích „vyváženého“ typu.

2

ROZPLÉTÁNÍ LÁSKY



TŘI ZPŮSOBY „MILOVÁNÍ“

„*Miluji* tě, synu.“

„Podívej na ty mladé lidi, ti se ale *milují*.“

„Jak moc bych se s tebou chtěl *milovat*.“

V naší kultuře máme sklon užívat slova „milovat“ a „láska“ pro tři velmi různé pocity. Naše porozumění složitostem intimního života můžeme začít právě tím, že rozluštíme tři různé způsoby, jakými milujeme. Intimní splynutí závisí na jasném pochopení tří oddělených prvků intimního vztahu: lásky, zamilovanosti a polarity.

Láska

Z oněch tří prvků – lásky, zamilovanosti a polarity – je láska nejjednodušší k porozumění, ale nejobtížnější jako předmět „praxe“. Láska prostě znamená, že se vaše srdce otevřelo.

Můžete milovat svého manžela, psa, matku, auto, knihu, dítě, malbu mořského pobřeží – nebo také to všechno najednou. Láska

je jednoduše srdce dokořán. A když je otevřené, milujete kohokoli, cokoli ve svém životě. Láska je vaše jednota s tím, s kým nebo s čím jste.

Láska tedy je, *když* máte otevřené srdce, a milovat znamená srdce *otvírat*. Pokud čekáte na cit lásky, jako by ona měla přijít za vámi, můžete čekat hodně dlouho. Láska přichází, kdykoli jste otevřeli své srdce, ať už to bude za deset let, nebo se to stane právě teď, v této chvíli.

Láska nemusí mít nic společného se sexem. Můžete někoho milovat a nijak po něm sexuálně netoužit. A můžete chtít sex s někým, koho ani neznáte nebo ho nemilujete. V lásce žijete, když své otevřené srdce nehlídáte, a lásce se uzavíráte, když své srdce strážíte.

Lásce se ve skutečnosti můžete naučit. Dá se naučit, jak otvírat své srdce, a to i za nepříznivých okolností. I když je váš vztah problematický, i když se cítíte ublížení, můžete stále „praktikovat“ lásku. To je základ Intimního splynutí: Naučit se, jak otvírat srdce v každém okamžiku včetně těch, kdy cítíte bolest. Místo abyste se stáhli nebo uzavřeli do sebe, můžete prostě milovat. Taková „láska v praxi“ jde daleko za hranice konvenční terapie.

Vyšlo mnoho dobrých knih o tom, jak naše intimní vztahy často kopírují vztahy s našimi rodiči. Existuje mnoho dobrých terapeutů, kteří vědí, jak se vyrovnat s problémy v dětství, zasahujícími i do naší intimity. A když s terapeutem spolupracujeme, mnohdy začínáme právě zkoumáním naší minulosti, našich rodičů, našeho dětství.

Jakmile začneme s takovou analýzou, problémy spojené s dětstvím jako by nebraly konce. Je vhodné je jistě míry zkoumat, abychom porozuměli kořenům našeho hledání lásky i *frustrace z nich vyplývající*. Ale poté je už čas na to, abychom minulost nechali stranou a učili se intimní lásce *právě teď*, v přítomnosti. Místo abychom se starali o to, jak minulost

způsobila naši současnou nespokojenost, můžeme se učit otevírat srdce, a to *ted'hned*. A díky každodenní intimitě s otevřeným srdcem, díky *realizované lásce*, moc minulosti zeslábně.

Když upadnete a odřete si koleno, bolí vás to. Je dobré si pak chvíli vydechnout, prohlédnout zranění, vyčistit ho a ošetřit třeba obvazem. Aníž byste dělali cokoli navíc, zranění se zahojí. Pokud samozřejmě neupadnete znovu a ránu tím neobnovíte.

Stejně tak se rány z dětství také zhojí samy, jestliže ovšem nebudete stále znovu opakovat staré chyby, které k takovým duševním zraněním vedly. Je daleko lepší zažívat opravdovou intimitu *v současnosti*, než se neustále soustředit na něco minulého, stejně jako je o hodně užitečnější se naučit, jak chodit bez pádů, než se pak starat o odřené koleno.

Pomocí lásky v praxi nakonec pomine jak váš z dětství pocházející zvyk při pocitu ublížení se odvracet nebo uzavírat do sebe, tak sklon za to trestat partnera či partnerku. Můžeme cítit příkoří, pokud se k nám chová špatně, ale když to oplácíme, nic to nevyřeší. Sama naše bolest nezvětšuje vzdálenosti v našem vztahu. Podobně když se chováme nevhodně k blízkému člověku, také on může ukázat svou lásku místo toho, aby reagoval útokem, uzavíral se do sebe nebo se od nás vzdaloval.

Zamilovanost

Představte si, že jste na večírku a seznámíte se s osobou opačného pohlaví. Začnete se spolu bavit a ihned mezi vámi vznikne jistý vztah. Konverzace mezi vámi plyne velmi přirozeně. Opravdu si užíváte, že s tím člověkem jste, a cítíte se s ním velmi dobře. Vše mezi vámi je úžasně nenucené. Pohlédnete na svou novou známost a řeknete: „Je těžké uvěřit, že jsme se potkali před pár minutami. Cítím se, jako bych vás znal už dlouho. Třeba jsme se už setkali v minulém životě nebo tak něco!“

Neseznámili jste se nakonec právě „s tím pravým“ nebo „s tou pravou“, s partnerem, kterého jste vždy toužili potkat? Z večírku odejdete s hlavou plnou myšlenek právě na dotyčného člověka. Cítíte se šťastní, možná i trochu jakoby omámení. S novou známostí se začnete setkávat a trávíte spolu víc a víc času. V tomto vztahu je pro vás něco velmi speciálního. Něco unikátního a osudového; cítíte, že právě to se mělo stát.

Jde o romantické okouzlení tím druhým, poblouznění, prostě „jste se zamilovali“.

Takový romantický vztah začíná silným pocitem jednoty a propojení s partnerem, pocitem, že „jste vždy znali jeden druhého“. Pravděpodobně už jste něco podobného k nějakému člověku v určité etapě života cítili. A pokud ano, víte, že tyto city nevydrží dlouho. Po několika měsících nebo nejvýš letech, pokud máte štěstí, se romantické okouzlení vytratí.

A jakmile se to stane, vždy podle všeho následuje určitý obrat. Člověk, který měl pro vás takové kouzlo, který se zdál tím, kdo vám dává všechno, co jste kdy chtěli, který do vašeho života jakoby přinášel jednu provázku nikdy nekončící lásky, se podle všeho změnil v člověka, který už vám naopak nic žádoucího nedává.

Vztahy založené na romantické přitažlivosti nakonec *vždy* vyústí v to, že se vám nedostává lásky, kterou chcete. Proč? Protože romantická přitažlivost je založená na otiscích v naší psychice, které se vytvářely během dětství. Jak už mnozí z nás zjistili během terapie nebo sebereflexe, lidé, kteří nás romanticky přitahují, ztělesňují přesně ty kvality, dobré či špatné, které mají i naši rodiče. Cokoli nám rodiče dost nedopřávali (lásku, pozornost, pochvaly, svobodu), právě tak nám neposkytne ani partner či partnerka vybraní na základě zamilovanosti.

Vypadá to, že jsme „vždy znali“ našeho romantického partnera, protože jsme ho vlastně opravdu znali: v povědomých rysech našich rodičů, vtištěných do naší dětské psychiky! Naš nový partner či partnerka nám připadají tak výjimeční,

protože podvědomě doufáme v pokračování vztahu, který jsme měli s rodiči. Doufáme, že konečně získáme lásku, kterou jsme vždy chtěli, dostane se nám přijetí, po kterém jsme vždy toužili, a naše srdce dojde naplnění, o němž jsme vždy snili. A protože jsme si podvědomě ve svém partnerovi či partnerce vybrali své rodiče, zvolili jsme někoho, kdo nám *nedá* to, co jsme vždy chtěli, naprosto stejně jako nám to neposkytli právě rodiče. (Ostatně, i když nám romantický partner nebo partnerka dá, co jsme chtěli, často to nemůžeme připustit, protože otisky z dětství nám nedovolí věřit, že je to realita.)

Když nadšení ze zamilovanosti vyprchá, váš romantický vybraný protějšek jako by se dokonale hodil k tomu, aby vám ubližoval. Jako by měl záhadnou schopnost nacházet vaše slabá místa a napadat je, i když třeba ne úmyslně; člověk, který vám dřív dával to nejlepší, vám do života najednou přináší to nejhorší, a to jen proto, že je to právě on nebo ona. A vy děláte totéž jemu nebo jí. Romantická přitažlivost je založená na takových vlastnostech vašeho partnera nebo partnerky, které podvědomě rozeznáváte na základě zkušeností z dětství, takže s jeho či její láskou budete spokojeni nebo nespokojeni právě tak, jako to bylo s láskou vašich rodičů.

Sexuální polarita

Tajemná moc sexuální polarity ovládá naše životy. Přitahuje nás k milostnému partnerovi. Vzbuzuje rozpaky v kontaktu s nejlepší přítelkyní vaší manželky nebo nejlepším přítelem vašeho manžela. Udrží manželství při životě, a když pomine, bere život s sebou. Co je vlastně sexuální polarita?

Jste v supermarketu a vybíráte rajčata. Vzhlednete, a hned vás zaujmou neobyčejně přitažlivé oči nějakého neznámého člověka, osoby opačného pohlaví. Jako by vámi projel elektrický výboj. Hledíte do těch očí ještě chvíli a pak se znovu staráte o rajčata. Vaše tělo je ale najednou plné energie a života.

Sexuální polarita – magnetická přitažlivá nebo odpudivá síla mezi mužským a ženským elementem – prostě naše životy ovlivňuje. Pár okamžiků projevů sexuální polarity může způsobit, že vám cesta do supermarketu utkví v paměti po celé hodiny, nebo i dny. Naprosto cizí člověk způsobil, že se vám zvýšila tělesná teplota a bušilo vám srdce. Na druhou stranu platí, že když sexuální polarita v intimním vztahu slábně, začínáme cítit, že nám něco schází, a viníme za to často buď partnera či partnerku, nebo i sami sebe.

Sexuální polarita buď je, nebo není – nebo se to aspoň může zprvu zdát. Než pochopíme, že sexuální polaritu můžeme vědomě „zapnout“ či „vypnout“, říkáme jí „chemie“. Zdá se, že ji náš vztah buď má, nebo nemá. V moderním vztahu založeném na ideálu přátelství se často chováme, jako by sexuální polarita nebyla tak důležitá jako třeba schopnost komunikace. A kvůli tomu máme časem v intimním vztahu sklon víc mluvit a méně jednat.

Jenže ať už si to chceme připustit, nebo ne, rozhovory mnohým z nás nestačí. S naším intimním partnerem či partnerkou přece chceme sdílet i výživnou energii sexuální polarity.

V Intimním splynutí se proto vědomě učíme umění kultivace a sdílení sexuální polarity. Stojíme tu před faktem, že pro většinu z nás je síla sexuální polarity v jádru sexuální přitažlivosti v intimních chvílích. Tato záhadná síla ovlivňuje celý náš život, i když převážně na podvědomé úrovni.

Sílu sexuální polarity začínáme ovládat, když začneme být citliví na její proudění v každodenním životě. Představte si, že si v nějaké místnosti povídáte s dobrým přítelem stejného pohlaví. Konverzace nenuceně plyne. Společně se smějete a posloucháte jeden druhého. Nálada je uvolněná a příjemná.

Najednou do místnosti vstoupí atraktivní osoba opačného pohlaví. Proud energie se změní. Konverzace na chvíli ustane a pak začne znovu, ale už trochu drhne, je opatrnější. Cítíte, že

se víc hlídáte. A jste si dobře vědomi *jeho* nebo *jí*, atraktivní osoby, jejíž pouhá přítomnost právě změnila tok energie. To je moc sexuální polarity.

Sexuální polarita nás ovlivňuje doslova od hlavy až k patě. Naše mysl se při milostném objetí uvolní a naše myšlenky běží jako o závod, když je spustí přívětivý pohled atraktivního neznámého nebo atraktivní neznámé. Srdeční frekvence, teplota pokožky, ale i postavení těla jsou také ovlivněny sexuální polaritou. Příště si všimněte, jak se váš postoj mění, když stojíte tváří v tvář někomu velmi atraktivnímu. Už jen to, že se na vás dívá, působí změnu proudění krve, dýchání a svalového napětí.

Intimní splynutí není zamilovanost

Abychom byli připraveni na postupy Intimního splynutí, musíme pochopit, že láska, zamilovanost a sexuální polarita nejsou totéž. Milovat můžete kohokoli a cokoli. Můžete milovat horu nebo květinu, obraz nebo plyšové zvířátko. Láska jednoduše je, když otvíráte své srdce. V lásce dovolíte, aby pominul váš pocit samoty tak, že splynete v jedno s tím, na co myslíte, ať je to dítě, milenec, nebo třeba Velký kaňon. Láska je sjednocení, otevřenost až do bodu úplné a konečné jednoty. A neexistuje žádný limit, kolik lidí, věcí nebo míst můžete milovat.

Zamilovanost je zvláštní emoce. Hlavní pocit při zamilovaném poblouznění bývá: „Konečně je tady člověk, na kterého jsem celý život čekal.“ Cítíte s ním hlubokou spřízněnost. Většina lidí to zažije jen jednou, nejvýš několikrát v životě. Zatímco láska je akt otvírání srdce, zamilovanost je méně běžný pocit důvěrnosti a povědomosti, které se k dotyčnému člověku pojí. A zatímco milování lásku jen posiluje, zamilovanost nevyhnutelně často končí rozčarováním, kdy vás ten „speciální člověk“ začíná iritovat nebo marnit vaši touhu po lásce víc než kdo jiný ve vašem životě.

Sexuální polarita je oblouk energie, která proudí mezi dvěma lidmi. Může se to stát třeba v samoobsluze a dotýcného člověka nemusíte ani znát, natož milovat. Vznikne energetický výboj, který prochází vašim tělem, myslí i emocemi, a můžete ho zažít třeba i několikrát denně – v zaměstnání, na ulici nebo doma.

Intimní splynutí má dva hlavní směry. Tím důležitějším je praxe lásky samotné: Vědomé otevírání srdce a neustálé překonávání překážek, které nám v lásce brání. Druhým směrem je vědomé a obratné využívání síly sexuální polarity v předávání lásky. V prožívání Intimního splynutí se samotný sex stává spirituální jednotou, komunikací sil života a lásky, vášnivým sdílením upřímnosti i extáze. Ať už je sexuální polarita využívána, nebo ne, Intimní splynutí nakonec znamená být ve stále dokonalejší shodě s láskou, znamená potlačit obavy a sebeobranu. Naprostá otevřenost i ve chvílích plných obav zahrnuje neustálou sebekázeň v lásce. Být svobodný a milující je pak nejvyšší stupeň kázně – a to je podstata Intimního splynutí.

3

VYTVÁŘÍME SEXUÁLNÍ POLARITU



Abyste ovládli sexuální polaritu v Intimním splynutí, musíte se stát citlivými na její proudění. Musíte se naučit, jak vycítit, že právě v daném okamžiku slábne nebo zesiluje. Partner či partnerka na vás například něco zle vyštěkne a vy strnete a cítíte se najednou slabí a ochromení. Nejspíš vás to i znechutí. Na druhé straně jsou ale chvíle, kdy její (nebo jeho) krása i její pouhá přítomnost okouzlují vaše srdce a vaše láska sílí až do bodu blaženosti.

Nemusíme být otroky sexuální polarity tím, že vyslechneme nerozumné touhy nebo budeme zoufalí, když začne nevyhnutelně slábnout. S pokračující praxí se sexualita může stát objevováním dosud nevídaných hojivých energií stejně jako cestou k poznání i vyjádření naší nejhlubší lásky. A nakonec, když budeme naslouchat moudrosti, jež je sexuální polaritě vlastní, stane se milování nádhernou modlitbou celého těla, meditací o věčném mystériu muže a ženy.

Abychom porozuměli proměnám vášně ve znechucení a naopak, musíme pochopit, jak sexuální polarita funguje. Stejně jako elektřina a magnetismus, také sexuální polarita je přírodní

energie vyžadující dva póly. Aby vznikla elektrická energie, je třeba mít kladný a záporný pól. Pro tok magnetické energie je nutný severní a jižní pól. A pro proudění sexuální energie jsou také třeba dva póly. Nenazýváme je kladný a záporný nebo severní a jižní. Na základě intuice pro to, co je pro nás sexuálně přitažlivé, tyto póly nejspíš můžeme označit jako „mužský“ a „ženský“.

Mezi mužským a ženským pólem proudí přírodní energie, a právě proto konverzace s našimi přáteli ustává, když do místnosti vkročí atraktivní osoba opačného pohlaví – energie tu samovolně plyne mezi mužským a ženským pólem a vaše tělo se podle ní natočí tak jako střelka kompasu.

Když se dva magnety orientují tak, že se jejich opačné severní a jižní póly přiblíží, vzájemně se přitahují. Ale kdy jsou natočeny tak, že jsou blízko jejich shodné póly – například se skoro dotýkají jejich severní póly – magnety se vzájemně odpuzují. Magnetická síla může být přitažlivá nebo odpudivá podle toho, jaké póly se k sobě blíží.

Stejně je to se sexuální polaritou. Když se v intimním vztahu mužská energie jednoho partnera dostane do blízkosti ženské energie druhého partnera, přitažlivá síla sexuální polarity je spojuje. Ale když se střetnou například mužské energie dvou partnerů, přitažlivá síla mezi nimi je neutralizována, případně mohou cítit i tajemnou odpudivou sílu, která je oddaluje, podobně jako to dělají dva severní póly magnetů.

MUŽSKÁ A ŽENSKÁ ENERGIE NENÍ ZALOŽENÁ NA POHLAVÍ

Mužská a ženská energie nejsou totéž jako „muž“ a „žena“, jsou to univerzální sexuální síly. Někteří lidé zažijí výboj polarity jen s osobami opačného pohlaví, ale většina z nás má takovou

zkušenost nejen s lidmi jako takovými, ale třeba i s určitými místy. Například Havaj je vyložené „ženská“ lokalita. Když po Havaji cestujete, vídáte třeba dvojité duhy a nad hlavami vám létají pestré barevné ptáci. Jste obklopeni bujnou tropickou vegetací a vůní přezrálé papáje a guavy. Cítíte se, jako byste právě vstoupili do lůna jakési velké ženy. A celým vaším tělem může procházet příjemný proud sexuální polarity s ostrovem jako takovým, což je velmi osvěžující.

Když lidé přicestují na Havaj, obvykle je to probudí k životu, naplní energií, umožní jim to zapomenout na všední starosti a odpočívat. Ostrov je to tak „ženský“ – jste tak otevření a uvolnění –, že dovolená na něm strávená se vyrovná dvěma týdnům dobrého sexu. Natolik se cítíte v pohodě.

Většina lidí cestuje na Havaj v rámci dovolené poté, co strávili mnohé pracovní dny v „mužském režimu“, což je pravý opak životních sil vládnoucích na tropickém ostrově. Například New York je ve srovnání s Havají velmi „mužská lokalita“.

New York vyvolává pocity velmi „vertikální“, silně „orientované“ a „soustředěné“. Když jste v New Yorku, často musíte něco udělat, a poté zase něco jiného a tak dále, krok za krokem, abyste dosáhli nějakého cíle. To je projev řízené, na cíl orientované, soustředěné mužské energie, ať už vyzařuje z muže, nebo z ženy. Vaše vlastní mužská energie, stejně jako energie místa, jako je New York, je orientovaná na výsledek, plánovaná, řízená, koncentrovaná a ukázněná. Vaše ženská energie, podobně jako ženská energie míst jako Havaj, je uvolněná, otevřená, divoká, vyzařující životní síla – je to energie přírody.

Chcete-li ve svém životě víc ženské energie, měli byste letět na Havaj. Vaše tělo si tam odpočine, pocítíte nával energie a ta vás vyléčí. Léčivá síla životní energie je ženská kvalita, ať už ji poskytuje muž, žena, nebo určité místo.

Pokud toho máte hodně na práci, na Havaj byste cestovat neměli. Je velmi těžké se tam ukáznit a soustředit. Zato v New

Yorku vám nezbude nic jiného, než se pořádku o něco starat. I když se chcete jen procházet po ulicích, dav vás tlačí kupředu nebo strhává s sebou. Pohybuje s vámi mužská síla, vpřed míříci proud energie.

Stejné kvality mají i lidé. A opět nezáleží na tom, jestli jde o muže nebo o ženy, biologické pohlaví to neurčuje. Mužská a ženská energie jsou univerzální síly. Jako člověk, ať už muž, nebo žena, disponujete jak mužskou, tak ženskou energií. Když skončí váš „mužský“ pracovní den, kdy musíte být stále na něco soustředěni, je příjemné doma relaxovat v módu ženské energie, kdy síla života proudí vaším tělem. Je velmi příjemné dát si třeba masáž. Je úžasné dát si lahodné jídlo a užívat si jeho chuti i vůně. Je fantastické procházet se v přírodě s vaším milovaným nebo milovanou, případně i sami. V takových momentech, kdy jsou zapojeny vaše smysly, kdy plynete v proudu přírodních živlů, kdy jste si skutečně vědomi vašeho fyzického okolí a vaše tělo je v souladu s rytmem neviditelných sil přírody, jste v módu ženské energie.

Na druhé straně když míříte na obchodní jednání, můžete si myslet třeba: „Dobrá, a kde mám ten seznam? Mám s sebou tohle? A pamatuju si tamto? O co hlavně půjde? Budu úspěšný? Uvidíme, pojďme na to.“ Dorazíte pak na jednání, kde je všechno přesně naplánováno a organizováno. Během té doby jste v módu mužské energie. Když se na něco orientujete a soustředíte a kdosi k vám přijde a řekne „pojďme si popovídat“, nejspíš odpovíte „teď ne – nevidíte, že mám hodně práce?“.

Když vám vládne mužská energie, jste velmi jednostranní, koncentrovaní na jedno. Zkoušeli jste například vyrušit muže, který sleduje fotbalový zápas? Nebo voskuje své auto? Nebo kontroluje svou šekovou knížku? Případně si čte noviny? Jeho naladění říká „teď ne, nevidíte, že se soustředím?“. Totéž se samozřejmě stává i ženám, pokud jsou v módu mužské energie. Kdokoli v něm je, silně se koncentruje a nechce být rušen.

Když je ale někdo pod vládou ženské energie, vyrušení pro něj jako by neexistovala. Telefon například zazvoní ve chvíli, kdy pracujete na nějakém projektu a zároveň sledujete televizi. Zvednete to a odpovídáte, ale mezitím klepe na dveře váš přítel. „Zavolám vám za pár minut,“ řeknete a jdete náležitě uvítat svého přítele. Pak si vzpomenete, že jste něco dali péct do trouby, přičemž telefon zvoní znovu, takže ho musíte zvednout. Mezitím si povídáte s přítelem a po očku se stále díváte na televizi. Když jste v módu ženské energie, snadno přepínáte z jedné věci na druhou. V ženském elementu je duch uvolněnosti, zatímco v mužské je duch koncentrace na jednu záležitost. A oba tyto prvky jsou nám v různých chvílích k užitku.

Pravděpodobně znáte lidi, jak muže, tak ženy, kteří se zdají mít víc mužské nebo ženské energie. Jsou například spíše jako New York než Havaj, vždy v záprahu, vždy soustředění na nějaký úkol, vždy dodržující časový plán. A jiní lidé jsou zase spíš jako Havaj než New York. Využívají víc ženské než mužské energie. Jsou uvolnění, veselí a často se nesoustředí na jeden dlouhodobý projekt, především kvůli svému sklonu tékat od jedné věci k druhé. Ale jsou s tím spokojeni. A potom jsou tu ještě další lidé, kteří zůstali někde uprostřed mezi extrémy čistě mužského a ženského, mezi New Yorkem a Havají. Jejich energie jsou relativně více vyvážené nebo neutralizovány. Netýkají se jich emocionální hurikány typické pro Havaj, nejsou moc vášniví ani příliš veselí. Nemají v sobě ani neosobní energii New Yorku, nejsou příliš koncentrovaní ani systematictí. Mají v sobě něco z Havaje a něco z New Yorku, ale jen do jisté míry.

Lidé jsou zkrátka různí, a když se podíváte na sebe, uvidíte, že nejspíš patříte k jednomu ze tří typů: mužskému, ženskému nebo neutrálnímu. Obvykle sami sebe tak zřetelně nevidíte, takže je nejlepší se někoho zeptat: „Jak se ti jeví?“ Dotyčný může odpovědět třeba: „Děláš si legraci? Jsi přece jasně typ Havaj!“

Když někdo vyzařující mužskou energii přijde do blízkosti osoby vyzařující ženskou energii, přeskočí mezi nimi výboj polarity. Právě to je sexuální polarita. Vznikne, jestliže je jeden člověk v mužském módu a druhý v ženském.

Je velmi důležité pochopit, že proud sexuální polarity nevyžaduje ani romantickou přitažlivost, ani lásku. Sexuální polarita vzniká, i když se nedostaví pocit „tohle je ta jedinečná osoba, kterou jsem vždy hledal“, jež signalizuje romantickou přitažlivost. A sexuální polarita se může vyjevit i mezi dvěma lidmi, kteří se vůbec neznají a nepromluvili spolu ani slovo, natož aby se milovali. Je to zkrátka přírodní síla, která proudí mezi mužským a ženským pólem.

Když třeba univerzitní profesor projeví silnou mužskou energii – sebedůvěru, transcendentní vize, vůdčí schopnosti –, není nic neobvyklého, že se o něj studentky zajímají. Přirozeně tu vzniká oblouk sexuální polarity, stejně jako se to děje mezi terapeutem nabízejícím pevné vedení (mužský prvek) klientovi, který se mu s důvěrou svěruje (ženský prvek). Sexuální polarita se v takovém případě dostaví skoro nevyhnutelně, i když se určitě nemusí otevřeně projevit.

Podobně když žena nabídne svou péči a starost blízkému příteli – nebo když třeba podnikatelka poskytne kolegovi starostlivou podporu –, není nic neobvyklého, že po nich tito muži začnou toužit. A opět se tu přirozeně projeví sexuální polarita, kdykoli se silný mužský pól přiblíží k silnému ženskému pólu. Sexuální polarita je typ magnetické síly, přírodní energie, nikoli nutně projev lásky.

Oblouk sexuální polarity můžete cítit mezi vámi a kýmkoli s opačným sexuálním pólem. Je to běžné. Není to vědomé. Je to neškodné. A také mocné. Ale není to láska. A není to ani romantická přitažlivost. Jen to, že cítíte proud sexuální polarity mezi vámi a vaším nadřízeným nebo nadřízenou, neznamená, že byste spolu měli navázat vztah. Neznamená to vlastně

nic – kromě faktu, že vy jste naplnění mužskou nebo ženskou energií, kdežto váš nadřízený nebo nadřízená je na tom opačně. Vnímáte proto oblouk sexuální polarity; a váš protějšek je na tom stejně.

Abychom vědomě pracovali s proudem sexuální polarity ve svých intimních vztazích nebo třeba na pracovišti, musíme se stát citlivými na typ energie, kterou ze sebe vydáváme: mužskou, neutrální nebo ženskou. Kultivací této citlivosti si vybíráme, jestli polaritu zesílit, a tedy posílit vášnivost a sexuální přitažlivost v intimním vztahu, nebo ji naopak oslabit, a tím minimalizovat proud sexuální energie mezi námi a přáteli nebo spolupracovníky. Volba, jak užívat mocnou sílu sexuální polarity, je v našich rukou, jakmile porozumíme principům jejího proudění.

VZTAH JE U KONCE, KDYŽ ZMIZÍ POLARITA

Láska a sexuální polarita nejsou totéž. Můžeme milovat své děti, přátele nebo domácí mazlíčky, ale to neznamená, že s nimi sdílíme sexuální polaritu. A platí i opak: Můžeme cítit silnou sexuální polaritu s naprosto neznámým člověkem nebo s někým, koho ani pořádně neznáme – nemusíme ani vědět, jak se jmenuje.

I když jsou mužský pól a ženský pól nezbytné pro naplněnou a vášnivou sexuální polaritu, pro skutečnou lásku tyto póly nejsou třeba. Ve skutečnosti dlouhodobé vztahy s časem velmi často ztrácejí svůj náboj sexuální polarity, ačkoli se partneři stále opravdu milují.

Částečně je úbytek sexuální polarity zcela přirozený. Pro mnoho z nás je čím dál méně důležitá především s rostoucím věkem, i když stále chceme ve vztahu cítit lásku. Někteří z nás

ale zažili méně žádoucí situace. Můžeme partnera či partnerku milovat, i když nás už nijak sexuálně nepřitahuje. A přitom v životě stále cítíme erotickou vášeň a sexuální polaritu jako takovou. Není v tom žádný partnerský konflikt, jen to vypadá, že „sexuální složka“ našeho vztahu je pryč.

Měli bychom pochopit, že pokud se vědomě neučíme umění kultivace sexuální polarity, vášeň v intimním vztahu má vždy sklon slábnout, protože během času polaritu nevyhnutelně neutralizujeme svým chováním a různými nedorozuměními. Neznamená to, že bychom měli vztah opustit, ale měli bychom zjistit, čím jsme oslabení vášně způsobili a jak bychom mohli vztah znovu „polarizovat“. Pro procvičování Intimního splynutí musíme porozumět tomu, jak vědomě nebo i nevědomě posílit, neutralizovat nebo obrátit proud sexuální polarity vedoucí k našemu partnerovi či partnerce.

POSÍLENÍ POLARITY

V naší kultuře se sexuální polarita nejčastěji projevuje mezi mužem a ženou. Je ale samozřejmě docela možné, aby sexuální polaritu v Intimním splynutí prováděli dva muži nebo ji prožívaly dvě ženy, pokud jeden z partnerů v intimních chvílích představuje mužský pól a druhý ženský pól. A v Intimním splynutí je také možné, aby byl ženským pólem muž nebo mužským pólem žena.

Nejběžnější situace ale je, že žena představuje ženský pól a muž ten mužský. Jak uvidíme, když se pozice pólů náhle změní nebo přestane být jednoznačná, partneři se přestanou přitahovat, zato mezi nimi vzniká konflikt. Podívejme se ale nejprve, jak se dá polarizovaná přitažlivost mezi partnery zesílit.

Představte, že jste muž sedící na pohovce se svou milenkou a sledujete televizi. Ona vstane, jde připravit váš oblíbený zákusek a pak vám ho přinese, přičemž si k vám přisedne

ještě blíž. Jak sedí, její sukně odhalí hebkou pokožku jejího stehna. Krmí vás sousty ze svých prstů a nechá ruku sklouznout ze rtů na vaši hrud'. Pohlédnete jí do očí a vidíte v nich, že je k vám zcela otevřená a že vás má ráda. Obejmete ji a pocítíte, jak se k vám její tělo přimklo. Právě se vám oddává. Velmi po ní toužíte, touží po ní celé vaše tělo i srdce. To je zesílení polarity.

I když mnohým z nás může být taková scéna povědomá, jaké mechanismy za ní vlastně stojí? Proč se tu polarita posiluje?

Žena tu jakoby *krmí* muže svou osobní energií. *Přitahuje* ho od abstraktní záře televize k živoucímu vyzařování své tělesnosti. Zklidňuje jeho mysl, nabíjí jeho tělo energií a probouzí jeho srdce, stejně jako to umí tropické pláže Havaje. Vtahuje ho do sebe, do zahrady života tím, že se otvírá a nabízí mu lásku. Vyzařuje ženskou energii, a proto jako magnet přitahuje jeho mužskou energii v plném výboji sexuální polarity.

NEUTRALIZACE POLARITY

Představte si, že jste žena ležící v posteli se svým milencem. Celý den jste pracovala a jste unavená. Když jste se vrátila z práce, milenec vás políbil na tvář a zase odešel číst si knížku. Zatímco si stále četl, vy jste si připravila rychlou večeři, dala si sprchu a šla si lehnout. On nakonec s četbou přestal, ulehл také, nařídil budík a uspořádal si věci na nočním stolku. Myslíte si, že s vámi možná bude chtít sex. Mohla byste na to přistoupit, kdyby opravdu chtěl, ale sama se zrovna moc vzrušená necítíte. To je neutralizace polarity.

Podívejme se blíže právě na tento případ neutralizace. Žena přijde domů ze zaměstnání a dostane letmý polibek na tvář. Kde je tu mužská síla? Její muž se jí ani neotvírá se svou láskou, ani ji nedobývá svou touhou – jeho mužská přítomnost zcela absentuje.

Nebo se s ní spíš nezúčastní hry na sexuální polaritu a místo toho je zaujatý četbou. Ona udělá to, co udělat musí, připraví si večeři a potom si dá sprchu. Je unavená, a tak nemá energii předvádět svou ženskou sílu. Ani jeden z nich není aktivní jako ženský nebo mužský pól, a tak se sexuální polarita neutralizuje.

OBRÁCENÍ POLARITY

Jste muž a máte úžasný plán, jak vydělat peníze. Řeknete o tom své ženě, ona vás přeruší a řekne, jak jste nemožný. Předloží hned několik důvodů, proč si myslí, že váš plán je bláznivý a nebude fungovat. Potom pokračuje v domácích pracích, ale také vám povídá o své strategii, jak získat nějaké peníze.

„A co ten náš plán dnes večer zajít za Smithovými?“ řekne najednou. A dál běhá po bytě. Pak se zeptá: „Už ses konečně rozhodl? Víš, že musíme odejít brzy. Takže jak to uděláme?“

Nic vás nezajímá méně. Netoužíte ten večer dělat nic, zvlášť pak ne se svou ženou. Řekne vám, že ji bolí rameno a že by ocenila, kdybyste jí ho namasíroval. Jenže vy se jí nechcete ani dotýkat. To je obrácení polarity.

Co se tu vlastně děje? Muž řekne manželce o svém nápadu, jak vydělat peníze. Snaží se s ní sdílet svůj směr, nápad, transcendentní vizi, přičemž představuje mužský pól univerzální energie, jakým je energie New Yorku. Jeho žena ho ale náhle přeruší. Nehodlá se otevírat jeho vizím, takže prohlásí, že nemá pravdu, že jeho plán za nic nestojí a že ona by to udělala lépe. Možná je to i pravda. Ale na úrovni polárních energií je to ekvivalent toho, jako kdyby manželovi řekla, že je mizerný milenec a že by si mohla najít lepšího. Polarita je tu okamžitě neutralizována.

U toho ale ona nezůstane. Pokračuje v domácích pracích a sděluje mu při tom své nápady, jak by se všechno mělo udělat. Představuje tady mužskou sílu založenou na vedení, cílevědomosti a transcendentních vizích. To by bylo v pořádku, kdyby

byl její muž právě spíše v módu ženské energie, připravený přijímat její rady. Ale také on je zrovna v mužském módu, kdy jí chtěl povědět o svém skvělém nápadu. A stejně jako se odpuzují totožné póly magnetu, také její náhlé obrácení sexuální polarity způsobuje odpuzování a zvětšování distance mezi její a jeho mužskou energií.

STRUKTURY MUŽSKÉHO A ŽENSKÉHO ELEMENTU

Jaké jsou vlastně mužské a ženské vlastnosti, jak je lidé vyjevují? Pro názornost si tyto univerzální kvality „zosobníme“ a budeme mužskou sílu (v mužích i ženách) nazývat „On“ a ženskou sílu (opět v mužích i ženách) „Ona“.

Stejně jako řídící energie New Yorku, „On“ jako by byl stále zaměstnán nějakým posláním, průzkumem, projektem, ať už to je třeba oprava auta, kariérní postup, nebo hledání cesty k Bohu. „On“ také vidí věci z transcendentálních pozic. Znamená to, že „On“, stejně jako betonový mrakodrap, rád stojí nad věcmi, mimo své emoce: v myšlenkách, v poznání a možná i v takzvané „mystické čistotě“.

Z „Jeho“ transcendentální perspektivy, všechno v životě stále – všechno stále trvající – může být omezením, nebo i pastí. Například otevřený vztah je jedna věc, ale manželství je věc docela jiná. Pro kohokoli s dostatkem mužské energie se manželství může zdát potenciální pastí, překážkou, ztrátou svobody. Rozhodnutí vstoupit do tohoto svazku je rozhodnutí opustit transcendentální říši nekonečných možností a vstoupit do pozemské říše nekonečné odpovědnosti.

Co se týče „Jí“, manželství tu není překážkou, ale osvobozením lásky. Ženská síla, v mužích i ženách, spočívá v přiznávání a dávání lásky. Ženská síla je božská energie, někdy divoká

a nepředvídatelná a jindy pečující a životodárná, jako Havaj. Na rozdíl od mužského, ženské je doma v samotném životě, ve smyslovosti, v přírodních elementech. Kdokoli s dostatkem ženské energie nesnáší prázdnotu, takže třeba prázdné police plní mušličkami, květinami nebo jinými krásnými předměty.

Zatímco mužský pól je orientovaný k obloze, jako směřují budovy v New Yorku, ženský pól je uzemněný a proudí jím síla života. Ženská síla je vyzařující oceán náhlých bouří a omlazující péče, zahrada hojnosti lásky i nespoutaná energie.

Ženské vyzařování a krása lákají „Jeho“ do zahrady života a „Její“ srdce mírní „Jeho“ vytrvalou snahu stále něco hledat. Ženská síla zvládá mužskou strohou tendenci k nějakému směřování a doplňuje ji emocemi, citlivostí i vnitřní moudrostí těla. Bez ženské síly je ta mužská pouhou orientací, pouhou tendencí, pouhým soustředěním na cíl bez emocionality. V extrémně negativním provedení pak je jen vykořisťováním pro zisk, násilím nebo třeba fašismem.

Na druhou stranu bez orientace vlastní mužské síle je pohyb samotné ženské síly buď jen otevíráním, nebo uzavíráním. Představte si například člověka se spoustou ženské energie a nedostatkem té mužské. Když jí čokoládu, cítí se buď uvolněně a spokojeně, nebo naopak provinile a špatně, přičemž má ale často problém zvolit ještě další možnost, například si čokoládu ve prospěch svého zdraví odpustit.

Pokud jde o závažnější věci, jakmile se „Ona“ dá do páru s neotesaným partnerem, má mnohdy potíže z takového vztahu odejít a místo toho se odevzdá a trpí, uzavírá do sebe a pak znovu otevírá. Není-li vyvážena mužskou silou znamenající vedení a směřování, extrémní ženská síla osciluje mezi dobrými a špatnými chvílemi, přičemž doufá, že se to nějak vyřeší, střídavě miluje a trpí, je zraňována, ale opět věří v další šanci.

Jinou možností, jak nahlížet na mužskou a ženskou sílu, je pohled přes sexualitu samotnou. Pro muže dochází

k sexuálnímu spojení „mimo tělo“, kdežto pro ženu uvnitř těla. Při sexuálním styku mužův úd tuhne, orientuje se, zaměřuje a hledá uvolnění. Ženské pohlaví se otevírá, je čím dál přístupnější pronikání, celé její tělo i emoce se otevírají a ona chce dávat lásku co nejhlubším přijímáním jeho lásky.

Mužská síla je směřovaná a orientovaná na jedno, stejně jako jeho pohlavní orgán. V širším smyslu je to síla sebekázně (soustředění na jedno) a řízení (směrovost) a má sklon pohybovat se v transcendentním (vzhůru mířícím) směru.

Stejně jako mužský pohlavní orgán jeví směrovost a orientaci vzhůru, ženské pohlaví značí touhu vtahovat mužství do sebe, otevírá se v jednotě s ním a naplňuje se nekonečnou láskou. Ženství se láskou otevírá a bolestí uzavírá. Mužství zase v lásce proniká, ale stahuje se, když je zraněno. Mužské i ženské síly jsou do jisté míry v každém muži a ženě, i když někteří lidé představují více mužské síly (jako New York), jiní více ženské síly (jako Havaj) a ještě jiné jsou spíše neutrální nebo ve svém výrazu vyrovnanější.

Jako obecná charakteristika pak platí, že mužský pól v každém z nás směřuje vzhůru, směrem od těla a života. Mužská síla se vyznačuje vědomou směrovostí a záměrem, což někdy vede k jisté „paličatosti“. Ženský pól v každém z nás má domov přímo v těle a v životě. Je to síla vyzařování a otevírání, která někdy vede k přílišné emocionalitě.

MUŽŠTÍ A ŽENŠTÍ PARTNEŘI JEDEN DRUHÉHO VYVAŽUJÍ

Když se spíše mužský partner zamiluje do osoby spíše ženské podstaty, mohou si spolu užívat oživující sílu vášnivě sexuální polarit, která mezi nimi přirozeně proudí. Kdo je spíše neutrální, dá pravděpodobně přednost tomu, aby své vnitřní energie vyrovnával spíše individuálními a nesexuálními postupy.

Ale pokud je někdo více sexuálně orientovaný, existuje pro něj další možnost. V Intimním splynutí se partneri mohou přirozeně vyvažovat a jeden druhému prospívat skrze dynamickou sílu sexuální polarity, která plyne mezi jejich vrozenými mužskými a ženskými póly.

Když je například muž s mužským pólem polarizován ženou s ženským pólem, jako by opouštěl vlastní hlavu, opouští fantazijní říši možností, a je přitahován čímsi velmi živým a aktuálním: „Jí“. Začíná jednat spíš podle svých pocitů, než aby žil ve svých myšlenkách. Láska ho vtahuje do tělesnosti, jeho i její.

Ženská síla přitahuje „Jeho“ do tance života, lásky a intimního partnerství. Když proto žena začíná být jako New York, panovačná a strohá, nebo se jakkoli zbavuje své ženské energie, muž se náhle cítí být v pasti – opustil totiž svou říši možností a oddal se aktuálnímu vztahu, což ho omezuje.

Když přestane ženská síla jeho partnerky být aktivní, když se necítí být osvěžován její energií typickou pro Havaj, potom cítí vztah jako překážku. Připadá mu spíš jako zdroj povinností než jako zdroj energie a potěšení. Jeho mužská síla už není magneticky polarizována ženskou silou a on přirozeně začíná uhýbat, vzdalovat se, zpátky do své věže možností. Doufá přitom, že se tam vyhne nikoli nezbytným problémům a možná nakonec najde jiný zdroj ženské energie.

„Chci pryč!“ Tak zní mužský hlas, když už ho „Ona“ nepolarizuje.

Základní formou mužské špatné nálady je pocit únavy, vyhoření, omezení povinnostmi. Ani sebedelší konverzace s partnerkou pak nesníží mužův dojem, že je svázán povinnostmi a v pasti. Když se ale ona nestáhne kvůli jeho náladě a naopak setrvává ve vztahu jako pozitivní energie Havaje, stále aktivní v lásce, může ženská síla i takové chvíle proměnit v zahradu radosti. Může oživit jeho srdce tak, jak to svede jen ona, jako jím obdivovaný zdroj ženské energie.

Co se stane ženskému partnerovi – například ženě –, když muž ztrácí svou mužskou podstatu a začíná chabnout a váhat ve svém milování? „Ona“ se pak cítí prázdná a touží po naplnění. Kde dříve vnímala přítomnost mužské lásky, cítí nyní prázdnotu.

„Chci lásku!“

Základní formou ženské špatné nálady je pocit, že „Ona“ není milována, a zloba, která plyne z dojmu, že je odmítána či opouštěna.

Když je muž (nebo kdokoli s mužskou povahou) ve špatném naladění, chce vědět proč. Zkouší to zjistit. Pokud trpí špatnou náladou jeho partnerka, pokouší se pro ni udělat to, o co se snaží u sebe – najít příčinu. A zkouší užívat svou hlavu, aby řešil její emocionální problémy.

Mužova mentální analýza je ale k ničemu a na překážku ženě (nebo komukoli s ženskou povahou), která trpí špatnou náladou. Její negativní naladění je jen výsledkem její touhy po dokonalé lásce – proč ji tedy nedostává přímo od „Něj“? „Ona“ nejvíc přijímá lásku ve svém přirozeném jazyce, který není jazykem analýzy, ale řečí těla a emocí. Je to řeč dotyků, přítomnosti, pocitů. Ženský druh nálady nechce být předmětem mentálního rozboru, „Ona“ se v té chvíli touží otevřít „Jeho“ objetí, „Jeho“ jemnému humoru, „Jeho“ silné, milující mužské přítomnosti.

Při Intimním splynutí se naučíme, jak předávat lásku pomocí síly sexuální polarity. A abychom si ji užívali, musí nám být jasné, co chceme od svého partnera a kam patříme v celém spektru mužského a ženského elementu. Jsme spíš jako New York, nebo jako Havaj? Jsme v rovnováze? Nebo jsme uvnitř zmateni a rozdělení?

SPOJUJEME VNITŘNÍ ROZDĚLENÍ

Pokud jste spokojeni se svou přirozenou sexuální energií – mužskou, ženskou nebo neutrální –, potom je pro vás záblesk

sexuální polarity osvěžující. Jestliže jste spokojeni se svým tělem i svou myslí – ať jako muž, či žena –, pak nemáte problémy s pocity sexuální touhy. Navíc, vaše tělo je sjednoceno s vědomím v jeden celek – kde srdce tvoří centrum – a vy najednou víte, sami spontánně víte, jak milovat. Nejste vnitřně rozdělení ani zmateni.

Ale pokud *jste* uvnitř rozdělení, vaše tělo a mysl nejsou v jednotě se srdcem: Chtěli byste svůj protějšek přitahovat, jenže je pro vás obtížné přestat se kontrolovat. Chtěli byste relaxovat skrze sex, ale příliš si uvědomujete sami sebe. Váš životní partner či partnerka vám řekne, že vás miluje, ale vy to nějak necítíte. Přítelkyně vašeho přítele je evidentně zadaná, ale vám se přitom zdá docela dostupná. Vaše srdce je setrvale váhající a rozdělené.

Jako nezbytný předpoklad pro kultivaci sexuální polarity v Intimním splnutí se musíme naučit, jak žít v jednotě, jak žít vnitřně nerozdělení. S láskou chápeme své nejtemnější i nejsvětější myšlenky. S láskou chápeme své nejdivočejší i nejsvětější touhy.

Zacelením našich vnitřních rozdělení a plným přijetím sebe samých takových, jací jsme, se učíme přijímat a posilovat i svou sexuální esenci, stejně jako se učíme oceňovat jedinečné dary našeho mužství či ženství. Jsme plně inkarnováni ve svých tělech, srozuměni s tím, že jsou mužská či ženská. A učíme se milovat naprosto nenuceně, jako svobodní muži a ženy, nesvázaní pravidly nebo rolemi či zábranami v našich srdcích.

Ničím nesvázaní okouzluje jeden druhého, milujeme jeden druhého bez jakýchkoli překážek. Někdy naše prsty jen něžně sklouznou dolů k zápěstí našeho milého či naší milé. A jindy naše vášeň bouří a drásá jako divoký tygr. Dlouhé hodiny spolu spočíváme v tichu, jen se dotýkáme, milujeme, dýcháme. A pak přijdou náhlé momenty probuzené touhy, v kuchyni, v autě, ve sprše, mísí se naše tělesné šťávy, srdce

buší a my se zalykáme rozkoší. Stejně tak ale jsou dny, měsíce nebo i roky šťastného celibátu, protože sexualita je jen jednou z forem lidského milování.

Plně převtělení v mužské a ženské síly v Intimním splynutí mají milostní partneři volnost věnovat se úplnému spektru milování, od žertovného pošťuchování po nehybné spočinutí, vyzařující posvátnou lásku.

Většina lidí zažila chvíle skutečně extatického Intimního splynutí: Momenty milování tak blaženého, že ztráceli kontrolu nad svým tělem – a tak úžasného, že se jejich srdce otevřela víc, než pokládali za možné. I pouhé pohledy, pouhá objetí i spojení pohlaví mohou mít takovou sílu, že by se sám vesmír vymykal z kloubů, i když jen na pár okamžiků.

V Intimním splynutí se naučíme, jak využívat sexuální polaritu k tomu, aby se extatické milování stalo pravidlem, a ne výjimkou. Intimní splynutí, v sexualitě i běžném životě, je posvátné umění, kterému se lze naučit.

4

JAK ROZUMĚT SVÉ SEXUÁLNÍ ESENCI



CO JE SEXUÁLNÍ ESENCE?

Předpokládejme, že jste žena a máte na sobě vyzývavé oblečení, které dobře doplňuje tvary vašeho těla. Když si vás třeba obchodní partner prohlíží od hlavy k patě a poplácá vás po pozadí, asi může jít o případ sexuálního obtěžování. Ale pokud totéž udělá váš milenec, nejspíš to uvítáte. Jakmile jde o emocionální a sexuální očekávání, váš obchodní partner a váš milenec ve vašich očích nejspíš rovni nejsou.

Po čem skutečně toužíte u svého intimního partnera či partnerky? Jsou vám jasná vaše emoční a sexuální očekávání? Mnohdy předpokládáme, že náš protějšek je pro nás vlastně všechno: kolega či kolegyně, milenec či milenkyně, rodič, nebo i přátelsky naladěný terapeut či terapeutka. Ale tak to nefunguje. Jiskra tu vyhasíná. Vášně je ta tam. A nás začínají na partnerovi či partnerce opravdu rozčilovat i maličkosti.

Když doufáme v ustavení „vyváženého“ vztahu, založeného na setkávání v půli cesty a sdílení stejné zodpovědnosti, obvykle zapomínáme, co nás svedlo dohromady: Naše

jedinečné a speciální vlastnosti ztělesněné mužským nebo ženským elementem. Nejsou to vlastnosti náležející obchodnímu partnerovi, se kterým sdílíme společnou finanční strategii. Nejsou to ale ani vlastnosti terapeuta, kterého můžeme navštívit, abychom si pohovořili o našich problémech. Nejsou to ani vlastnosti profesionální paní na hlídání dětí, kterou si můžeme najmout na den či na měsíc. Ona jedinečná vlastnost, kterou můžeme sdílet *pouze* se svým intimním partnerem či partnerkou, je naše přirozená sexuální esence. Pokud na ni zapomeneme, naše intimita se oplošťuje.

Co přesně je sexuální esence?

Představte si, že žijete v budoucnosti, v čase, kdy se intimní partneři takříkajíc „budují od základu“. Prohlédnete si katalog a vyberete si, co přesně od svého protějšku chcete. Nejdřív nahlédnete do sekce „Anatomie“. Na jedné stránce katalogu jsou na výběr paže. Chcete, aby byly hladké, nebo spíš zarostlé? Chcete, aby byly silnější než vaše, nebo slabší? Zvolíte si a dále listujete katalogem, přičemž nahlížíte do výběru očí, nohou, úst, genitálií či poprsí. Jsou tam i stránky, kde si můžete přičichnutím zvolit tělesné vůně. Vše si vyberete a vytvoříte tím intimního partnera či partnerku podle své volby.

Potom se v katalogu soustředíte na sekci „Emoční charakteristiky“. Na různých stránkách je celé spektrum emočních kvalit, od veselosti k vážnosti, od lehkomyšlnosti po serióznost, od otevřenosti po rezervovanost.

Jedna stránka je například věnována „Spektru vůdcích schopností“. Chcete partnera či partnerku, kteří mají rádi nad situací kontrolu, nebo člověka, co se s radostí podřídí vám? Měl by snad rozhodovat v polovině věcí, zatímco vy budete rozhodovat v té druhé? Nebo dáte přednost tomu, aby nechal většinou rozhodovat vás? Možná byste rádi měli partnera nebo partnerku, co budou velmi dominantní v posteli, ale o hodně méně, když přijde na záležitosti všedního dne. Můžete si tak

vytvořit partnera nebo partnerku přesně takové, jaké chcete, tak proč nebyť konkrétní?

Nakonec se v katalogu věnujete sekci „Spektrum sexuální esence“. Různé stránky tu nabízejí rozsah sexuálních esencí, popisovaných tady jako „projevy přímo od srdce“. Jsou to způsoby, jak bude váš intimní partner či partnerka vyjadřovat svou lásku, city a touhu po harmonii. Stejně jako se vám paže předvedly ve spektru možností od zarostlých po hladké, od svalnatých po útlé, také sexuální esence jsou uspořádány do celého spektra. Rozsah sexuální esence zaujímá spektrum od esence extrémně mužské na jedné straně přes vyrovnanější neutrální typ uprostřed až po extrémně ženskou na opačném konci.

Volbou sexuální esence si vybíráte i povahu partnerské lásky. Co chcete cítit například v jeho či jejím objetí? U svého partnera si můžete vybrat třeba z možností jako „vizionářský hrdina“, „galantní princ“ nebo „velký a nebezpečný“, což jsou různé typy inklinující k extrémně mužskému konci spektra. Nebo také můžete volit z nabídek jako „nevinná sirota“, „divoká bohyně“ či „veselá tanečnice“, což jsou typy patřící k extrémně ženskému konci spektra.

Můžete si také vybrat sexuální esenci z části spektra označeného „dobrý kamarád“, které patří někam doprostřed. Takový partner či partnerka jsou co do sexuální esence více vyvážení nebo neutrální, což jim usnadňuje vám naslouchat a skutečně pochopit vaše myšlenky a pocity. Na druhou stranu extrémně mužský nebo ženský partner či partnerka mohou vést všechny debaty smrtelně vážným směrem, přičemž střídají emoční výlevy a eroticky vypjatá objetí. „On“ a „Ona“ v extrémním provedení mluví natolik rozdílnými jazyky, že často považují za lepší druh komunikace se jen objímat nebo mlčet, místo aby si racionálně promluvili. A to jim mnohdy překáží v tom, aby sdělili, co opravdu chtějí

říct. Lidé se spíše neutrální sexuální esencí naopak nemají problém s partnerem nebo partnerkou věci probírat jasně a rozumně, aniž by se pouštěli do slovních soubojů nebo upadli do napjatého mlčení.

V každém období života má každý z nás určitou preferenci: Buď chceme partnera, který nás miluje spíš ženským způsobem, nebo naopak spíš mužským způsobem, případně je v tom víceméně neutralita. A podobně vaše vlastní sexuální esence je spíš ženská, mužská nebo neutrální. Nezáleží na tom, jestli jste žena nebo muž; vaše sexuální esence prostě může být vždy převážně mužská, ženská nebo spíše neutrální.

A jak můžete zjistit, jaká je vaše sexuální esence právě teď?

TEST SEXUÁLNÍ ESENCE

Následující jednoduchý test vám pomůže získat určitý cit pro vaši sexuální esenci. Zkuste na každou otázku odpovědět co nejupřímněji. Když budete hledat odpověď, představte si, že jste v posteli s vnímavým a eroticky přitažlivým protějškem, kterému naprosto věříte. Vaše odpovědi v tomto testu jsou klíčem k tomu, abyste zjistili, jaká je vaše sexuální esence.

1. *Dávám přednost spíš tomu, aby můj sexuální partner (partnerka) byl (byla)*
 - A. fyzicky silnější než já,
 - B. fyzicky slabší než já,
 - C. fyzicky stejně silný (silná) jako já.

2. *Dávám přednost spíš tomu, aby můj sexuální partner (partnerka) byl (byla)*
 - A. vyšší než já,
 - B. nižší než já,
 - C. stejný nebo stejná jako já.

3. *I když nemám nic proti pestrosti v sexu, dávám přednost spíše této situaci:*
- A. Poddávám se svému milenci (milence), který (která) se mě s láskou zmocňuje.
 - B. Zmocňuji se svého milence (milenky), a on (ona) se mi poddává.
 - C. Ani jeden z nás se druhému nepoddává, ani se ho nezmocňuje.
4. *Nejvíc by mě zranilo, kdyby mi můj partner (partnerka) řekl (řekla):*
- A. „Vypadáš opravdu dost staře a máš vrásky.“
 - B. „Ty už na to opravdu nemáš – jsi prostě mimo.“
 - C. „Opravdu se chováš k mužům úplně jinak než k ženám.“
5. *Spíš mě vzrušuje, když*
- A. se vzdám kontroly nad situací a řízení sexuální aktivity nechám na milenci (milence),
 - B. se můj milenec či moje milenka vzdá kontroly a řízení sexuální aktivity je na mně,
 - C. ani jeden z nás se ani nevzdává kontroly, ani sexuální aktivity neřídí.
6. *Kdybych si musel (musela) vybrat jednu možnost, raději bych*
- A. pracoval (pracovala) v neuspokojivém zaměstnání, ale měl (měla) dokonale uspokojující intimní vztahy,
 - B. měl (měla) neuspokojivé intimní vztahy, ale zato povolání, ve kterém se plně realizuji,
 - C. měl (měla) částečně uspokojujivý intimní život a částečně uspokojujivá by byla i má práce.

7. *Když můj protějšek dělá něco, co mě opravdu zraňuje,*
A. uzavírám se do sebe,
B. mám chuť odejít, ať už třeba jen na večer, nebo na dlouho,
C. racionálně si o tom promluvím, aniž bych se uzavíral do sebe nebo chtěl odejít.
8. *Která věta nej přesněji vystihuje většinu intimních partnerů ve vašem životě?*
A. Moji partneři (partnerky) měli (měly) sklon se naštvat, když jsem jim dával (dávala) rady, zatímco řídili (řídily) auto.
B. Moji partneři (partnerky) měli (měly) sklon měnit plány na základě momentálních emocí.
C. Moji partneři (partnerky) byli (byly) jako dobří přátelé, dobře se s nimi povídalo a nedocházelo k velkým nedorozuměním.
9. *Který výrok je nejpravdivější?*
A. Moji partneři (partnerky) podle všeho často předpokládali (předpokládaly), že mají ve všem pravdu.
B. Moji partneři (partnerky) mi s oblibou říkali (říkaly), že si myslím, jak mám ve všem pravdu, a že jsem dost tvrdohlavá (tvrdohlavý).
C. Jen zřídka jsme debatovali o tom, kdo má pravdu, protože na to málokdy přišla řeč.
10. *Moji partneři (partnerky) patřili (patřily) k tomu druhu lidí, kteří*
A. se na práci nebo třeba na sledování televize soustředí natolik, že si mě ani nevšimnou,
B. těkají snadno od jedné věci k druhé, dokonce i při hovoru, i když často nedokončí jednu věc a hned se pustí do jiné,

C. klidně si se mnou povídají i při sledování televize, a také dokončí každou věc, do které se pustí.

Klíč k vyhodnocení testu

Pokud vaše odpovědi byly většinou A, vaše sexuální esence je více ženská. Když jste vybírali hlavně odpovědi B, je vaše sexuální esence spíš mužská. A pokud jste volili hlavně C, vaše sexuální esence je poměrně neutrální. Nenechte se zmást tím, že vaše odpovědi nepatří všechny do jedné kategorie. Jak uvidíme později, většina z nás má v sobě určité „vrstvy“ falešně mužské nebo falešně ženské energie, které zakrývají naši skutečnou sexuální esenci.

PRŮZKUM:

CO MUŽI A ŽENY OPRAVDU CHTĚJÍ?

Nesejde na tom, jestli jste žena nebo muž. Vaše sexuální esence stále může být víc mužská, ženská nebo neutrální. Ale nemusíte si její skutečnou povahu uvědomovat. Mohou ji maskovat vrstvy nedůvěry, strachu nebo popírání. Můžete v sobě také pěstovat opačnou sexuální energii, a to z pochopitelných důvodů. Můžete v sobě pěstovat mužskou energii, abyste uspěli ve své kariéře, i když někde hluboko v sobě máte víc ženské sexuální esence. Nebo si můžete pěstovat ženskou energii, abyste prohloubili své schopnosti se starat o druhé a léčit je, i když hluboko v sobě máte více mužské energie.

Můžete také cítit, že jste někde blízko středu spektra, tedy spíše vyvážení nebo neutrální. Pokud je to pravda, asi dáváte přednost také neutrálnějšímu intimnímu partnerovi, protože vás vždy přitahuje opak (či doplněk). Většina lidí ale není neutrální, naopak silně preferují partnery, které jim poskytují vyloženě mužský nebo ženský typ lásky. Z průzkumů, které jsem prováděl po celých Spojených státech, vyplývá, že vlastnosti,

kteřé chce většina mužů u žen, se dost liší od těch, které požadují ženy u mužů. Žádný div, že pokusy žen a mužů „setkat se na půli cesty“ často nevedou k uspokojivým výsledkům. Převážná část žen a mužů prostě nechce „polovičatého“ partnera. Chtějí se k životu probudit účinkem ženské, nebo naopak mužské energie.

Během seminářů, které vedu po celé zemi, od Havaje po New York, rozdělují účastníky do dvou skupin, přičemž všichni muži pak sedí v jedné místnosti a ženy ve druhé. Pak obě skupiny požádám: „Sestavte seznam šesti nejdůležitějších vlastností, které by měl mít váš ideální intimní partner (nebo partnerka).“ Má to být seznam omezený pouze na kvality požadované výhradně od intimních partnerů nebo milenců (partnerek nebo milenek) – nikoli těch, které čekají od přátel, kolegů nebo spolupracovníků. Žena například napíše, že chce, aby její partner byl „milující“, ale to chce také od přátel, svých dětí či třeba kočky, takže to na seznam nepatří.

Účastníkům připomínám, že i když může mít jejich ideální partner víc než šest požadovaných vlastností, při „tvorbě“ intimního partnera jich mají uvést právě jen šest. A nakonec, což je nejdůležitější, se celá skupina musí shodnout na stejných vlastnostech. Jakákoli kvalita, kterou požaduje jen pár účastníků, nebude zahrnuta. Všechny ženy musejí přijít s jednomyslně schváleným seznamem a všichni muži také.

Poté, co jsem se takto ptal stovek vzdělaných a úspěšných žen i mužů na seminářích po celých Spojených státech, jsem zjistil, že výsledky jsou všude podivuhodně podobné. Co se nám tu zjevuje, to jsou seznamy vlastností, které určují ideálního muže nebo ženu, intimního partnera nebo partnerku našich snů.

Oba seznamy se skoro v ničem nepřekrývají. Ženy a muži chtějí po svých protějšcích něco výrazně jiného. Nijak to nepřekvapuje. Koneckonců většina z nás (i když ne všichni) má své jasné preference: Sexuální intimitu chceme buď s člověkem více mužské, nebo více ženské podstaty.

A co přesně jsou tedy ty vlastnosti, které lidé od svých intimních partnerů nejvíc chtějí?

Skoro všechny ženy souhlasily s tím, že nejžádanější kvality mužů jsou tyto:

1. dobré vystupování,
2. inteligence,
3. síla,
4. vášnivost,
5. cílevědomost,
6. smysl pro humor.

Chtějí snad muži po ženách totéž? Nikoli. Ve skutečnosti hned ve dvou městech začali muži svůj seznam takto:

1. skvělá v posteli,
2. skvělá v posteli,
3. skvělá v posteli.

Poté, co jsem jim připomněl, že měli uvést šest *různých* vlastností, se zasmáli a svůj seznam přepsali.

Vlastnosti, které po ženách nejvíc chtějí muži po celé zemi, jsou:

1. krása,
2. sexuální otevřenost,
3. důvěra ve směřování svého muže,
4. podpora vizí svého muže,
5. inteligence,
6. zdravý vzhled.

Všimněte si, že kromě inteligence jsou tyto ideální vlastnosti zcela odlišné. (Oboustranný požadavek inteligence partnera může být částečně výsledkem toho, že svých seminářů se

účastní vysoce vzdělaní lidé.) Například ženy od svého „ideálního muže“ chtějí, aby měl silný smysl pro nějaký životní směr nebo cíl. I když to může být vlastnost, kterou chtějí i muži po ženách, nikdy se neobjevila v žádném seznamu jako jedna z šesti nejdůležitějších vlastností, které muži chtějí po ideální intimní partnerce. A platilo to i naopak: Muži chtěli, aby „ideální žena“ podporovala jejich směřování, ale pro ženy evidentně nebylo tak důležité, aby muž podporoval jejich vytčené cíle. Důležitější pro ně bylo, aby se jejich ideální muž dobře choval, byl silný, vášnivý a měl smysl pro humor. Tyto kvality se přitom neobjevovaly v žádném mužském seznamu. Jejich ideální žena měla být především krásná, sexuálně otevřená, měla mít zdravý vzhled a měla podporovat jejich vize. Ideální vlastnosti protějšků jsou tedy pro každé pohlaví jiné.

Jak tyto seznamy ukazují, mnozí z nás u svých partnerů touží po vlastnostech, které jsou vyloženě mužské nebo ženské. Mnozí z nás nakonec v intimitě chtějí sexuální polaritu nebo vysoce polarizovanou vzájemnou přitažlivost. Můžeme chtít muže, okouzlujícího svým vystupováním, který by po nás toužil a zahrnul nás svou přízní a láskou. Nebo můžeme chtít ženu, která by po nás toužila a reagovala na nás s důvěrou, otevřeností a hlubokou náklonností.

Někteří z nás mohou chtít někdy spíš mužské kvality a jindy ženské. Ale faktem je, že pokud máme vůbec nějakou sexuální touhu, je to touha po polaritě. K lásce prosté sexu nám stačí přátelé a rodina. Je to ale láska, která většině z nás nestačí. V lásce chceme sexuální polaritu. Chceme cítit lásku v mužských nebo ženských podobách.

Někteří z nás by mohli v onom hypotetickém budoucím katalogu partnerů vybrat i takového, který by měl „výměnnou sexuální anatomii“, ale jen opravdu nemnohé by vzrušovala třeba představa jakéhosi neutrálního kusu růžového masa, bez jasně určené sexuální polarity. Někteří z nás by

mohli preferovat intimního partnera bez měnitelné anatomie, ať mužské nebo ženské, ale s měnitelnou sexuální esencí: Někdy bychom tak měli silného mužného „tygra“, který by nás dobýval, a jindy zase nesmělého „kocourka“, co by nás jen něžně hladil.

Je to tak, že ať už je naše sexuální preference jakákoli – heterosexuální, homosexuální nebo bisexuální –, jen málokdo z nás by si vybral jakousi neutrální anatomii nebo neutrální sexuální esenci u partnera, s nímž chce sdílet vášnivé milování. Je to právě naše jedinečnost, nestejnost, naše mužské, nebo naopak ženské formy a esence, které vytvářejí a udržují vzájemnou přitažlivost a sexuální polaritu v naší intimitě.

Když popíráme rozdíly mezi mužskou a ženskou sexuální esencí, popíráme i to, co většina mužů a žen opravdu chce od svých intimních partnerů. Nejsme pak nakonec spokojeni se způsobem, jakým nás partner miluje. A neutralizujeme tím právě tu vášeň, která nás svedla dohromady.

Můj odhad založený na průzkumech uskutečněných po celé zemi je, že zhruba 80 procent žen má ženskou sexuální esenci, podobně jako má 80 procent mužů tuto esenci mužskou. Kolem 10 procent mužů i žen má neutrální sexuální esenci. A nějakých 10 procent mužů má ženskou sexuální esenci, stejně jako má asi 10 procent žen esenci mužskou.

Budu proto často ve svých příkladech uvádět muže jako osoby s mužskou sexuální esencí a ženy jako osoby s esencí ženskou. Týká se to nakonec zhruba 80 procent z vás, kdo tyto věty čtou. Pokud cítíte, že jste muž s ženskou sexuální esencí (nebo naopak), prostě si jen vyměňte pohlaví lidí v mých příkladech. Mějte na paměti, že vaše sexuální esence se nejsnáze odhalí skrze vaše tajné tužby týkající se intimních partnerů. Můžete být například velmi úspěšnou podnikatelkou, ženou, která opravdu bojuje za svou firmu, a přesto můžete chtít velmi mužného partnera. Znamená to, že jste si vybudovala zásobárnu mužské energie,

abyste uspěla v soutěživém mužském světě obchodu, ale i tak se hluboko v srdci cítíte jako křehká víla, která chce být opatrovaná a obdivovaná právě jako žena.

SPOLEČENSKÁ ROVNOST A SEXUÁLNÍ VÁŠEŇ

Jeden z problémů naší intimity dnes vězí v tom, že mnozí z nás si pletou společenskou rovnost pohlaví s neutralizací našich vrozených mužských nebo ženských sexuálních esencí. Musíme rozlišovat mezi tím, co chceme v posteli a co v práci. Chceme vášně ve své intimitě, ale neutralitu třeba na úřadu práce. Chceme, aby náš partner obdivoval a oceňoval naši sexuální esenci i anatomii, ale zároveň požadujeme, aby byly ignorovány, když třeba vystupujeme na nějakém jednání. Pokud směřujeme funkční role na pracovišti s přirozeně rozlišnými sexuálními touhami většiny mužů a žen, trátí na tom všichni.

Ženská sexuální esence musí být oceňována sama o sobě, aby se intimitě dařilo, stejně jako ta mužská. V zaměstnání je ale často přisuzována větší hodnota mužskému způsobu jednání, a to mnohdy nutí k tomu, aby se ženy stejně jako muži chovali více „obchodně“ či „pracovně“. Kvůli tomu často ženy potlačují vyzařování své ženskosti a chovají se vyloženě soutěživě, aby byly brány více vážně. Muži se zase mnohdy vyhýbají určité mluvě, chování nebo potlačují své sexuální touhy jen proto, aby mohli pracovat po boku žen. Muži i ženy sice mohou nosit šedivé oblečení, ale to není negace faktu, že každý z nás je jedinečná sexuální bytost.

Jako jednotliví muži a ženy bychom v ekonomickém a politickém světě měli dostávat stejné příležitosti a měli bychom být i stejně posuzováni „rovným okem“. Ve snaze toho docílit se muži a ženy učí, jak s lidmi opačného pohlaví jednat jako s rovnými, a do jisté míry i s jako asexuálními bytostmi. Bohužel jsme ale zaměňovali rovnost na pracovišti se sexuální neutralizací v našich intimních vztazích. V těch

jsme bezděčně potlačovali svou sexuální esenci, jen abychom docílili toho, že jsme posuzováni jako rovní.

Musíme zkrátka vidět rozdíl mezi tím, co po sobě chceme na pracovišti a co ve společném intimním životě.

Sexuální naplnění v intimitě není založené na neutralitě, ale na atraktivních rozdílech, hravé „opozici“ a příjemné nerovnosti mužských a ženských vloh, anatomických, emočních i spirituálních. To je důvod, proč nás „moderní ideál“ intimního vztahu často neuspokojuje. Ekvivalence mezi muži a ženami je v něm často příliš zdůrazňována, a kvůli tomu se nám nikdy nedostane *všech* darů mužského či ženského milování, po nichž ve skutečnosti toužíme.

Abychom v Intimním splynutí svobodně vyjádřili svou lásku, musíme také svobodně vyjadřovat i svou vrozenou sexuální esenci, ať už je neutrální, mužská, nebo ženská.

BLOKOVANÉ A ZAKRÝVANÉ SEXUÁLNÍ ESENCE

Předpokládejme, že jste žena, jejíž sexuální esence je od přírody více ženská. Důvěru ve svého partnera ztratíte, pokud zjistíte, že je nevyhraněný a nerozhodný a čeká, že ho většinu času povedete vy. V takovém případě váš protějšek očekává, že bude následovat vaši cestu, bude vám věřit a podporovat vás i v mužském sklonu plnit nějaké „poslání“.

„Co chceš dnes večer dělat?“ zeptáte se.

„Mně je to jedno,“ odpoví. „A co chceš dělat *ty*?“

Pokud je vaše sexuální esence spíše ženská, přejete si, aby vás partner bral na vědomí, ale aby také rozhodoval. Vaše ženská esence chce cítit jeho mužskou energii, smysl, přítomnost a vášnivost. Chcete ho cítit spíše jako silného vůdce vaším společným životem, než jako nevyhraněného váhavce.

„Co chceš dnes večer dělat?“

„Co kdybychom si zašli na večeri a pak se prošli v parku?“

Pokud je ale vaše vrozená ženská sexuální esence zakryta projevem vaší mužské energie, budete také přitahovat partnera, který je polarizovaný právě touto mužskou energií. Mužské i ženské energie přece vždy přitahují svůj opak. Pokud dáváte najevo mužskou energii, budete zajímat muže, kteří zase dávají najevo svou energii ženskou. Budete pak tedy přitahovat partnera, který postrádá cílevědomost, mužné chování i sebedůvěru. Může být zajímavý a citlivý, ale v životě mu schází jasný směr a schopnost vedení, takže jeho pozornost láká *vaše* mužská energie.

Jestliže zjistíte, že vás opakovaně zklamali muži (nebo ženy) v něčem slabí nebo dezorientovaní, neschopní dokončit, co už začali, nerozhodní nebo i znepokojení vašimi úspěchy, nejspíš vyzařujete více mužské energie, než opravdu odpovídá vaší přirozené sexuální esenci. Vaše skrytá ženská sexuální esence pak sice může hledat dobrý zdroj mužské lásky, ale mužská energie, kterou dáváte najevo, přitahuje muže, kteří ve svém životě *potřebují* více právě mužské energie. Jsou tak fascinováni tou vaší, ale zároveň nenaplňují nejhlubší touhy vaší ženské sexuální esence.

Předpokládejme, že jste muž s vrozenou mužskou sexuální esencí. Čas od času vás intimní partnerky zklamou. Zdá se, že přitahujete ženy, a to opakovaně, které nevěří vašim životním cílům, ženy, které jsou cílevědomější než vy nebo trvají na tom, abyste je následoval – i když chcete jít vlastní cestou.

V takovém případě přitahujete partnerky, které vyzařují více mužské než ženské energie. Pokud je vaše sexuální esence mužská, takové ženy můžete lákat jen tehdy, pokud je váš mužský projev blokován. Potenciální partnerky ve vás proto cítí více ženské energie. Cítí, že mají v případném vztahu jistý „prostor“, který mohou naplnit svým mužským směřováním,

i když vy sám někde hluboko opravdu netoužíte po partnerce, která by vás chtěla vést.

Pokud jste měli několik intimních vztahů, které skončily, protože jste zjistili, že váš partner není „dost mužský“ nebo partnerka „dost ženská“, nejspíš sami projevujete falešnou sexuální esenci. Pravděpodobně dáváte najevo méně mužské nebo ženské energie, než vám přirozeně přísluší, když vás nikdo neovlivňuje. Přitahujete proto partnery či partnerky, kteří jsou polarizováni vaší zakrývanou sexuální esencí – tedy ty, kteří sami dávají najevo relativně méně mužské nebo ženské energie, než je jim vrozené. A pokud jste falešně neutrální, zaujmete ty, kteří jsou na tom podobně: spíše nerozhodné muže a spíše autoritativní ženy.

Jestliže je vaše sexuální esence *opravdu* neutrální, budete preferovat partnery či partnerky, kteří jsou také spíše neutrální nebo „vyvážení“ mezi mužským a ženským pólem. Můžete pak například někdy s radostí následovat silné vedení svého partnera nebo partnerky a jindy se zase se stejnou radostí zřetelného vedení ujmete vy sami. Když máte neutrální sexuální esenci, chcete nejvíc právě takový vztah, protože vás vzrušuje i sexuálně, inspiruje vaši lásku, vašeň i spokojenost v intimním životě.

Pokud ovšem v sobě máte zřetelně více ženské nebo mužské sexuální esence, zjistíte, že toužíte po tom, aby se vás intimní partner zmocňoval, nebo abyste se zmocňovali vy jeho. Opatrné a neutrální diskuse na toto téma přitom samy o sobě nic nevyřeší.

PŘITAHUJEME VHODNÉHO PARTNERA

Nezávisle na vaší přirozené sexuální esenci možná trávíte určitý čas tím, že si pěstujete mužskou energii, abyste dosáhli nějakých cílů, nebo naopak ženskou energii, abyste odhalili své

skryté emoce. Je to krok pozitivní: Stáváte se tím celistvějšími lidmi, protože v sobě rozvíjíte mužskou i ženskou energii. Jestliže ale chcete zaujmout partnera nebo partnerku, kteří vaši vrozenou sexuální esenci vyváží, musíte se naučit, jak dát najevo svou převažující mužskou nebo ženskou podstatu a jak se vrátit ke skutečnému jádru své osobnosti, k jádru svých skutečných sexuálních tužeb. Jevíte-li navenek více mužské nebo ženské energie, než jí opravdu máte, budete přitahovat partnery či partnerky, kteří od vás potřebují právě to: Totiž abyste měli víc mužské nebo ženské esence, než ve skutečnosti máte. Naopak vždy budete zajímat partnery, které skutečně chcete, pokud typ energie, kterou v intimitě dáváte najevo, je v souladu s vaší vrozenou sexuální esencí.

Měli bychom se držet úspěchů, kterých jsme dosáhli, jak jsme zráli do dospělosti, ale také bychom se měli naučit nabízet dary své přirozené sexuální esence, pokud chceme přitahovat partnery oceňující spíš naše *vrozené* vlohy, než později získané vlastnosti. Jestliže nenecháme svou skutečnou sexuální esenci zazářit, naši partneři nebo partnerky budou mít sklon si stěžovat, že jim toho nedáváme dost – že totiž nejsme dost mužští nebo ženští. Případně si budeme totéž myslet my o nich.

V intimitě ve svém partnerovi či partnerce vždy aktivujete opak své vlastní energie. Pokud začnete projevovat více mužské energie – například tím, že se soustředíte na kariéru –, váš protějšek bude cítit potřebu „vnést“ do vztahu více ženské energie. Jestliže začnete naopak vyzařovat více ženské energie – například tím, že si odpočínáte od svých pracovních záležitostí, abyste se znovu dostali do kontaktu s přírodou, svým tělem a emocemi –, váš protějšek začne do vztahu vnášet více mužské energie.

Takže pokud jste žena s ženskou sexuální esencí a během života stále víc a výrazněji někam směřujete, můžete očekávat, že váš partner bude stále méně mužný – slabší, méně sebejistý

a méně ochotný převzít vedení – a to i ve své lásce k vám. Nebo se může snažit svou mužskou hlavou „prorazit zeď“, protože přirozenou formou komunikace mužů s muži je čelit výzvám a soutěžit. Vyjadřujete-li více mužské energie, můžete očekávat, že se „váš muž“ začne po zdrojích ženské energie ohlížet jinam: Možná bude hledat výrazněji ženskou milenkou, ale také třeba časté masáže nebo výpravy za ženskou energií přírody na surfu, na lyžích, při golfu nebo rybaření.

Pokud jste muž s mužskou sexuální esencí a během času přestáváte držet vytčený směr, takže vaše „mise“ není tak jasná a silná, můžete očekávat, že vaše partnerka bude při milování stále méně ženská – méně kypící životem, více dominantní. Může také cítit, že by měla převzít vedení ve vztahu, protože vaše mužská energie mizí.

Očekávejte rovněž, že „vaše žena“ se bude po zdrojích mužské energie poohlížet jinde: možná po jiném milenci, třeba jen po mužném „příteli“, nebo snad po mužské energii úspěšné kariéry či plnění důležitého úkolu.

V naší kultuře jsme už vyrostli ze „starých časů“. Muži a ženy už nevězí ve starých rolích sexuálních stereotypů jako dřív. Mají více svobody jednání, ať už si zvolí jakkoli. A muži celkem přirozeně především vyvažují svou nemoderní „macho“ energii více emoční a vztahovou energií plynoucí z jejich vnitřní ženské esence.

Podobně ženy především vyvažují svou nemoderní energii „submisivní hospodyně“ více soutěživou a průbojnou energií jejich vnitřní mužské esence.

Muži a ženy na sobě vzájemně už zcela nezávisí, jak to bylo dříve. Muži si vypěstovali svou ženskou energii a ženy zase mužskou. Je to krok správným směrem. Je tu ale ještě jeden krok, který musíme učinit, abychom ukončili epidemii nerovných vztahů mezi slabochy a tyrany, stejně jako vztahů sice rovných, ale vlažných.

„VYVÁŽENÝ“ VZTAH POTLAČUJE NAŠI SEXUÁLNÍ ESENCI

Tvrdím, že jak celkově „dospíváme“, mnozí z nás ztratili kontakt s vlastní skutečnou sexuální esencí, podobně jako naši partneři či partnerky, takže od vztahu nedostáváme to, co od něj opravdu chceme. Místo abychom si užívali jedinečnosti sexuální esence každého jedince, mnohdy se spokojíme se „spravedlivým“, relativně zdravým, ale poněkud plytkým smyslem pro rovnost.

Můžeme například chtít s intimním partnerem sdílet stejnou zodpovědnost muže a ženy ve „starém stylu“. Souhlasíme proto, že si rozdělíme úkoly spravedlivě a důsledně napůl, tedy 50/50 – jenže zároveň opravdu nechceme strávit přesně polovinu času dejme tomu vařením a tu druhou třeba výměnou oleje v autě. To se nám v jádru duše nezdá moc normální. Nevypadá to jako nějaká výhra. Cítíme, že je tím nakonec potlačována naše sexuální esence. Neuspokojuje nás to, i když je to „spravedlivé“.

Můžeme také skončit nespokojení, pokud přehlízíme sexuální esenci svého intimního partnera nebo partnerky. Chceme například, aby nám protějšek pozorně naslouchal, jako by to byl náš terapeut, ale také chceme, aby se nás zmocňoval, jako by byl božským ztělesněním lásky. Partner či partnerka si mohou zvyknout na to, že nám „budou dávat prostor“ a budou naslouchat, jaké máme problémy, ale pak už nebudou cítit dostatečnou svobodu, aby se nás spontánně a divoce zmocnili.

Když ztratíme kontakt s jedinečným působením sexuální esence našeho partnera, býváme zmateni, on také, takže na obou stranách pak nejsou uspokojeny skutečné touhy. Naší povinností v intimitě je dávat i přijímat nejhlubší dary lásky – dary případ od případu unikátní, dary, které nejsou dány

nějakým zastaralým kulturním ideálem těch „správných“ rolí mužů i žen, ale ani modernějším kulturním ideálem rovnosti mezi muži a ženami, kteří jsou schopni stejné profesionální kariéry, mají stejné emoce a životní cíle. Zralost i vášnivost v novém typu intimity po nás vyžaduje, abychom zanechali přemýšlení o tom, co bychom „měli“ dělat, a místo toho důvěřovali moudrosti skryté v našich nestřežených srdcích a osvobozených tělech.

Tím, že si uvědomíme svou vrozenou sexuální esenci, už nebudeme tápat v tom, co v intimitě opravdu chceme a od koho to chceme. Jsme tím posílení ve schopnosti dávat jedinečné dary své „sexuální bytosti“ a také přitahovat partnery či partnerky, kteří budou podobně obdarovávat zase nás. Budou nám dávat právě ty dary, které chceme dostávat z vytouženého zdroje intimní, emocionální a sexuální lásky – ne od svých přátel, obchodních partnerů či terapeutů, ale od svých milenců, milenek, svých manželů a manželek. Pokud jsme připraveni vyrazit za hranice spravedlivých, ale málo funkčních omezení daných „vyrovnaným“ vztahem, začneme se učit, jak znovu zapojit do hry velké dary naší jedinečné sexuální esence. Naučíme se, jak jí důvěřovat, jak ji darovat svému partnerovi či partnerce a také jak ji od nich přijímat. Můžeme tak jeden druhého považovat za partnera pro nás souzeného a začít si užívat osvěžující lahodnost našich nijak nepotlačovaných sexuálních esencí.

5

TŘI STADIA INTIMITY



NA JAKÉ STADIUM JSTE PŘIPRAVENI?

Jak reagujete na krajní vyjádření mužské nebo ženské energie? Vaše reakce na extrémní projevy sexuální polarity vám mohou poskytnout vodítko k tomu, na jaké stadium vztahů jste nyní nejlépe připraveni.

Představte si, že na procházce lesem náhodou najdete pod jedním stromem videokazetu. Jste zvědaví, tak si ji přinesete domů a vložíte ji do přehrávače. Na obrazovce se objeví nahý muž a nahá žena, kteří provozují sex právě pod tím stromem, kde jste videokazetu našli. Cítíte se divně, když se na ně díváte. Žena právě vysokým hlasem vykřikla. Muž ji zezadu popadl za vlasy, odhalil tím její krk, který líže a líbá. Vypadá to, že žena s ním zápasí – nebo se spíš svíjí v rozkoši? V tom ale do pokoje vstoupí vaše dítě, takže rychle vypnete televizi a kazetu vyjmete z přehrávače.

Na to, co jste právě viděli, pak myslíte celý zbytek dne. Byli jste snad svědky znásilnění natočeného videokamerou? Nebo šlo o vášnivý pár na vrcholu sexuální extáze? Večer pak ležíte v posteli a snažíte se usnout, přičemž vám stále na mysl přicházejí sexuální scény z videokazety.

Jistá část vaší osobnosti se možná chce milovat takovým nezkrotným, vášnivým způsobem. Další část může být poněkud znechucena a zajímá se, jestli náhodou nebyla ona „vášeň“ výsledkem násilí proti vůli oné ženy. Nebo snad šlo o pár, který provozoval jakousi sexuální hru na znásilnění? Rozhodnete se, že se na zbytek kazety podíváte ráno, a pak ji buď ukážete i své intimní partnerce nebo partnerovi v naději, že vás povzbudí k hluboce vášnivému milování, nebo ji odnesete na policii, aby mohli začít případ vyšetřovat.

Ráno se vzbudíte, a jakmile jste v celém domě sami, znovu vložíte videokazetu do přehrávače a zapnete televizi.

Žena vypadá, že vzdoruje, ale je to těžké posoudit. Najednou se celá propne do oblouku a z hrdla vydá dlouhý sten. Zatne své nehty do mužových zad a klouže s nimi dolů až k jeho pozadí. On líbá její krk, ňadra, bradavky, nejprve si počíná jemně, ale pak ji začne kousat. Záznam v té chvíli končí.

Vaše reakce na tuto videonahrávku zaleží na stupni intimity, na který jste připraveni.

INTIMITA NA TŘI ZPŮSOBY

Když porozumíte svému současnému typu intimity, můžete porozumět i dalšímu kroku, který musíte udělat. Ke kterému ze tří typů nejspíš náleží váš současný intimní vztah? Jde spíše o vztah závislosti, o „vyvážený“ vztah nebo o Intimní splynutí? Každý z těchto typů je zároveň stadium, které můžete použít ke svému dalšímu růstu, pokud jste ochotni posoudit s jistotou hravostí své vlastní představy o intimitě.

1. Vztah závislosti

„Muži jsou muži a ženy jsou ženy.“

Viděli jste v onom imaginárním videu muže a ženu ve víru společné extáze, nebo si muž ženu podroboval, zraňoval ji

a dobýval proti její vůli? Ve vztahu závislosti se sex a moc jednoho nad druhým často až nebezpečně mísí dohromady; partneři v něm často zaměňují určitou verzi dominance/submisivity s opravdovou láskou. Jsou spolu angažováni v jakési hře na mocného a bezmocného. V takovém vztahu jeden z partnerů mnohdy potřebuje pocit kontroly nad druhým, zatímco druhý se často své vlastní moci vzdává, jen aby měl pocit, že je milován a přijímán.

Ve vztahu založeném na závislosti jeden partner na druhém závisí i kvůli penězům, citové podpoře, péči o děti nebo sexu. I když může být sex v takovém vztahu kvalitní (obzvlášť v období zklidnění po nějakém vzájemném sporu), partneři se v něm cítí omezeni zastaralými rolemi obou pohlaví nebo pociťují nerovnováhu sil ve finanční či fyzické oblasti. Učiní proto pokus o přechod k novému stylu intimity. K tomu se musí naučit vytvářet hranice osobnosti a starat se o sebe, místo aby se vždy starali o potřeby svých partnerů.

2. Vztah 50/50

„Bezpečné hranice a stejná očekávání mužů a žen.“

Partneři ve „vyváženém“, „vyrovnaném“ nebo „rovnovážném“ vztahu (tedy vztahu 50/50) se chtějí cítit v bezpečí, takže jim záznam na videokazetě připadá drsný a plný násilí. Navenek můžou vypadat, že je to vůbec nevzrušuje a že považují každý akt divokého a vášnivého sexuálního uchvácení za akt znásilnění. Někde uvnitř ale po tom mohou toužit a může je to vzrušovat, protože jim to připomene, jaké hloubky může sex mít, přičemž oni je ve svém bezpečném, ale vlažném milostném životě postrádají.

„Vývážený“ vztah je „moderní“ typ vztahu, založený na dvou nezávislých lidech, kteří se dali dohromady a pracují spolu na rovném partnerství. Předpokládá se, že každý partner převezme na svá bedra polovinu zodpovědnosti, víceméně

její přesnou polovinu. Každý z nich má také svůj zdroj příjmů, domlouvají se na rovném dělení domácích prací, péče o děti i finančních závazků. Aby to splnili, zkoušejí potlačit svou vlastní vnitřní vyváženost mezi mužskými a ženskými prvky, a to jak doma, tak i v práci.

Jak ale mnozí z nás zjistili, s „rovnovážným“ vztahem se pojí jeden potenciální problém. Slábne v něm naše sebeuvědomění. Sexualita pozbývá na vášnivosti. Náš vnitřní oheň vyhasíná. A my cítíme přímo v ohnisku své osobnosti jistou neúplnost. Proč? Protože mnozí z nás mají sexuální esenci, která je přirozeně spíš mužská nebo ženská, než vyvážená nebo neutrální. *Vedlejším efektem úsilí o „vyvážené“ vztahy je proto potlačení nebo „vyhladovění“ naší přirozené mužské nebo ženské sexuální esence.*

Pro některé z nás je kooperativní partnerství s důrazem na komunikaci a sdílení odpovědnosti dostačující. U jiných se v této situaci dostaví pocit neúplnosti a vyvolá v nich touhu po styku hlubším a vášnivějším – jak sexuálně, tak spirituálně –, než nám „rovnovážný“ vztah často dovoluje.

Intimní splnutí

„Odevzdávám se jednotě a spontánně poskytuji svůj největší dar.“

Pokud jsme se přenesli přes „vyrovnaný“ vztah (tedy vztah 50/50), nejsme už po stránce poskytování lásky partnerovi opatrní. Někdy se přistihneme, jak žadoníme a kvílíme; jindy zase, jak partnera zasahujeme neřízenými výboji lásky. Ale ať už v danou chvíli křičíme, jásáme, prosíme, přemlouváme, koušeme nebo objímáme, dáváme mu vždy bez zábran svobodnou lásku, pocházející přímo z naší sexuální esence.

V případech, že jsme dospěli do stadia Intimního splnutí, pomyslná videokazeta pro nás nepředstavuje dilema, protože chápeme, že zásadní rozdíl mezi vášní a znásilněním je velmi jednoduchý: Je to Láska. Je to tedy v našem případě láska,

co motivuje každý náš stisk, výkřik a kousnutí, jakkoli jsou silné, agresivní a vášnivé? Nebo jsou motivované nějakou potřebou – potřebou sexu, nadvlády a kontroly?

Při Intimním splynutí je nejdůležitější naučit se, že láska je něco, co *děláme*, a ne něco, do čeho „spadneme“ nebo z toho „vypadneme“. Lásku bychom měli praktikovat podobně jako hru na housle nebo tenis, nikoli ji jednou cítit a podruhé zase ne. Pokud čekáte, až ucítíte lásku, ať už při vášnivém sexu nebo nezávazné konverzaci, děláte chybu. Láska je činnost, kterou vykonáváte – a tehdy ji i cítíte. Když milujete, mohou druzí milovat vás. Lásku je zkrátka třeba provádět.

Při Intimním splynutí se proto lásku musíme naučit procvičovat, i když třeba právě cítíme odpor, odmítnutí nebo ublížení. Teprve tím umožníme naší vrozené sexuální esenci vzkvétat – přirozeně a nevyhnutelně, protože jsme se ji naučili vydávat ze svého nitra, které je zdrojem naší sexuality.

PŘÍBĚH PAULA A LEY

Paul a Lea reprezentují stovky párů, se kterými jsem pracoval a které, každý svým vlastním způsobem, prošly třemi stadii intimního vztahu. Tento proces je univerzální, i když se v detailech liší případ od případu.

Paul a Lea jsou dobrým příkladem dvou lidí, kteří kdysi záviseli jeden na druhém, a byli tedy uvězněni konvenčními rolami „dobrého manžela“ a „dobré manželky“. Postupem času se od této vzájemné závislosti dopracovali ke zdravé celistvosti a nezávislosti „vyrovnaného“ vztahu. Jejich cesta ale neskončila ani zde.

První stadium: Vztah závislosti

Tento druh vztahu je většině z nás dobře známý, ať už z vlastního života, nebo z osudů přátel a rodičů. Jak vypadá v případě Paula a Ley?

Stále ještě svobodný Paul chce vydělávat peníze, založit rodinu a žít se ženou, která k němu bude vzhlížet. Lea si chce najít muže, na kterého by se mohla spolehnout, se kterým by mohla mít rodinu, který by k ní něco cítil a staral se o ni. Ti dva se potkali a vzali se. Někdy je to mezi nimi báječné, občas dojde ke sporu. Sex je nejprve pestrý a bezprostřední, ale postupně se z něj stane rutina.

Lea se bojí, aby o Paula nepřišla, protože je na něm finančně a emocionálně závislá. Paul se naopak bojí, že přijde o Leu. Je také emocionálně závislý a potřebuje někoho, kdo by se staral o děti a domácnost. Postupem času se cítí stále pod větší přítěží a v pasti. Lei stále víc a víc připadá, že není milována a nerealizuje se. Kvůli dětem spolu zůstanou tak dlouho, jak to jen jde, ale nakonec se rozvedou.

Druhé stadium: „Rovnovážný“ vztah

Po rozvodu chvilku trvá, než Lea začne znovu žít, ale nakonec v sobě ucítí rostoucí nezávislost. Začíná objevovat své nerozvinuté vlohy a rozjíždí kariéru. Cítí se silnější a silnější. Okruh jejích přátel, mužů i žen, roste. Ví, že už nikdy nebude žít s mužem ve vztahu závislosti. Rozvíjí se finančně i intelektuálně a čte nejnovější knihy na téma psychologie, umění a „nového partnerství“. Je teď sama sebou.

Paul se nejprve cítí poražen, ale nakonec se vzchopí. Nechá v sobě zavládnout nově nabytou svobodu. Má schůzky s mladšími ženami, kupuje si věci, které vždy chtěl, ale nikdy nemohl mít, a dívá se na sebe zcela nově. Chodí například do lázní a pravidelně cvičí. Přijde na to, že ho baví procházet se o samotě po pláži. Dokonce navštěvuje čistě pánské seance, kde společně s dalšími muži zpěvem a tlučením do bubnů ventiluje svůj zármutek. Nic takového nikdy nedělal. Nikdy se necítil tak celistvý a vyvážený.

Lea i Paul si vyzkoušejí několik krátkodobých i středně dlouhých vztahů. Užívají si se svými novými partnery, vedou

zajímavé rozhovory a porovnávají filozofické pohledy. Ani pro jednoho však nic z toho není to pravé. Oba jen mají mnoho „kamarádů“ opačného pohlaví.

Jakmile získají dostatek peněz a přátel, začínají se místo kvantitativně zaměřovat na kvalitu. Děti už povyrostly a dokážou se o sebe postarat, a tak se Lea přidá k ženskému kroužku, každý týden chodí na hodiny jógy a tance, a dokonce vytáhne i olejové barvy, které odložila, když byly děti ještě malé a žádaly si veškerou její pozornost.

Z Paula se stane ekologický aktivista, chodí na hodiny tai-či a pracuje na románu, který chtěl vždycky napsat, ale v čem mu zatím bránila rodinná povinnost.

Když byli v minulosti Paul a Lea ve vztahu závislosti, projevovala se Paulova „jistota“ jako neustálá potřeba mít ve všem pravdu. Lea nemohla nikdy vyjádřit nesouhlas, aniž by Paula rozčílila. Na její nápady nebyl zvědavý. Stávalo se také, že když ona přišla s dobrým nápadem, Paul si ho dokázal přisvojit.

Po rozvodu začalo Paulovi docházet, jak byl vůči Lei často nespravedlivý, nekompromisní a potlačoval ji. Začal se mírnit, začal se učit naslouchat. Jako muž připravený na „vyrovnaný“ vztah se s novými ženami, které do jeho života přišly, učil dávat i brát. Byl skutečně odhodlaný takový vztah navázat. Tím, že trávil čas v přírodě a objevoval své dosud skrývané emoce, začal rozvíjet svou ženskou energii.

Paul i Lea si nakonec našli nové intimní partnery. V nových vztazích si každý ponechává svůj bankovní účet a k tomu vytvoří společný, sdílený se svým novým partnerem, který je také víceméně finančně stabilní. Každý den se střídají u vaření. I dovolené jsou založené na rovnosti: Jednu vybírá jeden partner, další vybírá druhý. Oba dva se svými partnery dosáhli plnohodnotného „vyrovnaného“ vztahu.

Jak jsme však už poznali, po navázání tohoto „rovnovážného“ vztahu jsou zcela spokojeni pouze lidé s neutrální sexuální

esencí. Pokud má například muž silnou mužskou sexuální esenci a odevzdá se vztahu s formátem „vyváženosti“, nebude se v něm schopen zcela realizovat. To proto, že v intimním styku může jádro mužské sexuální esence dosáhnout naplnění pouze prostřednictvím *ženské* lásky – nikoli sexuálně neutrální lásky ve „vyrovnaném“ vztahu.

Přestože tedy Paul tvrdí, že je ve vztahu 50/50 zcela zainteresován, jeho partnerka z něj cítí vnitřní nejistotu. Paul si nejen dává pozor, aby se nesnažil ovládat její život, ale také postrádá odhodlání do něj nějak vstoupit. Jeho nejistota jí zabraňuje v tom, aby se zcela oddala všudypřítomné, stabilní a vášnivé mužské lásce. Nikdy se necítí úplně spokojená. A i když se s Paulem, který poněkud zabředl do ideálu „rovnovážného“ vztahu, cítí v bezpečí, cítí zároveň, že je ve vztahu dost slabý, protože nemíní prosazovat své zájmy, a tedy ani svou lásku.

Paul je ochoten rozdělit „moc“ půl napůl, tím však zároveň dělí i svou vášeň. Je nerozhodný a nemá dost jasno v celém svém životě a jeho směřování, stejně jako tolik mužů v současnosti. Energie, kterou by měl do vztahu vložit, jako by byla zablokována jeho vnitřními konflikty. Jeho schopnost milovat je oslabená jeho vlastní nejistotou. Ztratil kontakt se svou sexuální esencí, a tím pádem si není jistý ničím včetně lásky k nové partnerce. A ona to cítí.

Lea s novým partnerem prožívá svou vlastní verzi „vyrovnaného“ vztahu. Ve starém vztahu závislosti s Paulem se často vzdávala sama sebe ve prospěch jeho potřeb. Časem tak ztratila kontakt se svými vlastními skutečnými tužbami a snažila se vyhovět jeho rozhodnutím a požadavkům v naději, že pocítí jeho lásku.

Po rozvodu se Lea rozhodla, že už nebude ztrácet sebe sama. Už nebude slabá a neschopná nebo neochotná si stát za tím, co sama chce. Naučila se proto opevňovat své hranice. Naučila se říkat „Ne“, když je to potřeba. Naučila se říkat, co

si myslí, aniž by se bála reakce jejího muže. Začala na sebe pohlížet jako na ucelenou osobnost, která není žádná „padavka“, a jejíž přátelé – muži – mají pro tuto sílu a nezávislost zřejmé uznání. Jejímu novému partnerovi se očividně líbí, že je tak oddaná „vyrovnanému“ vztahu a není jen jeho nesamostatným přívěškem.

Lea si udělala celkem jasno v tom, že muže vlastně *nepotřebuje*. Určitě má ale stále zájem na milostném vztahu, a to vztahu mezi dvěma celistvými a nezávislými lidmi. Její nový partner se však nezdá být tím „pravým“ a totéž se vlastně dá říci o všech mužích kolem ní. Vypadá to, že žádný z nich pro ni není dostatečně silný a odhodlaný. V jejím nitru zůstává ženská sexuální esence neuspokojená jak s novým partnerem, tak s muži, se kterými se scházela před ním. Kdyby její sexuální esence byla spíše neutrální, byla by spokojenější s „mužem 50/50“, tedy s mužem, podle kterého by měla vydělávat polovinu všech peněz, pravidelně se střídát v sekání trávníku, který by si rád o všem v klidu promluvil jako dobrý přítel a nevyjadřoval tolik svou vášnivou mužskou touhu po ní jako po ženě.

Soustředila se na budování svých osobnostních hranic, a tak přitahuje muže, kteří mají zrovna tak zájem na stanovení jasných mezí, místo aby se pohroužili do extáze bez hranic, kterou přináší Intimní splynutí. Chce prostor pro svou poměrně rozvinutou mužskou energii a přitahuje muže, kteří jí tento prostor dají, místo aby vstupovali na její „území“ a pronikali hluboko do tajemství tužeb jejího srdce. To znamená, že přitahuje „opatrné“ muže.

Stejně jako Paul ztratil kontakt s přirozenými touhami své mužské sexuální esence a stal se kvůli tomu nerozhodným a vyhybavým, tak i Lea ztratila tento kontakt se svou ženskou sexuální esencí. Cítí, jako by jádro jejího ženství ochabovalo kvůli nedostatku hluboké lásky.

V dobře míněné snaze přenést se přes zastaralé role pohlaví ve vztahu závislosti se tedy Paul i Lea dočasně zaměřili na rozvoj energie, která je *protikladem* jejich přirozené sexuální esence.

Paul dočasně přestane brát ohledy na svou vrozenou silnou potřebu jasného životního směřování a vize, které by jeho mužská sexuální esence přirozeně vyjadřovala, a soustředí se místo toho na rozvoj ženské energie, která spočívá v naslouchání a kooperativním sdílení. Přitahuje proto ženy, které nevědomky chtějí být s mužem nepříteli jasného zaměření. Tyto ženy někam směřují samy o sobě a vyhovuje jim, kolik „prostoru“ jim Paul dává.

Lea naopak dočasně přestane dbát na svou vrozenou potřebu hluboce a vášnivě sdílené lásky, kterou vyjadřuje její ženská sexuální esence, a místo toho rozvíjí mužskou energii, tedy život se zřetelným směřováním a jasnou vizí. Začne tedy přitahovat muže, kteří nevědomky touží po ženě s relativně slabou touhou po hluboké a vášnivě jednotě. Tito muži chtějí být v jednotě spíše sami se sebou a přitahuje je, že Lea svůj život někam směřuje, protože v jejich vlastních životech taková orientace chybí.

Paul i Lea si vztah se svými novými partnery užívají, ale v hloubi duše si říkají: „Je to skutečně ono?“. Většinou se cítí celkem dobře, ale začínají pociťovat nedostatek emocionálního a sexuálního naplnění.

Paul docela oceňuje, že je jeho nová partnerka cílevědomá a nezávislá na něm. Někdy by u ní ale přeci jen rád pocítil, jak „měkne“, uvolňuje svůj pevný a nezávislý postoj, otevírá se mu a naplno se odevzdá lásce. Začíná cítit, že jeho partnerka se soustředí spíše na správnost svého jednání a „rovnost mezi nimi“, než na společnou hru milenců, hru plnou vášně a vzájemné důvěry. Touží po tanci s bohyní, zatímco většinu času se mu dostává spíše soubojů s válečníkem v sukních. Začnou ho

přitahovat ženy, které se za své ženství tolik nestydí, a vztah se zanedlouho rozpadne.

Lea je celkem ráda, že jí nový partner poskytuje emocionální podporu a projevuje jí něžnou náklonnost a péči. Někdy by ale chtěla, aby zaujal pevnou pozici, aby nechal projevit svou mužnou stránku, aby kráčet po tomto světě s jistotou a zároveň úspěšně – a aby ji při milostných hrátkách zahrnul veškerou svou vášní. Lea sdělí tyto potřeby svému partnerovi, on to ale vnímá jako kritiku a útok a reaguje tím, že jeho duchapřítomnost, odhodlání a sebejistota v lásce ještě více utrpí. Oba partneři jsou nespokojení, ale vydrží spolu, protože věří, že dojde ke změně.

Třetí stadium: Intimní splnutí

Jednu noc se Lea trochu opije a opravdu se rozjede. Zažije nejlepší sex svého života. Naprosto se milování odevzdá a cítí, jak se hranice její osobnosti rozšiřují kamsi do nekonečna, zatímco její tělo a srdce se rozplývají ve vlnách intenzivní vášně. Později začne přemýšlet, proč se takhle necítí při každém milování.

Jednoho dne pak na hodině jógy ucítí, jak jejím tělem probíhají impulzy jakési energie a naplňují ji milostí a láskou, které jí připomínají nedávnou sexuální extázi. Byla ohromena novým vnímáním svého těla i způsobem, jakým se tehdy odevzdala, a chce tyto pocity intenzivní energie a hluboké, až posvátné sexuality prozkoumat.

Lea se už proto nespokojí s nevýrazným, byť citlivým mužem, se kterým momentálně žije. Chce otevřít nové hlubiny svého srdce muži, který bude plně vyjadřovat svou osobnost a odhodlání něco dokázat, muži, který bude naprosto důvěryhodný, ale zároveň tak silný, až ji to „srazí“ na kolena. Lea si prostě uvědomí, že chce muže, který se nebojí na své lásce tvrdošíjně lpět, nebojí se skutečně vstupovat do jejího

srdce a zmocnit se darů jejího křehkého božství, stejně jako přijmout její další kvality a celou její osobnost. Vstoupí tím do nové etapy života, ve které bude neustále otevřená ohromující síle lásky, která jí nyní koluje v těle.

Přibližně v tutéž dobu Paulovi umře starší bratr, na kterého se vždy obracel, když potřeboval poradit. Paul se cítí, jako by pod ním někdo podtrhl koberec. „Probere se“ a uvědomí si, že ho vlastně příliš nebaví jeho práce, nemá žádné opravdu blízké přátele a stárne. Připadá mu také, že světu nic nepřinesl. A není si ani jistý, co by to mělo být, protože tolik času věnoval běžné práci a vztahům.

Projde obdobím intenzivního sebepoznávání, plným porad s psychology, skupinových terapií i rozjímavé samoty. Vyhledává zkušené a dobře informované odborníky a rozvíjí přátelství s dalšími lidmi, kteří se snaží zjistit pravdu o sobě samých. Po dlouhém a usilovném snažení začíná sám sobě rozumět. Začíná se na sebe dívat zpříma, a aniž by klopil zrak. Ponoří se hluboko do svého nyní nestřeženého srdce a objeví své základní touhy. A odhodlá se žít na základě hlubokých poznatků, které získal. Začne zkrátka žít úplně jinak. Každý den je pro něj najednou plný radosti, smyslu i veselí – ostatně jakmile si dost uvědomíte *celé* své já, jen těžko ho pak berete zcela vážně.

Paul se už nespokojí se ženou, podle které by měl v pondělí, ve středu a v pátek mýt nádoby. Chce v životě jednak svobodu, jednak dost vzrušení, a také si chce najít partnerku ochotnou riskovat pohodlí ve prospěch věčných hodnot.

Jednoho dne na sebe Paul a Lea narazí na ulici. Ještě než padne jediné slovo, Lea ucítí, že se Paul změnil. Jako většina žen je extrémně citlivá na relativní úplnost mužské sexuální esence. Paul v tu chvíli přímo oplývá silnou energií a „přítomností“. Podívá se jí zpříma do očí a ona ucítí, že v nitru je smířený sám se sebou, je uvolněný a sebevědomý – a ne už tak vnitřně rozpolcený. Samotná jeho přítomnost je pro Leu

požehnáním, je jako závan čerstvého vzduchu. Jeho úsměv teď nehořkne třeba nedokončenou prací nebo nevyřízenými úcty. Není duchem úplně někde jinde, není uvězněný ve své vlastní hlavě ani neztrácí čas někde v minulosti. Je s ní. A ona skrze jeho přítomnost cítí celistvost jeho srdce.

Jeho pohyby, jeho hlas, způsob, jakým se dotýká jejího ramene – to všechno prostupuje sebevědomá láska. Jeho mužná přítomnost i láska jako by byly klíče k srdci Ley, a ona se mu proto přirozeně otevírá. Beze strachu, protože mu jako celistvému muži důvěřuje. Začnou se spolu opět vídat.

Postupem času Lea stále víc vnímá Paulovu setrvalou lásku, neutuchající péči o ní i neoblomnou integritu jeho osobnosti. Je jasné, že čas od času i on provede něco hloupého. V tom případě je ale vždy tím prvním, kdo se sám sobě zasměje, chybu napraví a pokračuje v životě v duchu konkrétního smyslu pro účelnost, radost a porozumění. Paul znovu nabyl svou sexuální esenci; je připraven milovat Leu celým svým srdcem.

Ve vztahu závislosti byla jeho schopnost milovat omezoována potřebou mít vždy pravdu. Ve „vyrovnaném“ vztahu ho tížila vlastní narušená sexuální esence, která vedla k pochybám o sobě samém a k neschopnosti se naplno oddat lásce. Vyhledával tehdy vztah, ve kterém by mu „prošlo“, že je slabý – a raději dával prostor své partnerce, než aby sám pevně rozhodoval, s potřebným citem přinášel svou lásku do jejího života a překonával při tom zábrany, které chránily její srdce.

Nyní, ve fázi Intimního splynutí, už jeho láska není zatěžkána nevyřešenými vnitřními dilematy, zato je velmi zřetelná v jeho radostném, sebevědomém a vášnivém postoji. Lea jeho lásce implicitně věří a ví, že se od ní v případě obtíží neodvrátí. V každý okamžik cítí jeho integritu a odhodlání milovat. Cítí také, že Paul věří jí a bude vždy vděčný za dary, které mu její žensství může poskytnout.

Lea byla ve vztahu závislosti limitována potřebou potěšit partnera, pokud od něho chtěla více lásky. V „rovnovážném“ vztahu to byla zase snaha chránit vlastní srdce ze strachu, že jí znovu někdo ublíží. Hledala vztah, který nebude hlavně zkouškou její důvěry – přitahovala proto „opatrné“ muže, kteří nevyžadují ani nepotřebují hlubokou ženskou esenci.

Nyní už její vyjádření lásky není omezené dřívějším odporem vůči projevům přirozené ženské sexuální esence v každém kousku jejího těla. Stále v životě prožívá úspěchy – schopnost probudit v sobě v případě potřeby válečníka neztratila –, zároveň se ale dokáže uvolnit a stát se skutečnou bohyní. Její ženství pak přímo září a je v nich naplno cítit mystická síla ženské energie. Její tělesné i emocionální projevy jsou svobodné, bezprostřední, někdy i divoké, ale vždy jsou výrazem požehnané lásky a krásy. Paul cítí, že Lea je nyní odhodlaná ho milovat i ve chvílích, kdy se cítí ublížená. A on zase vnímá její důvěru a vděk za dary mužství, které nabízí on jí.

Spojení Paula a Ley už není ani vzájemná závislost, ani vzájemná nezávislost, ale určitá spolupráce. Pokud někdo někomu ublíží, spíš se oba snaží znovu se otevřít lásce, než se uzavřít před očekávanou bolestí a trestem – právě proto, že spolu prožívají model Intimního splynutí. Lea a Paul teď praktikují umění zcela upřímného vztahu, nikoli hru, kde se ve slabé chvílce jeden druhému vyhýbají a stáhnou se do ústraní soukromých světů ke svým vlastním emocím a myšlenkám.

V Intimním splynutí jsou Paul a Lea schopni povznést se nad dětský ideál partnera-rodice, od kterého mohou vždy očekávat podporu a pozornost. Jsou tedy schopni překonat model závislosti. A stejně tak se dokážou povznést nad ideál dospívajících, tedy ideál nestranného partnera, který by je nechal o samotě v jejich soukromém světě a nevyžadoval by od nich ani hluboké odhodlání, ani velké oběti. To znamená, že dospěli i za nezávislé postoje ve „vyváženém“ vztahu typu 50/50.

Metodou pokusu a omylu došli Paul i Lea v intimním životě k poznatku, že láska je disciplínou, při které se člověk musí připad od případu učit, k čemu se má odhodlat a co má obětovat. Jsou dospělí a rozhodli se žít spolu v Intimním splynutí místo toho, aby si navzájem upírali největší dary závislosti jednoho na druhém nebo naopak úzkostlivě střezanou nezávislostí.

Paul a Lea už zakusili lahodné momenty plnohodnotné lásky, sexuálního spojení v naprosté jednotě i emocionálního splynutí v dokonalé vzájemné důvěře. Nechtějí se už vracet k budování nějakých hranic a k „serióznosti“, které jim nabízel „rovnovážný“ vztah, protože vědí, že takový vztah jim často bránil v úplném vyjádření jejich mužské a ženské sexuální esence.

Lea se nebojí Paula obdarovat tím, že ho vymaní z pevného zajetí jeho mysli i těla díky vyzařování svého jedinečně ženského štěstí, své krásy a lásky. Paul se už nebojí překonat její vzdor a oblažit její srdce svým smyslem pro humor a mocnou energií své mužské lásky. A protože se Paul ani Lea už nebojí vzájemně si vyjadřovat své jedinečné a rozličné sexuální esence, láska v Intimním splynutí jim dává svobodu milovat bezprostředně a bez zábran. Jsou mužem a ženou, připraveni obdarovat se navzájem láskou: tělesně, emocionálně i duchovně.

BUDUJEME VZTAH 50/50 A JDEME ZA NĚJ

Moderní vztah 50/50, tedy vztah „vyrovnaný“ nebo „rovnovážný“, se na základě mnoha různých příčin – neuspokojivého vztahu rodičů, života podle starého modelu nepřijatelných rolí pohlaví, kvůli partnerce vyžadující rovnost obou partnerů nebo prostě jen kvůli špatné zkušenosti z předchozích vztahů – vyvinul jako nepochybný krok kupředu. Tento model je vhodný u vztahů, ve kterých oba partneři do velké míry sebou navzájem nepřímo manipulují nebo se otevřeně kontrolují.

Přirozeně si přejeme, aby se náš vztah vyvíjel do stavu, ve kterém jsou oba lidé stejně důležití, v němž sdílení partnerství, vnitřní rovnováha i stupeň soběstačnosti obou partnerů umožňují spoléhat se spíše na jistou vzájemnost než na závislost jednoho na druhém.

Ve srovnání se vztahem založeným na pevných rolích pohlaví a závislosti jde rozhodně o pokrok. Je to také nezbytný krok na cestě za skutečně důvěrným a plnohodnotným partnerstvím. Pro některé z nás může „vyrovnaný“ vztah být dokonce tím pravým formátem k tomu, aby v něm plně prožili intimitu. Může to být právě to, co od vztahu kdy chtěli, a mohou být celkem spokojeni s tím, že vlastně milují spíš kamaráda či kamarádku – relativně nezávislé a málo sexuálně vášnivé.

Pro ty, kteří chtějí pokračovat dál, je tu ale ještě jeden krok. Další krok v intimitě pro moderní muže a ženy, jejichž mužské nebo ženské sexuální esenci nestačí vzájemná závislost, nebo naopak nezávislost „vyváženého“ vztahu. Neomezuje už člověka na základě „moci“ jeho pohlaví. A stejně tu nedochází ani k nenápadné negaci mužské a ženské sexuální esence jen proto, aby partneři mohli fungovat jako identická ozubená kolečka v jakémsi namazaném stroji: Tedy aby spolu jen platili účty, vyzvedávali děti ze školy a prostě den za dnem udržovali onen stroj v chodu.

Ten další krok spočívá v oživení srdce vašeho sexuálního života, totiž vaší přirozené mužské nebo ženské sexuální esence, kterou jste mohli zanedbat ve prospěch kariéry nebo pro dosažení jakž takž fungujícího kompromisu ve „vyváženém“ vztahu.

Pro tento další krok je přitom tento „rovnovážný“ vztah nezbytným základem. Chcete-li se za něj posunout, musíte mít schopnost tvůrčím způsobem spravovat svou rodinu a finance. Musíte být také ucelenou osobností a musíte být svobodní – tedy samostatní.

Pro ty, co jsou na Intimní splnutí připraveni, je výchozím bodem stát se „celým člověkem“. Jakmile se jím stanete, můžete se začít učit, jak (coby žena nebo muž) dostatečně uvolnit své tělo a duši, nerušeně rozvíjet sexuální esenci a nabídnout svou bezprostřední lásku partnerovi, který zároveň dělá totéž.

V klasickém modelu závislosti bylo nějak dáno, že „muži jsou muži a ženy jsou ženy“. Moderního „vyváženého“ vztahu jsme dosáhli tak, že jsme nebrali ohledy na rozdíly mezi pohlavími a vztahy jsme stavěli na jakémsi přátelství a vzájemném respektu – na hodnotách zásadních pro přetrvání jakéhokoli partnerství, ať už v práci, nebo v lásce. Mezitím se však mnoho z nás začalo nudit, protože intimním vztahům chybí potřebná energie, vášně i hluboká jednota.

Dalším krokem proto je znovu uchopit svou sexuální esenci a uvědomit si, že je to dar, který by se měl skutečně darovat – a ne ho ignorovat nebo si ho odpírat. Měli bychom si své sexuální esence naopak vážit a ctít ji. Znovunabytí jedinečné mužské nebo ženské sexuální esence je klíčem k opětovnému ustavení sexuální polarity, což nám umožní dospět za mrtvý bod typického „rovnovážného“ vztahu, aniž bychom se vzdávali vydobyté rovnosti a vzájemného respektu.

Vztah, který už překonal model „vyváženosti“, se od klasického vztahu liší následovně. V klasickém vztahu závislosti se očekává, že se člověk bude chovat jako „muž“ nebo „žena“, což je ovšem dáno kulturními normami. Když ale dospějete za „rovnovážný“ vztah, *naučíte* se najednou sáhnout hluboko do svého srdce a darovat druhému svou *jedinečnou* sexuální esenci. To znamená, že při milování můžete vyjadřovat svou mužskou i ženskou stránku svým unikátním způsobem a nemusíte už hrát společensky předurčenou roli. Máte v lásce svobodu – můžete se zcela zříct svých zábran a plně se oddat přirozenému štěstí plynoucímu z vašeho srdce – zkrátka prožívat lásku v Intimním splnutí s partnerem, kterého jste si vybrali.

Kdybyste měli naprostou svobodu, jak byste žili? Jak byste vyjadřovali lásku? Jakmile překonáte „vyrovnaný“ vztah, rozhodnete se nakládat se svým darem lásky svobodně, a ne ho ze strachu střežit. Je to jedinečný květ vašeho srdce, esence vaší sexuální bytosti a zároveň vyjádření vaší kreativní svobody.

Je dost možné, že už jste se setkali s lidmi – mohli to být třeba vaši dřívější partneři – kteří se svou přirozenou sexuální esencí ztratili kontakt. Možná jste se jako ženy stýkaly se slabším mužem, kterému scházela schopnost vést, smysl pro humor, vnitřní integrita nebo pevná „páteř“. Nebo naopak se zatvrdelou ženou, která odmítala odevzdat své srdce, duši i tělo lásce.

Motivace dosáhnout „rovného“ modelu „vyváženého“ vztahu je v současnosti tak silná, že se najde jen velmi málo lidí, kteří se prostě podvolí své přirozené sexuální esenci a v Intimním splnutí nabídnou své emoční i sexuální dary bez zábran a obav. Lidé jsou dnes vesměs spíše „vyvážení“, než panovační coby muži a podvolující se jako ženy. Stále však nejsou spokojeni.

V dobře míněné snaze dosáhnout vnitřní rovnováhy prostřednictvím modelu 50/50 jsme nevyhnutelně neutralizovali i intimitu. Výsledkem je, že teď toužíme po dynamičtější interakci mezi ženstvím a mužstvím. Začaly nás fascinovat náhražky včetně srdceryvných emocionálních dramatu a divokých, vášnivých erotických scén v televizi, ve filmech, knihách i snech.

CELISTVÝ ČLOVĚK NEMUSÍ BÝT ČLOVĚK NEUTRÁLNÍ

Pokud v hloubi duše toužíte „padnout na kolena“ a nechat se dobýt silným, ale citlivým a sebevědomým milencem, je

vaše sexuální esence spíše ženská. Pokud naopak toužíte po tom, aby se vám milostný protějšek zcela otevřel a reagoval na vaši touhu naprostou důvěrou a vášnivým oddáním, je vaše sexuální esence spíše mužská.

Vždy máme svobodu se případ od případu chovat spíše mužsky nebo žensky. I tehdy, když se v souladu se svou přirozenou sexuální esencí cítíme zcela jistě a uvolněně, v některých situacích nám přijde vhod probudit v sobě více mužské, nebo naopak ženské energie. Nejde tu ale o rozvoj nepravé sexuální podstaty na základě dlouhodobých obav a zábran.

Většina lidí, kteří usilují o „vyrovnaný“ vztah, se poté, co jim někdo ublížil, snaží zahojit vyvážením svého vnitřního mužství a ženství. Po rozvodu například nechcete zničit další manželství tím, že byste partnera nějak nutili poslouchat vaše příkazy. Naučíte se proto svou silně orientovanou mužskou energii vyvážit ženskou vnímavostí.

Stejně tak se na někom nechcete stát závislým jenom proto, abyste o něj vzápětí přišli – a s ním i o sebeúctu a finanční podporu, pokud vás opustí s jiným partnerem či partnerkou, tedy s někým, kdo mu „dá to, co chce“. Vyvážíte proto svou spíš ženskou důvěřivost tím, že posílíte mužskou energii, která vám pomůže ukáznit se, překonat překážky na další cestě a dlouhodobě uspět.

Jestliže se cítíme po předchozím vztahu ublížení, často se snažíme o vnitřní rovnováhu, což nám prospívá – pokud ovšem nezapomeneme, že jakmile tuto rovnováhu budeme udržovat příliš dlouho, začneme se jevit jako zcela neutrální.

Pokud je vaše sexuální esence *skutečně* neutrální, místo aby byla spíše ženská nebo mužská, je pro vás velmi přirozené preferovat spíše přátelský vztah založený na rovnosti, než sexuálně vášnivý vztah založený na přitahujících se odlišnostech. Je-li vaše sexuální esence přirozeně neutrální,

může vám skutečně nejvíc vyhovovat, když například zpola finančně podporujete svého partnera a zpola on vás. Nebo si možná všechny povinnosti i náklady rovnou dělíte napůl. Jeden týden pere on, druhý zas ona. A zrovna tak je to s vybíráním mrtvých myší z pastiček.

Někteří z nás si „rovnovážný“ vztah vybrali proto, že mají spíše neutrální sexuální esenci. Jiní si ho vybrali, aby se vyhnuli dalším životním ranám.

Ve „vyrovnaném“ vztahu, založeném na ochraně nás samotných, se často snažíme navázat přátelství a nastolit rovnost tím, že nastavíme jasné hranice a zaujmeme (nepravý) neutrální postoj namísto postoje vášnivě ženského nebo mužského – jak nám káže naše skutečná sexuální esence. Tím negujeme životodárnou energii sexuální polarity, která nás koneckonců ve vztahu nejspíš původně vzájemně přitahovala.

Ve „vyrovnaném“ vztahu se navíc často snažíme dosáhnout nezávislosti a samostatnosti tím, že si činíme jasný nárok na svůj vlastní, oddělený prostor, místo toho, abychom své jedinečné já dávali druhému všanc a oddali se důvěrnému spojení srdcí.

Už samotný akt úsilí k dosažení rovnosti a nezávislosti vůči partnerovi či partnerce ve vztahu 50/50 často neutralizuje sexuální polaritu a oslabuje důvěru, která funguje jako přitažlivá síla a základ pro společné emocionální i milostné hry. Dosáhnout ve vztahu nezávislosti a vzájemného respektu je rozhodně nezbytné, ale zrovna tak je nezbytné *potom* upustit od chránění osobních hranic, obranného postoje i od víry v mýtus, že „rovnovážný“ vztah naplní tužby naší prapůvodní mužské nebo ženské sexuální esence.

U žen i mužů dneška je klíčové opustit staré pozice moci a bezmoci a dospět k jisté ucelenosti. Rovnost je naprosto zásadní – ale je to jen mezifáze, nikoli fáze konečná. Jedinými nezbytnými předpoklady pro provádění Intimního

splynutí jsou smysl pro spravedlivost a poctivost. Pro mnoho dnešních mužů a žen je „vyvážený“ vztah pouze dalším krokem k tomu, co opravdu chtějí.

ODEVZDAT SE JAKO „OTROK“ NEBO JAKO MILENEC

Většina z nás se bojí pokročit za vztah modelu „vyváženosti“. Vzdát se osobnostních hranic a věřit druhému do té míry, že jsme ochotni stát se naprosto zranitelnými, se zdá být jako velmi riskantní – a přitom je zranitelnost nezbytná k tomu, abychom v Intimním splynutí mohli s otevřeným srdcem dávat a přijímat dary lásky. Všichni jsme se už v minulosti nechali někým zranit a nikdo si nechce nechat ublížit znovu. Pravda ale je, že na to stejně znovu *dojde*. Když je vaše srdce otevřené, vystavujete se nebezpečí, že vám ublíží ti, kteří vaši lásku neopětují: nejen intimní partneři, ale i děti, rodiče nebo přátelé. Zároveň se však otevíráte jiným věcem. Když se přestanete chránit, jste schopni dávat a přijímat lásku v její nejsilnější a nejvznešenější formě.

Mnoho z nás při různých příležitostech zažilo při sexu stav, který se dá popsat jako „extáze“. Láska je při ní tak silná a rozkoš je tak intenzivně vznešená, že se vzpomínka na ně navždy zapíše do našich srdcí. Možná jsme právě se svým partnerem či partnerkou pocítili absolutní jsoucno, jako by se obě těla slila v jediné srdce tepající radostí. Nebo jsme možná viděli lásku zářit jako mimořádně jasné světlo. Nebo jsme zažili, jak našimi těly probíhají výboje mocné energie. Nebo jsme se cítili natolik naplnění láskou, že jsme přímo explodovali – a pak tiše spočinuli.

Ať už jsme v tu chvíli *cítili* cokoli, je jasné, co jsme v tu chvíli *necítili* – svou obvyklou opatrnost, uzavírání se do sebe ani vzdor. Takovým druhem lásky disponuje jen otevřené srdce.

Takovou extatickou lásku i jednotu můžeme samozřejmě zažít i mimo samotný sexuální život. Možná jste někdy podobnou jednotu cítili při pohledu do očí dítěte. Možná jste na chvíli zapomněli na všechno kolem, když jste byli u vytržení z nádherného západu Slunce nad zasněženými horskými hřebeny. Někteří z nás zase mohli zažít pocit nadpozemské jednoty při četbě spirituální literatury, při modlitbě nebo meditaci.

V každé takové situaci, ať už při milování, při kontaktu s dětmi, v přírodě, nebo při modlitbě platí, že jsme přestali bránit sami sebe. V každém z těchto případů jsme se nechali uvést do stavu hluboce naplňující jednoty s posvátným Jsoucnem.

Klíčem k probuzení Intimního splynutí je odevzdání se, tedy odstranění zábran. Jde zároveň o protiklad vzdoru. Protože se ale většina z nás tolik snažila, aby do vztahu zavedla rovnost, bojíme se, že pokud se byť jen na chvíli zcela odevzdáme, přijdeme o všechno, co jsme získali.

Jaký je rozdíl mezi „přehnanou láskou“ a odevzdáním se v duševní extázi? Je to stejný rozdíl, jako je mezi otrokem a svobodným milencem. Tentýž rozdíl, jako je mezi doufáním, že se vám lásky *dostane*, a mezi situací, kdy se díky uvolnění a odstranění zábran láskou přímo *stanete*. Je to rozdíl mezi závislostí a Intimním splynutím.

Tento rozdíl je často chápán špatně, zejména lidmi, kteří zatím nejsou ochotni se svých zábran zbavit. Odevzdání se je pro ně cosi negativního, známka slabosti. Ty, kdo ale jsou ochotni odevzdat lásce i svá srdce, očekává skutečná extáze. Je pravda, že i otrok odevzdává sám sebe – zrovna tak jako se odevzdává svobodný vášnivý milenec. Ale je tu zásadní rozdíl. Odevzdáváte se buď ze strachu a závislosti, nebo ve znamení svobodné oslavy jednoty a radostného přijímání i dávání darů lásky.

Nezapomeňte, že každý typ vztahu – závislost, „vyváženost“ i Intimní splynutí – je zároveň jistým *stylem* vztahu. A styl

můžeme případ od případu změnit bez ohledu na to, v jakém stadiu se právě nacházíme.

Abyste tomu dobře porozuměli, můžete si představit, že jste Lea a milujete se s Paulem. Ve chvíli vášnivě sexuální extáze začnete prosit: „Jsem tvoje! Vezmi si mě celou! Udělám, cokoli budeš chtít!“

Je takový okamžik příkladem vaší závislosti a bezmoci? Nebo snad jde o projev rovnosti ve „vyváženém“ vztahu? Nebo je to okamžik blaženého odevzdání v Intimním splynutí? Jaký je vlastně rozdíl mezi darem extatického odevzdání a trápením v nedobrovolném sebezapření?

Kdybyste byli Leou v okamžiku *závislosti*, kdybyste byli Leou uvězněnou v roli „dobré ženy“, vnitřní hlas vašeho mužského Já by mlčel. Nikdo by ho neslyšel. Ženský hlas by ale říkal, „chci být milována. V Paulově pevném objetí se cítím žádoucí. Udělám všechno, co bude chtít, aby mě navždy miloval.“

Kdybyste byli Leou v modelu „rovnovážného“ vztahu, měl by mužský i ženský hlas stejnou svobodu projevu. Rovnost je v tomto případě prioritou. Všechno musí být 50/50, tedy „vyrovnané“.

Vaše vnitřní ženství možná říká: „Myslím, že povolím. Cítím se v jeho náruči příjemně. Můžu mu ale věřit? Nevzdávám se svojí moci?“

Vnitřní mužský hlas vám zase říká: „Nechci ztrácet kontrolu. Chci si určovat svůj vlastní směr. Nechci, aby si myslel, že mi může poroučet. Dnes večer udělám, co bude chtít, ale zítra večer zase on udělá, co mu řeknu já. Teprve potom to bude spravedlivý „vyrovnaný“ vztah.“

Stejně jako Lea v Intimním splynutí byste ani vy v milování neměly žádné zábrany, byly byste ochotny vzdát se veškerého vzdoru a nechaly byste své nechráněné srdce naplno se vyjádřit.

Vaše vnitřní ženství by říkalo, „Cítím Paulovu lásku a chci ji zcela přijmout. Chci se mu otevřít tak hluboko, jak hluboko ho cítím ve svém srdci. Věřím lásce, která mě naplňuje, a když se

ted' otevřu mocnému proudu milování bez hranic, přivede mě do extáze. Odevzdávám se přílivu té lásky. *Jsem sama* láskou.“

A vnitřní mužský element možná praví: „Jak příjemné je uvolnit se, podvolit se a plně Paulovi věřit. Můžu si tak pořádně vychutnat sílu našeho milování, protože cítím, že láska, která nás v tuto chvíli spojuje, je hluboká a pravá.“

V modelu závislosti zamýšlí Lea získat Paulovu lásku tím, že se vzdá vlastních potřeb a vyhoví jeho potřebám. V modelu „vyrovnanosti“ si pečlivě střeží nezávislost svého samostatného Já tím, že se zcela neodevzdá. Při Intimním splynutí se Lea odevzdá, ale ne ani tak Paulovi, jako přímo samotné lásce, oslavuje ji a svěří se jí celou svou bytostí, až se sama *stane* láskou. A ze všeho nejdůležitější je porozumět tomu, že její otevřenost moci lásky je darem *pro ni* stejně jako pro Paula.

V Intimním splynutí je odevzdání Ley Paulovi zároveň výzvou pro něho, aby se vzdal svého pocitu svébytnosti a opravdu hluboce se pohroužil do aktu lásky. Její dar Paula vymaní ze strohého mužského světa. Skrze její ženství se jejich srdce setkají a nechají se unášet proudem lásky. Paul se tak vzdává svých „pevných pozic“, stejně jako Lea.

Oddělenost jejich bytostí se nejdříve transformuje v lehké objetí. Potom „dělicí membrána“ mezi nimi zcela zanikne a Paul i Lea se rozpustí jeden v druhém. Nakonec je jejich jednota pohltná natolik, že zapomenou na sebe i na druhého jako na jedince a už zcela bez zábran se spolu rozplynou v jasné záři milování. Probuzená ženská esence je v Intimním splynutí živoucí výzvou právě ke vzájemné lásce.

Paul se možná nedokáže oddat lásce tolik jako Lea. V každém případě však platí, že její úlohou v Intimním splynutí není ustupovat a držet svou lásku na uzdě, ale naopak se zcela uvolnit a každým kouskem svého těla lásku přímo vyzářovat. Čím více Lea nabízí své tělo, místo aby se uzavřela, tím více se sama stane nositelkou lásky a tím spíše je její život darem pro

každého v její přítomnosti. Čím více se dokáže zbavit upjatosti, tím rychleji se zahojí i její rány a zmizí zábrany z minulosti. Díky tomu pak její srdce v okamžicích Intimního splynutí jen kvele a neohlíží se nijak ani na to, jaké změny její vztah s Paullem v budoucnosti možná čekají.

JAK INTIMNÍ SPLYNUTÍ VYPADÁ?

Při Intimním splynutí každý z partnerů postupně den po dni objevuje, jaké dary může v lásce nabídnout. Intimní splynutí může na pohled *připomínat* klasický vztah závislosti, protože žena poskytuje dary, které jsou běžně považovány za „ženské“, a muž zase dává dary obecně pokládané za „chlapskou záležitost“. Vzájemný vztah ale může vypadat i jako „rovnovážný“ model, kde si žena s mužem dělí povinnosti přesně napůl a spolu pečují o domácnost, o rodinu i finanční odpovědnost.

Ale může také vypadat *úplně jinak*. Žena může například mít dva milence a muž zase může třeba šest měsíců strávit v tibetském klášteře.

Modelových vztahů založených na Intimním splynutí je vlastně velmi málo, a proto někteří lidé nechápou, co je na tomto konceptu tak zajímavého.

Muž a žena ve vztahu závislosti nechápou, proč by vlastně měli riskovat ztrátu sexuálních, rodinných a finančních jistot ve prospěch vyšší integrity a seberealizace typické pro „vyvážený“ vztah. V tomto vztahu ale muži ani ženy zase nechápou, proč by v Intimním splynutí měli riskovat *všechno*, a to včetně pocitu osobní seberealizace v životě i vztahu, kvůli jakémusi volání srdcí po nekonečné lásce.

Pokud je žena odhodlaná jít do Intimního splynutí, bude věřit pouze muži, kterému více záleží na vyšší pravdě než na jejím potěšení – jak by mohla koneckonců věřit muži, který se nechá vykojlit úsměvem krásné ženy, byť je to ona sama.

Je-li muž pevně rozhodnut prožít Intimní splynutí, uvěří pouze ženě ochotné zcela se oddat výšinám lásky, třebaže to znamená, že není „jenom jeho“. Vzrušuje ho, když sleduje její oddanost i její odhodlání svěřit se univerzálnímu a nadpозemskému principu lásky. Věří, že taková žena je připravená žít ve splynutí s božstvím, že ji nezajímá jen sdílení „šťastného života“ podle ideálu „vyváženosti“, kdy bude možná jednou žít s rodinou na venkově ve zrenovované staré stodole.

V Intimním splynutí dělají oba partneři to, co považují za nezbytné, aby ve svém životě zdůraznili principy lásky a svobody. Dělají to, co považují za skutečnou službu, a ne jen sebeuspokojování a vzájemné utěšování. Spočívají ve své přirozené sexuální esenci, ať už je spíše mužská, ženská, nebo neutrální, a poskytnou druhému své vrozené dary, které jsou vždy bezprostřední, láskyplné a nezcizitelné. Netrápí je přitom, jak při takovém vzájemném obdarování vypadají v očích lidí inklinujících ke vztahům závislosti nebo k „vyrovnaným“ vztahům.

RIZIKO SPONTÁNNÍ LÁSKY

Vztah závislosti je založen na boji o moc, na utlačování a na rolích pohlaví. „Neříkej mi, co mám dělat! Budu si dělat, co budu sakra chtít!“ Každému tu spíš záleží na tom, aby bylo po jeho, než na nějakých darech lásky.

Vztah „vyrovnaný“ nebo „vyvážený“ je založen na sdílení, rovnosti a rovnoměrném rozdělení rolí a odpovědnosti. Komunikace je tady proto důležitější než svobodné dary lásky. Pokud je například žena rozrušená, zavře se u sebe v pokoji a řekne „Nech mě na pokoji“, je to přesně to, co by muž měl v tu chvíli udělat – vzdálit se a dát jí prostor, bez ohledu na to, k čemu by ho jinak vedla síla lásky. Partneři se v zájmu dosažení rovnosti naučí navzájem ctít svoje slova i zábrany.

Muž „vyváženého“ modelu si dává pozor, aby se nechoval jako panovačný hulvát. Drží proto na uzdě svou mužskou sílu a sklon k vedení a místo toho naslouchá požadavkům partnerky, přestože mu srdce říká něco jiného. Bojí se jít ve vztahu za hlubokou pravdou a prosadit své skutečné tužby v lásce, protože ji nechce do ničeho nutit.

Žena „vyváženého“ modelu je opatrná, aby se nestala příliš zranitelnou vůči ublížení a zneužití. Nikdy nepřestane být na pozoru, a to ani v případě, když se její srdce zcela otevře a ona by se mohla bez váhání oddat lásce ke svému partnerovi. Svého muže možná miluje, ale bojí se lásce odevzdat a věřit jí, protože se nechce vzdát svého pocitu bezpečí a nezávislosti.

V modelu Intimního splynutí není nic důležitějšího, než se odevzdat tajemné síle lásky, ani tak zvaná komunikace mezi samostatnými, ale rovnoprávními partnery. K Intimnímu splynutí patří odstranění zábran a víra v bezprostřední moudrost lásky. Pokud tedy například žena odejde k sobě do pokoje a zavře se tam, ale jejímu muži srdce napovídá, aby šel za ní a objal ji, měl by mu věřit a pokusit se přeci jenom vstoupit do pokoje i do jejího srdce? Je to riskantní, ale jaké má v této situaci vlastně alternativy?

Všichni jednou zemřeme. Každý, koho milujeme, jednoho dne zemře. Jejich vůně, jejich teplo, jejich úsměv se navždy vytratí a my zůstaneme sami – nebo budeme také po smrti. Každé objetí může být naším posledním. Proč držet lásku na uzdě? Kdyby tento výdech, právě teď, byl váš poslední, jaký dar byste byli ochotni svému partnerovi věnovat? Co vám v současnosti brání?

6

HLEDÁNÍ LÁSKY A SVOBODY



HLEDÁNÍ

Všichni se snažíme něco vyhrát. Někdo chce vydělat hodně peněz. Někdo chce najít milence či milenkou, případně společníka či společnici na celý život. Ať už jde o cokoli, doufáme, že jakmile to získáme, dojde ke změně. Doufáme, že si po dosažení cíle budeme moci konečně odpočinout. Každého z nás ale čeká překvapení: Jednou provždy dosáhnout toho, po čem toužíme, je nemožné. Klíčovým poznatkem pro Intimní splynutí je, že vlastně nemůžeme vyhrát; můžeme pouze splynout s milovaným člověkem. A v právě v tu chvíli nám zůstane to, v co jsme celou dobu doufali: nesvázaná láska a samozřejmé, všeobjímající bytí.

Abychom tento objev učinili, musíme porozumět svému dosavadnímu hledání. A během Intimního splynutí je třeba pochopit, že mužské a ženské Já mají tendence k tomuto hledání přistupovat rozdílným způsobem. Mužské hledá svobodu, ženské lásku. Tím, že porozumíme svému vlastnímu i partnerovu či partnerčině hledání, se vlastně připravujeme na Intimní splynutí.

Každý z nás, ať muž, nebo žena, vyzařuje jak mužskou, tak ženskou energii. Většina mužů ovšem vyzařuje více mužské energie než ženské a se ženami je to naopak. Samozřejmě existuje spousta výjimek. Já si však v zájmu snazší ilustrace příkladů v této knize dovolím předpokládat, že ve vztahu je muž zdrojem mužské energie a žena té ženské. V homosexuálních a bisexuálních vztazích, stejně jako v heterosexuálních vztazích s obráceným poměrem energií, se dynamika mužské a ženské energie nemění, ale v těchto případech mohou být zkrátka jednotliví aktéři jiného pohlaví než v běžných vztazích.

JAK ROSTE MUŽSKÁ ENERGIE

Zásadním stylem hledání u mužů je styl válečníka, hrdiny nebo vizionáře. Mužská síla je zacílená, usměrněná a vedená vizí svobody. Mužská energie proráží všechny překážky, které jí stojí v cestě. Nic ji neodradí od dosažení cíle, kterým je svoboda. Ne každý muž tuto energii ale využívá k hledání svobody stejným způsobem.

Tento způsob se odvíjí od konkrétních potřeb muže, které se během tří stadií jeho života obvykle změní. Stejně jako můžeme rozlišovat tři styly intimního vztahu tak, jak jsme si je popsali v předchozích kapitolách – tedy jako závislost, „rovnováha“ a Intimní splnutí –, můžeme i na bytostné potřeby muže hledět jako na tři stadia, ke kterým postupně dospívá.

Potřeby prvního stadia souvisejí s vlastnictvím, ať už jde o jídlo, peníze, sex, moc nebo slávu. V tomto stadiu má muž sklony navázat se ženou vztah závislosti.

Potřeby druhého stadia se týkají sebezdokonalení, autentičnosti, kontaktu s vnitřní moudrostí a vytvořením jakési rajské zahrady na Zemi. Muž druhého stadia má zájem o navázání „vyváženého“ vztahu.

V rámci potřeb třetího stadia pak muž upouští od nahlížení do svého nitra i od nekonečné cesty za dovršením svých snah, vcítí se do napětí současného okamžiku, odstraní zábrany ve prospěch naprosté otevřenosti a nechá tyto chvíle rozplynout v lásce. Muž třetího stadia vyhledává vztah se ženou založený na Intimním splnutí.

Mužská síla může mít různou podobu v závislosti na tom, jaká potřeba je pro muže nejdůležitější. Muž prvního stadia například hledá svobodu tak, že se snaží něco získat. Jeho hledání spočívá ve snaze něco vlastnit a dotkne se ho, když někdo tvrdí, že se mu něčeho nedostává, ať už je to třeba důvtip, peníze, nebo ženy. Muž prvního stadia jde za ziskem. Svobodu proto vidí jako něco, co by měl *získat*. Je třeba automechanikem, který sní o své vlastní dílně. Sní, že bude lovcem peněz na Wall Streetu. Nebo doktorem, který si v Mercedesu vozí pěknou paničku. Je to muž, jehož cíl je mimo jeho tělo, mimo přítomnost a on se jej chystá dosáhnout. Vítězství v prvním stadiu spočívá v získání kýžených statků – peněz, auta, nemovitostí –, které se mu nabízejí. Muž prvního stadia je hnán touhou po vlastnictví, hromadění věcí a přemrštěným sebehodnocením.

Projev druhého stadia se od prvního výrazně liší. Muž druhého stadia se nesnaží pokořit své nepřátele, ale svá vlastní omezení. Nesnaží se získat něčeho více; snaží se zdokonalit sama sebe. Nestojí o *kvantitu*, ale o *kvalitu*. Snaží se dosáhnout svobody tak, že mění sebe a okolní svět, místo aby se snažil o nadvládu a vlastnictví.

Muž druhého stadia bojuje se svými vnitřními démony a vítězství ho učiní triumfálně celistvým, vyváženým hrdinou sebepoznání. Pokud se bojí výšek, naučí se létat na rogalu. Pokud je v intimních situacích stydlivý, podstoupí terapii, která mu pomůže překonat bloky získané v dětství. Snaží se změnit způsob, jakým sám sebe chápe, studiem filozofie nebo esoterického duchovna. Chce okolní svět proměnit z bojiště

na rajskou zahradu. Zatímco muž prvního stadia touží být hrdinou *akvizice*, muž druhého stadia usiluje o to být hrdinou *transformace*.

Hrdina prvního stadia stojí vítězně na hromadě nabytého majetku, pobitých nepřátel a pokorných podřízených. U hrdiny druhého stadia tato kořist sestává ze získané sebekontroly, dokonalého přehledu o svém nitru a svém jednání. Zvítězil – je naprosto svým vlastním pánem, je autentický, celistvý a plně zodpovědný za své štěstí. Má svobodu jít kdy a kam chce. Zrovna tak má svobodu milovat koho chce, možná ženu nebo dvě, nebo také jenom sebe. Muž druhého stadia je svobodná duše, renesanční člověk nového věku, který vyznává vnitřní rozvoj a vnější dobrodružství – nesnaží se hromadit majetek, ale spíše prosadit jakýsi utopický způsob života.

Je také ovšem mimořádně pošetilý. Muž prvního stadia má alespoň naprosto a zcela otevřeně jasno v tom, co chce: pořádný balík peněz a pořádný kus ženské. V druhém stadiu však často muž svou prázdnotu a své potřeby skrývá, mnohdy i před sebou. Už deset let provádí meditaci, procestoval celou Indii a Asii, je aprobovaným mistrem aikida a psycho-terapeutem, ale žádnou zásadní změnu mu to nepřineslo. Stále se cítí neúplný.

Věci jsou o něco snazší, než bývaly, ale on stále není volný. Je stále vězněm svých vlastních obav. Je vázán strachem ze smrti, odloučenosti a nezdaru. Navíc zestárl a už nemá tutéž energii a stejné odhodlání, jaké měl dříve. Vytvořil si pro sebe ve světě pohodlné místo, a i když to přiznává jen s hanbou, nechce riskovat, aby neztratil příliš mnoho. Nemá ale na výběr. Rostoucí mužská energie ho nutí pořádně se na svůj život podívat a čelit kruté pravdě.

Najednou otevře oči a vidí svůj život tak, jak si ho zařídil. Cítí svou otupělost, svůj strach, svou průměrnost, a to ho začne spalovat. Jeho bytost, které si tak váží a kterou mu dalo tolik práce

ovládnout, mu najednou připomíná špatně zatlučený hřebík. Život, který se zdál být tak snadný, je najednou vyčerpávajícím břemenem. Vztahy a kariéra ho zatěžují falešnými povinnostmi. Bojí se toho všeho nechat, ale ten neustálý tlak v břiše pomalu začíná být neúnosný.

Je v beznadějně situaci a naprosto nespokojený. Ztráta naděje a poznání marnosti ho přivedly na pokraj zoufalství a on vlastně nemá na výběr: Vrhne se do propasti. Podlehne krizi. Jeho samostatnost a sebedůvěra klesnou na nulu.

Pokud vytrvá a nezačne se ve svém utrpení utěšovat, pokud i v bodě nula zůstane tím válečníkem se srdcem na pravém místě, stane se zázrak. Protože ví, že nesmí být na ničem závislý, osvobodí se od veškeré falešné podpory. Protože dospěl za první stadium, kdy potřeboval záviset na něčem mimo sebe, i za druhé stadium, kdy chtěl být závislý na něčem ve svém nitru, je nyní připraven k jakési milosti. Protože klesl až na dno, je bezmocný, ale není bez pomoci.

Aniž by ho hledal, aniž by se o to snažil, zjeví se mu náhlý záchránlivý životní síly. Je to tatáž síla, díky které bije jeho srdce, hlavou se mu honí myšlenky a díky které se mu v noci zdají sny.

Protože už cítil marnost žití podle diktátu druhých i podle svých vlastních myšlenek, je nyní připraven žít ve světle jiné síly, a sice pravdy, která mu vždy pomáhala žít a pomáhá mu v tom i teď. Ať už tuto sílu nazývá jakkoli, je to síla existence samotné, přímé a spontánní plynutí a bytí.

Určuje mu, kdo vlastně je, když ho jeho principy a přátelé zklamou. Je svědkem jeho snů v noci a myšlenek i činů ve dne. Je to síla jsoucná či vyššího vědomí, která byla stejná ve všech obdobích a situacích, které prožil. Ta síla je vlastně vždy tím, kým je on sám, ale nic neovládá.

Během krize beznaděje si muž uvědomí, že vnitřní ani vnější svět očividně nemá pod kontrolou a že smrt je nevyhnutelná. Udělá tedy jedinou věc, kterou udělat může. Odevzdá se

a obětuje tak všechny vnitřní i vnější zkušenosti ve prospěch síly, která tyto zkušenosti tvoří, udržuje, ale právě tak i ruší.

Muž třetího stadia staví na plnosti této síly. Je touto silou poháněn a *stává* se jí. Jeho jednání je proto bezprostřední pravdou. Jeho domovem je plnost lásky nebo neoddělenost.

Když muž třetího stadia zapomene na svůj domov a vydá se něco hledat, vždy dorazí k témuž okamžiku: K okamžiku autentického života, současné chvíli bezprostředně vyvstávající, zářící tak, jak jen září všechno to, co je v něm, jako svědectví jeho nitra. Uvědomuje si, že v tento živoucí okamžik se sám sobě neustále zjevuje. Není na něm ani závislý, ani nezávislý, ale ta chvíle vždy bezprostředně a vědomě nastane a patří jen jemu.

Jeho hledání tak vždy splyne s intuitivním hledáním neoddělenosti, jednoty a lásky. On sám je jako svobodné vědomí, ve kterém tento okamžik vyvstává. On, jako zcela vyspělý muž třetího stadia, už poznal, že jeho přirozeností je sama svoboda, vždy propustující, spatřující a zahrnující vše, co přijde.

JAK ROSTE ŽENSKÁ ENERGIE

Pro ženství je zásadním principem otevřenost lásce. Ženství pečuje, dává život a tančí ve smyslné blaženosti – někdy je však ženská energie také divoká, krutá a zmatená. Ženství může jasně zářit, ale zrovna tak se může jevit temným a tajemným. Lze je obecně považovat za sílu života: Léčivou sílu přírody, životodárnou sílu země a právě tak i sílu destrukce, která nakonec pohltí to, čemu dala vzniknout.

Ženská síla není orientovaná na cíle, ani tak přesně nasměrovaná, a hrdinka ženství proto není válečnicí, která se probíjí překážkami. Je spíše božskou entitou, která pomocí lásky otevírá dveře. Mužský válečník zdolává to, co stojí v cestě svobodě a pravdě, zatímco ženská bohyně otevírá cestu k srdci prostřednictvím své jasně zářící lásky.

Mužství obvykle zápolí samo se sebou, překonává své vlastní obavy a prozkoumává neznámé území. Ženství je především motivováno svou potřebou lásky. A zároveň si hledá způsob, jak projevit lásku ve svém srdci.

Celý život ženy spočívá v otevřenosti a milování: v poskytování a přijímání lásky. Její největší radosti a strasti souvisí se vztahy plnými lásky, nejčastěji s intimním partnerem, ale také s dětmi, přáteli nebo s Bohem.

Muž je v zásadě sám, dokud se nerozplyne ve svobodném vědomí. Žena si naproti tomu „hraje“ se vztahy, dokud se nerozplyne ve svobodné lásce. Muž-válečník bojuje svým mečem pravdy, zatímco žena-bohyně tančí ve své zahradě lásky.

Stejně jako se muž prvního stadia poohlíží po stále větším meči, hledá si žena prvního stadia stále více a více lásky – k rozdávání i přijímání. Když intimní vztah nefunguje, myslí si, že je to možná její chyba. Možná očekává příliš mnoho. Možná by mu měla dát další šanci.

Pro ženu prvního stadia je láska motivem, a tak pro ni udělá cokoli. Vzdá se pro ni svých potřeb, své moci i své autority. Odevzdá je svým dětem, manželovi nebo třeba duchovnímu učiteli. Pokud se v jejím životě objeví láska, hned se jí otevře a svou energii a pozornost k ní plně upře. Je pro ni těžké přijímat další své potřeby, moc i identitu, protože vždy unáhleně odstraní všechny své zábrany v naději na lásku.

Protože se zřekla svého vlastního nitra, hledá si žena prvního stadia imitaci skutečné lásky. Své prázdné srdce se snaží zaplnit zmrzlinou, čokoládou a sušenkami. Možná také sleduje telenovely a čte milostné romány.

Skutečná láska se vždy zdá být mimo její dosah. „Možná si lásku nezasloužím.“ Spokojí se s čímkoli, co pro ni představuje potenciál pro lásku: „Možná mám v *tomto* vztahu naději. I když mě zneužívá, věřím, že se změní. Já jen chci, aby mi řekl, že mě miluje.“

Nakonec je však bolest příliš velká a žena už pro možnost milovat nedělá nic. Už se nevzdává své osobní identity a osobních potřeb. I když o intimní vztah stojí, je odhodlána stát si prostě za svým. Stává se ženou druhého stadia, která se, byť dočasně, soustředí na lásku k sobě samotné.

Muž druhého stadia se místo touhy vlastnit oddává seberozvoji; žena druhého stadia je zaměřená na lásku vůči sobě, místo aby obětovala své potřeby ve prospěch potřeb někoho jiného – v naději, že se jí za to dostane lásky. Už není závislá na lásce jiných, stejně jako muž druhého stadia už nezávisí na lidech i věcech kolem něj.

Žena druhého stadia je sama sebou a často se obklopuje dalšími ženami stejného stadia. Muže už vlastně nepotřebuje. Aby se od vztahu závislosti na mužích osvobodila, musí rozvinout svou vlastní mužskou energii. Naučí se jasně si prosadit své vlastní potřeby, sama sebe řídit a hledět na sebe svými vlastními milujícíma očima, nikoli očima někoho jiného, kdo ji miluje. Je svá a bere za sebe plnou zodpovědnost.

Jedním z hlasů ženy druhého stadia je hlas feministický, který spolu s dalšími ženami druhého stadia oslavuje žensství. Jde o jistý kulturní mezník, kdy se ženy, které se v minulosti nechaly dirigovat muži, naučily řídit svým vlastním vnitřním hlasem a orientačním smyslem. Už jen nenásledují mužské vedení a uvědomují si, že mohou samy být vůdkyněmi. Nejenže se tak osvobodily od mužů, ale zároveň o sobě přestaly pochybovat.

Stejně jako její mužský protějšek je i žena v druhém stadiu nezávislá, zodpovědná sama za sebe a oddaná vnitřní i vnější transformaci. Vlastně je to druhé stadium, kdy jsou si muž a žena nejvíce podobní. Oba se soustřeďují na zodpovědnost sama za sebe. Snaží se definovat svou vlastní osobu a vzájemně respektují osobnostní hranice. Proto chtějí oba navázat „vyrovnaný“ vztah.

Při slovech „odevzdání“ a „oběť“ oběma vstávají vlasy na hlavě. Druhé stadium zcela spočívá v síle osobnosti, sebedůvěře a v možnosti prosadit se jako individua: jedinci hodnotní sami o sobě, silní a nezávislí. Žena i muž druhého stadia se nechávají jasně slyšet: Neřídí se žádným dogmatem, jsou sami sebou.

Pro muže i ženu druhého stadia je důležitá celistvost osobnosti, a tak se snaží často nastolit rovnováhu i mezi svými sexuálními energiemi. Muž rozvíjí svou vnitřní ženskou energii a žena naopak mužskou. Muž si třeba nechá narůst dlouhé vlasy, nosí náušnici, mluví poněkud slabším a vyšším hlasem, otevřeně vyjadřuje své pocity a netrvá přehnaně na svých názorech – naučí se reagovat: „Jasně, když to říkáš ty.“ Žena si možná vlasy naopak ostříhá, obléká a maluje se méně vyzývavě, hodně cestuje, a když mluví, dává důraz na své sebevědomí.

„Vyvážený“ vztah mezi mužem a ženou druhého stadia je často nebývale vlažný. Proč? Třebaže totiž soužití dvou lidí s výraznou sebedůvěrou přináší více celistvosti než vzájemná závislost, je mnohem méně vášnivé než vzájemné odevzdání se lásce.

Soužití lidí s takovou sebedůvěrou je samo osobě nudným intimním vztahem. Je to dobré přátelství, což je oproti dobrému otroctví rozhodně krok správným směrem. Neumožňuje ale, aby v něm mužské a ženské síly figurovaly jako dva magnetické póly.

Muž druhého stadia se často bojí svou ženu milovat svobodně. Například ji často poslouchá a přitom postupně ztrácí bdělost a pozornost. Možná ho vůbec nezajímá, co žena říká, ale připadá mu, že by měl naslouchat, nebo se o to alespoň snažit.

Žena však ve skutečnosti touží po hlubokém propojení láskou, ne po pasivním publiku. Muž se může rozhodnout projevit jí lásku přímo, vášnivě a bez váhání: „Dost řeči.

Miluju tě.“ V druhém stadiu je ale tak oddán udržování své vnitřní rovnováhy, že se bojí ženu usadit takovým razantním projevem nekompromisní lásky, která by naplnila její nejhlubší intimní touhy.

A naproti tomu žena druhého stadia je tak opatrná, aby neztratila své soustředění, že se muže bojí svobodně milovat. Nevěří tomu, že on její otevřenost ocení a bude ji ctít. Bojí se mu dát božskou lásku, kterou její srdce překypuje. Muž i žena druhého stadia si hlídají, aby nikdo nepřekročil své hranice, a zároveň aby oni sami nepřekročili hranice svého partnera. Jsou tak „v bezpečí“.

Už jsme probrali, jak muž dospěje z druhého stadia do třetího, ale co tedy žena? Podobně jako muž, když dojde k závěru, že se stále cítí neúplný a nenaplněný, může si žena druhého stadia uvědomit, že neustále hledá lásku. Ať už žije v řádném vztahu 50/50, nebo ne, stále cítí prázdnotu. Většina žen se nespokojí s pozicí jakési „sestry“ a muž druhého stadia je sice třeba stabilní osobnost, ale nedokáže proniknout do nejhlubších zákoutí jejího srdce.

Stejně jako muž druhého stadia klesne na dno po pádu do propasti marnosti, žena druhého stadia skončí na nule v černé díře svojí hluboké touhy. V samotném středu jejího života něco chybí. Tuto prázdnotu nedokáže vyplnit ani síla její nezávislosti, ani „rovnovážný“ vztah.

Co jí zbývá, když už potřebu v jejím srdci neuspokojuje vztah ani samota? Musí se oprostit jak od vztahu, tak od nezávislého postojení, a nechat se vtáhnout do té pomyslné černé díry, aby se nakonec opět vynořila jako motýl s křídly lásky. Ze zániku ženy druhého stadia se tak zrodí žena stadia třetího. Ta už lásku nevyhledává, ale láskou dýchá, nechá se jí prostupovat a vyzařuje ji.

Muž třetího stadia se vzdává všeho ve prospěch opravdové svobody. Žena třetího stadia nechává všeho ve prospěch

opravdové lásky. Není už závislá na lásce zvenčí ani nespolehá na svou vlastní lásku k sobě. Ona sama je ztělesněním lásky.

Není už „potřebná“ ani hrdá, ale zbožná. Rukou se ani muže nechytá, ani ho neodstrkuje, ale žehná. Už nemiluje jako „manželka“ ani jako „osobnost“; prostě miluje. Už není ustrašená ani opatrná, ale plně pohroužená do lásky.

Ve vztahu závislosti žena prvního stadia *svede* tělo muže svým tělem. Ve „vyrovnaném“ vztahu žena druhého stadia *zaujme* mysl muže svojí myslí. A v Intimním splnutí žena třetího stadia *okouzlí* srdce muže svým srdcem. Mysl zde také hraje roli, ale rychle splyne s láskou. K přitažlivosti prostřednictvím jejího těla tu také dochází, ale to se rychle rozplývá v záři milostné energie.

Žena třetího stadia se nestydí za okouzlující sílu ženské lásky, ani se přehnaně neobává o svoji identitu. Dobře ví, že ona sama *je* láskou, a proto ji okamžik od okamžiku v extázi odevzdání také poskytuje. To je úděl ženy třetího stadia: Rozdávat lásku, aby její „Miluju tě“ bylo vždy k dispozici, protože láska je její přirozeností.

Žena prvního stadia je ženou svého muže. Žena druhého stadia je svou vlastní ženou. Žena třetího stadia je *láskou* v podobě ženy. Její identita není odvozena ani od jejího muže, ani od ní samotné. Její potřeba sebeidentity v podstatě zmizela, jak se ztratila v jasné záři lásky.

Chtěla takovou nekončící lásku od muže a žádný muž jí nedovedl dát, co chtěla. Chtěla ji i od sebe, ale nedokázala si jí dát dost na to, aby ji to naplňovalo. Teď už svého pátrání po lásce nechala, protože už ví, co je to láska. Cítí ji hluboko ve svém nitru: Ona sama *je* láskou. Ví, že buď *je* láskou a *rozdává* ji, nebo to s ní půjde s kopce.

Žena třetího stadia ví, že nemá smysl snažit se navázat dokonalý vztah ani dosáhnout dokonalé sebeúcty. Chápe, že ani od jednoho se jí nedostane dost lásky. Ona jí ale už zvenčí ani od

sebe nepotřebuje. Zjistila, že když platí její „miluju tě“, je její život sám od sebe plný lásky. Uvědomila si, že když chce *cítit* lásku, jediné, co musí udělat, je *poskytnout* lásku. A dokonce platí, že lásku cítí jediné tehdy, když sama miluje.

Její hledání lásky je tak u konce. Možná na určitý milostný vztah jako takový zapomene, ale vždy si bude pamatovat jedno: „Jsem láska a miluji tě“. V přítomném okamžiku cítí, jak její tělo žije, její dech dýchá a její srdce se otevírá jasnou láskou, která z něj chce zcela přirozeně vyzařovat. Nechává se tak unášet jejím prouděním. A sama se stává tančící energií lásky.

DARY MUŽSKÉHO A ŽENSKÉHO MILOVÁNÍ

S přibývajícími zkušenostmi se muž stadium po stadiu dopracuje k úplnosti svobodného vědomí a poskytuje své ženě mužskou lásku. Když má žena špatnou náladu nebo se cítí opuštěná, obdaruje ji humorem a vášní a otevře její srdce díky svému nekompromisnímu milování.

Žena se postupně dopracuje do stavu tančící energie lásky a svému muži přirozeně poskytuje její ženskou stránku. Když je muž uvězněn ve své mysli nebo ho tíží břemeno života, očaruje jeho srdce a oživí jeho duši pomocí své mocné léčebné síly a oslňující krásy.

Muž a žena se během tří stadií intimního vztahu obdařují navzájem mužskou a ženskou energií v jedinečných podobách. Ve vztahu závislosti dává muž ženě energii ve formě peněz, laskavé náklonnosti a bezpečí. Žena mu dává energii ve formě sexu, obdivu a péče.

Ve „vyváženém“ vztahu přichází energie muže druhého stadia ve formě porozumění a vnitřní disciplíny a energie ženy druhého stadia ve formě intuice a schopnosti léčit.

Při Intimním splynutí poskytuje muž třetího stadia své ženě energii ve formě nebojácného prosazování pravdy.

A energie ženy třetího stadia spočívá ve věčně zářící lásce, která otevírá jeho srdce.

Jak muž a žena dospívají skrze jednotlivá stadia intimity, uvědomí si nakonec, že ani jeden nemůže vyhrát: Mužství *nikdy nedosáhne* naprosté svobody a ženství se *nikdy nedostane* absolutní lásky. Místo toho si ale pomocí svých jedinečných darů mohou navzájem pomoci v tom, aby se přenesli přes svá iluzorní bezpečí, iluzorní potřeby i iluzorní sebeidentity. Každý z nich umocňuje schopnost toho druhého konečně se uvolnit, přestat s věčným hledáním a soustředit se na přítomný okamžik, ve kterém oba volně plynou *jako* láska a *jako* svoboda.

Procvičováním Intimního splynutí nakonec pochopíme, že není třeba nic ani nikoho vyhrát. Naše nitra tím pookřejí a srdce si odpočinou. Neozbrojeni, nenuceni, s citem pro vyzařování přítomného okamžiku se sami *stáváme* darem. Jsme tajemnou silou svobodné lásky, spontánně vystávající v podobě muže a ženy, a během krátkého dramatu našich životů se najednou opravdu poznáváme, navzájem dotýkáme a nakonec splýváme v jedno.

7

POUŽITÍ A ZNEUŽITÍ SEXUÁLNÍCH NÁHRAŽEK



SEXUÁLNÍ NÁHRAŽKY

Při hledání sexuálního a emocionálního naplnění se často poohlížíme po využití jiných než lidských zdrojů mužské a ženské energie. Někdy se na ně obracíme vědomě, i když často opravdu nevíme, do jaké míry si jich dopřáváme. Tím, že porozumíme prospěšným i škodlivým vlastnostem sexuálních náhražek, se je můžeme naučit využívat k posílení vlastní sexuální esence. Navíc se potom můžeme naučit sexuální polaritu kultivovat tak, aby působila ve správnou chvíli, místo toho, aby jen tak bez užitku „unikala“ v průběhu dne.

SEXUÁLNÍ ZEMĚPIS

Cítíte *ji* všude kolem sebe; její pohazení na vaší kůži; její dech vás šimrá na uších a její vůně vás chytá za nos. Jazykem

chutnáte její sladké šťávy z koutků vašich úst, které se mísí s krůpějemi potu na vašem hrdle a hrudi.

Jindy a na jiném místě jste zase s *ním*, učíte se od něj něco nového a užíváte si každou společnou chvíli. Jeho energie je tak silná a výrazná, že nabíjí i vás. Každý den vám nabídne spoustu příležitostí k vydělání peněz, seznámí vás s novými přáteli a zákazníky, zůstává s vámi dlouho do noci a dává vám potřebnou podporu, abyste se mohli překonávat a snažit se o dokonalost. Je nedílnou součástí vašeho života. Cítíte v sobě jeho intenzitu a rytmus, který vám pomáhá absolvovat další těžký den. Večer vás pozve do restaurace, na film, do divadla nebo tančit. Vždy vám má co ukázat a nikdy od vás není dále než na jeden telefonní hovor.

Kdo jsou ti báječní přátelé, ta žena se všemi těmi lákavými příchutěmi a hřejivou něhou a ten muž s neutuchající podporou a napínavými plány do budoucnosti? Nejsou to představy. Nejsou to ani lidé. Ve skutečnosti jde o místa. Jsou to sametové vody a sladké plody Havaje a šum, vzrušující večery a vysoce produktivní energie New Yorku.

Často jsme s prostředím, kde se nacházíme, nevědomky v sexuálnímu kontaktu. Stejně jako lidské bytosti mohou i místa být ženského, mužského nebo neutrálního charakteru. Ženská místa, jako je Havaj, nás utěší hřejivým objetím a starosti utiší zářivou krásou. Spíše mužská místa, jako je New York, nás svou energií a soustředěností dokážou uvést do pohybu. Nemusíme si to uvědomovat, ale místa nám často dodávají tu sexuální energii, které se nám nedostává v soukromém životě.

Takové sklony máme, zejména pokud nás dost „nezásobuje“ intimní partner. Možná jste zrovna sami nebo v depolarizovaném vztahu s partnerem, který vám už neposkytuje tak silnou sexuální esenci. Zejména ve „vyváženém“ vztahu můžeme začít prahnout po silné mužské nebo ženské lásce, protože se nám jí nedostává od partnera nebo partnerky. Když se naše sexuální esence neangažuje v naplňujícím polarizovaném vztahu,

začneme sexuální energii často nevědomky hledat různými „neoficiálními“ způsoby.

Pokud si principy sexuálního zeměpisu uvědomíme, můžeme porozumět, jak vlastně k nevědomému využívání míst coby sexuálních náhražek dochází. Dozvíme se, jaký mají tyto podvědomé „zeměpisné románky“ dopad na náš intimní vztah, i to, že nám často brání v překonání emocionálně-sexuální stagnace ve „vyrovnaném“ vztahu. Začneme-li totiž spoléhat na sexuální interakci s prostředím kolem sebe, místo abychom si s partnerem předávali hojivou sexuální energii, můžeme tím oddálit přechod od „vyváženého“ vztahu k Intimnímu splynutí.

Na druhou stranu se může stát, že váš partner nebo partnerka není z nějakého důvodu k dispozici nebo že zrovna žádného/žádnou nemáte. Pokud disponujete silně mužskou nebo ženskou sexuální esencí, budete se bez partnera cítit jako jeden pól magnetu, který chce něco přitahovat, ale schází mu druhý pól. Toužíte být v polarizovaném vztahu s opačnou sexuální esencí, ale momentálně se vám nedaří s nikým vhodným přijít do styku.

V tom případě se můžete naučit takové místo *vědomě* přijmout a milovat se s ním. Můžete se vydat na sněhem pokryté horské hřebeny, k tichému jezeru nebo možná do nějakého pozoruhodného města. Tímto způsobem můžete svojí „vystresovanou“ nebo unavenou sexuální esenci zahojit a osvěžit, zejména pokud vám intimní partner z jakéhokoli důvodu nedává to, co potřebujete. Tento „poměr“ je obvykle prospěšný všem zúčastněným bez ohledu na typ vztahu, ve kterém jste.

VZTAH S MUŽSKÝM NEBO ŽENSKÝM MÍSTEM

Pokud chcete nebo potřebujete ženskou společnost, vydáte se na místo, jako je Havaj. Její hojná flóra vás okouzlí tropickou

zelení a všemi odstíny červené. Jemný písek jejích pláží je příjemný jako laskavé polibky při milování a vzpomínky na ni jsou plné objetí vln divokého oceánu, sladkých šťáv guavy, manga a papáji. Ve smyslných peřejích jejích vod, které vás někdy jen něžně nadnášejí a jindy jste jim vydáni na milost a nemilost, se celí naprosto uvolníte a všechny vaše starosti a obavy se odplaví.

Ať už bydlíte kdekoli, ženství najdete v místech, které září přírodou, osvěžující energií, která vám život dodávají, místo aby ho „vysávaly“, která zesilují záři vašeho srdce, místo aby zkoušely vaše schopnosti a cílevědomost. Pokud jste například v Denveru, můžete se za odpoledním úsměvem ženství vydat k nedaleké řece, která na vás vždy trpělivě čeká a ve které můžete vždy smočit nohy nebo se do ní vnořit celí. Její konejšivé vlnky a zpěv ptáků kolem ní vás pohrouží do stavu osvěžující relaxace. Pokud nemáte partnerku, která vám dodá smyslnost a pečující ženské energie, není třeba strádat. Někde v blízkém okolí na vás třeba už čeká vstřícná ženská náruč.

Pokud vyhledáváte mužskou společnost, místa jako New York jsou to pravé. Naplní vás až po okraj intenzivní energií a z jeho nekonečného lesa obřích mrakodrapů není úniku. Naučí vás pořádně se otáčet, protože i když vám nabízí všechny možné příležitosti, zároveň nepolevuje, ať už mu stačíte, nebo ne. Dnem i nocí pokračuje ve svém „poslání“ jako lokomotiva dštící páru v úsilí dorazit ke svému cíli kdesi daleko a vy se jen potřebujete naučit, jak se v ní vozit. Pod jeho navenek stoickými odstíny šedého asfaltu, šedých obleků a šedých budov se skrývá jedna z nejaktivnějších lokalit ve světě umění, obchodu i vědy. Všechno to máte na talíři – pokud ovšem máte na to dostat se k tomu.

Mužství se projevuje výrazně na mnoha místech po celém světě, ne jenom v New Yorku. Jeho projevy lze nalézt ledaskde, od náhorních plošin po klimatizované kanceláře. Je na vás, jestli budete zdolávat hory, překonávat pouště, ovládat trhy s akciemi nebo prodávat nemovitosti. V přítomnosti mužské

esence jste při jakémkoli zápolení – sami se sebou, s jinými muži nebo s těžkým terénem. Jeho energie nasměřuje váš záměr jako střelku buzoly a učiní momentální cíl středem vaší pozornosti. Čím více s mužstvím rezonujete, tím jste soustředěnější, cílevědomější a odhodlaní překonat jakékoli překážky, abyste se dostali tam, kam chcete.

I když třeba nežijete v New Yorku ani na Havaji, můžete podle těchto dvou extrémů vyhodnotit, jestli je vaše okolí charakteru spíše mužského, ženského, nebo je to kombinace obojího. Havaj vás hýčká. New York vás prověřuje. Havaj vás naláká do své léčivé přírody. New York vybudí vaše schopnosti myslet a jednat. Pokud máte za sebou těžkou práci a vaše mysl, tělo a srdce touží po uklidnění a osvěžení hojivou silou života, vydejte se na Havaj. Pokud se chystáte zkusit štěstí, pořádně rozjet kariéru a vypracovat se, zkrátka něco dokázat, vydejte se do New Yorku.

SEXUÁLNÍ NÁHRAŽKY MOHOU OSLABIT VAŠI ESENCI

Sexuální zeměpis skutečně funguje. Na některých místech se můžete nechat zahojit a osvěžit ženskou energii a na jiných zase rozhýbat energií mužskou. Ať pojedete kamkoli, sexuální charakteristika daného místa se projeví na vašem chování, životním rytmu, ambicích i vztazích. Spjatost s určitými místy ovlivňuje celý náš život. A podle toho si je také vybíráme: Často, aniž bychom si to uvědomovali, toužíme po jiném než lidském zdroji mužské nebo ženské energie, protože postrádáme společnost osoby, která by nám poskytovala to, co chceme.

Výběr bydliště je často ovlivněn tím, že buď nemáme partnera, nebo od něj nedostáváme dost mužské či ženské energie k naplnění našich hlubokých sexuálních potřeb. Spojíme se proto s náhražkou. Místo toho, abychom se stali

partnerem, který ve vztahu evokuje hluboké sexuální splynutí, si situaci usnadníme jiným než mezilidským vztahem. S touto náhražkou ale nedostává naše sexuální esence takovou příležitost polarizovat vztah s partnerem. Začneme si zvykat na intimní život, ve kterém je mnohem méně vášně, než víme, že je v našich možnostech. Přestože je naše esence spíše výrazně mužská nebo ženská, začneme inklinovat k neutrálnímu vztahu.

Přitom se místo hledání uspokojení v náhražkách můžeme naučit brát sexuální esenci do vlastních rukou, vdechnout jí život a osvěžit ji. Oživená sexuální esence působí jako dar s jasnou vlastní září, která přiláká příslušně polarizované intimní partnery nebo „nabudí“ partnera současného a evokuje v něm výraznější sexuální síly. Jakmile na sexuálních náhražkách přestaneme záviset, může naše esence svobodně uplatnit svou sexuální polaritu v Intimním splynutí. Místo toho, abychom se spokojili s každodenním nedostatkem ženství nebo mužství a sháněli náhražky, které vzniklou prázdnotu vyplní, si můžeme se svým partnerem navzájem předávat oživující dary lásky.

ŽENSKÉ SEXUÁLNÍ NÁHRAŽKY

Předpokládejme, že jste jako mnoho lidí v současnosti ve „vyváženém“ vztahu, ve kterém vy i váš partner tvrdě pracujete v zaměstnání mužské povahy a na sklonku dne už jeden pro druhého nemáte ani trochu ženské energie. Ani jeden z vás nemá dostatečný přísun oživující, hojivé a smyslné energie ženství. Proto byste nejspíš rádi nějakou načerpali „bokem“. Jaký je to pocit, když ve vašem životě není dost ženské energie?

V podstatě se dá říct, že vám každodenní rutina zevšední. Oba dva se vracíte z práce vyčerpaní. Kdo udělá večeři? Kdo

vyzvedne děti? Ani jeden z vás nemá moc energie na to, aby ještě něco dělal.

Konečně se dostanete do postele. Partner po vás chce masáž. No výborně; dobrá tedy. Chvilku svého partnera masírujete a potom si lehnete na břicho, aby vám to mohl oplátit. On už je ale v limbu a vy máte smůlu. Tu noc si už na žádnou ženskou energii nepřijdete.

Když máte ženské energie nedostatek, jste unavení a emocionálně vysycháte. Cítíte se jako bez života a toužíte po někom, kdo by vás hýčkal, vařil vám, kdo by vás namasíroval, okouzluje a potěšil. Začnete ji vyžadovat více od svého partnera či partnerky, a pokud ji nedostanete, obrátíte se na jiné zdroje. Možná začnete vyhledávat kontakt s ženstvím v jiné než lidské podobě.

Jednou z náhrad za něj je alkohol a další drogy. Ženskou energii vám může poskytnout jakákoli tlumivá droga, která zjemní ostré hrany reality, konejší mysl a otevře srdce. Ženství, ať už přichází ve formě uvolňujícího jointa marihuany, několika vychlazených piv, nebo hřejivé injekce heroinu, vás hýčká a okouzluje.

Mužské kvality jsou naopak k mání v jakékoli stimulační droze, která vás povzbudí, přinutí zapojit mozek a namotivuje vás k dosažení cíle a překonávání překážek na cestě k němu. Jsou to drogy jako kofein, amfetaminy a kokain, které vám dodají mužskou průbojnost a „tah na bránu“. Stejně jako u všech náhražek, i u drog platí, že při jejich pravidelném užívání je naše sexuální esence méně k dispozici pro hluboké spojení s intimním partnerem.

Kromě kouření, pití nebo pilulek se po ženské esenci můžeme poohlížet také v její lidské podobě, v podobě přítelkyně nebo milenky. Pokud máte mimořádně vyvinutou mužskou stránku, jste průbojní, neustále analyzujete a režírujete druhé, bude vás nejspíš přitahovat partnerka, která ztělesňuje zřetelné,

hojivé, občerstvující i přirozeně divoké aspekty ženství. Taková partnerka ve vás dynamicky vyváží vnitřní nedostatek ženské esence. Není například nic neobvyklého, že veleúspěšný podnikatel si k sobě najde oslnivě krásnou, ale zdaleka ne tak společensky angažovanou společnici. Je to ekvivalent toho, když se člověk vydá odpočinout si od New Yorku a vyrazí za smyslnou a hojivou energií Havaje.

A zrovna tak si muž může hlubokou oddanost lásce v polarizovaném vztahu vynahrazovat nezávazným „kamarádstvím“ s jednou nebo více ženami. Jeho mužská esence je pak víceméně naplněna a částečně uspokojena jemnými výměnami sexuální energie s těmito ženami, i když si s nimi třeba jen povídá. Je to totéž, jako kdyby měl několik povrchních „sexuálních“ vztahů, místo aby se hluboce oddal jednomu vztahu skutečně intimnímu.

Jeho sexuální esence ale začne postupem času slábnout – vlivem těchto nezávazných vztahů mizí a ustupuje do pozadí. To samozřejmě platí stejně pro ženy jako pro muže. Nevědomě využívané sexuální náhražky, i když jde jen o nevinné uspokojení v podobě rozhovorů s přáteli opačného pohlaví, mohou oslabit sexuální esenci a snížit schopnost poskytovat ji partnerovi v Intimním splnutí.

Zkusme teď zajít ještě dále. Představte si, že se člověk rozhodne nejen se na Havaj podívat, ale přestěhovat se tam. Dokonce si uzpůsobí život tak, aby si každý den mohl dopřávat jejích tropických zdrojů ženské energie: Jeho život je plný surfování, veslování a turistiky. Denně se vydává do nádherných a nespoutaných vod nebo džunglí.

Zeptejte se někdy surfaře: „Kdyby sis mohl vybrat mezi perfektními vlnami zaručenými na tři měsíce a dokonalým intimním vztahem se ženou zaručeným na stejnou dobu, pro co by ses rozhodl?“

Surfař nebo někdo podobný už má svůj zdroj ženské energie ve formě vody. Může mu žena nabídnout něco, co

už nedostává od oceánu? Voda ho umývá a hýčká. Pohupuje s ním nahoru a dolů. Je nepředvídatelná, vždy svěží a plná života. Někdy ho vyzvedne k dokonalému momentu intimního spojení. Někdy ho její náladovost div neutopí, smýkne jím o skály nebo ho odnese tak daleko od břehu, že si říká, jestli nebylo šílenství si s ní začínat.

Proč by se takový muž oddával ženě, která má svoje vlastní potřeby? Proč by se měl zatěžovat hluboce závazným vztahem, když většinu jeho potřeb uspokojuje ten nesmírný, okouzlující zdroj ženství, který je mu neustále k dispozici, připravený se mu kdykoli otevřít a poskytnout mu nejlepší chvíle jeho života?

Surfaři, lyžaři a další lidé se silně mužskou esencí, kteří se oddávají přírodním a živoucím silám ženské povahy, patří k mužům, u kterých je nejméně pravděpodobné, že se zcela oddají intimnímu vztahu se ženou. Takový muž nicméně dává přednost ženě (nebo muži) se silnou ženskou esencí, protože si přeje být v objetí se ženským elementem. Chce s ním splynout v intimním vztahu.

Touží do ženy vstoupit a pohybovat se v rytmu ženských sil, stejně jako se pohybuje náruživý surfař. Je připravený nechat se ženstvím léčit a zároveň si poradit s jeho náladami a nebezpečnými proudy. Pokud už se mu toho dostává od ženství ve formě přírody, dokáže jeho pozornost od surfování odvést jen velmi výjimečná žena, ve které je více ženství než ve vodách jeho přírodního zdroje. Můžete se ostatně zeptat kterékoli ženy, která už se o vztah s takovým mužem pokoušela.

MUŽSKÉ SEXUÁLNÍ NÁHRAŽKY

Jako žena si představte, že jste se nedávno rozvedla. V manželství jste zkoušela rozvinout svůj umělecký talent, měla jste pár malých výstav a několik kousků jste i prodala. Nyní jste ale svobodná a chcete díky malování udělat opravdovou kariéru.

Přestěhujete se tedy do velkého města a najdete si agenta, sháníte kontakty ve světě umění, učíte se od jiných umělců a čerpáte inspiraci na výstavách, v muzeích i v halasu nočního života ve městě. Přestěhovala jste se vlastně za mužskou energii: Směřovanou, vášnivě aktivní, která vám dodává vytrvalost a žene vás za úspěšným dosažením cíle.

Takový „poměr s městem“ je ve výsledku stejný jako surfařův poměr s oceánem. Necháváte se energií města pohánět. Říkáte si: „Jsem tu za určitým účelem. Jsem tu, abych dosáhla svého cíle. Musím využít zdrojů, které mi město poskytuje.“

A potom potkáte muže.

Už při prvním setkání to mezi vámi zajiskří. Jdete ale zrovna na pracovní schůzku a nemáte čas se vybavovat. O pár dní později se s ním setkáte v muzeu a jdete spolu na oběd, na kterém vytáhnete diář a domluvíte si večeri v sobotu večer v restauraci Chez Renée. V sobotu odpoledne si ale vzpomenete, že máte večer na programu důležitou vernisáž, které byste se opravdu měla zúčastnit. Zavoláte mu tedy a dáte si s ním sraz tam místo v restauraci.

On se na vernisáži ukáže s velkou kyticí a vy dočista roztajete. Náhle však koutkem oka zpozorujete pana Zámožného, jednoho z největších podporovatelů umění ve městě. Protože takovou příležitost nechcete zmeškat, popadnete svého nápadníka za ruku a táhnete ho za panem Zámožným, abyste si s ním mohli promluvit.

Později večer se k vám onen muž otočí a řekne: „Podívej, já jsem tady kvůli tobě. Chceš ty být taky se mnou, nebo budeš dál klábosit se všemi ostatními?“ Pohlédnete na něj, usrknete ze šálku kávy a řeknete: „Omlouvám se. Neměla jsem tě sem brát. Tohle je vlastně pracovní večer a já jsem teď zrovna v laulu. Zítra ti zavolám.“

Ženská oddanost nějakému poslání, která je mužské povahy, se snadno stává frustrující pro muže, který by chtěl v životě dané ženy představovat hlavní zdroj mužské energie. A vztahy s přírodními

zdroji sexuální esence se od toho tolik neliší. Mohou být vzrušující, ale stejně se ten, kdo v nich přijde zkrátka, cítívá oživen.

Surfař se vášnivě oddává vzdouvajícím se vlnám. Kulturista se může oddávat vypracovaným křivkám vlastního těla, lyžař zasněženým svahům a námořník tajuplnému moři. A zrovna tak se podnikatelka může oddat hnací síle velkého města. Jeho energie ji pohání za velkým úspěchem. A stejně jako kulturistovo zalíbení ve svém vlastním odrazu v zrcadle může přinést frustraci ženě, která by byla ráda předmětem jeho pozornosti, může se i podnikatelčina oddanost jejímu velkému poslání znelíbit muži, který by si přál být hlavním předmětem její úcty.

V místě, jako je New York, podléhá mnoho mužů frustraci právě proto, že jejich potenciální partnerky se oddávají lásce k intenzivní mužské energii města, nechávají se povznášet dojmy z majestátních panoramat a hnát od jedné úžasné příležitosti k druhé. V místech podobných Havaji čeká frustrace naopak na ženy, protože pozornost jejich potenciálních partnerů patří surfování, jemnému, teplému písku, hojným plodům ovocných stromů i řekám v krásných údolích. Ať už bydlíte v jakémkoli městě a vaše kariéra souvisí s čímkoli, můžete si všimnout, že i váš partner je se svým bydlištěm a zaměstnáním v určitém vztahu.

VE SPOLEČNOSTI MUŽE A ŽENY

Pokud se neustále řídíte svým dířem, snažíte se zaostřit svou mysl, upevnit vnitřní disciplínu a zdokonalit v čemkoli od obchodu k umění, jste ve spojení s mužským elementem.

Muži se v takové situaci ještě více nabíjejí jeho energií, a jsou tedy i výrazněji polarizováni v intimním vztahu se ženami. Například po úspěchu na burze akcií nebo po výhře na fotbalovém hřišti jsou mužskou energií zcela nabití, a o to připravenější se o ni podělit se svou ženou.

Když se ale ve společnosti mužského elementu pohybují ženy, mívají sklony ke ztrátě kontaktu se svou přirozenou sexuální esencí (pokud ovšem není mužská). Protože se celý den vystavují mužské energii a nechají ji proudit svým tělem, už tolik nezáří ženstvím a začíná v nich převládat mužská zacílenost. Žena, která právě uspěla na burze akcií, se nejspíš bude projevovat spíše mužsky než žensky. Je pravděpodobnější, že vztyčí zařatou pěst a zakřičí „Vítězství!“, než že se celá uvolní a bude vyzařovat ženskou energii.

Žena, která celý den nechá tělem plynout mužskou energii, začne stejně jako muž toužit po externím zdroji ženské energie. Začne si přát, aby se jí na sklonku dne dostalo ženství, třeba ve formě uvolňující masáže, teplé koupele, výborného jídla nebo jakékoli jiné podoby životodárné ženské energie, která by ulevila její mysli, naplnila její tělo životem a potěšila její srdce.

Pokud tuto energii pravidelně vyžaduje od svého intimního partnera, může dojít k potížím. Začne od svého muže chtít, aby ji více poslouchal, podporoval ji na cestě za úspěchem, pečoval o její unavené tělo a vdechl do její utrápené duše život. Ve výsledku chce od svého muže přísun ženské energie. Na nějaký čas to může být v pořádku, někdy i natrvalo, pokud je sexuální esence jejího partnera přirozeně ženské povahy. Pokud však od partnera neustále vyžaduje sexuální energii, která neodpovídá jeho přirozené esenci, říká si v intimním vztahu o komplikace.

Pokud jsou ženy naopak ve styku s ženskou energií, posílují to jejich ženství – jak je ostatně vidět na živém, pestrém a okouzlujícím zevnějšku i povaze žen v tropech. Ženská energie tělem ženy plyne, kdykoli je ve společnosti ženství. Po příjemných chvilkách s dobrými kamarádkami, po procházce květnatou loukou, po společném tanci nebo při vyjádření osobní kreativity je žena této energie plná a zcela připravená na společnost svého muže.

Neustálou společností žen se ale muž postupně depolarizuje. U muže, který celý den pije pivo nebo kouří marihuanu, surfuje nebo hraje na kytaru pod stromem, je méně pravděpodobné, že bude mít pro dlouhodobý závazný vztah se ženou dost cílevědomosti. Tento druh depolarizovaného muže je často karikován, čímž vznikají stereotypní modely duchem nepřítomného huliče, plážového povaleče nebo rockera-sukničkáře.

Chcete-li oživit a posílit své emocionální i sexuální jádro, zdržujte se ve společnosti sexuální síly *stejně* povahy, jako je vaše přirozená sexuální esence. Pokud jste nuceni strávit hodně času v přítomnosti esence opačného pohlaví (ať už v podobě lidí, míst nebo činností), určitě se to snažte vynahradit trávením podobně dlouhého času ve spojení se svou přirozenou sexuální energií. Pokud je vaše sexuální esence mužská, věnujte dost času společnosti výhradně mužské nebo pobývání v prostředí, které je výzvou pro vnitřní disciplínu a cílevědomost – třeba v podobě sportu, meditace nebo tvořivosti orientované na určitý výsledek. Pokud je vaše esence ženská, pohybujte se hodně ve společnosti žen nebo v blízkosti přirozeného proudu životní síly, tancujte, chodte do přírody, při kreativní činnosti buďte spíše bezprostřední a při milování buďte vášniví.

Dokud svému emocionálnímu a sexuálnímu jádru dodáváme jeho přirozenou energii, ať už mužskou, nebo ženskou, můžeme si během pracovního dne dovolit bez obav se vystavovat mužství nebo ženství do jakékoli míry, nehledě na vlastní sexuální esenci nebo pohlaví.

DŮSLEDKY SEXUÁLNÍHO ZEMĚPISU

Co čeká intimní partnery cílevědomých žen-podnikatelek, nebo naopak málo cílevědomých mužů? Mužství a ženství se vždy drží při sobě a zachovávají mezi sebou dynamiku vzájemného doplňování, předávání, přijímání, usměrňování a nabíjení. Když

to neudělá on, udělá to ona. Pokud tvořivý, ale nijak cílevědomý muž nedodává své ženě mužskou energii, začne si ji tvořit sama. Pokud žena slaví úspěchy, se kterými ale přichází stres, jenž se stane překážkou v předávání ženské energie svému muži, vytvoří si ženskou energii on sám nebo ji bude hledat jinde.

Často si neuvědomujeme, v jakých extrémech se sexualita míst může pohybovat. New York je tak silné mužské povahy, že spěchající člověk v šedém obleku, který za letmého pohledu na hodinky překračuje pohozené odpadky, je tu standardním obrázkem. Jaké by to bylo potkat na ulici v New Yorku ženu v bikinách, s nakrémovanou pletí zdobenou krůpějemi potu a věncem květin kolem krku, jak se při pomalé chůzi vlní do pomyslného rytmu, tu a tam ke květinám přivoní a každého kolemjdoucího zdraví svým zářivým úsměvem? Takový pohled je zase běžný na Havaji a dalších místech ženské povahy, kde by uspěchaný člověk v šedém obleku, zcela ignorující své okolí, vzbudil spíš soucitné úsměvy lidí, kteří jsou tu zrovna na dovolené a užívají si na tropické pláži.

Porozumění sexuálnímu zeměpisu nám umožní odhadnout, které vztahy budou v závislosti na lokalitě vznikat snadno a které obtížně. V New Yorku a podobně mužských místech bude pro muže i ženy těžší navázat kontakt s ženstvím. Na Havaji a dalších ženských místech mohou naopak nastat obtíže při kontaktu s mužstvím.

V místě havajského typu jsou muži i ženy dnem i nocí vystavováni ženství. Muži tu proto mají vždy na výběr mezi ženami samotnými a ženstvím v jiné podobě – například v podobě surfování –, zatímco ženy vždy zápolí o mužovu pozornost. Proto bývá jejich oblečení na Havaji extrémně ženské, smyslné a zvýrazňuje tělesné křivky – a ne každá žena bude přitom na takovém místě dost vynikat. Zdejší situace může být těžká například pro ženu, jejíž muž-plážový povaleč ji nutí tvrdě pracovat, aby vyšla s penězi.

V mužském městě, jako je New York, se muži i ženy ve dne v noci vystavují mužskému elementu. Tady mají naopak ženy možnost výběru formy mužského elementu – buď jsou to muži sami, nebo také jejich vlastní nabitý program –, a muži tu musí neustále bojovat s jejich ambicemi a cílevědomostí. Ženské šaty v New Yorku se podobají mužským, jsou spíše střízlivé, praktické a někdy plní i funkci „ochranného oděvu“. Často jsou jakoby přímo stvořené na cestu za úspěchem. Aby se muž i žena v New Yorku prosadili, musí v sobě najít hodně mužnosti. A proto se tu mužům obtížně hledají ženy, které byly odhodlány stát se jejich zdrojem ženské energie.

DALŠÍ SEXUÁLNÍ NÁHRAŽKY

Ženská a mužská energie není k nalezení jenom v určitých místech; někdy může jako sexuální náhražka za partnera posloužit třeba dítě. I když s ním samozřejmě nespíme, nenapadne v nás může uspokojovat naši potřebu ženství nebo mužství. Pokud například dovolíme, aby se pro nás rozjetá kariéra našeho dítěte stala zcela klíčovou záležitostí, stavíme se k němu jako k usměrňující, a tedy mužské síle, což často vede k žárlivosti mezi rodiči: „Věnuješ synovi víc pozornosti než mně!“

Ženskou sílu pro nás dítě představuje, když se nás láskyplně dotýká a obdaruje nás svým bezprostředním smíchem, když vnímáme jeho krásu a schopnost obohatit naše životy potěšením. Někdy se dítě stává zcela vědomým a prvořadým zdrojem intimní mužské nebo ženské energie. Může k tomu docházet přirozeně ve formě jakéhosi radostného sdílení, ale může to být také zdroj partnerské žárlivosti. Velmi zřídka to pak může vyústit i ve formy sexuálního zneužívání.

Můžeme se také pokoušet uspokojit svou potřebu mužství nebo ženství tím, že za zdroj proudění sexuální energie pojme-me zvířata, smyšlené postavy nebo i oblíbené předměty.

Uvedu příklad: On je jejím ochráncem, dlouholetým společníkem a oddaným partnerem. Ona se mu se vším vždy svěřuje. On při ní stojí v nejtěžších chvílích, pokaždé ji podpoří a vždy vycítí její potřeby. Ráda cítí jeho sílu, když se pustí do vzájemného zápasu, a přitom ví, že by jí nikdy neublížil. Je ale umíněný a stává se, že přerušuje její telefonní hovory, nebo ji dokonce probudí z hlubokého spánku, aby dostal, co chce. Ona však vždy cítí jeho uznání. Miluje svého nejvěrnějšího přítele – svého němec-kého ovčáka.

A tady je další příklad: Rád obdivuje její ladné a skvostné tvary. Uctívá linie jejího těla, vlastnoručně ji umývá, přičemž pozoruje, jak pěna stéká po jejím čele, podél nádherných křivek jejích boků a vychutnává si dlouhé tahy houbou po její šíji. Na veřejnosti na ni žárlí a dává si dobrý pozor na každého, kdo se k ní přiblíží. Když jsou o samotě, probudí ji k životu a cítí, jak ho slastným předením odměňuje za jeho péči. Nejdřív ji nažhaví a potom zase zchladí a jeho šikovné prsty rády zkoumají její dobře promazané ústrojí. Těší se, jak s ní bude trávit víkendy, občas si vyrazí na pláž a pochlubí se s ní kamarádům. Miluje svou Corvettu, i když se jeho ženě příliš nelíbí, kolik času, peněz a energie do ní investuje.

Pokud si všimnete, že si váš partner našel emocionální nebo sexuální náhražku, mějte se na pozoru. Jeho sexuální esence už může být ne zcela přirozenou polaritou narušena nebo pohl-cena. Je dobré si už předem uvědomovat, že není vždy snadné zbavit se zažitých sexuálních náhražek, a osvobodit tak svou esenci, abychom mohli překonat model 50/50.

Může se stát, že váš mužský partner se rozhodl obklopovat se náhradními zdroji ženské energie, jakými jsou třeba surfo-vání, krásná auta, marihuana, hudba a další zdroje smyslnosti, krásy a svěžesti. V tom případě je méně pravděpodobné, že bude v intimním vztahu připraven předávat vám mužskou lásku a přijímat vaši ženskou.

A zrovna tak se může stát, že si vaše partnerka najde náhradní zdroj mužské energie, jako je třeba kariéra, věčně nabitý program, silné zvíře, velké město, velké poslání nebo jakýkoli jiný způsob, jak dát životu účel, směr a cíl. Pokud je to tak, bude partnerka v intimním vztahu méně připravena předdávat svou ženskou lásku a přijímat vaši mužskou.

POVZNÁŠÍME SE NAD SEXUÁLNÍ NÁHRAŽKY

Věnuje-li se žena kariéře, může tato skutečnost pronikat až do jejího srdce a vyvolávat v ní stejný druh oddanosti a emocionálního naplnění, jako by v ní vyvolával ten správný muž – tedy muž, kterému by mohla opravdu věřit, muž s dobrým srdcem a plný lásky. Mužovo přílišné zalíbení v dokonalých mořských vlnách, v dokonale tvarovaných bicepsech či třeba ve svahu pokrytém dokonalým prašanem zase může odvést jeho pozornost od skutečných cílů stejně, jako by tomu bylo při jeho posedlosti ženou dokonalých tvarů. Než začneme být schopni a ochotni zažít Intimní splynutí, je třeba z takových bláhových hledání vyrůst.

Klíčem k intimitě je láska a klíčem k lásce je důvěra. Když je muž nebo žena ve vztahu s nějakou sexuální náhražkou, je méně pravděpodobné, že se dokáže naprosto oddat lásce k partnerce či k partnerovi. Tím pádem ztrácí na důvěryhodnosti. Od takového člověka nečekáte, že se v lásce k vám plně angažuje, protože jeho pozornost přece patří sexuální náhražce. Dokonce se může stát, že odmítne na ni rezignovat, protože mu bude zatěžko věnovat přízeň spíše vám než kariéře, dítěti nebo golfovému klubu.

Pokud od svého partnera nedostáváte, co chcete, nejspíš vás nic nemotivuje darovat mu svou sexuální esenci. „Když mě chce držet zkrátka, má to mít,“ říkáte si. V této patové situaci se často snažíme nastavit model „vyváženého“ vztahu, abychom měli alespoň stejné „slovo“, rozumný podíl zodpovědnosti i peněz. Tento vztah 50/50 je navíc bezpečný. Jen zřídka je v něm skutečně

nutné odvděčit se svému partnerovi tím, že s námi bude sdílet část naší křehké duše – což nám vyhovuje, protože se bráníme darovat plně svou sexuální esenci partnerovi, o kterém nevíme jistě, že nám to vrátí.

VZDOR VŮČI SEXUÁLNÍ ENERGII

Hluboká výměna citů mezi lidmi je často obtížná, protože větší na z nás má určitou rezistenci vůči potřebám sexu a lásky. Jeden z hlavních důvodů, proč místo lásky k druhému člověku raději volíme náhražku, je právě tento vzdor; jen málo z nás to ovšem přizná. A jen málo z nás pravidelně dává sama sebe všanc ve velmi zranitelné sexuální jednotě s vybraným partnerem. Kolik z nás je ochotných opravdu přijmout milostného partnera hluboko do svého srdce, často se mu dívat upřímně do očí, zcela se mu otevřít a odevzdat se mu natolik, že s ním splyne v jasné záři lásky?

Tato otázka není nijak metaforická. Takovému velmi zranitelnému spojení téměř každý z nás vzdoruje. Buď se bojíme, že na to „doplatíme“, nebo se bojíme samotného odevzdání se lásce.

Možná jsme byli v dětství nějak zneužiti, ať už doslova v podobě sexuálního zneužívání, nebo v méně doslovné, ale stejně závažné podobě emocionálního zneužívání. Naučili jsme se, že se musíme chránit, že do svého nitra nikoho nepustíme. Vypěstovali jsme si tvrdou slupku a srdce si neustále hlídáme.

Přesto ale uvnitř toužíme po lásce. Toužíme po něžných dotycích. Chceme, aby se i našeho srdce někdo dotýkal, buď muž, nebo žena.

Dva podstatné aspekty mužské esence jsou „kontrola“ a „průnik“. Pokud z nějakého důvodu vzdorujeme mužské energii, budeme se před takovou kontrolou a průnikem bránit. Může se nám například stávat, že v přítomnosti útočného člověka s ostrými lokty jen sedíme se ztuhlými rameny a ruce zkřížíme na prsou ve snaze se před jeho průniky nějak ochránit. Když na nás partner

zakřičí nebo nás znenadání pevně uchopí za ruku, „zamrzneme“, a uzavřeme se tak před jeho pronikající mužskou energií.

Existují ještě další způsoby, jak vzdorovat mužské energii. Některé ženy se například požadavky muže nechtějí nechat „držet v šachu“. Takové ženy budou přitahovat spíše muži, ve kterých je hodně ženství – ti, kteří nekladou tak velké požadavky. „Nenechám si od žádného muže diktovat, co mám dělat,“ honí se jim hlavou, nebo to někdy i řeknou nahlas.

Tento vzdor vůči mužství může být tak silný, že žena má neustále problémy s vnější i vnitřní disciplínou, což jsou opět projevy mužské energie. Navenek se může jevit jako ukázněná, ale přitom ji uvnitř šířící určité posedlosti: V kanceláři se například vzorně drží časového plánu a v soukromí svého domova pak spořádá litr zmrzliny. Sní o muži, kterému by mohla bezmezně věřit, ale před kamarádkami prohlašuje, že pro ni žádný muž není dost dobrý. Nenávidí, když se jí říká, co má dělat, a přesto tráví večery nad romány plnými žen, které se nechávají strhnout mocnou mužskou vášní. Její ženská sexuální esence netouží po ničem jiném tolik, jako po lásce a péči silného muže, a přesto ji její osobnost před mužskou energií chrání.

Pokud jako muž uvažujete o intimním vztahu se ženou, mějte na paměti následující: Způsob, jakým reaguje na vnější kontrolu, a její vztah k disciplíně vypovídají o tom, jak se bude stavět k vaší mužské energii. Pokud s disciplínou bojuje, čeká vás bitva. Pokud vzdoruje kontrole, čeká vás její vzdor i ve vztahu.

Naproti tomu žena, která vnitřní i vnější disciplínu ve zdravé míře ochotně přijímá a ráda se zřekne vlastní kontroly nad věcmi, když ví, že je to pro její dobro, má k mužské energii dobrý vztah. Nemusí jít o žádnou „bábovku“, ale rozhodně neklade usměrňujícím silám takový odpor, že se vaše mužská energie bude neustále setkávat s hněvem a odmítáním.

A co v případě, že se coby žena poohlížíte po vztahu s mužem? Jeho vztah k ženské energii bude odpovídat způsobu,

jakým se staví k životní energii celého světa. Pokud svět vnímá jako zátěž, budete ho často tížit i vy. Pokud je pro něj svět zdrojem potěšení, můžete čekat, že bude toužit i po potěšení od vás. Jestliže si na světě spíše stále s něčím pohrává, než aby se ho snažil brát vážně a stal se jeho nedílnou součástí, bude jako hru brát i vztah, ale není pravděpodobné, že by se chystal na pouť vašim nitrem a uvolnil váš skrytý potenciál.

Když je pro něj svět výzvou, budete jí i vy. Muž, který do každého okamžiku svého života vkročí plný síly a vnitřní integrity, bude zrovna tak přistupovat k vám. Nečekejte ale od nějakého mnišského knihomola, že se vás chopí a bude s vámi vířit po parketu života do rytmu hudby ve vašem srdci. K ženské síle bude zkrátka mít stejný vztah, jaký má k životní energii světa.

Muž, který vzdoruje ženské energii, chce plout proti proudu řeky života a do chaosu divoké energie kolem sebe se snaží vnést pořádek, se bude snažit udělat totéž s intimní partnerkou. Pokud se ze strachu snaží „intelektuálně distancovat“ od nástrah a požadavků reálného světa, čeká to i jeho ženu. Musí-li být v jeho ložnici naprostý pořádek, bude ho očekávat i v emocích ženy. A pokud mu naopak nezáleží na tom, jak vypadá prostředí, ve kterém se pohybuje, bude mít zrovna tak nenucený postoj k pocitům své partnerky. Jakmile porozumíme sexuálnímu postoji partnera k okolnímu světu – stejně jako svému vlastnímu přístupu – můžeme předvídat scény, které se ve vztahu mohou odehrát, a už předem s nimi pracovat.

JAK SE STÁT UVĚDOMĚLÝM A DŮVĚRYHODNÝM MILENCEM

Probrali jsme, jakou roli sehraává sexuální polarita u lidských i dalších zdrojů mužské a ženské energie. Pomocí principů, se kterými jste se seznámili, můžete jako praktikanti Intimního

splynutí pokračovat v průzkumu na vlastní pěst. Každý vztah je jiný; žádné z probraných pravidel nebude platit pro všechny vztahy. Je na vás, abyste začali experimentovat a přišli na to, co ve vašem vztahu funguje nejlépe.

V každém případě se ale dá říct, že každý z nás měl někdy někde vztah se sexuální náhražkou, a totéž platí o našich intimních partnerech. Možná to byl jen letmý polibek s hrdlem láhve piva a možná to byl dlouhodobý závazek v podobě odhodlání dostudovat medicínu. Možná se zuby nehty bráníme až příliš, když přijde čas poddat se disciplíně – nebo naopak příliš ochotně nasloucháme vrtochům našich rádoby představených. Možná se od zmateného, komplikovaného světa snažíme držet moc velký odstup, povznášet se nad něj a neplést se do něj – nebo se naopak příliš necháme strhnout vším, co nám přijde na oči.

Mužská a ženská energie nás obklopuje v mnoha podobách. Pochopíme-li, jak se k těmto mocným silám postavit, prospěje to naší schopnosti být uvědomělými a důvěryhodnými milenci či milenkami – schopnými navázat plně polarizovaný vztah založený na Intimním splynutí.

8

CESTA MUŽSTVÍ



JÁDREM MUŽSTVÍ JE CÍLEVĚDOMOST

V průběhu mnoha let praxe konzultanta pro jednotlivce i páry jsem zaznamenal neustále se opakující model: Ve vztahu je partner, který má spíše mužskou sexuální esenci, v životě poháněn především cílevědomostí. Druhý partner, který disponuje esencí spíše ženskou, se ve vztahu řídí především emocemi.

Oba partnery ve vztahu ovlivňují oba faktory, intimita i cílevědomost. Přece jen ale platí, že mužská esence pokládá za důležitější „smysl života“ a ženská „intimní vztah“.

To, co zde nazývám „smyslem“ a čemu mohou lidé zrovna tak říkat „pravda“, „poslání“ nebo „cíl“, je pro mužskou sexuální esenci tou nejdůležitější věcí v životě. Z historie je známo, že člověk je na základě svého mužství schopen ve jménu pravdy, cíle nebo poslání položit i život.

Neustálým přezkoumáváním životů svých klientů docházím k závěru, že člověk se zcela odhodlá být součástí vztahu *jen tehdy*, je-li jeho mužská sexuální esence v souladu s jeho skutečným posláním.

PRIORITOU MUŽSTVÍ JE POSLÁNÍ

Abych zde mužství mohl popsat mnohem podrobněji, zkombinuji aspekty svého vztahu s dlouhodobým partnerem a ponaučení, která jsem si vzal z let práce s jinými páry. Použiji „kombinovaného“ intimního partnera, kterému budu říkat „Ofélie“, a poslouží mi jako příklad typického partnera s ženskou sexuální esencí. Jako příklad partnera s mužskou esencí použiji svou osobu.

Ve skutečnosti je samozřejmě každý člověk jedinečný a neustále se mění, takže opravdový obraz mužských a ženských sil je mnohem složitější než nástin, který zde budu popisovat. Přesto si ale myslím, že je užitečné probrat si, jak se dá o mužství a ženství přijít a jak jej znovu nabýt, i když při tom nebudeme brát v úvahu lidskou jedinečnost.

Znovu a znovu jsem se snažil být naším vztahem tak zaujatý, jako byla Ofélie; ale nebyl jsem. Možná by se spíš dalo říct, že mě nezajímal stejným způsobem, jako ji. Mnohem více, než pocit z okamžiku, který s Ofélií právě prožívám, mě zajímal celkový kontext, tedy kam naše životy směřují.

To ale neznamená, že mě vztah nezajímal vůbec. Opak je pravdou. Na Ofélii jsem myslel víc než na kohokoli jiného a vztah s ní pro mě byl ze všech vztahů nejpřednější. Rozdíl byl v tom, že mě spíše zajímalo, *kam* směřuji, než *s kým* jsem se na cestu vydal.

Postupem času jsem došel k závěru, že totéž platí pro každého člověka s mužskou sexuální esencí, ať už muže, nebo ženu. A platí to tím více, čím více mužství v něm je. Jádrem mužské sexuální esence je cílevědomost, tedy směr, kterým se ubíráme.

Protože Ofélie zřejmě neměla v životě ty samé priority, začalo jí připadat, že můj přístup je ve srovnání s jejím sebestředný. Vypadalo to, že se neustále zaobírá mnou

a naším vztahem, a mě přitom spíše zajímalo, co děláme, kam směřujeme a jak docílíme svého poslání.

Časem jsem ale ze situace vyvodil celou pravdu: Že sebestředný je přístup nás obou. Zatímco já jsem se zaobíral smyslem a cílem, jak v Intimním splynutí, tak ve svém osobním „životním poslání“, Ofélii trápily její vlastní pocity z našeho vztahu (které se především týkaly jeho „nádechu“). Já jsem byl zaměstnán svým smyslem a posláním (včetně vztahu, ale také mnoha dalších aspektů mého života).

Ženskou sexuální esenci ovlivňuje především tok lásky ve vztahu a mužskou zejména celkový smysl života – tedy cíl nebo poslání. V mém případě to bylo nejvíce vidět, když jsem pracoval na velkém projektu. Kdykoli jsem podléhal prokrastinaci nebo nejistotě, jak v projektu postupovat, začala tato nejistota odsávat mou energii a Ofélie okamžitě pocítila její nedostatek ve vztahu. Nebyl jsem schopen být skutečně a zcela s ní. Část mé osoby se stále účastnila projektu, ať už vědomě, nebo nevědomě, a snažila se pracovat na chybějící jistotě a smyslu.

Kdykoli jsem měl ve smyslu a cíli jasno, byl jsem schopen „v práci skutečně pracovat“ a zrovna tak být s Ofélií celou svou osobou. Neznamenalo to, že projekt musím dokončit, abych se mohl soustředit na milování Ofélie; stačilo si jen udělat jasno ve skutečném smyslu mého počínání a sladit život s jistotou a účelností. V opačném případě byla moje mužská sexuální esence v rozpacích. Značná část mého nitra byla výrazným pocitem neúplnosti rozrušená.

MUŽSTVÍ FUNGUJE V REŽIMECH

Byl jsem svědkem zbytečné snahy mnoha žen přitáhnout mužskou pozornost ve chvílích, kdy v televizi běží přenos fotbalového utkání a „hoši“ jsou přibiti k obrazovkám. „Copak si nemůžeme jen tak povídat?“ Muž nedbající jakýchkoli podnětů

z okolí při kopu na branku od půlící čáry je věčným tématem, které se mnou probíral nespočet žen. „On vás vlastně ani neslyší“, odpovídám. Protože to dobře znám, stejně jako každý muž i žena se silnou mužskou esencí.

Žena se spíše ženskou sexuální esencí se například musí naučit, že její muž, pokud disponuje mužskou esencí, ji nejspíš neignoruje; je jen naprosto soustředěný a zabraný do momentálního režimu. V tu chvíli neslyší její oslovení, takže se nemůže „rozhodnout“ ji ignorovat. Dokud je totiž v jiném režimu, její hlas do jeho reality ani neproniká. Je to, jako kdyby spal a zdál se mu sen. Jeho pozornost funguje v rámci daného režimu, určitého prostoru, za jehož hranicemi není nic; třeba hlas své milé uslyší, pokud bude volat dostatečně nahlas, aby do jeho snu pronikla. Stejně by ale tuto říši snů musel nejdříve opustit, aby mohl odpovědět – a kdo ví, zda by se mu vůbec kdy podařilo se do ní vrátit?

Zůstaneme-li u této analogie, platí pro kohokoli s mužskou sexuální esencí, že jeho stavy se dají rozdělit do přesně určených režimů – tedy říší, do kterých se zřejmě nedá proniknout zvenku. Tyto režimy se osobám s ženskou esencí mohou jevit jako jednorozměrné: Patří k nim fotbalový režim, pracovní režim, motoristický režim a milostný režim. Čím silnější je mužská sexuální esence, tím méně bude osoba v určitém režimu propouštět zevní vlivy: „Nevidíš, že mám práci? Neobtěžuj mě teď, prosím.“

Naproti tomu pro ženskou esenci nejsou režimy stanovené ani zdaleka tak pevně. Osoba s ženskou sexuální esencí je schopná plynulého pohybu mezi sledováním televize, konverzací a prací na projektu – dokáže se věnovat všemu najednou. Tok ženské pozornosti je plynulý: „Ano, mám práci, ale nerušíš mě. Jak se máš?“

To je jednou z největších výhod ženy – a zároveň i slabin. Dokáže snadno přebíhat od jedné činnosti k druhé, a proto se její pozornost zároveň nechá snadno rozptýlit a zaujmout

návštěvou kamarádky nebo konverzací po telefonu, místo aby zůstala upřená na projekt, který je třeba dokončit.

Mužská energie je ve srovnání se ženskou poněkud „tuhá“, a proto se nenechá hned tak něčím vykojet. Mužské fungování v režimech muže být skutečným darem. Umožňuje člověku překonat překážky, které by člověka s ne tak silnou mužskou esencí odradily. Extrémní mužství k dosažení cíle využije jakýchkoli prostředků a nenechá se ničím odchýlit – ať už jde o sledování fotbalového utkání, psaní románu, vydělání milionu dolarů nebo cestu za osvícením. Tato schopnost dosažení cíle a odolnost proti rozptýlení by se u mužů i žen měla těšit účtů jako hodnotný aspekt mužství.

Zároveň si však muži i ženy musí uvědomit, že tento mužský dar – setrvání v jednom režimu, dokud není dosaženo cíle – je třeba vyvážit ženskými dary plynulosti a citu. Někdy je třeba pracovat a někdy zase vonět k růžím. Někdy sami sedíte v místnosti a zcela se koncentrujete a někdy se se svou drahou polovičkou oddáváte milostným hrátkám a polštářové válce.

Této rovnováhy toku mužství a ženství lze dosáhnout dvěma způsoby: ve svém vlastním nitru nebo mezi dvěma osobami. Člověk s neutrální esencí je jí často schopen dosáhnout sám o sobě tím, že střídá práci a hru, soustředění a radost, poslání a lásku.

Pokud je ale vaše sexuální esence spíše mužské nebo ženské povahy, často vám bude bližší věřit přirozeným darům od svého partnera. Jakmile sami o sobě dosáhnete celistvosti podle modelu „rovnovážného“ vztahu – tedy jste schopni soustředění na základě své mužské části a plynutí na základě části ženské –, je často velmi příjemné se v Intimním splynutí uvolnit, zaujmout pozici své přirozené povahy a nechat se partnerem zahrnout dary povahy opačné. Ženský partner se tak stane Havají, mužský se stane New Yorkem a vzájemně si předávají přednosti ženské záře a mužského smyslu.

MUŽSTVÍ VYHLEDÁVÁ POTÍŽE

Mužská sexuální esence pátrá po konfliktech. Je to její způsob, jak dostat svého smyslu. Vidí problém a snaží se s ním vypořádat. Vlastně se často snaží najít a napravit problém tam, kde není.

Kdysi jsem se na emocionální rozpoložení Ofélie díval jako na potíže, se kterou je třeba se vypořádat. Připadalo mi, že po bytě chodí jako tělo bez duše, a proto jsem se snažil to s ní probírat, kladl jsem jí spoustu otázek a doufal, že problému přijdu na kloub.

Pamatuji si, jako by to bylo dnes, jak jednou doslova burácela celým bytem, práskala dveřmi a vybíjela si vztek na nej-různějších kusech vybavení kuchyně a ložnice. Já jsem tehdy už nějakou hodinu pracoval ve studovně a po několika minutách nárazů a zvuků rozbíjených věcí jsem se šel podívat, co se děje. Jakmile jsem Ofélii spatřil, bylo mi jasné, že ji něco velmi rozcílilo, a začal jsem jí klást dotazy v naději, že přijdu na to, co ji trápí, společně se dostaneme k jádru věci a dáme ji do pořádku. Moje přirozená reakce – vlastně plynoucí z mé lásky – byla napravit ji.

Ofélie ale *nesnášela*, když ji někdo napravoval. Nelíbilo se jí, když jsem přepnul do režimu „opravy Ofélie“. Vlastně to vypadalo, že čím víc se ptám, co je špatně („Je to tím a tím?“), tím více zuří.

V tu chvíli si přála cítit mou lásku, moje pochopení a mou starost o ní. Místo toho ale cítila jen vrtání a šťourání, jak jsem pátral, kde je jaký nedotažený šroubek a kde se dostavila duševní únava materiálu. Cítila mé dotěrné otázky, mou frustraci a můj nátlak ve snaze vyřešit její „problém“.

Chtěl jsem Ofélii pomoci, protože ji miluji. A protože mám mužskou sexuální esenci, měl jsem sklony pomáhat jí tím, že vyřeším její problém. Proč jí dávat jen lásku a pochopení, když jí můžu pomoci od problému samotného?

Přitom ale to, co si ode mě přála nejčastěji, byla právě láska a pochopení. V tomto případě, stejně jako v tolika dalších, byl „problém“ jednoduše v tom, že necítila mou lásku. Byl jsem tak zabraný do projektu, na kterém jsem pracoval, že Ofélii připadalo, že tento projekt je pro mě důležitější než ona. Čím usilovněji jsem se snažil přijít na to, v čem problém vězí, tím více cítila, jak místo lásky analyticky pitvám její problém a s ním i její život. Nechtěla, abych ji opravil, ale abych ji miloval.

Dnes už vím, že nejdřív je jí třeba přímo vyznat lásku skrze objetí a útěchu, vřelý pohled do jejích očí a slova chvály na všechno, čeho si u ní cením. Teprve když jsou naše srdce zcela otevřená a plným proudem mezi nimi plyne láska, můžeme se zaměřit na to, co je třeba „opravit“.

Jakmile mužství zcela porozumí ženskému srdci, zřekne se své potřeby neustále se ptát a řešit problémy a místo toho svou intimní partnerku zahrne hřejivou energií své lásky. Může jí zazpívat, zatančit si s ní po místnosti, něžně ji hladit po rameni nebo jí prostě říkat, jak moc ji miluje; ať už to udělá jakkoli, nepřestane, dokud jeho citlivá, vytrvalá a hravá láska neotevře její srdce a dokud na její tváři nevykřeše jiskru radosti. Teprve potom mohou bez zmatků společně vyřešit případné těžkosti ve vztahu nebo jejím životě; v jejím nitru a na citové úrovni jejich vztahu může v tu chvíli volně plynout láska. Místo toho, aby ženu „napravoval“, tedy může svůj mužský smysl pro poslání aplikovat na jejich životy ve vztahu k okolnímu světu.

Pro muže i ženy je důležité si uvědomit, že mužská sexuální esence často vyjadřuje lásku snahou vyřešit problém, zatímco ženská se naopak často snaží řešit problémy poskytnutím emocionální podpory. Zejména u mužů je záhodno si uvědomit, že ženě s ženskou esencí se snaha o vyřešení jejího „problému“ vůbec nemusí jevit jako láska. A ženy by naopak měly vzít na vědomí, že poskytnutí emocionální podpory často není tím

pravým příspěvkem k vyřešení problému, se kterým se mužská sexuální esence pokouší vypořádat.

Pokud však chceme mužskou a ženskou esenci přijímat takové, jaké jsou, musíme si těchto darů přesto vážit. Až příště pocítíte, že se vás mužský partner snaží napravovat, poděkujte mu za jeho lásku a řekněte mu, že momentálně nepotřebujete analýzu, ale například objetí. On danou věc ostatně nejspíš dělá právě proto, že vás miluje, i když to vyjadřuje mužským způsobem. Časem se naučí, že to, co opravdu chcete, je láska a ne „oprava“ (i když sám bude útěchu stále považovat za způsob, jak vyřešit váš emocionální problém).

MUŽSTVÍ VYHLEDÁVÁ VYSVOBOZENÍ

„Chci odsud pryč!“ Na těchto slovech se obvykle zakládají mužské nářky. Když je mužství ve špatné náladě, snaží se z ní dostat pryč. Cítí se omezováno, vyčerpáno, v pasti a pod neúnosnou zátěží životní situace, zodpovědnosti a vztahů. Potřebuje od toho všeho „osvobodit“. Potřebuje se dostat pryč.

Pro muže se silnou sexuální esencí není život prostě daným faktem. Je pro něj spíše problémem k vyřešení nebo uměním k ovládnutí. Je to boj. Proto je pro muže prvním přáním dostat se pryč, když se cítí vysílený, unavený a zmožený. Chce pryč od místa, kde musí tolik pracovat. Chce se zbavit zátěže života a vztahu, například pomocí piva, televize, filozofie nebo meditace.

V intimním vztahu se jeho touha po úniku může setkat s nepochopením. Žena se ženskou sexuální esencí má například obvykle sklony o lásce buď pochybovat, nebo ji prožívat. Proto v situaci, kdy její partner má potřebu dostat se pryč, okamžitě nabude dojmu, že je to proto, že ji nemiluje. To ale velmi často není pravda. On se jen cítí být vězněm svého života a jeho reakcí na tuto zátěž je touha uniknout. Chce pocítit osvobození – což neznamená, že si přeje ukončit vztah.

Mužství má tendenci cítit věznění, když má špatnou náladu. Cítí se omezováno životem a vztahem, respektive jejich aspekty ženské povahy. Proto z těchto pocitů stísněnosti často viní ženství. Při snaze o únik se často snaží dostat co nejdál od ženství, nějakým způsobem jej obvinít nebo napadnout.

Stejně jako se ženství ve špatné náladě cítí být nemilováno mužstvím, mužství má obvykle sklony pociťovat ze strany ženství určité omezení nebo zátěž. Aby se ženství zbavilo pocitu, že není milováno, vyhledává pevnější jednotu se svým protějškem. Mužství se naopak snaží zbavit pocitu zátěže a stísněnosti tím, že vyhledává vysvobození. Ve všech vztazích osoby ženské a osoby mužské povahy dojde k následující scéně, kde ženství se snaží vyplnit svůj pocit prázdnoty, zatímco mužství se snaží osvobodit od svého pocitu stísněnosti.

MUŽSTVÍ SI UŽÍVÁ, KDYŽ O NĚCO JDE

Mužské sexuální esenci je příjemné, když se může pohybovat na ostří nože. I když jde jen o rekreaci nebo relaxaci, dává před oddechem a volným tempem přednost výzvě. Autem jezdí rychleji, než je třeba. Sleduje box, fotbalová utkání a akční filmy. Zápolí na tenisových kurtech, zkouší štěstí v kostkách a pokeru.

Není to proto, že by si mužství potřebovalo neustále něco dokazovat nebo že „ho těší násilí“. Je to proto, že ožívá v přítomnosti výzvy, tedy když o něco jde.

Když jsem nabitý mužskou energií, rád sleduji box, ale ne proto, že by se mi líbilo, jak si muži navzájem ubližují; mám box rád, protože muži si tváří v tvář jeden druhému sáhnou na dno svých sil – a jakmile jen trochu poleví, okamžitě se jim to vymstí. Mám rád kriminální filmy, ale ne proto, že by mi nějak imponovalo střelení do lidí. Mám prostě rád, když muž čelí výzvě, která vyžaduje celého muže a při které jde o všechno. Buď se jí postaví tváří v tvář a překoná se, nebo zemře.

Lidé s extrémně silnou mužskou esencí spolu nesoutěží proto, aby zjistili, kdo je lepší; je to proto, že si užívají soutěž samotnou. Rádi testují své síly a vystavují je napětí, které s sebou výzva přináší.

Právě když o něco jde, má mužství příležitost vzkvétat. Když o něco jde, cítí mužství svou čistou esenci. A právě tehdy, když o něco jde, definuje své silné stránky a své hranice.

Dospívání chlapce v muže je v mnoha kulturách provázeno iniciačním rituálem. Při něm jsou téměř vždy jeho síly vystaveny výzvě. Může mu být nařízeno, aby se sám vypravil do džungle a nevracel se bez uloveného tygra. Může také jít o půst, dlouhou pouť, zkoušku bolesti nebo odvahy.

Tento iniciační rituál téměř ve všech případech spočívá v chlapcově konfrontaci s jeho limity, nevyhnutelným strachem a nebezpečím smrti. Právě tehdy si uvědomí jádro mužské sexuální esence, tu část svého já, která se v něm probudí, když o něco jde: zdroj neoblomné důvěry ve svou schopnost čelit bez zakolísání budoucím konfrontacím reálného života, a stejně tak i svým vlastním slabinám.

Chlapec, který takovou iniciací projde, stojí vždy pevně, zpříma, s otevřeným srdcem a je si vědom jak svých limitů, tak možností. Právě tváří v tvář strachu a výzvě, které se buď úspěšně postaví, nebo při tom vypustí duši, v sobě objeví netušené schopnosti, větší než si kdy představoval. A protože přitom objevil, kde jsou hranice jeho sil, uvědomí si, že jako u každého z nás jednoho dne přijde i jeho konec. Tato skutečnost uzemní jeho mužskou energii a sebevědomí, dodá mu skromnost a zušlechťí tak jeho sílu ryzím porozuměním.

Zvítězil sám nad sebou, i když ví, že jeho vítězství není konečné. Právě v těchto chvílích napětí a výzvy si nejvíce uvědomuje své autentické sebevědomí a skutečné odevzdání. A k tomuto pocitu se mužství vrací, kdykoli si ono uvědomění potřebuje zopakovat.

V moderní kultuře se vyskytuje jen velmi málo příležitostí pro výzvu, ve které by muž ve jménu cti riskoval svůj život, a získal tak živý obraz své odvahy, porozumění a schopnosti pohybovat se na ostří nože. Protože jsme moderní kultura, máme války. Máme také finanční arénu, ve které dává muž všanc svůj finanční život (a často jedná, jako by pro něj finanční život znamenal život *jako takový*). A máme také sport, jehož hrdinové nejenže překonávají své vlastní hranice, ale dokonce i hranice lidských možností. Toho, kdo dokáže i pod tlakem vyniknout, kdo „přežije“ nepředvídatelné a často nebezpečné nástrahy těchto bojišť, čeká odměna hodná největších hrdinů všech dob: peníze, ženy a sláva.

Na hrdiny ale právě tak čeká i smrt. Pravý mužský hrdina proto neustále hledí do prázdna a místo aby prožíval sytou celistvost momentálního úspěchu nebo vítězství, prožívá extázi z neuchopitelného nekonečna.

Mám přítele jménem Michael, slušného člověka, kterému to ale nikdy moc nevycházelo se ženami. Tvrdí, že přesně ví, jakou ženu chce: výraznou, náruživou a plnou života. Nikdy to ale nevypadalo, že by takové ženy o vztah s Michaelem stály. Mají ho rády jako kamaráda, povídají si s ním a sdílejí s ním myšlenky, on ale chce víc než jen konverzaci. Chce vášnivou milenkou, ne jen dobrou kamarádku.

„Ženy, které by o mě stály, jsou milé, ale nejsou tak vášnivé a náruživé, jak bych chtěl. Výrazné ženy plné života na mě nějak neletí,“ stěžuje si Michael často.

Základním principem sexuální polarity je, že protiklady se navzájem přitahují. Michael si dobře uvědomuje, co to znamená: Protože nepřitahuje ženy s opravdu výraznou ženskou esencí, nejspíš sám nevyzařuje příliš silnou mužskou esenci. Přesto ale trvá na tom, že je mužný, že má úspěšnou firmu a skvěle mu to myslí.

Michael je slepý vůči obrazu své vlastní osobnosti a není schopen vycítit, jakou povahu vyzařuje.

Nedávno jsme spolu mluvili:

„Tento víkend jsem se chystal na desetimílovou výpravu do přírody,“ povídá mi.

„To zní skvěle. Proč nakonec nejdeš?“ zeptal jsem se.

Michael odpověděl, „Kamarádi, se kterými jsem měl jít, vyráží dřív a mě by trvalo den, než bych je dohnal.“

„No a?“ divím se.

„Chtěl jsem jít hlavně proto, abych byl mezi kamarády. Nechci jít sám.“

„Proč jsi je nepožádal, aby na tebe počkali?“

„No,“ pokračoval Michael, „nechtěl jsem na ně moc naléhat. Už se rozhodli a nechtěl jsem je naštvat.“

„Proč bys je měl naštvat tím, že je požádáš, aby na tebe počkali?“

„Ono je to vlastně tak, že oni trochu štvou mě, že vyrážejí dřív. Ale já nechci hněv ani vyjadřovat, ani vyvolávat.“

„Proč?“

„Protože se nad takové věci snažím povznášet – nad hněv, násilí a nenávisť.“

Michael je vlastně emocionální kastrát. Ztratil kontakt s celistvostí své mužské sexuální esence: Bojí se být sám, bojí se prosadit svůj zájem a bojí se svého vlastního hněvu i hněvu svých kamarádů. Třebaže vlastní úspěšný podnik, jeho vztahy jej nikdy nebudou zcela naplňovat. Proč? Protože se bojí v sobě v plné síle probudit mužství, ke kterému patří i hněv, a dokonce i vášnivá průbojnost, která může někdy zavánět přemírou agresivity.

Hněv a vášně jsou vyjádřením té samé mužské síly. Nelze potlačovat jednu z nich, aniž byste potlačili druhou. Pokud se muž straní svého hněvu, straní se zároveň své vášně. Pokud se bojí vyjádřit hněv, bojí se zároveň vyjádřit vášně. Pokud se

žena snaží utlumit jeho hněv, utlumí i jeho vášeň. Muž, který se nedokáže pořádně rozzlobit, se nedokáže ani pořádně rozvášnit: Nedokáže odstranit zábrany a nechat svou vášeň ožít.

Michael nepřitahuje výrazné ženy bez zábran, protože ani on sám není v jádru takový. Snaží se v sobě potlačit plynulý tok mužské energie, protože věří, že by měl upřednostňovat laskavost před silou, vnímavost před průbojností a přátelské sdílení před troufalou vášní a poddání se rozkoši. Proto bude také přitahovat ženy, které si odpírají probuzení svého ženství v plné síle.

V Michaelově nitru je mužství, které touží po náruči ženy oplývající ženstvím. Tato touha je ale zablokovaná. Navenek se Michael jeví jako člověk pozorný, milý a láskyplný, ale nepřímá asertivní, sebevědomý ani vášnivý. A protože se mužství ukrývá v jeho nitru, ale navenek se neprojevuje, nepřitahuje Michael intimní partnerky, po kterých touží. Přitahuje ženy, které v sobě mají více z válečníka než z bohyně.

Mnoho mužů i žen se stalo svědky „nízke“ nebo „temné“ stránky mužství a celkem správně rozhodli, že taková energie je často zdrojem agrese, útlaku a rozkladu. Na základě toho si řekli, že lepší než tuto potenciálně agresivní mužskou energii je vyjadřovat některé aspekty ženské – něhu, srdečnost a péči. Tak se stalo, že mnoho mužů, stejně jako můj přítel Michael, přestalo v plném rozsahu vyjadřovat své mužské zájmy – po stránce sexuální, emocionální, a dokonce i kreativní. Přivedli své mužství k životu, ale nedali mu do vínku sílu, která ho charakterizuje. Rozhodli se, ať vědomě či nevědomě, vyjadřovat méně mužské energie (například omezit svou cílevědomost a náročnost), než je vlastní jejich sexuální esenci.

Tito muži proto přitahují ženy, které taktéž nenaplní nejhlubší touhy svého sexuálního nitra. Přitahují ženy, jejichž ženství září méně, než by si přáli, protože sami vyzařují méně mužskou energii, než jaká se skrývá v jejich jádru.

Sexuální energie, kterou vyzařujete, vždy přitahuje protiklad. Slabá mužská energie bude proto přitahovat slabou ženskou. A naopak divoké a výrazné ženy jsou přitahovány protikladem, který vidí v sebevědomých a vášnivých mužích – schopných stát si za svými zájmy i láskou.

Klíčem k emocionálnímu a sexuálnímu naplnění je vystupovat v souladu s vaší skutečnou sexuální esencí. Je-li vaše esence mužská, potom vám nezbyvá než bez zábran vyzařovat mužskou energii – nebo být nešťastní. A aby vaše mužství bylo svobodné, musíte svobodně vyjadřovat všechny jeho vlastnosti, ke kterým může patřit sebevědomí a cílevědomost, touha po samotě, vyžívání se v napětí a riziku i touha po naprostém osvobození.

V dnešní době se „základna“ intimních partnerů hemží nejistými muži se slabou mužskou energií a chladnými ženami se slabou ženskou energií. Tito lidé si stěžují, že jim jejich partneři neposkytují, po čem touží. Je čas znovu uchopit celistvost mužství a ženství, a přivábit tak partnera schopného naplnit naše skutečné touhy.

NE-MOC MODERNÍHO MUŽE

Abychom lépe porozuměli vrozenému mužskému daru, který se uplatňuje při Intimním splynutí, nejprve musíme pochopit ne-moc, která moderní muže postihuje. Mnoho z nich ztratilo kontakt se svou sexuální esencí. Navenek se možná zdají dostatečně schopní a silní, ale v jádru jsou oslabení. Ztratili kontakt se svým vnitřním nábojem a se svou jistotou v lásce a v životě. Začali být nerozhodní, nezúčastnění a dezorientovaní, nebo přijali za své nějaké falešné životní poslání, zaměřují se pouze na vydělávání peněz a snaží se unikat před svým vlastním vše prostupujícím strachem.

Základem mužské sexuální esence je pocit skutečného smyslu, životního poslání. Muž, který ztratil kontakt se svou

mužskou sexuální esencí, ztratí i svůj smysl, samo jádro jeho bytosti začne být mlhavé a nevyhraněné, a tak hledá poslání mimo sebe. Středem jeho života se může stát fandění fotbalovému týmu, podnikání nebo nějaká politická činnost. Může začít být posedlý sám sebou, svými plány a dokonce i svým autem; ale ve svém nejhlubším nitru je bezradný.

V hloubi duše si totiž uvědomuje, že se odchýlil od své autentické vnitřní celistvosti. Takový muž dokáže dávat pouze nejednoznačnou, polovičatou lásku, protože se bojí, že by ho vazba k nějaké ženě připravila o svobodu dělat to, co skutečně chce, až nadejde vhodný čas. Proto je pro muže nezbytné, aby si svůj život vybudoval na pevném základě vnitřní celistvosti, a pak teprve dokáže skutečně naplno prožívat i intimní vztah.

STADIA ZACÍLENOSTI

Když ten z partnerů, který v intimním vztahu představuje mužský pól, nedokáže uvádět v život přirozenou vnitřní zacílenost mužství, pak jeho ženštější protějšek přestává vztahu věřit a vášně se začne vytrácet. Například pokud muž začne být ve svém životním směřování příliš nerozhodný a slabý, pak jeho partnerka začne pociťovat zklamání, a možná se na něj dokonce bude zlobit, přestože ho třeba stále miluje.

Měli bychom si ujasnit, že vzájemná náklonnost sice stačí pro uspokojivé přátelství, ale sama o sobě nestačí pro uspokojující emocionální a sexuální intimitu. Mnohokrát jsem slyšel znepokojenou ženu nebo muže říkat: „Svůj intimní protějšek miluju, ale mám pocit, jako by tomu vztahu něco chybělo.“ To „něco“ je často plně proudící polarita mezi mužskou a ženskou sexuální esencí.

Když se dva lidé odhodlají jít do Intimního splynutí a žít v něm, už nejsou odpovědní jen sami za sebe. Odpovídají také za to, aby svými dary neustále přispívali k praktikování

intimity. Tato odpovědnost není totéž co morální smysl nebo povinnost, ani není součástí nějaké právní dohody. Je součástí lásky – jde o stejnou odpovědnost, jako je ta, která nás zcela přirozeně nutí pomáhat a sloužit všem, koho máme rádi, například svým dětem nebo přátelům. V Intimním splnutí se odhodláváme vykonávat takovou službu v emocionálním a sexuálním svazku se svým intimním partnerem, právě jako na sebe ve „vyváženém“ vztahu bereme závazek být odpovědní sami za sebe a na svém partnerovi nezáviset.

Mužský dar soustředění na životní misi, který v intimním vztahu může být přítomen nebo chybět, vypadá v různých stadiích vztahu velice odlišně. Ve vztahu postaveném na závislosti je také mužská zaměřenost v prvním stupni. Často je vyjádřena úsilím vydělávat peníze. Od mužštějšího z partnerů se čeká, že bude „živitel rodiny“ a bude „nosit domů peníze“. V tomto vztahu může mít žena pocit, že je muž závislý na tom, aby o něj vždy pečovala a byla pro něj sexy, a muž zase může mít pocit, že jeho žena je závislá na tom, aby byl ve vnějším světě vždycky úspěšný a silný. Ve vztahu založeném na závislosti mohou být takové pocity pravdivé. Partneri mohou opravdu záviset jeden na druhém kvůli sexu nebo penězům, protože žádný z nich ještě není dost celistvý.

V „rovnovážném“ vztahu kladou dva celiství a nezávislí lidé větší důraz na tvořivost než na hromadění financí. Člověk s atraktivním mužstvím druhého stadia ví, jak sobě i svým blízkým vytvořit dobrý život. To se nejspíš bude týkat i dobře vyřešených financí, ale může to zahrnovat i uměleckou tvořivost, nebo přání zlepšovat po mnoha stránkách kvalitu svého života: Může jít o společenský život, o intelektuální, politické a duchovní stránky života. Vztah 50/50 totiž klade důraz na to, abychom žili *lépe*, spíše než měli *více*. Proto se tu velmi oceňuje mužská schopnost patřit k druhému stadiu „pronikat stále dál“ a vytřvle sledovat tvořivý cíl.

V Intimním splynutí jsou vnější dojem, peníze i tvořivý talent stále důležité, ale nejpodstatnějším kritériem potenciálního budoucího intimního partnera je jeho nebo její schopnost *praktikovat* duchovní zralost, spíše než zralost tělesnou, finanční nebo tvořivou. Ve vztahu založeném na Intimním splynutí je mužská stránka ceněna pro schopnost rozvinout každý, dokonce i problematický okamžik v lásku. Mužnost třetího stadia může využívat jakékoli prostředky, od humoru přes zlost po citlivé doteky, ale to, co muž sděluje, je vždycky totéž: „Prožijme tuto chvíli, neunikejme z ní. Buďme plně přítomni v bezprostředním vzájemném vztahu. Dovolme nezměrné lásce našich srdcí, aby rozpustila náš odpor, abychom mohli zhluboka dýchat a uvolnit se společně do stavu naší přirozené otevřenosti.“

Aby muž nebo žena dokázali nabídnout tento dar třetího stadia mužství, musí mít vazbu ke své nejvyšší prioritě, a to neustále a v každém okamžiku, a nemohou být slabí, nerozhodní a těkající. Jedině pak je člověk s mužskou sexuální esencí schopen být plně přítomen v intimním vztahu, aniž ho rozptylují nějaké nedokončené záležitosti. A pouze soustředěný, nerozptýlený mužský partner se může naplno „dotknout“ nejhlubších tužeb v srdci svého ženského protějšku svou stabilní a milující mužskou přítomností.

KRIZE STŘEDNÍHO VĚKU A HLEDÁNÍ VIZE

V mém životě nastal okamžik, kdy jsem ukončil velký vědecký výzkumný projekt a náhle jsem před sebou neměl žádný cíl. Záležitost, která mě zaměstnávala řadu let, skončila a můj život přestal pohánět starý motor. Záměry projektu byly uskutečněny a náhle jsem nevěděl, co si počít se svým každodenním životem.

Necítil jsem žádný zmatek ani bezradnost. Prostě jsem ukončil jednu pracovní záležitost a nebylo jasné, do čeho bych se měl

dál pustit. Jádrem mého života bylo vždy praktikování spirituality – snaha pochopit sám sebe a osobní růst mimo hranice strachu směrem k větší lásce – ale každodenní podrobnosti a kulisy mého života se s léty mění, jako je tomu u všech lidí. A v tomto bodě nebylo zřejmé, jaká každodenní rutina a zvyky budou patřit k mému dalšímu životu, protože jsem ukončil projekt, na kterém jsem mnoho let pracoval.

Pro co jsem se tedy rozhodl? Začal jsem trávit víc času s Ofélií, když jsem měl práci hotovou? Ne. Odešel jsem do jednoho kláštera v horách na jihu Francie a prováděl jsem tam intenzivní meditaci. Byl jsem izolovaný v malé cele vybavené pouze slamníkem, meditačním polštářkem a toaletou, a jednou denně mi dali jídlo na polici, na kterou jsem mohl dosáhnout z okna. V cele jsem zůstal po celou dobu a rozjímal jsem o povaze lidského vědomí, dokud nezačalo být zřejmé, že na mě čeká další pracovní úkol.

Ofélie si mezitím v Kalifornii začala dělat starosti. Miluji ji ještě vůbec? Vždyť jsem vlastně dlouhodobě pobýval v izolaci tisíce kilometrů daleko od ní. Během plynoucích týdnů si v mysli vytvořila představu, že ji už nemiluji. Cítila se zklamaná a nešťastná a stále víc se na mě zlobila.

Mně se přitom pobyt v klášteře opravdu líbil; zároveň jsem Ofélii stále miloval a stýskalo se mi po ní. Třebaže jsem po většinu času mlčel a neozýval se jí, na její narozeniny jsem si neopomněl zařídit, aby mi do klášterní cely donesli telefon, takže jsem jí mohl popřát z druhé strany zeměkoule všechno nejlepší. Vytočil jsem její číslo a čekal jsem, až uslyším její milý hlas.

„Haló?“ ozvala se Ofélie.

„Ahoj, lásko! Všechno nejlepší k narozeninám!“ popřál jsem jí ze srdce.

„Nazdar,“ odsekla.

„Ofélie, je ti něco?“ ptal jsem se.

„Ano, je. Cos asi čekal?“ reagovala.

Jak tento podivný rozhovor pokračoval, začalo mi být jasné, že v mé nepřítomnosti se jí v hlavě vynořila domněnka, že už ji nemiluju, a na to, že jsem ji „opustil“, reagovala zlostí. Já jsem si přitom celou dobu vychutnával hlubokou meditaci v klášteře a rozhodně jsem ve svém srdci Ofélii neopustil – třebaže jsem se z nějakého důvodu rozhodl trávit tento čas odděleně od ní. Ofélie ale měla pocit, že jsem se od ní rozhodl vzdálit právě proto, že jsem od ní toužil být daleko, a z toho pramenil její pocit, že ji odmítám.

Když se člověk s mužskou sexuální esencí, jako jsem já, rozhodne na čas oddělit od partnerky, obvykle to neznamená, že by ji odmítal, ale častěji to odráží potřebu něco samostatně objevovat. Mužská sexuální esence nejčastěji objevuje sebe samu o samotě, nikoli ve společnosti intimního protějšku.

Muž nebo žena s mužskou sexuální esencí si čas od času uvědomí, že se v jeho nebo jejím životě nahromadilo neautentické harampádí různých zátěží, závazků a zvyků. Aby se očistil od falešného života, musí takový člověk často na nějakou dobu opustit celou síť svých zvyků a vztahů a hledat své pravé jádro, se kterým ztratil kontakt. Nejčastěji objeví toto jádro své bytosti o samotě, případně ve společnosti dalších mužů nebo lidí s mužskou sexuální esencí.

Ženská sexuální esence během období krize nebo životních změn často upřednostňuje emocionální podporu a láskyplnou společnost (což někdy platívá i o mužské sexuální esenci). Častěji však osoba s mužskou sexuální esencí potřebuje opustit všechno staré, znovu objevit pravý smysl svého života a přijít na to, jak znovu žít autenticky, a pak může pokračovat ve svých vztazích trochu jiným, obnoveným způsobem.

Naše kultura nám v podstatě takové počínání nedovoluje, a proto trpíváme takzvanou „krizí středního věku“. Během typického průběhu této krize začne mít muž pocit, že uvízl v neautentické situaci. Necítí se už dobře a svůj ve své práci, v rodině ani

s přáteli. Jediná skutečná možnost, kterou naše kultura nabízí, je změnit zaměstnání, rozvést se a přestěhovat se do jiné čtvrti – což přesně muži během krize středního věku dělávají.

Kdybychom ale běžně uznávali a přijímali, že mužská esence objevuje sebe sama o samotě, podporovali bychom lidi mající takovou potřebu, aby dočasně opustili své běžné závazky včetně svých intimních vztahů, a věnovali veškerou energii a pozornost tomu, aby znovu objevili pravý smysl svého života a obnovili jeho autenticitu. Pak by se mohli vrátit ke své rodině a intimním vztahům obnovení, osvěžení a naplnění tím, po čem jejich srdce touží. Nebo by možná přišli na to, že k tomu, aby vedli skutečně autentický život, potřebují změnit svoji intimitu.

Muž se v každém případě navrácí z úspěšného „hledání vize“ plný autentického odhodlání a vnitřní celistvosti. Rozhodnutí, ke kterým takový muž dospěl, mají vazbu s jeho skutečnými tužbami. Ať si vybral cokoli, je to vždy pravdivé, nikoli určené starými zvyky nebo strachem.

Je důležité, aby se lidé, kteří mají více ženské sexuální esence, naučili chápat tuto potřebu mužské esence. Pokud není tato potřeba naplněna, pak se bude muž snažit „obnovovat“ své mužské jádro jinými, méně trvalými způsoby.

Může navázat sexuální poměr, často s mladší ženou, která je „čerstvá“ a „plná života“ (a oceňuje jeho „mužství“ a důvěřuje mu) – má tedy právě ty vlastnosti, které by měl místo toho objevovat sám v sobě, a to na mnohem hlubší úrovni, jen kdyby se vydal na pouť za svou vizí nebo do samoty a povedlo se mu to.

Prekvapivé je, že mužství si nejlépe ujasňuje, co očekává od intimních vztahů, když je o samotě a od svého intimního vztahu se vzdálí! Většina mužů přijde na to, jaké jsou jejich autentické touhy, o samotě, nebo možná v situaci, kdy jsou vystaveni náročným zkouškám za podpory jiných mužů. Pak se mohou k intimitě vrátit a projevovat lásku své partnerce, protože jsou duševně obnovení a osvěžení.

Ve vlastním životě jsem zjistil, že když se cítím nespokojený se svým intimním vztahem, důvodem je prakticky vždycky to, že jsem ztratil kontakt s pravým smyslem svého života. Když se můj život odchýlí od autenticity, všechno v něm se mi zdá být falešné, a to včetně mého intimního vztahu. Řešením však není vztah ukončit, protože mám dojem, že už není živý. Řešením je znovu objevit, po čem v jádru své bytosti toužím, jaký je autentický smysl a směřování mé existence.

To se mi nejlépe daří o samotě nebo ve společnosti dalších mužů, kteří dělají totéž. Pak, když *pozměním strukturu* svého života, se mohu obnovený vrátit i ke své intimitě. Od Ofélie už nežádám, aby se o autenticitu mého intimního života postarala ona. Naopak, všechno, co nyní dělám, je dokonale prostoupeno autenticitou a vnitřní celistvostí. Vráťm se k Ofélii, abych zjistil, zda náš vztah – nový a současný – ladí s mou hluboce procítěnou a nově přijatou autenticitou.

Pokaždé jsem zjistil, že po těchto obdobích samoty a hledání vizí učiní i můj vztah s Ofélií velký skok k lepšímu. Staré zaběhané způsoby chování zmizí. Vzájemně se vidíme novými očima. Naplňuje mě autentické směřování a zacílenost. A když Ofélii objímám, dělám to z upřímného vlastního rozhodnutí, protože ji velmi miluji, a ne proto, že jsme se v minulosti stali intimními partnery.

Jsem si jistý, že pokud by tomuto procesu porozumělo více mužů a žen, snížilo by to počet rozvodů. Pokud máte mužskou sexuální esenci, cítíte, že váš život a intimní vztah ztratily autenticitu, a všímáte si, že vás přitahují „osvěžující“ podoby ženství, nerozvádějte se! Místo toho si to nějak zařídte v práci a vydejte se na cestu za hledáním vize. Neopouštějte hned svoji rodinu a nedělejte hlouposti. Raději se snažte osvobodit od všech svých závazků a věnujte veškerou energii a pozornost tomu, abyste objevili svoji autentickou životní vizi.

Podstupte všechno, co váš úkol vyžaduje. Pronajměte si chatu v horách a zůstaňte tam nějakou dobu v kontemplativním mlčení.

Vstupte do mužské skupiny, která usiluje o hledání autenticity. Můžete celé dny trávit pusty a rytmickými zpěvy kolem ohně po způsobu amerických indiánů. Toulejte se krajinou a rozjímejte o tom, kdo skutečně jste, jako to dělají hinduističtí *sannjásové*. Studujte posvátné texty po vzoru kněží a rabínů. Vydejte se se svými mužskými kamarády na rybářskou dovolenou a vážně tam přemýšlejte o tom, co to ksakru děláte se svým životem!

Ať se rozhodnete pro cokoli, nevracejte se, dokud nezískáte pocit autenticity. Na tomto základě si pak znovu uspořádejte svůj život i vztahy. Rozlučte se se vším, co už autentické není. A všechno, co patří k vašemu autentickému životu, naopak bez váhání přijměte. Zjistěte, zda se svou partnerkou dokážete vytvořit autentický intimní vztah v nové situaci, kdy máte v životě opět smysluplnou osnovu. Pokud můžete, pak to zrealizujte. Pokud to ale udělat nemůžete, pak tedy doopravdy ukončete to, co skončit musí, a dělejte to, co prospěje vašemu osobnímu růstu nejvíc.

Mějte přitom na paměti, že skutečný růst *vždycky* přináší větší otevřenost a schopnost lásky. Pokud nastal čas ukončit váš intimní vztah, protože jste ho přerostli, pak budete s největší pravděpodobností pociťovat směs bolesti, smutku, lítosti a lásky, jako by vaše milenka zemřela. Pokud ale váš intimní vztah skončí za velkých konfliktů, potíží, citové uzavřenosti a v neschopnosti komunikovat, pak jste pravděpodobně vztah *nepřerostli*; jen z něj unikáte. Pokud to dokážete, neodcházejte ze vztahu, dokud se od vás sám neoddělí ve znamení lásky.

Všichni lidé s mužskou sexuální esencí musí dočasně opustit své každodenní návyky a rutinu, aby dokázali znovu objevit svoji autenticitu. Muži i ženy by se měli naučit tuto potřebu respektovat, a dokonce podporovat. Při správném vedení se muži nemusí nutně rozvést a najít si mladou přítelkyni, aby získali pocit, že skutečně žijí. Potřebují jen znovu objevit smysl života, své pravé směřování a skutečné tužby svého srdce. Pokud dokážeme tento

proces povzbuzovat a provádět s dobrou náladou a náležitou péčí, můžeme povznést své intimní vztahy k dalšímu stadiu. Je však důležité rozlišovat mezi skutečným hledáním a pouhým přáním vyhnout se odpovědnosti a závazkům. Kdy muž prostě jen utíká a skrývá se? Kdy se snaží jen uniknout před svou minulostí a zátěžemi, které sám vytvořil?

Pokud nějaký muž vyhledává izolaci, aby se mu žilo pohodlněji, pak se patrně jen skrývá. Skutečné hledání vize totiž vůbec pohodlné a snadné není. Opravdová cesta za vizí znamená tvrdou zkoušku. Patří k ní to, že se utkáte se svými vlastními obavami, stejně jako se budete zabývat svými skutečnými tužbami. Když je nějaký muž na autentické cestě za vizí, pak se zbaví veškerého rozptylování a uvědomuje si skutečnou barvu svých kostí a skutečný tep svého srdce, aniž by ho rozptylovaly pracovní úkoly nebo ženy, jež by vyplňovaly jeho čas.

Když ale muž unikne nějaké nepříjemné situaci a vyhledá osvobození, které mu poskytne samota, pak jen utíká před svým skutečným růstem. Vyhýbá se odpovědnosti. Může si myslet, že začíná znovu, ale ve skutečnosti se nezměnilo vůbec nic. Jen se stáhl ze hry, ve které neuspěl.

Ke skutečnému hledání vize nedílně patří, že obvyklé stereotypní hry svého života, jako je práce a důvěrné vztahy, opustíme na dostatečně dlouhou dobu, abychom znovu navázali spojení se svými autentickými tužbami a se svým skutečným životním směřováním. Pak se můžeme vrátit ke svým životním hrám a transformovat je ve vyjádření svého nejvyššího daru.

Falešný únik před odpovědností znamená, že utíkáme před nepříjemnostmi a tísní a hledáme snazší životní situaci, kde budeme čelit menším tlakům, třeba tím, že navážeme nový vztah nebo změníme zaměstnání. V tom případě jsme ale jen vyměnili jednu hru za druhou, netransformovali jsme svoji životní hru do uměleckého výrazu svého skutečného daru.

Skutečná cesta za vizí prořízne nahromaděnou tukovou vrstvu neautentické odpovědnosti a motivací a odhalí samotnou živoucí jistotu vašeho skutečného srdce, které pak může, osvobozené, prozařovat hru vašeho života a svítit vám na každý krok, který uděláte, autentickým světlem vašeho nejvyššího daru.

Falešný únik spíše připomíná převlečení šatů, poněkud vás osvěží, ale doopravdy nezmění vaši úlohu ve světě, ani netransformuje způsob, jak hrajete svoji životní hru.

V autentické samotě nebo ve společnosti dalších odhodlaných mužů je mužství obnaženo až na morek kostí. V takovém prostředí může muž (nebo žena) objevit pravý smysl svého života bez rozptylování nebo úlev. Pak znovu obalí tuto kostru masem a vrátí se ke každodenním hrám práce a vztahů, a středem jeho bytosti je nyní jeho srdce. Z něj jeho jistota a otevřenost vyzařuje do vnějšího prostředí a zahrnuje jeho pracovní dráhu, partnera, děti a ostatní životní volby.

VARIACE MUŽSKÝCH TRIČEK

Na večírcích bývá obvyklé, že ženy chtějí tančit a muži si spíš přejí sedět a pozorovat je, nebo spolu vést vážné hovory, zatímco se ženy odvažují na tanečním parketu. Ženství je *ponořeno* do života a chce být poháněno samotnou životní energií. Mužství je ve vztahu k životu *transcendentní* a chce se od něj osvobodit, existovat vně něho, možná ho pozorovat, ale nenechat se zachytit v jeho chaosu a proudění, které se zdá tak přirozené pro ženskou sexuální esenci.

V prvním stadiu člověk s mužskou sexuální esencí usiluje přesáhnout život tím, že se vyhýbá emocím a pokouší se zaujmout od svého partnera a od toku života odstup. Nechce se do něj sám ponořit. Takový muž se raději dívá na televizi a čte si noviny, než aby hovořil se svou partnerkou. Dává přednost

tomu, že se těší z něčeho „dokonalého“ – z perfektního hodu v košíkové, z výborně vyluštěné křížovky – než z „nedokonalé“ sféry vztahů, emocí a života. Zatímco jeho partnerka upíjí šampaňské, aby si lépe vychutnala tanec života, on do sebe hází piva, aby se otupil vůči peklu, v němž se cítí být uvězněný.

Takový muž prvního stadia vyjadřuje svůj transcendentní postoj tím, že nosí tričko s nápisem „Život je otrava a pak umřeš“. Samozřejmě, že do jisté míry má pravdu. Dokonce i Buddha učil, že život je plný utrpení a dočasný – ale zároveň také učil, jak uskutečňovat pravdu věčné svobody a jak se nespokojovat s pitím piva a s dočasnými úniky před bolestí a utrpením.

Na rozdíl od muže prvního stadia transcenduje muž druhého stadia život tím, že uctívá lidskou mysl. Velmi rád přemýšlí o nejrůznějších tématech, jako by existovala nějaká odpověď na tajemství života, kterou můžeme najít pomocí myšlení. Libuje si v rozebírání různých otázek a řeší všelijaké koncepce, pojetí a filozofie. Muž druhého stadia má rád vážné rozhovory a často si vybírá intimní partnerku na základě stejné životní filozofie a pohledů na život. Miluje „dokonalost“ dobrého umění, vybraného vína a elegantních teorií.

Muž druhého stadia se snaží o vytvoření osobní sféry, která je jeho královstvím, prostorem dokonalosti, rajskou zahradou na Zemi. Může se zabývat politikou nebo vytvořit společenství, kde mohou spolu žít podobně zaměřené lidé, případně zrekonstruovat dům na pobřeží a těšit se tam z vlastnoručně vytvořeného ráje plného pohodlí.

Muž druhého stadia se buď snaží všechno řešit a přicházet tomu na kloub, nebo si myslí, že se mu to povedlo. Jeho trička mohou mít mnoho nápisů vyjadřujících jeho transcendenci a schopnost být nad věcí: „Život je pláž“, „Představte si mír“, „Zpochybňujte autority“ nebo „Uskutečňte své sny“.

Muž třetího stadia uskutečňuje přesah života tím, že si uvědomí svoji pravou podstatu, stejně jako povahu života samotného.

Může se snažit život zlepšovat, ale ve svém každodenním konání si uvědomuje základní dokonalost života – nikoli v detailech, ale v „dokonalé“ moudrosti samotné jeho podstaty: ve všeobsahujícím vědomí. Řekne třeba „Život je otrava“, a pak se vesele zazubí. Nebo zvolí nápis „Život je pláž“, ale nebude přitom zapomínat na miliony hladovějících lidí na Zemi a bude s nimi soucítit. Muž třetího stadia zakouší život jako dočasnou školu, místo, kde se všichni můžeme učit žít naplno a také naplno přijímat, že něco končí.

Samozřejmě že život je otrava; ale otázka charakterizující třetí stadium zní: Cítíte svoji pravou podstatu, základní dokonalost vědomí, a dokážete díky tomu transcendovat utrpení, které nezbytně existuje ve světě, kde všichni dříve či později zemřou? Samozřejmě že se můžete snažit o vytvoření pohodlné utopie na Zemi; otázka patřící ke třetímu stadiu však zní, zda dokážete cítit obrovské strádání na zeměkouli s otevřeným srdcem. Dokážete tvořivě zlepšovat životní podmínky lidí a zároveň být schopní lásky, aniž byste se před ní sami chránili?

Muž třetího stadia by mohl nosit tričko s nápisem „Už jsem svobodný“. Cvičí se v tom, aby pro něj byl stav štěstí důležitější než jeho konkrétní zážitky, má k životu postoj transcendence, ale zároveň přijetí. Vnímá život takový, jaký je: Z poloviny radostný a z poloviny bolestný, pokud máte relativně štěstí. Všechno, co se zrodí, nakonec zanikne, možná dříve a možná později. Všechno, co vytvoříte, může být zničeno – dokonce určitě *bude* zničeno. Taková je realita života.

Muž třetího stadia si uvědomuje, že se v podstatě nemá smysl pokoušet unikat životu a vztahům nebo se je snažit nějak vylepšovat proto, že by takové vylepšování mohlo teprve vést k pravému štěstí.

Ve chvíli, kdy dosáhnete třetího stadia, si totiž uvědomíte, že pravdu nenajdete *ani uvnitř* světa a vztahů, *ani vně* nich.

Zato se s tím ale můžete vyrovnat, nebrat to tragicky a přimnout to stejně jako svoji pravou podstatu, což je štěstí – a to

bez ohledu na to, zda vám váš svět nebo vaše vztahy působí potěšení. Vaše pravá podstata už je svobodná, už teď přesahuje realitu, už je šťastná a milující.

Muž třetího stadia je osvobozený co se týče pravdy o svém vlastním bytí. I tak stále může renovovat dům na pobřeží nebo chodit s kamarády do hospody, ale nebude hledat v takových činnostech štěstí. Bude štěstí už *vyzařovat*. Už totiž přebývá ve stavu transcendentního štěstí, spočívá ve své pravé podstatě, v prostoru vědomí, které vždy *existuje*, a to bez ohledu na příchutě okamžitých prožitků.

SVATÝ BOGART

Ve filmu *Casablanca* se postava ztělesněná Humphreym Bogartem loučí s milovanou ženou, kterou už nikdy neuvidí a která se chystá nastoupit do letadla. Je jasné, že protagonista trpí, že je velmi zamilovaný a touží po tom, aby mohl se svou láskou žít navždycky. Okolnosti si ale vynutily její odlet. Bogartova postava si to uvědomuje.

A přijímá svůj osud, přestože jeho srdce je jediná otevřená rána.

V této chvíli propůjčuje svoji mužskou schopnost přesahu ženě, kterou miluje a kterou už nikdy neuvidí. Říká něco jako „My dva nejsme důležitější než hrstka fazolí“.

Je to vtělená podstata mužské transcendence. Naše osobní zkušenost neznamená v měřících vesmíru vůbec nic. Naše intimní vztahy, třebaže nám připadají velice důležité, jsou sotva znatelným zábleskem ve všem záření, které ve vesmíru existuje. Celé lidstvo neznamená víc než pouhý okamžik a v konečném výbuchu Slunce jednou celá naše planetární soustava zanikne.

Celý pozemský život neznamená víc než hrstka fazolí.

Muž prvního stadia trpí, když si to uvědomí, a hledá dočasný únik ze svého strádání ve sledování televize, v alkoholu, cigaretách, sexu nebo práci.

Muž druhého stadia tímto vědomím trpí také a snaží se zlepšit svůj život tím, že se vzdělává, nebo že si buduje tvořivou a příjemnou životní situaci. Ačkoli život nemá větší cenu než hrstka fazolí, pokouší se hledat odpovědi na své otázky nebo se ze života alespoň těšit a radovat, dokud to jde.

Muž třetího stadia také tímto vědomím trpí, ale už nevyhledává štěstí prostřednictvím pokusů získat víc vědomostí nebo zážitků. Prostřednictvím utrpení si postupně uvědomil marnost takových snah. S pomocí duchovní milosti začal vidět svoji pravou podstatu, stejnou, jako je podstata celého světa, vesmírné vědomí a energii transcendingující jednotlivosti života. Jeho přístup spočívá v tom, že si to všechno v každém okamžiku uvědomuje, a toto vědomí přesahuje všechny dobré i horší věci, které ho v životě potkávají. Přijímá sám sebe a svůj život takový, jaký je, a setrvává ve stavu transcendence a svobody.

Když stále nosíte náramkové hodinky, snadno na ně zapomenete. Po nějaké době si přestanete uvědomovat, že je máte na ruce. Protože jde o prvek vaší zkušenosti, který se nemění, už mu nevěnujete pozornost. Stejně tak platí, že vaše totožnost, to, kdo jste, je vždy shodné s tím, jak se obvykle chováte a jak myslíte, a na to je velmi snadné zapomenout. Sami jste – ať jste kdokoli – pro sebe ve své zkušenosti absolutní konstantou, a tak sami sebe nesledujete, obdobně jako neustále nesledujete hodinky na svém zápěstí.

Pokud si však začnete konečně uvědomovat, kdo jste, pochopíte, že to, co jste vždycky hledali, je ve skutečnosti totožné s tím, jací jste celou dobu byli. Jakmile začnete vnímat svoji skutečnou podstatu, můžete začít s novým přístupem: Budete mít na paměti, kdo jste, budete si svoji podstatu stále uvědomovat, ať už je vaše současná životní zkušenost příjemná, nebo bolestná. Budete si uvědomovat transcendentální dokonalost své pravé podstaty. A právě toho jste se snažili dosáhnout ve stavech zapomnění vyvolaných alkoholem, v soustředění na

televizní programy, v hluboké intimitě, v politickém boji za mír, nebo prostřednictvím krásného domu na pobřeží.

Muž ve třetím stadiu si v každém okamžiku života uvědomuje svoji transcendentní podstatu a to, kdo doopravdy je, bez ohledu na to, jak velká nebo krásná je jeho hrstka fazolí.

Takové vyjádření transcendentální mužské sexuální esence odpovídá tomu, co by asi řekl „svatý Bogart“. A právě proto tato scéna z filmu *Casablanca* utkvěla v paměti tolika lidem. Láska přesahuje naše vztahy.

„Miluji tě“ je prostě pravda, i když máme srdce zlomené nevyhnutelným koncem vztahu. Mužská sexuální esence třetího stadia dokáže zůstat uprostřed takových potíží a překážek svobodná a milující a transcendovat je do všeobjímajícího vědomí a lásky.

V Intimním splynutí ženství často učí mužství, že je možné být v rámci života a vztahu naprosto svobodný a milující: Názorně předvádí, že nepotřebujete uniknout ze života a vztahu, abyste byli skutečně šťastní.

Mužství naopak často učí ženství, že je možné být naprosto svobodný a naplněný láskou bez ohledu na to, zda život a vztah pokračuje: Názorně ukazuje, že nepotřebujete lpět na životě a vztahu, abyste byli skutečně šťastní.

MUŽNOST, ČISTOTA A SMRT

Během historie se po celém světě muži snažili vytvářet „mužské kluby“, jakési „čisté“ prostředí, nerušené přitažlivou, divokou a chaotickou ženskou energií. Historicky byla příslovečná „slonovinová věž“ učenců pánským klubem, kde vládly dokonale čisté formy myšlenek, matematika, různé teorie a koncepce. Ženy bývaly v historii vyloučeny také z mnoha duchovních mužských klubů, ať už šlo o křesťanské kněží, zen-buddhistické mnichy, hinduistické svámí nebo židovské rabíny. Tato

společenstva vždy charakterizoval pocit čistoty, dokonalosti a mytické transcendence. Znamená to, že členové těchto spolků se přibližovali neměnnému klidu smrti nebo „onoho světa“ víc než neustále se měnícímu a nepředvídatelnému životu.

Samozřejmě existovaly kluby a kultury uctívající bohyně, které přijímaly mužský i ženský princip – aspekty existence bližší smrti i životu. Jen upozorňuji na následující pozorování: Těm klubům, ze kterých byly ženy vyloučeny, tradičně dominovala mužská preference pro neměnnost a dokonalost. To znamená, že v pozemském životě usilovaly o znovustvoření přísné a formální podoby toho, co život transcenduje: Smrti nebo toho, co stojí nad životem.

Mužská sexuální esence se cítí v oblasti smrti doma. Někdy dokonce smrt uctívá, a to jak smrt vlastní, tak smrt ostatních lidí jako formu radosti: Podívejme se na lov, válčení, automobilové závody a tak dále. A pokud mužská sexuální esence neuctívá doslovně smrt, pak se často koří smrti mystické, smrti ega, ukončení všech tužeb pomocí duchovních praktik.

Navíc platí, že i když je muž (nebo člověk s mužskou sexuální esencí) silně angažován v životě a vztahu, přesto se o znovuvytvoření „smrti“ snaží. V sexu se těší na „malou smrt“ orgasmu, po němž jen pasivně leží ve stavu naprostého klidu, zbavený tužeb, a propadne se do sladké nicoty spánku (často k nelibosti své partnerky). V oblasti financí se snaží „ulovit mamuta“. Ve fotbalu je rád, když jeho tým hraje „zabíjácky“ a „dá jim nakládačku“.

Když muži pijí alkohol, často se snaží spíše dosáhnout stavu zapomnění, šťastné uvolněnosti a blaženosti podobné smrti, než aby si chtěli jen víc vychutnávat potěšení ze života. Po celém světě pozorujeme mužské rituály založené na tom, že se muži sejdou a užívají nějakou drogu až do stavu „ztráty vědomí“. Takové požívání drog a alkoholu je dokonce často určitým druhem mužské iniciace, kdy se z chlapce stává muž. Kdo se může cítit „ve své kůži“, když ztratí vládu nad svou myslí, jeho

tělo je ochromeno a přiblíží se stavu šťastného odpoutání od života, podobného smrti?

Mužství prvního stupně je závislé na nezodpovědné „svobodě“ stavů blízkých smrti, ať už navozených lahví, injekční stříkačkou, televizí nebo orgasmem.

Mužství druhého stupně je často zmírněno vnitřním žensstvím, a tak si svoji touhu po extrémních stavech připomínajících smrt nepřiznává. Často se spokojí tím, že se virtuálně zbaví těla: světem opojných teorií spíše než tělesnou smyslností, sférou myšlení spíše než citění. Mužství druhého stupně často dává přednost pěkné rozmluvě před fotbalem a v intimní sféře „sdílení“ před „divokým“ sexem.

Mužství třetího stadia usiluje o zažívání stavů „smrti“ či odumření za života, ale života se přitom nevzdává. To znamená, že ať je zapojeno do života, nebo ne, stále si je vědomo toho, co život přesahuje. Ať takový muž prožívá sex, nebo ne, zůstává celistvý v radosti, která přesahuje tělesné vjemy. Ať žije ve vztahu, nebo ne, je už svobodný, jako by byl po smrti. Je ve svém vztahu plně zodpovědný, ale současně v hloubi duše netečný. Muž třetího stupně praktikuje rozpoznávání širšího vědomí v jeho skutečné přirozenosti. Je to entita, která zůstává vždycky pravdivá, vždy přítomná, neovlivněná zážitky a zkušenostmi a neměnná, přestože náš život neustále prochází změnami.

Tím, že vezme na vědomí svoji pravou podstatu a vědomí, je zralý muž třetího stupně již stejně svobodný, jako by byl po smrti, dokonce i když se účastní her života. Je celistvý před sexem, během něj i po něm. Dosáhl již stavu vnitřního klidu, ať svoji současnou životní hru vyhrává, nebo prohrává. Smrt je jeho domovem – nikoli prázdná smrt popření, ale rozsáhlá, nedefinovaná nekonečnost dokonalé otevřenosti, „neulpívajícího“ vědomí a neohrožené lásky.

Je to stejný „prostor“, kterému se muž prvního stupně pokouší přiblížit prostřednictvím alkoholu nebo orgasmů a muž druhého

stupně pomocí přemýšlení a tvořivých dobrodružství. Všichni muži se jen snaží přiblížit záblesku dokonalosti, pravdy, vesmírného klidu a míru, který zahlédli na počátku. Mohou to zkusit prostřednictvím peněz, sexu, znalostí nebo tvořivosti, ale nikdy se jim tuto dokonalost nepodaří znovu vytvořit.

A ani se jim to podařit nemůže, protože se vytvořit vůbec nedá; může být jediné rozpoznána. *Už to totiž je* jejich pravá podstata a jejich jádro. *Oni sami jsou* tím nezměrným prostorem, tou nekonečností, kterou se snaží zakusit prostřednictvím všech svých malých smrtí a prostředků k uvolnění, které neustále vyhledávají. Muž třetího stupně si toho je vědom, a tak cvičí přímé rozpoznávání té části vlastní duše, která je už mrtvá, netečná, protože už pouze pozoruje život a nemůže jím nikdy být ohrožena nebo změněna. Pak se takový muž rozpomíná na tuto část své duše a umí se uvolnit tak, aby se v ní ocitl a aby se s ní ztotožnil, přestože zároveň láskyplně přijímá život.

Konečně si uvědomí, že vždycky byl touto částí duše, tímto vědomím, už osvobozeným od koloběhu zrození, proměn a smrti. Pak dosáhne stavu skutečné uvolněnosti a vplynutí do svého domova, a *stává se* tímto domovem. Příjemný pocit uvolnění, který muž zakoušel prostřednictvím piva, orgasmů nebo přemýšlení, je ve skutečnosti jen nepatrným ochutnáním toho domova, po němž skutečně prahne – a v němž paradoxně už odjakživa je. Ve třetím stupni jednoduše provádí uvolnění a odpoutání své pozornosti – natolik, aby toto vše dokázal rozpoznat.

MEZE MUŽSTVÍ SE V JEDNOTLIVÝCH STADIÍCH POSOUVAJÍ

Právě jako se ženství postupně, stupeň za stupněm, učí pravdě o lásce, mužství se učí pravdě o smrti. Stupeň za stupněm vzývá tuto hranici a učí se přesahovat své obavy ze ztráty a smrti.

Mužství prvního stupně získává zkušenosti ze střetů s protivníky, s někým „odlišným“: s jinými makléři, hráči fotbalu, šachovými mistry, s cizími zeměmi. Cílem je vítězit a neprohrávat.

Mužství druhého stupně zakouší tuto hranici prostřednictvím úkolů, které si vytyčuje samo: Může to být přemáhání vlastních vnitřních démonů, střet s vlastní temnou stránkou nebo objevování vlastních vnitřních zdrojů. Cílem je stát se pánem vlastního života.

Hranice mužství třetího stupně je zakoušena během cesty k sebeobětování. Cílem není přežít, zvítězit ani se stát pánem svého života, ale objevit to, co je nesmrtelné. Nebojujete o vítězství nad vnějším protivníkem nebo nad vnitřním démonem; potýkáte se se svou vlastní iluzí, že *můžete* zvítězit.

Mužský hrdina třetího stupně je takový, který „již zemřel“, který je dokonale ochoten se uvolnit a vplnout do podoby vědomí přesahujícího všechny životní prožitky, a tak už nemá v zásadě v životě co ztratit ani získat. Proto je tento mužský hrdina zcela svobodný. Jeho svoboda není omezena fotbalovým hřištěm nebo arénou jeho vlastní psychiky; místo toho si uvědomil samotnou svobodu. Uvědomil si svoji podstatu: To, kým je, ještě než cokoli konkrétního prožije, i poté, co jakékoli konkrétní prožitky pominou.

Než muž (nebo žena) rozpozná svoji skutečnou podstatu, bude vždycky hledat pocit svobody někde mimo sebe. Bude přemýšlet takhle: „Až budu mít v bance dost peněz, abych mohl žít z úroků, pak se budu cítit svobodný.“ Nebo: „Poté, co opravdu porozumím své psychice a napíšu o tom knihu, se budu cítit opravdu svobodný.“

Jenže našemu bytí a nám samotným je vrozena skutečná svoboda, taková, kterou nemůže nic ohrozit. V jakémkoli okamžiku nám stačí vědět, kdo jsme, abychom si uvědomili, že naše totožnost není nikdy omezena nebo ohrožena našimi

zážitky, ale pouze zážitky, jichž jsme svědky, bez ohledu na to, jak radostné nebo bolestné pro nás mohou být. Už jsme svobodní, právě teď, v tomto okamžiku – ale tuto svobodu si uvědomíme teprve tehdy, až budeme vědět, kdo jsme a kdo jsme vždycky byli, a nenecháme se pohltit detaily daného okamžiku. A tuto schopnost uvědomovat si, „kdo jsem“, kultivujeme při procvičování Intimního splynutí.

Ženství se snaží nalézt lásku. V prvním stupni ji hledá vně sebe v někom, kdo bude ženu milovat ve vztahu závislosti. V druhém stupni ji žena hledá v sobě a dává *sama sobě* lásku, kterou si přeje mít. S partnerem, který si počíná podobně, má vztah „rovnovážného“ typu.

Konečně ve třetím stadiu žena objeví, že když nehledá lásku, může se uvolnit *do stavu lásky* – a pak praktikovat toto vtělení v lásku v Intimním splynutí.

Mužství se snaží najít svobodu a toto úsilí se obvykle uskutečňuje tam, kde má hranici. V prvním stupni se pokouší najít svobodu vně sebe a ovládnout svoji finanční hranici. Ve druhém stupni hledá svobodu uvnitř sebe a pokouší se ovládnout své psychologické meze, své osobní obavy a své vnitřní démony.

Konečně ve třetím stupni si muž uvědomí, že sama jeho hranice je pouhá iluze. Ve skutečnosti je iluzí i *on sám*. Nyní je jeho hranicí praktikování tohoto vědomí, schopnost si v každém okamžiku uvědomovat, že jeho základní strach – ze smrti – je založen na falešném předpokladu: Totiž že je izolovanou entitou, která může zemřít.

Během Intimního splynutí si ženství uvědomuje, že žena je vždycky schopna dávat lásku, ať se cítí milována, nebo ne, že ve skutečnosti ona sama *je* láska, třebaže její emocionální mračna mohou zastiňovat její skutečnou podstatu, právě jako může být sluneční záře dočasně zastíněna oblaky. V Intimním splynutí je tedy ženský dar darem lásky, a tento dar je třeba praktikovat.

Během Intimního splynutí si mužství uvědomuje, že muž je ve skutečnosti svobodný, ať v životě uspěje, nebo ne, a že jeho skutečná podstata je sama svoboda. Uvědomuje si, že jeho myšlenky a zážitky přicházejí a odcházejí, že je vždy jejich svědkem a že to tak bylo odjakživa. Uvědomuje si, že jeho pravá podstata totožná s vědomím vždycky zůstává neovlivněna zážitky, což je zřejmé v každém okamžiku, kdy mužství svoji pravou podstatu vnímá. Pokud muž na svoji pravou podstatu zapomene a začne sám sebe zaměřovat s něčím, co prožívá – například se svými prožitky peněz nebo tvořivosti –, pak trpí nevyhnutelnou bolestí ze ztráty, protože jakékoli zkušenosti a zážitky, které můžeme získat, můžeme stejně tak zase ztratit.

V Intimním splynutí je mužským darem svoboda a ženským darem láska, ať jsou poskytovány mužem nebo ženou. Mužství praktikuje Intimní splynutí tak, že si uvědomuje svoji pravou podstatu i přes všechny zisky a ztráty, které život přináší. To také představuje jeho „hranici“. Ženství prožívá Intimní splynutí tím, že se neustále rozpomíná na lásku a odevzdává se své pravé přirozenosti, která je láskou, i přes veškeré životní prožitky lásky i odmítání.

9

CESTA ŽENSTVÍ



ŽENSTVÍ JE SILOU ŽIVOTA

Síla ženství velice přesahuje pouhou příslušnost k ženskému pohlaví. Je to samotná síla života a můžete ji zakoušet mnoha způsoby.

Když hraje vaše oblíbená hudba, vaše tělo se podle ní začne bez přemýšlení pohybovat. Vaše paže opisují ve vzduchu oblouky, vlníte se v bocích, zavřete oči. Vaše tělo a hudba jako by splývaly, neoddělujete je od sebe a působně se pohybujete. Tanec je spontánní, nenazkoušený předem, jako by hudba sama byla krví, která vám proudí pažemi, nohama i trupem. Takový je tanec ženské síly, tanec lásky bez jakéhokoli cíle, tělesné oslavy života.

Sedíte u stolu, pokoušíte se dokončit luštění křížovky a usilovně nad ní přemýšlíte. Zdá se, jako by pro vás vnější svět přestal existovat, protože jste velice soustředěni a hledáte správnou odpověď. Náhle k vám závan větru, který vnikl oknem dovnitř, přinese vůni gardénií. Vaše tělo se uvolní, přestanete být tak usilovně soustředěni, opřete se pohodlněji, vdechujete sladkou, opojnou vůni květin a usmíváte se. Váš dech je hlubší a pravidelný, čelo se vyrovná a svaly na ramenou

se uvolní. Ta vůně vám připomene samotný život, zbaví vás břemene duševního úsilí, obnoví váš úsměv a vděčnost Zemi. Tak se ženskému elementu připomíná požehnání smyslných radostí a omlazení.

Dovolte sami sobě na chvíli pociťovat, jak nadechujete vzduch do plic a zase ho vydechujete. Zadržte dech a všimněte si, jak vaše potřeba dýchat sílí, až se konečně odevzdáte síle samotného dechu. Nakonec neodoláte touze dýchat, touze žít. To je další stránka ženské životní síly, energie, která vás pohání, abyste dýchali.

Naučte se cítit své srdce. Když se uvolníte a budete klidně sedět, dokážete vnímat jeho tep. Možná cítíte i pulz krve v rukou a nohou. Tento neustálý oběh životodárné krve je dalším aspektem ženské síly – energie, která pohání krev vaším tělem.

Z místa, kde sedíte, můžete naslouchat ševlení větru nebo sledovat stromy, jak se kývají ve vánku. V přírodě je všechno v pohybu.

Pokud byste se podívali na hrst půdy pod mikroskopem, viděli byste tam pohybující se miliony drobných organismů. Voda proudí kmeny stromů a větvemi keřů nahoru a dolů. A v každé kapce vody neustále plavou další miliony nepatrných bytostí.

Nic živého není nikdy skutečně nehybné a v dokonalém klidu. Vždy platí, že život je pohyb.

Naše těla, naše smysly a živoucí Země, to všechno jsou projevy ženské síly. Je to vtělená síla života. Všechno, co je na životě přitažlivé, i všechno, co nám nahání strach, jsou pouhé jednotlivé stránky této tančící entity. Sopky, duhy, bradavky, květiny, hurikány i krev nás okouzluje a současně odpuzují. Ženský element se neprojevuje pouze prostřednictvím žen, v příslušnicích ženského pohlaví, ale v celém živoucím světě.

Když dovolíme sami sobě, abychom se uvolnili a těšili se ze živoucího světa plného obrazů, zvuků, vůní a vztahů všeho druhu, pak můžeme navázat důvěrný vztah s ženskou silou. Když dovolíme sami sobě cítit – nejen své emoce, ale „hudbu“ světa kolem nás –, pak se můžeme pohybovat v souladu s ženskou silou.

Samotná sexualita je nejryzejším vyjádřením ženského elementu, plnokrevného vztahového tance lásky, smyslnosti, pocitů a stvoření. Nezáleží na tom, zda jste muž nebo žena, sexualita je v každém případě vyjádřením ženské síly vtělené lásky. Váš vztah k sexualitě, stupeň, v jakém se cítíte volně nebo svázaně, odráží váš postoj k ženské síle obecně.

Energie, která uvádí do pohybu život, je silou ženského principu. Je nezadržitelná. Je zdrojem všeho života, je hybatelkou krve, dechu, je tokem vody v řece. Ženská síla je sám život. Můžeme ji cítit, jak se pohybuje a žije v kterémkoli okamžiku, kdy jsme vůči ní otevření nebo se s ní ztotožníme.

JÁDREM ŽENSTVÍ JE ZÁŘE

Představte si, že sedíte na verandě svého domu a děláte si starosti se splátkami hypotéky. Vtom kolem vás s bzukotem proletí kolibřík a upoutá vaši pozornost. Klikatě poletuje z květiny na květinu. Díváte se na krásné květy – zlaté afrikány, červené tulipány nebo na skvrnité náprstníky, a v té chvíli úplně na hypotéku zapomenete. Místo toho se usmíváte radostí z krásy květin, ptáčka, z tohoto úžasného výjevu přírodní nádhery. Vaše tělo se uvolní a srdce se otevře. Váš život byl na chvílku poctěn zářivou krásou ženské síly.

Jedete po dálnici, vzhlednete k nebi a upoutá vás nádherná duha s živými, jemnými barevnými odstíny, zářící na nebi a pomíjející. Jste mezi rychle ujíždějícími auty a betonem, uprostřed šedého, obyčejného pracovního dne, a tak je pro vás

duha pravým požehnáním vznešené krásy – zářící vizí ztělesňující tajemství ženství.

Záře je jádrem ženského prvku. Ať se objevuje v obrazu květiny, duhy, muže nebo ženy, má v sobě určitou tajemnou milost a vznešenost, třpyt a krásu, kterou lze nejlépe popsat jako „záři“.

S postupujícím věkem může naše tělo začít uvadat. Naše mladistvé, zdravé vzezření se vytrácí, na kůži se nám objeví vrásky a vlasy začnou řidnout. Pokud jsme ale v nitru skutečně šťastní, pak s sebou vyšší věk přináší zralost, hloubku a vnitřní sílu, kterou naše vyzařování jen zintenzivní. Bez ohledu na náš zevnějšek může být naše vnitřní záře velmi jasná, a právě toto vyzařování je jádrem ženského principu.

Většina z nás si tuto záři velice dobře uvědomuje, přinejmenším povrchně. Kosmetický průmysl ví velmi dobře, že takové záření je jádrem ženského elementu a má pro muže i ženy velkou přitažlivost. Reklamy říkají, že make-up ženu „rozjasní“, dodá jejím vlasům a rtům lesk a jejím očím třpyt. Zkrátka všechna krášličí kosmetika zvyšuje ženské *vyzařování*, i když jen na povrchu. Podobně mohou i šperky nebo bižuterie a oblečení zvyšovat záři, která k ženě patří.

Skutečným jádrem ženství je ale vnitřní záře samotné lásky. Může být zvýšena nebo zvýrazněna použitím krásného oblečení, šperků a naličení. Může být podpořena péčí o zdraví a o fyzickou formu. Přesto existuje jen jediná cesta ke skutečnému vyzařování ženství: láska.

Když vaše srdce vyzařuje lásku, pak záříte celí. Všichni jsme byli svědky proměn, jaké s lidmi nastanou, když se zamilují. Zdá se, jako by celí zářili. Když vejdou do místnosti, jako by se v ní rozsvítilo. Láska sama je zářivost, která nevychází jen z lidského úsměvu a očí, ale prozařuje celé okolí takové osoby.

Jak tedy můžeme svoji vnitřní zářivost zvýšit? Tím, že se uvolníme do svého milujícího srdce a splyneme s ním. Musíme

se naučit zbavovat svých vnitřních zábran a poskytovat lásku. Každý z nás může sledovat jinou cestu vnitřního růstu, ale všechny skutečné cesty jsou cestami lásky. Nejsou to cesty *k lásce*; jsou to už přímo cesty samotné lásky. Krok za krokem – ať pomocí terapie, intimity, modlitby, nebo meditace – praktikujeme otevírání svých srdcí a schopnost lásky. A přitom je naše vyzařování stále silnější a jasnější. Jádro ženství je totožné s tímto jasnem lásky. A právě toto vyzařování je pro mužství nejprůtažlivější.

Mužský princip hledá u ženského principu své doplnění. Čím silněji ženský princip vyzařuje, tím více bude takový člověk naplňovat touhu svého více mužského partnera po dokonalosti, i kdyby o mnoho víc nedělal. Skutečně zářící osoba jako by se nemusela aktivně snažit, když chce partnera přitahovat, její vyzařování úplně stačí! A je to vyzařování velice reálné, hmatatelné a cenné.

ŽENSTVÍ JE SÍLA PŘITAŽLIVOSTI A OKOUZLENÍ

Ženství nás přitahuje a okouzluje stejně jako Měsíc, květina nebo západ Slunce a otevírá naše srdce kráse a lásce.

Ženský princip hledáme, když jedeme na dovolenou, a často si vybíráme místa s výjimečnou přírodní krásou, kterou se necháváme okouzlit. Když rozjímáme nad majestátností Grand Canyonu nebo nad nekonečnou modří oceánu, odpoutáváme se od spleti svých drobných problémů. Dokonce i pohled na krásného muže nebo ženu nás dokáže povznést mimo náš malý obzor a po celé hodiny nebo i dny se dokážeme těšit z jeho nebo její přitažlivosti a nechávat se okouzlovat.

Může to být ve způsobu, jak muž něco říká, nebo v pohledu ženiných očí, nebo v tom, jak po obloze při západu Slunce plují mračna. Ať už je to cokoli, ženská přitažlivá síla vždycky působí, že vzdycháme nadšením, usmíváme se a uvolníme se. Muži

i ženy tuto schopnost ženského principu okouzlovat vysoce oceňují jak v jiných lidech, tak v přírodě.

Nemluvím ale o pouhé fyzické přitažlivosti. Hovořím o vnitřní kráse, o uzdravujícím vyzařování, které vychází silně a jasně ze šťastného srdce. Tato krása je ženskému principu vrozena bez ohledu na konkrétní fyzický zjev, jehož prostřednictvím se vyzařování děje. Tulipán nebo růže, červánky nebo oranžové zapadající Slunce, kvetoucí sedmnáctiletá dívka nebo moudrá a půvabná šedesátiletá osoba – všude může okouzlující aspekt ženství zářit stejně jasně.

Všichni lidé nejsou fyzicky krásní. Každý z nás nevypadá jako modelka nebo model pózující v časopisech. A i ti lidé, kteří jsou v mládí nádherní, začnou mít ve vyšším věku vrásky, tělo jim ochabuje a vlasy šediví. Proces stárnutí je naprosto přirozený a nemá se skutečnou přitažlivostí ženství nic společného.

Po několik měsíců, kdy jsem psal tuto knihu, jsem žil na indonéském ostrově Bali. Když jsem tam pobýval, navázal jsem přátelství s místní rodinou, která vlastnila a provozovala malou restauraci se třemi bambusovými stoly, v níž jsem často jedl. Rodinu tvořily tři sestry a jejich matka. Sestrám bylo něco přes dvacet a byly výjimečně krásné. Kterákoli z nich by mohla posloužit jako modelka na obálku časopisu. Dvě z nich skutečně jako profesionální modelky pracovaly. Jejich těla, obličeje i vlasy – prostě všechno na jejich zjevech – bylo okouzlující. Fascinovaly mě svou krásou tak, že jsem skoro nedokázal jíst.

Po dobu prvních několika týdnů jsem v malé restauraci nikoho jiného kromě nich neviděl. Pak jednoho dne vyšla z kuchyně do jídelny jejich matka. Na tu chvíli nikdy nezapomenou. Tři krásné sestry seděly v jídelně restaurace a bavily se spolu. Matka se k nim připojila a zapředla s nimi hovor. To, co jsem viděl, mě ohromilo.

Matce bylo kolem šedesátky. Hnědou pleť měla vráscitou vlivem sluníčka, bylo zjevné, že už není mladá. Její krása byla

ale neporovnatelná. Z očí jí zářilo vzácné světlo lásky, soucítění a humor. Každý její pohyb byl naplněn půvabem, který jako by nebyl z tohoto světa. Pohlédla na mě a její úsměv mě zahřál u srdce. Nemohl jsem tomu uvěřit. Její dcery byly sice dokonale krásné, ale tato stará žena byla ještě mnohem krásnější.

To, co mě tak okouzlo, nebyl její fyzický zjev, ale její povaha a duševní rozpoložení. Byla tak uvolněná, milující, šťastná, tak moudrá a tak zářící, že jsem měl chuť se jí poklonit na znamení úcty k její ženské dokonalosti. Ve srovnání s jejím plným rozkvětem byly její dcery jen malými rašícími poupaty. Možná že jednoho dne také dosáhnou vznešené hloubky ženské zralosti, jakou oplývala jejich matka, ale prozatím to byly prostě jen hezké dívky. Jejich matka však – přestože byla vrásčitá a postarší – vyvolávala posvátný úžas hloubkou a plností své ženské síly. Když jsem se na ni díval, srdce mi pookřálo, a to se opakovalo pokaždé, když jsem ji během příštích dvou měsíců spatřil.

Ženský princip *je* krása sama. *Je* vyzařování samo. Tělesná přitažlivost může vyjádřit určitou stránku tohoto vyzařování, ale netrvá dlouho, a pokud ano, stejně je povrchní. Ženská síla skrytá v lidech je však přitažlivá, milující a zářivá vždycky, a právem ji uctíváme a přejeme si, aby se projevovala ve své jedinečné dokonalosti. Hvězda nemusí skrývat svou záři bez ohledu na to, zda si jí někdo všímá nebo ne.

PROČ SI ŽENSTVÍ PŘEJE, ABYCHOM SI HO VŠÍMALI

Obecně platí, že čím víc ženství v sobě má něčí sexuální esence, tím víc si příslušný člověk bude přát, aby si ostatní všímali jeho přitažlivosti. To je přirozenou známkou převážně ženské sexuální esence. Pokud máte ženskou sexuální esenci, pak jste

na tuto vlastnost – přitažlivost – obzvlášť citliví jak u sebe, tak u ostatních lidí. Záleží vám na tom, zda se cítíte atraktivně, jako jiskřící hvězda nebo zářící západ Slunce – nebo zda se přitažliví necítíte. Je bolestné se cítit nepřitažlivě, nebo dokonce vnímat, že si vás ostatní nevšímají a jste pro ně neviditelní. Proč? Protože přitažlivost je jedním z vrozených ženských darů. A skutečně šťastní jsme jen tehdy, když ze sebe můžeme své vrozené dary vydávat.

V naší kultuře, kde dominuje mužství, je tato starost o přitažlivost často pokládána za sebestřednou nebo malichernou. Citlivost vůči přitažlivosti je však přirozeným projevem toho, že si uvědomujeme moc, hloubku a krásu jedné ze silných stránek ženství.

ŽENSKÁ ZÁŘE U MUŽŮ

Ženská síla je aktivní u mužů i u žen. Mužské rockové hvězdy, modelové a kulturisté – vlastně všichni muži, kteří si pěstují své přitažlivé vyzařování – se pokoušejí zvýšit svoji ženskou záři, sílu přitažlivosti a okouzlení, které vyvolávají. Díky našemu modernímu kulturnímu posunu směrem k rovnováze mužských a ženských kvalit ve „vyváženém“ typu vztahů je moderním mužům „dovoleno“, aby si vlastní ženské vlastnosti uvědomovali více než v minulosti.

Obliba mužských kadeřnických salonů a wellness center s posilovnami, stejně jako manikúry a plastické chirurgie určené mužům, se v posledních dvaceti letech dramaticky zvýšila. Je dobře, že muži mají dnes povoleno zabývat se svou přitažlivostí, právě jako to vždycky bylo v pořádku v případě žen. Je však možné, že tento trend, kdy si muži začínají znovu uvědomovat svoji ženskou stránku, ovlivní jejich intimní život. Jedna moje klientka, Ann, mi vyprávěla o své frustraci ze svého přítele Jona.

Jon investoval hodně peněz a času do svého módního šatníku. Když se Ann a Jon chystali někam si vyjít, Jon nebyl obvykle hotov s přípravami včas. Nekonečně dlouho stál před zrcadlem, nebo to Ann alespoň tak připadalo, kontroloval, zda má dokonalý účes, obíral si i nejmenší smítka z nového saka a vmasíroval si do obličeje hydratační krém pro muže. Přehnaná pozornost, kterou Jon věnoval své vlastní přitažlivosti, Ann nijak zvlášť netěšila. Určitě byla ráda, že Jon o svůj zevnějšek pečuje, ale přála si, aby *ona sama* mohla být příjemkyní Jonova obdivu a zbožňování své ženské přitažlivosti, a ne aby Jon obdivoval svůj vlastní odraz v zrcadle. Aniž o tom nějak víc přemýšlela, začala cítit zklamání a přála si, aby Jon projevoval více mužské energie, aby byl přirozeně přitahován její ženskou energií a aby nevěnoval tolik pozornosti svému vlastnímu ženskému vyzařování.

Existuje riziko, že když dnešní muži hledají zdravou vyváženost směřující ke vztahům v uspořádání 50/50, začnou oceňovat své vlastní ženské dary přitažlivosti a okouzlení víc než stejné dary svých partnerek. Jedna věc je, když muž vyrostle z neotesaného ušmudlance v čistého a přitažlivého džentlmena, a druhá věc je, když to přežene a začne se zabývat vlastní přitažlivostí víc než přitažlivostí ženy, kterou si vybral.

ŽENSTVÍ, MUŽSTVÍ A TĚLO

Určitě jste ji někdy viděli. Možná to bylo na liduprázdné pláži, kdy s požitkem vyklouzla z těsných plavek, půvabně se vnořila do oceánu a těšila se z doteku vody přímo na své pokožce. Nebo to možná bylo na tanečním parketu, kde jako by svým tancem vyjadřovala vesmír, který je šťastný, že je sám sebou. Nebo jste ji možná zahlédli, jak kráčí po ulici, jenže se nepohybuje cílevědomě jako ostatní lidé: Liší se svou ženskou nenuceností, pohodou, lehkostí a smyslnou uvolněností.

Ženství žije ve světě smyslných vjemů, ve světě těla, neviditelných propojení s prouděním živlů a přírodních sil. Každý člověk, ať muž, či žena, který je takto propojen s okolním prostředím, má vysoce vyvinutou ženskou stránku.

Také jste určitě viděli někoho nabitého extrémní mužskou energií. Často jste ho sledovali, jak míří do kanceláře. Oči upřené přímo před sebe, nikdy se zbytečně nerozhlíží kolem sebe, kráčí cílevědomě k cíli po nejkratší dráze od místa, kde právě je. Ničím se nedá rozptýlit. Dokonce jako by si ani neuvědomoval své tělo nebo svět vztahů, který ho obklopuje.

Muž nebo žena na svém extrémně mužném pólu mají sklon své tělo pouze *využívat*, možná s určitým strohým půvabem efektivity; tělo pro ně však buď není vůbec důležité, nebo přinejlepším představuje nástroj, který jim pomáhá dosáhnout cíle, ke kterému právě směřují. Takový člověk si své tělo začne skutečně uvědomovat, teprve když onemocní nebo trpí bolestí, což mu brání, aby plnil své poslání.

V každém lidském těle je však přirozeně přítomen ženský princip. Plně rozvitý ženský princip v mužích i ženách *je totožný* s milující smyslností, propojeností a s plnokrevným prouděním v říši smyslových počitků a života samého. Takové lidi je potěšení sledovat. Připomínají nám tajemné, neviditelné síly, které existují v nás i v našem okolí a uvádějí do pohybu naše těla i naše pocity, ale většina z nás si je nedokáže uvědomovat, protože nás příliš rozptyluje náš důraz na mužské vztahování se ke světu: Jsme orientovaní na cíle a výkony, jsme rozumoví a nabroušení, jako bychom se stále museli probíjet vpřed světem plným překážek, a nikoli tančit ve světě energií a smyslných vjemů.

ŽENSKOU PRIORITOU JSOU VZTAHY

Pro ženu s ženskou sexuální esencí je její vztah k partnerovi prioritou. Pokud je vydařený, pak je v hloubi duše šťastná

a dokáže čelit jiným životním potížím, například v zaměstnání. Když se cítí ve svém vztahu spokojená a cítí proudění lásky, je to na ní vidět: Její ženství září. Když je ale nešťastná, je to na ní znát také.

Pro ženu s ženskou sexuální esencí je její intimní vztah *středobodem* její emocionální existence. Její celé emocionální založení zásadně závisí na tom, zda je její vztah radostný, nebo naopak bolestný. Vyladění jejího intimního vztahu zabarvuje její celé dny, její práci a její rozhovory s přáteli. Jako by barva jejího intimního vztahu, ať je jasná, nebo temná, pronikala celým zbytkem jejího života, všemi jejími každodenními činnostmi i jejími schopnostmi fungovat.

Pro mužství to neplatí. Jakmile se takový člověk ocitne venku za dveřmi domova, nechá za sebou i svůj vztah. V práci se dokáže soustředit bez ohledu na to, zda se ráno pohádal s partnerkou.

Ženství jako by mělo v srdci citlivý „vztahometr“, který je stále vnímavý vůči tomu, zda v ženě intimním vztahu proudí láska, nebo ne. Když láska proudí, celý její život se prozáří. Když láska neproudí, na celý její život padne stín, zahalí i její práci, chvíle, které tráví s přáteli, i ty, v nichž je sama. „Vztahometr“ v jejím srdci je vždy citlivý vůči tomu, jaký pocit má taková žena ze svého vztahu.

„Srdcometr“ mužství je vyladěn na odlišnou frekvenci. Tento mužský snímací přístroj se ptá: „Probíhá moje poslání, moje cesta k cíli dobře?“ Pokud muž s mužskou sexuální esencí na několik dní uvízne s řešením nějakého problému, na kterém právě v kanceláři pracuje, může to zabarvit celý jeho život. Bez ohledu na to, jak milující má partnerku, se bude svým problémem stále obírat, pohrouží se do sebe a nedokáže na svou ženu plně reagovat, dokud se situace v jeho práci nenapraví. Pokud bude mít pocit, že selhává ve svém tvůrčím nebo finančním poslání, může být po celé měsíce neschopen

sexuálního vzrušení. Jakmile ale začne být přesvědčený, že se úspěšně dostal zpátky na svoji vytyčenou dráhu, i v intimní oblasti ožije. Celý jeho život je zabarven tím, jak se mu daří v jeho poslání; naproti tomu u ženy s ženskou esencí je celý její život zabarven tím, jaký pocit má ze svého intimního vztahu.

Pokud nepochopíme tento zásadní rozdíl mezi mužskou a ženskou sexuální esencí, může se nám snadno stát, že potřebám svého partnera porozumíme špatně. Pokud je například muž s mužskou esencí něčím hluboce deprimován, s největší pravděpodobností to nemá s jeho partnerkou nic společného. Partnerka mu může pomoci jen velice málo, leda mu svou láskou poskytnout podporu a sílu v jeho cestě.

Žena s ženskou sexuální esencí bude mít však přirozeně sklon vycítit, že je s jejím vztahem k partnerovi něco v nepořádku, když vnímá den za dnem jeho přetrvávající deprimovanost – až nakonec ztráta lásky v intimním vztahu s největší pravděpodobností zapříčiní zase *její* depresi. Mužský pocit štěstí je ale daleko víc ovlivněn tím, zda mužovo životní poslání probíhá hladce nebo s obtížemi, než hladkým či obtížným průběhem intimního vztahu.

Podobné nedorozumění může nastat, když si muž s mužskou sexuální esencí všimne, že má jeho partnerka už několik dní špatnou náladu. Pravděpodobně se jí ve snaze najít „diagnózu“ zeptá „co je v nepořádku?“, protože jeho srdcometr není tak citlivý na vztahy jako ženský vztahometr. Může upřímně nechápat, jaká je příčina toho, že se jeho partnerka cítí nešťastná. Konečně to jediné, co by mohlo způsobit obdobnou depresi *jemu*, by bylo nějaké selhání v profesním nebo kreativním životě. Proto se bude pokoušet problém „opravit“ a vyřešit a bude ženě klást všemožné přesně zaměřené a neosobní otázky s nejlepším úmyslem vypátrat příčinu, proč partnerka není šťastná, a přijít s nějakou „léčbou“ – obvykle jí doporučí něco konkrétního, co by měla udělat.

Kdyby však opravdu rozuměl ženskému vztahometru, nechal by si své otázky a svoji analýzu problému pro sebe a svoji intimní partnerku by zaplavil intenzivní láskou a péčí. Byl by naplno s ní, protože ženské jádro její bytosti bude nejsilněji reagovat na proud lásky. Pak, pokud si skutečně mají o čem promluvit, to mohou udělat se srdci už naplněnými. Zatímco hlavní starostí mužského principu je neztratit správné směřování, hlavní starostí ženství je vztah.

ŽENSTVÍ ZŮSTÁVÁ PŘÍLIŠ DLOUHO, MUŽSTVÍ PŘÍLIŠ BRZY ODCHÁZÍ

V posteli, v žáru vášnivé lásky, se ženství zranitelně a ochotně otevírá nositeli mužství. A mužství do něj vstupuje a proniká hlouběji.

Pokud je ale ženství v posteli zraněno netrpělivostí nebo strohými slovy, pak se uzavírá a není ochotno se muži otevřít. Muž se pak od ženy odvrátí a opustí ji.

Zatímco mužství buď proniká hlouběji, nebo se odtahuje, ženství se buď otevírá, nebo uzavírá.

Při první známce potíží ve vztahu pocítí mužství i ženství obavy. Mužství, ať je vtěleno do muže, nebo do ženy, si začne klást otázku, zda má vůbec ve vztahu pokračovat, a přemítá, zda nemá svůj protějšek opustit raději včas, dokud nebude vzájemná vazba příliš silná. Ženství v ženě nebo v muži si neklade otázku, zda by nebylo lépe vztah ukončit, ale stáhne se do sebe a před partnerem se uzavře. Pokud se mužství chová vstřícně, je něžnější a nabídne znovu svoji lásku, pak se ženství postupně otevře, i když to může trvat několik dní.

Takový je cyklus zneužívaného ženství: Otevírat se, když cítí lásku, a uzavírat se, když je zraňováno. Málokdy ale zásadně mění směr a odchází ze vztahu úplně. Ženství prodělává

cykly dobrých a zlých chvil, otevírá se a uzavírá, a přitom má sklony ve vztahu zůstat – někdy příliš dlouho, než aby to pro ženu bylo prospěšné.

Mužství má sklon opouštět vztah, o kterém má pochybnosti, příliš brzy. Ženství má sklon zůstat ve vztahu, o kterém má pochybnosti, příliš dlouho. Nejprůirozenějším gestem pro ženství v intimním vztahu je anatomicky stejně jako emocionálně otevírání nebo uzavírání se. Mužství však zajímá hlubší pronikání, nebo se naopak stáhne a odejde. Proto je často pro ženu s extrémně ženskou sexuální esencí tak obtížné nějaký vztah ukončit, přestože jí přátelé říkají, že jí vztah neprospívá. Zamířit z něj ven pro ni není snadné. Když je zraněna, může se uzavřít, ale časem, když jí partner zase nabídne víc lásky, se znovu otevře. Kdokoli s ženskou sexuální esencí, muž nebo žena, pravděpodobně nebude schopen tento cyklus otevírání a uzavírání prorazit a z nevhodného vztahu odejít navždy.

Pro ženu nebo i muže s extrémní ženskou sexuální esencí je zásadně důležité pěstovat si své mužství. Pak si navíc k vrozené schopnosti svého srdce otevírat se nebo uzavírat vyvine mužskou schopnost změnit směr a odejít, pokud je to pro ni nebo pro něho nejlepší.

MUŽSKÉ A ŽENSKÉ PODOBY ZÁVISLOSTI

Protože ženství žije ve světě smyslných vjemů a tělesnosti, má sklony k závislosti na stále příjemnějších smyslových zážitcích, například na ochutnávání lahodných sladkostí, kupování krásných šatů nebo zakoušení častých společenských nebo sexuálních smyslových vjemů. Pokud si ženství vyvine závislost, pak obvykle na něco, čím může *naplňovat* svoji vnitřní prázdnotu.

Mužství je na druhé straně víc doma ve „smrti“ než v životě, v mysli než v těle. Muž má sklony k závislosti na omezování smyslových vjemů, *sebevyprazdňování* a uvolňování se do

stavu „dokonalosti“ podobného prázdnotě. Stává se závislým na pití až do naprosté otupělosti a stavu zapomnění, na dosažení orgasmu, aby se vyprázdnil a mohl usnout, nebo na tak tvrdé práci zaměřené na dosažení profesionální dokonalosti, že kvůli tomu zanedbává své vztahy a emocionální život.

Závislosti vždycky znamenají pokus získat náhradu za pocit skutečné lásky nebo skutečné svobody. Ženství se stává závislým na vyplňování svého pocitu prázdnoty, na přibližování se skutečně naplňující lásce. Mužství se stává závislým na únicích před vlastním pocitem omezení, na přibližování se ke skutečné svobodě. Ať se to děje prostřednictvím náhražky lásky v podobě nasycenosti jídlem nebo náhražkou svobody stavem zapomnění navozeným drogami, ženství i mužství se jen pokoušejí odhalit pravdu o svém vlastním popíraném jádru.

MUŽSTVÍ, ŽENSTVÍ A DEPOLARIZACE

Zatímco ženská podpora mužského směřování je přijímána jako velký dar, ženská nedůvěra vůči mužskému směřování může být ničujícím zdrojem depolarizace a napětí. Pokud mi nevěříte, zkuste poučovat muže s mužskou sexuální esencí, jak má řídit auto, nebo mu radit, že by se měl zastavit a zeptat se na cestu, protože zabloudil. Takového muže máloco depolarizuje víc, než když ho intimní partnerka podrobuje kritice nebo když sklízí její nedůvěru.

Jádrem mužské sexuální esence je rozhodnost a cílevědomost, právě jako jádrem ženské sexuální esence je vyzarování. Pokud máte ženskou sexuální esenci, pak jistě cítíte jako okamžitě depolarizující, pokud by vám váš intimní partner řekl, že vypadáte sešle, unaveně, zkrátka že nezáříte: „Koukej, zlato, myslíš, že by ses mohla trochu víc nalíčit? Působíš tak nějak fádne.“

Oznámit muži s mužskou sexuální esencí, že ztratil správný směr – tedy zpochybnit jeho směřování, ať už jde o finanční, kreativní, nebo duchovní záměry, případně pouze o jeho schopnost nalézt správnou cestu autem –, má stejný depolarizující účinek, jako říct ženě s ženskou sexuální esencí, že vypadá nezajímavě, seschle nebo jako šedá myš. Způsobí to téměř hmatatelné zhroucení, nevoli nebo vzdor.

Nikdy neříkejte muži s mužskou sexuální esencí, že se mýlí, a ženě s ženskou sexuální esencí, že je ošklivá, pokud se chcete těšit ze sexuální polarity a nezničit ji. Raději vylákejte muže do nového a lepšího směru tím, že ho budete inspirovat, podporovat a přitahovat. Vyvolejte v ženě zářivost chválou, oceňováním a obdivem.

V práci můžete libovolně kritizovat směřování nebo zjev všech kolegů a kolegyně; konečně pokud je to nutné, v práci jsou vaše profesionální cíle důležitější než udržování sexuální polarity mezi kolegy. Totéž platí v jiných oblastech, kde se spolu mužství a ženství stýkají, ať je to politika, věda, umění, nebo svět financí: Mimo intimní vztah musí být lidé s mužskou sexuální esencí ochotní přijímat kritiku svého směřování a lidé s ženskou sexuální esencí kritiku svého vyzařování, pokud taková kritika skutečně poslouží správnému vyústění dané situace.

V rámci intimního vztahu se ale musíte rozhodnout, zda vám taková kritika stojí za to, protože bude mít nevyhnutelně depolarizující účinky. Často je mnohem lepší a právě tak účinné popsat partnerovi své pocity, místo abyste přímo kritizovali jeho směřování nebo vyzařování.

Například pokud nesouhlasíte s tím, do čeho váš mužský partner investuje peníze, můžete říct: „Jsem nervózní, když vidím, kam vkládáš své peníze,“ místo abyste řekli: „Investuješ špatně.“ Podobně můžete říct své ženské partnerce: „Opravdu se mi líbí, když ti plet září a oči se třpytí,“ namísto „Dnes vypadáš obzvlášť staře.“

Samozřejmě existuje mnoho příležitostí, kdy je okamžitě dorozumění důležitější než uchování polarity. V takových chvílích by si lidé měli vzájemně sdělit cokoli, co jim pomůže danou věc účinně vyřešit. Měli by ale vědět, že když budou přímo kritizovat sexuální jádro svého partnera či partnerky, bude je to něco stát. Stejně tak vás bude něco stát, když přemůžete svůj upřímný podnět něco říct a raději to spolknete.

Protože jádrem mužské sexuální esence je zaměřenost, vzruší muže cokoli, čím projevíte svoji důvěru a podporu jeho směřování, a cokoli, co bude projevem kritiky jeho mužského směřování nebo nedůvěry v ně, ho naopak zchladí a „kastruje“ – a to okamžitě a do krajnosti. Totéž platí pro záři a přitažlivost vaší ženské partnerky.

Když porozumíme této přirozené dynamice, můžeme činit vědomá rozhodnutí, z nichž budeme mít prospěch my sami, naši partneři i naše vztahy, místo abychom se užasle tázali: „Co jsem řekl/a, že tě to tak naštvalo?“ nebo „Proč se prostě nesmíříš se skutečností, že se někdy mýlíš/vypadáš ošklivě?“

MUŽSTVÍ PRONÁŠÍ SLOVA, ŽENSTVÍ VNÍMÁ NÁLADU A TÓN

„Sakra! Proč nemůžeš aspoň *jednou* prostě poslouchat, co ti říkám? Poslechni si to přece. Právě jsem ti řekl, že tě miluju!“ Muž na ženu křičí, až mu na krku vystupují žíly. Žena sedí schoulená na posteli, pažemi si objímá kolena a tiskne si je k hrudi. Pohled upírá na podlahu.

Přitom doopravdy neposlouchá, co jí muž sděluje. Slyší jen zuřivý tón jeho hlasu, jeho nabroušenost a zlost. Vnímá napětí jeho těla, když na ni míří obviňujícím prstem. To, co jí říká, pro ni není tak důležité jako způsob, jakým to sděluje.

Muž se velice namáhá, aby mluvil jasně a srozumitelně. Je zřejmé, že vybírá slova velmi pečlivě, aby říkal skutečně přesně to, co si myslí. Je ale stále zklamanější a nešťastnější, protože pečlivě volená slova na ženu vůbec nepůsobí. Jeho partnerka se před ním naopak víc a víc uzavírá. Má pocit, jako by ji muž bombardoval zlostí a odsuzováním. Chrání se před bolestí, kterou pro ni představuje tón jeho řeči. Přes clonu zlostné energie, kterou na ni muž zaměřuje, vlastně význam jeho slov vůbec nevnímá.

Muž nechápe, že zatímco mužství žije ve světě koncepcí a vyhlídek, ženství žije ve světě řeči těla a prociťování energií. Přesný význam jeho slov na ženu zdaleka nepůsobí tolik jako jeho řeč těla a emoční ladění celého rozhovoru.

Ženství zve mužství právě do této oblasti – do sféry tělesnosti a pocitů, mimo útočný svět trefných argumentů a dobře zkonstruovaných příkladů, do světa vcítění a hmatatelně přenašené nálady a dotýkání.

Stačilo by, aby si to muž uvědomil a změnil styl svého vyjadřování, a žena by vůči němu byla rázem mnohem vnímavější. Místo aby se jí pokoušel říkat, jak moc ji miluje, a snažil se ji utlouct argumenty, aby mu uvěřila, měl by se naopak uvolnit a projevovat jí lásku přímo. Kdyby se třeba jen láskyplně dotkl její paže, místo aby na ni ukazoval prstem, cítila by jeho lásku a přijetí. Kdyby tón jeho hlasu vyjadřoval lásku a nikoli zlost, žena by ho vnímala. Kdyby měl v očích lásku a nikoli podrážděnost, cítila by, jak mu na ní záleží. Ženství slyší, vidí a cítí prostřednictvím těla. Muž si může myslet, že něco sděluje pomocí slov, ale bez ohledu na to žena přijímá poselství vyjádřené jeho tělem a emočním laděním jeho řeči.

Mužství mluví o „dělání“, ženství o „cítění“.

Představte si, jak žena s ženskou sexuální esencí mluví se svým partnerem, který má mužskou sexuální esenci.

Řekne mu: „Cítím se osamělá.“

Muž odpoví: „Tak proč si nepěstuješ víc přátelských vztahů?“

Žena mu sdělí něco o svých pocitech a on odpoví dalším návrhem, co by s tím mohla dělat. Ona mu sděluje své emoce a on jí navrhuje aktivity.

Muž ženě řekne: „Chceš dnes večer navštívit Smithovy?“ Položí jí tedy otázku týkající se nějaké aktivity.

Žena odpoví: „Mám starosti se svým novým zaměstnáním.“ Chce s mužem sdílet své pocity.

„Ano,“ odpoví muž, „ale chceš tedy jít dnes večer ke Smithovým? Ano, nebo ne?“

Mužství raději komunikuje o aktivitách a analyzuje, zatímco ženství dává přednost komunikaci o pocitech. Proto muž často chce vědět, co má jeho partnerka v plánu udělat, neboli jakou možnost si zvolí. Žena ale často odpovídá na jeho otázky tím, že mu líčí, jaké má v té chvíli pocity nebo emoce, a nesděluje mu, pro jakou aktivitu se rozhodla.

Stejně tak platí, že když se žena zeptá muže na jeho pocity, ten často reaguje líčením svých plánů.

Žena se zeptá: „Zlobíš se na Boba?“ To znamená, že ji zajímají mužovy pocity.

On ale odpoví: „Chci mu rozbít nos.“ Sděluje tedy, co chce udělat, pro jakou akci se rozhodl.

Při jiné příležitosti se ho žena zeptá: „Miluješ mě?“

Muž odpoví nějak ve stylu „Jak se mě na to můžeš po tom všem, co jsem pro tebe udělal, vůbec ptát?“

Pro mužství je akce důkazem citů. Proto si muž často myslí, že by partnerce mělo být jasné, jak ji miluje, prostě z toho, co pro ni dělá. Pro ženství jsou však aktivity až druhotné, důležitější je proud pocitů. Bez ohledu na to, jak moc toho muž dělá, se může stát, že jeho žena nebude z jeho strany pociťovat lásku. Žena neustále vnímá tok emocí mezi sebou a partnerem.

Z toho úhlu pohledu je pro její ženství lhostejné, co pro ni v minulosti udělal.

Pro mužství navíc může být tok emocí až druhotný oproti tělesně vyjádřené lásce, tedy proti lásce projevené akcí. Žena tedy může nesmírně milovat svého partnera, ale pokud nevyjádří svoji lásku k němu něčím fyzickým, může se stát, že muž nebude její lásku pociťovat. Žena třeba řekne: „Copak necítíš, jak moc tě miluju?“

A muž může odpovědět: „Kdybys mě milovala, udělala bys nebo bys neudělala to a to.“

ŽENSTVÍ PLYNE, MUŽSTVÍ KRÁČÍ

Ženství má vlastní styl vykonávání různých činností. Dejme tomu, že se žena s ženskou sexuální esencí balí na výlet s kempováním. Jde do kuchyně naplnit lahev s vodou, všimne si, že na lince jsou připravené ovesné vločky, a dá je v hrnci vařit. Zazvoní telefon a ona zajde do vedlejší místnosti vyřídit hovor. Při řeči si všimne nezaplacených účtů na psacím stole. Zavěsí, zaplatí účty a všimne si lístku s poznamenaným telefonním číslem kamarádky, která za několik dní odjíždí z města. Zavolá jí, a tak to jde pořád dál. Nakonec se vrátí do kuchyně, uvidí na lince lahev s vodou a vzpomene si, že se měla vlastně balit na výlet a připravovat ovesné sušenky.

Dejme tomu, že se na stejný výlet balí muž s mužskou sexuální esencí. Nejdřív se posadí a sepiše si seznam všech věcí, které by mohl na cestu potřebovat. Naplánuje si, do které kapsy batohu která věc přijde, a pak se cílevědomě pohybuje po domě a shromažďuje potřebné předměty. Když přechází třeba z ložnice ke skříni v chodbě, *nevnímá* zbytek domu, kterým prochází. Když zkoumá obsah krabic ve skříni a hledá baterku, je na svůj úkol tak soustředěný, že někdy ani neslyší zvonit telefon.

V mém vlastním intimním vztahu to chodí tak, že když jsem soustředěný na nějaký úkol, dokáže mě rozptýlit jen velice málo věcí, takže se Ofélie vždycky může spolehnout, že opravdu udělám to, co si naplánuju. Může mi důvěřovat, že budu jednat se sebejistotou a vnitřní celistvostí bez ohledu na to, co se bude dít kolem, třeba i uprostřed překážek a neustálého vyrušování.

Často očekávám, že i Ofélie dokáže jednat a myslet takto jasně, bez ohledu na své emoce. Protože však má silnou ženskou sexuální esenci, její emoce často určují její jednání silněji než cíle, které si vytyčila. Když Ofélie řekne, že bude něco dělat, mohl bych čekat, že to také zrealizuje bez ohledu na své pocity, kdybych zapomněl na to, že její esence je ženštější než moje. Když si to uvědomím a přijmu to, bude mi jasné, že Ofélie bude dávat přednost svým pocitům (nebo pocitům a citům svých přátel a příbuzných) před přímým směřováním k danému cíli.

Jednou před řadou let jsme s Ofélií byli doma a oba jsme pracovali ve svých studovnách. Ofélie psala důležitou seminární práci o posvátném tanci, kterou měla odevzdat už za několik dní, a celý kurz potřebovala úspěšně absolvovat, aby získala bakalářský titul. Vtom jí zavolala plačící kamarádka, která byla právě uprostřed emocionální krize. Sledoval jsem, jak se Ofélie okamžitě plně ponořila do rozhovoru s kamarádkou a na svoji práci úplně zapomněla. Postřehl jsem, že přitom sám cítím určité napětí. Uvědomil jsem si, že mě podráždilo, jak Ofélie bez váhání opustila svůj úkol. Jako by jí bylo úplně jedno, že potřebuje dokončit seminárku a má na to už jen pár dní.

Pokud Ofélii zavolá plačící kamarádka, která je v krizi, Ofélie dá přednost jejím emocím. Pravděpodobně nechá být všechno ostatní, čím se právě zabývá, a ponoří se do soucitné konverzace s kamarádkou. Kdyby můj kamarád ve stejné situaci zavolal

mně, automaticky bych nejprve zvážil různé způsoby, jak na to reagovat: Bude lepší si s ním popovídat hned, nebo s tím počkat, až ukončím pracovní úkol, na kterém právě dělám? Nemohl by zatelefonovat někomu jinému, kdo by mu třeba pomohl víc? A co může se svou situací v této chvíli udělat?

Svým mužským způsobem si převedu danou emocionální situaci do možných způsobů, jak by se na ni dalo reagovat, všechny je prozkoumám a vyberu ten, který pokládám za nejlepší. Pro Ofélii však žádné takové rozhodování neexistuje. Automaticky vpluje do stavu empatie, vcítí se do naléhavých emocí své přítelkyně, nabídne jí citovou podporu a ani nebude vážně uvažovat o jiných možnostech, které by mohla v té chvíli zvolit.

Ve skutečně citově vyhocené situaci mi moje „nasměrovanost“ bude překážet v tom, abych příteli poskytl požadovanou emocionální podporu, zatímco Ofélie okamžitě zaujme potřebný postoj a nebude řešit nic kolem.

Kdyby ovšem Ofélii kamarádka zavolala jen tak, že si chce popovídat, Ofélie by také s největší pravděpodobností strávila celé hodiny klábosením s ní a úplně by zapomněla na pracovní úkol, kterým se zabývala, když ji vyrušil telefon. To já bych daleko spíš vysvětlil svému kamarádovi, že právě pracuju na něčem důležitém, a navrhl bych mu, ať zavolá jindy, až budu volný a budu si s ním moci promluvit.

Ženství v muži nebo v ženě se zabývá tím, co je v bezprostřední blízkosti, a pluje od jedné věci k druhé. Nesleduje předem naplánované pořadí úkonů, nebrání se rozptylování, ale reaguje na dění kolem a na lidi, které má právě před sebou. Mužské chování zůstává zaměřeno na dosahování vytčeného cíle; ženství reaguje na okamžité potřeby své nositelky i ostatních lidí. Je zřejmé, že k tomu, abychom byli jak efektivní, tak zdraví, musí se každý z nás naučit oživovat v sobě mužství i ženství, podle toho, co daná situace vyžaduje. Když oba tyto přístupy pochopíme, nebudeme snižovat ani přeceňovat žádný z nich.

Jedním z mužských darů je zůstat ve spojení s obecnějším, větším měřítkem, chápat věci v celkové perspektivě a mít na paměti dlouhodobé cíle – aniž se necháme zavést na postranní cestičky lidmi nebo různými „maličkostmi“. Jedním z ženských darů je schopnost zůstat v propojení s bezprostřední realitou, se stále se měnícími potřebami lidí a života, a nedat se pohltit celkovou perspektivou až natolik, že bychom třeba zapomněli na to, že naše tělo potřebuje každodenní péči a že lidé nejsou jen stroje, které můžete zapnout, využít a zase vypnout.

Mužství má sklony „pro les nevidět stromy“, ale vždycky velmi dobře vidí obraz lesa jako celku. Ženství má sklony zapomínat na les, ale je intimně propojeno s každým jednotlivým stromem, kterého se dotýká a uvědomuje si ho. Ženství ani mužství nejsou samy o sobě úplné – třebaže ve správném okamžiku je každé z nich dokonalým darem.

ŽENSKÉ PLYNUTÍ JE PLACENO MĚNĚ NEŽ MUŽSKÉ KRÁČENÍ ZA CÍLEM

Ženství i mužství mají své místo v různých záležitostech našeho každodenního života, a tak by měly být oceňovány i placeny rovným dílem. Naše kultura bohužel stále ještě platí mnohem více za mužské dovednosti a schopnosti než za ženské.

Americká kultura je jednou z typických moderních kultur, které dobře platí analytické a na dosahování cílů zaměřené činnosti mužů i žen. Platí za navigaci lodi, nikoli za proud oceánu, na kterém loď pluje. Podobně jako oceánský proud je ženství často pokládáno za něco samozřejmého.

Ženský přístup je sice nesmírně mocný, ale připomíná vodu, proudí a přizpůsobuje se spíš tvarům břehů, než aby si razil cílevědomě cestu vpřed. Třebaže ženství není vůbec pasivní, přirozeně si přisvojuje dynamický tvar dané chvíle. Ženství

vycítuje skutečné a komplexní potřeby lidí a slouží jim například opravdovým, hluboce založeným uzdravováním (špatně placenými ženskými aktivitami), spíše než likvidací jednoho symptomu pomocí chemických léků a chirurgické operace (příliš dobře placený mužský přístup).

Ženství má také převahu nad mužstvím v jakékoli situaci, která vyžaduje proplouvání tuctem úkolů současně – například zvládání skupiny chaotických dětí: Nějak dokáže držet všechno pohromadě a zároveň být všude naráz, a navíc umí ještě vytvářet pro ostatní ovzduší lásky, důvěry a vzájemného uznání, nikoli pouhé poslušnosti a autority. Učitelky mateřských škol jsou placeny méně než univerzitní profesori, přestože si nejsem jistý, která práce je těžší nebo náročnější.

V naší kultuře je podceňován tanec ženství. Mnoho mužů i žen je nuceno se vzdávat svých spíše ženských vloh a rozvíjet své spíše mužské dovednosti, pokud chtějí uspět finančně. Když jsme se podřídili tomuto kulturnímu požadavku, jež představuje uzavřenou smyčku, přišli jsme o všechno. Ztratili jsme mnoho darů pravého ženského génia. A pokračujeme tak v tiché podpoře protiženského postoje, který snižuje všechny služby žen i mužů, co neodpovídají mužskému módu.

MUŽSTVÍ A ŽENSTVÍ V POLITICE

Ženství je vylučováno z jakýchkoli oblastí, kde jsou dlouhodobé cíle hodnoceny výše a lépe než kvalita lidských vztahů. Proto má naše politická aréna sklon k orientaci na mužství a dominují jí muži. Dokonce i těch několik výjimečných žen, které zde uspěly a získaly v politice vysokou pozici, toho dosáhlo s pomocí svých mužských schopností. V naprosté většině byly zvoleny spíše pro svou schopnost analýzy, vizi a pevné směřování, než pro schopnost spolupráce, uzdravování a intuice.

Je pochopitelné, že člověk ve vysoké politické funkci má být schopen dělat dlouhodobá strategická rozhodnutí, kdykoli je to třeba – a to i v situaci, kdy je jeho intimní, osobní život třeba právě plný bolesti. Proto snadno pochopíme, proč muži i ženy, kteří byli zvoleni do vysokých funkcí, své pozice získali z větší části svou schopností oživovat svou mužskou stránku. Člověk v takovém postavení může v jakékoli chvíli potřebovat dělat důležité kritické analýzy – a to i ve stavu osobní nebo intimní krize.

Mužská schopnost přepínat z jednoho režimu do druhého – z intimního do analytického – je velice užitečná v politických i v obchodních a pracovních situacích. Pokud jste ústřední postavou takové situace, neočekává se, že byste dovolili, aby vaše emoce ovlivnily vaši práci. Naopak se čeká, že vaše každodenní aktivity zůstanou naprosto nepoznamenány emocemi vašeho osobního, intimního života. Proto má politika, tak jak ji známe, tendenci být „pánským klubem“, v němž jsou sami maskulinně orientovaní jedinci, muži i ženy.

Protože naše politická rozhodnutí byla v historii tak dlouho jednostranně maskulinní, dávali jsme přednost hledání svobody na úkor moudrosti lásky. Trvale jsme podceňovali význam životní pohody lidí a jejich individuálních potřeb kvůli tomu, co pokládáme za větší politickou, ideologickou nebo ekonomickou svobodu.

Řešení samozřejmě nespočívá v tom, že bychom měli snižovat sílu mužství, když jde o dlouhodobé plánování, jasnou analýzu a vize neovlivněné osobními problémy. Je ale načase obnovit ženský styl politiky, jak celosvětově, tak v naší intimní sféře. Stejně jako se naše intimní vztahy vyvinuly ze situace mužské dominance směrem k vyváženějšímu partnerství typu 50/50, musí se to stát i s našimi politickými vztahy.

Navíc stejně jako v oblasti našich intimních vztahů může přerůst „vyvážený“ vztah do Intimního splynutí, mohla by časem i naše politika začít mít v úctě jedinečné dary krajního

mužství *a zároveň i* ženství. Existují situace, kdy je nutné udělat rozhodnutí, které krátkodobě vyústí ve ztrátu života, ale ve „vzdálenější perspektivě“ to dlouhodobě zlepší život více lidí. Rozhodnutí tohoto typu se mohou v politice týkat například eutanazie nebo války. Mužství se cítí víc doma v blízkosti smrti než ženství, a tak by mělo mít větší důvěru v nevyhnutelných chvílích krizí, k nimž v našich životech dochází. Ženství, jak v ženách, tak v mužích, je však mnohem lépe vyladěno k přiměřené akci, když jde o obnovu a podporu života, lidského i jiného.

Nejprve musíme dosáhnout rovnováhy typu 50/50 na všech politických scénách, právě jako existuje nezbytné stadium, v němž se intimní partneři naučí dělit si odpovědnosti ve svém vztahu přesně napůl. Pak se ale musíme naučit vzdát se lpění na „rovnováze“ a uplatňovat důvěru v jedinečné ženské a mužské dary. Když tedy dojde na ekologickou legislativu, legislativu řešící vztahy mezi lidmi nebo otázky kolem lidského těla, musí se mužství naučit vzdát se kontroly a důvěřovat ženské moudrosti *víc* než své vlastní dlouhodobé strategii.

V intimním vztahu stejně jako v globální politice *nemají* mužství a ženství stejné předpoklady pro všechny úkoly. Spíš je to tak, že poté, co vyvážíme vše prostupující mužskou jednostrannost v intimní oblasti stejně jako v politice, budeme se muset vzdát lpění na ideálu „vyváženosti“. Místo toho se musíme naučit důvěřovat svým rozdílům a chápat je jako dary.

Mužství musí být ochotno přijmout, že v určitých situacích má moudrost ženství převahu. A ženství musí být ochotno uznat totéž o mužství. Pak na základě zřejmých darů mužství a ženství můžeme začít rozvíjet politiku důvěry, a to v intimní sféře právě jako na globální úrovni.

V určitých chvílích se necháme zaslepit svými emocemi a lpíme příliš na tom, co musí zemřít nebo odumřít, ať je to intimní vztah, embryo, nebo hrdina. V takových chvílích se

musíme naučit důvěřovat moudrosti mužství, které dokáže jednat jednoznačně a rozhodně, a to i navzdory emocím.

V určitých okamžicích se zase necháme zaslepit svým směřováním ke svobodě: politické, finanční, a dokonce spirituální. Pak oddělíme své jednání od svého srdce a skončíme ve sterilním, rigidním, život potlačujícím politickém režimu nebo intimním partnerství. V takových chvílích se musíme naučit důvěřovat moudrosti ženství, která je strážným duchem nedílně tkvícím v každém vztahu, tělesné intuici a přirozené síle života.

Jsou příležitosti, kdy ženství dovolí osobním emocím, aby překážely jasnému myšlení a účinným akcím; ale stejně tak a možná i častěji mužství dovolí logickému, racionálnímu myšlení, aby překázelo lásce. Bez lásky jsou naše životy prázdné. A v nynějším bodě našeho vývoje jak v intimní, tak v politické sféře nadešel čas, aby mužství dočasně odložilo svůj analytický meč a dovolilo ženství uzdravit zbytečné rány a šrámy způsobené muži i ženami, kteří by raději zůstali vzájemně oddělení a logicky přemýšleli, než by praktikovali účastné sdílení a lásku.

ŽENSTVÍ JE SÍLA STVOŘENÍ A ZÁNÍKU

Naše kultura přijímá a oceňuje skutečnost, že ženství dává život a pečuje o něj. Konečně známe mnoho matek, které porodily děti a vychovávají je. Pokud ale rozšíříme svůj záběr na celou přírodu, uvidíme, že ve zvířecí a rostlinné říši „Matka“ nejen dává život potomstvu, ale také je požívá, tráví je a rodí další potomstvo. Velká rodička, sama Příroda, je také velkou požívající entitou, která nakonec všechny své děti pohltí – a která ničí život, aby vytvářela další.

Ženství je silou stvoření i ničení a zániku. Člověk, který nepřijímá destruktivní vlastnosti ženství, popírá jeho plné, celistvé vyjádření.

Muž se slabým mužstvím má zvlášť silnou tendenci si tyto vlastnosti ošklivit a bát se jich a může se pokoušet o potlačování destruktivnějších prvků ženské síly své partnerky. Takový muž se stáhne, když se jeho žena začne chovat jako divoženka a vypadá přitom, jako by ho „mohla sníst zaživa“. Dává najevo znechucení touto její náladou, ale partnerka vycítí pravdu: Bojí se jí. Bojí se destruktivních stránek ženské síly, a proto ji nedokáže přijmout se všemi jejími aspekty, světlými i temnými, klidnými i divokými.

Kterýkoli člověk se silnou ženskou sexuální esencí má také silný divoký a destruktivní aspekt. Tato stránka završuje plnost ženského spektra; bez něj například sexualita ztrácí vášeň a začne být úzkostlivá a příliš zjemnělá. K oceánu v jeho ucelenosti patří i jeho bouře a nebezpečné proudy. Plavecký bazén je bezpečnější, ale oceánu se zdaleka rovnat nemůže.

Když celá léta zažívá kritiku, může žena začít odmítat „nebezpečné“ stránky své vlastní ženské sexuální esence. Taková žena si přiznává svou sexuální esenci jen zčásti, a zčásti ji odmítá. Její sexuální jádro tím slábne a její sexuální energie je potlačena. To oslabí její ženské vyzářování.

Mnoho dnešních mužů a žen si zvolilo bezpečí úhledných malých „plaveckých bazénků“ potlačené ženské energie. Dělalí to tak dlouho, že už zapomněli na nesmírnost a zuřivé běsnění ničím neomezovaného oceánu ženství. Pod povrchem se ale potlačená zuřivost ženství může obracet proti své nositelce.

Když je totiž tato zběsilost ženství omezována, začne působit sebedestruktivně. Když jsou divoké bouře ženství ze vztahu vykázány, uzavírají se do sebe a požírají se vnitřně. Tento zuřivý ženský aspekt pak neposkytuje ženství svoji syrovou sílu, plnost a nesmírnou energii, ale hroutí se v implozi sám do sebe a vytváří černou díru. Nevyzařuje už navenek, ale vsává energii dovnitř.

Muž nebo žena s implozivně zhroucenou ženskou stránkou mají sklony k sebedestruktivitě, a někdy to vede až k tělesnému

onemocnění. Řešením není pouze křičet, ječet a dávat průchod své zlobě, zuřivosti a nevázané síle, třebaže nám to občas může pomoci. Řešením je především neomezovat divoký ženský živel.

Ženství nelze nikdy dobýt; jeho energie je příliš nesmírná, než aby mohla být poražena. V naší kultuře se potlačená ženská zloba obrací buď sama proti sobě v sebe destruktivním ladění, nebo si nachází cestu ven v nějaké podobě zloby. Existuje ale třetí možnost: Divoký ženský prvek může být „kultivován“ prostřednictvím lásky, a to muži i ženami.

Tak například žena s ženskou sexuální esencí, která má ráda sama sebe, „kultivuje“ vlastní divokou energii tím, že ji propojí s energií trvalé lásky. Poskytuje sama sobě centrum láskyplné stability, kolem kterého se může její ženská energie pohybovat naprosto svobodně v celé škále sebevyjadřování. Ví, že v jejím srdci stále sídlí láska, a to před emocionální bouří, během ní i po ní.

Pokud se její partner naučí překonat své obavy z těchto projevů, pak i on dokáže stále a trvale poskytovat své srdce naplněné láskou pro její ženské běsnění a neodmítá je ani nechlácholí, ale zůstává i uprostřed její zuřivosti svobodný, silný a milující.

Toto vzájemné doplňování mužské a ženské síly se děje jak v jednotlivcích, tak mezi partnery. Poskytuje stále přítomnou stabilitu (mužský prvek) a syrovou energii (ženský prvek), nutné pro dynamický a vyvíjející se intimní vztah. Sexuální vášeň a emocionální živost se vytrácejí, když je ženský element omezovaný a nucený držet se zpátky, nebo když je mužský prvek deformovaný strachem. Pro plnost lásky je nutné, aby se ani jeden tento prvek neomezoval.

Když se muži i ženy zbaví strachu z utonutí, může být ženský plavecký bazén rozvolněn, nemusí být ohraničen a může znovu nabýt své původní podoby nedozírného a nádherného oceánu. Ten je někdy nebezpečně divoký a někdy půvabně klidný. Právě a svobodné ženství je ale vždycky celistvé. To platí

také pro lidi, muže i ženy, kteří se neobávají oceňovat a znovu si osvojovat všechny stránky svého divokého ženského prvku.

ŽENSTVÍ NENÍ VŽDY OCEŇOVÁNO

Ženská životní síla je často pro mužskou mysl velmi nepředvídatelná. Připomíná jemný vánek, který se může proměnit v hurikán, a pak se náhle znovu zklidní do mírného, tichého a vlahého letního odpoledne. Pro mužskou potřebu vědět je ženská životní síla často příliš moudrá. Tajemná energie věčně se vyvíjejícího vesmíru vždy přesahuje naše momentální vědecké znalosti, které velice rychle zastarávají a jsou nahrazovány novými.

Čisté ženství je životodárná síla, velmi odlišná od abstraktní logiky mužství, jež pozoruje věci z odstupu, analyzuje a komentuje, co vidí. Ženství připomíná spíše oceán než vědce nebo komentátora televizního zpravodajství. Síla oceánu se neodvozuje od jeho strukturovaného vyjádření a logiky, ale z jeho nesmírných hlubin, pohybu, energie a nedozírnosti. Když se učíme uvolnit a splynout s touto mocnou hlubinou živoucí energie, naše těla začnou zářit zdravím, naše vztahy se osvěží a naše mysli se začnou řídit spíše vášní než suchými a zkostnatělými abstraktními pojmy.

Mužský prvek připomíná loď na oceánu, volící nejkratší trasu z bodu A do bodu B. Oceán připomínající ženství se ale nepohybuje po jediné definovatelné linii mezi dvěma body. Plyne mnoha směry zároveň – někdy klidně, ale jindy s tak obrovskou silou, že v jeho hloubkách může jakákoli loď snadno utonout.

Svobodná ženská síla je živoucí, pečující, uzdravující, omlazující a plná života jako volný oceán. A stejně jako oceán je někdy divoká, nepředvídatelná, temná, nezkrotná, a dokonce ničivá svou silou.

Velmi málo lidí důvěřuje svému bezprostřednímu propojení s přírodou nebo intuitivní inteligenci svého těla. Příliš snadno se

ztotožňujeme s logickým světem mužské inteligence. Celá naše kultura je tak maskulinní, že se cítíme mnohem lépe ve světě analytického řešení problémů než při extatickém tanci! Raději bychom pádlovali v člunu po bezpečném bazénu, než se učili, jak plavat po nekonečné a nádherné síle oceánu. Mužství chce často pevně zachytit ženství, asi jako připevňujeme motýla špendlíkem do sbírkové krabice, a udržovat je spíš v omezeném prostoru, než toto ženství nechat plout svobodně podle jeho vlastní vůle.

Alice a Richard, manželský pár, který se se mnou přišel radit, zosobňuje tento rozdíl mezi ženstvím, silou samotného života, a mužstvím, které život transcenduje a často se k němu snaží přistupovat pomocí analyzování, omezování nebo řízení podle plánu. Alice se chce smát a cákat se v dešti, Richard spěchá k cíli s deštníkem. Alice chce vtrhnout na taneční parket a rozplynout se v tanci, Richard chce nad sklínkou brandy zamračeně diskutovat o filozofických problémech. Alice se nedokáže ovládnout, aby neprojevovala láskyplné nadšení předoucím kočkám a dovádějícím psům; Richard se nechce vystavovat nebezpečí, že na něj přeskočí blecha.

Když se Alice snaží o sebevyjádření, Richard jí často říká: „Ale co tím *myslíš*? Dej mi nějaký příklad. To, co povídáš, mi nedává smysl.“ Po letech Richardova špičkování začala mít Alice pocit, že se nedovede pořádně vyjádřit a že Richard vždycky „vyhraje“ každou slovní výměnu, protože ona sama nedokáže analyzovat a definovat svá přání stejně jasně jako on. Aliciny pocity a emoce proudí velice silně – Richard ale chce, aby si od nich udržovala odstup a snažila se je analyzovat a ovládat.

Stejně jako celá naše kultura ovládaná mužskými prvky, i Richard potlačuje plnost Alicina ženského oceánu. Například po ní žádá, aby vyjádřila přesně definovanými slovy každé drobné zvlnění pocitů, které se vynoří v jejím oceánu emocí. Chce od ní znát důvod, proč udělala to či ono. Richard se snaží proměnit Alicin spontánně plynoucí oceán v přehledný

plavecký bazén, který by chápal a rozuměl mu. Tím však upírá ženské sexuální esenci její obrovskou přirozenou moc.

POPÍRÁNÍ ŽENSKÉHO JÁDRA

Je Štědrý večer. Desetiletá dívka sedí mezi jasně barevnými balicími papíry a útržky stužek a krabic, které jako obvykle rozbalovala s vervou a nadšením. Sedí, usmívá se a pozoruje svoji sestru, která se předvádí v hezkých nových šatech a bižuterii, a poslouchá, jak rodiče chválí její krásu. Nedokáže rozpoznat, z čeho pramení její neurčitý pocit znepokojení. Sama dostala samé knihy a vzdělávací hry.

Její matka se obrátí na otce a řekne: „Není to štěstí, drahoušku, že máme dvě dcery a každá je svým způsobem tak jedinečná?“

Tato holčička, jejíž vrozená sexuální esence *ve skutečnosti* leží blíže k ženskému pólu spektra, je svými rodiči nenápadně formována podle jejich vnímání a očekávání. Časem může například přijmout „skutečnost“, že je sice nadaná a inteligentní, ale už ne tolik přitažlivá. Taková dívka si patrně více rozvine mužské stránky své osobnosti, třeba abstraktní analytické a organizační dovednosti nebo soutěživost. Je samozřejmě velice zdravé vyvinout si celé spektrum vlastností, mužských i ženských. Jenže je možné, že takováto dívka bude klást přílišný důraz na rozvíjení své mužské energie, a bude proto popírat a potlačovat svou vrozenou zářivost a přitažlivost, stejně jako další přirozené vlohy své ženské sexuální esence, kterou stále bude mít skrytou v srdci.

Popřením svého přirozeného vyzařování, například tím, že otupí nebo bude rezignovat a uvěří, že její situace je „beznadějná“, popře samotné jádro své ženské sexuální esence. Připraví o moc jeden důležitý aspekt svého ženského jádra.

Dospělá žena, jejíž ženská sexuální esence byla zbavena moci, bude mít sklon přitahovat muže, jejichž mužská sexuální

esence byla zbavena moci podobným způsobem. Takoví muži jsou poměrně nerozhodní a chybí jim sebedůvěra. Jinými slovy, pokud jste žena, která popřela vrozené vyzařování – nebo smyslnost, kreativní chaos nebo divokou sílu – své ženské sexuální esence, pak se pravděpodobně ocitnete v partnerském vztahu s mužem, který se bojí zaujímat vyhraněné postoje, pokud jde o váš společný život. Popírá vrozenou sílu své mužské sexuální esence. Vaše ženská sexuální esence nebude takovým mužem naplněna.

Prvním krokem k získání partnera se silnou mužskou sexuální esencí, nebo k vyvolání silnější mužské energie ve vašem současném partnerovi, je pěstovat si schopnost důvěřovat vlastnímu ženskému jádru své bytosti. Tím, že se uvolníte a přijmete svoji vrozenou ženskou esenci a s tím spojenou přitažlivost, vyzařování, divokost, spontaneitu a intuitivní propojení se životem, posílíte své jádro a rozzáříte se. Pak také automaticky budete přitahovat silnou mužskou sexuální esenci nebo ji v mužích vyvolávat.

PROČ SE SKRÝVAT?

Abychom vyrostli nad úroveň vztahu „rovnovážného“ typu a dosáhli plnosti Intimního splnutí, musíme chápat rozdíly mezi naší přirozenou sexuální esencí a sexuálním charakterem, který jsme možná v životě získali. Váš sexuální rozkvět byl formován tím, jak se k vám v minulosti chovali rodiče, přátelé a milenci či milenky. Mohli vás oceňovat za vaše neutrální, mužské nebo ženské esence, nebo vás mohli zraňovat, či dokonce zneužívat. Je důležité, abychom dovedli rozlišit mezi vědomým sexuálním vývojem a podvědomým sexuálním skrýváním určitých aspektů své povahy.

Elaine ke mně přišla do poradny s hluboce zraněnou ženskou sexuální esencí. Když byla malá, její matka často pracovala pozdě do noci. Elainin otec někdy přišel do jejího pokoje

a jakoby ve hře se jí dotýkal. Tyto epizody začaly postupně být sexuálně zabarvené a stupňovalo se to, až Elaine nakonec její otec pravidelně sexuálně zneužíval.

Sexuální zneužívání je složité a důležité téma, na které se tato kniha nezaměřuje. (Pokud je chcete studovat podrobněji, existuje o něm mnoho výborných publikací.) Podíváme se však na jednoduchý následek vztahu, v němž se zneužívání projevovalo. Každá dívka, která takovouto situaci prožije, si pravděpodobně vyvine silný odpor k mužské síle. Elainin otec pro ni byl prvním zdrojem mužské energie, a tak se i dnes v dospělosti cítí provinile, rozzlobeně, bezmocně a velice trpí – má stejné emoce, jaké cítila vůči otci –, kdykoli pocítí vyhrocenou mužskou energii. Má sklon se uzavírat, kdykoli jí někdo nabídne silnou mužskou energii – a nezáleží na tom, zda je tato energie zneužívající, nebo je míněna jako láskyplný dar. Její automatickou fyzickou reakcí je nedůvěra. V intimních vztazích s muži se necítí v bezpečí.

Elaine ve skutečnosti nedůvěřuje ani svému ženskému jádru, protože to přece byla právě její ženskost, která k ní přitáhla pozornost a zneužívání, nebo to tak malá Elaine aspoň chápala. Ostatně její bratr zneužíván nebyl, zatímco ona ano. Když se ji otec chystal zneužívat, říkával jí, jak je hezká a příjemná na dotek. Její tělo se naučilo, že zneužívání je vyvoláno ženským vyzařováním, a tak Elaine na nějaké úrovni odmítla vlastní ženskou esenci. V různých ženách může tento typ sexuálního sebezavržení nabývat mnoha podob, od vaginálních a děložních onemocnění po pocity životní bezradnosti a vlastní bezcennosti.

V dospělosti je Elaine soucitná, laskavá, inteligentní a milující žena, ale odmítá se nechat pronikat mužskou silou. Zároveň potlačuje vlastní vyzařování ženské síly. Její sexuální esence se skryla. Její dětské vzpomínky jí říkají, že muž (tedy mužská síla) je násilnický, necitelný, působí bolest, bez vyzvání překračuje

veškeré hranice a nezaslouží si její důvěru. Elaine si zároveň pamatuje, že žena (ženská síla) je zmatená, zraněná a provinilá – zvlášť když je její nositelka zneužívána.

Elaine dokáže mít ráda lidi nesexuálním způsobem, ale brání se polarizujícím silám muže i ženy. Její přirozená sexuální esence čeká hluboko v její duši na příležitost rozkvést. Její sexuální charakter, získaný neblahými zkušenostmi, je však plný strachu a obezřetný.

Elaine má obavy, že kdyby se uvolnila a vplynula do svého plně vyhraněného ženství, přitáhne mužské zneužívání a bude bolestně trpět.

Protože Elaine klade odpor polaritě mužství a ženství, vybírá si i přátele, kteří jsou ve svých projevech spíše neutrální a neztělesňují silnou mužskou nebo ženskou energii. Například její přítel Bob je rodinný terapeut. Dovede dobře naslouchat a dává si pozor, aby se neprojevoval příliš asertivně nebo drsně. Někdy se projevuje velice emocionálně, ale nikdy se příliš nerozzlobí, ani se nechová násilně, a jen málokdy nahlas zakleje.

Bob vyrůstal s otcem, který nebyl jasným vzorem silného mužství. Dokonce svého tatínka ani příliš často nevidal. Bob tedy vstřebal od své matky spíš ženský styl lásky a vztahů a na mužskou sílu začal pohlížet jako na něco odtazižitého a necitelného, takového, jaký byl i jeho otec. V dospělosti nabyl Bob zkušenosti, že většina žen nemá ráda dominantní muže, kteří vždycky prosazují svou, a tak se naučil naslouchat a být citlivý. Jeho intimní partnerky ho však opouštěly, protože jim ve svém životním směřování připadal až příliš nerozhodný a nejistý. A protože Bob ztratil spojení se svou hlubokou mužskou esencí, jeho sexuální sebevyjádření a jeho projevy lásky byly také jaksi nijaké, bezkrevné, povrchní a mechanické. Elaine má ráda Bobovu společnost právě proto, že jeho mužská energie není příliš silná. Vzhledem ke své minulosti vnímá Elaine silnou mužskou energii buď jako ohrožující, nebo přímo urážlivou a odpornou.

Další Elainina kamarádka Maggie je úspěšná učitelka tance. V centru města má vlastní studio a mnoho blízkých kamarádek. Maggie ale v životě neměla mnoho štěstí na muže. S manželem se rozvedla už dávno. Zdá se, že žádný z jejích vztahů od té doby netrval déle než rok a každý muž, se kterým se sblížila, se ukázal být nějakým způsobem nespolehlivý nebo nečestný. Po rozchodu s manželem věnovala Maggie veškerou energii a pozornost své kariéře a snahám o úspěch. Díky velkému úsilí a kázni si vytvořila takový život, jaký si vždycky přála vést. Teď se ale obává, že když se uvolní do svého ženství a přijme je, ztratí svou průraznost v kariéře a svoji nezávislost. Zůstává samostatná, soběstačná, ale v srdci má stále prázdnotu.

Elaine a Maggie se dobře shodnou ve svém názoru na to, že pokud má vztah fungovat, oba partneři musí být celiství a silní, schopní nezávislosti a odpovědnosti.

Obě se naučily, že se musíte mít stále na pozoru a nesmíte partnerovi začít důvěřovat. Elaine děsí jak na vědomé, tak na podvědomé úrovni, že by se měla s nějakým mužem sblížit sexuálně, ale má mnoho přátel, mužů i žen. A Maggie ví, že je lepší být nezávislá a svobodná, než záviset na nějakém chlápčovi, který ji stejně opustí.

Mnoho žen projde stadiem, v němž se chtějí cítit svobodné a nezávislé, nebo mají tento postoj po celý život. Nechtějí, aby je podporoval nějaký muž, nebo nejsou ochotny platit cenu, kterou by muž – třebaže by to nevyslovil – za svoji podporu mohl požadovat. Maggie ale po finanční stránce v životě uspěla a nyní by se mohla těšit ze vztahu s mužem, který by ji uctíval jako bohyni a hýčkal jako ženu. Přesto se žádný takový muž neobjevuje. Silná mužská esence je přitahována silnou ženskou esencí a Maggiina přirozená ženská esence je překryta její vysoce vyvinutou mužskou energií. Dosáhla úspěchu a nechce se své mužské energie vzdát. A je to na ní vidět. Proto muži, které přitahuje, patří k těm slabším, hledajícím ženu,

kteřá by je doplnila svou vysoce vyvinutou mužskou energií, a nikoli svou skrytou ženskou sexuální esencí.

Maggie si dlouhodobě rozvíjela svou mužskou stránku, protože nenašla muže, kterému by mohla důvěřovat. Důvěryhodní, dostatečně cílevědomí a úspěšní muži, kteří by se jí po této stránce alespoň vyrovnali, se v jejím životě nějak neobjevují. Protože Maggie má v sobě jak ženskou sexuální esenci, tak i silně vyjadřovanou sílu mužské energie, vyzařuje oba tyto typy energie, napůl ženskou a napůl mužskou. To přirozeně přitahuje muže, kteří jsou také „půl na půl“. Maggie se neustále ocitá ve vztazích s partnery, kteří jsou nejistí a neschopní rozhodnutí k pevnému, trvalému vztahu. A žádný z těchto „polovičatých mužů“ v ní nevyvolává vášeň. Takový muž totiž nevyzařuje natolik silnou mužskou energii, aby mu mohla důvěřovat. A z pohledu jejích partnerů se zdá, že Maggie se ani nechce zamilovat až k závislosti, protože je přece tak zapálená pro soběstačnost a tak cílevědomá.

Přesto v Maggiině nitru zůstává nenaplněná ženská sexuální esence. Základní touhou ženské esence je být naplněna láskou. Protože strávila tolik času rozvíjením své mužské energie a protože muži nevycitují její přání být naplněna láskou do té míry, do jaké touží po nezávislosti, musí se Maggie naplňovat sama. Dělá to prostřednictvím sladkostí a společenského života. Plní své poličky půvabnými drobnostmi a suvenýry. Její ženská sexuální esence touží po naplnění a Maggie se úspěšně snaží zaplňovat svoji vnitřní prázdnotu. Tyto její snahy jsou však ve skutečnosti výsledkem její ženské sexuální esence, která hladoví po lásce.

Maggie se samozřejmě nemusí rozloučit se svými finančními nebo uměleckými úspěchy, aby získala vhodného muže. Může být úspěšná, jak chce. Pokud ale zaujme muže se sebejistým a důvěryhodným mužským stylem milování, pak musí být schopná během intimních chvil přepnout na svou silnou

ženskou energii a čerpat z ní – otevírat se, zvát ho a lákat, zářit a obnovovat, být divoká a mocná. Pak získá muže se silnou mužskou stránkou, plného sebedůvěry, se sebejistým vystupováním, humorem a cílevědomostí: Muže, kterému by mohla důvěřovat.

Maggie se bude muset nejprve s něčím rozloučit. Dokud se bude identifikovat se svou asertivitou a cílevědomostí, nebude ochotná oživit své ženské vyzařování, které k ní ve skutečnosti patří stejně jako její fungující mužská stránka. Pokud Maggie chce získat muže se silným mužstvím, takového, který by se necítil ohrožen jejími úspěchy a v jehož lásce by se mohla uvolnit a spočinout bez starostí, pak mu musí důvěřovat a oplácet mu tím, že bude vyzařovat svoji vrozenou ženskou sexuální esenci. Stejně tak platí, že muž, který chce přitáhnout ženštější partnerku, musí důvěřovat své mužské stránce a posilovat ji.

Elaine a Maggie jsou příklady lidí, kteří nejsou spokojeni se sexuálním charakterem, jaký v životě získali, a proto je neuspokojují ani intimní protějšky, které k sobě přitahují. Podvědomě skryli své přirozené sexuální esence, protože v minulosti zakusili nějakou bolest. Ve svých intimních životech pak trpí a opakují stejný vzorec podvědomého sebepopírání. To se ale týká věcí, které by je uspokojovaly nejvíc. Žádná z těchto dvou žen se neuvolnila do své přirozené sexuální esence.

To ale ve skutečnosti dokáže jen málo z nás. Do určité míry téměř všichni skrýváme některé stránky své pravé sexuální esence. Bojíme se projevit své skutečné touhy. Klademe odpor sexuálním esencím jiných lidí, kteří nás tajně vzrušují nebo kteří v nás vyvolávají skryté aspekty naší sexuality, jež jsme zavrhnuli kvůli nějaké minulé bolesti nebo obavám. Rozhodli jsme se, že není bezpečné uvolnit se do naší vrozené mužské nebo ženské sexuální esence. Rozhodli jsme se, že je lepší být ničím se nelišící, dokonale rovnocennou osobou, než utrpět zranění. Je lepší být ve férovém, rovnocenném vztahu, než se nechat zneužívat. Je lepší být nezávislí a soběstační než závislí

a zranitelní, protože bychom se možná museli vyrovnávat se ztrátami a zradou.

Proto vyhledáváme „vyvážený“ vztah, který vyhovuje naší touze po rovnosti, nezávislosti a soběstačnosti. A přitom skončíme s vyhladovělými srdci. Nevyhnutelně totiž ve svých intimních vztazích neutralizujeme proud vášnivých darů mezi srdci, která by nebyla svázána neustálou kontrolou. Často se usilovně snažíme dosáhnout neutrálního a spravedlivého „lidství“ za tu cenu, že obětujeme naplnění svého nejhlubšího mužského nebo ženského bytostného jádra a touhy srdce.

KRIZE ŽENSTVÍ: OD DRUHÉHO STADIA KE TŘETÍMU

Zatímco mužství v mužích i v ženách neustále doufá, že mu přinese uspokojení jeho poslání, ženství v mužích i ženách zase žije v naději, že dosáhne spokojenosti prostřednictvím intimního vztahu. „Jsem milována? Miluje mě můj partner skutečně?“ Nejhlubší touhou ženství je cítit se milována, a tak žena ve všech stadiích prožívá svůj život ve znamení snahy být naplněna láskou.

Představme si ženu s ženskou sexuální esencí. V prvním stadiu, tedy v závislém vztahu, se taková žena často vzdá vlastních potřeb ve snaze získat lásku svého partnera. Postupem času ji to už neuspokojuje a rozhodne se být silná a vytvořit si finanční i emocionální nezávislost. Rozvíjí své tvůrčí dary a nadání. Také si kultivuje svoji mužskou energii tím, že se zapojí do soutěžení o pozice a vydělávání peněz, a nasměruje svůj život ke kariérním cílům. Naučí se říkat „ne“, aby se osvobodila a byla nezávislá na požadavcích jiných lidí, a to včetně svého partnera a dětí.

V emocionální oblasti se naučí mít ráda sama sebe, místo aby stále hledala lásku a ocenění u jiných lidí. Už nevidí sebe sama

očima svého partnera, ale naučí se vlastnímu vnímání. Místo aby přemýšlela, zda je milována, naučí se dávat lásku sama sobě. Toho dociluje s pomocí své mužské energie, abstrakce a kázně, prostřednictvím které „přesvědčí“ svoji ženskou stránku, že je milována. Například si může opakovat potvrzující výroky, jako: „Jsem jedinečná. Jsem krásná. Zasloužím si lásku.“

Ve druhém stadiu tak žena používá své vnitřní mužství, aby poskytovalo jejímu ženství stejný obdiv a uznání, jaké by její ženství jinak toužilo dostávat od muže, který ji opravdu miluje a uznává.

Žena ve druhém stadiu je „celistvá“ a „nezávislá“ prostřednictvím toho, že se naučí dávat *sama sobě*, jednou provždy, lásku, o které v prvním stadiu vždycky doufala, že ji bude dostávat od svého intimního partnera, ale nikdy se jí to tak docela nedařilo. Pro ženu s ženskou sexuální esencí, která přechází z prvního do druhého stadia, to znamená projít krizí: Cítí, že stále nedostává lásku, kterou od svého partnera nebo partnerů požaduje. Konečně své pokusy vzdá, projde temným obdobím emocionálního strádání a touhy a v určitém bodě se rozhodne, že lásku, po které prahne, bude prostě dávat sama sobě. Takto zní rozhodnutí druhého stadia: „Sice možná setrvávám v intimním vztahu, ale v zásadě patřím jen sama sobě, starám se o uspokojení svých vlastních potřeb a už nejsem závislá na muži ani neodvozují svou hodnotu od jeho názoru. Mohu se naučit milovat sama sebe a mít sama ze sebe dobrý pocit jen vlastní zásluhou.“

Často uplynou měsíce nebo roky, než se taková žena ocitne v dvojnásobné beznaději. Nejen to, že je její ženské jádro neuspokojeno v důsledku nedostatku lásky, kterou by měla dostávat od muže, ale je neuspokojena také nedostatkem lásky od své vlastní mužské stránky; stále touží mít muže, se kterým by si mohla vytvořit láskyplný vztah. Její srdce nepřetéká blažeností lásky. Třebaže prožívá lepší a horší období, její

srdce stále touží mít v životě víc lásky. Někdy se zdá, že ji nějaký muž miluje, jindy nikoli. Někdy dokáže milovat sama sebe, jindy toho není schopna. Její srdce může být docela v pořádku, ale není zaplaveno láskou. Jejímu tělu se může také dařit docela dobře, ale nevybuchuje rozkoší vášnivé lásky. Také její mysl se může zdát docela v pořádku, ale nespočívá ve stavu jistoty o lásce.

Úplně jí chybí taková láska, která by naprosto zaplavila a strhla její ženské jádro, která by uspokojila její bytostné touhy. Bylo to tak vždycky. A tak začíná krize oddělující druhé a třetí stadium: „Nemohu od něj získat dost lásky. A nedokážu dát dost lásky ani sama sobě. Pořád toužím mít víc lásky. Je to beznadějně.“

Tato ženská „černá díra touhy po lásce“ je protějškem mužské „krize středního věku“, způsobené pocitem prázdnoty a neautentičnosti života.

Žena s ženskou sexuální esencí ve druhém stadiu nakonec začne být naprosto frustrovaná a beznadějně zklamaná, a stále touží po hluboké a strhující lásce. V jejím životě jistě existují období, kdy na nějaký čas takovou lásku pociťuje, ale nikdy nevydrží dlouho. Vždycky je tu možnost ztráty lásky. Neustále je přítomen strach, že partner třeba ženu dost nemiluje. Možná že ji zítra už nebude milovat. Možná že bude milovat nějakou jinou ženu víc. A možná že už nedokáže být šťastná, když zůstane sama, bez intimního partnera a lásky. Tyto pochybnosti o lásce rostou až k bodu, kdy beznaděj v srdci přeroste do krize, která dovolí ženství přejít z druhého do třetího stadia.

Pokud žena sama sobě dovolí poddat se své beznaději, aniž by chránila své toužící a zraněné ženské srdce, pak sama tato touha odhalí její božskou přirozenost. Pokud žena sama sobě dovolí, aby se úplně otevřela, aniž by se pokoušela vyplnit „černou díru“ ve svém srdci jídlem, rozhovory s přáteli nebo intimními nadějemi, pak se tato propast nakonec rozroste do

rozměrů vesmíru. Nejde o metaforické vyjádření, ale o doslovný popis ženské božské přirozenosti: Srdce rozšířené do nekonečnosti, kde absolutní láska plyne bez překážek.

Je ale vzácné, aby některá žena dopustila takový stupeň zranitelnosti svého srdce, stejně jako je vzácné u muže, aby dovolil sám sobě odumření svého ega potřebné pro přechod k životu zaměřenému na uctívání vědomí a sebetranscendenci. Většina žen se dál snaží najít toho pravého muže, nebo nepřestávají doufat, že jim muž, kterého si vybraly, bude poskytovat víc lásky, případně se pokoušejí milovat samy sebe, a dosahovat tak stavu štěstí. Nikdy se jim to ale nepodaří – ne do takové míry, aby jejich ženské srdce bylo zaplaveno blažeností lásky a nebylo zatíženo pochybnostmi nebo strachem ze ztráty.

Takový stupeň otevřenosti může zakusit pouze srdce, které už nemá žádnou obranu, je nestřežené, otevřené lásce, ale neočekávající na oplátku vůbec nic. Takové srdce je často zraňováno ranami nelásky ze strany lidí i světa, ale nikdy se neuzavře v bolesti. Ženské srdce třetího stadia může být jinými lidmi zraňováno, protože není chráněno, ale utrpenou bolestí se nikdy neuzavře. Láska a otevřenost jsou přirozeností ženského srdce třetího stadia, at je zraňováno sebevíc, a to i ve chvíli, kdy je zraňováno. Tím, že je vždy otevřeno lásce, je ženské srdce konečně prostoupeno láskou, kterou vždycky chtělo. Tím, že se přímo podvolí božské síle lásky v každém přítomném okamžiku, nadechnutí za nadechnutím, místo aby doufalo, že získá lásku od smrtelného muže nebo od svého vlastního smrtelného já, rozkvetе ženství do plnosti, nezávislé na žádném vztahu, ale přitom neodtržené od žádného ze vztahů.

Stejně jako si mužství třetího stadia uvědomí neodmyslitelnou svobodu vědomí, aniž potřebovalo hledat svobodu ve vztahu, nebo naopak mimo vztah, ženství třetího stadia se otevírá v neoddělitelné lásce božského principu, a to v každém

přítomném okamžiku, a to je trvalý stav, ať už je žena sama, nebo vztah má.

OBNOVA ŽENSKÉHO DARU

Všichni se stále učíme poskytovat lásku, vždy svobodněji a volněji. Ženské vyjádření lásky je jejím tělesným vyjádřením.

V takové míře, v jaké vaše tělo volně vyjadřuje lásku ve vztahu prostřednictvím doteků, hlasu, gest a toho, co osobně nabízíte, dokážete svobodně vyjadřovat tento aspekt ženské síly.

Patříme však ke kultuře, které dominují muži, a tak většina z nás není ve svém ženském sebevyjádření skutečně svobodná. Popíráme sílu a krásu ženskosti. Jako kultura máme sklon popírat život v kvetoucím těle prostoupeném šťávami a dáváme přednost suché mechanice myšlenek. Máme sklon popírat plnost sexuální hry a klademe důraz na cíl – náhlou křeč uvolnění. A máme sklon popírat lásku a dávat přednost práci. Jako kultura stále popíráme ženství a zdůrazňujeme mužství orientované na cíle. Každý z nás může toto popírání cítit ve ztuhlosti na hrudi v oblasti, kde je solar plexus, a ve svém mělkém dýchání. A každý z nás také může intuitivně vnímat ženskou sílu, čekající v našich srdcích a toužící po vyjádření v plnokrevném milování.

Ať jsme ženy, nebo muži, je načas, abychom obnovili své ženství. Když to dokážeme, současně také obnovíme intuitivní, spontánní a zářící sílu ženství ve svých životech i intimitě.

DŮVĚRA V ŽIVOTNÍ SÍLU

Když se učíme důvěřovat ženské životní síle, začne řídit naše životy způsoby, jaké bychom si nikdy nedokázali sami naplánovat. Jak mnoho z našich důležitých vztahů začíná jako „náhodné“ setkání? Jak rozdílné by mohly být naše životy, kdybychom plně důvěřovali své intuici a svým pocitům a chovali se podle

toho? O kolik šťastnější bychom byli, kdybychom trávili spíše víc času v souladu se silami života, tancem, zpěvem, milováním a procházkami v lese nebo v zahradě – místo toho, abychom neustále sami sebe poháněli po dráze, o které se domníváme, že vede k nějakému cíli?

Dlužíme sami sobě potvrzení toho, že naše racionální myslí znamenají méně než ženská síla života, která jim vdechla život, dodává jim vyživující sílu a jednou jejich život ukončí, až našimi těly přestane proudit životní energie.

Mějte na paměti: Na této ženské síle samotného života jsme zcela závislí. To ona v nás dýchá, určuje tep našich srdcí i pohyby našich těl a dodává energii každému živému organismu na Zemi, celé přírodě, vanutí větrů, proudění vod, nejmenším broučkům, planým rostlinám i velrybám.

Naše osobní zdraví, stejně jako naše intimní vztahy, závisí na naší schopnosti vplynout do této životní síly ženskosti. V té chvíli se můžeme naučit uvolnění, zhluboka dýchat a pociťovat plynutí: proud emocí, sexuální energie, intuitivní moudrosti. Když jsme uvolnění a otevření tomuto proudu životní síly, může svobodně protékat nejen našimi těly, ale také našimi intimními vztahy.

Láska není logická, jak ví každý, kdo nějakou lásku prožil. Logika je samozřejmě někdy velice užitečná, ale logická mysl nedokáže plně porozumět ženskému tajemství života ve všech jeho podobách. Když se však podvolíme proudu života, jsme uvolnění a otevření vůči jeho pohybům a jemné intuici, zrodí se jiný typ celistvé inteligence těla. Tato inteligence, tato moudrost lásky, tento talent, který je neoddělitelný od zářivě živoucího, otevřeného a senzitivního těla, to je inteligence potřebná k tomu, aby naše intimní vztahy a chování v nich byly spontánní a kompetentní. Je to jeden z darů ženské síly.

10

POKROČILÁ POLARITA



DVA MUŽSKÉ ELEMENTY POLARITU NEVYTVÁŘEJÍ

V dnešní době se pokládá pro muže i ženy za moderní oživovat hodně mužské a málo ženské energie. Víc se nosí být zaměřený na nějaký cíl a úspěšný v „dobývání“ světa, než být zářící a intuitivně propojený se světem. Víc se nosí být vítězíci hrdina než být extatický milenec. Proto většina z nás klade odpor partnerově mužské energii – chceme přece oživovat svoji vlastní!

Zároveň ale většina žen, které se ke mně obracejí o radu, požaduje od svého partnera také sebedůvěru, jasné myšlení, sílu, vyhraněný životní směr a vášnivost. To znamená, že mnoho dnešních žen žádá od svého muže, aby v sobě probouzel silnou mužskou energii, ale přitom chtějí mít prostor i na to, aby také ony samy mohly dávat průchod svému mužskému zaměření. To funguje velmi dobře u přátel nebo profesních partnerů, ale nedovoluje to plnou sexuální polaritu při rozvoji intimity.

Dva mužské póly nám sexuální polaritu nevytvoří. K té je třeba jak mužský, tak ženský pól.

V dnešním světě obvykle netrávíme se svými partnery celé dny. Jeden nebo oba partneři chodí do práce. Proto všichni můžeme během svého pracovního dne být tak mužští, jak jen chceme – zaměření na své cíle, analytičtí, můžeme se potýkat s jinými lidmi, křížit zbraně s nimi a jejich mužskou energií – a přitom se můžeme doma těšit ze sexuální polarity s našimi intimními partnery. Jediný způsob, jak to můžeme úspěšně dokázat, však spočívá v tom, že je jeden z partnerů ochoten během intimních chvil vplynout do své ženské energie. Obvykle je to ten partner, který má více ženské sexuální esence. A v heterosexuálním vztahu je nejčastěji tímto partnerem žena (třebaže existují i šťastné intimní vztahy, ve kterých má víc ženské sexuální esence muž).

V posledních třiceti letech začaly některé ženy být tak úspěšné a ožívují svou mužskou energii natolik, že existuje velice málo mužů, kteří by ve vztahu s nimi dokázali využívat svůj mužský pól. Od úspěšných žen velmi často slyšíme stížnosti, že chybí muži, kteří by byli dost „sebevědomí“, „na úrovni“ nebo „silní“. Je to v podstatě pravda. Zatím z hlediska celé naší kultury strávily ženy více let než muži tím, že se aktivně vyvíjely z prvního do druhého stadia. Ženy tedy většinou mají v tomto vývoji náskok před muži.

Dnes nadešel čas, aby muži znovu získali svoji celistvost, jako se o to ženy snaží už řadu let. Teprve pak budeme mít populaci celistvých mužů a žen, kteří se k sobě budou opravdu hodit jako intimní partneři.

Existuje tu ale ještě jiný, záladnější problém. Třebaže se v současnosti zdá, že existuje více žen připravených přejít z „vyrovnaného“ vztahu k Intimnímu splynutí, existují také někteří muži, kteří jsou na to už připraveni. A tito muži často nejsou přitahováni takzvanými „celistvými“ ženami, které si pěstovaly svou mužskou energii a často na ní lpí. Muž s mužskou polaritou,

který je připravený cvičit sexuální polaritu ve svazku Intimního splynutí, bude hledat ženu nabízející dary pramenící přímo z její ženské sexuální esence. Nepotřebuje dary mužské esence, protože už má svou.

Ženy, které si rozvinuly svoji mužskou stránku, a muži, kteří si rozvinuli své ženství, se musí naučit vplynout do své přirozené sexuální esence, pokud chtějí být přitažliví pro vhodné partnery, jací by dokázali uspokojit jejich nejhlubší tužby v sexuální polaritě. Jinak si muži budou dál stěžovat, že ženy, se kterými se seznamují, jsou „kastrující“, a ženy si budou dál stěžovat, že potkávají jen samé „ukňourané mouchy snězte si mě“.

Většinu mužů skutečně těší být s úspěšnou ženou – pokud ovšem dokáže slevit ze své britkosti, odložit meč a otevřít své tělo, mysl a srdce v intimním vztahu s mužem, kterému důvěřuje. Většinu žen skutečně těší být s citlivým mužem – pokud dokáže také řídit svůj život jasným směrem, nabízí své hýčkané partnerce silnou a spolehlivou lásku a umí ji uchvátit vášnivým objetím a sebejistým vystupováním.

Úspěšné ženy a citliví muži znamenají proti ušlápnutým hospodynkám a macho náfukům ohromné zlepšení. Nesmíme ale zapomínat na zákon polarity. Pamatujme na to, že budeme vždycky přitahovat energii zrcadlovou k té, kterou sami vysíláme.

Pokud jste žena a vysíláte do světa „úspěšnou“ a cílevědomou energii, pak budete přitahovat nevyhraněné, nejisté muže bez mužské energie, kteří hledají doplnění ve vaší ambicióznosti a přímosti. Pokud jste muž a vysíláte „senzitivní“ a starostlivou energii, budete přitahovat ráznější typy žen postrádající ženskou energii, které hledají doplnění sebe sama o vaše pečující vlastnosti.

VÝBĚR SPRÁVNÉHO PARTNERA

Sexuální polarita jednotlivých stadií se liší. Vlastnosti, které hledáte u svého ideálního intimního partnera, budou rozdílné

v závislosti na tom, zda máte spíše zájem o vztah založený na závislosti, vztah „rovnovážného“ typu, nebo o Intimní splnutí.

Když se jeden z partnerů vyvíjí a druhý ne, polarita se zmenší a partneři budou mít pocit, že vztah zastaral. Například když se jeden partner posune od touhy po vztahu založeném na závislosti k touze po „vyváženém“ vztahu, pak se jeho protějšek musí posunout také, jinak bude tok polarity mezi nimi slábnout a vztah je přestane oba uspokojovat. Jaké vlastnosti tedy v jednotlivých stádiích u partnerů hledáme?

Ve vztahu závislosti jste otroky sil sexuální polarity, svázanými s vlastní sexuálními potřebami nebo s potřebami partnera. Jste žena, která poskytuje svému muži sex v naději, že bude pocítovat jeho lásku, nebo jste muž, který platí všechny účty, aby mu byla žena stále sexuálně dostupná. Oba něco poskytujete především proto, že se bojíte partnera ztratit.

Muž v prvním stadiu, který hledá vztah závislosti, by si měl vybrat ženu, která je ochotná se starat o jeho sexuální a rodinné potřeby, a to platí i pro ženu, která si tento typ vztahu přeje. Takové uspořádání může dobře fungovat třeba po celý život a poskytuje velice stabilní základ pro tok lásky a sexuální polaritu, pokud ovšem oba partneři přijímají své předem definované role.

Ve „vyváženém“ vztahu pro vás dočasně nebude sexuální polarita na prvním místě, a místo toho budete klást důraz na rozvinutí dobré komunikace v naději, že vytvoříte harmonickou rovnováhu sil. Skryté nebo otevřené boje o moc v závislém vztahu vás unavily. To poslední, co si přejete, je vzdát se svých osobních hranic bezpečí, a stát se tak zranitelní vůči jiným lidem a vůči utrpení. Místo toho doufáte, že budete zkoumat sexuální radosti vzájemné sexuální hry a simultánních orgasmů s protějškem, který je zároveň vaším nejlepším přítelem.

Ženy a muži druhého stadia by si měli vybírat partnery, kteří jsou už dostatečně celiství, autonomní a chtějí vytvořit

intimní vztah na základě sdílení, rovnosti a vzájemné úcty. Jejich vzájemná sexuální polarita bude flexibilnější – a méně jistá – než polarita u vztahu závislosti, protože oba partneři ve „vyrovnaném“ vztahu si přejí vyvažovat své vlastní vnitřní mužské a ženské energie, a pak prezentovat tento typ vyvážené energie svému partnerovi. Tím, že si vyberou partnera, který má stejnou vizi naplňujícího životního stylu a chce komunikovat o svých myšlenkách a pocitech otevřeně, mohou muži a ženy druhého stadia získat protějšek, který je bude podporovat a bude jejich přítelem na celoživotní cestě osobního růstu a sebezdokonalování.

V průběhu Intimního splynutí se učíte ovládat dynamickou sílu sexuální polarity, obohacujete se navzájem dary ze svého hlubokého sexuálního jádra a vzdáváte se své obrany až k bodu, kdy dosáhnete extatické jednoty a nekontrolované, nepotlačované lásky, přesahující stavy nezávislosti i sebezdokonalování. V Intimním splynutí se hra s polaritou stává formou přenosu lásky, v níž přesahujete své osobní hranice.

Například vaše sexuální hry se mohou stát záměrným vtělením univerzální síly mužské a ženské energie. Vzájemné propojení a prolínání, propletení vašich těl, přitažlivost přesahující všechny vaše rozdíly a hranice vašich já, to všechno působí, že se vaše sexuální praxe stává vzájemnou kontemplací a realizací lásky přesahující všechny její dřívější podoby.

V Intimním splynutí znamená polarita naprosté podrobení se lásce, pravdě, božskému principu. V Intimním splynutí je muž vzrušován ženou, která si přeje zasvětit svůj celý život sebeodevzdání až k absolutní lásce a rozkoši a která je ochotná vzdát se čehokoli, co by stálo takovému seberozplynutí v cestě, a to včetně peněz, sexu a utopicky rovnostářského životního stylu, pokud to je nutné. Žena je zase vzrušována mužem, který je naprosto odhodlán vzdát se všeho kromě dokonalé realizace lásky, pravdy a božství. Kterýkoli muž orientovaný na něco jiného

– dokonce i na dosažení dobré komunikace a šťastného společenství láskyplných přátel a rodiny – ji prostě tolik nevzrušuje.

Každý z nás je na jedinečné cestě těmito stadii, a tak každého z nás vzrušuje jiný typ muže nebo ženy. Jak se vyvíjíme, mění se právě typy mužů nebo žen, kteří nás vzrušují. Pokud sami rosteme, ale náš partner nikoli (nebo je tomu naopak), pak zakusíme ztrátu sexuální polarity a důvěry. Když budeme brát ohled na stadia osobního růstu, vyhneme se obviňování sebe sama nebo partnerů z toho, že se ze vztahu vytratila sexuální polarita. Dokážeme pochopit, že k takové ztrátě polarity dojde, kdykoli se jeden partner vyvine a druhý nikoli.

ZMĚNY STADIÍ, PROMĚNY FANTAZIE

Protože sexuální polarita závisí na stadiu, v jakém právě jsme, a protože se tato stadia mohou každou chvíli nebo rok od roku měnit, mohou být naše reakce na sexuální polaritu matoucí.

Například pokud jsme v intimním vztahu utrpěli nějaké zranění, můžeme být velice vyhladovělí po lásce a posunout se do období závislosti – dokonce i když jsme jinak většinou schopní „vyváženého“ vztahu nebo prožívání Intimního splynutí. Když jsme právě ve stadiu závislosti, náhle zjistíme, že nás přitahují lidé, o kterých bychom jindy jako o intimních partnerech vůbec neuvažovali – nádherné hloupé barbíny, omezení svalovci, celebrity, které jsme jen zahlédli –, protože nás najednou vzrušuje polarita ve stylu prvního stadia.

Na druhé straně můžeme zažít neuvěřitelnou sexuální jednotu, když jsme ve třetím stadiu, stavu Intimního splynutí, který je navozen pouze dočasně, třeba náboženskou extází, nějakou drogou, nebo dokonce tím, že jsme jen o vlasek unikli smrti, jen abychom později zjistili, že se svým protějškem nemáme nic společného – a tak se o pár dní později vrátíme ke svému životnímu stylu ve druhém stadiu.

Sexuální polarita nepřesahuje možnosti našeho chápání, můžeme s ní pracovat, a dokonce se ji naučit ovládnout, pokud jsme ochotní pečlivě pozorovat svůj život a uvědomovat si, jak se vyvíjíme od jednoho stadia k druhému a učíme se zákonitostem této všepřonikající přírodní síly. V intimitě – na rozdíl od přátelství nebo pracovních vztahů – se opaky přitahují a stejné póly odpuzují. Pokud chceme mít svoji jedinečnou sexuální esenci a nepokoušet se být někým jiným, pak budeme přitahovat svůj zrcadlový opak, člověka, který probouzí k životu a naplňuje naše hlubší sexuální jádro. Mužství hledá ve všech stádiích lásku projevovanou prostřednictvím ženské energie a vyzařování, a ženství zase lásku projevovanou prostřednictvím mužského sebevědomí a jistoty. Umění využívat sexuální polaritu spočívá jen a jen v tom, abychom dokázali tyto přirozené ženské a mužské dary dávat od srdce.

KDYŽ CHCI PRYČ

Když jsem v typické mužské špatné náladě, cítím se utahaný, znuděný a život mě tíží, přeju si to všechno hodit za hlavu a uniknout z toho. Když Ofélie vycítí moji náladu, může reagovat v zásadě dvěma způsoby.

První možnost je, že vycítí moje přání uniknout, a zareaguje vlastním pocitem, že ji odmítám, protože cítí, že chci odejít z její společnosti. Může mít pravdu. Může také mít pocit, že ji nemiluji, ale to se bude mýlit. Mužská sexuální esence si často přeje uniknout, i když je muž zamilovaný.

Bez ohledu na to, zda Ofélii miluji, nebo ne, platí, že když mám tuhle náladu a pocit, že mě mé okolí dusí, chci se vzdálit. Toužím se zbavit omezení, ale nikoli lásky. A v tom je také klíč k tomu, jak mi Ofélie může pomoci, abych se své špatné nálady zbavil.

Druhý způsob, jak může Ofélie reagovat (a který mi pomůže), je, že pochopí, že když jsem v typické mužské špatné náladě,

nechci se odpoutat *od ní*; potřebuju se vzdálit od pocitu zátěže, únavy a uvíznutí v pasti. Když to Ofélie pochopí, může se rozhodnout neuzavírat se přede mnou, protože by se cítila odmítnutá; místo toho může mou špatnou náladu rozehnat tím, že mi pomůže ulevit si od pocitů omezení a tíže.

Jak to může udělat? Muži a ženy musí najít své vlastní způsoby, jak si navzájem pomáhat, pomocí pokusů. Vím, že pokud Ofélie věnuje pět minut na mé „uvolnění z pasti“, mohu se k ní pak přiblížit s obnovenou láskou a dokážu čelit drobným komplikacím života s obnovenou energií a spokojeností. Nejlépe se zbavím špatné nálady tělesnou relaxací. Ofélie mi může uvolnit napětí v těle, třeba masáží. Může ulevit tíži v mé mysli tím, že mě zatáhne do bezmyšlenkovitého stavu potěšení pomocí svých doteků a humoru. Ofélie ráda tančí; může mi také ulevit od mých pocitů tíže tím, že mi zatančí, a tím přemění mé momentální pocity v zážitky krásy.

Obvykle nezabere víc než pět minut Oféliina času, aby můj život zkrášlila svou zářivostí, půvabem a láskyplnou energií. To mi uleví a zbavím se pocitu, že mě život drtí. Má energie je obnovena Oféliinou ženskou energií. Moje mužská sexuální esence je posílena a polarizována, a tak se přirozeně začnu zase těšit z různých úkolů, které život přináší, z využívání všech svých schopností a řešení problémů. Také mé srdce se propojí s jejím mocným obloukem sexuální polarity, která se mezi námi rozproudí.

Ofélie mi pomáhá tím, že obnovuje moji mužskou sexuální esenci, když se cítím unavený nebo vyhořelý. Může to však dělat jen tehdy, když cítí, že moje touha se vzdálit neznamená doslovně, že bych chtěl odejít z našeho vztahu, ale týká se úlevy od čistě mého vlastního pocitu, že se dusím.

Tento pocit, že mě něco omezuje, bych mohl chybně přisouvat svému vztahu s Ofélií. A pokud by Ofélie zareagovala na moji špatnou náladu svou špatnou náladou, pak mi to moji

domněnku potvrdí: „Ano, je to Ofélie, co mě tak tíží! Teď abych se potýkal nejen se svou špatnou náladou, ale i s její!“

Pokud je ale Ofélie ve svém praktikování Intimního splynutí dost silná a uvědomí si, že moje nálada má jiné příčiny, pak si to nebere osobně a může mi pomoci zbavit se špatné nálady. Může obnovit mé síly a polarizovat mou mužskou sexuální esenci svými zářivými dary. Zakrátko se znovu budu cítit silný a připravený řešit úkoly, které mi život přináší, kreativním způsobem a s dobrou náladou, aniž budu mít pocit, že mě všechno drtí. Oféliina láska mi může pomoci, abych si uvědomil, že má touha po úniku je ve skutečnosti odmítáním tvořivých úkolů, které přede mně život klade, a to včetně kreativní výzvy našeho vztahu.

KDY MUŽSTVÍ OCEŇUJE ŽENSKÉ DARY?

Když jsem soustředěný na své poslání – například na psaní této knihy –, veškerá má energie je zaměřena k jedinému cíli. Dejme tomu, že si Ofélie všimne, že jsem pracoval po celé dlouhé hodiny, a přinese mi sklenici vody. O hodinu později mi připraví svačinku. Musím říci, že z mnoha darů, které mi Ofélie poskytuje, patří její láskyplná podpora mé práce k těm, které mě nejvíc naplňují. Když mi Ofélie pomáhá v mém poslání, když mi přinese sklenici vody, abych nemusel přerušit své soustředění, cítím nekonečný vděk a nesmírně ji oceňuji. Její ženský dar láskyplné energie ještě posílí moji mužskou cílevědomost – a současně posiluje proudění sexuální polarity mezi námi.

Kdybych se však v té chvíli musel vytrhnout ze své práce, abych jí poděkoval a ujistil ji, že její pomoc velice oceňuji, pak by její dar neměl žádný smysl, protože by mi nepomohl a neposílil mě, ale naopak by mě rozptýlil a odvedl od mého úkolu, i kdyby to bylo jen na pět vteřin. Její ženský dar by se náhle proměnil v přítěž pro mé mužské zaměření na cíl a poslání.

Může se to zdát jako maličkost, ale během své poradenské praxe s jinými páry jsem opakovaně pozoroval, že je to velký zdroj nedorozumění. Pokud totiž mužství musí přerušit svou cestu k cíli, pokud je něčím rozptýlena jeho pozornost, i kdyby jen na chvíli, pak muž bude pociťovat ženství jako překážku nebo zátěž, a nikoli jako dar.

Když mi Ofélie přinese sklenici vody, darem, který od ní přijímám, není voda sama o sobě. Když mi přinese svačinku, kterou mi láskyplně připravila, není jejím darem samo jídlo. Jako jedinečný dar zakouším a oceňuji její *péči*, její podporu, to, jak mě posiluje a obnovuje mé síly, když pracuji a směřuji ke svému poslání. Je to dar energie a pozornosti, který mi věnovala. Osvobodila moji energii a pozornost například od nutnosti, abych se sám staral o své pití a jídlo, a nyní mohu bez starostí pokračovat, plně pohroužený do své práce.

Vím, že pro některé lidi s ženskou sexuální esencí je tohle těžké pochopit. Zdá se tak snadné přestat na chvíli myslet na práci a sdělit partnerovi, že oceňujeme jeho péči. Jenže to znamená ztratit soustředění a přerušit tok myšlenek, a proto to pro mužskou sexuální esenci už takový dárek nepředstavuje.

Musíme se naučit chápat rozdíly mezi mužstvím a ženstvím, pokud je máme plně oceňovat, místo aby nám vadilo naše rozdílné vyladění, touhy a potřeby.

Například jako osoba s mužskou sexuální esencí se musím naučit být svobodný, láskyplný a neztrácet dobrou náladu tváří v tvář Oféliiným náladám. Musel jsem se naučit, že když se cítí nešťastná a řekne něco na způsob „jdi pryč!“, nejčastěji si přeje, abych naopak zůstal. Musel jsem se naučit, že když mi úsečně odpoví „nic mi není!“, často to znamená pravý opak. A také jsem se musel naučit, že Oféliina sexuální esence je téměř vždy propojena s naším vztahem, takže když jsem například ráno prudce vyskočil z postele a šel si zapsat nějakou novou myšlenku, cítila se trochu zanedbaně, dokud jsem se do postele

nevrátil a nestrávili jsme spolu intimní chvílku, než jsme vstali a zahájili den. Musel jsem se zkrátka naučit, že Oféliiny ženské potřeby polaritly jsou úplně odlišné od mých mužských potřeb.

Stejně tak se Ofélie musela naučit, že ji neignoruji, když mi věnovala svoji ženskou energii a já jsem si nenašel čas, abych hned na místě reagoval a ocenil to. Byl jsem totiž naprosto soustředěný na svůj cíl a přitom jsem její podporu přijímal jako velký dar. Později, když jsem se ze své práce vynořil, jsem jí dal najevo, jak velice její dary oceňuji.

Ve skutečnosti jsem vděčností přímo překypoval. Oféliina důvěra a podpora mého poslání, mého cíle, patří k největším darům ženské síly, které od ní dostávám. Její láska mě neustále inspiruje, doslovně vdechuje život a lásku do mého života, který je jinak úzce zaměřený na cíle a výkony.

MUŽSTVÍ A ŽENSTVÍ SE VZÁJEMNĚ VYVAŽUJÍ

Jednoho rána jsme se s Ofélií v posteli milovali. Byli jsme plně přítomní v daném okamžiku a patřili jsme jen jeden druhému. Vnímal jsem ji, laskal jsem ji a zaplavoval láskou. Měl jsem pocit, jako bych ji vdechoval, a kochal jsem se její krásou. Náhle zazvonil telefon. Nechali jsme zapnutý záznamník, ale jakmile jsem začal poslouchat, co volající nahrává, zjistil jsem, že jde o moji naléhavou pracovní záležitost, která ode mě vyžaduje okamžitou pozornost. Vyskočil jsem z postele a telefonát jsem přijal. Najednou jsem byl v „profesionálním-pracovním módu“. Hovořil jsem s klientem, zkoumal jsem různé možnosti a dělal jsem rozhodnutí.

Když jsem telefonát ukončil, zavěsil jsem a přešel jsem do své pracovny k psacímu stolu, abych si zapsal pár poznámek a podíval se do kalendáře. Ofélie zůstala v posteli, stále ještě na

mě byla vyladěná a čekala, že se vrátím. Nakonec na mě zavolala: „Davide, co tam pořád děláš?“

Teprve její hlas mi připomněl její existenci; když jsem byl ve svém profesionálním módu, jako by pro mě přestala existovat – a právě tak platí, že když jsem s Ofélií v „intimním módu“, jako by pro mě neexistovala moje práce.

Od přírody jsem schopen daleko většího soustředění na jeden mód než Ofélie. Dokážu po celé hodiny, dny a někdy dokonce měsíce zaměřovat prakticky veškerou svou energii a pozornost na určitý kreativní projekt nebo spirituální praxe, a často to opravdu dělám. Proto je pro mě dokonce velice snadné dostat se do stavu nezdravé fyzické vyčerpanosti nebo krajní emocionální netečnosti.

To jsou symptomy nevyváženého mužství. Mužská existence v jednom módu může být tak extrémní, až je životní energie může potlačována energií jeho cílevědomosti a jeho emocionální škála se zúží na nepatrný bod.

V tom našem životním období, kdy zazvonil zmiňovaný telefon, jsem byl hluboce ponořen do velkého komerčního projektu. Koordinoval jsem zahájení činnosti jedné korporace zabývající se výzkumem a vývojem pokročilých softwarových technologií a projektu se účastnili programátoři, investoři, právníci, prodejci počítačů, vědci, realitní agenti a příslušníci dalších profesí – a všichni jako by nutně potřebovali, abych se jim věnoval čtyřicet hodin denně. Nikdy předtím jsem nic podobného nedělal a během práce na tomto projektu byl rozsah mé pozornosti opravdu velmi zúžený.

Ve svém současném životě spisovatele a poradce jsem se naučil vyvažovat tuto mužskou jednostrannost, pokud nemám nablízku Ofélii, třeba tím, že si pravidelně dělám pauzy, cvičím, plavu v oceánu nebo se procházím po pláži poblíž našeho domu. Když jsem ale s Ofélií, je velice příjemné v mém jinak poměrně jednotvárném a zúženém životě také přijímat jako

dar tok její lásky. Často mi rozmísťuje kolem počítače květiny, aby mi připomněla svět mimo moji kancelář. Odlákává mě od klávesnice, když vycítí, že začínám být vyhořelý a že tím moje psaní trpí. Rozšiřuje mi zúžené obzory tím, že mě masíruje, zpívá mi, dokonce se někdy i svlékne a zatančí mi! Ofélie mi vnáší do života tak výjimečné a krásné ženské dary, že je její přítomnost daleko víc uzdravující než zářivý letní den na jiskřící tropické pláži obklopené šťavnatou zelení.

Pokud je třeba, jsme oba schopní vyvažovat sami sebe. Beze mě se Ofélie určitě dokáže zaměřit na svůj život a dosahovat finančních, kreativních i spirituálních cílů. Já zase dokážu plynout v hluboké lásce, uzdravující životní síle a ve smyslovém tanci, ať jsem s Ofélií, nebo ne. Oba dokážeme žít nezávislé a celistvé životy, pokud se pro to rozhodneme. Oba jsme tedy schopni přispívat stejnou měrou do „vyváženého“ vztahu – půlku času se soustřeďujeme za pomoci své mužské energie a půlku času se vznášíme, nesení svou ženskou energií. A po dlouhá období našeho vztahu jsme se skutečně rozhodli žít ve stylu 50/50.

Každý z nás ale často dává přednost tomu, aby se mohl uvolnit do své vrozené sexuální esence a věnovat partnerovi dar, který přirozeně pramení z jádra jeho bytosti. Ve vztahu každého páru jsou tyto dary jedinečné a proměnlivé. Proto je důležité, abychom zůstávali otevření a spontánní a den za dnem nepřestávali objevovat, v čem tyto naše přirozené dary spočívají.

V našem případě dávám já obvykle přednost osamělému soustředění (psaní nebo meditaci), nebo intenzivní práci se skupinami lidí – jsem tedy rád po delší časová období „na pouť za nějakým posláním“, zatímco Ofélie dává přednost plutí ve vztazích s přáteli, které má ráda, nebo se spirituálním zanácením tančí (jak doslovně, v této formě umění, tak obrazně, jako šťastná žena).

Sám umím dobře tančit a Ofélie dovede podle mého názoru psát lépe než já. Není to otázka toho, kdo by co *měl* nebo *dokázal* dělat, nebo zda přispíváme do našeho vztahu rovným dílem. Je to prostě tak, že když jsme naprosto uvolnění, šťastní a děláme přesně to, co doopravdy chceme dělat, já se pravděpodobně pustím do psaní a Ofélie nejspíš tančí. Ofélie se těší z darů, které dostává z mého psaní, a já se těším z darů, které dostávám z jejího tance. A ve skutečnosti se někdy stane, že já tančím a Ofélie píše.

Během Intimního splynutí je Ofélie šťastná, když může vyvažovat můj „mužský mód“ svým ženským tancem, a já jsem šťastný, když vyvažuju její tanec svým mužským módem. Rádi si často tyto dary nabízíme navzájem, spíše než abychom se snažili o udržení každodenní rovnováhy typu 50/50. Často je pro nás přirozenější se vzájemně vyvažovat svými vrozeně rozdílnými dary, protože máme extrémní mužskou a extrémní ženskou sexuální esenci. Pro jiné lidi, jejichž sexuální esence nejsou tak vyhraněné a mají neutrálnější charakter, platí, že mohou být právě tak šťastni, když budou vyvažovat sami sebe, a třeba i ve společnosti intimního partnera, který také vyvažuje sám sebe.

KDYŽ SE MUŽSTVÍ NEDOSTÁVÁ

Představte si, že jste žena s převážně ženskou sexuální esencí. Chystáte se do města se svým partnerem, vybíráte si oblečení a upravujete se. Jste nadšená, šťastná, těšíte se, že si užijete večer ve společnosti svého intimního protějšku. Když se obléknete, vyběhnete z ložnice, zatočíte se dokola a předvádíte se, usmíváte se a toužíte svému muži, který sedí na pohovce v obýváku, ukázat, jak moc vám sluší krásné nové šaty.

Jenže on si vás vůbec nevšimne. Sleduje televizi, schoulený v polštářích pohovky a napůl dřímající. Cítíte, jak se vás zmocňuje zlost. Copak zapomněl? Jste tak plná energie, vyzařujete

tolik ženství a štěstí – kam se poděla jeho mužská energie, kterou teď potřebujete cítit? Zdá se ochablý a lhostejný jako hadrová panenka.

V takové chvíli má většina žen podvědomou tendenci použít svou vlastní mužskou energii. Jejich muž tu sedí pasivně a k ničemu se nemá, a tak někdo musí převzít odpovědnost za průběh večera! Proto se pokusí muže trochu postrčit a zeptají se: „Tak co, jdeme dnes večer ven, nebo ne?“

„Mně je to jedno. Jestli tak moc chceš, můžeme někam jít,“ řekne muž a prakticky neodtrhne zrak od televizoru.

Žena v sobě tedy vyvolá trochu víc cílevědomé, kontrolující energie a odpoví: „Ano, moc ráda bych si dnes večer někam vyšla. Už hodinu se na to chystám. No tak už pojďme!“

Muž jako by se propadl ještě o něco hlouběji do apatické nehybnosti. Velice pomalu a s odporem vstane z gauče a dá se do příprav na odchod. Večer začíná nepříjemným napětím a špatnou náladou.

Žena vnímala, že její muž nemá žádnou energii zaměřenou k cíli, a tak použila vlastní cílevědomou, mužskou energii, aby uvedla věci do pohybu. Zabírá to, věci se skutečně pohnou. Jenže situace je tím depolarizovaná. Vytvoří se napětí a těsně pod povrchem se skrývá nevyslovený konflikt. Je to konflikt mezi mužskými póly ženy a muže.

Mužství totiž nasměrovává a vede, zatímco ženství zve a přitahuje. Oba způsoby mohou být v různých situacích užitečné. V intimním vztahu je zásadní vybrat si takový mód, ať už mužský, nebo ženský, který zlepší či posílí polaritu – pokud se tedy chcete těšit z polarity, místo abyste se dostali do stavu neutrality nebo otevřeného odmítnutí.

V zaměstnání a na ulici pro vás sexuální polarita nemusí být tak důležitá. Proto je dobré být celistvou a vyváženou osobností, schopnou použít svou mužskou i ženskou energii podle toho, co je v dané situaci nejlepší.

V intimní sféře je nejčastější stížností mužů i žen – a zároveň i nejčastějším zdrojem konfliktů – právě depolarizace. Například je depolarizující, když si od muže přejete dostávat pečující a na cíl zaměřenou mužskou lásku, ale místo toho dostáváte jen neslané nemastné, nevyhraněné tlachy. Nebo pokud jste muž, toužící po ženské péči a vyzařující lásce, a místo toho dostáváte ostré, naštvané postrkování a bodání.

Když muž s přirozeně mužskou sexuální esencí zakouší ze strany své partnerky mužskou energii, má sklony reagovat jedním ze dvou způsobů. Buď zůstane ve svém mužském módu a partnerčino mužství ho odpuzuje, a pak jsou jako dva magnety obrácené stejným pólem k sobě. Nebo se vzdá svého mužství a dovolí jí být nositelkou mužské energie. Pak není odpuzován, ale není ani přitahován. Vzdal se své rozhodnosti a ona se ujala otěží — což je situace, se kterou se dá pracovat, ale nebude polarizující, pokud v ní oba partneři budou používat energii opačnou ke svým vrozeným sexuálním esencím.

Samozřejmě že muži smějí být pasivní a ženy smějí být ostré a energické. Muži i ženy mají povoleno se chovat jakýmkoli způsobem; je ale dobré, když si uvědomí, jaký energetický účinek to má na partnera, i to, že jsou za to zodpovědní.

Co tedy může udělat žena, jejíž muž je stočený na gauči a zcela pohlcený televizí, zatímco ona je plná šťastné energie dychtící se projevit? Jakou jinou má možnost, než muže jemně postrkovat a pak docela vystrčit ze dveří? Jedna alternativa spočívá v tom, že v sobě v takové chvíli vyvoláte své krajní ženství. Dokonce tolik ženství, že v porovnání s tím se i gaučově-bačkorovité chování vašeho muže bude zdát velmi mužné. Pak může vaše extrémní ženská energie polarizovat jeho latentní mužství, aby se vyvinulo do plné mužské rozhodnosti.

Jak by to mohlo vypadat?

Muž leží na gauči. Vy si všimnete, že v této chvíli je jeho mužství slabé. Nejprve se vyladte na to, co cítíte ve svém srdci:

Je teď pro jeho vlastní dobro lepší sledovat televizi, nebo se připojit k vám a sdílet proud lásky a štěstí? Dejme tomu, že dáte přednost druhé možnosti.

Sednete si k němu a hluboce se ponoříte do své ženskosti. Máte povoleno být ženštější než on, ženštější, než by obvykle dovolila rovnováha „vyrovnaného“ typu vztahu. Můžete sáhnout hluboko do své zásobárny ženství, abyste polarizovala to, co z jeho mužství ještě zbylo.

Zhluboka a s požitkem dýchejte. Prociťujte celé své tělo od hlavy až po prsty nohou a co nejvíc v něm buďte přítomná jako žena, ať to pro vás znamená cokoli. Cítíte své ženské tkáně, své srdce a touhy. Důvěřujete moci své lásky, která vašeho muže okouzlí a přitáhne, a věříte, že mu vaše láska prospěje víc než sledování televize.

Postaráte se, aby se ve svém těle cítil příjemně, nalákáte ho k tomu třeba doteky, které umíte jen vy sama. Budete ho zvat do vztahu tak, že se postaráte, aby tento vztah byl v porovnání s televizním programem neodolatelně přitažlivý. Posílíte partnerovo mužství tím, že budete obdivovat jeho sílu a rozhodnost, o kterých víte, že v něm drímají. „Cokoli chceš dělat, je pro mě v pořádku,“ zašeptáte mu a budete se k němu tulit a přist. „Důvěřuju tvému rozhodnutí. Moc se mi líbí prostě tady být s tebou, pokud chceš doopravdy dělat právě tohle.“ (Pokud nemluvíte pravdu, možná byste měla zvážit, zda jste se správným partnerem.)

Vědomě se vzdáte své mužské rozhodnosti a dáte důvěru té jeho. Zároveň mu nabídnete dar své vyhraněné ženskosti tím, že ho láskyplně okouzлите svými úsměvy, doteky, svou ženskou energií, čímkoli, čím dáte v dané chvíli spontánně průchod své ženské sexuální esenci.

Pro mužství neexistuje nic přitažlivějšího než ženství. To je základní zákon polarity, který dobře znají prakticky všechny ženy, ale jen málo z nich je ochotno ho vědomě využívat.

V prvním stadiu důvěřující ženské tělo *svádí* mužství, aby se poddalo lákání a vstoupilo do říše fyzických požitků, do interakce dvou těl. V druhém stadiu důvěřující ženská mysl *zaujme* mužství, aby poskytlo sebe sama a vstoupilo do vztahu smysluplného sdílení, do interakce dvou myslí. Ve třetím stadiu důvěřující ženské srdce *okouzlí* mužství tak, že mužství poskytne sebe samo k účasti ve sdílení síly lásky, v interakci dvou srdcí.

Naše kultura má tak negativní postoj k ženství, že často pohlížíme na síly okouzlování a přitažlivosti jako na formy manipulace. Jsme kultura mužů i žen, ale oceňujeme směřování lodi k cíli víc než nádherně přitažlivé vyzařování hlubokého modrého oceánu. Nějak se stalo, že oceňujeme mužskou ráznost víc než ženské zvaní. Je pravděpodobnější, že vystrkáme svého příliš pohodlného partnera ze dveří, než že ho okouzlíme a přivedeme do stavu lásky.

Stali jsme se oběťmi vymývání mozků. Dospěli jsme k přesvědčení, že je lepší oznámit svým partnerům, kam s námi mají podle našeho přání jít, než je pozvat tam, kam by nás podle našeho přání měli doprovodit. Často pokládáme mužský způsob sdělování toho, co po někom chceme, za „čestný“, ale ženský způsob zvaní někam, kde chceme někoho mít, za „manipulativní“. Taková hodnocení jsou výsledkem všepronikajícího protiženského postoje naší kultury.

Mužské a ženské přístupy jsou užitečné v rozdílných situacích a bylo by moudré, kdyby v sobě každý muž i každá žena pěstovali schopnost používat obě tyto energie. Stejně moudré však je, když muž nebo žena vědí, kdy využít mužskou sílu a rozhodnost a kdy se zase uchýlit k ženské síle okouzlování a zvaní.

Pokud si v dané chvíli přejete sexuální polaritu s partnerem, pak v sobě vyvolejte a použijte opačnou energii, než jakou očekáváte od něj. Ženství vyvolává mužství. Mužství vyvolává

ženství. Neutralita vyvolává neutralitu. Buďte si vědomi tohoto „zákona vyvolávání opačného pólu“ a na jeho základě se vždy rozhodněte, co uděláte.

MUŽSTVÍ VE SLUŽBĚ ŽENSTVÍ

Dejme tomu, že jste muž a vaše žena přijde domů z práce ve funkci vysoké manažerky nějaké korporace. Během dne nemá mnoho příležitosti ponořit se do svého ženství, a tak je po návratu domů stále ještě v energickém, rozhodném módu. Místo aby půvabně proplouvala domem jako zářivá bohyně, dupe energicky sem a tam, bez přestání mluví o tom, jak urvat tu výhodnou zakázku, a vůbec připomíná nějakého válečníka.

V takové situaci je pro vás velice snadné vzdát se svého mužství, abyste poskytli své ženě „prostor“, a umožnili jí být tak mužskou a bojovnou, jak jen si přeje. A někdy to opravdu může být nejlepší řešení. Ale zkuste cítit svým srdcem: Co je pro ni v dané chvíli nejlepší? Celý den strávila v mužském módu. Bylo by kvůli ní lepší pokračovat tímto způsobem i večer, nebo by pro ni bylo nejlepší, aby odložila své mužství, uvolnila se a obnovila síly ve svém ženství? Prociťte toto rozhodnutí a pak jednejte podle toho, k čemu jste dospěli.

Pokud se vám pravdivější zdá druhá možnost, pak musíte začít projevovat víc mužství než ona a tak polarizovat její přirozeně ženskou sexuální esenci, která byla dočasně zastřena mužskou energií. Na její vysoce vyvinuté mužské energii přitom není nic špatného; jen jí v dané chvíli nesvědčí ze všeho nejvíc. Máte pocit, že v této konkrétní chvíli by pro ni bylo lepší se uvolnit do ženské energie a do láskyplného sdílení, a dokonce se sexuální polaritě s vámi poddat až k extázi.

Proto se rozhodnete neposkytnout jí „prostor“. Proč? Protože jediná možnost, jak jí poskytnout víc prostoru, aby se

projevovala po mužsku, spočívá v tom, že vy ze svého mužství uberete. Pokud byste oba zůstali ve svém mužském módu, byli byste jako dva tvrdohlaví berani okupující stejné teritorium a narážející do sebe hlavami.

Proto se nerozhodnete ani se nevzdávat svého mužství a poskytnout jí tím prostor, ani neprojevovat stejnou mužskou energii jako ona, což by nevyhnutelně vedlo k mužskému soutěžení o „teritorium“, tedy o to, kdo je v dané chvíli nositelem rozhodné energie.

Místo abyste se přetlačovali nebo vyklidili pole, začnete projevovat víc mužství než ona a budete v ní vyvolávat její dřímající žensství. Mužnější než ona budete tehdy, když se vcítíte do toho, co by pro ni bylo v dané chvíli nejlepší, a pak budete trvat na svém s absolutní sebejistotou, dobrou náladou a láskou. Vyvoláte v ní její dřímající žensství tím, že budete oceňovat její ženské vlastnosti, které obdivujete, a tím, že se jí budete dotýkat tak, jako by byla bohyně a nikoli bojovnice.

Žena tedy energicky dusá a přechází sem a tam, vyrazí různé poznámky o situaci v práci, je napjatá a celá nabroušená. Začnete za ní chodit s láskyplným úsměvem na tváři. Zastaví se a podrážděně si vás změří. Řeknete jí, jak krásně vypadá, když lační po krvi svých konkurentů, a zeptáte se jí, zda by měla náladu si zatančit. Než se zmůže na odpověď, obejmete ji, začnete s ní kroužit po místnosti a laskáte ji jako pravou bohyni, kterou jste si zvolili k uctívání.

Tohoto svého láskyplného postoje se budete pevně držet a nezakolísáte ve své dobré náladě ani ve své houževnatosti. Milujete ji, a tak tím či oním způsobem najdete skulinku v její tvrdé skořápce a dovolíte své mužské lásce proniknout hluboko do jejího ženského srdce. Ve chvíli, kdy se to povede, se její tělo uvolní a ona odloží své mužství, přijme to vaše a otevře vám svoji vlastní nekonečnou zásobu ženské energie. Vrásky v obličeji se jí vyhladí. Její pohled bude klidný a přívětivý. Dál

jí budete projevovat lásku, dotýkat se jí, oceňovat její ženskou krásu a zářivost, která vás vždycky okouzlovala.

Pak, pokud vám ještě bude chtít něco říkat, to budou jen věci, které vám bude doopravdy potřebovat sdělit. Už se nebude jednat jen o přebytek mužského napětí po dni stráveném máváním meče. Vaše mužské objetí, vaše uctívání jejího žensství, váš humor a vytrvalá péče dovolí jejímu tělu i mysli, aby se uvolnily do své přirozené ženské sexuální esence. Aniž se pohádáte o to, kdo z vás má pravdu, aniž se budete přetlačovat a aniž strávíte večer před televizorem, zatímco žena bude stále chrlít své válečnické slogany, jí pomůžete relaxovat do její vrozené sexuální esence, aniž potlačíte to, co vám ještě bude potřebovat sdělit. Zvýšil jste polaritu vašeho vztahu a vyjádřil jste jí svoji lásku.

PRAXE SEXUÁLNÍ POLARITY

Jak máme praktikovat sexuální polaritu? Jedním slovem Milováním — s velkým „M“. Neznamená to jen soulož. Znamená to otevřít se nekonečnému proudu univerzální životní síly. Znamená to účastnit se celým tělem hry s polaritou mezi mužským a ženským prvkem.

Probíhá to neustále, v celém vesmíru, mezi lidmi, planetami i atomy. Kroužíme kolem sebe navzájem a zůstáváme na svém místě díky protikladným silám přitažlivosti a odporu. Abychom uskutečňovali polaritu, stačí, když se prostě uvolníme a dovolíme univerzálnímu toku života, aby námi proudil, ať už s nějakým partnerem, nebo bez něj. Dovnitř a ven, nahoru a dolů, stále dokola, životní síla mocně proudí mezi každým mužským a ženským pólem.

Můžeme milovat cokoli a kohokoli prostě tak, že vplyneme do stavu jednoty s tímto svým protějškem a otevřeme svá srdce bez jakýchkoli hranic. Z tajemství Milování se ale můžeme těšit

jedině tehdy, když své mysli podvolíme moudrosti svých těl a staneme se vtělením plně polarizované mužské a ženské energie.

Jak roste naše porozumění sexuální polaritě a jak procházíme jednotlivými stadii vývoje, učíme se oceňovat svoji probuzenou sexuální energii. Ve vztahu závislosti často zaměřujeme svou sexuální energii na erotickou vášeň, emocionální útěchu a orgasmické uvolnění. Časem, když se vyvineme do stadia „vyváženosti“, se naučíme svoji stimulovanou sexuální energii využívat jako uzdravující sílu, sami pro sebe i pro svého partnera. Muž dosahuje rovnováhy díky energii ženy a žena dosahuje rovnováhy díky energii muže. Navíc k těmto erotickým a uzdravujícím vlastnostem se může sexualita ve „vyváženém“ vztahu stát hlubokým emocionálním sdílením našich skutečných pocitů a současně i tělesných energií.

Uzdravování a emocionální sdílení však nepramení z ovládnutí sexuální polarity. Prožívání Intimního splynutí zahrnuje další posílení lásky, tentokrát nesené energií sexuální polarity, která volně proudí mezi probuzenou mužskou a ženskou sexuální esencí. Zahrnuje milování tak svobodné, tak jednoduché, s takovým nekontrolovaným zanícením, že se náš pocit oddělenosti rozplyne v intenzivní jednotě, kterou vnímáme jako lásku, vidíme jako světlo a uvědomujeme si ji jako vědomí.

V průběhu Intimního splynutí se mužství i ženství učí zvýšit vzájemnou lásku a vzájemnou sexuální touhu, a nakonec tuto energii transformuje do jediné společné prudkosti a vášně života: Tato intenzita tajemně přebývá ve sjednoceném těle a mysli muže i ženy.

To je ale jen začátek. Jak Intimní splynutí postupuje dál, mužství i ženství se učí milovat dokonce ještě víc. Učí se, že láska nám stačí a nic víc nepotřebujeme. Mužství se dostane za hranice každé stopy racionality, každého náznaku rozdílnosti, a muž vplyne do nekonečnosti lásky. Ženství se otevře a odevzdá této stejné lásce a stejné jednotě bez hranic. Polarita

muže i ženy se rozpustí do extatické jednoty – dokud se jejich těla znovu nevynoří, jejich energie se neobnoví a celá hra polarity nezačne znovu.

Tím, že porozumíme sexuální polaritě, otevíráme dveře novému způsobu života. S postupující zkušeností Intimního splynutí se učíme přijímat svůj každodenní život se stejnou láskou a otevřeností, s jakou přijímáme a objímáme své milence. Cítíme své myšlenky pod prsty, hladké jako pokožku. Cítíme své emoce, jak nám procházejí tělem jako hluboké zasténání milence či milenky. Všímáme si, jak se v obtížném okamžiku stáhneme zpátky, a dosahujeme stavu plné bdělosti, jako bychom cítili partnerovu bolest stejně jako svoji vlastní. Naše vytrvalost v lásce je neúnavná. Naše podrobení se lásce je bez konce. Tím, že ovládneme sexuální polaritu, zvládneme i síly odpuzování a přitahování, strachu a touhy. V Intimním splynutí se naše láska stává neoddělitelnou od intenzity života samotného.

11

PRAXE LÁSKY



POLARITA A LÁSKA

Jak mnozí z nás vědí, často je snazší vyjít s přáteli, které máme rádi, než s intimním partnerem, kterého milujeme. Proč to tak je? Jedním z důvodů je, že se svým intimním partnerem nechceme sdílet pouze lásku, ale také sexuální polaritu. Někdy se cítíme svými intimními partnery podráždění nebo zklamaní, protože jen málokdo z nás doopravdy pochopil, že existuje velký rozdíl mezi sexuální polaritou a láskou.

Sexuální polarita je univerzální a přirozená síla, kterou necítíme pouze ve vztahu k lidem, ale třeba i ve vztahu k fotografiím, vzpomínkám, představám, zvířatům a různým místům; jinými slovy může nastat s čímkoli nebo s kýmkoli, pokud je v dané situaci přítomen mužský a ženský pól.

Láska je opakem oddělenosti, je to touha objímat se a přijímat se navzájem, otevřenost srdce, která nezná odpor. Láska může existovat tam, kde neexistuje strach. Láska je opak stavu, kdy se někomu vyhýbáme. Láska je stav našeho vědomí, kdy se smazávají všechny rozdíly a přehrady, stav dokonalé jednoty, souladu bez rozlišování mezi „já“ a „ty“.

Dokázat se otevřít v lásce beze strachu a aniž bychom kladli odpor, abychom se mohli těšit z extáze dokonalé jednoty svého svazku, je práce na celý život. Ve skutečnosti je mnohem snazší naučit se základním zákonům sexuální polarity a těšit se z vášnivě hry mezi mužstvím a ženstvím. I to ale vyžaduje usilovnou práci, protože často klademe odpor některým stránkám mužství a ženství, a tak odoláváme a neodevzdáváme se, třebaže bychom pak mohli v našich intimních vztazích dosáhnout plné sexuální polarity.

Pokud jediné, co si od svého intimního života přejeme, je láska, pak je naprosto lhostejné, který z partnerů a kdy v sobě probudí a ztělesní mužskou a ženskou energii. Ale pokud si přejeme mít ve svém intimním životě lásku a zároveň i proudění sexuální polarity, pak musíme přijmout celou plnost vyjádření mužství i ženství.

Zvlášť v dnešní době se muži i ženy vzpouzejí tomu, že by se měli vzdát své těžce získané rovnováhy typu 50/50. Obávají se, že sklouznou zpět ke svým starým rolím daným pohlavím. Proto se namísto toho pokoušejí naučit poskytovat i přijímat lásku nějakým lepším způsobem – ale většinou ve svých vztazích úplně zanedbávají kultivaci plné sexuální polarity. Mnoho dvojic říká: „Milujeme se navzájem, ale v našem vztahu přesto něco chybí.“

To „něco“ je obvykle bezprostřední a nekomplikované potěšení ze sexuální polarity. „Něco chybí“, protože jeden nebo oba partneři nedostatečně oživují svou přirozenou sexuální esenci. Mohou se ze všech sil snažit se milovat, ale plnost jejich sexuálního daru zůstává nevyjádřena, nebo se tomu třeba i záměrně vyhýbají.

Když se vyvíjíme prostřednictvím Intimního splynutí, musíme si zároveň nacvičovat tato dvě umění: Umění otevírat se v lásce a umění kultivace sexuální polarity tím, že dáváme dary ze své jedinečné sexuální esence.

Učíme se milovat tím, že se vzájemně přijímáme takoví, jací jsme, vzdáme se svého odporu a bariér a naučíme se uvolnit

a opravdu prociťovat každý okamžik tak, jak přichází a zase se vytrácí. A učíme se dávat dary ze své sexuální esence tím, že věříme přirozeným energiím svého těla, uznáváme a oslavujeme naši hru, patřící k dané chvíli, radostný protiklad mužských a ženských sil, a vědomě posilujeme a chápeme – a zanecháme jejich bezděčné negace – univerzální síly sexuální polarity, kterou každodenně cítíme se svými partnery, přáteli i s úplně cizími lidmi.

Láska je přitom daleko důležitější než sexuální polarita. Ostatně někteří z nás s neutrálnější sexuální esencí o sexuální polaritu ani příliš nestojí – a většina z nás se o ni s přibývajícím věkem zajímá méně a méně.

Láska představuje lekci, kterou máme na tomto světě zvládnout, a to během celého života, od narození až do smrti. Konečně láska je všechno, co máme – anebo nemáme. Buď zemřeme lehce, s vědomím, že jsme dosáhli lásky, nebo budeme na smrtelné posteli litovat, že jsme dost nemilovali. Sexuální polarita nehraje v konečném účtování našeho života vůbec žádný rozdíl.

Abychom se vyvinuli ze vztahu závislosti do „rovnovážného“ vztahu a potom do Intimního splynutí, musíme se naučit víc milovat a méně klást odpor. Musíme se naučit víc přijímat a méně se vyhybat. Musíme se naučit víc se uvolňovat a méně se stahovat. Tento růst vyžaduje neustálý cvik. Znovu a znovu budeme odhalovat, že se nechováme láskyplně, a v tom okamžiku se budeme mít příležitost naučit, jak se uvolnit, dýchat, vzdát se svého odporu a milovat.

V předcházejících kapitolách jsme prozkoumali praxi sexuální polarity. Nyní se zaměříme na praxi lásky v Intimním splynutí.

JAK CVIČIT LÁSKU V INTIMNÍM SPLYNUTÍ

Během Intimního splynutí je láska vůbec nejdůležitější věc, na kterou musíme stále pamatovat. Když cítíte, že se od partnera

odvracíte, vraťte se k němu a podle svých nejlepších schopností otevřete své srdce a milujte ho. Máme mnoho starých zvyků, které jsme si osvojili v dětství: Jsou to způsoby, jimiž se odvracíme od svého intimního partnera, a dokonce ho trestáme. Například když jsme chtěli ublížit svým rodičům, šli jsme do svého pokojíku, schovali jsme se tam a odmítli jsme s nimi mluvit, nebo jsme jim řekli, že je nemáme rádi. Tyto staré zvyky ubližování jiným lidem nebo skrývání se před nimi, když se necítíme dost milovaní, jsou v nás stále živé. Vůči svým intimním přátelům se chováme stejně. Intimní splynutí poskytuje metody, jak se těmto zvykům nelásky ubránit.

Intimní splynutí vyžaduje, abychom cvičili lásku *na podkladě* těchto starých vzorců. Když se chceme od partnera vzdalit, budeme si naopak nacvičovat, jak zůstat ve vztahu plně přítomni. Když cítíme ve svém těle rostoucí napětí, procvičujeme uvolňování svalů a hluboké dýchání. Když cítíme, že nás náš emocionální krunýř odděluje od partnera stavem zlosti, strachu nebo lhostejnosti, místo abychom této tendenci podlehli, dovolíme svému srdci procítit oddělení a projít těmi pocity až zpátky k jednotě s partnerem. Tyto metody lásky v Intimním splynutí působí proti našim starým zvykům oddělování, stažení se do sebe a trestání.

Toto praktikování lásky zahrnuje uvolnění těla, otevření se emocím a to, že dovolíme svému nestřeženému srdci procítit partnera přímo a naplno.

Tento proces sebeotevírání si musíme procvičovat znovu a znovu. Když nás náš partner zraní, často je velice těžké zůstat vůči němu otevření. Přesto nic nezískáme, když se vůči němu uzavřeme, odvrátíme se od něj a potrestáme ho, dokonce i v případech, že se nás dotkl úmyslně.

Jako děti jsme hrávali tuhle emociální hru: Když mě nemáš rád nebo ráda, tak já tebe taky ne. Jestli mi ublížíš, ublížím ti taky. Jestli se mnou nechceš být, tak já s tebou taky ne. Je to

dětská hra a jejím výsledkem je, že dva lidé, kteří se milují, vytvoří situaci, kde spolu nedokážou komunikovat nebo uniknout napětí pramenícímu z bariéry, kterou mezi sebou vytvořili.

Ve vztahu závislosti převažuje postoj „jestli mi ublížíš, ublížím ti taky“ a často je praktikován v hrách na zamezení přístupu ke zdrojům, a to k penězům, sexu nebo pozornosti. „Jestli mi nedáš to, co chci, nechám si pro sebe své peníze (nebo sex či pozornost) a neposkytnu ti je.“

Ve „vyváženém“ vztahu se partneři domnívají, že všechno vyřeší tím, když si o problému promluví. Myslí si, že pokud si vyslechnou, co každý z nich potřebuje, dospějí ke vzájemné dohodě. V některých případech to může být pravda. Jasné vyjadřování a dobré naslouchání může dokázat pravé zázraky v řešení takových konfliktů, které jsou založeny na nedorozumění. Například se velice často stává, že mužštější z partnerů požaduje ve vztahu „prostor“ a „svobodu“, zatímco ten ženštější si přeje víc „blízkosti“ a společného „intimního času“. Co můžeme v takové situaci udělat? Je kompromis typu 50/50 jediným řešením?

Pro mužství je životní prioritou poslání, cesta za nějakým cílem nebo touha po větší svobodě. Pro ženství je životní prioritou proudění pocitů touhy nebo touha po větší lásce. V intimní „diskusi“ se mužství vždycky snaží dosáhnout cíle svobody. Mužství rádo řeší problémy, a tak si vyloží každý negativní emocionální projev ženství jako problém, který je třeba řešit (nebo něco, co je třeba „spravit“), aby bylo možné se uvolnit a ze vztahu se těšit. Na druhé straně ženství touží cítit kontakt s prouděním lásky. Během intimní diskuse se ženství tolik nesnaží něco napravovat nebo pracovat na nějakém budoucím cíli, jako spíš doufá, že naváže intimní kontakt a bude skutečně sdílet pocity se svým intimním partnerem.

Proto mužštější z partnerů vždycky „diskutuje“ s cílem vyřešit nějaký problém. Ženštější partner vždy „diskutuje“

proto, aby vytvořil hlubší kontakt, aby zůstal nablízku svému protějšku a dovolil proudit silnějšímu toku pocitů mezi jím a sebou. Diskuse proto může být dobrý způsob, jak řešit intimní těžkosti, ale není to skvělý a nejlepší způsob. Pokud jsou oba partneři sexuálně neutrální, bude diskuse fungovat výborně. Pokud je ale jeden z partnerů mužštější a druhý ženštější, ve skutečnosti spolu mluví z různých důvodů, a tak je uspokojí rozdílné výsledky diskuse. Mužský partner se uklidní, když se vyřeší „problém“. Ženský partner se uklidní, když bude hluboce pociťovat proudění lásky.

Ve vztazích závislosti si vzájemně omezujete přístup k určitým zdrojům, abyste získali, co chcete. V „rovnovážných“ vztazích spolu mluvíte v naději, že naleznete takový kompromis, aby každý z vás získal část z toho, co chce. V průběhu Intimního splynutí si však uvědomíte, že bez ohledu na to, co každý z vás říká, oba chcete totéž, jen to má odlišné podoby. Ženský partner chce pociťovat proudění lásky. Mužský partner chce pociťovat svobodu pramenící z pocitu, že už neexistuje žádný problém. Láska a svoboda jsou vyjádřením téhož prostého, neohraňovaného pocitu; tím, že se vzdáte svých obranných bariér a spočínáte ve stavu prostého vědomí s otevřeným srdcem, stanete se sami láskou a současně budete svobodní.

V Intimním splynutí se tedy *hned na začátku* prostě uvolníte do láskyplného svazku s partnerem. Zůstáváte s ním plně přítomní a bdělí, a jakýkoli impuls odvrátit se od něj nebo se před ním uzavřít, který by se vás snad zmocnil, si procítíte a zpracujete. Budete se dívat jeden druhému přímo do očí. Přemůžete jakoukoli tendenci svého srdce stáhnout se tak, že vědomě procítíte svůj impuls se stáhnout, takže budete spíše aktivně cítit a cvičit jednotu s partnerem, než abyste se opravdu stahovali a oddělovali se od něj.

Časem se naučíte procvičovat neustálou bdělost mysli a láskyplnost a otevřenost vůči partnerovi i v situacích, kdy se spolu

v něčem silně neshodnete. V aktivním okamžiku Intimního splynutí dojde k něčemu magickému. Ženský partner cítí proud lásky a mužský partner cítí, že neexistuje žádný problém. Prostřednictvím intenzivní jednoty a stavu úplné otevřenosti, který navozuje Intimní splynutí, vplynul ženštější z partnerů do pocitu lásky a mužštější zase do svobody otevřeného vědomí, kde ho netíží žádný „problém“. Praktikující partneři jsou oba plně přítomni ve své vzájemnosti, dokonale otevření a cítící.

V každém intimním vztahu mezi mužštějším a ženštějším partnerem bude *vždycky* existovat protikladnost přání. Mužštější z partnerů bude chtít svobodu, aby mohl uskutečňovat své poslání. Ženštější z partnerů bude chtít trávit víc času v intimitě, prožívat víc proudění hlubokých pocitů. Mužštější partner si bude pravděpodobně přát dostat příležitost k polygamní sexualitě. Ženštější partner si bude pravděpodobně přát hlubší, více naplňující zážitky z monogamní sexuality. Mužštější z partnerů se bude cítit dotčený, když bude jeho životní směřování podrobováno kritice. Ženštější z partnerů bude dotčený, když bude zpochybněna jeho záře nebo krása. Existuje nesmírně mnoho rozdílů mezi potřebami a touhami mužství a ženství a všechny se mohou stát zdrojem neshod mezi partnery. Pak by se mohlo zdát, že konflikty a nesváry snad nikdy neskončí.

Ve vztahu závislosti procházejí partneři obvykle cyklickými fázemi mučivých střetů a vášnivého smířování. Ve „vyvážených“ vztazích se partneři neustále snaží dosáhnout lepší komunikace, aby si mohli ujasnit své rozdíly a dospět ke kompromisu přijatelnému pro oba. V Intimním splynutí si ale partneři uvědomují, že pokud je jeden z nich mužštější a jeden ženštější, jejich rozdíly se nikdy nesmažou. A naopak si uvědomí, že právě ony rozdíly jsou zdrojem jejich sexuální polarity.

Přijímají skutečnost, že univerzální sexuálně polarizované síly se projevují tím, že budou vždycky v hravé, zábavné opozici, jako dvě planety, které udržuje na oběžné dráze souhra gravitace

a odstředivé síly: Přitažlivost je táhne k sobě a odstředivá síla jejich vlastního pohybu je naopak od sebe odděluje. Výsledkem je trvalá vazba, udržovaná napětím protikladných sil.

Intimní splynutí vyžaduje, aby partneři uprostřed svých trvale protikladných tužeb a sklonů procvičovali schopnost zůstat stále v bezprostředním vztahu. To je praxe lásky. Ať se objeví jakékoli rozdíly, každý z partnerů provádí uvolnění těla, hluboké a plné dýchání, procítění starých zvyků emocionálního uzavření se a láskyplné propojení s partnerem. Partneři spolu koexistují nejen ve vztahu, ale i v tomto konání. Jejich vztah je založen na odhodlání cvičit Intimní splynutí, a současně na odhodlání neprovádět staré hry z dětství, založené na odmítání, ani nové hry založené na dospělé komunikaci a kompromisech. Podstatou Intimního splynutí je, že se uvolníte a vplynete do lásky samotné a do přítomného okamžiku.

Jakmile oba partneři vplynou do stavu Intimního splynutí, mohou pracovat na detailech svého společného života. Je to tvořivá záležitost, jedinečná pro každého člověka i vztah. Jak se rozhodnete žít, nezávisle na sobě i společně, je zcela a pouze záležitostí vašeho tvořivého zkoumání a neustálého experimentování. Pokud během těchto pokusů zažíváte Intimní splynutí, pak už v intimní sféře dostáváte to, co opravdu chcete, bez ohledu na to, jak vypadají podrobnosti vašich životů. Ženství už dostává plný proud lásky. Mužství už se těší ze svobody vědomí, že nemusí řešit žádné problémy.

Na tomto základě lásky a svobodného vědomí, který musíme uskutečňovat neustále, v každé chvíli, se partneři pustí do tvořivé práce a dávají tvar svému společnému životu.

V Intimním splynutí mužství realizuje svou pravou přirozenost jako svobodné vědomí a ženství uskutečňuje svou pravou přirozenost jako neomezenou lásku. Společně si uvědomují, že třebaže jejich životy mohou vypadat rozdílně, jejich praxe je stejná: V každém okamžiku, chvíli za chvíli si uvědomovat

lásku, která není ohrožená odmítnutím, a svobodu, která není omezená strachem nebo ztrátou. Společně procvičují neustálé uskutečňování svobodné lásky, otevřeného vědomí, které je samo láskou. V plnosti Intimního splynutí se mužství i ženství těší stejné nejvyšší možné realizaci, třebaže jejich cesty jednotlivými stadii mohou vypadat úplně odlišně.

LÁSKA PROUDÍ TEHDY, KDYŽ JI SAMI POSKYTUJETE

Třebaže se lásku často snažíme od svých intimních partnerů *dostávat*, ve skutečnosti ji cítíme nejvíc, když ji *poskytujeme*.

Je váš intimní partner ve vašem životě skutečně zdrojem lásky? Pokud by zemřel, s největší pravděpodobností byste prošli obdobím smutku a po čase byste si našli někoho jiného, koho byste milovali také. Třebaže by tento člověk byl odlišný do vašeho předchozího partnera a také struktura vztahu by vypadala jinak, láska by byla stejná. Láska je prostě láska. Buď někoho milujeme, nebo ne. Milovat můžeme kohokoli, komu jsme se ochotní otevřít, sdílet s ním své pocity, vzdát se svých bariér a přijímat ho.

Lásku od druhého člověka *nedostáváme*, jako by byl naším nenahraditelným, jediným možným zdrojem naplnění srdce. Buď jsme vůči lásce otevření, nebo nejsme. Často se chováme, jako bychom potřebovali k lásce nějakou omluvu či záminku, jako třeba velmi jedinečný protějšek nebo určité chování partnera. Můžeme se ale prostě rozhodnout otevřít své srdce a začít milovat rovnou a hned. Stav lásky si můžeme nacvičovat a realizovat právě v tomto okamžiku, dokonce i když jsme sami, právě jako můžeme procvičovat lásku ve vztahu k intimnímu partnerovi. Nemusíme čekat na lepšího partnera, nebo na čokoládový dezert, abychom se právě v tomto okamžiku uvolnili a vplynuli do sladkosti lásky. Můžeme si lásku prostě

nacvičovat tím, že se uvolníme, budeme zhluboka dýchat, zbavíme se svých obranných bariér a budeme procítovat své tělo i své vztahy. Lásce se můžeme učit, a to bez ohledu na to, zda jsou naše současné životní zkušenosti bolestné nebo příjemné.

Když nejsme ve stavu lásky, uzavíráme se před plným prouděním života a cítíme se prázdní. Pak se snažíme tuto prázdnotu v citlivém středu naší bytosti zaplnit takovým či onakým zdrojem potenciálního naplnění. Jenomže to nefunguje. Tato prázdnota nemůže být zaplněna, protože nejde o skutečně prázdný prostor, ale spíš o něco, co si působíme sami. Toto prázdno totiž ve skutečnosti sami vytváříme, chvíli za chvílí, tím, že *aktivně praktikujeme* nelásku, uzavíráme se, jsme v napětí a vydělujeme se.

Když se přestaneme oddělovat od života, když se uvolníme, rozpustíme své bariéry a dovolíme sami sobě otevřít se v lásce, zjistíme, že už jsme naplněni. Už nejsme odděleni od okolí, ale jsme s ním hluboce propojeni, naplněni energií a tokem života. Může se to zdát těžké, ale vždy jsme schopni realizovat lásku: Uvolnit se, dýchat a procítovat.

Mezi námi a plností lásky neexistuje vůbec žádná vzdálenost. Stačí, abychom se byli ochotní otevřít a procítovat naplno, a to právě teď, a *sami* se stáváme láskou. Právě toto procvičování citění a lásky nám slouží k tomu, abychom postoupili od „vyváženého“ vztahu k uskutečnění Intimního splynutí. Nepotřebujeme čekat na nic a na nikoho, pokud budeme mít na paměti, že máme milovat právě v přítomné chvíli.

JEJÍ „STÍŽNOSTI“ JSOU VE SKUTEČNOSTI DARY

Na počátku svého vztahu k Ofélii jsem obdobně jako mnoho mužů nechápal, proč si Ofélie neustále tím či oním způsobem stěžuje na náš vztah. A Ofélie zase nechápala, proč „mám raději

svou práci než ji“. Teprve po řadě let, kdy jsem vysledoval stejný jev v mnoha dalších vztazích, jsem porozuměl tomu, že tyto tendence mužství a ženství jsou ve skutečnosti dary – pokud je správně chápeme a využíváme.

Ženská sexuální esence si *bezprostředně* uvědomuje proudění lásky ve vztahu. Ve svém vlastním životě jsem byl svědkem toho, jak si Ofélie obvykle jako první z nás uvědomila, že něco v našem vztahu není v pořádku. Když jsem začal vnímat a přijímat její dary hlubším způsobem, skutečně jsem dokázal rozpoznat, že výraz jejího obličeje je obvykle přímým, okamžitým odrazem toho, zda jsem ve vztahu k ní právě projevoval odstup nebo láskyplnost. Proto jsem se naučil důvěřovat její senzitivitě vůči proudění života víc než své vlastní. Konečně je v tomto směru lépe vyladěná nežli já.

Samozřejmě že někdy se Ofélie prostě jen zapletla do svých vlastních emocionálních sítí. Proto jsem si současně s důvěrou v její senzitivitu také rozvinul schopnost rozlišovat, zda uvízla ve svých vlastních emocionálních konstrukcích, nebo zda neomylně čte v proudu naší lásky – což obvykle dokázala mnohem přesněji a odpovědněji než já.

Pokud bych byl v prvním stadiu, tedy ve vztahu závislosti, a doufal bych, že Ofélie bude uspokojovat mé potřeby, pak bych si jednoduše přál, aby se stížnostmi na náš vztah přestala. Z úhlu pohledu tohoto typu vztahu se zdá, že její stesky jsou výhradně její problém.

Kdybychom byli ve druhém stadiu a usilovali bychom o rovnost a nezávislost každého z nás, pokoušel bych se s Ofélií mluvit o jejich pocitech a snažil bych se jim přijít na kloub. Trávil bychom čas vzájemným sdílením svých pocitů, myšlenek nebo tužeb, abychom pochopili, proč nejsme spokojení s tím, co od svého protějšku dostáváme.

Také bychom si uvědomovali, že za to, zda se cítíme šťastní, jsme odpovědní my sami, a proto bychom si dávali pozor,

abychom si nevyvinuli závislost na partnerovi. Ve druhém stadiu si vzájemně pomáháme růst, ale také si pečlivě hlídáme své hranice v pravém stylu 50/50. Moje partnerka i já máme v tomto modelu své životy, třebaže k sobě máme vztah.

Jak ale roky plynuly, znovu a znovu jsem se přesvědčoval, že Oféliina sexuální esence má jedinečný talent – výjimečnou senzitivitu – do takové míry, jakou já sám vybaven nejsem. Tak jsem se naučil Ofélii přijímat i s tímto darem a oceňovat ho. Naučil jsem se důvěřovat její citlivosti k proudění lásky. Konečně pokud bych byl naprosto upřímný, musel bych přiznat, že mě ve většině případů skutečně víc zajímalo, kam směřujeme, než jak moc se v dané chvíli zrovna milujeme.

Časem jsem se naučil důvěřovat jejím reakcím na náš vztah a tomu, abych se z nich v každé přítomné chvíli učil. Ofélie pro mě začala představovat jedinečnou a velmi vhodnou připomínku, že mám být v našem vztahu plně přítomen. A tak během Intimního splynutí přijímám Oféliinu vztahovou senzitivitu jako dar probouzení, jako připomínku svého nejvyššího cíle a toho, abych jí i já sám poskytoval svůj nejhodnotnější dar: svoji lásku.

MUŽSKÉ ROZHODNUTÍ PRO LÁSKU A SŇATEK

Pro ženství je manželství nebo pevný intimní svazek plodným základem pro lásku a pro to, aby mohla dál růst a vyvíjet se. Pro ženství se vážně míněné manželství rovná lásce. A protože láska je hlavní touhou ženství, ženy se na opravdovou a stálou intimitu manželství obvykle těší. To ale pro mužství neplatí. Hlavní touhou mužství je svoboda. Proto kterýkoli muž nebo žena, pro které je mužství hybnou silou, bude klást odpor omezení, které pro ně manželství představuje.

Pokud máme zažít Intimní splynutí, je proto velice důležité, abychom oba porozuměli tomu, jak se mužství vztahuje k lásce v trvalé a pevné intimitě, a to v jednotlivých stádiích.

Mužství prvního stadia pohlíží na manželství prostě jako na nutné zlo, na něco, čemu je nutno čelit. Mnoho sešlostí starých mládenců překypuje frázemi jako „mít kouli u nohy a zahodit klíč od zámku“. Takto mužství prvního stadia pohlíží na manželství, i když je muž hluboce zamilovaný do své intimní partnerky. Manželství je vnímáno jako dobrovolná ztráta svobody, a proto je jedním z úkolů ženichova svědka postarat se o to, aby se ženich vůbec na obřad dostavil.

Mužství druhého stadia se předem snaží postarat o to, aby manželství ztrátu svobody vůbec neznamenal! Otevřené manželství, kdy „spolu prostě jen žijeme“, „vyvážený“ vztah se dvěma oddělenými účty v bance a třetím, do kterého každý z partnerů přispívá, to všechno jsou vynálezy mužství druhého stadia, které se projevuje u mužů i u žen. „Proč riskovat omezení, když mohu mít jak vztah, tak svobodu?“ Tak zní hlas mužství druhého stadia.

Zatímco mužství prvního stadia se jednoduše smíří s „koulí u nohy“ kvůli sexu, lásce a rodině, mužství druhého stadia se pokouší připravit si čistě pro všechny případy nějakou „únikovou cestu“. Ta může mít podobu předmanželské smlouvy nebo prostě ústní dohody, že „ačkoli žijeme společně ve vztahu 50/50 a milujeme se, každý z nás má svůj vlastní život“.

Zatímco ve vztahu závislosti jsou vklady do rodiny a finanční investice značně vysoké, pravidla „rovnovážného“ vztahu jsou nastavena tak, aby zajistila co nejvíc jistoty a nejnižší riziko. Veškeré investice předem jsou uskutečňovány s velkou obezřetností a podle zásady „nebudeme spěchat s ničím, čeho by některý z nás mohl později litovat“. Mužství druhého stadia umí velmi dobře chránit svoji

svobodu tím, že se moc neangažuje, a to ve jménu rovnosti a zdravé nezávislosti.

Kterýkoli člověk, muž nebo žena s vysoce vyvinutou mužskou stránkou je obzvlášť opatrný, pokud jde o závazek vstoupit do dlouhodobého intimního svazku. Hrozba možných omezení je příliš velká. „Třeba už nebudu moci žít tak, jak bych chtěl.“ Proto se mužství druhého stadia v mužích i v ženách vždycky odmítá vázat. Nechce riskovat ztrátu svobody, která je pro ně ze všeho nejdůležitější, a to svobody finanční, tvořivé ani duchovní. Chce mít stále možnost dělat si, co chce a kdy chce, aniž by ho přitom něco svazovalo.

Když se mužství vyvine z druhého do třetího stadia, projde velkým posunem. Jde o vývoj od stavu, kdy touží získávat svobodu, ke stavu, kdy se naučí být skutečně svobodný, v každém daném okamžiku, a tím může věnovat dar svobody i jiným lidem a obohatit jím jejich život. Mužství druhého stadia se ze všech sil snaží uchovat si vlastní svobodu, ale mužství třetího stadia je přirozeným vyjádřením svobody ve všech situacích, a proto je samo darem svobody pro jiné lidi i pro celý svět. Toto vyjádření vnitřní svobody se však paradoxně objeví vždycky v kontextu nějakých omezení.

Vzpomínám si na den, kdy jsem se rozhodl požádat Ofélii o ruku a o to, abychom spolu vstoupili do formálního svazku při tréninku Intimního splnutí. Tou dobou jsme už spolu žili několik let. Miloval jsem ji a z celé duše jsem očekával, že s ní strávím zbytek života. Přesto, když nadešel ten okamžik a já jsem měl vyslovit svoji žádost o její ruku, jsem měl pocit, jako bych šel na smrt. Byl večer, seděli jsme u stolku v naší oblíbené kavárně a já jsem objednal lahev vína, abychom moji žádost o ruku oslavili i přípitkem. Dívali jsme se jeden druhému do očí, usmívali se a já jsem měl pocit, že Ofélie vycítila, k čemu se chystám. Nalil jsem každému z nás sklíčku vína, zvedl jsem tu svou a chtěl jsem to vyslovit. Jenže jsem ze sebe nevydal ani hlásku.

Rychle jsem sklenici vína vypil a nalil jsem si další. Ofélie mě nevěřicně pozorovala. Zkusil jsem to znovu. A znovu se to nepovedlo. Později, když Ofélie na tu epizodu vzpomínala, mi prozradila, že to vypadalo, jako bych se dusil a hrozila mi smrt. Ta slova mi prostě nechtěla vyjít z pusy. Zase jsem vypil víno a nalil si další skleničku. Tak to pokračovalo, dokud lahev nebyla prázdná.

Konečně jsem sáhl přes stůl po Oféliině skleničce a vypil jsem i její zbytek vína! Tím jsem se dostatečně posilnil a konečně jsem byl schopen ze sebe ta slova vypravit. Současně mi do očí vstoupily slzy. Ofélie se rozplakala také, i když si nejsem jistý, jestli utrpením nebo štěstím.

Moji žádost o ruku přijala, ale oba si na celé příhodě nejvíc pamatujeme to, jak bylo pro mě těžké ji o ruku požádat.

Když o tom vyprávím na svých workshopech a přednáškách, většina mužů a rostoucí počet žen se dovede do mých pocitů tísňe vcítit. Největší touhou mužství je svoboda a největší jeho obavou je omezování. Přestože jsem neměl nejmenší pochybnosti o tom, že Ofélii miluji, moje mužská sexuální esence přesto stále cítila, že formální manželství může představovat omezení, zmenšení svobody, redukci mých možností, a proto jsem měl při pomýšlení na vstup do takového svazku řekněme dost odmítavé pocity.

Mužství si vždycky chce ponechat co nejvíc možností otevřených. V historii bylo vybojováno mnoho válek ve jménu svobody, ve snaze nedat se omezovat nějakou politickou ideologií. Není pak skutečně žádný div – pokud je mužství ochotno obětovat i vlastní život, aby si udrželo svobodu názorů –, že jsem musel vypít tolik vína, abych se otupil vůči tomuto ohrožení mé staromládenecké svobody.

V Intimním splynutí si mužství uvědomuje, že být svobodný znamená zůstat otevřený v lásce během všech ztrát i výher. A tak se muž cvičí v lásce a ve svobodě srdce, dokonce

i když ho pronásledují a mučí omezení, jaké nám život přináší. Jeho srdce zůstává otevřeno nekonečnu, přestože je jeho život ohrazený limitovanými možnostmi. Posláním muže ve třetím stadiu je právě toto praktikování svobody bez obav, případně lásky.

Během Intimního splynutí je muž třetího stadia ochoten cítit a projevovat lásku, přestože si uvědomuje, že jednou nevyhnutelně ztratí všechno, co miluje. Nakonec si totiž uvědomí, že láska je to jediné, co přesahuje vznik i zánik veškerých věcí i lidí. Když získá v lásce dostatečný cvik, zbaví se obav z možných omezení ve vztahu nebo ve světě, a pak se mužství teprve naprosto osvobodí: Zbavilo se totiž strachu.

V průběhu Intimního splynutí se mužství váže v manželství s vědomím, že skutečná, nejvyšší svoboda spočívá v dokonalé lásce zbavené strachu a že manželství je ideální forma, ve které se dá takováto láska uskutečňovat. Tím, že se odevzdá a zaváže k lásce v podobě nějakého omezení, mužství paradoxně realizuje svobodu.

Tak vypadá Intimní splynutí v každém okamžiku života: Cvičíte se v dávání lásky, dokonce i když cítíte nelásku, ztrátu nebo se cítíte zranění. Když to budete provádět, nakonec si uvědomíte, že jste vždycky schopni lásky a vždycky schopni být svobodní, stejně jako je svobodná sama síla lásky. Abyste si to uvědomili, je ale potřeba mnoho cviku. Manželský svazek v Intimním splynutí je závazek procvičovat lásku v každé další chvíli, a tím uskutečňovat i svobodu.

Protože je mužství vrozeně oddáno svobodě, je muž také paradoxně odhodlaný k manželství – pokud a jakmile si uvědomí, že svoboda spočívá v neustálém konání lásky, a to okamžik za okamžikem. Intimní splynutí spočívá v tom, že se zavážeme ke konání lásky a oddáme se mu. Není to závazek vůči rodině, závazek k sexu, k finanční podpoře nebo slib vytvořit krásný společný život – třebaže manželství založené na Intimním

splynutí určitě může kteroukoli z těchto věcí zahrnovat. Závazek ke vztahu v Intimním splynutí není o nic víc a o nic méně než závazek neustále cvičit lásku, a tím realizovat dokonalou svobodu – která je nejvyšší mužskou touhou.

12

PŘIJETÍ TABU



UMILOVÁNÍ ŽENY K SMRTI

Mnoho let jsem se bál s Ofélií milovat tak, jak jsem skutečně chtěl. Ano, měl jsem fantazie, jak si ženu podrobím svou láskou, jak se jí vášnivě a divoce zmocním, jak se vůbec nebudu držet zpátky. Chtěl jsem Ofélii umilovat div ne k smrti, až napadrť, do mor-ku kostí, ale protože jsem se bál dát průchod své skutečné touze, pořád jsem se v reálu choval jako jemný a citlivý milenec. Ofélie si na to nikdy nestěžovala; zdálo se, že se jí naše milování líbí. Tajně, ve svých představách, jsem ale prožíval divoké, vášnivě a agresivní milování, a ženu v mých fantaziích těšilo, že s ní takto jedním.

Nikdy jsem o těchto svých představách doopravdy nemluvil. Domýšlel jsem si, že většina mužů má podobné fantazie, protože jde o velice oblíbené téma filmů a románů. Také jsem se domníval, že i ženy musí mít podobné fantazie, protože televizní seriály a romány určené ženám jsou plné scén s muži vášnivě vyjadřujícími lásku a touhu ženě, která se sice možná zpočátku zdráhá, ale nakonec je přemožena mužovou láskou a ve vytržení mu padne do náruče. Přesto jsem byl vnitřně pořád rozpolcený.

Jedné noci jsme s Ofélií byli v posteli a milovali se. Bylo to dobré. Oba jsme byli velice láskyplní a šťastní, ale já jsem si

náhle začal uvědomovat tu část své duše, která by ji chtěla milovat mnohem vášnivěji a dobyvačněji. Uvědomil jsem si, aniž bych o tom opravdu přemýšlel, že je absurdní se stále ovládat a nemilovat svoji intimní partnerku tak, jak doopravdy chci. A tak jsem hodil za hlavu všechny zábrany. Začal jsem se s ní milovat prudším, vášnivějším způsobem, dokonce agresivně, a trochu jsem přitom očekával, že si Ofélie začne stěžovat na moji přílišnou drsnost a necitelnost. Nestěžovala si ale vůbec; naopak se mi otevřela ještě víc, svíjela se, objímala mě a přitahovala si mě k sobě blíž. Sténala, že chce víc, s požitkem přijímala moji silnou mužskou vášeň – a mně působilo požitkem, že mě vítá a zve dál. Oba jsme se uvolnili do hlubší, spontánnější a divočejší části svých sexuálních esencí. Naše milování už pak nikdy nebylo stejné jako dřív a náš vztah jako celek také ne.

Mužská energie není sama o sobě ani dobrá, ani špatná – záleží na tom, jak ji používáme. Moje touha milovat se s Ofélií náruživěji a vášnivěji byla vyjádřením mé mužské lásky. Kdybych vášeň a převahu Ofélii vnucoval bez lásky, kdybych se ji pokusil řídit a omezovat podle svých vlastních potřeb, aniž bych na ni bral ohledy, pak by pocítovala moji mužskou energii jako násilnickou. Pokud ji ale objímám plně s láskou, pokud mi moje láska k ní otevírá srdce a vášeň, kterou k ní cítím, mě vede k tomu, abych ji miloval prudším a agresivnějším způsobem, pak v žáru mé vášně zakusí moji skutečnou lásku. Důvěřuje mi, otevírá se mi, abych se jí zmocnil, plně si to užívá a rozhodně nemá pocit, že se k ní chovám násilně.

NAŠE ZÁKLADNÍ POHNUTKA JE VPLYNOUT DO STAVU ŠTĚSTÍ

Abychom porozuměli nejplnějšímu vyjádření své sexuální esence, musíme nejprve pochopit svůj základní impuls. Musíme

porozumět tomu, že základním impulzem našeho života je uvolnit se a vplynout do stavu štěstí. Mužská stránka každého z nás hledá víc svobody v naději, že tím získá štěstí. „Kdybych měl víc peněz, měl bych víc volnosti, mohl bych se uvolnit a radovat se ze života.“ Ženská stránka každého z nás hledá víc lásky v naději, že tím získá štěstí. „Kdyby byl můj intimní život lepší, byla bych šťastnější.“ Toto směřování k lásce a svobodě dává neustále tvar našim každodenním životům, když se vyvíjíme ve třech stádiích intimity: stadiem závislosti, stadiem „vyváženosti“ a stadiem Intimního splynutí.

Muži a ženy v závislém vztahu se spolu často prou o záležitosti moci a kontroly, zvláště v oblastech peněz a sexu. V prvním stadiu závislosti je naší potřebou získat víc peněz, sexu nebo lásky. V takové chvíli věříme, že když budeme tyto věci mít, dosáhneme štěstí. Pro vztah závislosti je typické, že ženy jsou závislé na mužích kvůli penězům, muži na ženách kvůli sexu a vzájemně jsou na sobě závislí kvůli potřebě náklonnosti, jistoty a péče, a to včetně péče o děti.

Jakmile se naučíme stát na vlastních nohou a vytvářet si v životě zdravé meze, velice přirozeně se vyvineme z prvního stadia závislosti a od jeho potřeb do druhého stadia potřeb náležejících k „vyváženému“ vztahu. V tomto vztahu 50/50 chtějí muži i ženy vést relativně nezávislé životy, vztahy založené na závislosti tedy odmítají; účastní se „vyváženosti“ ve vztahu, založené na zásadě sdílené odpovědnosti, kde je vše rozděleno přesně uprostřed a napůl, jako to děláme v obchodních dohodách.

Třebaže tento „vyvážený“ vztah klade důraz na komunikaci a férovost, často v něm chybí sexuální vášeň a hluboké emocionální naplnění. Proč? Protože ve snaze dosáhnout striktně definovaného „vyváženého“ vztahu si muži i ženy často upírají plné vyjádření své sexuální esence. Například se obávají své touhy vášnivě se zmocnit partnera a nechat se přemoci láskou. Bojí

se, že když zapomenou na všechny zábrany a vydají se napospas lásce k partnerovi, zapomenou na stanovené hranice, na svou nezávislost a na rovnost typu 50/50, na jejíž získání vynaložili takové úsilí.

Základní životní impulz jim ale stále vládne. Pokud jsou upřímní, nakonec si přiznají, že v nejhlubším koutku srdce se necítí uspokojeni. Bez ohledu na to, kolik peněz mají, jim nikdy úplně nestačí k tomu, aby se zbavili potřeby získávat jich ještě víc. Bez ohledu na to, jak dobrý se jejich vztah zdá být ve srovnání se vztahy jejich přátel, se stále cítí neúplní a touží po hlubším sdílení – sexuálně, emocionálně i spirituálně.

A tak tento základní impulz vyvíjet se ke stavu štěstí, toto základní neuspokojení s tím, co mají, žene muže i ženy směrem k plnějšímu vyjádření jejich sexuální esence. Mužství není uspokojeno relativní finanční svobodou; muž chce něco víc, ale není si tak docela jistý, co by to mělo být. Ženství není uspokojeno relativním emocionálním naplněním; žena touží po hlubším naplnění, ale není si tak docela jistá, jak ho docílit. V tomto bodě je mužství i ženství připraveno vyvinout se z „vyváženého“ vztahu k uskutečnění Intimního splnutí.

Muži i ženy vyrostou do třetího stadia, tedy do Intimního splnutí tím, že obětují všechny své tužby základnímu impulzu svých životů – touze uvolnit se a vplynout do štěstí, do lásky a do svobody. Když jsme ochotní obětovat svůj falešný pocit jistoty, když jsme ochotní vzdát se svých méně důležitých motivací kvůli základnímu impulzu, který nás poháněl vždycky, pak naše energie a pozornost budou působit ve shodě s nejhlubší touhou našich srdcí.

Když se přestanete ohlížet do minulosti nebo dívat do budoucnosti a hledat tam víc svobody nebo víc lásky, můžete se začít uvolňovat do své existence v přítomném okamžiku – do samotného svého bytí. Tato schopnost přímo vplynout do

srdce bytí, místo abychom se snažili získávat víc lásky či svobody nebo stále zlepšovat sami sebe, je principem praktikování toho, co kultivujeme v Intimním splnutí.

ODCHYLKY MUŽSKÉHO SRDCE

Ať se vám to líbí nebo ne, vrozené působení vašeho samotného bytí vás nasměřuje k tomu, abyste rostli od temnoty ke světlu, od rezervovanosti k otevřenosti. Směřujete k tomu, abyste milovali, byli svobodní a cítili se šťastní – ne kvůli nějakému diktátu morálky, ale prostě proto, že samotné bytí je láskyplné, svobodné a šťastné. Taková je jeho přirozenost, jak zjistí každý, kdo sám sobě dovolí uvolnit se a vplnout do své pravé podstaty. Protože sami máte přirozenost božského bytí a protože jste sami totožní s tímto božským bytím, jsou vám také vrozeny vlastnosti lásky, svobody a štěstí.

V životě však máme sklony se od své pravé přirozenosti odchylovat, a tak trpíme dočasnou ztrátou svých vrozených sklonů.

Pokud se necítíme šťastní, svobodní a milující, začínáme s hledáním. Směr hledání – ať je to zvyšování vlastní síly tvořivosti, získávání více peněz, nebo lepšího sexu – se vždycky odchyluje od přímé realizace našeho pravého bytí.

Zatímco ženství má sklony odchylovat se tím, že hledá více lásky, mužství má tendenci se odchylovat hledáním větší svobody, uvolnění, nebo dokonce stavy blízkými smrti, kdy dosáhne klidu zbaveného napětí. Mnoho mužů zakouší například orgasmus jako přiblížení se tomuto pocitu svobody, uvolnění a klidu bez napětí. Po orgasmu se cítí jako po malé smrti.

Velmi běžnou mužskou odchylkou tedy je závislost na vyhledávání orgasmu. To znamená, že muži se už neřídí svým základním impulzem a nesnaží se získat skutečnou svobodu – která je v mnoha duchovních tradicích nazývána smrtí ega –

ale spokojují se s opakováním malé smrti zažívané v orgasmu. Orgasmus (stejně jako televize či pivo) je metodou, kterou si vybrali, aby unikli pocitu omezení sebe sama. Ještě se neprobudili k absolutní svobodě své pravé přirozenosti, k hlubokému uvolnění do nedozírné otevřenosti pravého bytí. Místo toho opakují své navyklé metody dosahování dočasného a relativně povrchního úniku.

Všichni muži i ženy s mužskou sexuální esencí zvažují různé formy uvolnění a úniku do stavu svobody. Nemusí si však uvědomovat, že plné vyjádření této svobody existuje v realizaci skutečného bytí. Mohou se odchýlit do různých podob úniku, jako je účast ve skutečných nebo imaginárních válkách a zabíjení, týrání partnerek, dosahování orgasmu, pití piva, koukání na televizi, skydiving, vydělávání peněz nebo studium filozofie. Každá z těchto věcí pro ně může být jediným známým způsobem, jak se přiblížit svému mužskému impulsu, který je žene směrem k autentickému seberozplynutí a vplynutí do svobody bytí. Všechno to jsou formy hledání úniku před pocitem omezování ostatními lidmi i samotným životem.

Mužství prvního stadia má sklony odchylovat se k ritualizovaným formám války, jako jsou výtržnické party, fotbal, box, domácí násilí nebo skutečně životu nebezpečné situace, ať už prožívané reálně, nebo na obrazovce televize či v kině. Mužství druhého stadia tíhne k odchylkám od skutečné svobody a štěstí tím, že vyhledává uspokojivější sexuální hry, hlubší filozofická vysvětlení, nebo stále komunikativnější vztahy. Mužství druhého stadia se rádo ztrácí a rozplývá v dobré konverzaci, dobré hudbě nebo dobré knize – a tím ztrácí vědomí sebe sama.

Musíme mít na paměti, že na mužské touze po „smrti“ a uvolnění není nic špatného. Je však naším závazkem propojit tuto touhu se skutečnou motivací svého srdce, s nejhlubší touhou po svobodě, lásce a štěstí, která je nám vrozena. Určitě je láskyplnější, svobodnější a spíše se blíží štěstí, když

zakoušíme uvolnění prostřednictvím orgasmu, než když někoho ve zlosti ztlučeme. Ale je ještě víc láskyplné, svobodné a šťastné „zemřít“ přímo do své skutečné přirozenosti, zbavit se tak svého základního napětí a uvolnit se přímo do svého pravého já. Abychom to však dokázali, musíme se zbavit svých starých zvyků neustálého hledání, svých starých odchylek.

Jak se nám podaří přerůst své staré zvyky odchylování se? Jak se vyvineme nad svou posedlost násilím, orgasmy a filozofií? (Filozofie je ostatně touha po úniku prostřednictvím znalostí, na rozdíl od jiných možností – sexu a násilí). Své současné sklony k odchýlkám překonáme tím, že znovu navážeme spojení se svým nejzákladnějším mužským impulzem pro uvolnění a pro svobodu. Mužství třetího stadia poznalo, že touhy po násilí, orgasmu, tvořivosti i znalostech jsou samy o sobě slepou uličkou. Poskytují uklidnění podobné smrti, které je však jen krátkodobé. Jde pouze o odchylky od mužského původního impulsu směrem k dokonalému uvolnění a dokonalému klidu a míru.

Konečně musíme přiznat, že ani orgasmus neuspokojí tuto touhu nadlouho. Je pravda, že po orgasmu zakoušíme blažený klid a mír – a podobný krátkodobý stav blaženosti je také popisován vojáky, sportovci a filozofy. Existuje mnoho způsobů, jak se přiblížit konečné, nejvyšší realizaci smrti našeho ega, ale žádný z nich není skutečný a úplný.

A to si právě musíme přiznat: Jakkoli uspokojivé jsou naše odchylky, stále nejsme dokonale uvolnění do stavu štěstí samotného svého bytí. Naše touha se brzy ozve znovu a my se ocitáme uzavřeni v celoživotním cyklu opakování své odchylky, nebo přibližování se stavu uvolnění připomínajícího smrt prostřednictvím sexu, opilosti, sebezapomenutí při sledování televize nebo filmu, a dokonce i prostřednictvím uměleckých zážitků nebo porozumění nějaké elegantní filozofické teorii. Žádná z těchto věcí nás na cestě k uvolnění nedovede skutečně do konce.

Skutečná smrt ega to ale dokáže. Víme, že jsme skutečně naplnili prvotní impulz mužské sexuální esence, když ukončíme své hledání uvolnění – a to nikoli pouze dočasně. Když se dotkneme své pravé přirozenosti jako vědomé bytosti, naše jádro začne rezonovat s takovou jistotou, že tím všechno naše hledání uvolnění (prostřednictvím násilí, drog, sexu, umění nebo znalostí) skončí.

Ať už k tomu dojde šťastnou náhodou, díky vizionářskému zážitku, nebo požehnaným působením učitele, mužství může být pokřtěno mírem, který leží přímo v jeho srdci, nekonečnou otevřeností, v níž se každá nová chvíle vynoří, trvá a zase se vytratí.

Mužství třetího stadia praktikuje trvalé setrvání v tomto kontinuálním obětování zážitků, které se vždy děje v přítomném okamžiku. Muž se přestane soustředěně snažit a uvolní se, přestane hledat klid prostřednictvím uvolnění a nalezne ho tím, že vplyne nebo „zemře“ do své vlastní přirozenosti, která už nezahrnuje žádné snažení, už je sama o sobě otevřená a blažená.

Mužství je svobodné vždycky, když je toto vědomí aktivní a pravdivé. Na rozdíl od zážitků s drogami, násilím, orgasmem, tvořivostí nebo znalostmi nezávisí toto vědomí na novém a novém dosahování určitého stavu mysli a těla. Je ale závislé na tom, abychom si jej byli stále, v každé chvíli, znovu a znovu aktivně vědomi. To znamená, že toto umění musíme nacvičovat. A to je úkolem mužství třetího stadia.

Může se nám stávat, že budeme znovu a znovu ztrácet kontakt se svou pravou přirozeností a že opět začneme vyhledávat uvolnění v nějakém stavu těla, mysli nebo prostředí, který si navodíme. Můžeme sklouznout zpátky k jednomu nebo více způsobům odchylování, které jsou mužství vlastní. Nyní ve třetím stadiu jsme si ale už vědomi, že to všechno jsou slepé uličky. Víme, že skutečně důležité je přímo se napojit, a to v každém přítomném okamžiku, na primární impulz našeho srdce.

Když se propojíte se svým primárním impulzem, vaše energie a pozornost se přenesou od modelu odchylování a můžete se uvolnit do skutečné kontemplance svého nejvlastnějšího bytí, které je přirozeně svobodné, milující a šťastné. V každém okamžiku tohoto třetího stadia jste už přestali investovat svou energii a pozornost do některé odchylky, do přibližování se k uvolnění podobnému smrti, a místo toho jste se vydali k jediné realizaci skutečného bytí. Tak vypadá vaše každodenní prožívání Intimního splynutí.

Mužský způsob růstu do Intimního splynutí spočívá v tom, že se naučíme uvolňovat do svého skutečného bytí a ustoupíme od napětí ve svém nitru do samotného jádra každého vědomého okamžiku. Čím víc se muž uvolní do přirozenosti svého bytí, tím více se zřítíká svého napětí a svého hledání. Nakonec ustoupí do své pravé přirozenosti tak dokonale, že bude mít až pocit, že je zcela otevřený a prostupný, a splyne se svými vrozenými vlastnostmi. Ve své nejplnější realizaci je mužství samotné vědomí, jehož přirozeností je svoboda. Svoboda zakoušená po výhře ve fotbalu nebo po vítězství v hádce bledne v porovnání s nekonečnou svobodou ničím neohraňovaného vědomí.

„Smrt“ v podobě stavu klidu po orgasmu nebo po nějakém duševním výkonu se nedá srovnávat se „smrtí“ v podobě uvědomění si věčného bytí.

Mužství třetího stadia nehledá jinde, ale uvolní se do lásky, svobody a štěstí, které žijí v jeho skutečné podstatě. Pro odchylky svého hledání muž odumřel. Ustoupil od nich do svého pravdivého, skutečného já, do svého samotného bytí, a spočívá teď hluboce v tom, co vždycky jen hledal a přibližoval se tomu prostřednictvím násilí, orgasmů, peněz, tvořivosti, filozofie a dalších podob uvolnění. Teď dokáže používat sex, práci, umění i filozofii k vyjádření svého pravého bytí a nevytváří už pouze jeho dočasnou a povrchní nápodobu.

ODCHYLKY ŽENSKÉHO SRDCE

Tak jako mužství přítomné v každém z nás hledá dokonalou svobodu prostřednictvím stále osvícenějších způsobů, jak nechat odumřít nebo odplynout své já, ženství v každém z nás hledá dokonalou lásku prostřednictvím stále osvícenějších způsobů odevzdávání se. Ženství se chce otevřít a být naplněno láskou. Proto se napříč všemi stadii poddává a doufá, že bude naplněno a uspokojeno intimními partnery, rodinou, jídlem, smyslovými zážitky nebo činností v charitě.

Pokud se mužství opravdu vzdá zaměření na sebe a ženství skutečně přestane samo sebe chránit, pak je možný skutečný vztah Intimního splynutí. Ten znamená sjednocení až do úplného splynutí; přestaneme si „hlídat“ své srdce a budeme vítat svobodný tok lásky, v němž se rozpustí všechny rozdíly a pocit odděleného já zmizí v plnosti lásky. Stejně jako skutečné odumření mužského ega je i ženské odevzdání se formou osvobození, odumření veškerého odporu a ústupu do lásky, takže veškeré odmítání zmizí v hlubokém podrobení se lásce samotné. Intimní splynutí znamená pro muže i ženy jednotu s láskou, jednotu v lásce a totožnou s láskou.

Ženství nejprve hledá lásku tak, že se odevzdává různým lidem nebo aktivitám. Žena se odevzdává své rodině, svému milenci, přátelům, učiteli, svým vlastním tužbám, své kariéře nebo možná nějaké formě terapie. Protože nerozumí primárnímu impulzu svého srdce, má ženství tendenci odchylovat se od skutečného a nejvyššího naplnění – celistvého fyzického oddání se v přirozeně naplňujícím svazku lásky – tím, že se odevzdává lidem a aktivitám, které zdaleka tak naplňující nejsou.

V prvním stadiu může ženství dokonce doufat, že dojde naplnění láskou tak, že se podvolí zneužívání. Moje klientka Charlene ke mně chodila na sezení každý týden. A každý týden mi vyprávěla, jak na ni její milenec celé hodiny křičí,

kritizuje ji a ponižuje, dokonce ji bije, dává jí facky a někdy jí prudce smýkne přes celou místnost. Za několik hodin nebo dní se jí omluví a na usmířenou se vášnivě milují. Nějakou dobu je všechno v pořádku, ale pak začne nový cyklus zneužívání, násilí a usmířování.

V poradně jsem měl mnoho žen, které neodcházejí ze vztahů plných zneužívání, a stejně mnoho mužů, kteří pokračují ve zlostném a násilném chování. Kromě vzájemných obav ze ztráty partnera tyto ženy a muži zažívají prostřednictvím těchto cyklů zneužívání a vášnivého sexu odchýlenou – doslova úchylnou – formu uspokojení. Muž se dál a dál uvolňuje pomocí záchvatů násilí a orgasmů a žena se dál a dál odevzdává jeho silné fyzické dominanci a sexuální agresivitě. Třebaže se často cítí provinile, ukřivděně a zmateně, část jejich duše se z celé dramatické hry těší. Muži se zčásti cítí uspokojení, protože si vybijí napětí, a ženy se zčásti otevírají a naplňují láskou ve stavu podrobenosti.

Když tuto formu odchýlování pochopíme z hlediska primárního impulzu srdce ženství, můžeme ji pojímat jako nezdravé přiblížení se láskyplnému sebeobětování. Pro ženství je jakákoli podoba podrobení se mužské síle přiblížením k žádoucímu stavu odevzdání se. Třebaže je to nesmírně vzdáleno situaci, kdy se muž ženy láskyplně zmocní a oba zaplaví láska v dokonalém svazku Intimního splynutí, přece jen je to také určitá forma odevzdání se partnerovi v naději na naplnění, právě jako péče o rodinu, sexuální otevírání se partnerovi nebo věnování času a energie nějakým potřebným lidem. V každém případě žena doufá, že když se vzdá svého já pro někoho nebo něco jiného, bude naplněna láskou. V případě ženy ve vztahu závislosti, jako je Charlene, představuje to „něco jiného“ často dominanci nebo agresivitu jejího muže – jeho zlostné jednání ji naplňuje víc, než kdyby se jí od něho nedostávalo vůbec žádné pozornosti.

Pokud by Charlene dokázala navázat spojení se svým primárním impulzem – hluboce se odevzdat a nechat se zaplavit samotnou láskou –, pak by se dokázala také vymanit z odchylky, do které se dostala. Dokázala by se přestat podrobovat agresivitě a zlobě svého muže, načerpala by energii a následovala by svůj prvotní impuls dávat a dostávat skutečnou lásku stále hlouběji.

Když se Charlene začne odpoutávat od svého závislého vztahu se zneužívajícím mužem, přirozeně se vyvine směrem k „rovnovážnému“ vztahu. Až bude konečně schopná nezávislosti a osvobozená od vztahu, kde zažívala zneužívání, pravděpodobně ale zaznamená zvláštní pocit ztráty. Rozumově bude vědět, že je jí lépe, když ze vztahu odešla, ale emocionálně jí bude něco chybět. Zvláštním způsobem, takovým, že to možná nebude chtít přiznat ani sama sobě, bude postrádat pocit naplnění, který jí starý vztah poskytoval – ten pocit odevzdání se a lásky, který se aspoň trochu blížil skutečné touze jejího srdce. Byla to nejhlubší láska, jakou její srdce poznalo.

Samozejmě že by se neměla do závislého vztahu, kde docházelo ke zneužívání, vracet. To by byl krok zpátky. Také by se ale neměla už navždycky bránit odevzdání, protože jediným způsobem, jak uspokojit základní touhu jádra své bytosti, je odložit obavy a odpor a nechat se zaplavit láskou. Měla by ale dosáhnout celistvosti tím, že uvede do rovnováhy své mužství a ženství, a tak posílí sama sebe, přeroste vztah závislosti a zamíří k „vyváženému“ vztahu, pokud se vůbec rozhodne nějaký nový vztah navázat.

Ve druhém stadiu, ve stavu vnitřní rovnováhy a celistvosti, je ženství nezávislejší, silnější a sebejistější než v prvním stadiu. Ženství druhého stadia má však svůj vlastní způsob odchylování od primárního impulsu svého sexuálního jádra, tedy impulsu odevzdat se celým tělem blažené, pohlcující, zaplavující síle skutečné lásky.

Mnoho žen ve druhém stadiu se odchyluje od primárního impulzu svých srdcí k nepochybně bezpečnějšímu směřování, totiž že se odevzdají své kariéře nebo nějakému sociálnímu či duchovnímu ideálu. Pokládají to za lepší než se odevzdat muži – tuto formu odevzdání si už přetrpěly v závislém vztahu a ublížila jim.

Proto může žena ve druhém stadiu odmítnout se jakkoli odevzdat intimně a po zbytek života bude zůstávat oddělená a bude se dobře hlídat. Nebo se může odevzdat z poloviny, do „rovnovážného“ vztahu, a pokračovat v hledání radostí většího odevzdání prostřednictvím jiných, méně riskantních prostředků. Může hledat naplnění tak, že se odevzdá své kariéře, terapii, nějakému charitativnímu projektu nebo umělecké tvorbě.

Například pro Charlene by bylo velice přirozené, aby poté, co odešla ze vztahu závislosti se zneužíváním, hledala naplnění v kariéře, v docházení k terapeutovi nebo v účasti v nějaké pravidelně se scházející podpůrné skupině žen se stejnou zkušeností. Pak by se neodevzdávala zlosti svého muže, ale svému každodennímu profesionálnímu programu a své práci na získání sebevědomí a nového pohledu na život. Jako žena ve druhém stadiu by měla sklon odchylovat se od svého základního impulzu tak, že by se pokoušela dosáhnout naplnění tím, že se bude věnovat sama sobě: své práci, své tvořivosti a svému osobnímu růstu.

Moderní svět je plný takovýchto mužů a žen: Projíždějí pořád dokola v uzavřeném okruhu, který původně objevili v naději, že jim přinese naplnění. Mužství druhého stadia v každém z nás objíždí pořád dokola a hledá své vlastní způsoby přiblížení se pocitu uvolnění blížícího se smrti, a to epikurejským sexem, získáváním znalostí nebo tvořivými výkony. Ženství druhého stadia v každém z nás krouží po dráze různých přátelství, kariéry, tvořivých výkonů a intimity, jako by si mohlo jednoho dne těmito prostředky skutečně naplnit srdce. Během tohoto hledání naplnění se žena má na

pozoru, aby zůstala nezávislá, aby si držela své vlastní pozice a obzvlášť aby se příliš neodevzdávala svému intimnímu partnerovi. Ve druhém stadiu však ženství lpí na své pozici nezávislosti až příliš dlouho, a tak začne trpět nedostatkem hlubokého emocionálního a sexuálního milování. Proč? Protože když si žena příliš hlídá své pozice, upírá si zároveň potěšení z toho, že se jí partner bude láskyplně zmocňovat, že bude pohlcena láskou. Nakonec si ženství druhého stadia uvědomí, že ať se snaží jakkoli, ať je žena závislá, nebo nezávislá, pořád nedostává dost lásky. Třebaže může být spokojena se svou kariérou a přátelskými vztahy, stále cítí prázdnotu v srdci, které prahne po naplnění – strádá pocitem osamělosti a touhou po dotecích a blízkosti.

Když ve druhém stadiu rozpoznáme svoji posedlost kariérou, tvořivostí nebo terapií jako odchylku, můžeme se rozhodnout, že propojíme svůj život se svou základní bytostnou pohnutkou: impulzem pro svobodu bez hranic, extatickou lásku a nekonečné štěstí. Pokud máte ženskou sexuální esenci, pak budete strukturu tohoto impulsu pravděpodobně vnímat jako pocit touhy nechat se zaplavit láskou, cele se jí odevzdat. Proto se musíte například místo toho, abyste se tolik odevzdávala své kariéře, naučit věnovat určitou část své energie tomu, abyste se odevzdávala přímo lásce – ne milenci, ne terapeutovi, ne vlastní tvořivosti, ale síle lásky samotné, která vám dříme v srdci.

Když uskutečníte tento posun v zaměření své energie, přerostete z druhého stadia, to jest vztahu 50/50, do třetího stadia, do Intimního splynutí. Začnete skutečně realizovat touhu svého srdce, a to přímo a v každém okamžiku. Už chápete, že jste se odchylovala od svého základního impulsu, protože jste se mylně domnívala, že vás naplní a uspokojí, když budete věnovat energii své rodině, milenci, kariéře nebo tvůrčímu úsilí. Během Intimního splynutí začnete věnovat energii

přímo rozšiřování svého srdce. Víc a víc budete přebývat ve stavu skutečné, dobře poznané lásky.

SEX A SMRT

Pro mužství jsou smrt a sex neoddělitelně propleteny; to znamená, že dobrý sex je tak ohromující, extatický a plný lásky, že rozmetá vaše sebeovládání a rezervovanost napadrtě. Hranice vašeho já se roztaví v žáru a světle touhy rozšířené v lásku, která přesahuje všechny hranice. Když říkám, že součástí sexu je touha po smrti, týká se to této extatické ztráty sebe sama. Tato forma plnokrevného sebezposkytování a vplývání do síly zářící lásky přináší mnohem větší blaženost než pouhé krátké uvolnění fyziologického napětí, které dovoluje orgasmus.

V Intimním splynutí se mužství učí, že prostřednictvím sexu lze nechat rozplynout své ego v lásce. Mužova sexuální vášně je v jeho srdci proměněna do všepřonikající a všeprolínající lásky a prozařuje jeho vnímání vlastní osoby i partnerky tak, že mizí hranice mezi milujícím a milovaným člověkem, vše splývá v jednotu a rozpouští se v blaženosti vše zaplavující lásky.

Mužova partnerka se rozplyne v odevzdání se milování, právě jako muž vplyne svou myslí i tělem do jasných plamenů jejich milování. Láska zastíní svou září jeho lidské já, a tak je vymazáno silou lásky. Oba partneři jsou otevření tak, že je to přesahuje, že splynou do jednoty se všepřonikající láskou a proudem živoucí energie, který je jejich vášní ještě posílený. Tak vypadá nejsladší a nejlahodnější smrt, v níž se milenci usmívají tak, že to přesahuje hranice jejich těl, a milují tak, že to přesahuje hranice jejich myslí.

Ve druhém stadiu, tedy ve „vyváženém“ vztahu, není muž ochoten odumřít a vzdát se sám sebe tak hluboce. Jeho sexuální odchylka od realizace jeho svobodné bytosti míří ke sdílení smyslného uvolnění. Chce zemřít v náruči a ve vůních své

milenky. Chce se spíš ztratit v rytmu spojených těl, než v jednotě s obnaženou silou samotné lásky. Jeho smrt je romantická, ve stenu nad ztvrdlou bradavkou a vlhkými rty, odumře spíše jen do světa svých smyslů, než aby vůbec přestal vnímat. Muž „rovnovážného“ stadia chce zemřít do stavu příjemného, vzrušujícího sdílení s partnerkou.

Ve stadiu závislosti si muž neuvědomuje možnost skutečného splnutí, dokonce ani sdílení rozkoše. Jeho uvolnění zahrnuje stupňující se napětí v genitáliích, až dojde ke křečím ejakulace – a hned po ní se může těšit z klidu podobného smrti, který v něm orgasmus vyvolá. Muž prvního stadia často potřebuje nějakou formu násilí nebo zlosti, která by předcházela sexuálnímu uvolnění. Zná smrt jen jako konec života, jako prázdnotu po křečovitém uvolnění. Tito muži se necítí dobře ani ve sdílené rozkoši, protože si tak připadají příliš zranitelní; nebyli vůbec uvedeni do ohromující, pohlcující, srdce rozšiřující a nesobecké lásky vzájemného splnutí.

Muž prvního stadia zná jen uvolnění po nějakém boji či námaze: uvolnění prostřednictvím dominance a podrobení. Jeho sexualita tedy toto vědomí vyjadřuje. Je utvářena bojem, mocí a potřebou dominovat stejně jako zakusit podrobení se dominanci.

V prvním stadiu muž uvažuje o sexuální smrti prostřednictvím boje, strachu, moci a podrobení. Ve druhém stadiu muž spojuje sexuální smrt se sdílením a smyslným potěšením. Ve třetím stadiu muž chápe sexuální smrt prostřednictvím rozplynutí svého i partnerčina já v lásce samotné, takže už nezůstanou žádné hranice – jen prostá intenzita lásky a jejího světla, tak jak jsou vrozeny samotnému našemu bytí.

Mužství vždycky vyhledává smrt prostřednictvím sexu. Rozdíl je v tom, že jeho touhu po rozplynutí se formují v prvním stadiu strach a napětí, ve druhém stadiu smyslnost a sdílení a ve třetím stadiu nesobecká láska.

Primární odpovědností mužství je vyvíjet se ke stále větší svobodě ve vznětu neohraničené lásky, ve skutečném bytí. Nakonec se muž naučí vplýnout do své skutečné přirozenosti a natrvalo se stane svobodným vyjádřením lásky, tak jak mu to přísluší. Pak mohou být jeho sexuální projevy klidné nebo divoké, vnímající a přijímající nebo dobytčácké, ale vždycky už zůstává pouze v módu otevřenosti a vyjadřuje lásku, svobodu a štěstí přirozené pro pokojnou důvěru ve skutečné bytí.

ODEVZDÁNÍ LÁSCY

Láska je pro naše bytí přirozená. Když jsme do někoho zamilovaní, láska nevychází z něho; ve skutečnosti cítíme lásku proudící z našeho vlastního srdce. Váš partner vám k lásce prostě jen dává důvod. Láska vám vždycky proudí v srdci, neproudí z vaší rodiny, milence či milenky, kariéry nebo z umění.

Můžete své srdce otevřít a cítit proudění lásky v reakci na kteréhokoli člověka, zvíře, předmět nebo aktivitu; ale pokud vaše srdce nezůstane otevřené, nevyhnutelně pocit lásky zase ztratíte a budete toužit po opakování cyklu a po další lásce. Budete trpět iluzí, že láska k vám přichází od někoho jiného, dokud se nenaučíte, jak otevřít své srdce a *sami se stát* láskou, vzdát se jakéhokoli odporu a odevzdat se proudu lásky. To je síla ženství v každém z nás: Úplně se odevzdat do zářivého proudu lásky, až celé naše tělo začne vyzařovat lásku.

V tomto stadiu lásku poznáme tím, že otevřeme své srdce, uvolníme tělo a budeme vdechovat i vydechovat lásku v každém přítomném okamžiku. Když nebudeme své srdce uzavírat a budovat si bariéry, ani se stresovat a klást odpor, naše srdce zůstane přirozeně otevřené. A z našeho otevřeného a nestřeženého srdce bude láska proudit docela přirozeně.

Tím, že se uvolníme do radosti svého zářícího srdce, už se nebudeme potřebovat odchylovat a hledat přiblížení k cíli své

touhy, což je hluboké naplnění skutečného odevzdání se lásce. Jsme stejně zářící, jako je samo toto odevzdání, tato láska, v každém okamžiku, kdy je uskutečňujeme. Už se neodchylujeme od svého srdce a nehledáme naplnění jinde. Jednoduše relaxujeme do svého nejhlubšího impulsu: impulsu lásky. Tady je ženství osvobozeno od izolovanosti, prázdnoty, závislosti i nezávislosti, protože spočívá v lásce samotné.

Ženství je géniem lásky, odevzdání se, hlubokého emocionálního a sexuálního splnutí.

Sexuálně je základní touhou většiny žen s ženskou sexuální esencí nechat se zaplavit a strhnout láskou, ale jen málo mužů se dokáže vyrovnat jejich síle, moci, sexuálním možностям a emocionální intenzitě a být jim rovnocenným protějškem. Žena, jejíž intimní partner jí stačí, je šťastná. Neplatí přitom jednoduše, že by žena chtěla být naprosto a beze zbytku milována, zaplavována a pohlcována láskou. Spíše můžeme říci, že když je žena takovým způsobem milována, může teprve úplně vyjádřit svou vrozenou kapacitu stát se samotnou láskou.

Žena s ženskou sexuální esencí může mít mnoho vloh a způsobů seberealizace včetně profesionální úspěšnosti, péče o rodinu a tvořivosti všeho druhu. Ale i když ze sebe bude vydávat všechny tyto dary, přece jen bude cítit náznak neurčité prázdnoty, jemnou nenaplněnou potřebu svého ženského srdce. Jediný dar, který žádnou další potřebu nezanechává, je dar totálního a nestřeženého milování zbaveného zábran, vyjadřovaného ze srdce a celým tělem. V okamžiku, kdy žena poskytuje veškerou svou lásku, kdy se odevzdává daru lásky, kdy je láskou zaplavena a vplývá do síly lásky, dosahuje ženský duch svého plného tělesného vyjádření.

Mužství může mluvit s ženstvím, jak chce, ale žena si ve skutečnosti přeje tančit. Chce se totálně odevzdat tanci lásky v tělesném, emocionálním a někdy i sexuálním sdílení lásky s partnerem, který se odevzdává podobně. A když žena prožívá

lásku absolutně, když je celé její tělo naplněno láskou, když v ní sama láska žije a dýchá, pak je její hledání u konce.

ŽENSKÁ SEXUÁLNÍ PŘEVAHA

Mimo ložnici se muži a ženy mohou přít o to, které pohlaví je silnější. V ložnici je to ale jasné: Ženské tělo i síla jsou sexuálně vysoce nadřazené mužským.

Nemám na mysli jen zjevné přednosti, které ženy mají: Hlubší a početnější orgasmy, větší proporce vzrušivé tkáně a emocionální reaktivitu, která vysoce převyšuje valnou většinu toho, jak se sexu účastní muž. Mluvím o vrozené schopnosti ženství sdělovat lásku prostřednictvím těla. Tomu se většina mužů nevyrovná.

Ženství mistrovsky ovládá tělesné sdělování lásky a úplné, extatické odevzdání se lásce. Zatímco mužství často využívá sex k uvolnění napětí, pro ženství je sex téměř vždy tancem emocionálně prociťovaného sdílení a odevzdání se lásce. Zatímco pro mužství je sex často až příliš ovlivňovaný starostí o odvedený výkon, pro ženství je sex častěji motivován touhou po hlubokém proudu lásky.

Ve starých tradičních kulturách Východu, například v Asii včetně Indie, lidé chápali přirozenou sexuální převahu ženství. Když chlapec dosáhl věku sexuální zralosti, přivedli ho ke zkušené starší ženě, která ho iniciovala do umění skutečně extatického milování.

Sexuální vzdělání chlapců nebylo ponecháno hovorům mezi kamarády v šatně a nemotornému osahávání dívek na zadním sedadle auta. Naopak bylo svěřeno dovedné iniciátorce, zkušené ženě třetího stadia, jejíž přirozené dovednosti v těchto záležitostech byly uznávány a oceňovány.

Když byl mladík takto iniciován, byl dobře připraven na milování se svou vybranou intimní partnerkou. Dostal hodnotné

instrukce, získal vědomosti o skutečném potenciálu sexu: Že nejde o pouhé uvolnění napětí prostřednictvím orgasmu a o to, aby si zvyšoval sebevědomí sexuálními výkony, ale že mu má jít o to, aby posiloval a sdílel lásku až k extatickému odevzdání. Když se mladý muž od své iniciátorky naučil tomu, to vybranému umění sexuálního odevzdání se, byl skutečně připravený k přijetí své vybrané partnerky a k tomu, aby se s ní plně propojil v celé síle lásky.

Dnes jsou však většinou muži rádi, když dosáhnou erektce, udrží si ji po patnáct nebo dvacet minut a pak dospějí k orgasmu – nejlépe současně s partnerkou. Většinu dnešních mužů neiniciovala do tajemství sexuality nadaná žena třetího stadia, ale jen jejich vlastní ruka. V dospívání se naučili masturbovat k orgasmu a sex s partnerkou probíhá hodně podobným způsobem. Může zahrnovat nějakou předehtu, láskyplný rozhovor, ale pro mnoho dnešních mužů je sexuální akt v podstatě formou masturbace – sdílené a skvěle synchronizované masturbace, ale přesto stále jen masturbace.

Většinu žen však tato povrchnost v sexu neuspokojuje. Jejich ženská esence vládne v oblasti lásky přirozenou vrozenou moudrostí. V hloubi duše vědí, jak hluboce jsme schopni sdílet lásku prostřednictvím sexuálního objetí, a dokonce i přesto, že toho třeba nikdy s žádným mužem nedosáhnou, je většina žen intuitivně schopna nejhlubšího sexuálního propojení. Pokud ho nezakoušejí, chybí jim. Třeba nejsou schopny přesně říci, co postrádají, ale mají pocit, jako by v jejich intimním vztahu něco chybělo. Prostřednictvím svého těla a srdce si uvědomují, že jim chybí skutečné sexuální a emocionální splynutí, třebaže jejich mozek nenachází přesně správná slova, která by to vyjádřila. Sexuálně prostě většina mužů není schopna dosáhnout tak hlubokého odevzdání jako ženy. Ženská potřeba být zaplavena a stržena láskou je tak velká a schopnost dávat lásku tak nekonečná, že se většiny mužů v intimní blízkosti

ženství, které zná své skutečné potřeby a svůj základní impuls, zmocňuje úzkost.

Proto většina žen zůstává neuspokojených. Jejich energie je potlačena, protože většina mužů není ochotna přijímat tento jejich dar a jeho vyjádření v plném rozsahu. Jen málo mužů jako by mělo energii k tomu, aby se ženou tančili, nebo aby se vyrovnali hloubce jejího milování. Většina mužů je ochotných se odevzdat malé smrti orgasmu, ale jen velmi málo je ochotných k sebeodevzdání tak hlubokému, aby se vtělili do nekonečné síly lásky, která přiměje ženství k slzám.

Většina mužů je ochotna dát se vzrušovat vůní a hladkými formami ženství, ale jen málo z nich je ochotno zaplavit a strhnout ženství svou láskou. Většina mužů je ochotná se odevzdat svůdnici, ale jen málo mužů bude tančit se skutečně okouzující ženou, divokou bohyní lásky, ženou, která se nespokojí s ničím menším, než je naprosté odevzdání se lásce.

Taková žena je ochotná poskytnout sebe sama naprosto a úplně. Ví, v čem spočívá její štěstí. Je ale ochotna odevzdat sama sebe pouze lásce. Nikoli zneužívání, a dokonce ani pouhé smyslné rozkoši. Jen a pouze lásce. Pokud muž není ochoten milovat, chybí jí milenec, se kterým by mohla tančit, a svůj dar si podrží pro sebe. Časem v ní tento neposkytnutý dar vyvolá pocit tísně a žena pak může vyhledávat méně dokonalou formu sebeodevzdání v podobě odchylky – která se alespoň v něčem přiblíží daru, jaký si skutečně přeje věnovat.

Většina mužů se ani zdaleka nepřiblíží sexuální kapacitě, které se těší většina žen. Co do orgasmů, anatomie, emocí i psychiky má většina žen v oblasti sexuální intimity jednoduše převahu nad většinou mužů. Proto je chyba, když se muž pokouší uspokojit skutečnou sexuální touhu ženy pouhým sexem. To se mu nikdy nemůže podařit. Ať poskytne ženě cokoli, ona bude vždycky chtít víc.

Existuje jen jedna možnost, jak muž dokáže ženě poskytnout to, co opravdu chce, a to prostřednictvím síly svého

milování, když není ochromován strachem. Muž, který žije ve strachu – ze ztráty partnerky nebo z neúspěchu v kariéře –, je oslabený i ve svém vyjadřování lásky. Jádro jeho bytosti není úplné. Nedokáže svou ženu strhnout, plně se jí zmocnit, protože se nedokáže zbavit svého vnitřního napětí. Jeho žena před ním leží čekající, s dychtivým srdcem, naplněná touhou nechat se strhnout láskou a vzdát se veškerého odporu a bariér, ale muž je celý přikrčený a ochromený svým vlastním strachem.

Mužská energie je navíc odčerpávána všemi odchylkami, kterým se muž věnuje. Energii mu bere práce, myšlení, pití nebo televize. Ve chvíli, kdy konečně přijde za svou ženou, je pro něj její ženská energie příliš veliká.

Pokud její ženská energie nemá žádný způsob, jak se vyjádřit, může nabýt podoby úchyvky: Žena se přejídá nebo útočí na slabosti svého muže mlčením či zlostnými výpady. To působí, že se vyčerpaný muž stahuje ještě víc. Ženská energie, ať už jde o zářící energii lásky, nebo o uchýlené emocionální nároky, je pro většinu mužů prostě příliš silná. Muži se většinou neukotvili ve svobodě samotného bytí. Pokud to udělali, pak kolem nich vyjící vichřice ženství mohou řídit jakkoli, ale oni jednoduše zůstanou stát, silní, už naplnění, beze strachu a starostí ze ztrát nebo zisků, a proto osvobození od ženského postrkování a útoků.

Když muž spočívá ve svém skutečném bytí, může mít hluboký intimní vztah, ale ten není pro jeho štěstí zásadní. Ví, že už šťastný je. Ví, že je šťastný i ve vztahu. Ví, že svoji partnerku miluje. Ví, že ji dokáže milovat. Pokud ho jeho vybraná partnerka chce také milovat, jeho láska proudí volně. Pokud chce do něj rýt a stěžovat si, pak jeho láska stále plyne. Svá rozhodnutí bude dělat svobodně. Svoji lásku bude nabízet bez uhýbání. Bude tančit ničím nezatížený a naplno. A bude denně objevovat, kdo (pokud někdo) s ním chce tento tanec lásky sdílet.

Tváří v tvář tomuto neotřesitelnému mužskému sebevědomí třetího stadia má ženství na výběr několik možností. Partnerčiny tlaky a postrkování už se nemohou napojit na mužův strach, protože muž ho ztratil. Prostě zůstává svobodný, milující, nedrží si už odstup.

Jeho vědomí je nyní náročné, protože není přitahováno ničím menším než láskou samotnou. Jeho nároky pomáhají její touze. Základním impulzem ženy je najít naprosto důvěryhodného partnera. Teď konečně našla muže, jehož odhodlání milovat je dostatečně žhavé a prudké, aby strhlo její srdce.

Když budou cvičit Intimní splynutí, mužství se bude neustále zbavovat svého strachu, zatímco ženství se bude neustále zbavovat svých bariér a odmítání, a společně odumřou jako jednotlivci, vplynou do lásky, poddají se její síle a osvobodí se od odchylek, které jim nepřinášejí pravé uspokojení. Nic menšího nepokládá mužství ani ženství ve třetím stadiu za správné.

KONEČNÉ HLEDÁNÍ

Žádný muž nemůže dosáhnout naplnění, dokud nepřestane vyhledávat různé způsoby uvolnění a dokud se neocitne ve stavu bdělého, v každém přítomném okamžiku existujícího vplynutí do skutečného bytí. Žádná žena nemůže dosáhnout naplnění, pokud nepřestane s hledáním nějakého způsobu sebeuspokojení a dokud nezačne existovat v bdělosti, přítomnosti a ve stavu vplynutí do vyzařující lásky.

Když se muž ocitne ve skutečném bytí, už se neobává, že svoji ženu ztratí, ani nemá strach, že by se sám ve vztahu s ní rozplynul. Nyní vítá její zářivé kouzlo a svobodně se poddává jejímu milování. Zmocňuje se jí, proniká ji svou přítomností, miluje ji bez zábran a ona se otevírá lásce, odevzdává se jí a cítí se naplněná. Není naplněná určitým mužem. Spíše ji naplňuje

to, že existuje ve své vlastní plnosti, která má podobu lásky. Je naplněna vlastním sebevyjádřením mocného překypování lásky ve svém srdci.

Ničím nesvázané milování je naplněním jejího srdce. Pouze málo mužů je připraveno tančit s tak dynamickou láskou a hlubokým sebeodevzdáním.

Podobně je pro muže uvolnění do přirozené svobody skutečného bytí naplněním jeho cesty. Jen málo žen je připraveno přijímat muže, který je už svobodný a který je ani nepotřebuje, ani se jich neobává.

V životě se nám dostává jen velmi malé podpory, abychom zůstali ve své přirozené svobodě nebo abychom mohli vyjadřovat zářivou sílu svého přirozeného milování. Místo toho se od nás čeká, že budeme stále něco hledat. Obecně se očekává, že toto hledání bude základem našich životů. Předpokládá se, že se každodenně budeme vydávat do světa na putování za svobodou, ať už má jít o svobodu finanční, tvořivou, nebo psychologickou. A také že se každodenně budeme zapojovat do vztahů, které nám slibují lásku: do rodinných vazeb, manželství a přátelství. Naše pouť a naše vztahy nás mají nakonec naplnit, ale dělají to doopravdy?

Kdy už si uvědomíme, že bez ohledu na to, kolik peněz, sexu, znalostí nebo náklonnosti už jsme zakusili, pořád jen hledáme všeho víc a víc? Kdy si uvědomíme, že náš pocit nedostatečnosti pramení z napětí onoho hledání samotného a že by stačilo, abychom se právě teď, v přítomném okamžiku, uvolnili a vplynuli do svého srdce, a mohli bychom trvale spočinout ve stavu dostatku?

Pokud pochybujeme o dostatečnosti svého pravého bytí a srdce, budeme pokračovat v uchylování se do slepých uliček nadějí. A většina z nás se odchyluje stále stejnými směry: Může to být jídlo, rodina, peníze, práce, sex nebo filozofické znalosti. Většina z nás také ví, že bez ohledu na to, jak dobře

se naše životy zdají být při povrchním pohledu, v hloubi pod tím vším se cítíme poněkud nenaplnění. V lásce se necítíme naprosto svobodní, a to ani v nejvyšší extázi. Dokonce i v našich intimních vztazích je nám naplnění našich nehlubších tužeb často upřeno.

PŘIJETÍ TABU

Abychom naplnili nehlubší touhy svého srdce, musíme přestoupit určitá tabu a přijmout jejich obsah. Musíme si například přiznat, že toužíme po nějaké formě nejvyššího, konečného uvolnění nebo po smrti svého ega, třebaže *skutečné* smrti se bojíme. Musíme si přiznat, že si přejeme odevzdat se v lásce někomu dalšímu, dokonce i když nejsme ochotni zříci se své nezávislosti. Musíme poznat, že se obáváme právě toho, po čem toužíme nejvíc, a proto je náš život jen průměrný a nikdy neuspokojíme primární impuls svého srdce.

Muž musí v sobě pociťovat mužskou sílu a stejně tak touhu cítit, jak se mu žena otevírá, a propojit svoji sílu a touhu s láskou. Když je dáva ze srdce, energie jeho síly a touhy je přetvořena ve vášnivou, pohlcující lásku, jakou poskytuje muž ochotný ztratit své ego v Intimním splynutí se svou ženou.

Žena musí cítit svoji touhu být milována a svůj impuls ve vztahu se odevzdat. Musí si uvědomit, že na těchto jejích tužbách není nic v nepořádku. Nemusí být nutně pravda, že „žena miluje příliš“. V minulosti však hledala lásku u muže, který jí nestačil, a tak se odevzdala vztahu, který popíral její dary, místo aby jí dovolil plně rozkvést.

Když přijme pravdu o svém primárním impulsu, může se žena přestat poddávat svou osobností osobnosti muže, který nikdy nebude schopen naplnit její potřeby. Místo toho se odevzdá lásce, která přirozeně proudí v jejím srdci. Naučí se uvolňovat své tělo v přítomném vědomí lásky. Pak už nebude o lásce

pochybovat. Už se nebude ptát: „Miluješ mě ještě? Miluješ mě opravdu?“ Teď bude chápat, že láska je pro ni reálná tehdy, pokud sama miluje, ne když se trápí pochybnostmi a doufá, že ji muž bude milovat.

Aby byli naplnění emocionálně, sexuálně, a dokonce i spirituálně, musí muž i žena přijmout svoji vášeň, svoji agresi, svoji touhu a potřebu odevzdat se lásce. Musí přijmout plnost mužství i ženství. Mužství i ženství, pohlcující i pohlcované v lásce, musí znovu navázat spojení se svým primárním impulzem ke konečnému uvolnění a plnému odevzdání se lásce. Pak se muž i žena mohou rozpustit v lásce oba, uvolnit se a odevzdat se nejplnějšimu vyjádření svých srdcí. Nezůstanou už odděleni, ale každý z nich se podřídí své primární motivaci. Už se nepokoušejí uspokojit svá srdce prostřednictvím odchylek, ale zanechávají dalšího hledání, uvolní se do samotného bytí, jádra svého cítění, a věnují dar, který vždycky toužili dát, bez zábran a omezování.

Například během sexu musí být muž i žena ochotni odevzdat se a uvolnit svůj odstup a rezervovanost způsobené strachem. Musí se chtít vzájemně zaplavit a strhnout láskou, obětovat se a být obětováni lásce. Radost z této oběti, z uvolnění, z toho, že je zaplaví a unese láska, že odumřou a rozplynou se v té lásce, se kterou jsme ve skutečnosti totožní, je naším nejhlubším naplněním.

Můžeme se odchylovat směrem k naději, věnovat sami sebe rodině, nějaké firmě, dávat energii nějakému sociálnímu projektu a rozplývat se ve vlnách orgasmů, ale tím vším naše hledání stále nekončí. Stále nebudeme úplně naplnění. Nespocíváme v konečné blaženosti svého skutečného bytí, své vrozené lásky a svobody. Styl našeho sexu odráží toto napětí vnitřního neklidu, naše nerelaxované hledání, naši neochotu obětovat své já poskytování ničím nespoutané, vášnivé lásky.

Chci se odevzdat.

Chci cítit, že i ty se odevzdáváš.

Tak se musíme vyznat svému milenci nebo milence – i sami sobě. Je to teprve začátek. Každou touhu, každé tabu musíme přijmout a pak proměnit svou láskou. Tímto způsobem dosáhneme skutečné svobody dokonce i v tělesném vyznání vzájemné sexuální lásky. Naše plné mužské nebo ženské síly budou volné, aby našeho partnera pohltily, okouzly a zaplavily. Naše sexuální esence bude hluboce naplněná, protože nyní může dávat svůj nejhlubší dar – dar, o kterém je často obtížné diskutovat veřejně, nebo který je dokonce tabu.

Tím, že „přijmeme“ tabu o extatickém uvolnění a blaženém odevzdání se, tím, že přiznáme hluboké a tajné touhy svých srdcí, pak dokážeme skutečně žít na základě svého primárního impulsu. Určitě se můžeme těšit ze své rodiny, své kariéry a svých intimních vztahů, ale už nebudeme toužit po tom, aby nám poskytly nejvyšší naplnění. Budeme totiž už naplněni. Když se uvolníme a vzdáme se svého hledání v tomto přítomném okamžiku, dovolí nám to pociťovat, kdo skutečně jsme, když netrpíme stresem z hledání.

Navíc tím, že „přijmeme“ tabu, dovolíme sami sobě, aby naší hybnou silou byl náš primární impuls, nad meze a hranice závislých vztahů i „vyvážených“ vztahů, a dokonce nad hranice všech našich představ o tom, jak by intimní vztah měl vypadat. Naše milování už nebude určováno rolemi, jaké se předpokládají v jakémkoli pevně daném vztahu nebo vztahu, v němž hraje roli strach. Ve svém milování budeme svobodní.

Budeme ochotní obětovat svoji potřebu vědět „kde stojíme“, a tak získáme svobodu pro to, abychom se zbavili svých starých rolí a objevovali den za dnem styl intimního vztahu, který bude nejlépe sloužit našemu vyjádření lásky. Chceme objevovat v každé další chvíli, jak kultivovat intimní vztah, který nám dává sílu dávat své největší dary. K tomu všemu budeme svobodní a volní poté, co jsme pochopili své odchylky, přerostli jsme své potřeby dané vztahem závislosti nebo

vztahem „rovnovážným“, a jsme připravení sledovat své nejprimárnější impulzy, abychom sami sebe uvolnili a nechali se zaplavit láskou.

Když pochopíme marnost různých způsobů svého *hledání* uvolnění a naplnění, uvolníme se do své pravé přirozenosti, do samého srdce daného okamžiku, který je přirozeně otevřený, milující a neohraničeně živoucí. Během Intimního splynutí tanec muže a ženy pokračuje, ale potřeba, aby nás tento tanec naplňoval, se v okamžiku naplnění našich srdcí vytrácí.

O autorovi



David Deida je mezinárodně známý svou přelomovou prací v oblasti osobního růstu a intimních vztahů. Působí v oborech psychobiologie, sexuální evoluce a teoretické neurovědy a prodělal přes dvacet let výcviku v tradičních duchovních oborech, jako je hatha jóga, tai-či, meditace a tantra. Vyučoval a prováděl výzkum v University of California Medical School v San Diegu; University of California v Santa Cruzu; San Jose State University; Lexington Institute v Bostonu nebo v pařížské École Polytechnique. David Deida je vynikající učitel, vystupuje v rozhlase a televizi a jeho práce byly publikovány ve vědeckých i populárních časopisech, knihách, v audiozáznamech a videozáznamech.

David Deida často cestuje a nabízí profesionální výcvik lékařů a poradců a série seminářů a workshopů pro samotné muže a ženy i pro páry.