



## VZTAHY

### Postoj k nezdvořilým lidem Vybráno ze Satsangu 8.2.2006

*Óm Šrī Paramátmane Namaha*

**Otázka:** „*Jak bych měla přistupovat k lidem, kteří jsou mi z nějakých důvodů nepříjemní? Chovají se ke mně například nezdvořile, hrubě nebo nejednají poctivě. Měla bych s nimi přesto pokračovat v komunikaci?*“

Když se dostanete do styku s lidmi, kteří se vám zdají nezdvořilí či hrubí, nikdy nezačněte být také takoví. Je to vaše zkouška. Přestože se oni nechovají slušně, vy zůstaňte klidní a zdvořilí. O to by se měl snažit každý hledající.

V duchu bychom měli být nezdvořilým lidem spíše vděční, protože nám dávají šanci se vyvíjet. Když se druzí chovají hrubě, nechovejte se jako oni. Pokud se budete touto radou řídit, velice rychle vyrostete. Je tak snadné oplácet nezdvořilost nezdvořilostí. Všichni to tak dělají. Když se k nám někdo zachová hrubě nebo se na nás rozčílí, i my reagujeme v hněvu a zapomínáme na zdvořilost. Skutečná vnitřní síla však spočívá v něčem jiném.

Vzpomeňte si na Ježíše Krista, který takovou sílu před staletími měl. „Uhodí-li vás někdo do tváře, nastavte mu i druhou“, říkal. Je to velmi obtížné, ale duchovní cesta vede právě tudy. Musíme se snažit kontrolovat reakce, které v nás v důsledku chování druhých vyvstávají. Sebeovládání má vysokou hodnotu. Mohlo by například zabránit rozpadům mnoha rodin. Pokud bychom statisticky zkoumali příčiny rozvodovosti, zjistili bychom, že šlo většinou o maličkosti:

„Vůbec se o mě nezajímáš a děláš si jenom to, co chceš! Už tě mám plné zuby!“

„A ty si myslíš, že já s tebou můžu vydržet? Nesnáším tě. Rozvedeme se!“

Mnoho rodin se dramaticky rozpadá v podstatě kvůli malichernostem. Kdyby alespoň jeden z partnerů projevil trochu trpělivosti a tolerance, všechno by se mohlo odehrát jinak.

Zkouškou našeho sebeovládání jsou právě situace, kdy nás druzí provokují. Jak se máme zachovat? Všechny problémy se plně vyřeší až duchovní seberealizací, ale než k tomu dojde, uvádím někdy i drobné nápomocné techniky. Stejně tak jako lékaři někdy dočasně nabízejí léky proti bolesti, protože bude nějakou dobu trvat, než se nemoc vyléčí.

Ať už jde o jakýkoli konflikt a vy se začnete zlobit, pomůže vám vědomě prodloužit dech. Uvidíte, že vás to zastaví před nějakým agresivním výpadem. Dýchání je totiž propojeno s naší myslí. Ne všechny metody lze použít v každé situaci. Doporučuje se například vypít sklenici vody. Co by si ale vaši spolupracovníci o vás pomysleli, kdybyste začali v záchvatu zlosti okamžitě shánět sklenici vody.

Kromě dechu vám také velmi rychle pomůže opakování mantry nebo vzpomínka na duchovní osobu. Ihned k vám začne proudit nápomocná energie.

Setkáte-li se tedy s nějakým nezdvořákem, je to váš test, abyste se nezačali chovat podobně. Nejlepší by dokonce bylo, kdybyste se chovali ještě zdvořileji.

Někteří lidé však mohou vaši slušnost považovat za slabost a využívat vás. Těm musíte občas ukázat svou sílu.

Co se týká vaší otázky, zda s nezdvořilými lidmi přestat komunikovat, odpovídám: Proč nebýt velkorysí? A nezapomínejte, že i vy se občas chováte nezdvořile. Proč uzavírat své srdce a přestávat komunikovat?

Mezi manželi to probíhá velmi často. Ráno se kvůli něčemu pohádali, ale za hodinu se už jeden z nich ptá:

„Miláčku, jsi v pořádku?“

„Už je to dobré, zapomeňme na to.“

Naučte se věci přecházet, vašemu životu to prospěje.

.....