

## Jan Jelínek - knihkupectví Hledající

Prodejna: Za Pohořelcem 12, 169 00 Praha 6,  
otevřeno: pondělí až pátek 10 - 18 hod., ve středu do 20 hod.  
tel.: 220 873 250, mobil/SMS: 776 453 310, vedoucí: 777 564 458,  
www.hledajici.cz, e-mail: info@hledajici.cz .

**Nejbližší číslo Zpravodaje zašleme na požádání jednorázově zdarma.  
Chcete-li Zpravodaj dostávat pravidelně, kontaktujte nás prosím.**

V ruce držíte prostřední letošní číslo Zpravodaje pokrývající měsíce květen až srpen. Rád bych vás proto kromě knižních novinek za poslední období upozornil na akce v tomto období probíhající.

Jako již tradičně připomínáme v **červenci** trvalou možnost výkupu knih do antikvariátu za předem zaručené ceny. Výkupy probíhají po celý rok, v červenci však navíc vykupujeme prvních 5 knih při každé návštěvě za zvýšené minimum 20 % poslední známé prodejní ceny (místo obvyklých 10 %). Zvýhodnění se chová stejně, jako byste měli v každém výkupu „polovinu“ vzácné knihy, neboť za každou vzácnou knihu se vykupuje výhodněji knih 10. Vše je naprogramováno i ve výkupní kalkulačce, která vám cenu za odkup knih přesně spočítá. Kalkulačku najdete na adrese: <http://knihy.hledajici.cz/kalkulacka.php> . V červenci je navíc možno zasílat knihy k výkupu po předchozí domluvě i poštou; v tomto případě je však nutno uvést potřebné údaje z občanského průkazu mailem.

V **srpnu** se pak můžete těšit na pravidelný, každé tři měsíce konaný výprodej antikvariátu za 50 %. První pracovní den (pondělí 3. 8.) je jako vždy vyhrazen pro přímé návštěvníky knihkupectví. Koncem tohoto dne (v 18 hodin) se pak ceny sníží i v internetovém obchodě a je možno knihy objednávat k zaslání poštou i rezervovat k osobnímu vyzvednutí. Asi již i víte, že počátkem měsíce bývá výběr zdaleka největší, i když i koncem měsíce zbývá knih hodně přes 1000 s tím, že se další i v průběhu měsíce vykupují a obcerstvuji tak nabídku. Těšíme se tedy na vaši návštěvu.

A ještě malá pozvánka na **říjen** - i když v poměrně velkém předstihu: *říjnové odpočítávání* začíná ve čtvrtek 1. 10. s cenou 31 Kč za knihu a končí v pondělí 2. 11. se symbolickou korunou za knihu<sup>1</sup>. Na počátku bývá k dispozici okolo 10 beden knih, které se rekrutují z knih buď částečně mimo obor nebo z knih, které se po dobu tří let neprodaly v našem antikvariátu. Přesto bývá nabídka alespoň z počátku poměrně zajímavá a koncem října pak zase naprosto levná. Přijďte tedy. Jste zváni!

Jan Jelínek

---

<sup>1</sup>31. 10. připadá na sobotu, takže se konec odpočítávání přesouvá na nejbližší následující pracovní den

# Ukázky z knih

## Osho: Prázdný člun

- rozjímání nad sůtrami mistra Čuanga  
Fontána 2015, kód FT323

Spontaneita je nejvyšším projevem zbožnosti: ať děláte cokoli, když jste spontánní, nemůžete minout Boha. Tento taoistický zákon je základním pilířem Lao-c'ova i Čuang-c'ova učení. Proto Čuang-c' nikdy nemluví o Bohu; řeči o Bohu jsou zbytečné a bezvýznamné. Čuang-c' mluví jen o tom, jak najít celistvost. I řeči o svatosti jsou zbytečné. Jakkmile se stanete celistvími, budete svatí. Když se všechny fragmenty vaší bytosti rozpustí a splynou v celek, bude váš život zbožný. Člověk, ve kterém působí tao, nikdy nemluví o modlitbě; není to potřeba.

Spontaneita prýstící z vaší celistvosti... Pokud chcete žít jako celek, nemůžete plánovat. Jak byste mohli plánovat? Když žijete pouze tady a teď, nemůžete rozhodovat o zítřku. Když začnete rozhodovat, vstoupí rozdělenost a manipulace. Budoucnost je neznámá. Nemůžete plánovat něco neznámého. Plánujete-li neznámé, musíte využívat minulých zkušeností. To ovšem znamená, že něco, co je dávno mrtvé, řídí živé. Minulost je mrtvá, a přesto řídí budoucnost. Proto jste tak znuděni, je to přirozené, musí to tak být. Zdrojem nudy je vždycky minulost, vyhaslá minulost, která chce řídit budoucnost.

Budoucnost je dobrodružství, ale vy jí nechcete dovolit, aby byla dobrodružná. Chcete si ji naplánovat. A jakmile ji naplánujete, váš život se změní v závodní trať. Přestane téct. Přestane být řekou... (str. 85)

## Božena Cibulková: Cesta duše

Rudolf Špaček 2015, kód RS031

### Duchovní činnost

V čem spočívá duchovní činnost?

Je to působení určitou Boží silou plynoucí z myšlenek, slov a citů, jež - jsouce cele vsunuty v Božské úrovně - naplňují se jejich silami i mocí a pak zobrazují i projevují jejich krásno, svatost, vznešenost, lásku i touhu po blahu všech. Tajemný styk s Božstvím se dá prožít jen ve chvílích mimořádných, kdy se člověk odpoutá od veškeré nižší činnosti tělesné i duševní, řídící drobné úkony při prostém dění kolem tělesného života.

Odpoutání se od všeho tělesného i nižšího a povznesení se duše nad to vše, kde sídlí Bůh v člověku nepředstavitelných oblastech světla a krás, říkáme rozjímání, modlitba, meditace. V nich se vědomí přenáší vnitřní silou vřelostí citu, touhou srdce a čistotou duše, vírou, nadějí a láskou do Božích světů až i přímo k Bohu. Tím, že duše Boha hledá, k Němu spěchá, na Něj se pozorně a pevně soustředí a myslí, po Něm touží, přenáší se celé vědomí k Božství. S vědomím povznáší se celá duše, aby okusila doteku nejvyšší lásky... (str. 115)

## Aneta Schauerová: Duše, co tančí tango

Aneta Schauerová 2015, kód AS034

„Duše, co tančí tango“ je navazující knihou na „Duše, co tančí císařský valčík“. Jak již název napovídá, druhý díl je napsán ještě s větší odhodlaností a temperamentem pomoci druhým. Tedy lidem, kteří se stále potýkají s útrapami ve vztazích a v dalších oblastech svého života.

Po přečtení a porozumění knize se stáváme svými vlastními Bohy. Kniha Vám odhalí velké tajemství fungování vztahů nejen partnerských.

Ženy pochopí, že zdroj lásky v nich je na světě tím nejdůležitějším a je třeba se s ním naučit zacházet. Muži zase zapracují na své sebeúctě a pochopí jak moc je pro ně důležitá svoboda. Tím se naše životy rázem promění ve smysluplnou cestu, navíc povzbuzenou tvořivostí a kreativitou v nás.

Každý zde na Zemi máme nějaký svůj úkol a kniha Vám jej pomůže poodhalit. Jsem přesvědčena, že v ní najdete hluboké myšlenky, které Vás dovedou posunout zpět k sobě. Zpátky do svého nitra, od kterého jsme se někteří odvrátili již ve svém dětství.

## Robert Moore, Douglas Gillette: Král, Válečník, Kouzelník, Milovník - Čtyři mužské archetypy

Portál 2015, kód Z1039

### **Stínový Válečník: Sadista a Masochista**

Naznačili jsme již, že odtržení energie Válečníka od mezilidských vztahů může vést k řadě problémů. Tyto problémy se však stávají pro muže skutečně bolavými a škodlivými v okamžiku, kdy je uvězněn ve Válečnickově bipolárním stínu. Ve filmu Velký Santini představuje Robert Duvall bojového pilota námořní péchoty, který svoji rodinu řídí jako miniaturní mariňáckou posádku. Většina jeho poznámek a činů směřovaných vůči vlastní ženě a dětem má povahu ponižování, kritiky či komandování a jejich cílem je udržet si odstup od rodiny, která se přesto stále snaží chovat se k němu láskyplně. Zhoubnost takového chování začíná být postupem času jasná všem zúčastněným, v prvé řadě nejstaršímu synovi. Nelze již zavírat oči před faktem, že Velký Santini (tak přezdívaly hlavní postavě, plukovníku Meechumovi) se svým příležitostně násilnickým chováním pokouší zakrýt neschopnost něhy a pravé intimity. Velký Santini, který je v moci Sadisty, neustále tasí svůj emocionální „meč“ a každému jím šermuje před očima: vlastním dcerám, které potřebují, aby se k nim choval jako k děvčatům, a ne k vojákům; nejstaršímu synovi, jenž touží po jeho vedení a péči; a i své manželce. Nakonec jsme svědky děsivé scény u kuchyňského stolu, kde všichni náhle vybuchnou. Santini fyzicky napadne manželku, načež děti napadnou jeho. Emocionální odstup není sám o sobě nutně nepříznivý, nechává však otevřené dveře „démonu“ krutosti. Muž pod vlivem Válečníka nutně potřebuje, aby se jeho mysl a pocity dostaly pod kontrolu, neboť v oblasti vztahů je velmi zranitelný. Kontrolou přitom není myšleno potlačení. Pokud ke kontrole nedojde, vplíží se krutost nepozorovaně zadními dveřmi...

# Tomáš Pfeiffer: Zezulkova biotronika

Dimenze 2+2 2015, kód DI035

## Slovo k učitelům

Vše, co je živé v Tvůrčím díle - nebo jinak řečeno, v celkové osudovosti Tvůrčího díla - se vyvíjí. Bytost ve svém vývoji postupuje od nejprimitivnější k nejdokonalější. Z počátku žije jako rostlina jen pasivním životním projevem a pasivním vývojem. Ve své druhé vývojové fázi žije již jako živočich aktivním životním projevem, ale ještě pasivním vývojem. To znamená, že se v rozhodování projevuje a Zákon odrazu její projev, který je výrazem její kvality, přenáší do dalšího života. Ta bytost postupuje vývojem, až jednou dochází k prvému primitivnímu lidskému zrození. Bytost se pak mnohokrát přerouzuje jako člověk. Asi tak uprostřed lidských zrozování je hranice, která dělí vývoj bytosti. Až k této hranici šla bytost aktivním životním projevem, ale pasivním vývojem (který tvoří Zákon odrazu). Ke hranici došla již jako lidská bytost, která má za sebou již dosti lidských zrození. Zde ale člověk překračuje vývojovou hranici a přechází do další vývojové éry, kde mimo aktivní životní projev je také aktivní duchovní vývoj. To znamená, že nastoupil pro něho nový způsob, kde pomalu vyřazuje z působení Zákon odrazu a počíná se vlastní aktivitou a dobrovolně sám měnit. Poznává zákony života, osudu, vývoje, času a bezčasovosti, poznává sebe jako bytost ve vývoji a přibližuje se svým pochopením k Podstatě, ze které vyšel. Vzhledem k vývojové hranici můžeme lidi rozdělit do dvou skupin:

- Vývojově pasivní.
- Vývojově aktivní.

Smysl života je největším filosofickým problémem. K jeho pochopení přivádí dílčí chápání životních složek. Jednou takovou složkou je pochopení smyslu vývoje v Tvůrčím díle. K tomu vede jen čistá a pravdivá nauka. Ale i ta by se minula cílem, kdyby nebyla podávána poctivě a bez vlastních nároků učitelů, kazatelů a drobných informátorů. Protože dílčí smysl života bytosti je velmi velký a je součástí smyslu života Tvůrčího díla, platí zde zákon vyplývající z vyššího poznání:

Ať je kdekoliv a kdykoliv jakákoliv nedokonalost, je to moje nedokonalost, protože já jsem vše.

My všichni, kteří žijeme jako tvorové, jako nedílná složka Tvůrčího díla, jsme složkou celé jednoty tohoto Tvůrčího díla.

Když toto pochopíme, poznáme, že máme být v našem životě kladnou složkou, protože se pak cítíme být každým, nebo alespoň spoluzodpovídat za činy každého. Poznáme, že se musíme starat o to, aby každý a vše bylo lepší. Stane se to nutně naším zájmem... (str. 99)

## Arnold Mindell: Šamanovo tělo

Dobra 1999 (dotisk 2015), kód FN034

V jádru každodenních problémů spočívá snové tělo, tvá nejpodivnější zkušenost, která je obvykle prožívána pouze těsně před smrtí nebo během okultních a

šamanských rituálů. Tato nová, vzrušující a mýtická strana života ti dává možnost větší kontroly nad fyzickým zdravím a hlubší vhléd do povahy světa. Kniha *Šamanovo tělo* by měla podpořit tvé snažení žít Snové tělo společně s ostatními, a proměnit tak všední skutečnost ve zvláštní svět, ve kterém ožívá zkušenost a kde jsou ukryty odpovědi na ty nejhlubší otázky života.

Tato kniha je založena na mých osobních zkušenostech s domorodými africkými, americkými a australskými léčiteli, s duchovními učiteli z celého světa, a také na mé vlastní praxi psychoterapie, řešení problémů a šamanismu. Uvedená cvičení a metody jsou založené na kombinaci moderní psychologie a starobylých šamanských praktik.

První část knihy – rozvíjení dvojníka – je věnována praktickým postupům práce se snovým tělem, hledání celistvosti a řešení tělových a snových problémů s cílem dosáhnout prožitku sebe sama bez závislosti na společnosti, čase a prostoru. Druhá část knihy – snění ve městě – reaguje na to, že když se proměníme, promění se i svět kolem nás. Jinak je náš vývoj k ničemu a trpíme procesem inflace či izolace.

(z předmluvy autora)

## Steven Carter: Blízko, a přece tak daleko

Maitrea 2015, kód MI120

**Zapomeňte na pohádky o „správném“ partnerovi a „dokonalém“ vztahu**

Lidé se vztahovými problémy se často setkávají s potenciálními partnery, o nichž věří, že by mohli být „dokonalí“. Jedná se především o osoby, které nejsou ochotny ani schopny vstoupit do pevného vztahu a nepředstavují tak žádné pravé riziko.

Podle jedné z největších báchorek naší kultury mohou být ve vztahu jen ti opravdu správní a pak již jde všechno samo. Existují ve skutečnosti šťastné páry (i když my jsme je nenalezli), u nichž všechno běží báječně, ale u většiny smrtelníků tomu tak není. I když se dva lidé k sobě hodí, problémy jsou stále. Místo toho, abyste pak z perfektního vztahu utekli, měli byste raději pracovat na tom, abyste z vašeho vztahu udělali ten pravý.

**Nezříkejte se toho, co skutečně potřebujete**

Důležité je být kritický. Něco jiného ale je, když potlačíte své skutečné potřeby. Nesnažte se přijímat role, které vám nesedí. Snahy být někým, kým nejste, vedou k odcizení sebe sama a odcizení od partnera. Kdo sám sebe zradí, zaplatí za to skoro vždy tím, že bude nešťastný... (str. 234)

## Ann Weiser Cornell: Síla focusingu

Portál 2015, kód PT292

**Co je focusing?**

Focusing je na tělo orientovaný proces sebeuvědomění a emočního uzdravení. Člověk si prostě uvědomuje, jak se cítí - a pak se svými pocity vede rozhovor, při němž hlavně poslouchá. Focusing začíná nějakým známým pocitem ve vašem těle,

kteřý se týká něčeho, co se děje i ve vašem životě. Pokud cítíte chvění v žaludku, máte-li promluvit na veřejnosti, nebo jestliže cítíte sevření na prsou, je-li před vámi důležitý telefonát, zakoušíte to, čemu říkáme „pocitovaný smysl“ - tělesný pocit, který nese význam.

Co tedy děláte, pokud se vám chvěje žaludek, máte sevřenou hrud' nebo pocit dušení v krku? Jste-li jako většina lidí, snažíte se toho pocitu zbavit. Možná že ho proklínáte: „Proč musí ten pitomý pocit přicházet právě teď, když potřebuji udělat něco důležitého?“ Nebo možná sami sebe shazujete: „Kdybych byl k něčemu, tohle by se mi nestávalo.“ Třeba zkoušíte zhluboka dýchat nebo si dáte skleničku či cigaretu.

Avšak pokud neznáte focusing, nenapadne vás, že byste mohli pocitu naslouchat a nechat ho, aby k vám mluvil.

Jestliže ovšem tomu pocitu dovolíte, aby k vám promluvil, otvíráte v sobě hlubiny a bohatství celého svého já. Když onomu pocitu nasloucháte, je navíc mnohem pravděpodobnější, že se uvolní, že vás pustí a dovolí vám pokračovat v tom, co děláte, s jasnou a koncentrovanou myslí. Možná se dokonce v této oblasti svého života posunete kupředu způsobem, který vás překvapí a nadchne.

Focusing představuje proces naslouchání vlastnímu tělu jemným, vstřícným způsobem a připravenost přijímat zprávy, které vám posílá vaše vnitřní já. Jde o proces, při němž vyjadřujete respekt vůči moudrosti, kterou máte uvnitř sebe, a uvědomujete si onu nenápadnou rovinu vědění, jež k vám hovoří prostřednictvím vašeho těla.

Důsledkem naslouchání vlastnímu tělu je vhled, tělesná úleva a pozitivní životní změny. Lépe si rozumíte, cítíte se lépe a jednáte způsobem, který s větší pravděpodobností povede k životu, o nějž stojíte. (str. 15)

## V Trigonu vychází „Hovory s Lasenicem“

(nové vydání „Hovorů s Lasenicem“ přináší dosud nepublikované texty Pierra de Lasenic<sup>2</sup>)

Pierre de Lasenic (1900-1944, vlastním jménem Petr Kohout) je považován za nejvýraznější a zároveň nejzáhadnější postavu českého meziválečného hermetismu. Stál u zrodu společnosti Universalia, tu však posléze opustil a roku 1938 založil klub Horev a také martinistickou loži Paragawa. Byl velmi dobře obeznámen s tradiční alchymíí, napsal jedinečnou knihu o tarotu a navrhl vlastní tarotové karty, pronikl do esoterismu starého Egypta, jeho doménou však byla magie, zvláště experimentální. Lasenic během života hodně cestoval, zejména po Francii, Egyptě a Alžíru. Koncem první republiky se usadil v Káraném u Prahy, kde se s užším kroužkem Horev-klubu věnoval živlovým cvičením a magickým evokacím. Zde ve věku čtyřiačtyřiceti let podlehl tuberkulóze.

Hovory s Lasenicem vznikly jako studijní text z iniciativy člena klubu Horev, profesora kreslení Vladislava Kužela (1898-1965). Během několika společných, vždy zhruba týden trvajících setkání kladl Kužel Lasenicovi otázky a zaznamenával jeho

---

<sup>2</sup>vydání plánováno na červenec 2015, objednačí kód TG113

odpovědi, týkající se například práce s magickými zrcadly, tvoření subtrahentních bytostí, dynamiky astrálního světa, povahy živlových bytostí, přenosu pocitu voltem apod. Součástí knihy je také učebnice imaginace. Hovory s Lasenicem vznikaly v letech 1935-1944, knižního vydání se poprvé dočkaly až roku 1993, kdy je redakčně připravil Kuželův žák malíř Jan Solovjev spolu s nakladatelem Vladislavem Zadrobílkem. Nyní se v Trigonu připravuje nové vydání, opravené a redakcí Lukáše Loužeckého rozšířené o dodatečně objevené rukopisy jednotlivých částí Hovorů. Jeden z doplněných, dříve nepublikovaných textů nese název O manifestním stavu víry. Lasenic v něm pro někoho možná poněkud překvapivě charakterizuje Adepta jako člověka vůle a zároveň víry, a dodává, že právě „v dokonalé shodě těchto mocností spočívá nejvyšší magická síla“. Víru chápe jako „květ poznání kosmického zákonodárství v sobě“ a vyzývá k prohloubení a oživení vlastního náboženského citu, „jímž zasvěcení přitahovali Boha“: „Cit a vřelý cit je onen jediný tajemný telefonický kabel, který nás kdykoli spojuje s Majestátem našeho Stvořitele.“ Lasenic přidává i devatero zásad, které napomáhají volt víry oživit a udržet aktivní:

1. To, co je svaté a neposkvrněné, je nahota tvého citu.
2. Zjev ji svému Bohu, který je vždy s tebou, když je tento cit s tebou.
3. Tento cit je tudíž vyloučením všech pochybností.
4. Rituál je symbolem tvého rozhodnutí - tvé vůle.
5. Odevzdáváš tedy své vlastní rozhodnutí a svůj vlastní cit Bohu.
6. Poněvadž je to tvým nejlepším - je to tedy tvým nejsvětějším.
7. Nejsvětější si zaslouhuje největší úcty.
8. Rituál je tedy výrazem tvé nejvyšší úcty - tvé víry.
9. Věříš-li takto v sebe - věříš tím takto ve svého Boha.

Ve světle těchto pokynů můžeme lépe pochopit devízu, jejíž francouzské znění *Cherchez la vie chez dieu* zdobilo Lasenicovo knižní exlibris. „Hleďte život u Boha!“, vyzývá Adepty Pierre de Lasenic. V knize *Hovory s Lasenicem* k tomu čteme: „Víra je výlučně věcí praxe a to praxe každého dne, ba každé minuty - praxe - snad nekonečně řady maličností, jež musíme vyplnit, abychom poznali víru v jejím plném magickém účinku. (...) Čtít a dokázat - nikoli se pouze nadchnout. Rozhodně však si učiňte tuto cestu zcela prostinkou, zbavenou všech duchaplností, a sviňte si na cestu jen upřímným citem svého pocíťovaného přesvědčení, jež tomu tak chce - proto, že tomu tak má být...“  
Zuzana Zadrobílková

## Rozhovor s Karlem Nejedlým

(terapeutem a autorem knihy o vlastními silami vyvinuté metodě „RUŠ“)

**JJ:** Před časem jsem objevil knihu o Vámi vyvinuté metodě RUŠ, která mne již na první pohled velmi zaujala. Sám jsem pak metodu (za pomoci knihy) vyzkoušel a považuji ji za překvapivě účinnou. Charakterizoval bych ji jako jakousi obdobu „práce se stínem“ v Jungově pojetí, nicméně mnohem přímočařejší než jiné metody, které jsem viděl. Princip je v „čištění“ našich usazených vzorců z minulosti, podle

kterých se chtě nechtě nevědomky chováme. Podaří-li se očista, dojde k úlevnému osvobození. Rozšířil byste nějak takovýto popis, pokud s ním souhlasíte? Měl vývoj metody nějaké etapy a jste s její současnou podobou vnitřně spokojen?

**KN:** Milý Jene, princip metody RUŠ jste vyjádřil hodně dobře. Neznám však Jungovu „práci se stínem“. Ten základní princip jsem „musel“ objevit vlivem celé řady mých vnitřních rozhodnutí, záměrů. Namátkou uvedu: Vesmír nás miluje, takže principy, podle kterých fungujeme, musejí být geniálně jednoduché; budu lidem měnit jejich negativní charakterové vlastnosti - sice jsem v té době nevěděl jak, ale věděl jsem, že to budu dělat; vím, že budu lidem pomáhat odstraňovat jejich negace rychle, úplně, trvale a tím budou jako přirozený důsledek šťastní. . . Proto jsem nejprve přesně zmapoval, jak vznikají naše problémy. A následně jsem našel nejjednodušší a nejrychlejší způsob, jak příčiny našich současných problémů v sobě najít a následně vyřešit. Úplně a navždy. Metoda opravdu prošla dlouhodobým, intenzivním vývojem. V únoru 2005, při třetím pobytu v ášramu v jihovýchodní Indii, když jsem vnímal opět úžasné energie, ale došlo mi, že věcně mám stále stejné problémy, jsem pochopil, že pomoc nepřijde zvenku, ale že si musím pomoci sám. Začal jsem intenzivně v sobě hledat, až jsem stvořil, vymyslel první „rušáckou“ větu „Přijímám osobnost, který vadí, že ještě nejsem osvícenější“. Pouze jednoduchým opakováním této věty jsem během chvilky tímto způsobem tento problém vyčistil tak, že mi to přestalo vadit a od té doby mně to je jedno. Hned jsem si vyčistil několik dalších negací, se kterými jsem léta nemohl hnout. Plný nadšení jsem pak tento princip začal aplikovat při regresních terapiích, které jsem v té době používal. Klienti se mi čistili mnohem rychleji. Ale ne každému to šlo tak snadno, jako mně. A tam je počátek systematického a logického vývoje celé metody RUŠ. Když hodně zjednoduším současný stav, tak je vytvořený precizní návod na vyřešení jakéhokoli vztahu i jakéhokoli problému, i zdravotního, i konečně funkční návod na splnění si jakéhokoli přání pro každého. A protože mám za cíl předávat šťastný život co nejrychleji, tak se metoda RUŠ stále zjednodušuje a terapie pomocí ní urychluje. . .

**JJ:** První a základní etapou je, pochopil-li jsem správně, zpracování „základních“ vztahů. Můžete nám přiblížit, jaké to jsou a zda se takto postupuje ve většině případů?

**KN:** Během mnoha terapií jsem si uvědomil, že při hledání příčiny konkrétního současného problému vždy dojdeme k mamince, nebo k tátovi a k jejich vzájemnému vztahu. Najít tu příčinu odteď však bývá pro zablokované jedince složité. Proto jsem terapeutický postup otočil a rovnou řešíme celé „základní“ vztahy, které na nás měly a mají největší vliv. Během čištění na kurzech anebo podle knihy postupujeme po časové ose, tzn. od početí prakticky doteď. Což jsou právě ti rodiče - biologičtí i případně další. Následují sourozenci, partneři nebo partnerky, vztah se sebou, vztah s tím v co věřím - Vesmír, Bůh, Alláh, Život, Příroda. . . Pak to jsou děti a vnuci. V těchto vztazích jsme si vytvořili/se nám zjitřily prakticky všechny naše negace. Vyřešení vztahu dle návodu jde obvykle velmi rychle. Tím prvořadým cílem při profesionální terapii je samozřejmě odstranění problémů, se kterými klient přišel. To je ale speciální postup, který se učí naši terapeuti během kurzů pro terapeutu.



**JJ:** Je obdivuhodné, že jste metodu RUŠ vyvinul zcela sám, v českých podmínkách, a vypiloval ji do stavu, kdy s ní může pracovat zájemce i zcela samostatně za pomoci knihy. To je poměrně neobvyklé - většinou bývá doporučována součinnost s nějakým terapeutem. Nevznikají tímto způsobem nějaké potíže?

**KN:** Jednou jsem si povídal v Brně s lidmi o metodě RUŠ asi deset minut. Byla tam i mladá paní s miminkem. Druhý den mi volá, že jí to moc pěkně jde, jen jí není jasné, jak se zpracovává to, co někdo nahlas vyslovil. To jsem jí během chvíličky vysvětlil, poděkovala a od té doby si vše čistila sama. Takhle snadno to jde i dětem od 2,5 roku do cca 7 - 12 ti let, podle toho, jak jsou „čistě“. Podle mého návodu v knize si umí pomoci mnoho lidí. Na druhou stranu se ozývají lidé s tím, že to nechápou. . . Zde bych chtěl vysvětlit, že RUŠka je nástroj. Pak už „jen“ záleží na každém jednotlivci, jak jí umí použít. Z mého úhlu pohledu stačí čistit jednotlivé body návodu a systematicky podle nich pracovat. Toto někteří lidé nedokáží. Někdo se nedokáže soustředit na čtení, další neumí nebo nemůže systematicky pracovat - teď to může vypadat divně, ale během práce na sobě se začnou projevovat negativní programy, které ten člověk v sobě má. V současné době máme cca 100 certifikovaných terapeutů metody RUŠ, které lze najít na [www.metodaRUS.cz](http://www.metodaRUS.cz). Každý z nich rád a ochotně zodpoví jakýkoli dotaz, když někomu něco nejde vyřešit rychle a dobře, anebo se k němu může zájemce objednat na terapii. Mnoho let jsem vytvářel systém tří kurzů. Jejich postupným absolvováním má účastník vysokou pravděpodobnost, že se dobře naučí vyřešit si jakýkoli vztah, jakýkoli problém a že většinu svých problémů, ne-li všechny na těchto kurzech vyřeší.

**JJ:** Stává se často, že po pročištění základních vztahů se dají věci do pohybu a začínají se před vás stavět různé ne vždy příjemné situace, které si říkají o dořešení? Něco takového jsem pozoroval sám u sebe s tím, že mám pocit, že věci se hýbou „správným směrem“. Je dobré takovéto události spíše brzdit, aby nás „nevykolejily“, nebo se je naopak snažit ještě více povzbudit (třeba dalšími technikami), aby se pořádně „dočistily“?

**KN:** Po vyčištění všech základních vztahů někteří jedinci dosahují Osvícení. Nejkratší dobu jsem zažil s dospělým klientem po dvou hodinách. To jsou zatím spíš výjimky. U řady lidí se tohoto stavu daří dosáhnout po čtyřech až dvanácti hodinách práce na sobě při terapii u mně. Někteří potřebují na sobě pracovat i podstatně déle. . . Po úplném vyřešení negací/problémů se nám už nedějí. Ale když nejsou úplně dořešené, tak se začnou v mém životě aktuálně projevovat. Je potřeba je hned/co nejdříve vyřešit úplně. Je také další možnost: když začnu na sobě pracovat, Vesmír jakoby říká „Vyřeš si všechno, co ti brání v úplném štěstí!“ A tak se nám postupně vynořují další negace, které jsme v sobě tak dlouho střídali. I zde doporučuji zbytečně to neprodulžovat a co nejdříve vyřešit dle návodu v knize.

**JJ:** Jak myslíte, že v tomto kontextu působí třeba „holotropní dýchání“? Myslíte, že jde, obrazně řečeno, o hráče na stejné straně hřiště? Nebo Vás napadají spíše jiní „spoluhráči“?

**KN:** Já jsem spíš toho záměru, mít sám sebe pod praktickou kontrolou. Když něco zpracovávám RUŠkou, tak jsem při plném vědomí a dělám nezbytné úkony, které mi jasně, věcně a konkrétně, přitom přímočaře pomáhají k vyřešení konkrétní

ních problémů. Navíc při terapii sebe sama k tomu nikoho dalšího nepotřebuji, i když pod vedením zkušeného terapeuta to jde podstatně rychleji a účelněji. V této chvíli je asi vhodné vysvětlit, že metodou RUŠ se dá vyřešit jakýkoli problém komukoli. Má to však jeden velký „háček“. Tato terapie není pro každého. Je neobvyčejně funkční, to ano, ale jen pro toho, kdo se rozhodne pro radikální změnu svého života, např. vyřešit svoje problémy, nebo žít šťastný život apod. Kdo chce jenom řešit problémy, pak si přitáhne způsob, jak jenom řeší problémy, často pořád dokola. Ale kdo pochopí RUŠku v celé její kráse a síle, ten už nepotřebuje nic dalšího. Pomocí ní se totiž při správném záměru/rozhodnutí dostává jakkoli vysoko a daleko.

**JJ:** Práce se vztahy spočívá v první fázi ve vyhledávání „negací“. Co nám na tom kterém člověku vadí, co si myslíme, že si o nás myslí, co „říká“, v čem se obáváme, že jsme stejní jako on, ... Neměli bychom se však zaměřovat také na kladné stránky vztahu? Nebo to není užitečné?

**KN:** Víte, každý z nás se narodil s láskou bez podmínek v sobě. Jsme úžasné bytosti. Že to často nevnímáme je vlivem našich negací, které máme v sobě. Každou zpracovanou/vyřešenou negací se mi uleví tak silně, jak silné nepříjemné pocity ve mně ta konkrétní negace vyvolávala/vzbuzovala. A každou vyčištěnou negací se vracím o jeden krok zpátky do přirozeného stavu, v jehož prožívání nám právě ty naše konkrétní negace brání. Když si tedy vyřeším např. program „Maminka mě nemá ráda“, tak jako přirozený výsledek už vím, že mě ta maminka má a vždycky měla ráda. Tam už nepotřebuji nic dalšího pozitivního vkládat, už jsem se přiblížil té lásce bez podmínek, která ve mně je a vždycky byla. Na druhou stranu na vyšším kurzu učím jednu „rušáckou“ techniku: po vyřešení příčinné situace, která byla hodně nepříjemná nebo nebezpečná, ji procházíme znovu, a klient si sám najde, které jeho přesvědčení ho z té situace pomohlo se dostat. A tam si každý nachází ty své originální láskyplné záměry, např.: Zesnulý děda mě pomáhá vyřešit cokoli; Bůh mě miluje; Vždycky se ze všeho dostanu; Budu tady do stovky. . .

**JJ:** Je dobré nalezené negace formulovat co nejkratěji nebo naopak co nejuplněji? Je účinné také vzpomínání si na výroky, které ta osoba říká, a které nám jistým způsobem zní v uších „ozvěnou“? Měl byste nějaký příklad?

**KN:** Negaci je potřeba zpracovat především v přesném znění, tzn. tak jak ji mám v sobě uloženou. U většiny lidí je to přesně to, co je napadlo jako první; následně ale logikou/rozumem to změní více či méně, ale takový program v sobě většinou nemají. A pak je menší počet lidí, u kterých to, co spontánně pojmenují nevyjadřuje přesné znění negace, ale je to to, k čemu ještě po dalším přemýšlení dojdou. Po chvíli práce s Ruškou si rychle uvědomíte, který z těch dvou typů jste vy osobně. Čím výstižnější/kratší znění programu použijete, tím rychleji si negaci v sobě vyčistíte. Ale nemůžete vynechat důležitá slova v té negaci obsažená. Příklad: „Maminka mě od osmi let neměla občas ráda“ -> zpracuji si „Nemá mě ráda“. Výrok je to, co někdo řekl/říkal nahlas a já u toho měl nepříjemný pocit. V knize přesně popisují, jak se výrok rychle zpracuje. Zpracovat je potřeba i výroky, které mi „zní v uších“. Příkladem může být jakákoli nadávka, přezdívká, jakákoli negace. Např.: „Nic nedokážeš!“, „Lenochu!“, „Měla jsem tě zabít hned jak jsem tě porodila!“ atd.

**JJ:** Při přijímání negací pozorujeme v sobě pocity. Co však, když nedokážeme svoje pocity rozpoznat, protože jsou příliš nejasné? Může pomoci též pozorování různých pnutí v těle?

**KN:** V knize popisují, že většina lidí cítí během čištění negací změny emocí, někteří vnímají změny tělesných pocitů, jiní vnímají změny energií v těle, a některým se „rozsvěcuje“ světlo. Proto i různá pnutí v těle při čištění konkrétního negativního programu sledují, jestli se ještě mění.

**JJ:** Při hledání příčin negací, kdy se ptáme např. „proč mi to vadí“, „co mi na tom vadí“ mne často překvapily na první pohled nesouvisející skoky v myšlenkách. Třeba z původní negace „bývalí partneři!“ mi po několika krocích vzniklo „jsem špatný samec!“. Přiznám se, že tento výrok byl pro mne velmi silný a na druhou stranu velmi komický. Přes snahu brát vše vážně jsem se musel nejprve „vysmát“. Myslíte, že je v pořádku, že se něco takového stává? Je právě toto „trefa do černého“?

**KN:** Největší radost terapeuta RUŠ je, když se klient rozbřečí, anebo když se začne smát. V obou případech je to právě ta „trefa do černého“. A v obou případech čistím konkrétní negaci do té doby, dokud pláč, anebo smích neodezní. Běžně mi klienti říkají „Já se omlouvám za ty výbuchy smíchu, mě už bolí bránice, ale já si nemůžu pomoci!“ Víte, když nás ten konkrétní blok zatěžoval mnohdy řadu let, ne-li celý život, tak při přesném pojmenování jsme „sáhli“ do živého. Buď nás to rozpláče, to nejčastěji, anebo se začneme nezřízeně chechtat nad tím, jak nás mohla trápit taková blbost/kravina/stupidita. U řady lidí jsou však během čištění změny jemné/nepatrné, bez silných projevů a i takto jim metoda dobře funguje. Jsme prostě každý originál.

**JJ:** První vydání Vaší knihy je beznadějně rozebrané. Druhé však již spatřilo světlo světa. Můžete nám prozradit, zda je ve zcela shodné podobě nebo je nějak rozšířeno? Máte též nějaké další vydavatelské záměry do budoucna?

**KN:** Už jsem začal psát knihu pro děti. Je určená především pro menší a malé děti, které ještě nejsou zblblé mnoha negacemi nás dospělých. Např. tříletému dítěti stačí k dosažení přirozeného stavu 10 až 20 minut. Není potřeba mu něco vysvětlovat, jednou mu to předvedu a už to „kouzlo“ umí navždy. Tzn. když mu něco v budoucnu vadí/má z něčeho nepříjemný pocit, umí si to okamžitě zpracovat - většinou během pěti vteřin. Uvědomme si, že kdyby se tuto metodu v současnosti naučily všechny děti na světě, tak za deset - patnáct - dvacet let je na Zemi doslova Ráj...

25. června 2014 byl křest mojí knihy „metoda RUŠ aneb Já to mám jinak“. Před Vánoci bylo rozebráno všech 3000 kusů. Druhé vydání knihy je upravené a rozšířené. Úpravy jsou tam především v tom, že jsem některé části zestručnil, zkrátil a lépe vysvětlil. A přidal jsem řadu textů pro ještě lepší pochopení nejen jak na sobě pracovat, ale také podle jakých principů a zákonitostí každý z nás opravdu žije. A hlavně, jak se negací v sobě rychle, jednoduše a trvale zbavit. A k tomu vám dopomáhej ..... i RUŠka :-)<sup>3</sup>

**JJ:** Děkuji Vám za rozhovor.

---

<sup>3</sup> druhé vydání knihy lze objednat pod kódem RU015

# Rozhovor s Vladimírem Münzem

(Pracuje jako konzultant pro seznamovací agenturu Náhoda, kde se řídí heslem: „Pomáhat lidem, aby našli vztah sami k sobě“. Poskytuje také individuální konzultace a poradenství pro klienty rozhodnuté pro změnu. Nadále se orientuje na práci s muži, kde v současné době připravuje nový koncept pro 2letý sebepoznávací trénink pro muže - *Žij své mužství*. A nově pracuje na poli firemní dynamiky, kde se hlavně zaměřuje na vyjasňování vize, poslání a hodnot společnosti.)<sup>4</sup>

**JJ:** Vladimíre, můžeš nám říct, v čem jsou tvoje terapeutická sezení a další formáty jiné? Jinými slovy, jak to děláš?

**VM:** Jedna z věcí je to, že nepracuji s kratším formátem než se dvěma hodinami. Protože při své práci kladu důraz na to, aby klient, když dokáže nějaké téma uchopit a otevřít, aby ho dokázal zase kvalitně uzavřít. Aby se dostal do bezpečné, i když ne třeba úplně komfortní zóny, a aby věděl, co s tím tématem může dělat v běžném životě. A tady jsem zjistil, že nějaká hodina, 50 minut toto vždycky neumožňuje.

Přes to, že 2 hodiny jsou relativně větší prostor, tak se ke mně dostávají klienti, kteří téma dokážou uvidět nebo mu i porozumět až v závěru sezení. A právě pro tyto klienty jsem vytvořil intenzivní individuál, kde si vytyčíme téma, kterému se chceme věnovat, a na tomto tématu pracujeme ve vybraném prostředí celý den.

**JJ:** Co přináší intenzivní individuál?

**VM:** Už z toho názvu plyne, že je individuál opravdu individuální :-). Setkal jsem se s mnoha prostředními a přínosy. Leckdy se sejdeme u klienta doma či na pracovišti a už tam se otevírají nové vrstvy jeho bytosti a jeho života - jak se tady projevuje, jakými předměty se obklopuje. Už to vytváří nějakým způsobem jeho plastický obraz. A pak je řada klientů, pro které je úžasné, když si téma dokážou pojmenovat a připojit si k tomu i vhodné místo. U oblasti dětství tak třeba hledáme krajinu nebo místo, kde dětské vzpomínky vznikaly nebo se evokují z odstupu.

To je základní paleta míst - domov, pracoviště nebo místo hledané na míru, a pak je i paleta toho, co se tam bude dít. Někteří klienti dobře reagují tělesně, tak je v rámci toho dne možno nabídnout tělesně orientovanou terapii, (já konkrétně pracuji s masážemi, které se jmenují Rebalancing), nebo se pracuje terapeuticky podle toho, co je potřeba.

**JJ:** Abychom si to představili. . . Jaká nejobvyklejší témata s klienty řešíš?

**VM:** Často se s klienty nejdřív brodím něčím, čemu říkám iluze. Vždy říkám, že můžeme měnit pouze realitu, a tak je potřeba, aby klienti věděli, kde opravdu jsou. Já si taky často nasazuji růžové brýle, ale o to radši si je sundám, když si to uvědomím. Je potřeba přistát v realitě a pak hledat zátěž, která mě nejvíc ovlivňuje. Tam začínáme. Často je to vztah k původní rodině, vztah k otci, matce a z toho plynoucí dětské já. Co všechno jsem v dětství prožil, jak mne to ovlivnilo. Jestli jsem se náhodou od něčeho neodpojil nebo to nevidím falešnou optikou.

---

<sup>4</sup>Více na [www.vladimirmunz.cz](http://www.vladimirmunz.cz), [www.zijsvemuzstvi.cz](http://www.zijsvemuzstvi.cz) nebo na stejnojmenné facebookové stránce.

**JJ:** O tobě se říká, že jdeš tak hezky k cíli, že máš terapii hodně orientovanou na výsledek. Já to vnímám tak, že v tom je nějaká tvoje vysoká hodnota. Co k tomu můžeš říct?

**VM:** Výsledek je pro mne opravdu důležitý. Nejen proto, že jsem muž a taky mi to přináší uspokojení, ale domnívám se, že klient si přichází právě pro výsledek. I když to může znít paradoxně, tak pro mne je hlavní cíl to, aby klient co nejdříve odešel. Aby ke mně chodil, zpracovali jsme téma, uchopili ho jinak, což je často spojeno s prožitkem, a abychom našli kroky, které to nové podpoří a ukotví v životě. Důležité je, aby si klient vytvořil autonomní síť, ve které sám si může pomoci.

Nejhorší, co by se mohlo z mého pohledu stát, je to, že by se klient stal na mě závislý. Proto nepracuji s návody, postupy, neuděluji rady. Dávám nějaké zachytné body, ale ideálně je to tak, že klient si na to přijde sám. Já ho třeba jen zkoriguji nebo upozorním na další možnosti - cvičení, denní rituál atd., které je možné připojit do běžného života. Často pracuji s tím, že v dnešní době nadbytku si neuvědomujeme, co všechno máme - a s tím se pojí témata jako vděčnost, pokora nebo uvidět svoje rodiče.

**JJ:** Jedním z nejdůležitějších témat pro tvoji terapeutickou práci je „muž“. Co si pod tím máme představit? Zajímalo by mě, jak to máš ty.

**VM:** Mužství ze společenského rozměru je něco, co prochází velikou změnou a mnoha výzvami, ženy se prosazují a pracují na sobě a muži často nevědí, jaké je jejich místo spolu s tím, jak se mění a posouvají tradiční role.

Pro mě osobně je to základ mojí práce. Já sám jsem prošel 2letým sebepoznávacím tréninkem Mužská síla, který mne vlastně na tuto dráhu uvrhl. Čím více se tomu věnuji, tím více je vidět, že mužství v dnešní době není jasné ani ženám, tam by se to ještě dalo tolerovat, ale ani mužům. Nehledě na věk potkávám spoustu chlapců; nedospělých mužů, kteří neznají svoje potřeby, mají spoustu závislostí vůči druhým atd. Zato potkávám málo mužů, kteří by věděli, kdo jsou, kam jdou, co chtějí. A to je něco, co bych rád podpořil i svojí prací - pomáhat ke změně mužům, kteří se pro to rozhodli, a inspirovat další muže při hledání nového mužství.

**JJ:** Děkuji Ti za rozhovor.

červenec: výkup pěti knih za 20 %  
srpen: antikvariát – sleva 50 %  
říjen: říjnové odpočítávání

---

Zpravodaj Hledající 2/15, květen - srpen. Vychází 3x ročně. Vyšlo v Praze dne 1. 6. 2015. Náklad 4200 ks. Vydal a v L<sup>A</sup>T<sub>E</sub>Xu vysázel: Jan Jelínek, knihkupectví Hledající, IČO 12263770, tel. 220 873 250, 776 453 310. Obrázek na obálce: Tereza Jelínková. Evidováno MK ČR E 11083.