

**Anastasia Novych**

**SENSEI  
zo Šambaly**

**Kniha I**

**Bratislava 2022**

Rozprávanie Mladosti o stretnutí s **Múdrostou** sa na prvý pohľad zdá byť naivné. Ale toto každodenné vnímanie je len iluzórna prekážka, majstrovská pasca, ktorú nastražilo naše Ego na ceste k dokonalosti **Ducha**. Ten, kto ju prekoná, **odhalí** pre seba omnoho viac, než by mohol dúfať. Chvála Víťazovi – lebo **Poznanie** mu bude odmenou, lebo **tajné** sa stane skutočným.

Kniha bola napísaná podľa zápiskov bývalej maturantky, ktorá vo svojom denníku zachytáva udalosti z leta roku 1991.



tel: +421 905 216 325

[info@bielylotos.sk](mailto:info@bielylotos.sk)

[www.bielylotos.sk](http://www.bielylotos.sk)

Fenomén tvorby Anastasie Novych spočíva v tom, že každý vidí ako v zrkadle niečo svoje, čisto vnútorné. V knihe Sensei zo Šambaly sa odкрýva vnútorný svet šestnástročného dievčaťa, ktoré sa náhle ocitlo tvárou v tvár smrti. To ju podnietilo prehodnotiť svoj život a hľadať odpovede na večné otázky: „Prečo človek žije, čo je zmyslom života? Kto vlastne som? Prečo je väčšina ľudí na svete veriacich? Veď keď veria, znamená to, že v niečo dúfajú. Akým spôsobom dosahujú veľikáni svoju vnútornú nesmrteľnosť? Čo sa skrýva za pojmom podstata Človeka?“

Nespútaná energia vnútorného hľadania ju privádza k stretnutiu s neobyčajným, mimoriadne vzdelaným človekom, majstrom východných bojových umení a veľmi záhadnou Osobnosťou – Senseiom. Senseiov neobyčajný svetonázor, rozochvievajúci hlbiny duše, jeho fascinujúca filozofia, znalosti o svete a o človeku, dynamicke východné bojové umenia, múdrosť v každodenných situáciách, netradičná medicína, starodávne duchovné praktiky (vrátane efektívnych techník boja s negatívnymi myšlienkami), fenomény ľudských schopností – toto a ešte mnoho iného spozná hrdinka, keď sa dotkne Senseiovho sveta. Ale čo je hlavné, nachádza odpovede na svoje najdôležitejšie vnútorné otázky, a na vlastnej skúsenosti spozná, že ľuďom je darovaná zhora najmocnejšia tvorivá sila – sila viery a lásky.



## Prológ

Tichá, teplá letná noc už dávno zavládla nad krajom a vystriedala tak deň plný zhonu so všetkými jeho starosťami a bezvýznamnou márnosťou. Jej temný závoj upokojoval a sladko uspával všetko živé, a pozvoľna ho ponáral do hlbokého spánku. Tieto kúzyla nepôsobili vari len na zamilované srdcia, ktorým večnosť ubiehala ako okamih. Na opustenom mieste na brehu mora osamelo plápolal oheň, ktorý vrhal podivné, tajomné tiene. Neďaleko neho opustene sedelo beztvaré stvorenie. Svedkom jeho prítomnosti bol len nekonečný Vesmír, v ktorom sa jasne trblietali hviezdne svety a Mesiac, pozývajúci na večnosť svojou striebristo lesklou cestičkou na vodnej hladine. Navôkol bolo také ticho, že dokonca ani more sa neodvážilo vyrušiť ho ľahkým šumením svojich vln. Zdalo sa, akoby sa čas naveky zastavil a stratil celý svoj zmysel. Bol to samotný okamih večnosti.

Stvorenie sa pohlo, vydalo nejasný zvuk a pozvoľna sa začalo deliť na dve mihajúce sa časti. Vzduchom sa niesli ľudské hlasy:

„Bože, ako dobre niekedy býva na tomto hriešnom svete.“

„Úprimne povedané, ani sa mi odtiaľto nechce odísť.“

„Tiež si myslím.“

Plameň ohňa jasne žiaril, akoby sa horlivo snažil vybojovať si v tmavej noci kúsok miesta. Jeho jasné záblesky so striedavým úspechom pohlcovala tma a vzápätí sa smelo drali ďaleko dopredu, osvetľujúc prírodu jej prirodzenými tónmi.

„Tak aké bude tvoje rozhodnutie, Rigden?“

„Moje závery sú, samozrejme, smutné. Ale aj tak si myslím, že počkám s konečným rozhodnutím... Snáď má zmysel ešte sa zdržať.“

„Ale predsa nie je všetko také zlé. Zvlášť, ak si sa rozhodol zostať, daj im ešte jednu šancu a dovoľ mi...“

V tej chvíli, nevedno odkiaľ, zavial nad morom ľahký vánok a oživil mesačnú cestičku. Tá čarovne zaiskrila svojimi striebornými vlnkami vábiac do tajomnej diaľky. Príroda akoby úmyselne pokúšala stvorenie, na jednej strane ho obklopovala svojou večnosťou, a na druhej prirodzenou pozemskou krásou. Zjavne sa v tomto nenápadnom závane skrývalo akési nevyslovené tajomstvo, ktoré poznala len ona sama.



# 1

Nie je tajomstvom, že Osud vedie človeka po zložitej, len jemu známej ceste najjemnejších súvislostí, prírodných javov, dômyselne prepletených cestičiek jednotlivých náhod a zhôd okolností. Nakoniec to vedie k určitej udalosti, rozhodujúcej životnej križovatke. A tu sa človek odváži dúfať, že má šancu voľby. Ale tá istá, neúprosná sila Osudu, pomocou logického spojenia okolností, nenápadne pomáha človeku robiť svoju voľbu. Veď celý rad udalostí musí, podľa zámeru Osudu, nevyhnutne zblížiť úplne cudzích ľudí, ktorí o tom, žijúc vo svojom malinkom svete, v danej chvíli ani len netušia. Toto zblíženie ich však prinúti postupovať spoločne pri hľadaní toho istého cieľa, čo vyvolá množstvo rozhodujúcich udalostí v životoch ostatných ľudí.

Tento osud neminul ani mňa. Narodila som sa v ďalekom ruskom zapadákov. Moji rodičia pracovali v armáde, čestne a svedomito vykonávali svoju povinnosť. Preto nás ich nadriadení, takisto čestne a svedomito, posielali do rôznych kútov našej rozľahlej vlasti – vtedajšieho Sovietskeho zväzu. Tak sa naša rodina dostala na Ukrajinu, do „krajiny kvitnúcich gaštanov“, kde sme sa usadili v baníckom kraji voňajúcom po ružiach.

Musím povedať, že som veľmi spoločenský človek so všestrannými záujmami. Nikdy mi nerobilo veľké problémy nájsť spoločnú reč s novými ľuďmi. Preto som sa na novom mieste rýchlo začlenila do kolektívu rovnako zmýšľajúcich ľudí. Spoločne sme navštevovali najrôznejšie záujmové krúžky, vrátane spoločenských tancov, chodili sme do kina, do divadla alebo do kaviarne. Celkovo, život plynul, ako sa hovorí, svojím tempom.

Všetko bolo v poriadku, ale len... do určitého momentu. Osud má totiž svoje plány. Nečakane pre mých blízkych, a tým skôr pre mňa, v plnom rozkvetе mojej mladosti, ma vrhol do víru takých ťažkých skúšok, že som v ňom takmer zomrela od úplnej beznádeje a živočíšneho strachu zo smrti.



## 2

Na začiatku školského roka, v poslednom ročníku, som začala mať neustále bolesti hlavy, ktoré boli silné a dlhotrvajúce. Rodičia ma zobrali na vyšetrenie. O výsledkoch s nimi lekári hovorili väčšinou medzi štyrmi očami. To ma veľmi znepokojilo. A nejasné pochybnosti, jedna za druhou, začali trýzniť moju dušu. Veď najhoršia zo všetkého bola tá úplná nevedomosť.

Všetky tieto okolnosti ma veľmi desili až do určitého momentu, kedy som si náhodou vypočula mamin rozhovor s profesorom:

„... ale veď musí predsa existovať nejaké východisko?“

„Zaiste, vždy je možné nájsť východisko. Viete, tento malý nádor môže časom prejsť do progresívneho štádia. A to je veľmi nebezpečné. Preto je potrebné operovať teraz, kým ešte nie je neskoro... V Moskve je veľmi dobrá klinika, ktorá sa špecializuje na tieto problémy, a v ktorej pracujú vynikajúci odborníci. No, ale dostať sa tam je ťažké. Poradovník je naplánovaný na pár rokov dopredu. Ale vaša dcéra, ako sami viete, potrebuje operáciu čo najskôr. Inak... Predpovedať vývoj ochorenia je ťažké, obzvlášť ak sa tumor nachádza v mozgu. Niekedy s ním človek môže žiť rok, niekedy aj dlhšie... Ale v každom prípade by ste nemali strácať nádej.



Možno sa vám podarí dostať sa tam cez známych alebo pomocou kontaktov...”

Ďalšie slová mi už len preleteli okolo uší. V hlave mi znela len jedna veta: „Rok... A koniec!“ Navôkol sa vznášala len beznádej a prázdnota. Rušný nemocničný zhon sa pomaly vzdŕaľoval a ustupoval narastajúcemu prívalu myšlienok: „Zomrieť v najlepších rokoch! Veď som ešte ani nežila... Prečo práve ja? Čo také zlé som v živote urobila?!” Bol to krik zúfalstva. Z očí sa mi rinuli slzy. V tomto nemocničnom suteréne začalo byť neznesiteľne dusno, a tak som sa rozbehla k východu. A v ušiach mi ako hrozivá ozvena znel profesorov hlas: „Jeden rok! Jeden rok... Jeden!“

Do tváre mi udrel čerstvý vzduch s omamnou vôňou. Postupne som sa spamätala a rozhliadla sa vôkol seba. Stromy po daždi sa ako v rozprávke ligotali brilantovými závesmi. Okolie žiarilo čistotou a novotou. Teplo sálajúce zo zeme pokrývalo asfalt ľahkou hmlou, čo vo mne vyvolávalo dojem, že to, čo sa práve odohráva, nie je reálne. Bože, koľko nádhery bolo zrazu všade navôkol! Tá krása prírody, ktorú som predtým nevnímala, akoby teraz pre mňa získala nový význam, akési nové kúzlo. Všetky malicherné problémy, kvôli ktorým som sa tak trápila každý deň, mi teraz pripadali také hlúpe a zbytočné. S horkosťou a clivotou som hľadela na jasné slnko, sviežu zeleň, počúvala veselé švitorenie vtákov a pomyslela si: „Ako hlúpo som premárnila svoj život. Ako ma mrzí, že som nestihla urobiť niečo naozaj ušľachtilé!“ Všetky tie minulé urážky, ohovárania, zhon – to všetko stratilo význam. Teraz boli pre mňa okolití ľudia šťastlivci, a ja som bola vážňom v zámku Smrti.

Nejakú dobu som trpela príšernou depresiou. Prestala ma zaujímať škola, všedný život i moje koníčky.

Aby som unikla pred nenápadnými otázkami rodičov, zatvárala som sa vo svojej izbe a ľahostajne som listovala v knihách a časopisoch. Strašne som si chcela poplakať niekomu na ramene, porozprávať niekomu, ako sa bojím umierať, keď som ešte ani nezačala žiť. Najbližším človekom mi bola samozrejme mama. Ale ktoré materinské srdce by unieslo od vlastného dieťaťa takú dušu zvierajúcu spoveď. Ako som tak sedela sama so svojimi ťaživými myšlienkami za stolom, vzala som pero a opísala všetky svoje pocity na kúsok papiera zo zošita. Začala som sa cítiť oveľa ľahšie. Vtedy som si začala písať denník. Ten sa neskôr stal mojím najlepším „priateľom“, ktorý trpezlivo znášal všetky úvahy o mojom neobyčajnom osude.

Jediné, čo ma ešte ako-tak odpútavalo od ťažkých myšlienok, bol kontakt s kamarátmi. O svojej chorobe som im, samozrejme, nič nepovedala. Jednoducho som nechcela, aby mali aj oni zarmútené tváre plné súcitu, ako moji rodičia. To by ma asi úplne dorazilo. Rozveseľovalo ma ich veselé táranie a riešenie problémov, ktoré sa mi teraz zdali byť úplne absurdné. Na všetkých som sa teraz dívala pod uhlom akéhosi nového pohľadu, so závisťou človeka, ktorý má v najlepšíh rokoch svojej mladosti opustiť tento záhadný, dosiaľ nepoznaný svet. Niečo sa vo mne jednoznačne zmenilo, zlomilo.



### 3

Keď sa mojím kamarátom predsa len podarilo vytiahnuť ma z môjho dobrovoľného domáceho väzenia do kina, s prekvapením som zistila, že aj filmy teraz vnímam úplne inak. V tej dobe práve začali prichádzať do módy východné bojové umenia. V novootvorených kaviarňach za jeden alebo tri ruble púšťali videá s najpopulárnejšími bojovými filmami. Umenie hrdinov, neobyčajné príbehy ich sebauzdravenia, sila i vôľa ducha vo mne vzbudili zvedavosť. Vedela som, že je to všetko hra filmových aktérov. Napriek tomu ma neopúšťala myšlienka, že mnohé námety sú založené na reálnych fenomenálnych faktoch z histórie ľudstva. To ma podnietilo k hľadaniu príslušných článkov, kníh a časopisov. Môj neskrývaný záujem o tento fenomén prešiel aj na mojich priateľov. S nadšením lovcov začali zháňať „nedostatkovú“ literatúru, kde sa len dalo.

Očarenie nevšednými schopnosťami týchto ľudí, a tiež hĺbkou ich chápania tohto sveta, prebudilo vo mne akúsi vnútornú skrytú silu... nádej, nejasné tušenie, že smrť môjho tela – to ešte nie je **môj koniec**! Toto osvietenie ma natoľko ohromilo, natoľko vnútorne povzbudilo, že nielenže som sa začala rýchlo dostávať z depresie, ale dokonca som pocítila akúsi novú chuť do života. Hoci môj rozum si stále, rovnako ako predtým,

uvedomoval nevyhnutnosť smrti, veď z rakoviny sa málokto vyliečil. Ale s novým chápaním ma už táto skutočnosť tak neubíjala, nevyvolávala strach. Niečo v mojom vnútri tomu jednoducho odmietalo veriť. A čo bolo najzaujímavejšie, moje vnútro sa začalo podvedome brániť ťaživým, pochmúrnym myšlienkam.

Tento nový pocit ma znovu prinútil k tomu, aby som sa ešte raz pozrela na svoj predchádzajúci život, a na to, ako hlúpo som ho prežila. Nič zlé som v ňom neurobila. Ale bolo úplne zrejmé, že každý deň, každú chvíľu som obhajovala vlastný egoizmus, ospravedlňovala vlastnú lenivosť, neusilovala som sa o sebazpoznanie, ale o vlastnú prestíž v spoločnosti vďaka týmto znalostiam. Skrátka, v celom mojom živote, v škole, v každodennom živote sa skrývala len jediná myšlienka: „Ja, o mne a iba mne.“ A uvedomenie si, že toto malé telesné impérium môjho „ja“ sa blíži k veľkému koncu, teda skutočnej smrti, vyvolalo vo mne ten zvierací strach, hrôzu, zúfalstvo a beznádej, ktoré som tak mučivo prežívala v posledných týždňoch. Pochopila som, že smrť nie je taká strašná, ako jej hlúpe očakávanie. Veď v skutočnosti neočakávaš telesnú smrť, ale krach svojho egoistického sveta, ktorý si s takou námahou budoval celý svoj život.

Po tomto zistení som jasne pochopila, že život, ktorý som prežila, a to, čo som počas neho spravila, je len hrad z piesku na brehu mora, kde ktorákoľvek vlna za jedinu sekundu nadobro zmyje všetko moje úsilie. **A nezostane nič**, len prázdnota, ktorá tu bola predomnou. Zdalo sa mi, že väčšina ľudí naokolo tiež mrhá životom na domčeky, hrady a paláce z piesku, ktoré si starostlivo budujú, niekto ďalej, niekto bližšie od pobrežnej vlny. Výsledok však bude vždy u všetkých rovnaký – raz to všetko zničí vlna času. Ale existujú ľudia,

ktorí sedia na brehu, a len z ústrania pozorujú túto ľudskú ilúziu. A možno ju ani nepozorujú, ale pozerajú do diaľky, ponad ňu, na niečo večné a neochvejné. Zaujímalo by ma, nad čím asi premýšľajú, aký je ich vnútorný svet? Veď ak pochopili túto pominuteľnosť, znamená to, že museli spoznať niečo naozaj dôležité, niečo, čo naozaj stojí za to, aby tomu venovali svoj život?!

Tieto otázky ma začali znepokojovať zo všetkého najviac. Odpovede na ne som však nenachádzala. Vtedy som sa obrátila ku knihám hlavných svetových náboženstiev. Ale velikáni, takí ako Budha, Ježiš, Mohamed – to boli ľudia, ktorí už pozorovali z brehu. A akým spôsobom to dosiahli? Všade sa píše: sústredením, vierou, modlitbou. Ale ako? Vysvetlenia ich nasledovníkov sú také zložité, nepochopiteľné a zahmlené, že sa mi jednoducho „vypínal“ mozog, keď som s premáhaním čítala tie isté riadky už desiatykrát. Samotné učenia týchto géniov ľudstva boli zaujímavé, odrážali však len všeľudské pravdy. Možno bolo základné zrnko týchto znalostí skryté medzi riadkami. No, žiaľ, ja som obyčajný a „nezasvätený“ človek, a pochopiť to svojím rozumom som nedokázala. Aj keď čítanie jednotlivých riadkov vo mne skutočne vyvolávalo akési vnútorné chvenie.

Potom mi napadla nová otázka. Prečo je také veľké množstvo ľudí na Zemi veriacich? Ak veria, znamená to, že dúfajú v niečo v budúcnosti. Vo všetkých svetových náboženstvách sa píše o existencii posmrtného života. Keď odhodíme všetky škrupiny legend a mýtov, tak možno skutočne existuje **Niečo**, ale čo? Ako to vyzerá? Ako sa to prejavuje?

Pokúsila som sa ponoriť do problematiky náboženstiev, no len som sa v nich ešte viac zamotala. Jediné, čo som pochopila bolo to, že všetky svetové náboženstvá spája jedno – sila viery samotných ľudí, ich túžba

poznať Boha a samých seba. A tu som s prekvapením zistila, že to isté hľadali vo svojom poznaní aj výnimoční ľudia, ktorí už dosiahli prvé skutočné výsledky na svojej ceste, pričom mnohí z nich nepatrili k žiadnemu náboženstvu. Boli to jednoducho múdre a veľmi nadané osobnosti.

Tak o čo teda ide? Prečo je tento jav vlastný ľudskej podstate? Čo je za tým? Mala som veľa otázok a mizerné percento odpovedí. To ma povzbudzovalo hľadať ďalej.

Postupne sa môj každodenný život začal vracáť do normálnych koľají. A navyše som pocítila nával mimoriadnej odvahy. Veď v mojej situácii som už nemala čo stratiť. Preto som musela rýchlo zrealizovať všetky svoje túžby. „Pokiaľ využijem plodne každý deň, vynahradí mi to celý život,“ s týmto bojovým heslom som začala usilovne zháňať literatúru, ktorá ma zaujímala, začala som športovať, doháňať učivo v škole, navštevovať rôzne krúžky. Každý deň bol nabitý na prasknutie a nebol čas rozmýšľať o niečom zlom. Aj keď mi bolesti hlavy stále pripomínali ten strašný koniec. Ale napriek všetkému som rovnako vytrvalo a dychtivo hľadala a poznávala všetko nové, čo som ešte nepoznala a nevedela.

Zatiaľ čo sa moji rodičia snažili nájsť všetky možné cesty k moskovskej klinike, neskrotné túžby ma priviedli k bojovému umeniu kung-fu. Naša skupina nevynechala žiadny film o svojich idoloch východných bojových umení, a so zatajeným dychom sme sledovali trojité saltá, premety, podseknutia a výskoky športovcov. A keď sa v našom meste začali otvárať oddiely cvičenia wu-šu, kde sa vlastne cvičí kung-fu, nadobro sa nás zmocnila bojová vášeň. A začali sme navštevovať jeden oddiel za druhým. No v jednom z nich bol príliš

zlý a neschopný učiteľ; inštruktor v ďalšom oddiele sa div nepovažoval za Brucea Leeho, hoci učil obyčajný zápas zmiešaný s boxom; a v treťom bol taký nejaký šarlatán a opilec. Hľadali sme takého Učiteľa, ktorý by mal štýl podľa predstavy, akú sme si vytvorili pod vplyvom filmov o východných bojových umeniach. A ako sa hovorí, kto hľadá, nájde. Ale to, čo sme našli, bolo pre nás viac než nečakané, pretože to prekonallo všetky naše dokonca vysnívané ideály.



## 4

Bezvýsledne sme obišli ešte niekoľko oddielov, a potom nám poradili jeden, ktorý trénoval na okraji mesta v priestore nejakej prehistorickej bane. Neverili sme, že uvidíme niečo lepšie, než sme videli v centre, ale niečo nás tam vyslovene ťahalo. Hľadali sme pol dňa, pýtali sme sa hŕby miestnych obyvateľov, a nakoniec sme dosiahli vytúžený cieľ. „No teda,“ priznala potichu moja kamarátka Tatiana, „to je teda ale príšerné miesto. Ak tu navyše ešte budeme trénovať, tak umriem od strachu. Už teraz mi behá mráz po chrbte.“

Aj ja som pocítila ľahké mrazenie, hoci vonku bolo celkom teplo. Blížiac sa k ošarpanej, časom poznačenej budove, to dokonca nevydržal ani Slávko, ktorý celý čas mlčal:

„No teda! Myslím, že sme zbytočne premárnili toľko času. Nebodaj v tejto 'diere' ešte niekto trénuje? To tu určite len myši po nociach trénujú.“

Andrej, ktorého tvár i postava vzdialene pripomínali ruskú obdobu Schwarzeneggera, to významne uzavrel slovami:

„Zvyčajne sa hovorí, že forma vždy zodpovedá obsahu. Tak sa o tom teraz ešte raz presvedčíme.“

A keď potiahol za kľučku chatrných dverí, začul šibalské slová, ktoré s ľútosťou vyslovil Koša:



„Stále je vidno, že v tebe drieme kabinetný učenec.“

So zvonivým smiechom sme vrazili do telocvične. Ale našu veselosť v okamihu vystriedal nemý údiv, pretože v sále bolo asi šesťdesiat ľudí.

„Juu,“ zahvízdal Slávko. „No, teda.“

Ale už som nepočúvala udivené poznámky mojich kamarátov. Môj pohľad doslova ihneď utkvел na plavovlasom mužovi. Hoci sa tento blondín v zástupe ľudí nijako nelišil od ostatných, bolo na ňom niečo veľmi vzrušujúce. „Bože, aká známa tvár,“ pomyslela som si. Jeho vzhľad mi pripomínal niekoho, koho som veľmi dávno a veľmi dobre poznala. Ale koho? Usilovne som začala pátrať v pamäti a spomínať na všetkých známych z rôznych miest, na celé svoje početné príbuzenstvo a na všetkých priateľov mojich príbuzných. Ale moje snahy boli márne. A z tohto prívalu horúčkovitých úvah ma prebral melodický hlas Senseia (Učiteľa), ktorým bol práve tento záhadný mladý muž.

„Čo vy, nováčikovia,“ povedal s úsmevom, „stojíte tu ako dievča po prvom bozku. Buď poďte cvičiť, alebo zostaňte za dverami. Vyberte si.“

Ten hlas!... Moje prekvapenie nemalo konca. Niekde som ho už počula. Ale kde a kedy?

Naša malá skupina družne kráčala k šatniam. A celú tú dobu sa dotieravé myšlienky drzo dožadovali uspokojenia mojej planej zvedavosti. Kým sme sa pripravovali na cvičenie, pokúšala som sa ostatných povypytovať na Senseia, aby som zistila, odkiaľ pochádza. Ale ukázalo sa, že nikto nič poriadne nevedel. To vo mne vzbudilo ešte väčšiu zvedavosť.

Na rozdiel od pomalej Tatiany som na seba rýchlo navliekla biele kimono a zamierila do telocvične v nádeji, že tam nájdem odpoveď. Ale objavovali sa len ďalšie otázky. V prvom rade ma zarazilo, že tu boli ľudia

rôzneho veku, približne od štrnástich do päťdesiat rokov, čo bolo samo o sebe zvláštne. Niečo také som nevidela ani v jednom z predchádzajúcich oddielov. Zamyslela som sa: „Čo môže spájať toľko ľudí s rôznym spôsobom myslenia, v rôznom veku a s rôznymi životnými skúsenosťami? Ak je to len bojové umenie, aký to musí byť majster a psychológ, aby ich všetkých nadchol a zaujal?“

Ďalšia vec, ktorá ma prekvapila, keď sa začal tréning, bola perfektná disciplína a priateľská atmosféra, ktorá nás obklopovala. Nikto tu nikoho k ničomu nenútil, ale nikomu ani nenapadlo porušovať disciplínu. Každý sa naozaj snažil cvičiť na maximum, čo bolo obdivuhodné v porovnaní s našimi predchádzajúcimi neúspešnými skúsenosťami. Pri pohľade na takú masovú prácu na svojich telách sa aj naša skupina snažila urobiť čo najlepši dojem, intenzívne sme funeli, dychčali a potili sa. Ale dokonca aj počas tejto činnosti (ťažkej skúšky pre moje, ako sa ukázalo, málo tréňované končatiny), ma neopúšťala myšlienka: „Ako možno dosiahnuť takú disciplínu, ako sa hovorí, bez biča a cukru? Čo sa tu asi dozvedeli a videli títo rozdielni ľudia, keď trénovali svoje telá s takým entuziazmom? A prečo všetci cvičia mlčky?!“ vykrikol nakoniec môj rozohnený ženský rozum. „Keby niekto povedal aspoň jediné slovo!“ To bola pre moju zvedavú a uvravenú povahu hotová katastrofa. Veď som dúfala, že si počas tréningu aspoň v niečom urobím jasno.

Po skončení rozcvičky sa ozvali tri silné tlesknutia senpaia (staršieho žiaka). To bolo niečo ako zvláštny signál. Všetci začali utvárať kruh a pri tom si sadali na kolená na podlahu. Keď sa všetci usadili, do stredu kruhu prirodzene a pokojne vstúpil Učiteľ. Začal rozprávať o histórii štýlu Tigra tak, akoby o ňom rozprával

svojim starým, dobrým známym a nie len skupine hlúpych žiakov. Prvýkrát som sa dozvedela, čo je štýl Tigra. Je to jediný štýl, ktorý si od začiatku zachoval svojho bojového ducha bez toho, aby prekonal akékoľvek zmeny. Zrodil sa v Číne. Jeden zo šaolinských majstrov, ktorý pozoroval správanie tigrov, vytvoril svoj vlastný štýl vyznačujúci sa zvýšenou agresivitou a nebezpečnosťou. Štýl nemá svoj pôvod v športe. Jeho bojový duch sa prenáša z Učiteľa na žiaka, pričom privádza vedomie žiaka k tomu, že sa začína cítiť a „myslieť“ ako tiger. No čo sa týka múdrosti, tento štýl ustupuje staršiemu štýlu Draka.

„Tak dobre, teória je teória, ale je čas sa aj trochu rozhybať,“ povedal Sensei.

Vyzval na tatami troch bojovníkov, silných a urastených chlapcov so športovou postavou, aby predviedli niekoľko príkladov z obrany a útoku tohto štýlu. Najskôr ukázal údery v takom tempe, v akom sa mali podľa neho prevádzať v skutočnosti. Úprimne povedané, ani som, rovnako ako ostatní, nepostrehla, kedy Učiteľ zaútočil. Všetko, čo moje oči stačili zaregistrovať, bolo to, že Sensei prešiel okolo troch bojovníkov a pritom na zlomok sekundy mávol rukami. Ani som si nevšimla, kedy chlapci stihli spadnúť. To isté sa stalo pri predvádzaní príkladov obrany. Taká rýchlosť úderov mi pripadala nereálna. A môj mozog, ktorý tomu nechcel veriť, dôvtipne poznamenal: „Možno spadli sami, určite to len predstierajú.“ Ale predstierať výraz tváre pokrivenej príšernou, neznesiteľnou bolesťou bolo nemožné. Sensei k nim pokojne pristúpil a pomohol im obnoviť dýchanie stlačením nejakých bodov na tele. Vďaka tomu sa chlapci spamätali z bolestivého šoku a pokračovali v ďalšom cvičení. Pritom celá táto scéna bola sprevádzaná nemým pozorovaním prekvapenej skupiny.

Potom začal Učiteľ podrobne vysvetľovať techniku štýlu Tigera a pomaly ukazoval každý pohyb aj miesta úderov. Pomyslela som si, že tieto pohyby boli príliš zložité, aby sa dali zvládnuť za zlomok sekundy.

Rozdelili sme sa do dvojíc. Každý sa začal cieľavedome učiť a napodobňovať to, čo sme videli, kto ako vedel. Neďaleko odo mňa smiešne vyhadzoval svoje krátke nôžky a rúčky bacuľatý muž okolo päťdesiatky, a strašne pritom funel. Jeho tvár s plnými, vyšpúlenými perami, ktoré pripomínali veľkú knedľu, bola dôkladne oholená. Cez silné okuliare hľadeli múdre oči. Na hlave sa mu blýskala neveľká plešina s riedkymi šedivejúcimi vlasmi. „Čo ho sem asi priviedlo?“ napadlo mi. „Podľa vzhľadu nevyzeral, že by sa celý život venoval bojovým umeniam... Čo tu teda hľadá? Alebo sa skutočne rozhodol osvojiť si na staré kolená kung-fu?!“

Moje úvahy prerušil hlas Senseia, ktorý hneď vedľa opravoval techniku úderu dvojice silných chlapcov.

„Kto takto udiera? Čo to robíte, Valentin Leonidovič! Veď ste budúci lekár! Musíš pochopiť, prečo udieraš, kam udieraš, a čo sa pri tom deje. Tvoja úloha je spôsobiť bolestivý šok, a nie tu nadarmo hádzať rukami. Úder musí dopadnúť na konkrétne miesto, kadiaľ prechádza nerv alebo nervová pleteň. Úder musí byť bleskový, okamžitý. Čím rýchlejší, tým lepšie. Prečo? Preto, aby si privodil kŕč v svalovom tkanive. Vyslaný nervový impulz zase prostredníctvom reflexných dráh nervovej sústavy spôsobí silné podráždenie nervového uzla, čím nevyhnutne dôjde k útľmu určitej oblasti mozgovej kôry. To znamená, že človek kvôli bolestivému šoku upadá do zvláštneho stavu strnulosti...“

Počas rozhovoru sa okolo začala zhromažďovať skupina zvedavcov. Sensei pokračoval vo vysvetľovaní:

„No úder musí byť zasadený s ohľadom na to, že každý človek má svoje anatomické zvláštnosti. Preto nemusí u každého bežne zasadený úder do daného miesta vyvolať tieto konkrétne prejavy. Aby sme mali, ako sa hovorí, stopercentnú istotu, nie je potrebné útočiť priamym úderom cuki, ale s pootočením dlane v momente dotyku, aby úder šiel do hĺbky. Ako výsledok vzniká rozsiahla 'zóna zásahu'...

... Tento úder smeruje do bodu medzi bránicou a slnečným pletencom. Prečo práve tam? Pretože tadiaľ prechádza jeden z dvanástich párov hlavových nervov, takzvaný *nervus vagus*, čiže blúdivý nerv. Nielenže týmto miestom prechádza, ale aj tu blízko bránicového pažerákového otvoru tvorí nervový pletenec pomocou dvoch kmeňov blúdivého nervu. A čo je blúdivý nerv? Tento nerv predovšetkým inervuje dýchacie ústrojenstvo, tráviacu sústavu, štítnu žľazu a prítitne telieska, nadobličky, obličky. Zároveň sa podieľa na inervácii srdca a ciev. Takže pri správnom údere do daného miesta dochádza k silnému podráždeniu nervovej sústavy, ktoré dočasne prerušuje funkciu mozôčku. A mozôček, ako viete, koordinuje všetky pohybové funkcie. Človek je tak okamžite dezorientovaný. To znamená, že získate čas prijať určité rozhodnutie. Napríklad, ešte raz udrieť alebo utiecť.“

Posledné slovo vyvolalo na tvárach ľudí okolo, vrátane tej mojej, veľa samofúbych úšklabkov. „Akože, utekať, teraz,“ pomyslela som si zasnene. „Veď keby som ovládala také silné údery, tak by som, tak by som... no, určite by som sa nezľakla!“

Vtedy sa Učiteľ pozrel na usmievajúcu sa skupinu a vážne povedal:

„A prečo neutekať, ak je to najlepšie východisko... v danej situácii. V niektorých prípadoch je omnoho

lepšie dostať desať úderov do tváre, než niekoho zabíť... pripraviť ho o život.“

Pri týchto slovách som sa zachvela a začervenala od hanby za svoje vlastné sebecké myšlienky a mániu veľikášstva. S trpkosťou ma vrátili do tvrdej reality mojej existencie.

„Veď ľudský život je vzácny,“ pokračoval Sensei. „Vašou úlohou je len privodiť svalový kŕč, bolestivý šok preto, aby ste zabránili ďalšej nežiaducej situácii. Ale v žiadnom prípade nepoškodiť vnútorné orgány, nelámať rebrá ani nič iné, teda nespôsobiť človeku žiadne ťažké následky. Práve preto tu vynakladáme toľko času, aby sme sa správne naučili techniku úderu. V opačnom prípade, ak by bol silný úder nekontrolovateľný, mohol by spôsobiť obrovské poškodenie organizmu alebo dokonca smrť. Aký to má zmysel?! ... Treba si vážiť ľudský život, pretože na mieste toho, proti ktorému sa brániš, sa môžeš ocitnúť ty... A možno, že tento človek ti jedného dňa zachráni život. Veď nie je vylúčené, že sa ti prihodí nešťastie a práve tento človek bude nablízku, aby ti podal pomocnú ruku a zachránil ňu. **Pretože život je nepredvídateľný a môže sa v ňom prihodiť čokoľvek, dokonca neuveriteľné veci, ktoré si ani nedokážeš predstaviť.**“

Zvyšok tréningu som prežívala pod dojmom tejto zvláštnej, nevtieravej lekcie o podrobnej anatómii a pre mňa neobvyklej filozofii. Úplne ovládla moje myšlienky a ja som znovu a znovu premýšľala o tom, čo som počula.

Tri tlesknutia staršieho senpaia oznámili koniec cvičenia. Keď sa všetci podľa tradície zoradili, povedal:

„Dódžó ni rei (čo znamená pozdrav bojovému duchu telocvične)!“

„Sensei ni rei!“

Učiteľ sa taktiež zdvorilo uklonil a odpovedal:

„Stretneme sa ako obvykle v rovnakom čase. A teraz, kto chce odísť, nech sa prezlečie, a kto chce zostať, nech zostane.“

„No, to je pekné! A kto kam chce? Kto ostáva? Ja tiež chcem...“, pomyslela som si. Ale hlavná skupina sa jeden za druhým, rozbehla k šatniam a strhli ma so sebou. Keď som prebehla vedľa Senseia, videla som, ako k nemu pristúpil ten bacuľatý muž v okuliaroch, ktorého som si všimla už počas tréningu.

„Igor Michajlovič,“ úctivo oslovil Učiteľa. „Chcel by som sa vrátiť k nášmu predchádzajúcemu rozhovoru. Tu som niečo priniesol, aby ste...“

Ďalšie slová som už cez samý smiech a vtipkovanie ostatných, ktorí bežali vedľa mňa, nepočula zrozumiteľne. V dámskej šatni už naplno vyčíňal príval emócií, keď sa preberali najživšie momenty tréningu a poznámky Senseia. Počas diskusie sme na svoje spotené telá usilovne naťahovali niekoľko vrstiev dámskeho oblečenia. Vedľa mňa sa obliekalo dievča so svetlými kučerami. Zoznámili sme sa, a potom som sa spýtala:

„Ty už sem chodíš cvičiť dlho?“

„Nie veľmi dlho. Len tri mesiace.“

„A čo, často Sensei predvádza a hovorí také veci?“

„No, keď je to naozaj potrebné... A keď má dobrú náladu, možno uvidieť oveľa viac... Dnes to ešte nič nebolo.“

„Tak toto nič nebolo“, pomyslela som si. „Čo teda ešte príde, keď je toto len začiatok?!“

„A aký štýl ovláda, Tiger?“

„Nielen ten. Od ostatných, ktorí tu trénujú už dlho, som počula, že Sensei perfektne ovláda štýl Draka, Hada, Wing-čeun, Mačky, Modlivky, Opice a ešte celý rad ďalších štýlov, ktoré som si už nezapamätala.“

Nedôverčivo som na ňu pozrela:

„A kedy sa stihol toto všetko naučiť? Veď na pohľad vyzerá mlado. A niektorí ľudia strávia celý život, aby sa naučili jeden jediný štýl.“

„Tiež som bola zo začiatku prekvapená,“ pokračovala, „ale ako hovoria ostatní, podľa Učiteľa, **'mladé telo vôbec nepoukazuje na vek duše'**,“ odpovedala moja nová kamarátka a pokrčila plecami.

„Čo je vlastne zač?!“ opýtala som sa nervózne a moje predchádzajúce myšlienky spoločne s novými informáciami znovu začali trápiť moju neuspokojenú zvedavosť. „Obyčajný človek,“ ozvala sa odpoveď.

Potom, ako sme sa prezliekli, sa naša partia zhrkla pri vchode a s nadšením sme pozorovali zvláštnu techniku niekoľkých chlapcov so športovými postavami, ktorí cvičili v telocvični spoločne s ostatnými, ktorí zostali. Také prirodzené, naozaj krásne podseknutia, premety, svižné, plynulé úniky sme nevideli ani vo filmoch. Ale najviac ohromovala rýchlosť ich pohybov. „Vari sa pri takej rýchlosti môže človek ešte aj tak dobre orientovať v priestore,“ pomyslela som si. „No, páni! A kde je medzi nimi Sensei?“

A Sensei pokojne sedel bokom a preberal hromadu nejakých papierov a kníh so záložkami, ktoré mu podkladal Knedlík. Vedľa sedeli ešte dvaja muži, ktorí pozorne počúvali výklad Učiteľa. Potom Knedlík rozťahol starú, zažltnutú mapu a všetci štyria sa nad ňou sklonili ako nad vzácnym pokladom. Sensei do nej začal niečo vyznačovať ceruzkou a stále to komentoval a vysvetľoval. Mala som chuť strčiť tam svoj zvedavý nos, ale v tej chvíli nás zozadu zľahka postrčili vysokí chlapci, ktorí sa snažili vyjsť von.

„Hej, vy! Prečo tu tak stojíte? Nepoznáte zákon telocvične? Buď bežte cvičiť, alebo zostaňte za dverami.“



Ak chcete, tak sa vráťte, a ak odchádzate, tak bežte a neprekážajte ostatným.“

Všetci sme sa zrazu vyhrnuli von. „Aha!“ pomyslela som si so závisťou. „Oni tam mohli zostať a my nemôžeme...“ Ale nahlas som samozrejme nič nepovedala.



## 5

Takmer hodinu sme strávili čakaním na jediný autobus v týchto končinách a usilovne sme pri tom udupávali zem na mieste s označením „zastávka“. Ale nedočkali sme sa. Museli sme teda ísť na električku, ktorej konečná zastávka bola podľa slov okoloidúcich relatívne blízko, len asi tridsať – štyridsať minút pešej chôdze. Je pravda, že sme stratili hodinu a pol, kým sme sa naučili na základe vlastných neblahých skúseností pozoruhodnosti miestnych výmoľov a dier. Ale týmto neprijemným okolnostiam nikto z nás takmer nevenoval pozornosť. Všetci sa dychtivo delili o svoje dojmy z toho, čo videli.

„Tak čo,“ povedal s úsmevom Koša, „ideme na budúci tréning?“

Všetci jednodhlasne, ako by sa dohovorili, odpovedali: „Áno!“

„Neviem ako vy,“ prehlásil nadšene Andrej, ktorý z nás bol najviac zapálený pre súboj, „ale ja myslím, že som našiel, čo som chcel, v každom prípade aspoň zatiaľ. Skvelý tréning!“

„Áno,“ prerušil ho Koša, „tiež som sa toho dnes dozvedel oveľa viac, ako za celý mesiac nášho potulovania po oddieloch.“

Všetci sme súhlasne prikývli. Zrazu sa Slávko zastavil, plesol si rukou po čele a vydesene povedal:

„Do kelu! Zabudli sme sa spýtať, koľko sa platí za tréning?!“

Andrej mu položil ruku na rameno a dobrácky ho upokojil:

„Netráp sa, kamarát. Pýtal som sa Senseia. Vieš, čo mi povedal: 'Čím viac, tým lepšie. Ale nie viac než päť rubľov a pokiaľ možno v cárskych zlatkách.'“

Všetci sa zasmiali a Slávko si dokonca s úľavou vydýchol. Bolo to pochopiteľné. Nebol to zlý chlapec, ale z chudobnej rodiny. Cvičenie v predchádzajúcich oddieloch bolo pre neho finančne prakticky nedostupné. Dostať pätnásť – dvadsať rubľov mesačne pre neho znamenalo dostať celý majetok. A tak, ako sme hlučne spomínali na niektoré okamihy tréningu, na veselé vtipy Učiteľa, ani sme si nevšimli, že sme dorazili k zastávke.



## 6

Prišli pracovné dni. Veľmi nás zaujalo rozprávanie o blúdivom nerve a celkovo o inervácii organizmu. Preto sa počas nasledujúcich dní naša skupina snažila zistiť viac podrobností od učiteľov biológie a anatómie. Ale nič konkrétne nám v tejto súvislosti nepovedali, len uviedli, že toto všetko patrí skôr k podrobnej anatómii, ktorá sa študuje na lekárskech fakultách. To ešte viac podnietilo náš záujem o túto tému a primälo nás hľadať príslušné knihy cez známych a príbuzných.

Medzitým sa moja pamäť snažila zistiť, kde som už videla Senseia. Kvôli tomu sa mi dokonca nelenilo pre istotu prelistovať všetky rodinné fotoalbumy. Ale moje snahy boli márne. Rovnako ako predtým, život bežal ďalej a ja som stále hľadala odpovede na záhadné otázky.

Nemohli sme sa dočkať ďalšieho tréningu, a aby sme neprišli neskoro, vyrazili sme o dve hodiny skôr. Keď sme dorazili do telocvične, s prekvapením sme zistili, že nie sme prví, hoci do začiatku tréningu ostala ešte polhodina. Čakalo tam už okolo tridsať ľudí, ktorí si tak ako my, nechceli nechať ujsť niečo zaujímavé hneď od začiatku. Naši priatelia sa s niektorými z nich zoznámili a s humorom potom konštatovali, že v porovnaní s týmito nešťastníkmi bývame celkom blízko.

Žijú totiž v takých vzdialených oblastiach, že na svoju cestu musia vynaložiť bezmála pol dňa, pričom vystriedajú niekoľko dopravných prostriedkov, a ne jeden kilometer musia prejsť pešo. Len pár šťastlivcov sem prichádza vlastným autom.

„Takže priatelia,“ uzavrel Andrej, „môžeme vypnúť hruď a z plného hrdla kričať, že sme miestni!“

Onedlho prišiel aj sám Sensei, obklopený skupinou chlapcov. Na tvárach ľudí sa objavili prívetivé úsmevy. A skupinky, ktoré boli spočiatku rozdelené, splynuli do jedného kolektívu, priateľsky sa zdravili s Učiteľom a vchádzali do otvorenej telocvične. My sme sa tiež hneď nechali nakaziť touto vlnou dobrej nálady. Ale naša radosť netrvala dlho.

Hneď na začiatku rozcvičky vošli do telocvične dvaja slušne oblečení muži, pristúpili k Senseiovi a kamarátsky si s ním začali o čomsi šepkať. Po dohovore Učiteľ poveril staršieho senpaia vedením tréningu. Potom si prehodil kabát priamo cez kimono a vyšiel von spoločne s mužmi. A tu sa začali nekončiace sa muky našich končatín.

Starší senpai, ktorý očividne prispôbil záťaž svojej svalnatému telu, vykonal rozcvičku v takom ostrom tempe, že sa zdalo, akoby nás chcel pripraviť na zlatú medailu. Tu sme, ako sa hovorí, na vlastnej koži pocítili obrovský rozdiel medzi Senseiom s jeho presne dávkovaným cvičením a starším senpaiom, ktorý sa z nás až do príchodu Učiteľa pokúšal urobiť olympijských šampiónov s celou sadou medailí. Každopádne, keď na konci rozcvičky zaznel povel na uvoľnenie, ktorý nazval senpai, nevedno prečo, poloha mŕtveho tela, všetci v telocvični vrátane mňa spadli na zem s takým dunením, že sa zdalo, akoby sa naozaj všade okolo valali vysilené mŕtvolky. Neskôr som zistila, že nezvyčajný

výklad niektorých senpaiových príkazov súvisel s jeho profesionálnou činnosťou v orgánoch ministerstva vnútra.

Po tejto vyčerpávajúcej činnosti sme pod vedením nášho inštruktora začali opakováť základné cviky na zvládnutie úderov, blokov a postojov. Mala som dojem, akoby som sa nachádzala v japonskej armáde, kde vojaci presne, všetci súčasne, plnili rozkazy a hlasno na ne odpovedali vo svojom rodnom jazyku.

Keď do telocvične vošiel Sensei, uľavilo sa mi. Vyzliekol si kabát a pokračoval v tréningu, akoby sa nič nestalo. Všimol si chybu u chlapca stojaceho v prvom rade a taktne ho opravil:

„Správny úder musí byť zasadený touto časťou,“ ukázal na miesto, kde sa nachádza záprstná kosť ukazováka a prostredníka. „Takto... Nesmú sa používať tieto dva susedné prsty (prstenník a malíček), pretože pri nesprávnom údere si možno vážne zraníť zápästie.“

Obrátil sa k zástupu cvičiacich a dodal:

„Je potrebné, aby ste na sebe naozaj dlho a vytrvalo pracovali, vedeli nielen správne a isto udrieť, ale aby ste si tiež neublížili, nespôsobili si bolesť. Priamy úder pästou, ako som už predtým hovoril, je jeden zo základných prvkov bojových umení. Ale bez starostlivej prípravy sa môže päšť ľahko zraníť. Ak budete denne trénovať správny úder, môžete dosiahnuť to, že šlachy naťahovačov prstov na ruke, ktoré sa nachádzajú tu, sa rozídu po stranách záprstných kostičiek ukazováka a prostredníka takým spôsobom, že budú kosti chránené a spevnené. Potom budete môcť smelo zasadzovať rany bez toho, aby ste si ublížili.“

Niekoľko sa spýtal:

„A aby sme si kľby takto pripravili, je potrebné hneď biť do niečoho tvrdého?“

„Načo taká obeť,“ namietol Igor Michajlovič. „Na začiatok môžete zasadzovať údery do boxovacieho vreca. Kto ho nemá, do vreca s pieskom. Myslím, že takú pomôcku si môže doma vyrobiť každý. Ale hlavne, pracujte na údere každý deň a postupne zvyšujte rýchlosť. Nebuďte leniví a trénujte svedomito, na plný výkon. Potom na seba ani výsledok nenechá dlho čakať.“

Tréning sa skončil ďalšou ukážkou nových prvkov zo štýlu Tigra a nácvikom už známych úderov. Po tréningu sa na Senseia so svojimi otázkami opäť nalepil (inak sa to nedá nazvať) ten bacuľatý Knedlík. Musím povedať, že okolo bolo veľa záujemcov, ktorí sa chceli porozprávať so Senseiom, alebo si ho vypočuť. Ale tento chlapík sa drzo predral davom, v ktorom sme mimochodom stáli aj my, a odviedol Učiteľa nabok, zrejme v presvedčení, že jeho otázka je najdôležitejšia zo všetkých. Stratili sme nádej, že sa dočkáme konca ich rozhovoru, a tak sme vyrazili domov.



## 7

O niekoľko dní neskôr nás čakala príjemná novinka: Kostovi sa podarilo zohnať cez známych svojich rodičov vysokoškolskú učebnicu anatómie. Naša radosť nemala konca. Najprv sme, samozrejme, uspokojili našu zvedavosť o blúdivom nerve a na svojich telách sme pohmatom preskúmali, kadiaľ asi prechádza. A Kostá vykonal svoje diagnostické experimenty bez rozpakov priamo na Tatiane, ktorá začala pišať, a my sme si neodpustili príval našich vtipov. Potom sme ešte pozornejšie preskúmali zloženie ruky od zápästia k prstom. Hneď vzápätí sme s veľkým záujmom začali podrobne študovať kosti, svaly, šľachy, nervy, orgány a mozog. Nedá sa povedať, že by som to predtým nevedela. Väčšinu z toho sme preberali na hodinách anatómie. Ale prvýkrát som sa na to pozerala inými očami. A prvýkrát ma to zaujímalo nie kvôli školskej známke, ale kvôli mne samej.

Chcela som dokonale poznať svoje svaly, kĺby, porozumieť tomu, ako a prečo dochádza k ich pohybu. Ako sa svaly zapájajú pri našich rozcvičkách a ako sa to prejavuje na vnútorných orgánoch? Čo sa deje počas úderu? Čo je to bolesť z hľadiska fyziológie? Prečo vlastne človek trpí? A čo sa napokon odohráva



v mojom vlastnom mozgu? Posledná myšlienka bola asi zo všetkého najdôležitejšia, pretože ma podvedome neustále prenasledovala.

Medzitým priatelia tiež nadšene komentovali všetko, čo videli, každý podľa vlastného uváženia. Jednomyseľne sme sa zhodli, že v tejto oblasti sme úplnými laikmi, a že teraz musíme spoločnými silami rýchlo dohnať zameškané. Tak nejako spontánne sme si preto vymysleli dokonca zvláštnu kartovú hru. Aby sme si všetko ľahšie zapamätali, nakreslili sme si jednotlivé kartičky pre kosti, svaly, krvné a nervové cievy, lymfu, orgány a zvlášť pre mozog. A potom sme sa snažili poskladať tento hlavolam dohromady, jednu kartičku vedľa druhej a presne sme pri tom nielen pomenovali jednotlivé časti, ale aj ich príslušné funkcie. Zo začiatku to bolo, samozrejme, ťažké. Ale všetko bolo sprevádzané takými vtipmi, takou vášnivou atmosférou, že chtiac-nechtiac sme si nakoniec všetko zapamätali.

Pred ďalším tréningom sme si pripravili niekoľko otázok týkajúcich sa biomechaniky pohybu počas úderu. Rozhodli sme sa, že ich položíme Senseiovi po tréningu, aby sme mali dôvod zostať dlhšie. V ten deň nám však sám život poskytol túto príležitosť aj bez našich sprisahaneckých plánov.

Na konci tréningu Sensei zorganizoval sparingy. Všetci sme si sadli na podlahu a vytvorili veľký kruh, doprostred ktorého vošli dvaja žiaci, ktorých vybral Sensei. Nášho Andreja to tiež neminulo. Za súpera mu Učiteľ vybral nejakého začiatočníka, rovnako svalnatého a silného. Po rituálnom úklone začali chlapci bojovať. Nejakú dobu to bolo vyrovnané. Ale Andrej bol obratnejší a rýchlejší, vďaka čomu sa mu podarilo zvíťaziť. Senseiov súhlasný potlesk znamenal koniec sparingu. Náš kamarát pomohol vstať svojmu nedávnemu

súperovi. Poklonili sa navzájom, aj Učiteľovi, a zaujali svoje miesta.

Keď do improvizovaného ringu začali vstupovať skúsenejší bojovníci, Andrej sa neudržel. Opojený svojim čerstvým úspechom sa dobrovoľne prihlásil do ďalšieho súboja. A... prehral, takmer vzápätí. Táto okolnosť len rozdúchala jeho nespokojnosť so sebou samým. Boli sme nakazení jeho emóciami, zobrali sme odvahu a poprosili Senseia, či môžeme ostať a pokračovať v tréningu. Učiteľ bez námietok s úsmevom odpovedal:

„Poznáte zákon telocvične: Kto chce trénovať, zostáva a trénuje.“

V ten deň stálo šťastie zjavne na našej strane, pretože ku všetkému, čo sa stalo, chýbal na tréningu Knedlík, ktorý nás všetkých šťval svojou dotieravosťou. Sensei bol teda voľný a mohli sme sa ho pokojne opýtať na zaujímavé okamihy tréningu.

Kým väčšina ľudí odchádzala, všetci, ktorí zostali, sa zaoberali prácou na odstraňovaní svojich nedostatkov pri úderoch. Chlapci, ktorých sme prezývali „rýchli chlapci“, trénovali na svojej úrovni, a my ostatní tiež na svojej. Ale Sensei pozorne všetkých sledoval a opravoval nepresnosti, ktoré postrehol. A potom, v prázdnej telocvični, nám ukázal nové kata (boj s tieňom), kde sa spájala rýchlosť podseknutí, úderov, blokov s prudkosťou únikov a obrátov. Keď som začala kata cvičiť samostatne, nečakane sa ku mne zozadu priblížil Sensei, položil mi ruku na plece a povedal:

„Ty by si toto radšej nemala robiť.“

Prekvapene som sa otočila:

„Prečo?“

Ale v tom okamihu sa naše pohľady stretli v tesnej blízkosti. Mala som taký pocit, akoby ma niekto

zvnútra prezeral röntgenom od hlavy až k pätám. Taký pohľad som ešte nikdy nevidela. Bol taký neobvyklý, prenikavý a zvláštny.

„Preto.“

Táto odpoveď ma trochu zarazila. Stála som tam v rozpakoch a nevedela, čo povedať.

Na chvíľu sa odmlčal a dodal:

„Cvič radšej tieto kata.“

Sensei mi ukázal pohyby, ktoré medzi sebou plynule prechádzali, s prepracovanou technikou hlbokého dýchania. Celú tú dobu som za ním opakovala cviky takmer automaticky. A keď potom odišiel pomáhať ostatným, začali sa mi preháňať hlavou nekonečné otázky: Čo tým myslel? Vari pozná moju diagnózu? Ale ako?! Nikomu z kamarátov som nič nepovedala, ani tu na tréningu som doteraz nič neprezradila. A pri tomto rozjímaní som náhle urobila prekvapivý objav. Keď som bola v škole, doma, v tanečnej, tak sa u mňa objavovala náhla, dlhotrvajúca bolesť hlavy, ale tu, bez ohľadu na to, ako veľmi som mučila svoje telo, sa nikdy táto bolesť nijako neprejavila. Prečo? Z akej príčiny?

A tak, ponorená do svojich myšlienok počas trénovania nových cvikov, som ani nepostrehla, ako ostatní prerušili cvičenia a zhromaždili sa okolo Učiteľa. Keď som to konečne zistila, ponáhľala som sa pridať k poslucháčom, aby som nezmeškala niečo, čo by aj pre mňa mohlo byť dôležité.

„Povedzte, možno si osvojiť techniku správneho úderu iba trénovaním svalstva?“ spýtal sa Andrej.

„Nie. V prvom rade trénovaním mozgu,“ odpovedal Sensei.

„A ako teda?“

„No, aby ste tomu lepšie porozumeli, poviem to takto... Sval je v podstate mechanizmus, ktorý plní

svoju funkciu. Má určitý program, vychádzajúci z mozgu v podobe nervových impulzov. V dôsledku činnosti takýchto programov vznikajú v mozgu signály, ktoré spôsobujú zmrštenie skupiny svalov. Takýmto spôsobom dochádza nielen k pohybu končatín, ale aj k iným zložitým pohybom. To znamená, že náš tréning nie je nič iné, ako cielené zdokonaľovanie nášho mozgu, a teda aj našich svalov. Zmysel spočíva v tom, že čím lepšie a rýchlejšie pracuje 'vytrénovaný' mozog, tým lepšie a rýchlejšie pracujú svaly.“

„A čo vrcholné umenie špičkových športovcov v bojových športoch,“ vstúpil do diskusie Košta. „Niekd som čítal, že ani majstri nestíhajú premýšľať, keď už zasadzujú úder. Ako sa to deje a prečo?“

„Áno, priatelia. Púšťate sa do vážnej témy... Pokúsim sa vám to stručne vysvetliť... Celý trik nespočíva len v natrénovaní svojich svalov, ale v tom, že si treba predstaviť konkrétnu situáciu, obraz súpera. A najdôležitejšie pri tom je presne vedieť, kam zasadzuješ úder, do akého tkaniva, k čomu pri tom dochádza vo vnútri organizmu, akú silu má úder a tak ďalej. Ak človek útočí len tak, aby si to nacvičil, všetko jeho úsilie je nanič! Skutočný bojovník, ktorý trénuje pomocou makiwary, pracuje predovšetkým s obrazom. Reálne si predstavuje, ako sa súper odkrýva, a v tom momente zasadzuje úder, pričom si uvedomuje jeho možné následky. To znamená, že trénuje svoj mozog.“

„A čo sa pritom deje v mozgu?“ spýtal sa niekto zo starších chlapcov.

„Mozog prostredníctvom zrakového vnemu hodnotí situáciu, analyzuje ju a robí rozhodnutia. Potom odovzdá tento povel do mozočku, teda do motorického centra. A z neho sa už prostredníctvom nervov dostáva príslušný signál do svalov. Všetka táto činnosť

sa zaznamenáva do pamäte. V boji sa potom u bojovníka táto pamäť podvedome spúšťa, ale bez všetkých zložitých reťazcov analýzy a povelov v mozgu. Takže, súper sa ledva odkryl a majster už robí mimovoľný pohyb. Povedzme, že je to iná činnosť psychiky, iná činnosť inervácie, iná činnosť mozgu.“

„A to sa odohráva z hľadiska fyziológie akoby na podvedomej úrovni?“ blysol sa svojimi znalosťami Kostík.

„Presne tak. Zložené reflexné pohybové reakcie sa uskutočňujú už na úrovni nepodmieneného reflexu,“ povedal s úsmevom Sensei, a potom dodal: „v učebných osnovách anatómie sa vyskytujú také pojmy ako podmienené a nepodmienené reflexy. Nepodmienené, to sú geneticky dané reflexy, založené samotnou prírodou. Práve vďaka nim dochádza k regulácii vnútorného prostredia organizmu, k ochrane jedinca. A k podmieneným reflexom patria reflexy získané skúsenosťami, osvojením si nových návykov. Avšak aj tieto reflexy vznikajú na základe nepodmienených reflexov. U človeka vo všeobecnosti existuje množstvo nepodmienených reflexov, spojení, reakcií, ktoré sa uskutočňujú prostredníctvom miechy, zadného a stredného mozgu, podkôrových oblastí kôry hemisfér a mozočku...!“

„Tak to, čo ste nám hovoril na začiatku, to je to veľké Umenie?“ nemohol sa stále upokojiť Andrej.

„Nie. To je len prvý stupeň skutočného majstrovstva... Vo vrcholnom Umení je hlavná práca zameraná na predvídanie. To má na starosti epifýza, ktorá sa nachádza nad mozočkom, a je súčasťou medzimozgu.“

„A epifýza je jednoducho súčasť bielej hmoty?“ spýtal sa Kostá.

„Nie. Je to takzvaná endokrinná žľaza, s hmotnosťou len asi jedného karátu. Avšak má obrovský význam

pre životné funkcie organizmu. Je to jedna z najzáhadnejších častí mozgu a človeka vôbec. Bohužiaľ, veda zatiaľ nevie nič o jej skutočných funkciách.“

„A kto ich pozná?“ zvedavo sa spýtal Koša.

„Kto to potrebuje, ten to vie,“ so šibalským úsmevom odpovedal Sensei a potom pokračoval: „Tak teda, prácou na predvídaní, majster podvedome rozvíja schopnosť zachytiť myšlienky svojho súpera. To znamená, že sotva si pomyslí, že je potrebné niekam udríeť, majster už podniká odvetnú akciu, práve takú, aká je nevyhnutná. Všetko sa pritom odohráva nevedome, v jedinom okamihu.“

„Zaujímavé, a s takýmito podvedomými javmi 'okamžitej rýchlosti' sa stretávajú len majstri bojových umení?“ zamyslene sa spýtal Andrej.

„Prečo? Nielen oni. Mnohí ľudia sa v živote veľmi často stretávajú s týmito psychickými javmi. U niektorých k tomu dochádza po dlhých špeciálnych tréningoch. Vezmime si napríklad cirkusantov, ktorí chytajú vo veľkej rýchlosti nože, šípy a podobne. Iní ľudia na vlastnej koži pocítili, ako fungujú tieto nepodmienené reflexy v živote. Dajme tomu, keď človeka niečo alebo niekto silno vyľaká, napríklad pes. V okamihu dokáže vykonať sériu pohybov. A až keď nebezpečenstvo pominie, uvedomí si, ako rýchlo to urobil. Túto schopnosť má v sebe človek od prvopočiatku. Inak by len sotva prežil v dávnych dobách, kedy sa útekem zachraňoval pred mamutom, šablozubým tigrom alebo inou šelmou.“

Stáli sme mlčky, očarení Senseiovým rozprávaním. V tej chvíli niekto zaklopal na dvere. Bolo to také nečakané, že sa všetko v mojom vnútri na sekundu zovrelo. Na večerné prechádzky bolo už neskoro. Sensei pokojne pristúpil ku dverám a otvoril, zatiaľ čo my sme ho pozorne sledovali.

„Výborne, som rád, že som ťa zastihol,“ podal mu ruku na pozdrav nejaký muž. „Myslel som, že už pôjdem k tebe domov. A aha, ty si tu...“

„Hneď som pri tebe, počkaj minútku,“ povedal Sensei a vrátil sa k nám. „Priatelia, máte ešte pätnásť minút na cvičenie, a potom hneď domov.“

O pol hodiny sme už stáli vonku a čakali na ostatných. Igor Michajlovič zamkol telocvičňu, náhlivo sa s nami rozlúčil a autom odišiel s tým mužom.

„No, pekne,“ hnevala som sa sama na seba, „chcela som sa Senseia po tréningu opýtať na to jeho záhadné 'Preto', ale nevyšlo to. Mala som to urobiť v telocvični. Lenže tam sú všade zvedaví poslucháči. Takže smola!“

Keď sme sa vracali domov, každý rozmýšľal o niečom inom. A nie je sa čomu čudovať, po takomto tréningu je o čom premýšľať. No niekto uvažoval mlčky, a niekto nahlas. Andrej sa nás, a zrejme aj sám seba, snažil skoro polovicu cesty presvedčiť, že dnešná prehra v sparingu bola číra náhoda.

„Škoda, nemal som so sebou nunčaky. To nevadí, prinesiem si ich na budúci tréning. Potom im ešte len ukážem skutočnú úroveň!“

To sľubovalo naozaj vzrušujúce predstavenie, pretože sme vedeli, ako dobre Andrej narábala s nunčakmi. Bol to jeho koníček.



## 8

Na tento tréning naša skupina čakala viac, ako keďkoľvek predtým. Prišli sme s predstihom. Telocvičňa bola otvorená. Niektorí sa už prezliekli a trochu sa rozcvičovali. Sensei stál bokom, so zápalom sa rozprával s nejakým vysokým starším mužom. Tento postarší muž bol taký chudý, že kimono na ňom viselo ako na vešiaku. Neďaleko od nich stál spoločne so skupinou mužov Knedlík. Ale výraz jeho tváre naznačoval, že nepočúval dokonca ani vtipy svojich spoločníkov. Vyzeralo to, že má namiesto uší radar a snaží sa zachytiť ten najjemnejší zvuk zo strany Senseia a postaršieho dlháňa. „Uf,“ pomyslela som si rozhorčene. „Zase je tu!“

Hneď za nami hlučne vošlo niekoľko mladíkov z našej skupiny v povznesenej nálade. S nimi si hrdo vykračoval neupravený chlapík, štyridsiatnik, v ufúľanom oblečení, s týždenným strniskom na tvári. Chlapci sa pozdravili so Senseiom a oznámili so zjavným potešením:

„Práve sme stretli tohto zaujímavého človeka, senzibila... Zoznámte sa, Vitalij Jakovlevič.“

Pri tých slovách strapatý muž dôstojne kývol hlavou na pozdrav a opäť zaujal svoj samofúby postoj.

„Má neobyčajné schopnosti, bol taký láskavý a súhlasil, že nám ich ukáže...“



Sensei zdvorilo prikývol:

„Bolo by veľmi zaujímavé, keby sme to mohli vidieť.“

„A veľmi poučné,“ mnohознаčne dodal Vitalij Jakovlevič a zdvihol pritom ukazovák.

Okolo sa začal zhromažďovať dav zvedavcov z našej skupiny. Medzitým „senzibil“ s výrazom neprekonaiteľného znalca svojho remesla vytiahol z natrhnutého vrecka bundy asi desať obyčajných polievkových lyžíc previazaných prúžkom špinavej handry.

„Čo myslíš,“ ticho zašepkal Kostík Andrejovi, „odkiaľ sa u tohto neandertálcu vzali predmety z ľudskej civilizácie?“

„Asi ich niekde potiahol,“ nenútene odpovedal Andrej.

„Zaujímavé, a vie vôbec, ako ich používať?“ zasmial sa Kostík.

Vtom sa Vitalij Jakovlevič demonštratívne vyzliekol do pol pása, odhalil svoje tučné brucho a potom si začal horlivo lepíť lyžice zadnou stranou na hruď. Naši mladíci vyprskli smiechom a Košťa dodal:

„Tak to áno! Nie nadarmo sa hovorí, že technika v rukách barbara sa stáva hromadou šrotu!“

V dave sa ozval prekvapený šum. Lyžice sa skutočne prilepili a „senzibil“ sa dôstojne prechádzal a vypínal hruď, akoby bola ovešaná medailami za statočnosť.

Ktosi sa opýtal:

„A ako to vlastne robíte? Môžete to nejako vysvetliť?“

Vyzeralo to, že práve na takúto otázku Vitalij Jakovlevič čakal. S viditeľným potešením nás začal poučovať a rozprával o bioenergetickoinformačných poliach, biologickom magnetizme človeka, o ich fenomenálnych prejavoch len u vyvolených ľudí a o všemohúcej sile tohto pôsobenia. Jeho reč postupne gradovala. „Senzibil“ chodil sem a tam pred udiveným davom s nahým

telom ovešaným lyžicami, presvedčivo šermoval rukami a vzrušene deklamoval:

„... Toto mocné pulzujúce fluidum, ktoré sa zrodilo silou Svetového Kozmického intelektu, stelesňuje posledný stupeň dokonalosti ducha. Je schopné silou svojej aury obklopiť vedomie človeka. A nielen sa oddeliť od ľudského tela, ale aj pokračovať spolu s jeho dušou v existencii mimo tela. Povedal by som, v existencii za hranicou, úplne vedome.

Keď som nazhromaždil energiu tohto kozmického fluida, odhalil som v sebe neobyčajné nadprirodzené schopnosti. Získal som vzácny dar magnetizmu, jasnoviectva, uzdravovania chorých. Svojimi zázračnými schopnosťami viem vyliečiť všetky choroby. Liečim prostredníctvom vzájomne sa prelinajúcich všadeprítomných prúdov fluida, ktoré sú prapríčinou celého energetickoinformačného poľa veľkého Kozmu. Svojim kladným pólom regenerujem sily, telo, auru človeka a tiež odstraňujem poškodenia, uhrnutia...“

Všimla som si, že aj keď pre mňa nebola táto svojrázna lekcia úplne pochopiteľná, moje myšlienky v nej začali hľadať alternatívy možného uzdravenia. „A čo keď ma môže vyliečiť?! Hoci, samozrejme je ťažké tomu uveriť, ale zrazu...“ Povzbudená iluzórnou nádejou som začala horlivo počúvať presvedčivú reč „senzibila“ a už som vôbec nevenovala pozornosť jeho zovňajšku.

„... Moja sila sa postupne zdokonaľovala, až sa stala nesmiernou... Veď sa presvedčte sami. Toto je jeden z jej prejavov,“ ukázal na prilepené lyžice.

Pritom bolo možné pozorovať zvláštny obraz. Čím ďalej sa promenádoval pozdĺž svojich poslucháčov, čím viac a viac vypínal brucho, pričom sa ľahko zakláňal ako tučniak. Pozrela som sa na Senseia. Stál s rukami skríženými na prsiach, s ľahko naklonenou hlavou,

očividne už unavený z počúvania. Na tvári sa mu objavil ironický úsmev.

„... Takú dokonalosť som dosiahol vďaka tajným znalostiam, ktoré nie sú známe nikomu na Zemi okrem vyvolených. Na základe týchto utajených informácií som vypracoval svoj vlastný systém duchovného rozvoja. Ale ten nie je dostupný každému obyčajnému smrteľníkovi. Dokonca ten, kto odčinením hriechov a pôstom dosiahne desiaty stupeň mojej stupnice dokonalosti, nemôže samostatne pochopiť veľké tajomstvo tohto poznania. Pretože to sa odhaľuje iba vyvoleným z vyvolených. Lebo len takí ľudia, ako ja, ktorí dokážu spojiť pominuteľné telo s veľkým duchom, duchom Vesmírneho intelektu, disponujú všemohúcnosťou Boha!!!“

Zdá sa, že pri týchto slovách to už Senseiove nervy nevydržali. Súdiac podľa ľahkého chvenia jeho tela, sa mi zdalo, že sa neudrží a takú mu jednu vrazí, že tohto „posla“ nezachráni ani vychvaľovaná sila. Ale napriek môjmu predpokladu Sensei len zreteľne, s dôrazom na každé slovo, povedal:

„Vážený, neberiete si na seba až príliš veľkú zodpovednosť? Zatiaľ ste ešte nepredviedli nič, čo by potvrdzovalo vaše slová.“

„Ako to, že nepredviedol?“ Oboril sa na neho rozhorčene Vitalij Jakovlevič. „Čo, ty to nevidíš?“

„To je všetko hlúposť,“ pokračoval Sensei. „To zvládne ktokoľvek. A nič mimoriadne a nadprirodzené to nie je... Treba sa skrátka častejšie umývať.“

Celá skupina vybuchla smiechom. A Kostík sa plesol po čele a zvolal:

„Presne tak! Už som si spomenul, čítal som o tomto triku. Má skrátka lepkavé a mokré telo, preto sa lyžice prilepili.“

„Všemohúci vládca Vesmíru a celej Zeme“ ešte viac vzkypel hnevom a div nezreval na celú sálu, obracajúc sa na Senseia:

„Ale ty si ešte príliš mladý, aby si mohol posúdiť tieto veľké znalosti! Čo ty vlastne vieš okrem trepania nohami...“

Sensei sa na neho uprene zadíval. Potom k nemu podišiel a ľahko mu zobral jednu z kĺzajúcich sa lyžíc z hrude. Všetci okolo strnuli. Učiteľ natiahol ruku pred seba, pričom držal lyžicu za užučký koniec, a začal vykonávať sériu dychových cvičení, s prepracovaným hlbokým dýchaním. Za minútu sa jeho tvár uvoľnila, emócie zmizli. Oči sa zmenili a ako sa mi zdalo, stali sa bezodnými. Na niekoľko sekúnd stuhol, sústredene hľadel na lyžicu. Vyzeral ako majestátna impozantná socha. A zrazu sa lyžica začala rýchlo ohýbať ako mäkké vädnuce steblo. Zdalo sa, že bola vyrobená nie z tvrdého kovu, ale z akejsi plastickej hmoty. Neverila som vlastným očiam. Neuveriteľné, ale bolo to tak!

Sensei sa za okamih znova vrátil do svojej bývalej podoby a pokojne povedal ohromenému Vitalijovi Jakovlevičovi, zatiaľ čo mu vracal ohnutú lyžicu:

„Keď nám budete môcť ukázať aspoň takýto trik, tak potom si vás radi vypočujeme.“

Sensei sa prudko otočil k našej skupine a dodal:

„Informácia pre tých, ktorí sa ešte neprezliekli. Tréning začína o dve minúty. Kto to nestihne, bude robiť trestné kľuky (tak sme hovorili dvadsiatim kľukom za meškanie).“

Keď sme počuli tieto slová, rozbehli sme sa k šatniam, predbiehali sme jeden druhého, takže sme nevideli to najzaujímavejšie: ako sa spamätával tento novopečený „bezdomovecký idol“.

„Starší senpai! Prečo sú v sále cudzí ľudia?!“ ozval sa vzadu Senseiov hlas.

Počas celej rozcvičky som premýšľala: „Ako mi vôbec mohla napadnúť myšlienka, že by mi tento bezdomovec mohol pomôcť?! No... Ale na druhej strane, v mojej bezvýchodiskovej situácii je stále potrebné veriť na zázrak, áno veriť, že snáď predsa len. Topiaci sa aj slamky chytá, hlavné je zostať nažive. Veď preto vznikajú také hlúpe nápady, z vnútorného, takmer panického strachu. Nie! Musím sa pozbierať. Aj tak si nájdem zadné dvierka. Budem sa snažiť udržať pri živote. Len nesmiem strácať nádej a musím bojovať až do konca!“ Najprekvapivejšie bolo to, že moje pevné presvedčenie vyrástlo z akéhosi hlbokého, podvedomého pocitu, z toho Niečoho, čo som tak usilovne hľadala. Ale všetko sa to ukazovalo len v hmlistých dohadoch.

Vtedy rozcvička skončila a my sme začali cvičiť základnú zostavu pod vedením staršieho senpaia. Sensei sedel na športovej lavičke, o niečom sa rozprával s vysokým starším mužom. „Keby som si tak mohla vypočuť, o čom spolu hovoria,“ pomyslela si moja osoba. Ale zjavne, také všetečné myšlienky neprišli na myseľ len mne. Knedlík, hoci to bol muž so šedinami, no celý čas sa snažil akoby náhodou počas rozcvičky dostať do Učiteľovej blízkosti. Pri každej tejto príležitosti vo mne vzbudzoval pocit závidosti a žiarlivosti. A podľa odsudzujúcich pohľadov našich chlapcov, nielen vo mne.

V hluku a monotónnosti vykonávania najdôležitejších základných úderov a hlasného počítania ich poradia som opäť unikla do svojich myšlienok. „Ako sa Senseiovi podarilo ohnúť lyžicu? A prečo nazval tento fenomén proste trikom? Veď ak to bol trik, tak ho podľa mňa treba dôkladne pripraviť. A on ju len tak zobral a ohol jediným pohľadom.“

Môžem povedať, že som tomu verila a neverila zároveň. Verila, pretože som niekde čítala o fenomenálnych ľuďoch, ktorí mali také schopnosti. Spomenula som si, že tam boli opísaní ľudia so schopnosťami magnetu. Ale k nim sa prilepovali ľubovoľné predmety nezávisle od toho, z akého materiálu boli vyrobené: z dreva, kovu, plastu. Pamätám si, že ma pritom prekvapilo, akú váhu títo ľudia na sebe držali – aj viac ako desať kilogramov!

Paradoxné je, že som neverila najmä svojim očiam, tomu, že som to videla, ako sa hovorí, naživo. Presnejšie, táto nedôvera viac súvisela s oblasťou môjho vnímania reálnosti samotného faktu. Okolo boli samé záhady. Chápala by som, keby našu skupinu zhypnotizovali, vopred by povedali, čo teraz uvidíme. Ale Sensei sa jednoducho bez slova zobral a urobil to. Ako?!

Avšak, samotný fakt, že takýto jav je možný, bol pre mňa veľmi dôležitý.

Bola to akási mne ešte neznáma pevná platforma, vytvorená znalosťami Senseia. Na ňu sa potom intenzívne zachytávalo moje podvedomie a všemožne sa bránilo protivným myšlienkam. Neviem prečo, ale začala som dôverovať tomuto zaujímavému človeku. Prinajmenšom zjavne vedel, kde je pravda a kde fikcia.

Po základnej zostave konečne nastal pre našu skupinu dlho očakávaný okamih. Túto časť tréningu sme si pre seba nazvali voľný program, pretože sme vytvorili dvojice a podľa výberu sme zdokonaľovali staré postupy alebo nejaké zvláštne údery z predchádzajúcich cvičení. Andrej vzal nunčaky a pod našimi zvedavými pohľadmi pristúpil k Učiteľovi.

„Dá sa niečo urobiť proti nunčakom?“

„A vieš nimi točiť?“ spýtal sa s úsmevom Sensei.

„A ešte ako!“ samoľúbo sa pochválil Andrej. „Už štyri

roky ich nepúšťam z rúk. Dá sa povedať, že s nimi aj spím, aj jem.“ A Andrej názorne urobil niekoľko podľa nás zložitých točivých pohybov.

„Nie je to zlé,“ odvetil Sensei.

„Ale napriek tomu, dá sa niečo urobiť na obranu proti nunčakom?“ zopakoval svoju otázku Andrej, oči-vidne provokoval Učiteľa.

„Samozrejme... Na každého Vidžaja sa nájde Radža.“

„Čo? Čože?“ nepochopil Andrej a spýtal sa znovu.

„Hovorím, že na každú silu existuje odvetná sila. Nunčaky nie sú výnimkou.“

„A môžete to ukázať?“

„Môžem... Ale takto to nebude čestné, ty s nunčakmi proti mne... Tak si vezmi k sebe ešte niekoho.“

S údivom sme sa na seba pozreli. Napriek tomu si šiel Andrej hľadať partáka a naša skupina začala zháňať ďalšiu bojovú zbraň. Bohužiaľ nunčaky už nikto iný nemal. Zato sme v miestnosti na športové potreby objavili množstvo dvojmetrových tyčí.

Ale aj keď sme náčinie našli ľahko, s hľadaním partáka to mal Andrej trochu zložitejšie. Skúsenejší chlapci kategoricky odmietali návrh zúčastniť sa tohto boja, potajomky sa pochechtávali: „Nie, chlapče. Zvládni si to sám.“

Nakoniec sa Andrejovi podarilo presvedčiť akéhosi chlapíka z nováčikov. V tom čase sa Sensei pokojne rozprával s tým chudým starčekom v bielom kimone.

„Tak som naši!“ radostne oznámil Andrej Učiteľovi.

„Našiel, dobre. Starší senpai bude naším sekundantom... Na jeho tlesknutie začnite útočiť na plný kontakt. Všetko je jasné?“

Andrej čakal len na to. S viditeľným potešením zakýval hlavou. Sensei sa postavil doprostred. Andrej sa postavil naproti Senseiovi a chlapík s tyčou si vybral

pozíciu zozadu, sprava od Učiteľa. Nastala strhujúca minúta. Všetci účastníci boli v bojovom napätí, okrem Senseia. Stál uvoľnene, o čomsi premýšľal, a zľahka sa pohrával s cípmi čierneho opasku, vyšívaneho zlatými hieroglyfmi.

Po tlesknutí staršieho senpaia Andrej prešiel rovno do čelného útoku, točil nunčakmi takou rýchlosťou, že vyzerali ako roztočená vrtuľa. Vtedy druhý chlapík prudko priskočil a zahnal sa tyčou. To, čo sa stalo potom, sa odohralo v priebehu niekoľkých okamihov. Sensei na začiatku útoku vôbec nezmenil pozíciu, ako zahlbene stál, tak aj zostal. No len čo sa súper k nemu dostali na kritickú vzdialenosť, vôbec nezmenil postoj, len prudko vysunul ruku dopredu. Ak vôbec možno povedať „vysunul“, pretože v skutočnosti jeho ruka vyletela ako útočiaci had. Nunčaky sa na nej zamotali, pretočili a leteli smerom k druhému súperovi. Učiteľ pohybom zápästia zľahka zmenil dráhu ich letu. Nunčaky vo vzduchu urobili polobrat, vyrovnali sa ako tyč a čelnou plochou trafili priamo do čela muža, ktorý útočil zozadu. Druhá časť nunčakov pokračovala v lete a zasiahla tyč. A tyč tak rovnako zmenila dráhu letu a trafila priamo Andrejovu hlavu. V dôsledku toho sa dvaja omráčení bojovníci nemotorne natiahli na podlahe a ani si neuvedomili, čo sa vlastne stalo. A Sensei naďalej stál v zamyslení, ako keby sa ho celý ten rozruch okolo neho vôbec netýkal. Potom, keď sa spamätal, starostlivo sa spýtal oboch bývalých „súperov“:

„Tak čo, chlapci, neudreli ste sa veľmi?“

„Nie,“ odpovedal rozpačito Andrej a usilovne si trel nabiehajúcu hrču na čele. „Je to dobré...“

Chlapík tiež prikývol. „Prepáčte, trochu som to neodhadol.“ A pristúpiac k svojmu bývalému spoločníkovi povedal, akoby sa nič nestalo:



„Viete, mám skvelý nápad! Čo keby...“

Medzitým to v skupine, ktorá sledovala zápas, hučalo – diskusie, debaty, smiech, údiv nad bleskurýchlym ukončením boja. A jeden zo starších chlapcov, ktorému Andrej ponúkal, aby bol jeho parťákom, so smiechom povedal:

„No jasné, Sensei to neodhadol, aha! No nič, chlapci, držte sa. Takými 'chybnými' odhadmi sme sa tu kvôli svojej hlúposti zaoberali už neraz.“

Keď Andrejovi nakoniec došlo, čo sa stalo, jedno-ducho začal útočiť na Kostíka a Slávka stále s rovnakou otázkou: „Ako je to možné? Raz... a jedným pohybom, dokonca ani nie úderom?!“ Na to Kostík rozpačito odpovedal:

„Ako to máme vedieť? Tam je Sensei, toho sa spýtaj.“

Ale Učiteľ bol až do konca tréningu stále zamestnaný tu ukázkou nových spôsobov, tu prácou na zložitých úderoch so staršími chlapcami, tu odpoveďami na nekonečné otázky, a na konci tréningu rozhovorom s tým starším mužom. Ale Andrej si dal za cieľ zistiť všetko ešte dnes za každú cenu.

A taká šanca sa našej skupine naskytla až vtedy, keď sa skončili doplnkové cvičenia. Rýchlo sme sa prezliekli a stáli pri východe, v strehu, pevne rozhodnutí dosiahnuť svoje. Ale ukázalo sa, že ideme s Igorom Michajlovičom a s jeho zverencami rovnakou cestou až na zastávku. Cestou sme sa začali vypytovať.

„A ako sa vám podarilo jedným pohybom zvíťaziť nad dvoma súpermi s takou výzbrojou?“ položil neodbytnú otázku Andrej.

„So zbraňou to nemá nič spoločné. Je to technika využívajúca silu súpera. Mimochoďom, používa sa v mnohých štýloch, napríklad aikido, džúdzucu, wing-čeun a iných. Treba iba vystihnúť okamih a využiť ho.“

„To je celkom pochopiteľné. A aký štýl ste použili vo vašom prípade?“

„Tak,“ Sensei pokrčil ramenami a šibalsky odpovedal, „zo všetkého trošku.“

„Tak nám to predsa povedzte!“ nedal sa Andrej. „Nato je potrebné poznať zákon zotrvačnosti z fyziky, rozloženie ťažiska z biomechaniky a niečo zo štýlu Hada.“

„Hoho!“ zahvízdal Andrej.

„A čo si chcel? **Všetky velké věci sú smiešne jednoduché, ale vyžadujú si veľké úsilie.**“ Kým Andrej premýšľal o tomto výroku, Slávko sa rýchlo opýtal:

„A tamten trik s lyžicou nám môžete nejako vysvetliť?“

„Samozrejme, môžem,“ odpovedal s úsmevom Sensei. „Na Zemi nie je nič tajné, čo by sa raz nestalo skutočnosťou.“

„A čo to teda bolo?“

„To sú všetko hlúposti. Nič zvláštne to nie je, obyčajný čchi-kung, presnejšie jedna z jeho modifikácií.“

„Čo je to čchi-kung?“ to zase zaujímalo mňa.

„Niekde som čítal, že je to jednoducho dychové cvičenie,“ poznamenal Košťa.

„Áno, mnohí si to myslia,“ odpovedal Igor Michajlovič. „Ale v skutočnosti je čchi-kung dychový a meditačný systém, pomocou ktorého môže človek ovládať skryté psychické a fyzické možnosti. Ale v podstate je to jeden z najjednoduchších druhov duchovných cvičení.“ Táto veta zaujala celú skupinku. A v mojom vnútri sa po tých slovách niečo pohlo. No len čo som otvorila ústa, aby som sa spýtala ako sa to dá naučiť, už do toho vpadol Košťa so svojim obľúbeným zvykom viesť plané reči.

„Áno,

**Mnohé by som mohol dokázať,  
keď pevný základ budem mať.“**

„Ó, ty sa zaujímaš o Johanna Wolfganga Goetheho,“ chytil sa toho Igor Michajlovič. „Ak si to teda čítal, tak je tam i toto:

**... mudrc riekol:**

**Svet duchov vedľa, s bránou nezamknutou,**

**No ty si slepý, a všetko v tebe je mŕtve.**

**Umy sa v rannej zore, ako v mori,**

**Prebuď sa – toto je svet, vstúp doň.“**

V tej chvíli by ste mali vidieť udivený výraz v Kostovej tvári. Bol natoľko užasnutý tým, čo počul, že zrazu nevedel, čo povedať. Veď to bol prvý človek v jeho živote (samozrejme okrem rodičov), ktorý mu odporoval na jeho „vysoko intelektuálnej“ úrovni. „Tak mu treba,“ škodoradostne som sa v duchu zaradovala. „Spyšnel a myslí si, že je jediný erudovaný.“

„Prečítal som dosť veľa kníh,“ začal sa obhajovať „Filozof“, pričom viac hájil svoju hrdosť ako tému rozhovoru. „V nich svet duchov predstavuje len detskú rozprávku.“

„Kto vie,“ ľahostajne predniesol Sensei a pokračoval v citovaní Goetheho:

**„Pergamen tvoju túžbu neuhasí.**

**Kľúč k múdrosti nenájdeš na stránkach kníh.**

**Kto po tajomstvách života myšlienkou každou  
prahne,**

**Vo svojej duši nájde prameň ich.“**

„Hm to sa ľahko povie 'nájst prameň',“ odkašľal si Kostík a po menšej odmlke dodal: „Ako hovoril Molière:

**'Nie vždy sa plní, čo duša chcela,**

**A nie je cesta krátka od myšlienky k cieľu.“**

„Čo to počujem?“ veselo reagoval Sensei,

**„Rozvážnosť od krajnosti beží**

**Aj múdrym treba byť s mierou – velí.“**

„To je niečo známe...”

„To je tiež Poquelin, jeho veta z Misanropa.”

„Čože, kto?”

„No, predsa, Jean-Baptiste Molière. Jeho pravé meno je Poquelin.”

Dokonca aj pod svetlom pouličných lúčov bolo vidieť, ako Kostík očervenel až po uši.

„Ale... ale... východná múdrosť hovorí, že skutočná rozvážnosť spočíva v tom, aby sme na začiatku akejkoľvek činnosti predvídali, aký bude jej koniec.”

„Presne tak. To teda dokazuje to, že **človek je tvor mysliaci a jeho hlavná sila spočíva v jeho myšlienkach**. Dokonca v súčasnom svete, keď použijem slová vedcov, napríklad práve Ciolkovského, o tom môžeme nájsť potvrdenie: 'Realizácii predchádza myšlienka a presnému výpočtu – fantázia.' Ako vidíš, v ľudskom faktore sa v priebehu storočí nič nezmenilo. A prečo? Pretože, ako správne poznamenal Valentin Sidorov:

**'Podstata myšlienky je tvoja vlastná podstata.**

**Keď pochopíš myšlienku – pochopíš seba.**

**Potom budeš vládnuť sám sebe.**

**Ide len o silu rozumu.'**“

„Áno,“ povedal Kostík a veľavravne to uzavrel: „Hlava bez rozumu je ako svietnik bez sviečky.”

„Skvelé slová Leva Nikolajeviča Tolstého,“ súhlasil Igor Michajlovič, čo „Filozof“ vôbec nečakal. „Pokiaľ si spomínaš, má ešte ďalšiu krásnu vetu: 'Myšlienka je počiatok všetkého. A myšlienky možno riadiť. A preto je pri zdokonaľovaní najdôležitejšie neustále pracovať s myšlienkami.'“

Kostík neisto kývol hlavou. Ale táto skutočnosť, ako sa ukázalo, ešte viac urazila jeho samofúbosť. A v priebehu nasledujúcich dvadsiatich minút sme sa stali svedkami grandióznej bitky aforizmov, citátov,

výrokov ruských i zahraničných spisovateľov, básnikov, filozofov, vedcov, ktorých mená som väčšinou ani nepoznala. V tom čase sa moja osoba pokúšala nejako zamiešať do tohto dialógu so svojou životne dôležitou otázkou, ktorú som s netrpezlivosťou chcela položiť. Ale polemika Senseia s naším „Filozofom“ bola nezadržateľná, postupne vrcholila. Už som sa na Kostíka naozaj našťavala za to, že zaberá taký cenný čas kvôli uspokojeniu svojej mánie brilantného znalca. Ale on bol natoľko pohrúžený do tohto procesu, až sa zdalo, že pre neho na svete nič iné ani neexistovalo.

Nakoniec, keď sme už prichádzali k zastávke, Kostík si zrejme spomenul na všetko, čo mal vo svojej pamäti, pretože predniesol svoju korunnú frázu:

„Áno, ako povedal Villon: **‚Poznám všetko, len seba nie.‘**“

„Tak

**... pozri sa na seba a premýšľaj o tom,  
Kto si, kde si a kam pôjdeš potom?“**

„A to je zase kto?!“ Košťa sa definitívne neovládol a takmer vykrikol. „Ó,“ Sensei si s pôžitkom dal na čas, „to je Omar Chajjám. Významný perzský básnik a filozof. Veľký učenec, ktorý v mnohom predbehol svoju dobu. Jeho celé meno je Giját ad-Dín Abú al-Fath Umar bin Ibráhím Chajjám Nišábúrí. Žil v 11. storočí. Jeho múdrosť počúvali dokonca niektorí seldžuckí vládcovia Iránu, hoci sám pochádzal z Chorásánu, dedinky vedľa Nišápúru. Mal veľmi zaujímavé filozofické myšlienky. Podľa jeho presvedčenia je duša nesmrteľná. Prišla z Nebytia do ľudského tela a po smrti sa vráti naspäť do Nebytia. Pre ňu je tento svet cudzia krajina.“

„To je zaujímavé,“ vstúpila do rozhovoru Tatiana, „a kde sa nachádza duša v ľudskom tele? Ako to vidia títo filozofi, v srdci alebo nie?“

„Nie. Myslí si, že srdce sa zrodilo na zemi a je len súčasťou smrteľného ľudského tela, aj keď je jeho 'najoduševnenejšou' súčasťou. Práve skrz Srdce komunikuje Duša. Ale Srdce podľa jeho názoru pozná iba tento svet, Bytie... Má také zaujímavé vetičky, keď sa Srdce pýta Duše na tajomstvá nebytia.“

Sensei sa trochu zamyslel a predniesol:

**„Povedalo mi Srdce: 'Učiť ma začni.**

**Vedy – tajomstvá, a čo vôbec taja?’**

**Začal som od abecedy: 'Alef...' A počul som: 'Stačí! Svoj svojho pochopí, len keď písmeno naznačí.'“**

„A čo to je 'Alef'?“

„'Alef' je prvé písmeno v jeho rodnom jazyku, znamená tiež číslicu 'jeden'. Ako hovorí, je to symbol jediného Bytia a symbol jednoty vesmíru,“ a pri pohľade na Kostíka Sensei ironicky povedal: „Čo k tomu ešte dodať?!“

Kostík bol definitívne zmätený, nevedel, ako má vlastne odpovedať. Rýchlo som to využila a vyhrkla jedným dychom:

„A ako sa môžem naučiť ten systém cvičení, ktorý ovláda skryté psychofyzické možnosti?“

„No, celkom ľahko. Nie je v tom žiadne tajomstvo. Hlavné je, ako sa hovorí, mať veľkú túžbu, a príležitosť príde sama.“

„Takže ma to môžete naučiť?“

„Samozrejme.“

„A kedy môžeme začať?“ spýtal sa Andrej, očividne myslel na to isté.

„No, ak vás to tak zaujíma, tak prosím. Dávam na tieto cvičenia hodinu a pol, dvakrát týždenne.“

„A koľko to stojí?“ zaujímalo Slávka.

„Vari je možné zmerať duchovné znalosti peniazmi?“ začudoval sa Sensei. „Priatelia, venujete príliš veľkú pozornosť týmto papierikom. Trénujeme jednoducho

pre seba, pre svoj vlastný duchovný rozvoj. Ak sa chcete učiť, učte sa.“

Naša skupina sa podrobnejšie dohodla, kde a kedy sa stretne.

„Žeňa vás zavedie,“ doplnil Učiteľ.

Žeňa bol vysoký, svetlovlasý mladík športovej postavy, jeden z tých 'rýchlych' chlapcov, ktorí boli Senseiovými súputníkmi.

„Určite prideme,“ odpovedal Andrej za všetkých.

S tým sme sa rozlúčili. Bola som od radosti bez seba. Nakoniec som sa priblížila k tomu, čo som tak dlho hľadala. Zdalo sa, že stačí urobiť len jeden krok, a snáď sa mi podarí prekonať tú priepasť a vyškríbať sa na pevnú pôdu Bytia. Cítila som to intuitívne, akýmsi šiestym zmyslom. Aj keď v tom môj rozum nevidel žiadnu reálnu šancu na záchranu. Avšak, ako sa hovorí, duša spievala.

Celou cestou kamaráti nadšene preberali dnešný tréning a to, čo nás čaká pozajtra na duchovných cvičeniach. Všetci boli plní nadšenia, až na Kostika. Bol nafúknutý ako moriak, zamračene krčil obočie.

„Kostík, a ty pôjdeš tiež?“ štuchol ho do boku Andrej.

„Práve o tom premýšľam, možno tam nemusíme ísť všetci,“ nespokojne zavrčal „Filozof“. „Čo sme cirkusanti, aby sme sa učili nejaké triky? Len s tým zbytočne stratíme čas.“

„Kostík, ty si ale hlupák,“ povedal „zdvorilo“ Andrej. „Kde by si našiel napríklad cirkusanta, ktorý by dokázal ohýbať lyžice obyčajným pohľadom?!“

„Áno, a ešte to učil zadarmo,“ vážne sa pridal Slávko.

„Presne tak. No, ty si ale hlupák!“

„Kajám sa, som hlúpy. Ale čo ma to stálo síl, aby som vašu láskyplnosť ocenil,“ jedovato poznamenal nespokojný „Filozof“.

„No, tak, chlapci, nehádajte sa,“ povedala Tatiana. „Radšej mi poraďte, ako mám prehovoriť rodičov, aby ma pustili na tie cvičenia.“

„No, ako,“ odpovedal Andrej za všetkých, „ako v tejto anekdote: Dcéra prišla neskoro domov. Rozčúlený otec sa jej pýta: 'A toto je čo?' Dcéra odpovedá: 'Neviem, čo to je, ale odteraz to bude môj koníček.'“

Všetci sa súhlasne zasmiali. Dohodli sme sa na novom stretnutí a naša skupina sa rozišla domov.





## 9

Netrpezlivo sme čakali na ten deň. Nakoniec sa naša partia v skvelej nálade vo štvrtok dostavila v plnom počte na miesto určenia. Keď sme prichádzali k zastávke, v tme sme videli dve mužské siluety.

„Aha, tam je Žeňa,“ veselo povedal Andrej.

Ako sa ukázalo, bol to Žeňa so svojim kamarátom Stasom. Pozdravili sme sa, a vydali sme sa do neznáma, teda presnejšie, do nepreniknuteľnej tmy.

„Aspoň keby tu zavesili lampy,“ poznamenala Tatiana, ktorá sa zase potkla.

„Áno,“ potvrdil Kostík, „to nie je cesta, ale úplná prekážková dráha.“

„Prečo zbytočne plytvať štátnou elektrinou?“ pousmial sa Žeňa. „Aj tak to tu poznáme poslepiacky ako svojich päť prstov... A cudzinci sa do týchto končín sotva budú chcieť pozrieť, a už vôbec nie z vlastnej vôle.“

„A to už prečo?“ opatrne sa spýtal Slávko.

„Je to nezvyčajné miesto, odľahlé. Ani zvieratá sem nezablúdia, nieto ešte človek. No, a psy, počujete, ako vyjú.“

A naozaj kdesi neďaleko v dedine ťahavo vyli dva psy. Tatiana sa trochu zachvela, chytila ma za ruku.

„Pes, to je taký tvor,“ pokračoval Žeňa, „vycíti ne-dobré veci.“

„Čo nás tu strašíš rozprávkami!“ snažil sa žartovať Andrej.

„Ale to vôbec nie sú rozprávky. Keď tu nejakú dobu budeš žiť, sám poznáš, aké čertoviny sa tu dejú... samozrejme, keď to prežiješ.“

Ako toto povedal, hneď sa vytratila dobrá nálada. Chvíľu sme šli mlčky a obzerali sa okolo seba. Ale v nepreniknuteľnej tme, nech sme si aj oči išli vyočiť, nič sme nevideli. Len obrysy starých domov. Bolo ale divné, že nikde nebolo žiadne svetlo. Len psy svojím žalostným vytím javili aspoň nejaké známky života na tomto úbohom mieste.

„A kam to ideme?“ spanikáril Koša.

„Kam, kam,“ parodoval ho Žeňka. „Tam, kam ste si priali... na čiernu čistinku.“

„Kam?!“ s hrôzou sme vykrikli skoro všetci naraz.

„No, fuj, nekričte toľko,“ povedal Žeňka a šúchal si ucho, ktoré mu zaľahlo z našich divokých výkrikov. „Hovorím vám, na čistinku... čiernu.“

Keď zakopol o ďalšiu jamu, potichu zakľal:

„No, dočerta! Nečistá sila mi hádže polená pod nohy. Dávajte si pozor, nech neodtiahne niekoho z oneskorencov.“

Tatiana, ktorá ma držala za ruku, sa radšej druhou rukou chytila Kostika. Začala sa trochu chvieť, čo sa prenášalo aj na mňa. Slávko, ktorý zostával trochu pozadu, sa pri týchto slovách presunul pred nás. Andrej šiel mlčky a rozhliadal sa okolo. „No, aká nečistá sila, aká čierna čistinka,“ povedal s obavami Koša. „Ako by sa sem dostali? To je nejaký nezmysel...“

„Odkiaľ, odkiaľ? Odtiaľ,“ s istotou mávol rukou Žeňka niekam bokom. „Prečo sme sem vôbec chodili,“ vystrašene zanariekala Tatiana. „Keby sme sedeli doma, nemuseli sme sa trápiť.“

„Sami ste sa chceli zoznámiť s čiernou mágiou, a teraz sa sťažujete: 'Načo ste sem chodili?'" pokrčil plecami Žeňka.

„S čím?!" spýtali sme sa zborovo v úžase.

„No, áno!" udivene sa zatváril Žeňka. „Vari ste nevedeli, že Sensei je najmocnejší čarodejník, takpovediac pravá ruka Lucifera?!"

Teraz sme aj my vyvalili oči.

„Čoho? Koho? A kto to je Lucifer?" hrnula sa lavína otázok.

„Tak," dôležito zastavil náš prúd slov nový sprievodca. „Vysvetlím vám to konkrétne. Po prvé, Lucifer je v preklade anjel Svetla, pravá ruka Boha. Pre väčšinu ľudí je známy pod rôznymi menami. Napríklad Satan alebo Diabol, ako sa vám viac páči. Je to vládca Zeme. Po druhé, ešte raz zdôrazňujem, že Sensei je jeho pravá ruka. A jeho moc nepozná hraníc. Pre neho je ohýbanie lyžičiek ako nič, maličkosť. Dokáže veci, o ktorých sa vám nesnívalo ani v tom najhoršom sne! A po tretie, mali ste veľké šťastie. Nadprirodzené schopnosti, ktoré tak chcete získať, tu môžete dostať takmer zadarmo... Iba za nejakú dušu, o ktorej nič neviete, a ktorú dokonca ani necítite... Ale čo vám to hovorím, tamto, sami hneď všetko uvidíte.“

„No teda. Tak to sme pokašľali," naozaj spanikárila Tatiana.

„To áno!" okamžite ticho vyhrkol Koša. „Čo som vám hovoril! Nemuseli sme sem chodiť, neposlúchli ste ma. Hneď som vám hovoril, že to nie je čisté. A ja som tiež dobrý, hlúpa hlava, ťahám sa sem s vami. Tak čo teraz budeme robiť?“

Táto panická hrôza sa presunula na Slávka, a ten tajomne zašepkal:

„Myslím, že by sme mali vziať nohy na ramená.“

„Ale kam?“ zasipel Kostík. „Pamätáš si, koľkokrát sme odbočovali? Kľučkovali v rôznych zákutiach...“

„A mne to je jedno!“ povedal Andrej. „Nech je Sensei hoci aj čarodejník, to je jeho problém. Hlavné je, že vie desaťkrát viac než ja. A ja sa nevzdám možnosti sa to naučiť.“

„A ja tiež nie,“ odpovedala moja osoba. A pomyslela som si sama pre seba: „Mne to je jedno o to viac, ak to je pre mňa možnosť, ako prežiť. A pokiaľ nie, tak je to úplne fuk. Nemám čo stratiť. A možno mi pomôže...“

Vyšli sme na cestičku, ktorá zatačala pozdĺž dlhého plota. V tej chvíli sa spoza mrakov začalo predierať mesačné svetlo. A zrazu pred nami na plot vyskočil veľký čierny kocúr s dvoma žltozelenými očami, ktoré svietili ako dva lampáše. S Tatianou sme od prekvapenia vykrikli a schovali sa za chrbtý chlapcov. Ale naši „ochrancovia“ sa tiež nejako zarazili, zastavili sa ako zarezaní. Len naši sprievodcovia pokojne pokračovali vo svojej ceste. A Žeňka, keď uvidel naše „ohromenie“, záhadne povedal: „To ešte niečo uvidíte.“ Kocúr, ktorý nám nevenoval žiadnu pozornosť, dôležito kráčal po plote a ako naschvál, rovnakým smerom ako my.

„Tfuj, tfuj, tfuj,“ odpľul si Slávko cez ľavé rameno.

„Ešte by si sa mal prežehnať,“ uškrnul sa Andrej.

„To by nebolo zlé,“ obľizla si vyschnuté pery Tatiana. „Hovorí sa, že keď ti čierny kocúr prebehne cez cestu, treba sa držať za gombík. Potom si ťa nečistá sila nevšímne.“

Tak som teda pre každý prípad trasúcimi sa rukami nahmatala gombík. Naša skupinka sa ponáhľala, aby dobehla ostatných, a stále pokukávala na čierny tieň kocúra.

Cestička nás vyviedla na menšiu čistinu. Spoza mrakov zlovestne vyliezal obrovský mesiac v splne.

To, čo sme tam videli, do hĺbky duše otriaslo našou predstavivosťou. Uprostred čistinky, chrptom k nám, stál človek v čiernom oblečení s kapucňou na hlave. Jeho postava fosforeskovala svetlým, chladným mesačným svetlom. A nad ním stúpala ľahký dym. Naokolo vládlo ťaživé, strašidelné ticho. Z takéhoto výjavu sme úplne stratili reč. V tej chvíli neočakávane zoskočil veľký čierny kocúr priamo k našim nohám, z čoho nám absolútne stuhli končatiny. Posledné, čo stihla urobiť naša vydesená skupina bolo to, že sme sa inštinktívne chytili svojich záchranných gombíkov. Po tomto opovážlivom skoku sa tento tvor rozbehol k temnej postave a začal sa obtierať o jej nohy, čo v nás vyvolalo neopísateľnú hrôzu.

Z tohto hrozného pohľadu mi úplne vyschlo v ústach, mráz mi behal po celom tele. Napriek želaniu utekať odtiaľto čo najďalej som stála a nebola som schopná sa ani hnúť. Pozrela som na ostatných. Tatiana skoro vyliezla na Kostíka a chytila ho smrteľným stiskom. Samotný Kosťa vyzeral ako sadrový podstavec. Slávko stál s otvorenými ústami a vyvalenými očami. Dokonca Andrejovi, nehľadiac na jeho nedávny optimizmus, cvakali nervózne zuby. Tvár mal pokrytú potom.

Žeňa, obzerajúc sa na nás pokorne pristúpil k temnej postave. Zdvihol hore ruky a slávnostne, hlasno predniesol:

„Ó, veľký mág a kúzelník, čarodejník a vládca všetkých národov, ktorého moc a sila nad zemou, vodou, vzduchom a ohňom sa rozprestiera po celom vesmíre. Tvoji verní učeníci splnili svoju posvätnú úlohu. Prijmi do svojho lona tieto zblúdilé deti, aby bola na Zemi obnovená tvoja jediná spravodlivá vláda a moc!!!“

A Žeňa sa poklonil až po pás. Už počas chlapcovej reči sa k nemu Sensei s údivom otočil.

„Čože?“ povedal. „Aká vláda, aká moc? Čo to tu trepeš?“ Žeňka sa váľal od smiechu, rovnako ako Stas, ktorý vyprskol smiechom. „O čo ide? Z čoho máte takú obrovskú radosť?“ spýtal sa Sensei a fajčil pri tom cigaretu. „A kde sú ostatní, stretli ste ich?“

Žeňka sa dusil od smiechu a mávol rukou našim smerom:

„No, tamto stoja... nemôžu sa ani pohnúť.“

„Prečo sa nemôžu pohnúť?“ nepochopil Sensei a díval sa do tmy. „... Čo si to tam stihol vyvieť?!“

Ale Žeňka sa nemohol prestať smiať, beznádejne mával rukou.

„To sa mi ale podarilo!“

„Sensei, čo nepoznáš Žeňku?“ povedal Stas a z celej duše sa smial.

Keď Andrej pozoroval túto motanicu, tak mu ako prvému došlo, o čo ide. Hanblivo odtiahol ruku z gombíka a s viditeľnou úľavou si vydýchol.

„No, priatelia,“ povedal Andrej, a vyšiel z tmy smerom k nim. „Tu to máte. Dobrý vtip, ale kto nám teraz vyperie nohavice!“

Z toho sa Žeňa a Stas ešte viac zatriasli v novom návale smiechu. A Sensei sa s úsmevom opýtal:

„No, tak čo tento šašo tentoraz zase vymyslel?“

Andrej začal dopodrobna rozprávať, ako nás tento Susanin viedol po dedine, ktorá sa pôsobením jeho reči menila pred očami na Lysú horu. Aj my sme sa k nemu pripojili a pridávali svoje zážitky. Nakoniec sa celá naša veľká skupina spoločne so Senseiom začala nekonečne smiať, keď si spomenula na svoje nedávne pocity.

„Len som dnes proste prišiel skôr,“ vysvetľoval Sensei a smial sa cez slzy. „Svetlo nám v dedine vypli, asi sa niekde prerušilo vedenie.“

„Tak to je celý ten príbeh,“ povedala svojim zvučným hlasom Tatiana. „Nielenže nás potrápil Žeňa, ale ešte aj tento kocúr!“

V tej dobe tento malý chumáčik nášho veľkého strachu pokojne sedel bokom, vyľakaný ľudským smiechom.

„No, to je Samuraj,“ mávol rukou Stas. „Senseiov kocúr. Vždy za ním chodí.“

„Stas, keby si nám aspoň mimikou naznačil, o čo tu ide,“ vyhlásil Andrej s úsmevom.

„Ako?“ pokrčil Stas plecami. „Už aj tak ste sa desili každého stĺpu, a ak by som začal ešte robiť ksichty, potom by sme vás museli hľadať po celej dedine.“

Všetci sa zasmiali, keď si predstavili tento výjav.

„No, a čo,“ ospravedlňoval sa Žeňka, „vtip, ako vtip. Ako hovoril Ostap Bender: 'Najdôležitejšie je vniesť zmätok do tábora protivníka... Veď ľudia majú najväčší strach z neznámeho.'“

„Áno,“ povedal Sensei, **„strach zrodený z predstavivosti vidí nebezpečenstvo aj tam, kde žiadne nie je.** Existuje jedno také staré podobenstvo o strachu. Jeden mudrc stretol na svojej púti Mor a spýtal sa ho: 'Kam ideš?' Mor odpovedá: 'Do veľkého mesta. Musím tam zahubiť päť tisíc ľudí.' O niekoľko dní ten istý mudrc znova stretol Mor. 'Povedal si, že zahubíš päť tisíc ľudí a zahubil si všetkých päťdesiat tisíc,' vyčítal mu mudrc. 'Nie,' ohradil sa, 'zahubil som len päť tisíc, ostatní zomreli od strachu...“

Keď sme si teda vyjasnili všetky pikantné detaily týchto dobrodružstiev, a keď sme s humorom a smiechom rozptýlili mýtus nášho neopodstatneného strachu, prešli sme na vážnejšie témy. Ku skupine sa pripojili ešte ďalší traja chlapci – Ruslan, Jura a Viktor (starší senpai). A trochu neskôr aj Nikolaj Andrejevič,

ktorý, ako sa neskôr ukázalo, bol psychoterapeut. Hovorili sme o umení čchi-kung.

„A čo znamená samotné slovo 'čchi-kung'?“ spýtal sa Slávko Senseia.

„No, ak preložíme toto slovo z čínštiny doslovne, potom čchi-kung znamená prácu s energiou vzduchu, pretože 'čchi' – to je vietor, plyn, dýchanie a slabika 'kung' – to je práca, činnosť, posun.“

„A opäť, tento systém vymysleli Číňania,“ povzdychol si Andrej.

„Nie úplne,“ odpovedal Učiteľ. „Je to indický systém samoregulácie, ktorý prišiel do Číny na začiatku novej éry.“

„A ja som čítal, že čchi-kung býva rôzny,“ ako vždy povedal Koša. „Myslím, že išlo o dve rôzne školy.“

„Je ich oveľa viac,“ povedal Igor Michajlovič. „V súčasnom svete existuje hromada rôznych škôl čchi-kungu. Napríklad konfuciánska, budhistická, lekárska, vojenská...“

„Lekárska?“ vyhrkla som. „A čo lieči?“

„Mnohé ochorenia.“

„No, a to stačí len správne dýchať?“ prerušil moju ďalšiu otázku Andrej. „Nielen to. Je potrebné tiež **správne myslieť**. Existuje taký výraz, 'myseľ vedie Čchi a Čchi vedie krv'. A krv, ako vieme, predstavuje prvú pomoc pre organizmus so všetkými potrebnými liekmi. V najstaršom lekárskom pojednaní Chuang-ti nej-ťing sa hovorí, že keď je myseľ v stave pokoja a je uvoľnená, znamená to, že môžete ovládnuť Čchi. **Človek, ktorý má zdravú myseľ, ten má aj dobré zdravie.**“

„Stručne povedané: v zdravom tele – zdravý duch,“ urobil si svoj záver Koša. „Nie celkom. Povedal by som to takto, **so zdravými myšlienkami – zdravý duch a so zdravím duchom – zdravé telo.**“



„Povedzte mi, prosím, celý čas zdôrazňujete, že je dôležité správne myslieť, a to ako na fyzických tréningoch, tak aj teraz,“ poznamenal Andrej. „Ale ja som si, neviem prečo, vždy myslel, že treba vždy len správne konať. A myšlienky môžu byť pri výbere činov rôzne: aj dobré, aj zlé.“

„No, a práve na boj so samým sebou strácaš drahocenný čas. Nemal by si voliť medzi zlou a dobrou myšlienkou. Pretože v tvojej hlave nesmie byť žiadna negatívna myšlienka. Zmysel najvyššieho Umenia, Umenia Lotosu, spočíva v tom, že sa treba naučiť správne myslieť, teda, 'zabiť v sebe Draka', 'zvíťaziť nad Drakom'. Počul si taký výraz?“

„Áno.“

„No, a v tom je celá podstata. **Najväčšie víťazstvo je víťazstvo nad sebou samým. Čo to znamená? To znamená, poraziť svoje negatívne myšlienky, naučiť sa ich kontrolovať, naučiť sa kontrolovať svoje emócie.** Ešte raz opakujem, *v tvojej hlave nesmie byť nič negatívne. Len pozitívne! Vtedy nebudeš musieť strácať čas na boj sám so sebou a tvoje skutky budú vždy pozitívne. Pokoj musí byť v prvom rade v tvojom vnútri. Pokoj a harmónia.*“

„Takže to znamená, že v každom čine človeka sa odráža jeho myšlienka?“ spýtal sa Andrej a o niečom premýšľal.

„Ona sa nielen odráža, ale aj riadi jeho činy. Veď myšlienka je materiálna.“

„Materiálna?“ začudoval sa zase Nikolaj Andrejevič.

„Samozrejme. Je to najjemnejšia hmota, zatiaľ ešte nie je dostatočne preskúmaná. Ale existuje, je reálna, jej pohyb sa dá zachytiť. Dokonca dnes existuje množstvo úspešných výskumov o fenoméne mysle. Už len keď si vezmeme pokusy domácich fenoménov,

napríklad Ninel Kulaginovej, Julie Vorobjevovej a iných. A už vôbec nehovorím o obrovskej svetovej praxi. Tieto výskumy prebiehajú po celom svete, aj keď sú označované rôzne. Napríklad v Anglicku sú to psychické výskumy, vo Francúzsku metapsychika, v krajinách východnej Európy psychotronika, v USA parapsychológia, v Číne sú to výskumy neobvyklých funkcií ľudského tela a tak ďalej.

A ak sa pozriete hlbšie do histórie ľudstva, nájdete tam množstvo dôkazov o tom, že toto bolo známe od dávna. Vo všetkých mytologických, magických a náboženských predstavách a učeniach ľudí je prítomná pevná viera, že existuje možnosť ovplyvniť myšlienkami niekoho alebo niečo, a to nezávisle na vzdialenosti, čase a priestore. Tieto znalosti teda vo svojej podstate existovali vždy.“

Nikolaj Andrejevič znovu vstúpil do polemiky:

„No, dobre, teraz ste uviedli príklady domácich fenoménov, ktoré sa stali známe všetkým doslova v poslednej dobe. Prečo teda predtým v Sovietskom zväze neboli takí ľudia? Zaoberám sa psychoterapiou už veľa rokov. Ale keď som študoval psychiku rôznych ľudí, tak som sa ani ja, ani moji kolegovia nikdy nestretli s fenoménmi. Je pravda, že sa k nám v poslednej dobe dostali ľudia, ktorí boli všelijako poblúznení a považovali sa za senzibilov. A dokonca sa nám snažili niečo predviesť. Ale v skutočnosti to bola len hra ich chorej predstavivosti. Skutočné fenomény v Sovietskom zväze neboli.“

„Ako to, že neboli?“ užasol Igor Michajlovič. „Boli a ešte koľko! Od nepamäti v Rusku existovalo veľa takých ľudí. Ale ako sa k nim správali? V dávnych, temných dobách ich v ojedinelých prípadoch vyhlásili za svätých, ale väčšinou tých, ktorí sa odmietali podrobiť

cirkvi, pálili na hraniciach alebo narážali na kôl podľa rozmaru vtedajšieho cára.

Až od druhej polovice 18. storočia, potom, čo bola otvorená Akadémia vied, sa v Rusku začali skúmať fenomény ľudskej psychiky hlbšie, z lekárskeho hľadiska. A už za nejakých sto rokov viedlo výskum v tomto smere mnoho významných vedcov. Napríklad jeden zo zakladateľov vašej vedy, Vladimír Michajlovič Bechtere-  
rev. Bol vedúcim Petrohradskej imperátorskej vojenskej a lekárskej akadémie, a za svoje vlastné prostriedky postavil celý výskumný inštitút pre štúdium mozgu a psychickej činnosti.

A v čase sovietskej moci? No veď prakticky od začiatku jej existencie sa prioritne kládol dôraz na štúdium psychických fenoménov mozgu a na jednu z jeho najväčších hádaniek – mysle. O tom svedčí už len ten historický fakt, že tieto výskumy, na základe nariadenia Vladimíra Iljiča Lenina a s osobným dohľadom Felixa Edmundoviča Dzeržinského, vykonávalo prvé Zvláštne oddelenie združeného štátneho politického úradu, ktoré sa zaoberalo režimom utajenia a ochrany štátneho tajomstva. Pri tomto oddelení existovalo dokonca špeciálne neuroenergetické laboratórium. Toto zvláštne elitné oddelenie využívalo pri svojej činnosti najrôznejších zaklínačov, médiá, šamanov a hypnotizérov.“

„Preboha, a títo 'ľudoví liečitelia' im boli načo?“ úprimne sa začudoval Nikolaj Andrejevič.

„No, vždy z rovnakého dôvodu – pre mimoriadne schopnosti ich osobností. Dokázali manipulovať tými skrytými silami človeka, ktoré značne presahujú možnosti akejkoľvek techniky. Študovali všetky tieto javy a študovali ich veľmi dôkladne! Robili sa celé vedecké expedície, aby sa našli tieto znalosti: od študovania záhad dávnych civilizácií po hľadanie legendárnej Šambaly.“

„Šambala... to je známy názov...”

„A čo to je?“ netrpezlivo sa spýtal Andrej.

„Šambala? Je to zvláštne sídlo, ktoré sa nachádza vysoko v horách. Je však preslávená tým, že tam žije tím vedcov, ktorí svojou duchovnou a vedecko-technickou úrovňou dávno predstihujú súčasné ľudstvo.“

„Už som si spomenul,“ povedal Nikolaj Andrejevič. „Čítal som, že podľa legendy je Šambala sídlom Mudrcov. Ale čo s tým má spoločné veda? Vari títo Mudrci študujú niečo konkrétne: astronómiu alebo matematiku alebo jednoducho filozofiu?“

„V Šambale sa študuje jedna starobylá prapôvodná náuka Belayo Dzy, inými slovami učenie Bieleho lotosu, ktorá zahŕňa všetky vedy vrátane exaktných. Okrem toho, práve ona je jediným zdrojom všetkých vied, ktoré kedy ľudstvo skúmalo.“

Nikolaj Andrejevič sa nedôverčivo pozrel na Senseia.

„Čo znamená najstaršia a jediná? Veď väčšina exaktných vied sa objavila len nedávno, pred dvesto, tristo rokmi!“

„Mýlite sa. Všetky tieto znalosti boli neraz odovzdávané ľuďom pre rozvoj ich civilizácie, a to aj v dávnej minulosti. Pred dejinami, ktoré poznáte, existovali aj iné ľudské civilizácie, ktoré dosiahli oveľa vyššiu úroveň, než je tá dnešná. Niektoré z nich boli zničené, niektoré dosiahli Absolútno. Ale stopy ich existencie nachádzame až dodnes. Prečítajte si o záhadných archeologických nálezoch, výskumoch a presvedčíte sa sami. A v budúcnosti budú ľudia nachádzať ešte viac zaujímavých vecí o tom, čo sa dialo na zemeguli v dávnych časoch. O existencii týchto znalostí sa veľa píše v starodávnej literatúre. Napríklad o analógii jadrových výbuchov, ktorých následky teraz nachádzajú vedci v najstarších vrstvách zemskej kôry, o presných

mapách hviezdneho neba, na ktorých sú vyznačené planéty, ktoré dodnes neboli objavené, o 'vimánach' – lietajúcich prístrojoch a tak ďalej. Všetky tieto znalosti boli teda odovzdávané ľuďom aj skôr, a všetky vychádzali z jedného zdroja – z učenia Šambaly.“

„No, a do akej miery táto veda predstihuje súčasné ľudstvo?“ povýšenecky sa spýtal Nikolaj Andrejevič a prekrižil si ruky na prsiach.

„Neporovnateľne viac,“ jednoducho odpovedal Sensei. „Neporovnateľne viac, než si môžete predstaviť. Ale aby ste mali aspoň nejakú predstavu, uvediem vám tento príklad. V čase, keď ešte ľudia sväto verili, že Zem stojí na troch veľrybách a Slnko obieha okolo nej, vedci Šambaly už vykonávali vedecké experimenty a rôzne pokusy na samotnom Slnku. Súčasná civilizácia má k tomu ešte veľmi ďaleko, a či sa na takú úroveň vôbec dostane, to ešte nie je známe... Prečo si myslíte, že Šambalu tak usilovne hľadali ľudia, ktorí boli na vrchole moci? Vezmite si, napríklad, niektoré obdobia nám známej histórie ľudstva od vlády Alexandra Macedónskeho, Napoleona, Hitlera, Mussoliniho, Stalina a podobne. Pretože podľa všetkých starých legiend a mytológie rôznych národov, Šambala ukrýva všetky znalosti o vesmíre a poklady kultúr zaniknutých civilizácií.“

„Zaujímavé, a prečo ju hľadali len tyrani?“

„Nie tyrani, ale ľudia, ktorí sa snažili získať neobmedzenú moc nad svetom. Všetci, ktorí sú na vrchole a majú skutočné informácie, vedeli a doteraz vedia o existencii tohto sídla, o existencii tých mocných znalostí, ktoré ukrýva. Veľmi dobre si uvedomujú, že v Šambale je sústredená reálna moc nad svetom, preto ju mnohí hľadali a doteraz ju hľadajú... Avšak Šambala nikdy nikomu neumožnila ovládnuť celý svet. Skôr vyvažuje určité sily. A ak sa človek,

ktorý bol na vrchole svojej nesmiernej moci, horlivo snažil uskutočniť svoj sen o ovládnutí sveta, jednoducho prestal existovať... Mnohí, ktorí boli pri moci, sa počas svojho pôsobenia sami stretávali s ľuďmi zo Šambaly a plnili ich 'požiadavky'. Všetci sa snažili pomôcť, pretože odolať pokušeniu dozvedieť sa viac, než je ľudstvu známe, je jednoducho nemožné... Takže okrem vodcov spoločnosti hľadali znalosti Šambaly aj mnohí obyčajní ľudia.“

„A čo, nikto ju nenašiel?“ zaujímalo Kostu.

„Prečo nie. Paradoxné je to, že Šambala nikdy neskrývala svoju existenciu. Aktivne nezasahuje do konania ľudí, ak nejde o niečo globálne dôležité pre ľudstvo ako celok, a osobitne pre Šambalu. No ak je to potrebné, jej vedecká komunita sama rozhoduje, s kým má zmysel nadviazať kontakt.“

„No, dajme tomu. Ale ak toto sídlo Mudrcov neskrýva svoju existenciu, tak prečo ju teda nemohli nájsť ľudia, ktorí stáli na vrchole moci? Veď mali k dispozícii všetko: techniku, financie, ľudské zdroje?“ nechápal Nikolaj Andrejevič.

„Áno, vymenovali ste všetko okrem ich bezcitného srdca a chamtivých myšlienok. Ale nevyhnutnou podmienkou pre kontakt so Šambalou je u tých, ktorí ju hľadajú, celkom iste vysoká mravnosť a čistota myšlienok. Len v prípade, ak má človek predovšetkým tieto vlastnosti, môže získať znalosti, ktoré potrebuje.“

No, vidíte, a tu sa zase vraciame k nášmu pôvodnému bodu. Prečo človek v sebe nemôže rozvíjať všetky tieto fenomenálne schopnosti vedome, hoci je to plne v jeho moci? Pretože je v ňom príliš veľa egocentrizmu, ctižiadostivosti, chamtivosti, zloby, závesti. Teda príliš mnoho vlastností, ktoré sú vlastné živočíšnej, materiálnej podstate. A ak sa stretne s týmito fenomenálnymi

javmi psychiky, ktoré sú pre neho nevysvetliteľné, potom živočíšna podstata zapája svoju logiku, bojí sa stratiť impérium moci, ktoré bolo vytvorené v mysli človeka na parazitických myšlienkach. To znamená, že aby si zachovala svoju moc nad človekom, snaží sa nájsť zdravý rozum alebo kritickú reflexiu tam, kde stačí prostá detská viera. Stávajú sa samozrejme aj prípady, keď sa v človeku spontánne odhaľujú fenomenálne schopnosti, napríklad v dôsledku nejakých úrazov, silného stresu a podobne. No... ak vo vedomí človeka prevládajú negatívne vlastnosti, potom to bude rovnaké, ako keby neandertálec našiel francúzsky kľúč, a pretože by nevedel, na čo to slúži, použil by ho v súlade so svojim negatívnym nastavením na súkmeňovca.“

Všetci sa pousmiali a Žeňka sa záľudne opýtal:

„Čo ich bude biť po hlave?“

„Ešte horšie, po palci na nohe. Vtedy súkmeňovec úplne zabudne na hlavu.“

„A ak v tej chvíli u človeka prevládne dobrá, láskavá podstata?“ zaujímalo ma.

„A ak v človeku prevládne duchovný princíp, potom bude správne chápať nové informácie na podvedomej úrovni, pričom bude používať svoje fenomenálne schopnosti na dobré účely. Pretože v tomto prípade **viera plodí znalosti a znalosti posilňujú vieru. A bez viery nie sú na svete ani zázraky.**“

„Zaujímavá myšlienka,“ povedal Nikolaj Andrejevič, a potom, čo sa na chvíľku odmlčal, dodal: „To je pozoruhodné, a s príchodom Stalina boli výskumy fenoménov v našej krajine zastavené?“

„Naopak, tieto výskumy sa len zintenzívnili. Dokonca pokračovali aj po jeho smrti. A tento záujem neupadá dodnes. Túto tému rozpracovávajú mnohé vedecké inštitúty.“

„Hm, ale ja som študoval diela celkom známych autorov z rôznych inštitútov vo svojej špecializácii, ale akosi som sa nestretol s podobnou tématikou.“

„Niet divu, pretože táto téma patrí do oblasti skrytej kontroly nad masami. Myslím, že vy sami veľmi dobre chápete, nakoľko sú tieto práce utajené. Môžem vám uviesť ako príklad aspoň Leningradský inštitút Vladimíra Michajloviča Bechtereva. Mimochodom v Bechterevej práci pokračovala jeho vnučka Natália Petrovna Bechterevova. Plne sa tam venujú štúdiu mozgu. A jedným z prioritných zameraní tohto inštitútu je práve štúdium fenoménov ľudskej psychiky.“

„Ale Leningradský inštitút je jedným z vedúcich v...“, Nikolaj Andrejevič stuhol v polovici slova, bol zrejme ohromený nejakou svojou domnienkou.

Vysporiadal sa so svojim nepokojom a pokračoval:

„No, dobre, ale ak to už dlho študujú, ak sa o to tak zaujíma vojenský priemysel a míňajú sa obrovské prostriedky, potom to znamená, že podľa všetkého v oblasti štúdia fenoménov psychiky musí byť ohromný vedecký prelom.“

„Prelom?!“ pousmial sa Sensei.

„Aký to môže byť prelom s takou motiváciou? Ich inštitút dodnes nemôže vysvetliť fenomenálne javy tejto biomasy, ktorá váži len niečo viac ako kilogram, a ktorá nesie názov mozog. Mimochodom, rovnako ako aj iní svetoví vedci. To zostalo, nehľadiac na všetky snahy, jednou z najväčších záhad. Vesmír ľudia preštudovali viac, než samotný mozog človeka.“

„Súhlasím... No vy tu tvrdíte, že tajné znalosti sú dostupné vysoko mravným ľuďom. Ale nie všetci vedci sú úplní egoisti s nafúknutou mániou veľikášstva. Zoberte si, napríklad, samotnú Bechterevoú...“



„Presne tak. A ak pozorne sledujete prácu akade-  
mičky Bechterevej ako človeka, aj vedkyne, uvidíte,  
že počas celoživotného štúdia ľudského mozgu dospe-  
la k záveru, že o ňom a o jeho možnostiach vie v sku-  
točnosti len veľmi málo. A napriek tomu, čím hlbšie  
sa ponára do štúdia mozgu, tým viac a viac sa, na zá-  
klade výnimočnej zložitosti a prílišnej enormity moz-  
gu, prikláňa k myšlienke, že mozog je mimozemského  
pôvodu, teda k pravému pôvodnému zdroju. A som si  
viac než istý, že to čoskoro verejne oznámi. Rovnako,  
ako to oznámili veľkí vedci z celého sveta, a to nie-  
len v oblasti štúdia psychiky, ale aj iných prírodných  
vied. Napríklad Einstein, Tesla, Vernadskij, Ciolkov-  
skij a iní výnimoční vedci. Tento zoznam je obrovský  
a môžeme ho vymenovávať veľmi dlho. No všetci títo  
ľudia dospeli k tomu, že človek je unikátny a veľmi ta-  
jomný tvor, a v žiadnom prípade sa nemohol na Zemi  
zrodiť evolúciou z nejakej črievičky končistej.“ Stáli  
sme mlčky, mierne ohromení tým, čo sme počuli.

„Takže sila neobyčajných, fenomenálnych ľudí sa  
skrýva len v ich mysli?“ znovu sa pýtal Koša.

„Presne tak. **Myseľ – to je reálna sila. Oveľa väč-  
šia, ako si človek dokáže predstaviť.** Myseľ je schop-  
ná hýbať planétami, vytvárať a ničiť celé galaxie, ako  
to bolo na počiatku dokázané samotným Bohom.“

Nikolaj Andrejevič sa pousmial a ironicky podotkol:

„Veľmi presvedčivá odpoveď, hlavne, tu sa ani nedá  
nič namietat.“

„To naozaj?!“ opäť vyjadril všeobecný údiv Andrej.  
„A prečo teda nepocitujeme prítomnosť tejto obrov-  
skej sily v sebe?“

„Pretože v ňu neveríte.“

„Takže tak je to! Všetko tak zložito začalo a taký  
jednoduchý koniec to má,“ konštatoval Koša.

„Čo narobiš, taká je podstata poznania,“ s úsmevom odpovedal Sensei.

„No nie, ale ako to vlastne je,“ nemohol pochopiť Slávko, „ak pocítim takú silu, vari v ňu nezačnem veriť?“

„Celá pointa spočíva v tom, že najskôr treba uveriť, a potom pocítiť.“

„A ak uverím, ale nepocítim,“ neuspokojil sa Slávko. „Čo potom?“

„Ak naozaj uveríš, tak určite pocítiš,“ odpovedal Sensei a dodal: „Nuž, dobre, diskutovať môžeme veľmi dlho, no prišiel čas venovať sa aj meditácii.“

„A čo je to vlastne meditácia?“ spýtala sa Tatiana. „Čítala som, že je to tréning psychiky v stave tranzu. Ale čo to je, som aj tak nepochopila...“

„Jednoduchá meditácia je cvičením mysle, a viac prehĺbená duchovná praktika, to je tréning ducha.“

„A vari duch a myseľ nie sú jedno a to isté?“ opäť do toho skočil Košťa.

„Nie.“

Všimla som si, že kocúr sediaci neďaleko, sa pomrivil na mieste, akoby sa chcel uložiť pohodlnejšie. „Teraz si urobíme najjednoduchšiu meditáciu na koncentráciu pozornosti, aby sme sa naučili ovládať energiu Čchi. No ešte predtým by som chcel niečo zopakovať pre tých, ktorí prišli neskôr. Okrem materiálneho tela má človek ešte aj energetické. Energetické 'telo' sa skladá z aury, čakier, energetických kanálov, meridiánov, špeciálnych zásobníkov nahromadenia energie. Každý z nich má vlastný názov. Podrobnejšie vás s nimi budem oboznamovať v priebehu práce, v závislosti od meditácie.“

„A čo je to čakra?“ spýtala som sa.

„Čakra je taký maličký bod na tele človeka, cez ktorý vychádzajú a vchádzajú rôzne energie. Funguje ako...

no, aby ste to lepšie pochopili... podobne ako clona vo fotoaparáte, videli ste ju?“

Súhlasne sme prikývli.

„Rovnako je to aj s čakrou, v okamihu sa otvára, v okamihu sa zatvára.“

„A to všetka energia za tú dobu stihne vyjsť?“ začu- doval sa Slávko.

„No, to nie je ako vyliat vedro vody. Veď človek, to je tvor energeticko-materiálny, kde energia a matéria existujú podľa vlastných zákonov a času, a napriek tomu sú v úplnom vzájomnom spojení a vo vzájomnej závislosti... Máte ešte otázky?“ Všetci mlčali. „Teda začneme. Teraz je vašou úlohou naučiť sa cítiť vo svojom vnútri pohyb vzduchu, pohyb Čchi. Všetci si myslíte, že sami seba výborne chápete a cítite. Ale ja som si viac ako istý, že teraz nemôžete vidieť napríklad... prsty svojich nôh. Prečo? Pretože nemáte vnútorné videnie. Vnútorné videnie je rovnaké ako vnútorné vnímanie, buduje sa časom pri každodenných cvičeniach. Preto začneme od toho najjednoduchšieho, najelementárnejšieho. Pokúsime sa naučiť kontrolovať myšlienky a pocity: vyvolávať a riadiť ich.“

Takže, pohodlne sa postavte, uvoľnite sa... Upokojte svoje emócie. Môžete zavrieť oči, aby vás nič nerozptyľovalo. Rozpustíte všetky svoje myšlienky a všedné problémy v prázdnote...“ Len, čo zaznela táto veta, hneď som si spomenula na celý rad drobných domácich prác. „No fuj! Také drzé myšlienky,“ pomyslela som si. „Veď vám hovoria, rozpustite sa.“ Moja osoba sa znovu pokúsila na nič nemyslieť.

„Sústredte sa na špičku svojho nosa...“

So zatvorenými očami som sa pokúsila „uvidieť“ špičku svojho nosa, pričom som sa nechala viesť skôr vnútornými pocitmi. V očiach som pocítila ľahké napätie.

„Pomaly, potichučky sa zhlboka nadýchneme. Najprv spodnou časťou brucha, potom bruchom, hrudníkom, pritom nadviňujeme ramená... Zľahka zadržujeme dych... Pomalý výdych... Vnútnym zrakom sa koncentrujeme len na špičku nosa... Mali by ste cítiť, predstavovať si, vnímať, že vaša špička nosa je ako malinká lampička alebo malinký ohník, ktorý sa rozhorieva pri každom vašom výdychu... Nádech... Výdych... Nádech... Výdych... Ohník sa rozhorieva stále silnejšie a silnejšie...“

Najskôr som pocítila ľahké pálenie a mravenčenie v nosohltane. Bol to taký pocit, akoby ma naplnili niečím hmotným, ako džbán s vodou. Potom sa mi zdalo, že sa na mieste, kde sa približne nachádza špička nosa, objavil v tme obrys v podobe akejsi maličknej tmavočervenej škvrny. No v prvej chvíli som sa naň nemohla jasne sústrediť. Nakoniec, keď sa mi ho podarilo zafixovať, začal sa zvnútra rozjasňovať. Pričom pri nádychu sa svetlo zužovalo a pri výdychu rozširovalo. Len som prispôsobila dýchanie podľa toho, ako zneli slová Senseia.

„Teraz presuňte svoju pozornosť na druhú časť meditácie. Zdvihnite zľahka ruky trochu dopredu, dlane smerujú k zemi. Nádech vykonávame ako obvykle: cez spodnú časť brucha, brucho, hrudník. A výdych smerujeme cez ramená, ruky, do stredu vašich dlaní, kde sú čakry rúk. A cez ne do zeme. Predstavte si, že sa vám niečo rozlieva po rukách, energia Čchi alebo svetlo, alebo voda, a potom sa to vylieva do zeme a odchádza. Tento prúd sa dvíha zo spodnej časti brucha do vášho hrudníka, v hrudnej časti sa rozdeľuje na dva potôčiky a cez ramená, ruky, dlane vyteká do zeme. Sústreďte všetku svoju pozornosť na vnímanie tohto pohybu... Nádech... výdych... Nádech... výdych...“

Hlavou sa mi mihla myšlienka: „Čo to znamená dýchať cez ruky? To je ako?“ Dokonca som trochu spanikárila. Sensei očividne cítil môj zmätok, pristúpil ku mne a zdvihol svoje dlane k mojim bez toho, aby sa dotkol pokožky. O chvíľu sa moje dlane rozohriali ako piecky, šíriace teplo zo svojho stredu ku krajom. A čo bolo najneuveriteľnejšie, reálne som pocítila, ako po mojich ramenách stekajú malé teplé potôčiky. V oblasti lakťov sa strácali, ale zato som veľmi dobre cítila, ako vychádzajú dlaňami. Pohltená novými neobyčajnými pocitmi som si ani nevšimla, ako Učiteľ odišiel. „No, to už hej!“, pomyslela si moja osoba a položila sama sebe otázku. „A ako to vlastne robím?“ Kým som sa zorientovala vo svojich myšlienkach, pocit potôčikov zmizol. Znova som sa musela sústreďovať. Musím povedať, že sa mi to darilo so striedavým úspechom. Po mojom ďalšom pokuse som znova začula Senseiov hlas.

„Spojte dlane rúk pred sebou. Pevne, pevne ich stlačte, aby sa uzavreli čakry rúk a aby sa prerušil pohyb energie. Urobte dva hlboké, rýchle nádychy a výdychy... Uvoľnite ruky, otvorte oči.“

Po meditácii, keď sme sa začali deliť so svojimi dojmi, pochopila som, že každý ju pociťoval rôzne. Tatiana, napríklad, nevidela „ohník“, ale zato cítila akýsi ľahký pohyb v rukách. Andrej mal triašku v nohách a trošku sa mu točila hlava. Košťa pokrčil plecami a odpovedal:

„Nič také zvláštne som nepocítil, azda len akýsi pocit zimomriavok. To je ale úplne normálna reakcia pri prekysličení organizmu.“

„Po treťom, štvrtom vdychu – áno,“ odpovedal Učiteľ. „No najprv sa mozgom fixujú myšlienky, bezprostredne pred pohybom Čchi. A ak sa započúvate do seba, uvoľníte sa a zhlboka sa nadýchnete, potom okamžite

ucítite rozpínanie alebo pocit mravčenia v hlave, teda pocit toho, že tam začína dochádzať k určitému procesu. A to je práve to, čo musíte pochopiť, čo sa tam chveje, a naučiť sa to ovládať.“

„A prečo mne nič nevyšlo?“ spýtal sa rozhorčený Slávko.

„A o čom si premýšľal?“ spýtal sa napoly žartom Sensei.

Ako sa ukázalo podľa ďalších slov chlapca, on sám ktovie čo čakal, ktovie aký zázrak. Na čo mu Sensei odpovedal:

„Správne, práve preto sa ti to nepodarilo. Veď ty si sústredil myšlienky nie na to, aby si pracoval na sebe, ale na očakávanie akéhosi nadprirodzeného zázraku. No zázrak nebude, kým ho sám nevytvoriš... Nemôžeš čakať niečo nadprirodzené od toho, že budeš len správne dýchať alebo sa niekde na niečo sústreďovať. Nie. **Najdôležitejší zázrak – to si práve ty, ako Človek!** Veď k čomu vedie celé veľké duchovné Umenie? K tomu, aby sa človek stal Človekom, aby sa postupne prebúdzal a rozpomínal sa na znalosti, ktoré mu boli dané odpočiatku. Tieto meditácie, to je len spôsob prebudenia sa z duchovného spánku a pripomínanie si toho, čo je v ňom dávno skryté a zabudnuté, na to, čo kedysi poznal a vedel ako to použiť.“

„Ako to vedel?“ nepochopil Slávko.

„No, ako. Napríklad, každý človek vie čítať, písať, počítať, samozrejme, ak je normálny, bez psychických odchýlok. Je to tak?“

„Tak.“

„Ale treba ho to najskôr naučiť. A neskôr už jednoducho číta, počíta a tak ďalej. Teda už presne vie, že napríklad jedna plus jedna sú dva, že dvakrát dva sa rovná štyri. Potom sa mu to už zdá také jednoduché

a reálne! No veď na začiatku ho toto všetko naučili, hoci v skutočnosti si len jednoducho spomenul. Toto sú skryté, podvedomé možnosti. Alebo druhý príklad, jednoduchší, spojený s fyziologickou úrovňou. Keď človeka, ktorý nevie plávať, hodíte do vody, topí sa. Ale keď dajú do bazéna novorodeniatko, a to už bolo neraz dokázané a potvrdené pri pôrode do vody, tak pláva ako akékoľvek zvieratko. Teda má tieto reflexy? Má. A potom sa to jednoducho *zabúda*. Tak aj človek, má v sebe veľa toho, o čom nemá ani tušenie.

No... toto všetko funguje *len na pozitívnom faktore*. A ak u neho prevažujú akési merkantilné záujmy, napríklad, naučiť sa to preto, aby mohol niekoho viesť alebo zasiahnuť niekoho energiou na diaľku, alebo bude pred všetkými ohýbať lyžičky a oni mu budú za to hádzať peniaze, potom *sa mu nikdy nič nepodarí*. Len keď sa človek naučí kontrolovať svoje myšlienky, keď urobí zo seba Človeka s veľkým Č, len vtedy niečo dokáže.“

„Teda duchovné praktiky sú prostriedkom na prebudenie človeka?“ spýtal sa Andrej znova.

„Presne tak. Duchovné praktiky sú len nástrojom na obnovu vlastného rozumu. A ako budeš používať tento nástroj, taký bude aj výsledok. Všetko teda závisí od želania a umenia samotného majstra. A aby ste sa naučili mať pod kontrolou tento nástroj, je nutné naučiť sa kontrolovať svoju myseľ, koncentrovať ju, naučiť sa vidieť vnútorným zrakom. V našom prípade, naučiť sa kontrolovať svoje dýchanie, cítiť, že vydychuješ cez čakry rúk. Treba sa naučiť vyvolávať určité pocity, aby sme potom mohli ovládať vnútornú, skrytú energiu.“

„A ja si myslím, že je to halucinácia,“ povedal Koša.

„Áno, halucinácia, ak to budeš vnímať ako halucináciu. Ak ale pocítiš túto energiu ako reálnu silu, potom to bude skutočne reálna sila.“

„To je zvláštne, prečo?“

„Pretože, ešte raz to zopakujem, myseľ kontroluje činy. A energia, to je tiež čin. A to je celé. Všetko je veľmi jednoduché.“

Chvíľu sme mlčali, a potom sa Nikolaj Andrejevič opýtal:

„A z pohľadu psychológie, je toto objektívny faktor, alebo subjektívny pocit? Napríklad ja som presne cítil koncentráciu na špičke nosa, ale pohyb energie pozdĺž rúk som vnímal len čiastočne, len tam, kde som sústredil pozornosť.“ Sensei to začal psychoterapeutovi vysvetľovať a pri rozhovore používal akési zvláštne, pre mňa nezrozumiteľné termíny, zrejme v jeho odbornom jazyku. A ako som z ich reči pochopila, následne sa dotkli aj problematiky senzibility, vrátane témy liečenia a diagnostiky rôznych chorôb. To posledné ma veľmi zaujalo. Počas tejto diskusie, zatiaľ čo ostatní kamaráti počúvali, Slávko pozorne skúmal dlane svojich rúk. A len čo sa v rozhovore objavila dlhšia pauza, chlapec sa poponáhľal opýtať:

„Niečo, čo sa týka čakier, som celkom nepochopil. Hovorili ste, že by tam mali byť otvárajúce sa body. Ale tam predsa nič nie je!“ Starší chlapci sa uškrnuli.

„Samozrejme,“ povedal Sensei. „Vizuálne tam nič podobné nie je...“

Žeňka, ktorý stál vedľa Slávka, sa neudržel, obrátil jeho ruky ako doktor a vážne sa spýtal:

„Takže, pacient. Kosti a žily tam vidíte?“

„Nie,“ odpovedal stále ešte v rozpakoch Slávko.

Žeňka zamľaskal a žalostne prehlásil:

„Beznádejný!“ Kamaráti sa zasmiali.

„Vieš, čakry, to sú určité zóny na tele človeka,“ trpezlivo vysvetľoval Učiteľ, „kde je zvýšená vnímavosť k teplu. Samozrejme nie sú vidieť, ale reálne ich možno



zaznamenať modernými prístrojmi. Pre vedcov, rovnako ako aj pre teba, sú tieto zóny zatiaľ záhadou: bunky sú rovnaké, spojenia sú rovnaké, ale citlivosť je vyššia. Prečo? Pretože sa tu nachádzajú čakry. A čakra, tá už patrí k astrálnemu telu, teda k inej, hlbšej fyzike. Myseľ predstavuje spojovací článok medzi astrálnym a materiálnym telom. Preto je veľmi dôležité naučiť sa kontrolovať myšlienky... Práve vtedy budeš skutočne vyvolávať samotný pohyb Čchi vo svojom tele.“

Ďalej sa do rozhovoru zapojili starší chlapci, debatujúc o akýchsi svojich meditačných momentoch. Na konci nášho stretnutia dal Sensei Žeňkovi a Stasovi úlohu, aby nás osobne odprevadili k zastávke a posadili na autobus.

„A žiadne kúsky,“ zo žartu pohrozil Sensei Žeňkovi.

„Rozkaz,“ podal hlásenie Žeňka a zasalutoval, „žiadne húsky.“

Sensei beznádejne mávol rukou. Keď sa celá skupinka zasmiala a pohla smerom k cestičke, Učiteľ zavolał kocúra. No ten sa dôležito pobral opačným smerom. Sensei sa ho snažil dobehnúť, aby ho chytil, ale nevyšlo to. Tento huncút sa prešmykol do najbližšieho krovia. Sensei si čupol a snažil sa ho odtiaľ vytiahnuť. Využila som tento rozruch a podišla som k Učiteľovi, akože mu chcem pomôcť chytiť kocúra.

„A vy môžete diagnostikovať...“ ani som to nedopovedala, už mi Sensei odpovedal.

„Ty myslíš na svoju boliestku v hlave, slniečko moje... Samuraj! Tak ty ešte škriabať budeš. Ty darebák jeden. No poďme, vylez!“

„Odkiaľ to vie!“ bola som jednoducho ohromená. A posilnená nádejou som si pomyslela: „Ak už o nej vie, tak mi možno aj pomôže s ňou bojovať!“ V tej chvíli sa ma Igor Michajlovič spýtal:

„A akú diagnózu ti stanovili doktori?“

„Rodičia mi tvrdia, že to nie je nič hrozné, niečo s cie-  
vami. Ale ako som pochopila, keď som začula rozho-  
vor matky s profesorom, mám zhubný nádor v mozgu.  
A nie je jasné, ako sa bude správať v najbližšej dobe.“

„Pádny argument,“ povedal Sensei, oprašujúc si ruky,  
keď v tom pozrel smerom ku krikom a povedal: „No do-  
bre, sed' si tu koľko chceš. Premrzneš, sám prídeš!“

Keď si ostatní všimli „šarvátku“ Senseia s kocúrom,  
začali sa vracat' späť a ponúkať svoje služby pri odchYTE.

„Nech si ide!“ mávol rukou Sensei. „Sám príbehne  
domov.“

K môjmu úplnému sklamaniu, tú krátku chvíľku,  
ktorú bolo možné využiť na rozhovor, sme so Senseiom  
prešli mlčky, až sme sa pripojili k ostatným. Čaka-  
la som od neho nejakú reakciu, nejaký súcit, nejakú  
nádej na možnú liečbu. Ale zbytočne som si myslela,  
že už-už niečo povie. Odpoveďou na všetko bolo len  
ticho. Skrývala sa vo mne maličká nádej, že budem  
počuť aspoň nejaký náznak rady alebo morálnu pod-  
poru počas spoločného rozhovoru s priateľmi. Ale on  
jednoducho šiel a žartoval s ostatnými, a rozprával im  
nejaké vtipy za spoločného chichotu skupinky. To ma  
definitívne rozzúrilo.



## 10

Celou cestou som sa hrozne hnevala. A doma som si jednoducho nevedela nájsť miesto. „Všetko je stratené, všetko je stratené!“ nariekala som v myšlienkach. „Len čo sa objavila aspoň aká-taká reálna nádej, znovu všetko stroskotalo. A stačilo, už stačilo, mala som už všetkého dosť! Všetko na tomto svete je nezmyselné! Už takto ďalej nevládzem, proste už nemám síl. Do čerta so všetkým, tento boj o život, s celým tým hlúpym učením, s nezmyselným cvičením a ľahostajným Senseiom. Aj tak to má len jeden koniec!“

O nejaký čas už moja fantázia vykresľovala príšerný, desivý obraz môjho vlastného pohrebu, horké slzy matky, blízkych i kamarátov. Jasne som si predstavila, ako do mojej rakvy zatĺkajú klinec, spúšťajú ju do vlhkej jamy a zasypávajú hlinou. Naokolo je hrozná, ťaživá temnota, pustota a beznádej. A koniec!

A čo bude ďalej tam hore, kde naplno prekypuje život? Tu sa v mojom vedomí objavil iný obraz. Všetko bolo ako predtým, nič sa nezmenilo. Rodičia rovnako ako predtým chodili do svojej práce. Kamaráti chodili do školy, v ich tvárach bola rovnaká radosť zo života, veselo sa smiali na svojich nekonečných vtipoch. A Sensei, rovnako ako predtým, viedol svoje zaujímavé tréningy, ukazoval a vysvetľoval prekvapeným kamarátom ich možnosti.

Nič sa na tomto svete nezmenilo! Jedine to, že tu nie som ja. A v tom je pointa, krivda aj bôľ. Bola to len moja osobná tragédia. A celkovo moje myšlienky, moje pocity, moje znalosti a môj život nikto nepotrebuje a nikoho neznepokojuje, okrem mňa samej. Narodila som sa sama a sama umieram. Tak v čom je teda zmysel tejto márnej existencie? Načo sa ľudia vôbec rodia? Načo nám je daný život?

Tak takýto „guláš“ životnej filozofie, a prevažne filozofie strachu zo smrti, sa vytváral v mojej hlave. Prepadla ma strašná sklúčenosť, ktorá rýchlo prechádzala do depresie. V priebehu jedného dňa som začala rýchlo „vädnúť“ pod ťarchou svojich sklúčujúcich myšlienok. Moje zdravie sa prudko zhoršilo, zase som mala strašné bolesti hlavy, kvôli ktorým som vynechala školu a všetky hodiny v školských krúžkoch, vrátane milovaných tancov. Už som na tomto svete nič nepotrebovala. No...

Blížil sa čas ďalšieho tréningu. A nehľadiac na vonkajší prívál negatívnych emócií, niekde hlboko vo mne sa ukrýval akýsi stály nemenný pocit viery vo svoje sily, pocit úplného pokoja. Práve kvôli nemu som sa sama seba pýtala, či mám ísť, alebo nie. A práve tento vnútorný pocit ma z nejakého dôvodu najviac rozčuľoval.

Rozhodujúcu bodku za mojimi trápeniami urobili kamaráti, keď sa všetci húfne objavili u mňa doma. Dovtedy mi ani len nenapadlo chystať sa. Ich nákazlivý smiech, diskutovanie o obyčajných problémoch, a tiež dojmy z toho, ako sa im doma podarila meditácia, ma odpútali od ťažkých myšlienok a trochu mi zdvihli náladu. Nakoniec sa kamarátom podarilo vytiahnuť ma z môjho „cintorína“ na tréning a vyhlásili ma za nenapraviteľnú simulantku. A Andrej mi navyše urobil na túto tému dlhú prednášku, uviedol niekoľko svojich ukážkových príkladov, a nakoniec to uzavrel slovami:

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy SENSEI ZO ŠAMBALY .  
Pokud se Vám ukáзка líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.