

Heather Ash Amara

Staňte se
ženou
jakou
máte být

Zrození

Bohyně válečnice

Předmluva Don Miguel RUIZ,
autor knihy Čtyři dohody

HeatherAsh Amara

ZROZENÍ BOHYNĚ
VÁLEČNICE



Copyright © 2014 by HeatherAsh Amara

WARRIOR GODDESS TRAINING

by HeatherAsh Amara

© Hierophant Publishing

Všechna práva vyhrazena.

*Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu nakladatele.*

Překlad © Gabriela Pechanová, 2016

Obálka © Jiří Miňovský – ARBE, 2016

© DOBROVSKÝ s.r.o., 2016

ISBN 978-80-7585-392-9 (pdf)

HeatherAsh Amara

ZROZENÍ BOHYNĚ
VÁLEČNICE

Přeložila: Gabriela Pechanová

Kniha je věnována všem ženám této nádherné planety. Necht' nabydeme nezkrotné lásky válečnice, necht' si osvojíme moudrost bohyně, abychom přivedly Zemi k rovnováze a harmonii.

Nastal čas, kdy nebezpečí ztvrdlých pupenů bylo větší než nebezpečí rozkvést.

– Anaïs Ninová

Slovo úvodem

V knize *Zrození bohyně válečnice* se HeatherAsh Amara dělí o své zkušenosti učitelky, přítelkyně a rádčiny, čímž pomáhá nové generaci žen podstoupit vlastní cestu vnitřní proměny.

Její kniha spojuje moudrost mnoha tradic v jednu krásnou cestu. Všechny tyto nauky staví na společném předpokladu, že pouhá myšlenka bez odpovídajících kroků nikam nevede. A proto zde najdete spoustu cvičení, které vám pomohou nalézt spojení s vaší božskou podstatou.

Jak brzy uvidíte, cesta Bohyně válečnice je kovaná láskou.

HeatherAsh Amara vstoupila do mého života před více než dvaceti lety jako studentka, která měla ke všemu spoustu otázek. Tyto otázky ji vedly k mnohým učitelům různých tradic, včetně mě samotného, a HeatherAsh Amara tak začala svou vlastní cestu za porozuměním. Nejprve toužila porozumět všemu, co existovalo ve vnějším světě, jenže všichni učitelé ji směřovali dovnitř. Přemohla tedy svou počáteční nechuť a proměnila své putování za vnějším porozuměním v cestu sebepoznání. Stránky, které následují, jsou výsledkem této cesty.

Cesta Bohyně válečnice je popsána v deseti lekcích. První tři lekce vám pomohou najít svůj vlastní střed a posoudit, jak si stojíte, dalších šest kapitol vás povede cestou osobní proměny a závěrečná lekce vám usnadní žít jako Bohyně válečnice v realitě každodenního života.

Mám nesmírnou radost, že mladá dívka, která před dvaceti lety vešla ke mně do třídy, se stala nejen okouzlující ženou, učitelkou, spisovatelkou a Bohyní válečnicí, ale zejména ztělesněním bezpodmínečné lásky.

Ať vás slova a učení této umělkyně na stránkách tohoto skvělého uměleckého díla vedou k vaší božské podstatě, a ať ve vašem srdci vzkvétá bezpodmínečná láska. Cesta Bohyně válečnice je totiž cestou lásky.

V toltécké tradici se učedník v posledním kroku před dosažením mistrovství oprostí od podpůrné berličky učitele a naučí se chodit silou své vlastní vůle. Ačkoliv učitelé zanechali na HeatherAsh Amare stopy svých nauk, vyzařuje z ní především moudrost vlastních zkušeností. HeatherAsh Amara byla kdysi mou žákyní, zatímco dnes je z ní rovnocenná kolegyně.

Děkuji ti, HeatherAsh Amaro, za zrození této úžasné knihy.

– Don Miguel Ruiz,
autor *Čtyř dohod a Umění lásky*

Předmluva

Byla jsem povolána spolupracovat s ženami již před mnoha lety, když jsem se poprvé zapsala do vysokoškolského semináře s názvem Ženy a společnost a začala jsem objevovat spiritualitu Země.

Spiritualita Země je jakékoliv náboženství nebo tradice, které do svého středu staví Zemi, přírodu a veškeré projevy života. Spiritualita Země pohlíží na Zemi jako na Matku, která nám dává život a potravu, vhled a moudrost. Vyznávají ji lidé po celém světě, od indiánských kmenů přes africké šamany až po moderní vědce.

Tyto tradiční nauky se vážou na cykly Země a Slunce; ctí světlo a tmu, začátek a konec, muže a ženu, zrození a smrt. Jsou všezahrnující a vše je pro ně posvátné. Během důkladného studia různých tradic jsem se nadchla pro evropský šamanismus a jeho nauku uctívání Matky Země. Archetypy Panny, Matky a Stařeny a rozdílné podoby Bohyně mě vedly k tomu, že jsem začala milovat sama sebe jako ženu, a přestala jsem se snažit připodobnit se mužskému Bohu a lidem (většinou mužům), kteří jsou nám předhazováni v roli vzorů a rádců.

Časem jsem našla učitele, kteří mi ukázali cestu, a sama jsem byla „naverbována“, abych učila plno žen, které ke mně neustále přicházely s přáním učit se. My ženy toužíme po ženském odrazu Božství a také po spiritualitě, která by nám umožnila napojit se na náš přirozený dar intuice, léčení a budování sounáležitosti. To neznamená, že bychom byly lepší než muži, chtěly vést oddělené životy od svých bratrů, ani že bychom byly kvůli své biologii nějak výjimečné. Podstatou je uctívání veškerého života: muž-

ského i ženského, lidského i zvířecího, života rostlin i nerostů. Existuje však magie, která se projeví, když se dáme dohromady, abychom posílily své ženství, uctily veškeré projevy bohyně v každé z nás a nechaly se jimi inspirovat.

Tato kniha se zrodila z celoročního programu, který jsem vedla v roce 1997 pod názvem Třináct měsíců, pojmenovaného po třinácti měsíčních cyklech, jež se vejdou do jednoho roku. Program Třináct měsíců vycházel z nauk mých dvou prvních učitelek-žen, Vicki Noblové a Cerridwen Fallingstarové, u nichž jsem se dříve zaučovala. V Třinácti měsících jsem se soustředila na motivaci kroužku žen, které se shromáždily ve vzájemné bezpodmínečné podpoře.

Prostřednictvím Vicki jsem odhalila starobylou moudrost ženské intuice, léčitelství a neuvěřitelnou sílu, zatímco díky Cerridwen jsem se ve společenství sester otevřela blízkosti a zranitelnosti, sladila jsem se s cykly ročního období a poznala uzdravující dar rituálu. Program Třináct měsíců se také inspiroval z malého okruhu mých milovaných sester z vysoké školy, Žen ze Spolku ano, které se scházely každý týden.

Kouzlo proměny programu Třinácti měsíců stavělo na mých dlouholetých studiích toltécké tradice a na pedagogické spolupráci s donem Miguelem Ruizem, autorem *Čtyř dohod*. Toltékové jsou starobylý národ, který žil před více než tisíci lety na území jižního a středního Mexika. Považovali se za „umělce ducha“. Don Miguel říká: „Nalezni sám sebe a vyjadřuj se svým vlastním osobitým způsobem. Svou lásku sděluj otevřeně. Život není nic jiného než sen, a pokud budeš budovat svůj život s láskou, tvůj sen se stane mistrovským uměleckým dílem.“

Po třech letech zapáleného studia se mi podařilo zapojit základní nauky evropského šamanismu a toltécké moudrosti do svého každodenního života. V programu Třinácti měsíců jsem dokázala mezi těmito naukami najít optimální rovnováhu, a tak jsem začala ženám předávat směs filosofie toltéckých bojovníků a evropské božské spirituality, což jim umožnilo přeměnit své vlastní životy k lepšímu.

A byl to opravdový úspěch. První ročník programu jsem byla svědkem toho, jak šestnáct žen rozkvetlo jako divoké květiny na jaře po dešti. Ve skupince žen, které řekly *ano* vlastní pravdě a jedinečnosti, překonala každá žena úskalí sebepochybování a začala kráčet svou vlastní cestou. Ženám se úspěšně podařilo dokončit staré projekty a začít novou kariéru, pročistit usazené rodičovské vzorce, založit novou rodinu či zahojit sexuální trauma a znovu získat chuť do života.

Program Třinácti měsíců se z této první skupinky rozrostl do žákovského kruhu žen z celého světa. Naše globální internetová síť překonává všechny hranice a spojuje ženy z rušných měst či odlehlých vesnic do kruhu, jenž otevírá dveře sebelásce a novým možnostem.

Zrození Bohyně válečnice je nejnovější podobou nauky Třinácti měsíců, vytríbené díky letitým zkušenostem a přetavené do deseti účinných, jednoduchých lekcí. Nechť krmí vaše srdce a vaši duši, aby ve vás vzkvétala Bohyně válečnice, kterou ve skutečnosti jste.

Ačkoliv jsem máma, která porodila počáteční podobu Třinácti měsíců a teď *Zrození bohyně válečnice*, tyto nauky pocházejí od našich babiček a praprababiček, které si je předávaly z pokolení na pokolení ústní tradicí, až je v dnešní době znovuobjevily současné babičky a matky, jež je převyprávěly ve prospěch všech žen. Ve zvláštní cti chovám Madre Saritu, matku dona Miguela, která mě provázela mnohými cestami starobylé toltécké nauky, a to i po své smrti.

Úvod

Nechci dojít na konec života a zjistit, že jsem si svůj život jen odžila. Chci ho i prožít.

– Diane Ackerman

Jste dokonalá. Jste mocná. Jste božská.

Cítíte při četbě těchto slov jejich pravdivost až v morku kostí?

Nebo místo toho cítíte tíhu sebekritiky a nedostatek sebedůvěry? Možná máte hluboce zakořeněné přesvědčení, že nejste dostatečně dobrá, a tak se celý svůj život oddáváte vysilujícímu procesu hledání hodnoty mimo sebe samu.

Pokud se nemilujete a nectíte každým coulem svého bytí, pokud vám dělá nesnáze přijmout svou sílu a svou vášeň, pokud byste ve svém životě chtěla více hravé radosti či prostého prožitku přítomnosti, pak nastal čas pro vnitřní revoluci. Je načase, abyste se začala dovolávat své energie Bohyně válečnice.

My ženy jsme byly vedeny, abychom hledaly naplnění a vlastní hodnotu prostřednictvím ostatních, a abychom tak hledaly i lásku. Před padesáti lety jsme slyšely, že naplníme své poslání skrze manžela a děti – byla to víceméně naše jediná možnost. V dnešní době nám dodává hodnotu milovaný muž, kariéra nebo i následování zvolené duchovní cesty. Málokdy samy sebe vnímáme jako dokonalé jen takové, jaké jsme. Často odvozujeme svou hodnotu od toho, kdo nás má či nemá rád, jestli potřebujeme zhubnout jen pět kilo, nebo padesát, a jestli zvládneme tři úkoly najednou s úsměvem na tváři.

Novodobá ženská revoluce je vývojem od bytí, které se zaměřuje na druhé, k bytí, jež se soustředí dovnitř. Ve chvíli kdy je

naše pozornost lapená v pasti strašlivých „měla bych“, „co když“ a „nemůžu“, plýtváme energií a není pro nás lehké vidět, co je nám vlastní. Když zaměříme pozornost zpět k nám samotným a uvědomíme si, jaká je naše skutečná vnitřní podstata – ne kým si přejeme být nebo kým si myslíme, že bychom měly být – tehdy se vydáme na posvátnou cestu proměny vedoucí k naší vrozené, původní, vtělené síle.

A toto je cesta Bohyně válečnice.

Válečnická energie v sobě pojí soustředěnost, oddanost, zacílení a odhodlání. Jejich vědomé spojení nám dává sílu. Využíváme-li svou válečnickou energii, jsme sebevědomé, jisté a do každé činnosti jdeme se stoprocentním nasazením.

Božská energie je naše tvůrčí proudění: bezpodmínečná láska, radost, vášeň a moudrost. Používáme-li svou božskou energii, žijeme v radostném sebepřijetí a v sebeúctě a nasloucháme posvátnému vnitřnímu hlasu.

Začněme od začátku.

Může se zdát jako ironie, že prvním krokem naší cesty není žádný vhled ani dosažení nového stavu bytí. Spíše se od nás vyžaduje, abychom se vzdaly některých věcí, na kterých jsme velmi dlouhou dobu lpěly. Na cestě přeměny se musíte umět vzdát falešných přesvědčení a omezujících příběhů.

Příběhem zde rozumíme to, co říkáme samy sobě i ostatním lidem, abychom vysvětlily, proč jsme takové, jaké jsme. Naše příběhy mohou být podnětné, nebo plné žalu a obviňování. Naše příběhy nás mohou naplňovat energií a nadšením, nebo nám mohou přinášet pocit bezmoci, dělat z nás oběti nebo v nás vzbuzovat vztek a pomstu. Příběhy, které omezují náš rozlet a radost, staví na falešných přesvědčeních a lpěních, a vůbec nám neprospívají. Měly bychom si položit otázku: Vyvolává ve mně můj příběh vnitřní či vnější napětí, nebo mi přináší klid a pocit naplnění?

Vnitřní hlasy nám říkají: „Nejsem dostatečně chytrá“, „Nejsem dostatečně hezká“ nebo „Nejsem dostatečně společenská“. Jsou to jen mylné představy, na kterých vyrostla omezující soustava přesvědčení, kterou o sobě chováme. Podobné příběhy si často vyprávíme tak dlouho, až ztratíme schopnost rozpoznat, že to

jsou jenom příběhy, a začneme je přijímat jako holou skutečnost. Jenže nic nemůže být vzdálenější pravdě!

Pokud jste připravená vyvázat se ze svých omezení, nejdříve se musíte zbavit přesvědčení, že jste oběť a mučednice. Dokud se budete považovat za slabou a bezmocnou nebo se budete domnívat, že musíte něco předstírat, aby vás ostatní přijali, budou tyto příběhy ovládat váš život a předurčovat vaši skutečnost.

Je načase, abyste si sundala všechny masky a ochranné brnění, za které se schováváte, a začala žít život naplno. Musíte být ochotna nechat plavat minulost a nelpět na budoucnosti. A co je nejdůležitější, *musíte být ochotna vzdát se toho, kým si myslíte, že byste měla být, ve prospěch toho, kdo jste.*

Pomůžeme vám být vašim krásným, silným já.

V mýtickém příběhu o hrdinovi se muž sám vydává do světa, aby našel štěstí, zvítězil nad zlem, zachránil jednu nebo dvě ženy a na četných překážkách ukázal svou sílu.

V moderním příběhu o hrdince Bohyni válečnici se žena sama vydává do světa, aby našla sama sebe, zvítězila nad strachem a pochybnostmi, nabyla svou moc a vitalitu a ukázala sílu soucitu a nezkrotné lásky.

Jako hrdinky jednadvacátého století se potýkáme s mnohými překážkami a se spoustou démonů, které musíme na své cestě pokořit, abychom daly volný průchod svému pravému já. Žijeme v době, kdy se za normální považují stres, sebeodmítání, sebe-trýznění a závislost, a kdy běžně dochází k sexuálnímu, emocionálnímu a fyzickému týrání. A ačkoliv máme to štěstí, že naše babičky a matky položily ve světě základ pro osvobození žen a jejich osobní svobodu například díky boji za volební právo a rovnoprávné zacházení na pracovišti, i přesto často pořád zůstáváme v okovech, protože se snažíme dostát normám, přesvědčení a ideálům, které vymyslel někdo jiný.

Zrození Bohyně válečnice je cesta ke zjištění, kdo doopravdy jste a co doopravdy chcete, a na základě toho vám pak kniha pomůže vytvořit vnější realitu, která bude odpovídat tomu, jaká jste uvnitř.

Jak podotýkají spisovatelky Carrie McCarthyová a Danielle LaPorteová ve své knize *Prohlášení o stylu*, život začíná být ne-

příjemně jednotvárný, když nenahlížíme dovnitř a ztratíme schopnost samy rozlišovat, co se nám zdá správné a co špatné. Krmíme-li se představou o úspěchu a štěstí, kterou uvažili jiní, naše pravá povaha začne hladovět a my se špatně rozhodujeme, co zařadit do svých životů a co nabídnout světu.

Pokud se chceme posunout od bytí zaměřeného na druhé k bytí zaměřenému dovnitř, potřebujeme odvalu. Je snazší následovat to, co už známe, a zůstat v bezpečí známého prostředí. Jenže na cestě Bohyně válečnice neexistuje jedna šablona stejná pro všechny, nenajdete tu žádný přesný návod, nic co vás bez práce dostane z nesnází, žádného rytíře na bílém koni, který by vás zachránil, ani žádného osvětleného mistra, milujícího guru ani mocného šamana, který by ve vás mrknutím oka probudil vaši vlastní podstatu. Tuto cestu budete muset ujít vy sama, ačkoliv v obklopení sester a bratrů, kteří vám poskytnou oporu. Zaměříte se dovnitř, zbavíte se veškerých nečistot, rušivého hluku, nicnedělání a otupělosti a pak se světu ukážete jako zářící drahokam.

Dobrou zprávou je, že nikdy není pozdě, abyste se stala sama sebou. Planeta Země vás právě teď potřebuje: Vás, takovou, jaká stoprocentně jste.

My ženy na celém světě začínáme objevovat svou původní, tvůrčí, úžasně jedinečnou podstatu. Zbavujeme se starých, vybledlých šatů šitých svárem, nadvládou, soutěživostí, žárlivostí a útlakem. Stoupáme vzhůru jako slunce a záříme daleko a jasně jako měsíc v úplňku. Říkáme *ano* síle nezkrotné lásky, soucitu, nekonečné ryzosti a zranitelnosti. Jsou to naše erby válečnického zacílení a božské radosti.

Volání po ženské ryzosti z nás nedělá bytosti nadřazené mužům, ani nejsme lepší než naše sestry, které žijí spíše podle toho, jak byly vychovány, než podle své vnitřní podstaty. Jako lidé jsme si všichni rovni, všichni jsme hodnotní.

A všichni jsme dokonalí. Akorát se někdy ztratíme v mlze svých vlastních omezujících přesvědčení a potřebujeme rádce, který by nás dovedl zpět ke světlu bezpodmínečné sebelásky a sebezříjetí. Tato kniha je právě takovým rádcem.