

SANDRA INGERMANOVÁ

KNIHA OBŘADŮ

*Šamanská moudrost pro objevení posvátnosti
v každodenním životě*



MAITREA

KNIHA
OBŘADŮ

SANDRA INGERMANOVÁ

KNIHA
OBŘADŮ

*Šamanská moudrost pro objevení posvátnosti
v každodenním životě*

Přeložila Lenka Adamcová



MAITREA

2020

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Ingerman, Sandra

[Book of ceremony. Česky]

Kniha obřadů : šamanská moudrost pro objevení posvátnosti v každodenním životě
/ Sandra Ingermanová ; přeložila Lenka Adamcová. -- První vydání v českém jazyce.

-- Praha : Maitrea, 2020. -- xxvi, 229 stran

Přeloženo z angličtiny. -- Obsahuje bibliografie

ISBN 978-80-7500-527-4 (brožováno)

* 133.4:2-382 * 133.4 * 2-58 * [13+2-584.5]:316.42 * 316.346.32 * 316.728 * 133 *
(0.062)

– šamanismus

– rituály a obřady

– spiritualita

– duchovní transformace

– životní fáze -- esoterické pojetí

– každodenní život -- esoterické pojetí

– populárně-naučné publikace

133 - Ezoterismus. Okultismus [17]

Některá jména a identifikační podrobnosti byly změněny kvůli ochraně soukromí lidí citovaných v této knize.

Sandra Ingermanová

Kniha obřadů

The Book of Ceremony

Copyright © Sandra Ingerman, 2018

Translation © Lenka Adamcová, 2020

Czech edition © MAITREA a.s., Praha 2020

ISBN 978-80-7500-527-4

*V lásce a úctě všem skvělým přírodním bytostem
v síti života a naší krásné Zemi.*

*V hluboké vděčnosti všem, kdo se nepřestávají
nořit hlouběji do obřadné práce, aby vraceli
zdraví veškerému životu a naší planetě.
Nechť naši potomci a vše v síti života má prospěch
z naší oddané obřadné práce.*



Milí čtenáři,
snažíme se, aby naše knihy byly perfektní. Pokud i přesto objevíte v textu nějakou chybu, napište nám na nakladatelstvi@maitrea.cz a my ji rádi opravíme.
Díky, Vaše nakladatelství

OBSAH

Úvod ... ix

ČÁST PRVNÍ Síla obřadu

- 1 Co je to obřad ... 3
- 2 Představte si svůj obřad ... 15
- 3 Příprava na obřad ... 33
- 4 Provádění obřadu ... 51
- 5 Další instrukce pro práci s obřady ... 69

ČÁST DRUHÁ Posvátné přechody

- 6 Mezníky a přechodové rituály ... 83
- 7 Uctivé zakončení ... 103

ČÁST TŘETÍ Obřady pro vytvoření energetické rovnováhy

- 8 Uvolnění blokujících energií ... 123
- 9 Práce v neviditelných sférách ... 139

ČÁST ČTVRTÁ Život jako obřad

- 10 Žehnací a léčebné obřady pro lidi ... 151
 - 11 Žehnací a léčebné obřady pro místa ... 161
 - 12 Proměňte své sny ve skutečnost ... 181
 - 13 Spojme se dohromady, abychom přinesli
požehnání naší globální komunitě ... 205
- Poděkování ... 211
- Zdroje informací ... 213
- O autorce ... 217
- Ohlasy na Knihu obřadů ... 219
- Další knihy a studijní programy ... 227

ÚVOD

Miluji provádění obřadů. Ráda provádím obřady sama a s nadšením se také spojuji s podobně smýšlejícími lidmi kvůli provádění obřadů pro veškerý život a pro Zemi.

Když jsem žila v San Francisku, seznámila jsem se tam v roce 1980 s technikou šamanského cestování. Zamilovala jsem se do této praxe, která mě naučila, jak získávat vlastní spirituální vedení prostřednictvím cestování mimo čas a prostor a setkávat se s pomocnými a soucitnými duchy.

V šamanském učení je obřadem každý spirituální a posvátný akt, který provádíme. Když si uvědomíme posvátnost každého okamžiku, dějí se zázraky. Na počátku osmdesátých let mě při zkoumání mnoha aspektů šamanismu přitáhlo vytváření šamanských obřadů pro uzdravení vlastní minulosti a k projevení toho, po čem touží moje duše. Zjistila jsem, že provádění obřadů je klasickou součástí šamanské praxe.

Při praktikování šamanismu se adept dívá za to, co můžeme vidět, slyšet, cítit, chutnat a čichat v našem hmotném světě. Šamani nahlízejí do neviditelných říší plných velké krásy a spirituálních léčivých energií, jež mohou podporovat naše životy v běžné realitě.

Šamani využívají starobylé síly obřadu a posouvají se mimo běžné myšlení. A při práci mimo hmatatelný svět vnímají disharmonické

energetické vzorce, které je potřeba znovu uvést do rovnováhy pro zlepšení zdraví lidí i planety. Přijímáním pomoci a poučení od pomocných duchů se šamani učí obnovit harmonické energie prostřednictvím tajemné léčivé síly obřadu. Každá šamanská cesta, kterou šaman podniká, každý léčebný postup, s nímž šaman pracuje, je považován za obřad.

Šamanismus je technika přímého poznání. To znamená, že šamani získávají pomoc od vlastní vnitřní moudrosti při komunikaci s četnými pomocnými a soucitnými duchy a prostřednictvím svého hlubokého spojení se vším, co v přírodě existuje.

V našem moderním světě se příliš zaměřujeme na hromadění materiálního bohatství a věcí s přesvědčením, že nás to učiní cestlivými a přinese nám to radost. Když ale do svého života vnesete spirituální techniky a obřady, začnete nakonec toužit ucelenějším způsobem. Budete žít svůj život s rozzářenými očima, neboť začnete vnímat, přijímat a vstřebávat víc krásy a potenciálu ve světě kolem sebe a chápat, jak můžete být aktivním účastníkem při přinášení posvátného do svého života.

Spousta lidí má pocit, že život je prázdný a že svět nemá žádný smysl. A pokud se zaměřují pouze na hmatatelnou sféru, je to pravda. Protože teprve když se naučíme, jak komunikovat se silou neviditelných světů, čeká na nás skutečná radost, bohatství a uzdravení. Vnesení obřadných technik do našeho života nám pomáhá vytvořit novou realitu plnou bohatství a smysluplnosti při splétání životem pulzujících vláken z neviditelných říší. Tyto techniky nám pomáhají najít smysl v životě a jsou nám nápomocné při oceňování vlastního tvůrčího potenciálu.

Svůj první formální šamanský obřad jsem uskutečnila v roce 1982 – a krátce nato jsem se odstěhovala do Santa Fe v Novém Mexiku. Pro tento obřad jsem nejdřív zatáhla závěsy ve svém

obývacím pokoji, abych ho zatemnila, opustila své běžné myšlenky a vstoupila do tajemné role šamana, jenž „vidí“ v temnotě. Stále si ještě pamatuji na vůni sirky, když jsem na začátku zapalovala červenou svíčku.

Měla jsem krásnou deku upletenou z duhově barevných vláken. Byla dokonalá pro vytvoření mého oltáře. (Později jsem při provádění léčebné práce žádala své klienty, aby si lehli na tuto příkrývku, které jsem říkala „můj kouzelný koberec do neviditelných říší“.) Na oltář jsem položila lasturu ušně naplněnou čistícími bylinami – šalvějí a jalovcem. V některých tradicích lastura ušně představuje element vody, očistné byliny jsou používány jako země, zápalka jako oheň a kouř jako vzduch. Práce s elementy je způsobem, jak jim vzdát úctu za to, že nám dávají život. Pak jsem na oltář položila obětinu v podobě červených růží jako dar pomocným duchům, kteří vyslechnou moji modlitbu a pomohou mi ji projevit.

Když jsem zapálila vonnou esenci, byl kouř plný nádherné vůně, jež mi připadala očistná na všech úrovních. Záře červené svíčky naplňovala místnost. Záře svíčky a posvátné předměty na mém oltáři proměnily energii mého obývacího pokoje z běžného obytného prostoru v posvátné spirituální prostředí.

Pamatuji si, jak jsem bubnovala a stála u oltáře, který jsem si vyrobila, s krásnými oběťmi soucitným duchům a světovým stranám – všem spirituálním silám, jimž jsem chtěla projevit úctu. Strídala jsem chřestidlo a buben, abych povolala pomocné duchy coby svědky, když jsem nahlas vyslovovala svůj záměr. Požádala jsem duchy, aby do mého života přivedli spirituálního učitele, který by mě zavedl hlouběji do mé šamanské cesty.

Cítila jsem, jak mám husí kůži na pažích, a moje srdce se zdálo plné. Když jsem zpívala píseň na uctění všech pomocných duchů, věděla jsem, že se chystá něco velkého. Nechala jsem plynout

svou spirituální píseň, což mi pomáhalo změnit běžný stav vědomí do stavu šamanského, v němž jsem byla připravena věnovat se posvátné obřadné práci.

Při provádění jednotlivých kroků obřadu utichlo moje mentální tlachání o mém životě. Přestala jsem se starat o každodenní záležitosti jako vaření, běžné úkoly nebo zprávy, které mi připadaly zneklidňující. Čím víc jsem opouštěla své běžné lidské starosti, tím víc jsem se zapojovala do skutečné magie obřadu.

Napsala jsem svůj záměr na kousek papíru, a když jsem byla připravená, vložila jsem ho do lastury ušně s hořícími léčivými bylinami. Zapálila jsem papírek. To je symbolický akt spojený se všemi ohňovými obřady, při nichž vkládáte svůj záměr do ohně, a kouř pak nese vaše přání k síle univerza, jež se s vámi spojuje jako spirituální partner pro realizaci vašeho snu nebo pro zprostředkování léčivých energií.

Domnívala jsem se, že přivolávám lidského učitele. Netušila jsem, že ve skutečnosti do svého života přivolávám spirituálního učitele z neviditelných říší. Ne vždy víme, jak se naše záměry mohou projevit. Časem jsem zjistila, že duch Santa Fe se měl stát mým největším učitelem a ukázat mi, jak se napojit na svůj tvůrčí potenciál a přinést šamanskou léčebnou práci a učení do světa.

Za svého dlouhodobého provádění mocných a úspěšných obřadů jsem se poučila o elementech nezbytných pro vytváření těchto posvátných událostí. V průběhu osmdesátých let dvacátého století jsem začala s vedením obřadů na seminářích pro naše uzdravení nebo pro přivolání spirituální podpory pro naše osobní cíle.

V devadesátých letech moje obřadná práce se skupinami udělala velký skok kupředu, když jsem začala pořádat pětidenní workshopy o šamanském léčení místo krátkých víkendových výcviků. Během těchto delších kurzů jsem vedla obřady pro velké

skupiny. Obřady plynuly velmi hladce a tyto velké skupiny byly k obřadné práci silně přitahovány. Mohla jsem tak snadno vidět, proč jsou obřady prováděny už po tisíce let. Desítky tisíc studentů se účastnily obřadů, které jsem vytvořila. V průběhu let mi účastníci poskytovali zpětnou vazbu nejen o síle obřadu samotného, ale říkali mi také, že takto důvěrné pouto s komunitou přineslo léčební rozsáhlejší než obřadná práce. Aspekt komunity při provádění obřadů umožňuje lidem zažít něco, co si nikdy nepředstavovali, přináší jim útěchu, lásku a podporu. Časem jsem se naučila, jak vnášet do obřadu víc síly. Například při provádění obřadu venku jsem zjistila, že pokud pozdravím a přivítám pomocné předky země, nepříznivé počasí nebo jiné záležitosti, jež by jinak bránily naší obřadné práci, se vyřeší.

Naučila jsem se, jak pomáhat lidem soustředit pozornost a při posvátné práci se od ní neodchylovat, protože v naší kultuře je většina lidí schopna udržet pozornost pouze po krátkou dobu. Potřebovala jsem vytvořit krátké obřady, jinak by lidé ztráceli koncentraci a nepamatovali by si jednotlivé kroky obřadu a záměr, který se s každou fází pojí.

Objevila jsem, že obřad má obrovskou sílu léčit a vytvářet pozitivní transformace, existuje ale také správné načasování, kdy se vytoužený výsledek projeví. Musela jsem se při provádění obřadů naučit důvěře a odevzdání se a to samé jsem musela naučit své studenty.

Při sledování obřadů a účasti na nich se toho můžete spoustu naučit. Můžete si sice přečíst knihy a absolvovat přednášky a existují šamanské postupy práce, jež je zcela nepochybně možné se naučit, buďte si ale vědomi, že pokud se budete zaměřovat na získávání vědomostí, může vás to držet ve vaší hlavě, místo aby vám to pomohlo přesunout se do spirituálního stavu vědomí měnícího

život, a může vám to bránit dívat se vlastníma očima. Spoléháte-li se na autority, zbavuje vás to vlastní síly a snižuje to vaši důvěru ve vlastní spirituální vedení.

Když se pokoušíme definovat starobylá učení, jež se zaměřují na energetickou práci, rozbíjíme tím magii obřadu. Místo toho je důležité odemknout vlastní intuitivní vědění, které přivolává sílu, vibrace a frekvenci slov a frází a transformuje výsledky vašeho obřadu.

Jak s vámi budu dál sdílet v této knize, skutečné pozitivní výsledky jsou ovocem vašeho vytouženého záměru, jenž je od srdce a autentický, toho, jak si vážíte sebe a pomocných duchů, vaší schopnosti zaměřit a koncentrovat svou pozornost, vytvořit a udržovat posvátný prostor a důvěřovat vlastnímu intuitivnímu vědění. Úspěšnost vašich obřadů se bude časem vyvíjet s tím, jak se budete učit otevřít své srdce silám univerza, stanovit si jasné záměry a vzdát se výsledku.

Při obřadné práci vytváříme posvátný prostor a necháváme zrodit vědomé záměry. Necháváme volnost nečekanému vývoji a náhlým zvrátům, zaměření, ochotě otevřít své srdce a mysl. A když jsme připraveni, přizveme do svého kruhu další členy komunity. I poté se účinky mohou stále teprve formovat, proto se musíme vyvarovat touhy vidět bezprostřední výsledky – přestože i ty mohou nastat.

Praktikování šamanismu není žádná lehkovážná záležitost, ani se nejedná o nějaký koníček. Po desetitisíce let to byla seriózní a důstojná praxe založená na pomoci komunitě v jejím přežití. Tato práce má oslavný a často radostný aspekt, je ale rozdíl mezi oslavností a povrchností. Pokud by obřady určené k léčení, požehnání a předvídání zdrojů potravy nepřinášely dobré výsledky, lidé v komunitě by zemřeli.

Dnes šamanské obřady používáme ke zlepšení svého zdraví a kvality života. Obřad ale musíme provádět ukázněným způsobem. Jsme svědky rozsáhlé devastace ve světě a pro naše přežití je opět nutné provádění obřadů. Pokud nebudeme brát svět vážně, ztratíme sílu obřadu, jež udržovala naše předky po tisíce let naživu.

Mnozí lidé stále cestují za domorodými kulturami, aby se od nich naučili obřady předávané po generace, a je naprosto úžasné být těchto obřadů svědkem, mým záměrem ale bylo a stále je vytvářet obřady pro řešení současných problémů, jimž čelíme my všichni, kdo žijeme v moderním světě. Já se oddaně věnuji přibližování starobylých šamanských technik naší moderní kultuře a jejich uplatňování na soudobé záležitosti.

V několika posledních letech se moje práce vyvíjela k vedení mocných virtuálních obřadů, při nichž se skupiny lidí z celého světa spojují v neviditelných říších, aby všichni společně uskutečňovali obřady přinášející léčení a požehnání pro skupiny a pro celou planetu.

JAK PRACOVAT S TOUTO KNIHOU

V *Knize obřadů* se s vámi dělím o to, co jsem se v průběhu let dozvěděla a naučila, a doufám, že vás budu inspirovat mnoha různými způsoby, jimiž můžete vést léčivé a žehnací obřady. Tato práce je určena pro vaše osobní léčení a růst a také k tomu, abyste ji sdíleli se svými blízkými, přáteli, kolegy a časem i s komunitou, v níž žijete.

Jak se moje praxe s obřadem vyvíjela, byla jsem zvána k práci s rozličnými komunitami, jež měly odlišná spirituální a náboženská přesvědčení. Zjistila jsem, že se lidé ponoří do obřadu a plně se ho účastní, pokud je jim tato činnost vysvětlena srozumitelným způsobem. Je potřeba, abychom používali takový slovník, který lidi

otevívá síle lásky a podpory, aniž bychom kohokoli zatěžovali nebo odrazovali šamanskými principy či terminologií, jež by jim bránily v plném zapojení.

Knihy obřadů je napsaná pro šamanské praktiky stejně jako pro ty, kdo nemají s touto technikou žádné zkušenosti. U obřadné práce je podstatná ochota otevřít své srdce a modlit se za sebe a za ostatní. Pomocní duchové, síla univerza, bůh, bohyně nebo jakékoli další posvátné spirituální síly, v něž věříte, čekají, až nám budou moct pomáhat s přinášením léčení, transformace a pozitivní změny do životů nás všech a pro Zemi. Zde uváděné obřady mohou také podporovat jakoukoli sociálně aktivistickou práci, jíž se věnujete.

Přidávám zde obřady pro zkušenější šamanské praktiky. Při čtení knihy a vlastní práci s jejím obsahem zjistíte, které obřady byste rádi uskutečnili (nebo si uzpůsobili tak, aby vyhovovaly vašim potřebám) a které pro vás nejsou zajímavé.

Obřady uvedené v této knize sice nepatří mezi ty pokročilé, někdo by se ale mohl dohadovat, co je to „pokročilý“ obřad. Pravdou je, že na planetě čelíme četným výzvám. Prováděním jednoduchých obřadů můžeme rozpouštět kolektivní negativní energie, jako je nenávisť a strach. Děláme to tím, že zapojujeme svou božskou energii a jako partneři se spojujeme s božskými energiemi v nevěštných říších.

Když lidé hledají pokročilejší obřady, které by mohli provádět, je zapotřebí, abychom ustoupili o krok zpátky a prováděli obřady, jež nám pomohou odhalit, kdo jako lidé jsme, a jednat s veškerým životem s respektem a úctou. Destabilizující změny nás pohánějí do vyšších stavů vědomí, jichž je možné kultivovaněji dosáhnout prostřednictvím obřadné práce.

Knihy obřadů byla napsána, aby vás provázela přizpůsobováním starobylého umění k používání obřadu pro léčení a realizaci přání

vaší duše. Pamatujte, prosím, že pomocní duchové budou pracovat *jako partneři s vámi* – neudělají vaši práci *pro vás nebo za vás*. Spirituální práci je potřeba začlenit do vlastního každodenního života. Musíte se oddat své práci na vytváření krajiny míru ve svém nitru a na projevování míru ve svých každodenních činech a rozhodnutích.

V celé této knize například budu mluvit o „projevování“, „posílání“, „transmutování“ a „transformování“. (Slova „transmutovat“ a „transformovat“ používám jako vzájemně zaměnitelná.) Narodili jsme se, abychom plně prožívali své lidství. Pro naše zdraví a celkovou pohodu je klíčové, abychom vyjadřovali své pocity od radostných stavů, jež prožíváme, až po pocity strachu, zlosti a nenávisti.

Současně nechceme vysílat negativní energie do světa, abychom tak neživili další disharmonické stavy. V šamanské praxi učíme o důležitosti ctění vlastních pocitů a o jejich vyjadřování zdravým způsobem vůči sobě i druhým. Dalším krokem pak je transmutovat nebo transformovat, zkrátka proměnit energie skryté za našimi emocemi v energie lásky a světla, jež vyživují nás a planetu zdravými, harmonickými, láskyplnými a mírumilovnými energiemi. Energie, které živíme, rostou.

Uvažujte o vyjadřování svých negativních pocitů jako o vybíjení určité problematické energie, kterou si nesete ve svém těle. Udržujte záměr požádat své vnitřní božství, aby proměnilo energii, kterou cítíte, v životodárnou vibraci lásky a světla zářící celou sítí života. Já to dělám opakováním modlitby: „Ať je veškerá energie skrytá v mých negativních emocích proměněna v lásku a světlo.“

V následujících kapitolách uvádím, jak provádět obřady pro uvolnění emocionálních bloků či zranění do elementů země, vzduchu, vody nebo ohně. Nezapomínejte, prosím, opakovat nějakou modlitbu, jako je výše uvedená, aby vše bylo proměněno v energii plné lásky a světla vyživující život.

Budu vás dál povzbuzovat, abyste nechali své všední a zatěžující myšlenky stranou, aby vás při provádění vašich obřadů nepoutaly k této běžné sféře. Pochopte, prosím, že po vás nechci, abyste popírali své pocity. Spoustu nástrojů k transformování energie uvádím ve své knize *Kráčím ve světle: Každodenní podpora šamanského života* (Maitrea, 2018).

S nadšením se podílím na vytváření silné spirituální globální komunity. V celé knize vás zvu do této globální komunity, jež se formuje, aby sloužila veškerému životu a Zemi.

Pro náš vnitřní a vnější život mám tendenci používat terminologii z oblasti zahradničení. Do svého vnitřního a vnějšího života musíme sázet taková semínka, která chceme vidět růst, pěstovat své sny a sklízet plody z výsledků své obřadné práce. Se záměry pro své obřady sázíme spirituální semínka do své vnitřní krajiny – zahrady, jež žije v nás. A to, co živíme, roste.

Když provádíme obřady, jsme ponořeni do přírodních cyklů, zkoumání stínu a světla, smrti a znovuzrození. Je to pro nás důležité, abychom se sladili se svou přirozeností a s tím, jak rosteme, vyvíjíme se, proměňujeme se a uzdravujeme.

Mnozí lidé dnes pracují s obřadem, aby uctili ducha země, kde žijí, stromů, rostlin, zvířat a ostatních životních forem žijících v jejich okolí. Skupiny lidí se shromažďují, aby prováděly obřady k vítání nových ročních období a uctívání změn ve fázích měsíce. To nám pomáhá znovu se spojit s přírodou, přináší nám to hlubší vztah se zemí, na níž žijeme, a navrácí nám to emocionální a fyzické zdraví a rovnováhu.

Provádějí se obřady na podporu stěhování a požehnání nového domu nebo bytu. Tímto způsobem si budujeme harmonický vztah s domem, v němž žijeme, a vytváříme si v něm pocit pohodlí a bezpečí. Lidé se spojují se silou univerza, aby jim pomohla najít

nové zaměstnání a věnovat se smysluplnější práci – nejen takové, jež zajišťuje pouhé finanční přežití. Obřady jsou používány také pro požehnání změn a přechodů v životě.

Lidé se uchylují k obřadům, aby požádali o pozitivní výsledek při procházení životními změnami, k uctění prostředí a aby požádali o pomoc v průběhu extrémních klimatických změn.

Více lidí je ochotno seznamovat s obřady své blízké, přátele a spolupracovníky, aby je prováděli společně, a vytvářeli tak silnější a zdravější vztahy.

Prostřednictvím otevření svého srdce všem možnostem, jež nám život může nabídnout, a díky ochotě rozšířit svou představivost zjišťujeme, že existuje spousta obřadů, které můžeme používat, abychom se zbavili břemene svých minulých zranění, traumat a sebe-destruktivních přesvědčení a přesunuli se do stavu, kdy budeme cítit hlubší vztah se životem a s tím, proč jsme na světě.

Stále budeme čelit výzvám ve své práci a tyto zkušenosti nám pomáhají vyvíjet se směrem ke své autentické podstatě. Být součástí *statu quo* není důvodem, proč jsme tady. Jsme tu, abychom projevovali své vášně a rostli. Musíme sáhnout za omezující přesvědčení, jimiž nás svazuje společnost.

V současnosti mnohé alternativní léčebné tradice učí o neuroplasticitě.

Toto vědecké poznání ukazuje, jak flexibilní je mozek a jak můžeme vytvářet nová nervová spojení prostřednictvím pozitivního myšlení, aby nám pomáhala zotavit se z emocionálních a fyzických nemocí a zranění.

Šamani byli první lidé, kteří o neuroplasticitě učili. Ne však o pozitivním myšlení. Místo toho učili, že slova, myšlenky a denní sny, na něž se soustředíme během celého dne, mohou nám i ostatním přinášet požehnání nebo prokletí.

Jedním způsobem, jak pracovat s neuroplasticitou, je udržovat stav vděčnosti a pozitivních myšlenek, pocitů a vzpomínek. Věnujeme pozornost tomu, co v našem životě funguje, místo toho, co nefunguje. Jsme povzbuzováni, abychom používali svou představivost jako pomocníka mozku v projevování stavu fyzické a emocionální pohody. Práce s vděčností a udržování pozitivních představ jsou klíčovými principy při žití šamanismu jako způsobu života.

Při provádění obřadů proměňujeme negativní myšlenky a stavy vědomí, jež nás zatěžují. Obřad pak můžeme použít pro uzemnění a k projevení myšlenek a snů, jež chceme ve svém životě vytvořit. Obřad nás hluboce ovlivňuje na podvědomé úrovni a přináší nám pozitivní změnu.

Ve světě šamanismu je vše, co na planetě existuje, spojené v síti života v jeden živoucí organismus. Uvažujte o této síti jako o svém těle. Jste složeni z řady orgánů a spousty buněk, z nichž každá ovlivňuje vaše zdraví a každá je také ovlivňována vašimi slovy, myšlenkami a energií. Stejným způsobem je síť života spletena z živých stvoření, jež všechna přispívají k našim záměrům, myšlenkám, slovům, denním snům a stavům vědomí a jsou jimi ovlivňována a energeticky přetvářena. Můžete vytvářet pozitivní výsledky pro všechny v síti života tím, že do svého života vnesete posvátno prostřednictvím obřadu. Pokud vykonáte jeden silný a úspěšný obřad pro sebe, princip jednotnosti zajistí, že na základě práce, kterou jste uskutečnili, se uzdravuje a vyvíjí veškerý život. Protože veškerý život je propojený – a v šamanismu, kde prací prostupuje jednota vědomí, jsou spojené všechny myslí.

Bez ohledu na zdánlivou oddělenost a konflikt stojíme tváří v tvář hlubší pravdě, že jsme součástí jedné vzájemně propojené sítě života. Ta nás spojuje s matricí života samotného. Přestože máme

každý svou jedinečnou energetickou signaturu, jsme součástí jednoho živého, dýchajícího organismu.

V *Knize obřadů* se dozvíte konkrétní podrobnosti o jejich vytváření. Uvádím zde příklady mnoha typů obřadů, které jsme já, moji studenti a moji kolegové vytvořili, účastnili se jich, byli jejich svědky nebo o nich slyšeli. Změnila jsem některé podrobnosti, abych respektovala soukromí konkrétních osob. Nechtě tyto příklady podpoří vaši představitivost k vytváření obřadů, jež budou vyhovovat potřebám vašim a vaší komunity. Vytvářením vlastních jedinečných obřadů vnášíte svěžest a živost do vlastní obřadné práce, a výsledkům své práce tak dodáváte na síle.

Při praktikování šamanismu je každé slovo, myšlenka a denní sen či představa energetickou vibrací, jež může být převedena do fyzické podoby. V univerzu se povětšinou vyskytuje bezformovost. V šamanismu můžeme pracovat s energiemi bez formy, jako je láska, světlo a mír. Prostřednictvím obřadu pracujeme na zhmotňování mocných energií, jichž chceme být svědky ve svých životech a na planetě.

Výzvou v naší kultuře při provádění obřadů je odložit své elektronické přístroje, odsunout z cesty hektické myšlenky a myslet sami za sebe a na sebe. Pomocní duchové pracují s námi v partnerství jako tým. Jako součást tohoto týmu se musí každý odevzdat úkolu udržovat prostor a nechat kroky obřadu nořit se z našeho srdce.

Definuji zde některé výrazy, jež mohou způsobovat určité počáteční zmatení. Je ale důležité mít na paměti, že to, co šamani prožívají při své obřadné práci, je za hranicemi toho, co jsme schopni vnímat v našem hmotném světě. Když se v šamanismu pokoušíme rigidně definovat některá učení a pojmy, můžeme ztratit skutečný význam, protože ten se nás dotýká na úrovni duše. Duch nemá být chápán myslí. Pokud zjistíte, že nerozumíte některému výrazu

nebo slovu, zavřete oči a představte si, že se noříte do svého nitra, kde sídlí vaše intuice a vnitřní moudrost. Snažte se nahlédnout význam slova nebo výrazu na úrovni pocitu, místo abyste se mu pokoušeli porozumět racionálně.

Klíčem k síle šamanismu je skutečnost, že se jedná o systém přímého odhalení, poznání. Šamanismus se spoléhá na to, že jste schopni probudit vlastní intuitivní vědění, místo abyste se snažili racionálně definovat hluboká a magická mysteria života. Když dovolíte učitelům, aby vám předávali příliš mnoho racionálních informací, zůstanete na povrchových vlnách této práce. Úspěšná obřadná práce vyžaduje, abyste se ponořili hlouběji. Ze šamanského pohledu vaše zdraví a zdraví planety závisí na vážnosti obřadné práce.

Když jste se narodili, přišli jste na svět s určitou energetickou signaturou, jež obsahuje energii jedinečných darů, které jste přišli nějakým způsobem sdílet, abyste pomáhali udržovat síť života silnou. Pokud se vzdáme vlastní síly ve prospěch jiných autorit, nemohou se dary, jež jsme přišli sdílet, projevit. Mnozí lidé v současnosti sami sobě nedůvěřují nebo si připadají méně či více bezcenní, a tak se obracejí na druhé, aby jim řekli, co mají dělat.

Vyhledat poučení od zkušených praktiků je samozřejmě čas od času zapotřebí, nezapomínejte ale, že na vás čekají úchvatné vhledy, abyste je objevili, jestliže si uvědomíte, že jste jedinečnou bytostí narozenou s velkou vnitřní moudrostí a osobností, jež máte sdílet se sítí života. My všichni něco ztrácíme, jestliže sami sobě nedůvěřujete a neprojevujete své dary. Věřte si.

Všem, kdo čtou *Knihu obřadů*, zde předávám poučení, nikoli pravidla. Vedu vás na základě svých vlastních zkušeností s prováděním obřadů a s vyučováním druhých, jak vytvářet obřady, jež je možné provádět samostatně nebo ve skupině. S pouhým

prováděním obřadů zjistíte, že vstupujete do krásné a kreativní síly, kterou jste si možná ani nedokázali představit.

Když budete zdravít a vítat své pomocné duchy pro uskutečnění silného a úspěšného obřadu, mějte mysl otevřenou vůči mnoha způsobům, jak se jedineční a pozoruhodní soucitní duchové mohou projevat, aby vám pomohli. Časem budete s jejich pomocí provádět ještě hlubší obřadnou práci.

S tím, jak budete ve své obřadné činnosti pokračovat, bude se tato vaše práce přirozeně prohlubovat. Nikdo vás nemůže naučit, jak svou práci prohloubit – to se děje prostřednictvím zkušeností. Časem přetvoříte formulaci svých záměrů, invokací, modliteb a písní. Dokonce i někteří šamani v domorodých kulturách rozvíjejí své písně, aby pozměnili disharmonické energie, jimž v současné době čelíme.

Jeden z mých studentů napsal: „Slova jsou velmi mocná, a pokud jsou vybírána prostřednictvím meditace, dodávají myšlenkám mimořádnou ostrot.“

Pomocí praxe zjistíte, že vaše nová slova a písně vyjadřují vyšší frekvence, které přirozeně prohlubují a posilují vaši práci. Vaše práce se stane účinnější s tím, jak budete probouzet svůj vnitřní spirituální oheň a své spojení s božskými silami. Víím, že to zní proti veškerému očekávání, ale jít hlouběji je pasivní proces. Pokud se budete příliš intenzivně snažit, můžete zůstat v mělkých vodách v důsledku nadměrného myšlení, místo abyste důvěřovali duchu.

Pouze praxe a zkušenost mohou být vašimi učiteli. Pokračujte do hloubky a přínos pro vás i pro planetu bude skvělý!

Pokud vás některý z obřadů, které zde popisují, oslovuje a připadá vám, že by mohl zlepšit kvalitu života vašeho nebo druhých, použijte ho tak, jak je. Při pokračování v obřadné práci můžete

zjistit, že největší sílu má, pokud se ponoříte do svého srdce a duše a necháte svůj obřad s lehkostí a grácií přirozeně plynout.

Mohou nastat situace, kdy není vhodné řídit se instrukcemi k obřadu přesně tak, jak je popisují. Například pokud jste právě prožili velké trauma, nacházíte se na scéně nějaké nehody nebo přírodní katastrofy, nemusíte se zdržovat vybalováním nástrojů, přípravami a vytvářením obřadu. Můžete jen kleknout na kolena a požádat pomocné duchy nebo božstva o pomoc. Nebo můžete pohřbít a uctít ptáka, hada nebo jiné zvíře, které bylo zabito na silnici. I to je obřad.

Vyučovat lidi, jak mají vytvářet a provádět obřady, je pro mě radost. Provádění obřadů o samotě nebo se skupinami mi rozzařuje oči a já cítím, jak skrze mě pulzuje velká blaženost, láska a světlo. Cítím se zregenerovaná a živá a spojená s přírodou a silami univerza, jež podporují náš růst a vývoj.

Je to výjimečný pocit, když se připravuji na uskutečnění obřadu o samotě či se skupinou, s níž se scházíme při fyzickém nebo i při virtuálním obřadu, kdy se skupina setkává v neviditelných sférách. Moje srdce expanduje, když si připravuji potřebné nástroje a potřeby. Jakmile jsem připravená přivítat a pozdravit pomocné duchy, cítím nadšení. A když pronáším svůj záměr a pak procházím jednotlivými kroky obřadu, cítím hluboké spojení se silou mnohem větší, než jsem já sama.

Doufám, že při provádění vlastních obřadů prožijete i otevření svého srdce, jež vnese radost a smysl do vašeho života. I když provádění obřadu na úlevu od zranění vyvolá hluboký smutek a slzy, je spojený s pocitem hlubokého spojení se spirituální silou, jež vás miluje a podporuje vaši práci.

Představuji si, že jakmile začnete provádět vlastní obřady, budete se snažit sdílet tuto posilující práci s ostatními. Dychtíme po spojení s čímsi víc než jen s tím, co prožíváme prostřednictvím svých

běžných smyslů v materiálním světě. Toužíme spojit se s ostatními a získávat podporu a nepodmíněnou lásku, když vykročíme na svou cestu léčení a vývoje.

Poté, co jedna moje studentka sebrala odvalu a podělila se o jeden obřad se svou komunitou, jedna z jeho účastnic řekla: „Neměla jsi právo zatajovat před námi tak důležitou práci.“ Měla tím na mysli hlubokou vděčnost všech, že ve svém nitru našla odvalu podělit se o proměnu, k níž pro ostatní dochází při provádění obřadu.

Při psaní této knihy přemýšlím o obřadech, jež jsem prováděla v minulosti. Často s radostí vzpomínám na to, jak jsem byla ve skupině, bubnovala, chřestila, zpívala, tančila a vstupovala do extatických stavů vědomí ve spojení s pomocnými duchy, přírodou a ostatními, kdo byli podobného smýšlení, kdy jsme se všichni soustředili na záměr vzájemně se podporovat při svých léčeních a přechodech. Tyto prožitky jsou svázané s těmi nejúžasnějšími, nejvzácnějšími a nejšťastnějšími vzpomínkami, které na svůj život mám. Stejně krásné vzpomínky mám i na klidnější a srdce rozšiřující obřady, jež jsem prováděla na pomoc rodinám a blízkým k uctění přechodu někoho, kdo zemřel, nebo jsem bubnovala a udržovala prostor pro někoho, kdo pohřbívá snubní prsten po rozvodu.

Bouře na všech úrovních života nás ovlivňují, protože jsou součástí přírodních cyklů. Provádění obřadů nám pomáhá orientovat se v divokých vlnách a buduje v nás spirituální sílu, abychom zvládli zdolat náročné vlny jakékoli krize. A když se spojíme v komunitě v dobách krize, máme skupinový „člun ducha“, jenž nás pomůže provést jakoukoli výzvu.

Nechť vás vaše obřady otevřou radosti spolupráce s komunitou a pomocnými duchy. Ať vám tato práce přinese pocit podpory, uzdravení a požehnání, jež si zasloužíte.