**Pátá dohoda – Praktický průvodce cestou**

**Sebeovládaní**

Milí přátelé, asi mi dáte za pravdu, že mezi lidmi hledajícími sama sebe snad není nikdo, kdo by přinejmenším neslyšel o toltéckém učení shrnutém v knize **Čtyři dohody od Dona Miguela Ruize.**

Pojďme si je připomenout:

1. dohoda **Nehřešte slovem** aneb miřte slovem přesně

Používejte slova přesně. Říkejte pouze to, co si myslíte. Neužívejte slova proti sobě samým, nepoužívejte je ani k pomluvám. Moc slov směřujte k pravdivosti a lásce.

2. dohoda **Neberte si nic osobně**

Nemusíte se zabývat názory druhých lidí. To, co ostatní lidé říkají není nic jiného než projekce jejich vlastní reality, jejich vlastního snu. Pokud se osvobodíte od názorů a jednání ostatních lidí, nebudete již zbytečně trpět.

3. dohoda **Nevytvářejte si žádné domněnky**

Buďte odvážní a vyjadřujte svá přání a ptejte se na to, na co chcete znát odpověď. Komunikujte s ostatními, abyste se vyhnuli nedorozumění, smutku a napětí. Jen s pomocí této jediné dohody můžete proměnit svůj život k lepšímu.

4. dohoda **Vždy dělejte vše, jak nejlépe dovedete**

To nejlepší z vás závisí na tom, jak se cítíte. Za jakýchkoliv okolností dělejte vše, jak nejlépe dovedete, a to je vše. Nic víc a nic míň. Nebudete tak již soudit sebe sama a ani se zneužívat či litovat.

Tyto čtyři dohody mají schopnost pomoci osvobodit naše pravé Já. Samozřejmě jen pokud je začleníme do svého života a používáme je. Potom nás mohou dovést k tomu, kým skutečně jsme a nikoliv k tomu, kým předstíráme, že jsme.

Moji milí, přišel čas, kdy nám Miguel Ruiz spolu se svým synem Josem Ruizem mohli předat další dar: **Pátou dohodu.**

**5 dohoda zní:** **Buďte skeptičtí, ale naslouchejte.**

Nevěřte sami sobě, ani nikomu jinému. Pochybujte o všem, co slyšíte. Je to skutečně pravda? Naslouchejte záměru, který je ukryt za slovy. Jedině tak porozumíte skutečnému poselství.

**“Naučíte se naslouchat přímo svému srdci, ”** říká o Páté dohodě José Ruiz, který společně se svým otcem Miguelem napsal tuto doslova příručku pro porozumění sobě samému.

Zde je první **malá ukázka z knihy** :

„Před dvěma tisíci lety jeden slavný mistr řekl: „A budete znát pravdu a ta pravda vás osvobodí. “

Osvobozeni od čeho? Osvobozeni od všech zkreslení ve vašem poznání, osvobozeni od veškerého emočního dramatu, které přichází jako důsledek vaší víry ve lži. Když vás pravda osvobodí, symboly, které jste se naučili, již dále neovládají váš svět. Potom nejde o to, zda máte pravdu, nebo se mýlíte, anebo zda je to dobré, nebo špatné. Nejde o to, zda jste vítěz, nebo poražený. Nejde o to, zda jste mladý, nebo starý, krásný, nebo ošklivý. Tomu všemu je konec.

Nebyly to nic víc než symboly. Budete vědět, že jste naprosto svobodní, když už nebudete muset být tím já, které předstíráte. Tato svoboda je opravdová. Je to svoboda být skutečným já a je to ten největší dar, který si můžete dát. “

**A tady je druhá ukázka z knihy …**

“ Představte si, že se stáváte takovými, jakými jste byli v dětství. Tehdy jste ještě nechápali význam jakéhokoliv symbolu. Poznání převzalo vládu nad vaší myslí později. Když obnovíte svou přítomnost, jste jako květina, jako vítr, jako oceán, jako slunce, jako světlo. Jste to *vy.* Není co obhajovat, není čemu věřit. Jste tady jen proto, abyste byli, z žádného jiného důvodu. Nemáte žádné poslání než to, abyste si užívali života, abyste byli šťastní. Jediná věc, kterou potřebujete, je pouze být svým *skutečným* Já. Být autentičtí. Být přítomností. Být štěstím. Být láskou. Být radostí. Být sami sebou, to je to hlavní. To je moudrost.

Ti, kteří dosud nezmoudřeli, hledají dokonalost. Hledají Boha nebo ráj a snaží se to vše objevit. **Není nic, co bychom měli hledat. Je to tu. Vše je uvnitř vás. Nepotřebujete hledat ráj, rájem jste právě teď. Nepotřebujete hledat štěstí, jste štěstím, ať jste kdekoliv. Nepotřebujete hledat pravdu, vy jste pravdou**. Nepotřebujete hledat dokonalost. To je iluze. **Nepotřebujete hledat sami sebe, nikdy jste se neopustili. Nemusíte hledat Boha. Bůh vás nikdy neopustil. Bůh je vždy s vámi, vy jste vždy se sebou**. Jestliže nevidíte Boha všude, je to proto, že vaše pozornost je zaměřena na všechny bohy, v něž skutečně věříte. “

**„Kniha vás dovede k tomu, kým opravdu jste. Je nástrojem, který z Vašeho života vytvoří umělecké dílo – vybroušený diamant. “**

*Don Jose Ruiz*

Moji milí, přeji vám, abyste se – ať již s pomocí této knihy nebo jakoukoli jinou cestou – skutečně dokázali odpoutat od všech dohod, které vám nesvědčí a abyste je dokázali nahradit dohodami, které vám přinesou svobodu být sami sebou.