

## MOJE HLEDÁNÍ VIZE

*„Byla jsem v lese. Sama. Dva dny a dvě noci. Byl to silný zážitek, “ s nadšením jsem sdělovala.*

*„ Proč jsi tam šla? Nějaká sebetrýzeň?“ zaznívalo z druhé strany.*

*„Šla jsem tam objevit něco v sobě, šla jsem tam, protože jsem věděla, že jsem otevřená tomu, co tam bude a co přijde,“ odpovídala jsem s úsměvem, „Indiáni tomu říkají vision quest,“ upřesňovala jsem.*

VISION QUEST je pradávný indiánský rituál používaný obvykle dvěma způsoby - buď jako přechodový rituál z dětství do dospívání nebo rituál hledání životní cesty, snu v jakémkoli věku – náš zdánlivě úspěšný život nás nenaplnuje nebo máme vnitřní pocit, že v něm cosi chybí, dostaneme se do životní krize, na křižovatku, pak si můžeme zvolit cestu vision quest a najít odpověď. Tento rituál sám o sobě nemá jednotnou ustálenou formu, může trvat 2 či více dnů a nocí, je k dispozici voda (nemusí být), spacák, oblečení ve vrstvách, po celou dobu hledání vize se drží půst. Dobrým místem pro hledání je právě příroda, les, místo, kde se člověk v samotě dostane sám k sobě, bude mimo „civilizaci“, bude v souznění s přírodou. Ten, kdo hledá svou vizi má svého průvodce, podporovatele. Průvodci pomáhají s přípravami, udržují posvátný oheň, pracují s energií.



V rámci přípravy na „pobyt v lese“ je nezbytná úprava jídelníčku, příprava záměru (co tam chci hledat, s čím tam jdu) a příprava tzv. modlitebních pytlíčků.

### Čtvrtek odpoledne.

Postupně se sjíždíme na ono místo na Vysočině. Odtud se druhý den vystupuje na dvoudenní cestu hledání vize. Před tím je však nutné najít si SVĚ místo, takové, aby nebylo blízko ani daleko hlavnímu „táboru“, bylo tam dobře slyšet bubnování od ohně. Látkami či šátky si označujeme naše místo, aby ostatní věděli, že toto je vaše. Každý z nás má jasnou představu.

*Já věděla (celé léto jsem si ten obrázek měla před sebou), že mé MÍSTO najdu v lese mezi stromy místo, kde budu v kontaktu s duchem lesa, paprsky slunce se proderou skrz koruny stromů, uvidím oblohu, mé místo bude (více) obklopeno jehličnany. Listnaté stromy jen pomálu. A přesně takové místo mi les zjevil po zhruba 20min chůze. Přes den mohu být na paloučku a na noc se skryji pod větev obrovského smrku. Za látku ovázanou o jeden strom jsem vložila všechna peří, která se mi objevila na cestě sem.*

Sebou jsme si nesli i vodu (5l) , případně jablečný džus a celtu (strach zůstat suchý se projevil ve velikosti mé celtu, měla ji 12m2).



Zbytek dne trávíme s ostatními povídáním o výběru místa, o našich představách, obavách, plánech či respektu. Dnes ještě spíme v posteli v hlavní budově.

#### Pátek.

Scházíme se u potní chýše neboli sweatlodge, den je v 7 hodin ráno už plný světla a sluníčka. Potní chýše vždy předchází vision questu. Modlíme se k tomu, čemu věříme – Pánu Bohu, živlům země nebo světovým stranám, Matce Zemi a Otci nebes. Pojmenováváme svůj záměr. Za další dvě hodiny probíhají plně v horku a ve vzrušení v potní chýši. Po skončení se jen převlékneme (žádné koupání ve sprše ani v potoku), vezmeme své věci, v plné tichosti se vydáme s průvodci na svá místa. Průvodci byli lidé, kteří věděli, kde jsme a jejich služba spočívala také v péči o nás, druhý den ráno přicházeli za zvuku bubnu a z dálky zjišťovali, zda není třeba pomoci. Průvodce je s každým do té doby, než si vysype hranici svého místa tabákem. V tichosti pak odejde k dalšímu.

*Odhaduji, že jsem vytvořila pomyslnou hranici na rozloze cca 25m2. Odteď jsem SAMA. Já sama na svém MÍSTĚ. Sluníčko svítí, paprsky jemně dopadají na borůvčí. Prohlížím si místo, oči mám tak unavené a těžké. Hlava jako by se chtěla rozskočit. Toužím se dívat na detail místa, nejde to. Oční víčka tíží. Narychlo si rozložím deku a lehnu si. Jaká úleva. Pevná země pod mnou, slunce mne hřeje, je jako deka, co mne přikrývá. Nad sebou mám modrou oblohu a ve výšce koruny stromů. Jsem v takovém polospánku.*

Přichází první setmění a noc. Celta nebyla té noci třeba, jen spacák a trochu se obléknout. Někteří z nás se snaží nespát a být u sebe, někdo usíná za zvuku lesa – šumění stromů, praskání větviček, či dalších zvuků, kterým je lepší nepřisuzovat své fantazie. Od velkého stále udržovaného ohně dole u potní chýše se ozývají bubny. Silné vibrace. Víme, že na nás všichni dole myslí a posílají nám sílu. Oni v nás věří.

*Já žádné bubny neslyším. Možná to bude až ráno, říkala jsem si. Nijak mne to kupodivu nezaskočilo. Cítím se dobře sama se sebou, i když ta bolest hlavy pořád je se mnou, ve mně. Silný tlak v očích, čele a ve spáncích. Trochu se mi ulevilo, když jsem se párkrát vyzvracela. Ptám se sama sebe, co se to děje? Mám být s bolestí nebo jít proti ní?*

#### Sobota.

Druhý den sami. Jen s vodou, zato v lůně přírody. Zdá se, že bude opět pěkně. Čeká nás další den. Jsou slyšet bubny (já opět nic). Každý z nás má své příběhy, své pocity, své strachy. Průvodci v dálce bubnují a jemně zjišťují, zda někdo nepotřebuje pomoc.

*Má bolest se změnila, tlak cítím jen v levém oku, slzím. Cítím naštvaní, na sebe na bolest. Není mi dobře. Měla jsem tolik plánů, o čem chci přemýšlet. Vždyť jsem si to celé léto připravovala. Mé vnitřní spílání ukončilo zamávání na průvodce. Pověděla jsem mu o bolesti, dostalo se mi příslibu, že na mne u ohně budou myslet. Trochu mne to potěšilo. Zůstala jsem ležet. Začala vnímat, co se děje v mém těle. Co*

*se mi to odehrává v hlavě. Oči mžourají. Vnímám, jak je mi v těle. Poprvé v životě vnímám své srdce. Tluče. Ozývá se to v celém mém těle.*

Slunce je ten den v mlze a těžko se odhaduje čas. Všichni prožíváme den jinak. Pozorují se zvířata v lese, někdy přijde srnka, jinde zase veverka běhá po stromě. Klíšťat je všude moc. Přírodní repelent tolik nezabírá ( repelent jsme mohli mít). Ptáci létají v pravidelných trasách. Snad se tu neobjeví houbař, doufáme kolektivně. Někdo sedí na místě, medituje. Jiný chodí po svém „pozemku“, přemýšlí. Tam dole u ohně se shromažďují lidé, přijíždí podpořit své syny, dcery, manžely, partnerky, kamarády a kamarádky, kteří někde v lese na kopci hledají svou vizi. Bubnují. Udržují oheň. Myslí na nás. Při západu slunce volají křestní jména všech. Je to opravdu silný pocit, když víte, že tam dole někdo je. Přijel, aby vás podpořil. Spí se u ohně nebo v domě. Někdo je tak rozrušen místem, událostí či sám sebou, že neusne.

*Jsem překvapena, jak mne nevadí, že bubny od ohně neslyším. Necítím se nebezpečně. I přes tu bolest, je mi dobře. Jsem vděčná za ten čas, který mohu mít. Už se nezlobím, že neplním své plány. Vnímám, že pouštím kontrolu. Ulevující. Napětí v těle polevuje.*

Malinko zapršelo. Západ slunce se vydařil, barvy hrají. Všichni jsme uchvázeni zapadajícím sluncem. Přichází další noc. Každý ji prožíváme po svém. Někdo usne, druhý ne. Třetí vnímá svůj strach ze zvuků, ze tmy, ze své fantazie.



#### Neděle.

Svítá. Ptáci zpívají. Je čas vstát, sbalit se. Poděkovat a odebrat se zase dolů k ohni, dolů do potní chýše.

Zvláštní je, že se nám většinou nechtělo. Místo nám přirostlo k srdci. Nebyl zde žádný úprk k civilizaci, ba naopak. Proč tu ještě nemůžeme zůstat, ptali jsme se sami sebe. S vděkem opouštíme les. Odnášíme si svou vizi, myšlenku či zkušenost. Každý to má po svém.

*Obtěžkána batohem, celtou, spacákem pomalu kráčím pěšinkou mezi stromy dolů k ohni. Slyším bubny. Bolest není. Jsem tak lehká. Cítím dojetí, slzy se mi derou ven. Oni tady na nás čekají. Vítají nás. Jdu pomalu. Prožívám plně každý krok. Vidím, že tu je i má (celoživotní) podpora. Děkuji.*

Dostáváme čaj nebo zeleninový vývar. Krátce se vítáme se všemi, kdo na nás myslel, objímáme se. Úsměvy. Slzy. Sedáme k ohni, čekáme na ostatní, až dorazí. Chystá se potní chýše, po ní snídaně (první jídlo po dvou dnech) a sdílení všech, jenž se vydali hledat svou vizi.

Je čas se převléknout do oblečení vhodné do potní chýše. Před vstupem do ní, spalujeme ve velkém ohni své modlitební pytlíčky. Dvacet dřev plných 405 modlitební pytlíčky hoří.

*Z představy, že budu zase v potní chýši, mi není úplně dobře. Je to pár hodin, co mne nebolí hlava. Mám se kousnout a dát ji nebo mám zůstat a „podvolit“ se. Nakonec jdu, zůstávám však jen část. Uvnitř je silná atmosféra, lidé jsou naladěni jinak než normálně, vše je klidné, zároveň plné. Popisuji své pocity, co si odnáším, modlím se a děkuji všem, kteří na mne mysleli přímo odtud nebo ze svých cest či domovů. Cítím vděk tomu co mám, co žiji a kdo jsem.*

Po potní chýši se umyjeme, snídáme, povídáme, smějeme se. Pořád uvnitř sebe cítíme, že jsme stále a pevně u sebe. Plní sil a dobrého pocitu. Nastává fáze sdílení. Každý z nás popisuje svůj příběh. Dvacet příběhů. Úžasné, inspirativní, obdivné. Pozdě v noci se rozjíždíme do svých domovů, za svou rodinou, do své postele. Zpět do civilizace.

Připojuji citaci podporovatele, který čekal a modlil se za někým, koho měl tam v lese:

*„Vision Quest je každopádně zážitek a to jak pro účastníky pobytu v lese, tak i pro lidi, jenž čekají na své milé. Na Vysočinu jsem přijel v sobotu odpoledne v čase, kdy většina lidí pospávala u ohně, nikdo moc nemluvil a všichni byli jakoby soustředění. V lese jsem měl ženu a v neděli ráno se měla vrátit zpět k nám. Večer po západu slunce se všichni setkali u ohně a začalo se bubnovat, smyslem bylo, aby nás naši milí slyšeli a aby věděli, že k nim vysíláme modlitby a energii, aby dostali jasnou zprávu, že v tom nejsou sami. Dáváme do toho maximum...Bubnovali jsme asi hodinu a já měl pocit, že ten les tancuje s námi, byla úžasná atmosféra a já věděl, že tohle těm lidem na kopci musí určitě pomoci, aby se cítili lépe a aby v sobě našli dostatek energie přežít poslední noc sami se sebou. Okolo 22,30 jsme se rozešli spat, bohužel, mne to moc nešlo a tak kolem 5 hod ráno jsem se vrátil k ohni, kde organizátoři po celou dobu pobytu lidí v lese udržovali oheň. Začali jsme opět bubnovat s tím, že s prvním sluníčkem se mají lidé začít vracet..., Atmosféra byla cítit nervozitou, už každou chvíli by měli začít chodit, slunce již začalo svítit a najednou z mlhy přichází pomalým tempem lidé, kteří byli unavení, nevyspali a bylo zřejmé, že si sáhli někde hluboko na svoje dno. Vše se odehrávalo mlčky, nikdo nic neříkal, bylo jasné, že každý z nich prožil něco, co je vlastně nesdělitelné a naše úloha čekajících lidí je obejmout je a počkat až začnou mluvit....jak říkám, bylo to silný a to jsem pouze čekal..., všichni, kteří tam byli, jsou silní a je mi jasné, že na toto asi nikdo z nich nezapomene, a to včetně mne....“*

### Můj závěr.

Celé hledání vize byl pro mne životním zážitkem. I s odstupem (cca měsíc) času se mi vrací pocity, myšlenky, které se na místě objevily. Většinou jsou mi podporou, někdy připomenutím. Uvědomuji si, jaký mám dobrý život, cítím mnohem silněji vděk ke všemu kolem sebe, zodpovědnost, kterou mám sama za sebe a za výchovu svého dítěte, jsem zaměřená více na detail toho, co se kolem mne děje v přírodě. Nic není jen tak. Vision quest mi otevřel témata, které jsem následně zpracovávala v psychoterapii. Ujistila jsem se o své opravdové vnitřní síle. Děkuji za takovou zkušenost. Děkuji sobě a všem, kdo tam byli, kdo na mne myslel!

### Malý slovníček

**Potní chýše** – jednoduše řečeno je indiánská sauna, kde se hledající očistí a sdílí svoje záměry, proč a co jde hledat. Má svá specifická pravidla a záležitosti, od jakého indiánského kmene pochází. Nedělá se jen při hledání vize. Pro detailnější popis tzv. Sweatlodge vás odkazuji na internet.

**Modlitební pytlíčky** – jsou malinkaté váčky naplněné tabákem, které si hledač vize připravuje se před vlastní vision quest. Tradice vázání 405 pytlíčků pochází od kmene Lakotů. Do každého pytlíčku se vkládá osobní modlitba. Každých 100 váčků je v jiné barvě – žlutá, bílá, červená, černá a 5 fialových. Každá barva reprezentuje jednu světovou stranu a duchy (reprezentanty) oné strany. Pytlíčky se spálí před vstupem do potní chýše při návratu „z lesa“.



Zdroje odborných termínů:

<http://www.samani.cz/index.php?Z=6>

<http://www.neosaman.cz/2012/vision-quest-silna-tradice-prirodnich-narodu/>