

Ahoj všem,

Když jsem se před několika lety dověděl o tom, že jakási paní Nováková vymyslela klíč k životu a Vanda bude tuto myšlenku dále šířit, pomyslel jsem si, co je to za „blbost“, protože přece život mám, žiju a nepotřebuji k němu nějaký klíč.

Nic méně má přítelkyně a matka mých dětí šla hned na první ročník tohoto klíče a alespoň v té době jí to pomohlo od jejích úzkostných stavů, ale o tomto hovořit nechci, zpět ke mně.

Takže šel čas, probíhaly další ročníky klíčů a já furt byl u toho, že je to zbytečné. Až jsem na jiném semináři při debatě o klíči zjistil, že spíš než pocit toho, že jej nepotřebuji, z něj mám **STRACH**. A uvědomil jsem si, že společně s potlačenou agresí a sebezpodceňováním se, je strach momentálně to, co můj život ovládá a nenechá mne v klidu žít. Jasně, nebylo by fér, kdybych nezmínil svou mnohaletou přízeň k marihuaně, které přece není droga (jak si všichni nalhávají) a aby se ta lež ještě víc rozpustila, tak jsem to začal zahánět tvrdšími drogami. To však byla velmi rychle cesta do pekel, a kdybych toho okamžitě (naštěstí sám se svou vůlí) nenechal, tak i konec rodinného vztahu. Mnohé se vyřešilo, bylo lepší a já měl pocit, že mám život pevně ve svých rukou. Jenomže pocity strachu se pořád stupňovali. Byl to a stále tedy i je (ale teď už s tím umím pracovat) strach o život o své blízké, strach řešit dříve banální situace v práci (dělám na vedoucí pozici), prostě **STRACH STRACH STRACH – VŠUDE**. No a k tomu, potlačená agrese: jedete si takhle autem a šup někdo před vás vjede bez blinkru a hrozně vás „omezí“. V tuto chvíli jsem měl představy, jak pána dotyčného přejíždím autem sem tam a mnoho jiných představ, no a samozřejmě i vztek na sebe. Tolik asi z toho, jak jsem vše krásně nezvládal a k tomu si samozřejmě přidal minimálně dost blbě sám před sebou, když jsem se hrozně vzhlížel v těch klidných a vyrovnaných lidech, které jsem různě potkával.

A dost takového žití!!!!

Je to skoro rok co jsem si dal přihlášku na Klíč k životu a následně jej absolvoval. Od druhého semináře (protože před prvním jsem zase až tak nevěděl, jak konkrétně takový Klíč probíhá) s velkou radostí a odhodláním. Velice přínosné byly terapie - např. přijmout smrt jako svého pomocníka a kamaráda (následně opadlo dost strachu o život, resp. ze smrti), naprosto nezapomenutelná a řekl bych zcela zásadní pro můj další život byla terapie o potlačených agresích – ještě ten večer, když jsem jel domů, mně nechalo zcela klidným několik „duševních chudáků“, kteří mají potřebu někam za volantem pospíchat a druhé omezovat. A ono to funguje dodnes, jen je nutné stále s tím Klíčem pracovat, jakmile na něj člověk začne zapomínat, smrt, strach a agrese toho začnou ihned využívat. Z tohoto důvodu nesmím chybět i na dalším ročníku, protože pořád se má člověk co učit a беру s sebou i svého syna, má teď nějaké špatné životní období ve smyslu, že neví co se životem a proto jsem se rozhodl, že mu skrze Vandu nabídnu Klíč k životu a dost možná po té i lepší a naplněnější pohled na život.

Tak asi tolik můj příběh – je to jen a jen na nás samotných a nikdo nic za nás neudělá, ale síla skupiny při seminářích je obrovská a nezapomenutelná – **DĚKUJI!!!**

Krásné dny přeje,

Vladimír