

## Kapitola pátá

# JAK SI VYTVOŘIT BÁJEČNÝ ŽIVOT

Největším problémem obvykle není něčí problém. Nejhorší potíž bývá v tom, že člověk nad svým problémem tráví tolik času, že i když se ho později zbaví, začne svůj čas zaplňovat dalším nesmyslem. Jsem raději, když se takový člověk podívá do budoucnosti a uvidí v ní místo toho samé krásné pocity.

Během dlouhých let jsem už musel přesvědčovat lidi o tom, aby nepřijímali omezení, všemi možnými prostředky. Ustavičně jsem musel věci demonstrovat. Své problémy nevyřešíte tím, že rozpoutáte boj. Máte-li v plánu skoncovat s kouřením, to nejhorší, co můžete udělat, je snažit se odolávat touze po cigaretě. Říkáte si: „Nekuř. Nechtěj cigarety. Nemysli na cigarety.“ Ale tím pádem jsou cigarety, cigarety a zase jen cigarety tím jediným, na co myslíte!

Když někomu přikážete, aby na něco nemyslel, jeho mozek si nejdříve musí onu věc, o které jste mu řekli, aby na ni nemyslel, představit a poté ji odmítnout. Problém spočívá v tom, že v tomto případě už se však ubírá špatným směrem.

Místo toho je třeba, abyste si představili pocity zažívané při velké touze. Tyto pocity potom zesílíte a namíříte jimi do správného směru. Pracoval jsem s lidmi, kteří se doslova zabíjeli tím, že jedli neskutečná kvanta čokolády – všechna ta čokoláda totiž vyřazovala jejich játra z provozu. A tak jsem vzal tabulku čokolády, položil ji na židli a nechal jsem je, aby se na ni dívali a uvědomili si, že má silnější vůli než oni. „Podívejte se na ni,“

## NLP PRO KAŽDÉHO

řekl jsem. „Je chytřejší než vy, má větší výdrž a má kontrolu nad vaším chováním. Dokáže udržet svůj papír nerozbalený. Vy nikoli.“

„No,“ odpovídali mi, „teď se cítím hloupě.“

„Ale ne dostatečně hloupě.“

„Cože?“

„Soustředte se na svůj pocit hlouposti a začněte jej zesilovat, protože čím více budete tento pocit v sobě držet a čím více jím budete pohybovat dokola, tím dříve dosáhnete bodu, kdy to začne být směšné. Když se na sebe potom podíváte, budete se smát. Nestanete se chytřejším tím, že budete se svými tužbami bojovat, ale tím, že je vezmete a zacílíte je směrem, kde je skutečně potřebujete mít. Protože sama touha není špatná, špatné je, že se zaměřuje na čokoládu.“

Když tento stejný pocit dychtění po něčem vezmete, namíříte jej do budoucnosti a budete si přát lepší zdraví, větší úspěch, budete si přát, abyste byli ke svému okolí příjemnější, *pak* uděláte pokroky. Neboť jakmile rozvíbujete všechny ty jevy, jako je štěstí, radost, vzrušení, *pak*, jak už jsem řekl, začnou i lidé okolo vás dělat to samé, aniž by vůbec tušili, k čemu došlo.

To bylo pro Joea ohromné poznání. Tak moc se snažil, aby se mezi lidmi přestal cítit nesměle. Také se hodně soustředil na to, aby ze své přítelkyně nebyl frustrovaný. Místo toho se rozhodl, že se nyní bude zaměřovat na to, jak sebejistý a zábavný chce být, a na to, co na své přítelkyni zbožňuje. Jednalo se o drobnou změnu směru, ale on věřil, že to přinese výrazné zlepšení.

Richard pokračoval:

## JAK SI VYTVOŘIT BÁJEČNÝ ŽIVOT

Mně ale nestačí, že své problémy překonáte. Já chci, abyste našli způsob, jak je nahradíte novými vzorci chování a novými myšlenkami, jež vás obrátí novým směrem. Chci vidět, že si vystavíte neskutečně krásnou budoucnost a navrhnete si do ní všechny možné příjemné pocity.

A abychom s tím mohli začít, potřebuji dobrovolníka. Kdo se chce po zbytek svého života cítit dobře, aniž by k tomu měl konkrétní důvody?

**Několik rukou vyletělo vzhůru. Richard si vybral Caroline, herečku, s níž už Joe pracoval. Vyšla na pódium a posadila se. Jen co se Richard dozvěděl, jak se jmenuje, řekl:**

Takže, Caroline, vy byste se ráda cítila až směšně dobře, ano?

**Caroline přikývla a usmála se.**

K tomu je ale třeba, abyste mi něco pověděla. Když pomyslíte na budoucnost, kde se vaše představy nacházejí? Když si vybavíte příští rok, kde ty obrázky vidíte? Jsou před vámi? Nalevo nebo napravo od vás? Za vámi?

A když si představíte minulost, kde jsou ty obrázky umístěny? Vzpomeňte si například na dobu před rokem. Kde ji vidíte?

**Po krátké chvíli Caroline ukázala svou pravou rukou před sebe a levou rukou naznačila směr za sebe. „Zdá se, že budoucnost mám támhle před sebou a minulost za sebou.“**

Dobrá. Jedná se totiž o určitý způsob, jak ve své mysli rozlišujete čas.

Pokud si nakreslíte pomyslnou čáru vedoucí z vaší minulosti do vaší budoucnosti, bude se jednat o vaši *časovou osu*.

## NLP PRO KAŽDÉHO

To, že má někdo svou minulost vlevo před sebou, znamená, že je pro něj snazší do ní vstoupit. To, že ji má někdo za sebou, znamená, že je pro něj snazší na ni zapomenout. Proto budete například chtít mít svou probranou látku před sebou, ale své negativní pocity za sebou.

Joe dosud nikdy nepřemýšlel o tom, jak vidí svou budoucnost a svou minulost. Začal se soustředit a zjistil, že svou budoucnost řadí před sebe, lehce doprava, zatímco jeho minulost se promítá na boku, po jeho levé straně.

Richard mluvil dále:

Způsob, jakým třídíte čas, určuje, jaké pocity ve vás vzbuzuje. Nyní bych byl rád, Caroline, kdybyste se naučila vystavět ve své budoucnosti intenzivní pocit blaha tak, abyste se mohla cítit báječně také při pohledu do minulosti.

Než se však k tomu dostaneme, existuje něco konkrétního, co vám dělá starosti a co vám brání věnovat se tomu, co skutečně chcete dělat?

Caroline přikývla. „Víte, jsem začínající herečka a v poslední době jsem začala navštěvovat různé konkurzy. Jde o to, že se cítím hrozně zklamaná, když nedostanu roli, na kterou se hlásím.“

Dobrá. Za prvé, zklamání vyžaduje odpovídající plánování. K tomu, abyste se mohla cítit zklamaná, musíte dopředu plánovat. Co byste tedy chtěla vnímat místo špatných pocitů? Chcete se při pomyslení na konkurz umět cítit odhodlaně, motivovaně a zaujatě, že?

„Ano. Chtěla bych v souvislosti s budoucností cítit optimismus, a když pomyslím na konkurz, moc ráda bych se cítila sebejistě a ráda bych vnímala, že mám opravdu šanci tu roli dostat a že si zasloužím uspět.“

## JAK SI VYTVOŘIT BÁJEČNÝ ŽIVOT

To je dobrý tah. Nebylo by to ohromné, kdybyste našla způsob, jak změnit své pocity z negativních zážitků v minulosti a jak zároveň rozvinout víru ve svou lepší budoucnost?

**„Rozhodně,“ odpověděla Caroline s nadšením. „To by bylo úžasné. Zdá se, že se prostě moc zaměřuji na své neúspěchy.“**

Na jednu stranu se domnívám, že si lidé berou své neúspěchy příliš osobně. Chci říct, když vás někdo odmítne, neznamená to, že si přesně naplánoval, že na vás bude zlý. Ve skutečnosti jde pouze o informaci o tom, že něco buď ještě neděláte, nebo děláte a měli byste s tím přestat. Ať tak nebo tak, nejlepší odpovědí je odhodlání a přizpůsobivost.

Takže, Caroline, chci, abyste udělala toto. Chci, abyste zkrátka jen zpomalila své dýchání a dostala se uvolněně do stavu vnitřní pohody. Chci, abyste uvolnila své tělo a dovolila si cítit se tak příjemně, jak jen můžete. Každý nádech vám pomáhá cítit se více a více uvolněně. Zavřete oči... teď.

**Richard začal mluvit pomaleji a během toho, jak pokračoval ve výkladu, zněl jeho hlas stále zvučněji:**

Jak se tak necháváte unášet všemi způsoby do pohodlí a měkkosti, chci, abyste si představila sama sebe, jak poletujete nad svou časovou osou a shlížíte na svou minulost, přítomnost i budoucnost.

Je mi jasné, že když se díváte na svou minulost, vidíte všechny ty výpravy na konkurzy, v nichž jste nezískala svou vysněnou roli. Ale zatímco na tyto zážitky hledíte z této perspektivy, můžete si uvědomit, že každý z nich byl jen přípravou na váš budoucí úspěch. Chci tedy, abyste si všimla, že z každého z těchto zážitků vycházejí jisté užitečné informace.

## NLP PRO KAŽDÉHO

Nechte je vznášet se nad vaší časovou osou, jako by to byla oslnivá záře. Vezměte si s sebou její světlo a odložte všechno ostatní za sebe, do minulosti, kam to také patří.

Teď chci, abyste si připravila ten nejkrásnější pocit, jaký si umíte představit. Vzpomeňte si na chvíli, kdy jste se cítila být na vrcholu blaha, kdy jste byla šťastnější než kdy dřív. Dokážete si vybavit chvíli, kdy jste se cítila skutečně skvěle?

**Se zavřenýma očima a velmi klidným výrazem Caroline pomalu přikývla a usmála se.**

Postarejte se o to, abyste tento zážitek přímo teď znovu prožila. A jakmile se začnete soustředit na ten nádherný pocit, začněte jej opravdu budovat, posilněte jej. Představte si, jak prochází celým vaším tělem. Nyní chci, abyste si tento pocit představila, přiřadila mu vaši nejoblíbenější barvu a rozprostřela jej po celé ploše vaší minulosti tak, aby překryl každou vaši negativní vzpomínku, každý špatný okamžik. Nechte je tímto opravdu skvělým pocitem nasát.

Chci, abyste si nyní představila, jak shlížíte dolů a vidíte, že vaše minulost je teď jiná, jak se v souvislosti se všemi těmi zážitky cítíte dobře a jak si uvědomujete, že ať už vás trápilo cokoli, je to za vámi a každou vteřinou se to od vás více a více vzdaluje.

**Caroline se široce usmála.**

Neboť pravda je taková, Caroline, že některé věci si zaslouží být zapomenuty a jiné si zaslouží zůstat v naší paměti. Mnoho lidí se prostě uklidní, ale já po vás chci, abyste si ve chvíli, kdy se budete cítit dobře v souvis-

## JAK SI VYTVOŘIT BÁJEČNÝ ŽIVOT

losti se svou minulostí, představila, že se díváte na svou budoucnost a že vidíte, jak na ni seshora padají ty nejlepší možné pocity, jak každý váš budoucí zážitek naplňují nejkrásnějšími emočními stavy.

Chci, abyste svou budoucnost viděla lepší než kdykoli předtím, jasnější než kdykoli předtím, podmanivější než kdykoli předtím.

Je na čase, abyste přistála znovu ve svém těle, Caroline, abyste se s obrovským nadšením a dychtivým očekáváním mohla těšit na tu nej-báječnější budoucnost plnou těch nejúžasnějších věcí – nových lidí, nových příležitostí, nových možností... na svět plný možností. Představte si, jak jdete na svůj příští, ba i přespříští konkurz s odhodláním, vzrušením, vášní a sebedůvěrou.

A pomalu se můžete začít vracet zpátky, s neskutečně příjemným pocitem.

**Richard se odmlčel a Caroline pomalu, ale jistě nabyla plnější vědomí a otevřela oči, zatímco se jí na tváři rozhostil opravdu mimořádně zářivý úsměv.**

Předpokládám, že se vlastně vůbec nemusíme ptát, ale... jak se cítíte?

**Caroline se zhluboka nadechla. „Jako bych se probudila poprvé po několika měsících. Všechno vypadá tak nějak jinak. Hodlám dobýt Hollywood!“**

**Richard se obrátil do publika:**

Kdybyste byli porotci a na konkurzu by před vás předstoupila žena s takto vyzařující energií, neprosili byste ji na kolenou, aby hrála ve vašem filmu? Samozřejmě, že ano. Právě tohle mám na mysli, když vám říkám, že se po-

## NLP PRO KAŽDÉHO

třebujete umět dostat do správného emočního stavu, ať už se chystáte provést cokoli.

Dopřejme Caroline bouřlivý potlesk.

### Caroline se vydala dolů z pódia a zpět na své místo.

A nyní, ti z vás, kteří jste se domnívali, že to dělám jen pro Caroline...

### Richard se zahleděl do obecnstva.

Uvolněte se a zavřete oči. Tak, jestliže se začnete dívat na věci, jako by byly obtížné, stanou se obtížnými; jestliže se začnete zabývat tím, proč něco nejde, přijdete na to. A jestliže někdo přijde s určitým problémem, bude se ho moci zbavit, ale to nebude nejpodstatnější. Nejpodstatnější bude toto: když se svého problému zbavíte, co podniknete se vším tím volným časem, který najednou budete mít?

Lidé se opravdu musejí naučit, jak sami sebe nasměrovat k zářnější budoucnosti. A to začíná studiem toho, jak se cítit skutečně dobře. Předně po vás tedy požaduji praxi. Nyní se zhluboka nadechněte a spolu s každým vaším dalším hlubokým nádechem nechte své vědomí, aby se příjemně vznášelo... vdechujte nosem, vydechujte ústy...

Jestliže se vám nyní hlavou honí nějaká slova, nezajímá mě, co si říkáte, ale je třeba, abyste ten hlas zpomalili. A zjemnili.

A jakmile jej zjemníte, i nadále uvolněně dýchejte, neboť vás chci naučit, jak můžete měnit svůj emoční stav. Jestliže se vaše vědomí dostane někam, kde budete cítit napětí, přesuňte se do takového místa ve svém těle, kde se cítíte skutečně uvolněně. Nechte pocit uvolněnosti, aby se rozšířil. Zbytek se už o sebe postará.



## JAK SI VYTVOŘIT BÁJEČNÝ ŽIVOT

Nyní si vzpomeňte na něco opravdu nádherného, co se vám někdy v životě stalo. Musíte vidět, co jste viděli tenkrát, slyšet, co jste slyšeli tenkrát, a dostat se zpátky do některých z tehdejších pocitů. Pojdme zjistit, jestli dokážeme vzít pět vašich nejlepších životních zážitků a přetavit je v základnu pro vaši budoucnost. Mnoho lidí se vrací do své minulosti, aby tam sbírali všechno hrozné, co se jim kdy stalo, a potom uvažují o tom, co se jim stane v budoucnu. Já po vás chci, abyste se v tomto uvolněném stavu prostě jen dostali zpátky a našli pět krásných věcí – věcí, díky kterým jste se cítili mimořádně dobře, chvíl, kdy jste sami sebe příjemně překvapili – a abyste tyto věci posléze spojili k sobě. Pomyslete na první věc, na druhou, na třetí, na čtvrtou, na pátou a okruhem se vraťte zpět na začátek. A pamatujte na to, že máte vstoupit dovnitř do těchto příjemných zážitků. Musíte vidět to, co jste viděli, když jste tam byli. Dovolte, aby kolovaly vaší myslí.

Položte si otázku: „Jaké to je, když se nacházím ve stavu blaha?“ Abyste na tuto otázku dokázali odpovědět, musíte se totiž do stavu blaha dostat, a čím více se vám to bude dařit, tím lépe ovládnete umění cítit se dobře bez jakékoli příčiny, když nepočítáme skutečnost, že jste naživu a že si to zasloužíte.

Jakmile si projdete všech pět zážitků, podívejte se do budoucnosti a přidejte k nim zážitek šestý. Zamyslete se nad něčím, co vás čeká poté, až opustíte tento workshop, nad něčím, k čemu přistoupíte jinak.

Vytrénujte svůj nervový systém, aby si uměl projít tím nejlepším z toho, kým jste, a tím nejlepším z toho, co jste kdy udělali, a potom převedte své myšlenky na to, co s tím hodláte podniknout. Tohle je vaše nové já a pravda je taková, že se můžete naučit nové věci a že to dokáží i lidé ve vašem okolí. Můžete se setkávat s lidmi, ale necítit se při tom frustrovaně a nadále se usmívat, a když se vám to podaří, i oni se dostanou

## NLP PRO KAŽDÉHO

do stejného stavu, protože jogurt zná jogurt a blaženost zná blaženost. Lidé potřebují optimismus a naději, bez ohledu na to, kdo jsou, zda jsou to vaši zaměstnanci, někdo, komu se snažíte prodat auto, nebo vaši nejmilovanější.

Chtěli byste věci zařídít tak, aby váš optimismus vždycky převládl. Můžete prohrát jediné tehdy, když přestanete. Takže přestat není ten druh aktivity, který chcete. Chcete si vybudovat větší houževnatost.

Trik totiž spočívá v tom, že svůj stav neopustíte, ale projdete si jím skrz naskrz, abyste se ve chvíli, kdy na druhém konci vyjdete, cítili úplně jinak než na začátku. Nechcete se vrátit k tomu, jací jste bývali; chcete mířit dopředu k tomu, jakými můžete být.

Začnete u svých myšlenek, z myšlenek se potom stanou činy, z činů se stanou návyky a návyky se přetaví v součást vašeho pravého já. Nyní je tedy na čase, abyste nové myšlenky přeměnili v nové chování, v testování nových postupů. Zjistíte, že děláte věci, které vás baví, zjistíte, že jste k lidem milejší, a zjistíte také, že máte větší trpělivost. A je na čase, abyste si uvědomili, že všechno to trápení, které jste budovali – že jste je krásně překonali. A nyní, když jste toto umění ovládli, je na čase, abyste objevili odpověď na otázku: „Kolik potěšení dokážete vydržet?“

Dnes v noci, zatímco budete spát a snít, chci, aby všechny vaše špatné návyky, všechny ty strašné noční můry, všechny ty hrozné věci, které jste opakovali – sebekritika, nízká sebeúcta, strach ze setkávání s lidmi, stýdlivost, ať už emocionální, nebo tělesná –, skončily.

U mnoha lidí jde o duchovní problém, neboť ve společnostech, které obýváme, jsme odsekali všechny důležité věci týkající se naší vlastní duše. Jestliže vám tedy někdy někdo řekl, že nikdy ničeho nedosáhnete, jestliže vám někdy někdo řekl, že jste hloupí, jestliže vám někdy někdo řekl cokoli

## JAK SI VYTVOŘIT BÁJEČNÝ ŽIVOT

takového, poslechněte si mantru, jež uvnitř vaší hlavy hlásá: „Trhni si nohou!“ Neboť to zkrátka vůbec není pravda.

Viděl jsem už tisíce lidí, jak se změnili tisíci způsoby, dokonce i když mi bylo řečeno, že je to nemožné. A jestliže se domníváte, že jste vůči dobrým pocitům imunní, prostě si počkejte, dokud nebudete spát, protože já chci, aby vám vaše podvědomí ve chvíli, kdy se vám všechny ty ostatní věci znovu vyrojí v hlavě, poskytlo nevysvětlitelný pocit pohody. Nelze vlastně začít v lepší čas než právě nyní, zatímco tu sedíte. Víím, že mě vaše podvědomí slyší, takže nezáleží na tom, kdy se do toho pustíte, za předpokladu, že vaše podvědomí bude naplno reagovat a vy dovolíte, aby se na vaši tvář postupně vloudil úsměv a aby se rozšířil celým vaším tělem. Přišel čas, abyste se pomalu, ale s jistotou přenesli všemi způsoby do svého plného vědomí a abyste si s sebou přinesli tlumenou záři vělosti, pocit uspokojení a široký zářivý úsměv.

**Joe pomalu procitnul a uvědomil si, že mu úsměv prostupuje celým tělem. Cítil se fantasticky.**

**Richard poděkoval Alanovi i ostatním asistentům a pokračoval:**

Dnes jste byli vystaveni obrovskému množství myšlenek. Některé z nich si budete pamatovat rovnou, ale některé se proberou a překvapí vás až časem. Je ale jedna věc, kterou byste měli vědět už ve chvíli, kdy opustíte tuto místnost: měli byste vědět, že pokud děláte něco, co nefunguje, existuje jiný, snazší způsob.

A jestliže zkoušíte všechno možné a stále nic nefunguje, potom musíte začít dělat něco jiného. První věc, do které se musíte pustit, je proměna vašeho vlastního vnitřního stavu. Jestliže se totiž cítíte frustrovaně, lidé ve vašem okolí si toho všimnou a vy uvíznete na mrtvém bodě.

## NLP PRO KAŽDÉHO

Uvolněte se a ostatní se uvolní také. Mějte dobrou náladu a všechno se zlepšilo!

Po potlesku vestoje Richard opustil pódium. Poté se Joe obrátil na Teresu a Emily a navrhnul, že by si mohli udělat procházku do místní kavárny, než se definitivně rozloučí. Shodli se na tom, že pozvou také Edgara.

Zatímco se Joe tlačil k východu, uslyšel, že ho někdo volá. Byl to Alan.

„Tak co?“ zeptal se.

Joe pokýval hlavou. „Ano, bylo to... Opravdu mi to pomohlo.“

Alan se usmál. „Víš, Joe, o čem jsme spolu naposledy mluvili? Opravdu doufám, že to, co ses tu dnes naučil, uplatníš ve svém životě, hlavně ve svém vztahu. Před mnoha lety jsem dopustil, aby mi jedna neuvěřitelně dokonalá žena proklouzla mezi prsty, protože jsem udělal spoustu chyb. Dnes už jsem někde jinde, ale když vidím někoho, jako jsi ty, kdo si našel úžasnou dívku, přesto chci udělat všechno pro to, abys toho právě ty využil správně.“

Joe přikývl. Tohle ho trochu překvapilo, ale vysvětlovala se tím předchozí Alanova naléhavost.

„Mockrát ti za všechno děkuji.“

„Jsem šťastný, že jsem ti mohl pomoci, Joe. Doufám, že se ještě někdy potkáme. A přeji ti hodně štěstí do života.“

Joe Alana objal a rozloučili se.

Brzy dohnal ostatní, ke kterým se připojilo několik dalších účastníků kurzu včetně Caroline.

O pár minut později už Joe seděl v kavárně a výborně si užíval rozhovor o právě završeném kurzu. Podíval se na shromážděnou společnost a všiml

## JAK SI VYTVOŘIT BÁJEČNÝ ŽIVOT

si, že všichni sedí ve velmi podobných pozicích a vzájemně se přizpůsobují. V duchu se usmál.

Když svou pozornost obrátil na Edgara, zeptal se jej rovnou, jaký má na seminář názor.

„Bylo to velmi dobré,“ odpověděl Edgar. „Zcela určitě jsem získal, co jsem hledal. Mám tím na mysli, že to, co jsme se tady naučili, nemá valného smyslu, dokud to neuplatníme, ale rozhodně jsem získal určité nové dovednosti, které hodlám využít. Ta záležitost s proměnou emočního stavu, kdy jsme se naučili, jak nechat vyblednout špatné vzpomínky a rozpohybovat a ukotvit dobré pocity, to bylo úžasné. Dává to vyšší význam všemu, co jsem se až dosud naučil.“ Edgar se vrátil ke svému pisklavému hlásku Yody: „Zábavný a užitečný to zážitek byl. Šťastný jsem.“

„Ano,“ Joe se zazubil a zakroutil hlavou. „Zábavný tys! Ale já vím, co máš na mysli. Prostě nám to ukazuje, co všechno je možné.“

„A ty metamodelové otázky mi přijdou obzvláště vhod. Mnohé z nich už používám, teď je ovšem budu moci praktikovat vědoměji.“

Joe se zamyslel nad rozličnými nástroji a dovednostmi, které si v průběhu kurzu osvojil. Souhlasil s Edgarem. Na NLP se mu zamlouvalo, že je plné praktických dovedností, nejen halasně sebepropagace a pozitivního myšlení. Nastavil svoji mysl tak, aby se do úkolu uplatnit NLP ve svém životě mohl pustit okamžitě.

Teresa jeho myšlenky přerušila. „Joe, Emily mi právě řekla, čím se celou tu dobu trápila. Mockrát ti děkuji, že jsi s ní tak dobře pracoval.“

„Nemáš vůbec zač, Tereso. Však ona mi taky velice pomohla.“

„O tom vůbec nepochybuji. Je to srandovní, že jsme se obě dvě nechaly zastrašovat grázly, že? No, odteď už nikdy víc. Ode dneška se moje dcera i já budeme umět samy za sebe postavit. Uzavřely jsme smlouvu.“

Joe se široce usmál.

„Joe,“ pokračovala Teresa, „vyříd, prosím, moje pozdravy a přání všeho nejlepšího své životní lásce. Nejspíš tě ohledně toho, co ses tady naučil, podrobí křížovému výslechu.“

Joe přikývl a Edgar dodal: „Jestli chceš slyšet moji radu, Joe, až se tě zeptá, jaký byl kurz, prostě jí řekni, že si na nic nepamatuješ, protože jsi celý seminář myslel jen na ni!“

Teresa s Joem se zasmáli. „Díky za radu, Edgare. Obratné. Velmi obratné.“

Emily se přidala do debaty. „Takže, Joe, co bude dál?“

„No, mám v plánu jet domů a věnovat více času poznávání své nádherné přítelkyně, a pak začnu budovat mnohem lepší vztahy s lidmi v práci. Opravdu cítím, že mám...“

Joea přerušila Emily, která předstírala, že spí a chrápe.

„Ha, ha, ha! Velice legrační!“ zvolal Joe.

Teresa a Edgar se zachichotali.

„Víte, další věc, kterou jsem si z tohoto semináře odnesl,“ řekl Joe, „je důležitost humoru. Chci říct, tohle bylo všudypřítomné podprahové poselství, jak se stát svobodným a šťastným. Stojí za to zasmát se nad problémy. Stojí za to zasmát se nad životem. Smích ulehčuje proměnu věcí. Když se sami sobě, zásadním věcem v našem životě i svým světům dokážeme zasmát, potom můžeme být opravdu svobodní.“

Všichni přitakali. Joe měl pocit, že získal několik přátel, se kterými zůstane v kontaktu.

Poté, co spolu strávili ještě nějaký čas příjemnou konverzací, uslyšel zvonění svého telefonu. Podíval se na monitor mobilního zařízení, usmál se a omluvil se. Zatímco kráčet ven, projel jeho tělem silný pocit vzrušení. Zaregistroval jej a okamžitě si jej ukotvil. Potom přijal hovor. Bylo na čase začít uplatňovat, co se naučil.