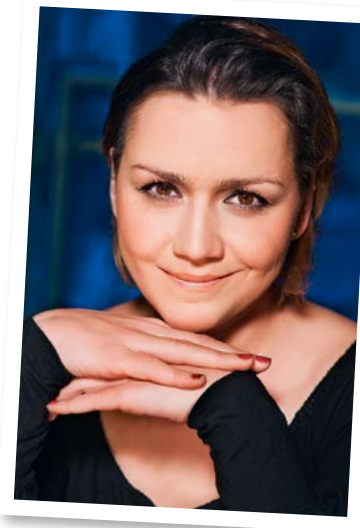




PAN VIVEK  
vás naučí žít  
šťastný život.  
Nebojte, zase  
brzy přijede!

# Cesta za štěstím

**A**bsolvovala jsem buddhistický workshop. Víkend ve společnosti milých organizátorek Světlany Nálepkové a její dcery Josefíny, vedený buddhistickým učitelem – panem Vivekem. Dostala jsem odpověď na řadu otázek, které vedou ke šťastnému životu, a přijela domů zářící jako slunce. Jaro je ideálním obdobím na očistu těla i duše. Po týdnu stále cítím vnitřní klid a štěstí. O svém novém stavu nikomu moc nevykládám. Těžko se popisuje, co při meditacích můžete zažít, a cesta k sebepoznání je o každém z nás. Navíc my Češi jsme v duchovních věcech dost pozadu. Vzpomínám si, jak jsem jednou zmínila ve společnosti, že medituju od svých patnácti let, a koukali na mě, jestli nejsem divná. Z buddhismu si každý může odnést spoustu myšlenek, které mu od zítřka zlepší život. Světlana s Pepinou aktivně podporují organizaci Brontosauři v Himálajích. Světlana večer při společné večeři vzpomínala na návštěvu Malého Tibetu. Byla tam jako dobrovolnice ve vesnici Mulbekh a zkusila si i roli učitelky ve škole, kterou zde Brontosauři staví pro místní děti. Během pobytu si sáhla na dno, ale vzápětí zažila stav naplnění a euforie. Viděla štěstí i utrpení, odvezla si příběhy, které jsou pohádkově krásné, a naopak i drsně reálné. A přesně o tom východní učení je. O rovnováze a sebepoznání. Těším se, až pokořím Benefiční himálajskou výzvu. Jak probíhá? Vyrazíte na motorce k ledovcovému jezeru, sjedete na raftu řeku Indus, zameditujete si ve svaté jeskyni, zdoláte horu vysokou 6200 metrů nad mořem a navštívíte školu, kterou díky své cestě podpoříte. Pojedte taky!



*Markéta*

Markéta Behinová  
ŠÉFREDAKTORKA  
e-mail: behinova@astrosat.cz