

Szamańska droga do wolności

don Miguel Ruiz Jr.

Szamańska droga do wolności

Praktyki, dzięki którym
pokonasz wewnętrznego krytyka
i lęk przed zmianami



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Irena Kloskowska
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski
TŁUMACZENIE: Anna Kaszyc

Wydanie I
Białystok 2022
ISBN 978-83-8301-153-0

Tytuł oryginału: *The Mastery of Life. A Toltec Guide to Personal Freedom*

Copyright © 2021 by don Miguel Ruiz Jr.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2021
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.

Książka ta zawiera informacje dotyczące zdrowia. Wydawca dołożył wszelkich starań, aby były one pełne, rzetelne i zgodne z aktualnym stanem wiedzy w momencie publikacji. Tym niemniej nie powinny one zastępować porady lekarza lub dietetyka, ani też być traktowane jako konsultacja medyczna lub inna. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś koniecznie skonsultować się z lekarzem, zanim samodzielnie rozpocznieš jakiegokolwiek program poprawy zdrowia. Wydawca ani Autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek negatywny skutki dla zdrowia, mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

Wszystkim, których kocham

Spis treści

Wyjaśnienie kluczowych terminów
13

WSTĘP
Ścieżka Tolteków
15

ROZDZIAŁ 1
Sztuka życia
25

ROZDZIAŁ 2
Plac Quetzalcoatl
45

ROZDZIAŁ 3
Wyspa Bezpieczeństwa
61

ROZDZIAŁ 4
Plac Umysłu
75

ROZDZIAŁ 5
Plac Wody
97

ROZDZIAŁ 6
Plac Powietrza
119

ROZDZIAŁ 7
Plac Ognia
135

ROZDZIAŁ 8
Plac Ziemi
155

ROZDZIAŁ 9
Piramida Księżyca
175

ROZDZIAŁ 10
Piramida Słońca
189

WNIOSEK
Zakończenie podróży
201

Podziękowania
204

Mapa Teotihuacán



Piramida Księżycyca



Piramida Słońca

★ Plac Ziemi

★ Plac Ognia

★ Plac Powietrza

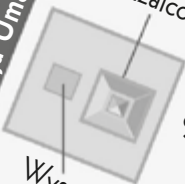
★ Plac Wody

★ Plac Umystu

Piramida
Quetzalcoatla

Świątynia Quetzalcoatla

Aleja Umarłych



Wyspa
Bezpieczeństwa



*Artystyczne przedstawienie Quetzalcoatl,
legendarnego pierzastego węża z Mesoameryki, od którego
nazwano Świątynię i Piramidę Quetzalcoatl w Teotihuacán.*

Wyjaśnienie kluczowych terminów

Mitote: negatywne głosy w naszych umysłach, które przemawiają do nas przez cały dzień. Często głosy te zostały w nas zaszczone w latach formowania naszej osobowości, w wyniku udomowienia.

Nagual: boskość w tobie; siła, która daje życie twemu umysłowi i ciału. Jest ona podobna do koncepcji ducha lub duszy, którą można znaleźć w wielu tradycjach religijnych, ale nie jest dokładnie tym samym.

Osobisty sen: wyjątkowa rzeczywistość stworzona przez każdego z nas; twoja osobista perspektywa. Jest manifestacją związku między twoim umysłem a twoim ciałem.

Sen Planety: połączenie osobistych snów każdej istoty na świecie – lub w świecie, w którym żyjemy.

Świadomość: praktyka zwracania uwagi w chwili obecnej na to, co dzieje się w twoim ciele i umyśle, a także w twoim najbliższym otoczeniu.

Toltekowie: starożytna grupa rdzennych Amerykanów, którzy zebrali się w południowym i środkowym Meksyku, aby badać percepcję. Słowo *Toltec* znaczy „artysta”.

Udomowienie: podstawowy system kontroli w Śnie o Planecie. Zaczyna się we wczesnym dzieciństwie, gdy otrzymujemy nagrodę lub karę za przyjęcie przekonań i zachowań, które inni uznają za akceptowalne. Kiedy robimy coś ze względu na nagrody lub kary, stajemy się udomowieni.

Umowy: proces, w którym idee w naszych umysłach stają się przekonaniem i w konsekwencji wpływają na nasze działania.

Wojownik Tolteków: ten, kto jest zaangażowany w praktykowanie nauk tradycji Tolteków, aby wygrać wewnętrzną walkę z udomowieniem i przywiązaniem.

Ścieżka Tolteków

Słowa to potężne narzędzia.

W tradycji Tolteków, do której należę, mówimy, że słowa to pędzle, których używamy do malowania arcydzieł naszego życia. Słowa mogą zmieniać perspektywy, klarować i ujawniać nowe możliwości. Mogą być również wykorzystywane odwrotnie – do szerzenia gniewu, strachu lub nienawiści. W ten sposób wybrane przez nas słowa podnoszą nas lub ciągną w dół.

Słowa są również podstawowymi narzędziami, których używamy do komunikowania się ze sobą i budowania prawie wszystkiego w naszym życiu. Patrząc na nie z tej perspektywy, nic dziwnego, że pierwszy wers chrześcijańskiej Ewangelii Jana brzmi: „Na początku było Słowo”.

Słowa pojawiają się najpierw jako myśli w naszych umysłach, a następnie jako symbole o określonym znaczeniu, które pozwalają nam komunikować się i myśleć w sposób intelektualny – konstruując argumenty, tworząc złożone historie i oczywiście *zawierając umowy*. Ludzki umysł jest mistrzem w zawieraniu umów.

W tradycji Tolteków umowy są wynikiem procesu, w którym idee w naszych umysłach stają się przekonaniem

i w efekcie wpływają na nasze działania. Umowy te mogą towarzyszyć nam przez całe życie, ubarwiając nasze postrzeganie w każdym aspekcie codziennego funkcjonowania. Nasze umowy – które dotyczą wszystkiego: począwszy od podejmowania ważnych decyzji, takich jak zawieranie małżeństwa, a skończywszy na dokonywaniu pozornie błahych wyborów, takich jak ubiór – mogą działać w celu informowania nas, wpływania na nas, a czasem nawet kontrolowania nas, często bez naszej świadomości.

Większość umów sięga głęboko; są tworzone i utrwalane w „rzeczywistości” przez nasze gadatliwe, myślące umysły. Zapominamy, że myśli i idee, które są budulcem naszych porozumień, a tym samym przekonań, nie istnieją „tam w świecie”. *Istnieją tylko w nas.* A mają moc tylko dlatego, że wierzymy, że są prawdziwe. Im bardziej jesteśmy przywiązani do danej umowy, tym większą ma ona nad nami władzę.

Same umowy nie są z natury ani pozytywne, ani negatywne i polegamy na wielu z nich, aby skutecznie funkcjonować w świecie. Umowy, które zawarliśmy jako dzieci w odpowiedzi na instrukcje naszych rodziców dotyczące bezpieczeństwa i dobrego zdrowia, są przydatne, jak na przykład: *Warzywa są pożywne i zdrowe. Rozejrzyj się w obie strony, zanim przejdiesz przez ulicę.* Jednak niektóre umowy mogą nie być konstruktywne ani pozytywne: *Mój wkład w pracę nie jest wiele warty. Po prostu nie jestem osobą kreatywną.* A niektórzy mogą być nawet autodestrukcyjni: *Nie zasługuję na miłość.*

Wiele takich porozumień jest wynikiem intelektualnych nasion zasianych w nas przez innych w latach, w których się kształtowaliśmy. Uczenie się, jak rozpoznawać te umowy,

rozeznawanie, czy są one pomocne, czy nie, a następnie zmienianie ich lub odrzucanie, jeśli to konieczne, stanowi jedno z głównych wysiłków osób podążających drogą do osobistej wolności.

Tak więc, chociaż słowa mogą być bardzo potężne, w tradycji Tolteków dostrzegamy również, że słowa są niezwykle ograniczone. Są tylko deskryptorami i wskaźnikami rzeczywistości, a nie samą rzeczywistością. Jak zauważa filozof Alan Watts w odniesieniu do słów: „Menu nie jest posiłkiem”. Słowa mogą jedynie wskazywać na prawdę; nie są prawdą samą w sobie.

Książki to niesamowite narzędzia, które przecież składają się ze słów. Właściwa książka we właściwym czasie ma moc przemiany życia, dając nadzieję w chwilach rozpacz czy impuls do znalezienia nowej inspiracji w kryzysie twórczym. Ale pomimo tego, że książki mają niesamowity potencjał, ostatecznie to nie sama książka nas zmienia. *To my się zmieniamy.*

Stawia to przed nami interesujące wyzwanie. Aby zaprezentować wiedzę i techniki, którymi się z tobą podzielę, muszę użyć słów. Ale zachęcam cię, abyś pozwolił tym słowom wyjść poza twój umysł i trafić do twego serca. Dopiero wtedy – w stanie, który nazywam synchronicznością serca i umysłu – może nastąpić przemiana.

Poza umysłem

Starożytni Grecy mieli na to odpowiednie określenie. Nazywali to *metanoia*, co znaczy dosłownie „poza umysłem”. *Metanoia* można rozumieć jako przemianę człowieka, która zachodzi jednocześnie w umyśle i sercu. Chciałbym, aby słowa zawarte w tej

książce zostały przyjęte w takim duchu. Mam więc nadzieję, że skłonią cię do zwrócenia się do wewnątrz, do wyjścia poza logikę i rozum – w miejsce świetlistej otwartości i świeżej świadomości. Jest tu poczucie ruchu – odwracania się, wychodzenia poza, otwierania się. A to dlatego, że ostatecznie, niezależnie od tego, czy zdajemy sobie z tego sprawę, czy nie, wszyscy jesteśmy w jednej długiej, wspaniałej podróży – podróży do osobistej wolności i wyzwolenia naszego prawdziwego ja. Celem tej podróży jest fundamentalna zmiana naszego postrzegania świata i naszego w nim miejsca.

Postrzeżenie jest właśnie tym, co starożytni Toltekwie zdecydowali się zbadać i zrozumieć ponad 2000 lat temu i w tym celu się zgromadzili. Zgodnie z ustną tradycją mojej rodziny starożytni wiedzieli, że największa wolność leży w sztuce widzenia rzeczywistości taką, jaka jest naprawdę, poza naszymi umowami i opowieściami. Odkryli, że żadna prawdziwa zmiana nie jest możliwa bez klarownej percepcji.

A co jest największą przeszkodą w czystej, niezaburzonej percepcji?

Strach.

Strach stanowi podstawę każdej przeszkody, którą napotykamy na naszej drodze do wolności osobistej. Należy jednak zauważyć, że kiedy używam słowa strach w tym kontekście, mam na myśli lęk psychologiczny, a nie fizyczny. Strach fizyczny jest naturalny i może być pomocny, jeśli na przykład nagle spotkasz niedźwiedzia podczas wędrówki w lesie. Strach w tym przypadku wytwarza adrenalinę, która podnosi tętno i zwiększa zużycie tlenu. Przygotowuje twoje ciało do walki o życie lub do ucieczki.

Porównaj to z lękiem psychologicznym – lękiem, że inni cię nie polubią, że nie dostaniesz tego, czego chcesz, lub że nie jesteś „wystarczająco dobry”. Wszystkie te rodzaje lęku są oparte na umowach, które zawarłeś w ciągu całego życia. Niestety, ten psychologiczny lęk często wywołuje takie same reakcje fizyczne, co strach fizyczny, uruchamiając identyczną reakcję ścisisku żołądka i mobilizację organizmu. To obciąża nasze ciało nadmiernym i niepotrzebnym napięciem, które w ciągu całego życia może mieć szkodliwe konsekwencje.

Dlaczego mówię, że lęk jest największą przeszkodą w czystym postrzeganiu, skoro istnieje tak wiele innych negatywnych emocji, które można wziąć pod uwagę? Ponieważ w większości przypadków lęk jest fundamentem wszystkich innych emocji. W zdecydowanej większości przypadków złość, nienawiść, zazdrość, żal i praktycznie wszystkie inne negatywne reakcje można ostatecznie przypisać lękowi. Paraliżuje nas strach, gdy zamartwiamy się, że powtórzymy błędy z przeszłości, i przytłacza nas niepokój o przyszłość. Lęk trzyma nas w pułapce fałszywego przekonania, że jesteśmy akceptowani tylko wtedy, gdy spełnimy niekończącą się listę oczekiwań – musimy być wystarczająco inteligentni, wystarczająco ładni, wystarczająco uduchowieni, wystarczająco stabilni finansowo, z odpowiednimi osiągnięciami itp. Kiedy pracujemy z tym i uczymy się rozpoznawać nasze lęki i radzić sobie z nimi, często odkrywamy, że inne negatywne emocje, z którymi się zmagamy, słabną, a nawet od razu znikają.

Znaczna część podróży, którą dzielę się na tych stronach, poświęcona jest zagadnieniu lęku, ponieważ przezwyciężenie jego psychologicznych przejawów jest ogromnym i ważnym krokiem na drodze do jasnego postrzegania i osobistej wolności.

Podróż

W tradycji Tolteków podróż do czystej percepcji może obejmować rzeczywistą podróż fizyczną, która czerpie inspirację z duchowego centrum moich przodków, Tolteków, którym był starożytny kompleks piramid znaleziony w mieście Teotihuacán (będę tu czasami pisał o nim w skrócie: „Teo”). Ten starożytny kompleks znajduje się około czterdziestu kilometrów od dzisiejszego miasta Meksyku. Budynki, świątynie, drogi i piramidy Teo stanowią mapę, według której będziemy podążać, wykonując zadania opisane w tej książce.

Każde z miejsc w kompleksie piramid ma szczególne znaczenie, które można postrzegać jako symbol etapu na ścieżce do osobistej wolności. Wielokrotnie przemierzałem ten kompleks w ciągu ostatnich trzydziestu lat, początkowo jako uczeń mojego ojca i babci, a później jako nauczyciel. Sam majestat osiągnięć architektonicznych tego miasta jest świadectwem mądrości starożytnych ludzi, którzy je zbudowali.

Oczywiście zachęcam cię do odwiedzenia tego niezwykle miejsca, jeśli kiedykolwiek będziesz miał okazję to zrobić, ale chcę również jasno powiedzieć, że nie musisz podróżować do Teotihuacán, aby przejść przez opisany w tej książce proces i z niego skorzystać. To dlatego, że najważniejsza podróż, jaką możesz odbyć, to podróż wewnętrzna. Wszelkie rozpoznanie, przygotowanie i praca, jaką musisz wykonać, ma miejsce w tobie. Cała mądrość, której potrzebujesz do życia w osobistym mistrzostwie, znajduje się już teraz w twoim sercu i umyśle. Nauki Teo i te, które przedstawiam w tej książce, pomagają ci jedynie odkryć i otworzyć się na moc, którą już posiadasz.

W tradycji Tolteków uczymy, że podczas gdy cała mądrość i odpowiedzi, których potrzebujesz, są w tobie, to czasami wszyscy potrzebujemy przewodnika, który pomoże nam je znaleźć. I taki jest cel tej książki. Podaję tu różnorodne ćwiczenia i rytuały, które mają pomóc ci wykonać tę wewnętrzną pracę.

Rytuał i ceremonia zajmują ważne miejsce w tradycji Tolteków – ale nie dlatego, że jesteśmy szczególnie przywiązani do praktyk religijnych, ani dlatego, że kierują nami przesady. W rzeczywistości odrzucamy oba te elementy. Zamiast tego wykonujemy rytuały i ceremonie, ponieważ mają one moc docierania do tej części naszej istoty, która jest poza umysłem. Rytuały opierają się na doświadczeniu zmysłowym i naszej relacji z czasem i przestrzenią. Dzięki nim zaczynamy, będąc w jednym miejscu, a kończymy, będąc w zupełnie innym, i dlatego stwierdzamy, że coś się w nas zmieniło. Rytuały otwierają przestrzeń w naszych ciałach, umysłach i sercach. Zachęcam do pełnego zaangażowania się w ćwiczenia, rytuały i ceremonie zamieszczone na końcu rozdziałów tej książki. Nasz umysł często odrzuca moc rytuałów i ceremonii właśnie dlatego, że ich działanie wykracza poza możliwości intelektualnego pojmowania. W porządku. W takim przypadku pomyśl o umyśle jak o marudzących nastolatkach, które nie chcą, żebyś tańczył na ich imprezie, ponieważ możesz ich zawstydzić. Nic im nie będzie. Zrób to mimo wszystko. Czasami najlepszym sposobem na pokonanie umysłu jest po prostu zignorowanie go.

Mistrzostwo

Warto tu jeszcze wspomnieć o tytule tej książki. Pozwólcie, że wyjaśnię, co rozumiem przez *mistrzostwo*. We współczesnym

świecie opanowanie czegoś może czasami oznaczać wywieranie presji lub sprawowanie kontroli – na przykład wydawanie komuś rozkazów, zajmowanie pozycji władcy, wygrywanie lub dominowanie nad ludźmi, środowiskami czy sytuacją.

Nie znajdziesz tego w tej książce.

Mistrzostwo w kontekście tej książki odnosi się do tego, co praktykujemy regularnie. Na tych stronach proszę cię, abyś dokładnie przyjrzał się temu, w co wierzysz odnośnie do siebie i otaczającego cię świata, i zauważył, co zwykle robisz – jak się zachowujesz i reagujesz w oparciu o to, w co wierzysz. Następnie, kiedy staniesz się bardziej świadomy tego, co myślisz, jak działał i skąd te myśli i działania się biorą, zaproszę cię do praktykowania nowych sposobów myślenia, działania i bycia, które są bardziej zgodne z twoją prawdziwą naturą i twoim najwyższym dobrem. Zachęcam do prowadzenia życia wolnego od lęku.

Tytuł tej książki nie ma na celu sugerowania, że w jakiś sposób da ci ona siłę do kontrolowania życia lub narzucenia swojej woli innym ludziom, okolicznościom czy wydarzeniom. W rzeczywistości, kiedy stajesz się prawdziwym mistrzem, uwalniasz się od takiej potrzeby. Zamiast tego starasz się dostosować swoją indywidualną wolę do woli samego życia, dając z siebie wszystko w każdej sytuacji. Opuuszczając kategoryzowanie i poczucie oddzielenia, przyjmujesz to, co przychodzi. Zaczynasz rozumieć, że życie wie lepiej niż ty. To zrozumienie zapewnia ci spokój, który sięga głębiej i trwa dłużej niż jakiegokolwiek krótkoterminowe korzyści, którymi możesz się cieszyć dzięki sprawowaniu kontroli lub władzy.

Można to ująć też w ten sposób: *kiedy osiągniesz mistrzostwo życia, wszędzie widzisz Boga*. Oczywiście jest to łatwe, gdy ogląda się piękny zachód słońca na wzgórzu, ale znacznie trudniejsze w obliczu rzezi wojennej. Jednak bez względu na to, co myślisz o zachodzie słońca i o rzezi, życie płynie przez jedno i drugie w równym stopniu. Zatem podróż opisana w tej książce polega na nauczaniu się, jak poddać się życiu, a nie na jakimś rodzaju egoistycznej dominacji nad nim. Piękny paradoks polega na tym, że to dzięki poddaniu uzyskujemy pewną miarę kontroli – nad sobą, nad naszymi działaniami i reakcjami oraz nad wyborami, których dokonujemy. A to może nas zaprowadzić do nowego miejsca, pełnego pokoju, szczęścia i osobistej wolności. Jest to dar, który moi przodkowie Toltekowie ofiarowali światu wieki temu i mam przywilej ofiarować go teraz tobie.

Dlatego weźmy razem głęboki oddech i przygotujmy się do wejścia na tę ścieżkę. Jesteśmy na początku niesamowitej podróży.

Sztuka życia

Wyobraź sobie moment swoich narodzin.

Oddychając, poruszając się i rozpoznając zmysłami drogę ku nowemu środowisku, przyszedłeś na świat jako istota o czystej świadomości, duchu, emocjach i instynktach. Jesteś prawdziwym cudem życia i niesamowitym splotem zdolności – przybyłeś tu z niezwykłym potencjałem... potencjałem do tworzenia swego życia w radości, zachwycie, wolności i kreatywności. Co więcej, oprócz tego, że wszyscy ludzie mają te zdolności, każdy z nas jest również wyjątkową jednostką, która ma szansę stać się w pełni urzeczywistnioną, kreatywną, kochającą osobą. Tak więc wszyscy jesteśmy artystami, a nasze życie jest naszą sztuką. W rzeczywistości samo słowo *Toltek* oznacza „artystę”. Według starożytnych Tolteków idea sztuki wykraczała daleko poza to, co dzisiaj uważamy za sztukę. Dzięki swoim praktykom i wiedzy opanowali wielką sztukę życia i duchowej wolności, czyli tego, jak rozpoznać i wykorzystać promienistą energię i potencjał, które przenikają wszystko.

W tradycji Tolteków wierzymy, że ta czysta siła życiowa – ta energia i potencjał – jest obecna w każdym z nas. Nazywamy tę energię *nagualem*. Niezliczone inne kultury i tradycje

duchowe również rozpoznały i szanowały tę siłę życiową, a jest ona znana pod wieloma nazwami: *chi*, *shakti*, *prana*, *Duch Święty*, *baraka*, *wakan* itd. Ta niezbędna, ożywiająca energia jest zawsze wokół nas. Przenika przez każdą żywą istotę i kształtujemy ją naszą intencją. Energia naguala jest obecna w tobie i wszystkich wokół ciebie od chwili, gdy przyszedłeś na świat.

Udomowienie

Zaraz po urodzeniu – jeśli nie wcześniej, biorąc pod uwagę narzędzia nowoczesnej technologii – nadano ci imię i przypisano płeć. W tym momencie powstały początki tego, co to znaczy być „tobą”. Ci, którzy powołali cię na ten świat, zadbałi o twoje podstawowe potrzeby, zapewniając jedzenie, schronienie i miłość najlepiej, jak potrafili. Ale mieli też za zadanie pomóc ci nauczyć się żyć wśród innych w ramach określonego zestawu zbiorowych przekonań kulturowych.

Tak więc oprócz podstawowej opieki, którą zapewniali, twoi rodzice lub opiekunowie również „zakotwiczyli” twoją uwagę. W końcu w ciągu kilku następnych lat nauczyli cię twojego imienia; opowiedzieli ci historię o twoich narodzinach i twojej rodzinie; zidentyfikowali cię jako dziewczynę lub chłopca. I nauczyli cię, co to wszystko oznacza w społeczeństwie, w którym żyjesz. Kiedy dorastałeś, kierowali cię w stronę schematu sympatii i niechęci oraz uczyli o normach społecznych i kulturowych: *W tej rodzinie nie tańczymy ani nie śpiewamy. W naszej kulturze mężczyźni nie płaczą.* Prawdopodobnie zaakceptowałeś wiele z tych pomysłów i zbuntowałeś

się przeciwko części z nich. Ale w obu przypadkach historie, normy i preferencje zaczęły kształtować twoją tożsamość lub wyobrażenie o sobie.

Podobnie twoi rodzice lub opiekunowie podzielili się z tobą swoimi pomysłami, opiniami, osądami, celami i pragnieniami. A także podzielili się swoimi obawami, z których część niewątpliwie została wyrażona, aby zapewnić ci bezpieczeństwo: *Nie dotykaj ognia. Uważaj na samochody przed przejściem przez ulicę.* Takie dyrektywy były pomocne i konieczne. Ale było oczywiście wiele innych obaw, które dzielili z tobą pośrednio – lęk przed byciem nielubianym, lęk przed brakiem wystarczającej ilości zasobów lub lęk przed byciem niewystarczającym. Tego rodzaju lęki odgrywają oczywiście również rolę ochronną, ponieważ ludzie to zwierzęta społeczne i wspólnotowe. W pewnych okolicznościach niedopasowanie się może być niebezpieczne, a nawet śmiertelne.

Proces powolnej akulturacji, w którym uczymy się, bezpośrednio lub pośrednio, zbioru przekonań, lęków, preferencji i nawyków w tradycji Tolteków nazywa się udomowieniem. Kiedy stajesz się udomowiony, nabywasz przekonań i zachowań, które zaczynasz uważać za swoje „ja”. Krótko mówiąc, tworzysz tożsamość tego, co to znaczy być tobą. Może ci się to wydawać teraz negatywne lub pesymistyczne, ale tak nie jest. Jest to po prostu nieunikniony proces, przez który przechodzimy wszyscy jako ludzie.

Fakt, że udomowienie jest nieuniknione, nie oznacza jednak, że nie ma ono negatywnych konsekwencji. Kiedy dorastasz i stajesz się udomowiony, twoje pierwotne przyrodzone prawo – podstawowe światło w tobie, które współgra z nagałem

– często zostaje zakopane pod mylącą stertą emocji, zasad i umów, które kierują każdym twoim ruchem i służą oddzieleniu cię od najgłębszej prawdy.

Co by się stało, gdybyś mógł odkryć tę prawdę?

Na całym świecie od początku dziejów mistycy i poszukiwacze kroczyli ścieżką poświęconą odkrywaniu własnej prawdy i osobistej wolności. Ci duchowi podróżnicy nie mają nadziei na powrót do stanu niemowlęcego, ale wychodząc poza swój obecny sposób bycia, dążą do czegoś znacznie bogatszego. Odzyskując swoją osobistą moc, na nowo rozbudzają czystą świadomość, która była im przypisana od urodzenia, i dążą do nowej, dojrzałej zdolności do przekształcania osobistego doświadczenia w sposób, który umożliwi im tworzenie, zabawę, kochanie i znajdowanie radości w życiu oraz podejmowanie nowych wyzwań. Przyjmują bezwarunkową miłość jako doskonałe zwierciadło wszystkiego, co widzą, i pozostają ugruntowani w sobie w obliczu każdej wewnętrznej i zewnętrznej siły, która stara się zniszczyć ich wewnętrzny spokój. Nie pozwalają, by kontrolował ich lęk. To jest wolność osobista. To jest ścieżka Tolteków. To jest mistrzostwo życia.

Starożytne miasto Teotihuacán

Na długo przed przybyciem Azteków do południowo-środkowego Meksyku region ten był domem ludu Tolteków. Największym osiągnięciem architektonicznym tego starożytnego ludu jest kompleks piramid w Teotihuacán, który został opuszczony przez jego mieszkańców 500 lat przed przybyciem

Azteków. Nie zachował się żaden znany język pisany i zebrano bardzo niewiele faktów na temat ludzi, którzy tam mieszkali. Ale wciąż niewiele wiemy o ich rządzie, strukturach społecznych, religii czy historii.

Wyrafinowana architektura i sztuka, które Aztekowie znaleźli w tym kompleksie, wywarły na nich takie wrażenie, że uznali, że musiało to być miejsce narodzin samych bogów. Nazwali go *Teotihuacán*, co oznacza „miejsce, w którym człowiek staje się Bogiem”; jednak lepszym tłumaczeniem współczesnym może być „miejsce, w którym ludzie rozpoznają w sobie boskość”.

Dziś wiemy, że do 500 roku n.e., w szczytowym momencie swojego rozwoju, miasto utrzymywało populację około 200 000 osób, co czyniło z niego jedno z największych miast ówczesnego świata. Chociaż archeolodzy i antropolodzy mogą nie zgadzać się co do faktów dotyczących życia i kultury Tolteków, moja rodzina i wiele innych rodzin zachowało bogatą tradycję przekazywaną ustnie, wypełnioną mitami, opowieściami i naukami, które rzucają światło na ścieżkę Tolteków. Cel tej ścieżki zawsze był ten sam – znaleźć osobistą wolność poprzez przekształcenie naszego spojrzenia opartego na lęku w perspektywę opartą na bezwarunkowej miłości i szczęściu.

Imponujące pozostałości miasta Teotihuacán są dziś czczone jako miejsce wielkiej mocy duchowej. Duchowi poszukiwacze przybywają tu z całego świata, aby podążać ścieżką do wolności osobistej i odbyć podróż mocy przez miasto. Spacerują Aleją Umarłych, poruszając się między wielkimi piramidami Quetzalcoatl, Księżycy i Słońca, które są pomysłowo zorientowane względem stron świata, nocnego nieba i pór roku.