

## **Prelomový tretí deň Novej Mluvy**

Dnes sa to stalo... Prvý krát sme prehovorili Novou Mluvou na neznámych ľudí. Všetky moje pochybnosti sa dnešným dňom stratili. Prvý krát v živote som zažil pocit, kedy moje ústa vyslovovali rovnaké myšlienky, aké mozog vyprodukoval. Žiadny slalom, vyhýbanie sa, slovné barličky, blok... Nič také. Ako keby sa vytvoril nový most medzi mojimi ústami a mozgom, a stratil sa prostredník, ktorým bola koktavosť. Začínam nadobúdať pocit spontánneho rozprávania. A to hlavne pomocou kartičiek.

Presne o tomto Evžen s Hankou hovorili na začiatku. Zdanlivo jednoduché alebo nelogické cvičenia sú prípravou na ďalší postup. Predsa komu by dávalo zmysel, že my sa ideme učiť rozprávať a miesto toho máme mlčať? Kto to kedy vymyslel? Usmievať sa, pozeráť sa do očí, písať kartičky... Ved' to absolútne nie je spojené s naším problémom. Ved' ja koktám, nepotrebujem sa učiť usmievať alebo znova písať. Potrebujem iba cvičiť rozprávanie. Avšak opak je pravdou. Tieto cvičenia mi konečne dali možnosť byť spontánny. Pochváliť niekomu topánky, pochváliť čajovňu, poďakovať za jeho čas, spýtať sa ako sa mu darí. Áno, predtým som to chcel takisto spraviť. No nešlo to.

Napadá ma príklad z práce. Milá pani z bufetu mala nový účes a ja som vedel na 100%, že by bola rada, keby jej ho pochválil. Tak som sa nato chystal... Snažil som sa jej to povedať práve vtedy, keď mi naberala obed a jej pohľad nebol uprený na mňa, aby nevidela moje zúfale snaženie spojené s blokom. V okamihu sa pozrela na mňa a spýtala sa či chcem zemiaky alebo ryžu. Ukončil som môj blok a dostal zo seba slovo ryžu. Keď sklonila hlavu a začala naberať ryžu, skúsil som to opäť. Tak veľmi som jej ich chcel pochváliť. Avšak zase prišiel blok, ktorý pretrvával až kým nedala predo mňa tanier s obedom. Usmial som sa a odišiel si, znechutený sám zo seba, sadnúť. Takéto situácie boli na dennom poriadku, z ktorých som bol nešťastný. A to je podľa mňa jedna z najhorších vecí v živote pre človeka, keď je sám zo seba sklamaný. Niet pre mňa väčšieho sklamanie, ako keď si v hlave poviem: „Zase si to nedokázal, Michal“. A čo je na tom ešte horšie, že vy sa snažíte, snažíte a snažíte. Stále dookola. S novými technikami, s novými ľuďmi,

v nových situáciách. A stále prichádza rovnaké sklamanie. Dokonca každým pokusom ešte viac narastá. Nakoniec sa dostávate do bodu, kedy sa s tým chcete zmieriť. Ale to taktiež nejde, nechcete to akceptovať ako svoj osud. A vzniká začarovaný kruh, z ktorého niet cesty. Ako keby vo vašom tele vládne temná sila, ktorá vás chce zastaviť vo všetkom, čo chcete v živote dosiahnuť a vy ste len taký malý poslušný panáčik.

Ale potom zozbierate posledný odpor, ktorý vo vás je a skúsite to opäť prekonať. Prihlásite sa s nádejou na kurz Novej Mluvy. Prásk, rozpúta sa vojna. Váš vlastný mozog začne s vami bojovať, chce vás zastaviť. Chce vás ochrániť pred ďalším sklamaním, pretože si myslí, že to znova pokazíte. Vytiahne ostré myšlienky proti vám. „Nepomôže ti to... Kašli nato, budeš sklamaný“, ... „Nedokážeš to, už si to predsa skúšal mnohokrát“. Ale vy mu to neuveríte.

Zrazu cítite príjemné uvoľnenie, keď môžete niekomu pochváliť topánky pomocou lístočku. Alebo sa spýtať ako sa mu darí v práci a získať si jeho náklonnosť. A potom prvýkrát dostanete zo seba dobrý deň bez bloku. Ešte k tomu s úsmevom na tvári a pohľadom do očí.

Celá táto "šaškárna", ako by sa niekomu mohlo zdať, nie je pre mňa až tak o vydávaní zvukov z tela. Ale pre mňa je to o formovaní svojho ducha, svojho pozitívneho postoja k životu. Na kurze sa ľudia stávajú nielen komunikatívnejší, ale aj lepší ľudia. Pozitívnejší, vďačnejší, empatickejší... A hlavne výnimočný. Preto som rád za svoje nedostatky, pretože práve tie ma menia. Práve tie ma žnú dopredu a zdolávajú prekážku za prekážkou. Keďže vidím, že ľudia, ktorí to mali v živote ľahké si častokrát nevážia veci a možnosti, ktoré im život ponúka.