

sice zakrňuje jako květina při svíčce, která mu sluníčka nenahradí. Nejlépe cvičí člověk svoji vůli na něčem velkém, zač stojí žít, trpět a obětovat se.

Takovým nadosobním cílem je práce sociální v jejích rozmanitých obměnách, ušlechtilý zápas za nové lidství a dokonalejší společenské řády, za pokrok v jeho nejposvátějším smyslu, za ideu čistého náboženství.

V takovém heroickém zápase za vyšší mety lidstva, jak je malinká a směšná ješitnost s jejím shonem po slávě! Jak ubohá závist; v jejím černém stínu zamrzá každé kvítečko radosti. Jak nízká mstivost křečka; na jeho obzoru nikdy nevyvstanou tiché vrchy velkodušnosti.

Našel-li člověk smysl svého bytí a považuje sebe za část vyšších celků, snadněji si upraví různé drobnůstky všedního života, protože má od nich jistý odstup, který mu brání, aby nezevšedněl.

Nic není malého, na čem můžeme změřiti svoje síly, čemu můžeme vtisknouti pečeť své osobnosti. Nejvšednější úkol není všední, jestli při něm cvičím vůli a tím současně vyjadřuji sebe.

Někdo řekl, že člověk je tím, co jí. Oč větším právem můžeme říci, že člověk je tím, co chce a jak to chce!

VZTAH K LIDEM A NÁLADA

Návod k získání lidí a dobré nálady. - Překvapený továrník. - Lloyd George jako rybář. - Potíž Emersona s telátkem. - Pochvala nemluvy. - Nechtěl, aby rodiče věděli, že je bohem. - Citlivá místečka. - Milostpaní. - Jak to dělal Sokrates. - Pokyny pro manžely. - Chyby a láska.

Nejčastěji si lidé kazí náladu navzájem. Dobré náladě poslouží, když si navykne nejhodnější postoj k lidem. Nesouhlasím se vším, co napsal Dale Carnegie ve své proslulé knize „Jak získat přátele“. Nejsem pro to, abychom se chtěli lidem zalíbit za každou cenu, avšak mnohé jeho postřehy nelze dost ocenit.

Kdo si chce ve styku s lidmi udržet dobrou náladu, musí je hledět naladit. Dobrá nálada tvoří příjemnou společnost a příjemná společnost tvoří dobrou náladu.

Pokud je na nás, mějme se všemi lidmi dobrou vůli. V osobním styku nechtějme jen sami sebe slyšet, ať ten druhý se také vymluví. Počítejme s tím, že každý má sebe rád a dělá mu dobře, když vycítí, že máme něco rádi, co on má rád.

Laskavost je jedním z tvůrců dobré nálady. Na jednu kapku medu chytíme více much, než na celou mísu žluče.

Carnegie vypráví o továrníkovi, který zaměstnával 314 osob. Všechny nenáviděl a oni jeho. Nic dobrého nemohl na nikom najíti. Laskavost, uznání, povzbuzení, to mu byla slova cizí a nikdy se na jeho rtech neobjevila. Kam se vrtnul,

všade to páchlo špatnou náladou. Avšak po prostudování kursu o zacházení s lidmi všechno se rázem změnilo. Jeho 314 zaměstnanců a nepřátel stalo se třistačtrnácti přáteli. Nová oddanost, nové nadšení, nový duch vnikl do celé továrny. Doznává: „Když jsem dříve procházel továrnou, nikdo mne nezdravil, každý dělal jako by mne neviděl. Nyní od domovníka až k poslednímu úředníku všichni mne vítají: „Haló, John!“ (Americký zvyk zdravit kamarádsky i představeného, jsou-li spolu zadobře.)

Dobré náladě prospívá, když se snažíme vžít do postavení druhého. „Člověk, který myslí jen na sebe, je beznadějně nevzdělaný, byť byl sebe školenější,“ řekl prezident jedné z největších universit světa.

Ptejme se vždy sami sebe: „Jak to asi vypadá s hlediska toho druhého?“ „Možná, kdybych byl Indem, považoval bych krávy a hady za posvátná zvířata, a kdyby moje matka byla Mohamedánkou, modlil bych se „Allah ill Allah!“

Známý Lloyd George je vášnivý rybář. Jednou řekl: „Já mám rád jahody se smetanou, ale ryby mají rády červy. Kdybych jim dával jahody se smetanou, nezabraly by.“ Proto nemusíme na nikoho hledět povýšeně nebo pohrdavě. Je tím jen řečeno, abychom lidi brali z toho konce, který je nejbliž jejich zálibě.

Stalo se jednou, že slavný Emerson a jeho syn chtěli dostat telátko do chléva. Udělali obvyklou chybu, že mysleli jen na to, co oni chtějí a nemysleli, co chce telátko. Emerson stál vzadu a tlačil, jeho syn stál vpředu a táhl. Telátko dělalo všechno možné, aby se jim to nezdařilo. Napjalo nohy a vzdorovitě se bránilo. Přišla k tomu jejich děvečka, Irčanka. Nebyla tak učená jako Emerson, nedo-

vedla napsat knihu jako on, ale věděla, co má telátko rádo. Strčila mu prst do tlamy, ono totiž ještě cucalo, a telátko cucalo prst a pěkně šlo za ní bez námahy.

Zdali pak tato porovnání ze života neobsahují velkou životní filosofii? Lidé od někoho něco chtějí: Já chci to a to, ale neptají se, co by měl rád ten druhý. Služba a přejnost dělá dobrou náladu.

Nechce-li člověk hned při počátku rozmluvy vyvolat špatnou náladu, ať nezačíná nikdy s výčitkami, kritikou nebo obviňováním, podle přísloví: chceš-li vybrat med, nekopej do úlu. Ani nejhorší člověk nebývá přesvědčen o svém bezpráví. Neříkám, že by nemohl být přiveden k lepšímu poznání, ale kdo by ho začal přesvědčovat výtkami, ať se raději vzdá zbytečné námahy.

Bývalý americký prezident Coolidge byl proslulý svojí nemluvností. Největší chválu, jakou kdy komu udělil, obdržela jeho stenotypistka, když jednou vstoupila do kanceláře. Coolidge ji oslovil: „Ale to máte dnes hezké šaty, vy jste opravdu hezké děvče.“ Proč tak začal vysvětluje následující pokračování jeho řeči: „Nelekněte se, chtěl jsem, abyste se dobře cítila a ode dneška si dávejte lepší pozor při psaní, abyste dělala čárky na patřičném místě!“

Jedním z nejlepších, ale příliš často zarezavělých klíčů k lidským srdcím je — uznání.

Znal jsem lidi, kteří z nedostatku jakéhokoliv uznání zesíleli. Vzpomínám venkovského hochu, který pracoval na otcově statku jako kůň, ale nikdy slovíčka uznání neslyšel. Nevím, co ho přimělo, že ke mně přijel do Prahy a radil se, co by měl dělat, aby se dostal pryč z domova a jaké povolání bych mu radil. Rozebral jsem ho, jak nejlépe jsem

uměl. Když jsem poznal, co je v něm nahromaděno bolesti z ustavičného pohánění, bez jakéhokoliv uznání, stal se velmi důvěrným a sdělil mi šeptem: „Víte, já jsem Bůh, ale u nás to nesmějí vědět.“ Viděl jsem, že je pomatený anebo aspoň že je to začátek. Ustavičné potlačování jeho lidské důstojnosti vyvolalo představu, že není tím nejmenším na světě, zač ho mají, ale tím největším.

Neříkám, že máme lidem pochlebovat, máme si jen uvědomit, že v každém člověku je jiskra boží, v každém je něco vznešeného a jak Emerson řekl: „Každý člověk, kterého potkám, má něco, čemu se mohu od něho učit.“

Ať je to uznání nebo účast, každý člověk má v sobě místečko, kde je zvláště citlivý. Chceme-li ho získati, je nutné toto citlivé místo objevit. Když jsem se vrátil z Ameriky, bylo mi velice protivné oslovení: Milostpaní. Měl jsem vždy větší úctu k ženám než ji u nás běžně nacházím, ale říkat ‚milostpaní‘, to zdálo se mi nedůstojno té paní, kterou bych tak oslovil, a už také proto, že jsem ani v Anglii ani v Americe nic podobného neslyšel. Tím jsem si způsobil dost nepříjemností. Dnes po mnoha letech už také někdy říkám ‚milostpaní‘. A mám z toho radost, když vidím, jak to některé milostpaní dělá dobře — a jak se tím předchází špatné náladě.

Někteří lidé kladou nesmírný důraz na titul. O Masarykovi víme, že byl jen T. G. Masaryk. Nevím, kolik doktorských diplomů měl, ale nikdy jich neužíval. Doktorů bylo kolem do tisíců, ale Masaryk byl jen jeden.

Všude, kde můžeme předpokládati, že člověk sebe vidí především v titulu, nezapomeňme ho správně otitulovat. Jsou to dvířka k jeho srdci a často i k jeho rozumu.

Jiné pravidlo k získání lidí a jejich dobré nálady nás učí, abychom nejprve hleděli v něčem získat souhlas člověka a nikdy nezačínali, aby s počátku musel říci ne. Jak někdo řekl ne, hned všechno v něm, nervy, žlázy a krev se naladí na to ne, a jeho hrdost nepřipouští, aby řekl ano, když už jednou řekl ne. Začneme tedy s tím, v čem by mohl souhlasit. To je tak zvaná metoda sokratovská.

Sokrates byl vleččems divný; chodil třeba bosý, anebo mu vytýkali, když mu bylo 40, že si vzal 18letou dívku za ženu; ale on první naučil lidi, jak získávají souhlas i v tom, v čem nesouhlasili. Kladl vždy takové otázky, že na ně ten druhý musel odpověděti: ano, tak to je. A pak přecházel pomalu otázkami od toho, v čem s ním někdo souhlasil, až nemohl než souhlasit i v tom, o čem předtím byl jiného mínění.

Carnegie dává také zvláštní pokyny pro manžely, jak si udržet dobrý poměr navzájem a dobrou náladu. Práví:

Nedobírejte si jeden druhého!

Nechtěj, aby přestal být svým!

Nekritisuj!

Neskrbli šlechetným uznáním!

Pamatuj na drobné pozornosti!

Buď vždy zdvořilým!

Prostuduj dobrou knihu o pohlavním životě!

Často slyšíme: „Jak najdeme muže nebo ženu, všestranně dokonalé, již by byli hodni naší lásky? Jak najdu nehřešícího přítele, který si zaslouží mé důvěry? Jaké jsou dokonalé zákony, jež by provždy zajistily štěstí mé země?“ — Žádný mudrlec nemůže odpověděti těm, kteří takto formulují problémy života. V čem je chyba otázek?

Snad bylo by správnější se takto ptát: „Kde najdu člověka tak nedokonalého jako jsem já, s nímž bychom vzájemnými silami vybudovali útočiště proti nelásce a sobectví? Které jsou nezbytné ctnosti, jež přes nedokonalost státních soustav dovolují národům žít? Jakému dílu mohu zasvětit své síly a svůj čas a svou lásku? Konečně, jakého štěstí jsem schopen a jakou láskou je mohu vytvořit?“

Tady máme příčinu mnohých rozvratů, jak v manželství tak i v životě společenském. Vzali se dva mladí lidé a před svatbou viděli jeden v druhém anděla, něco nejvyššího svátečního, samá ctnost a žádná chyba. Denním soužitím v existenčním boji a v prostředí lidí nepřejných a pomlouvačných začne jeden na druhém vidět chyby. A jestli si každý z nich nepředsevzal, že chce toho druhého mít rád a za ním stát přes všechny jeho chyby a slabůstky, a jestli k tomu ještě nesnaží se denně spíše objevovat nové krásné vlastnosti, uslechtilé pohnutky, upřímnost v citění, nastává zevšednění, odcizení, katastrofa.

I takoví manželé, kteří se vzali z velké lásky a mají nejlepší snahu si navzájem sloužit a odpouštět, musí denně svoji lásku znovu budovat, pěstovat a šlechtit. A potom bude jejich láska čím dál tím větší, přes všechny chyby a nedostatky. — Běda však, jestli se nevezali z lásky a ještě nedbali, aby ji budili a pěstili. U takových to může přijít až tak daleko, že jeden druhého se začne štítit a nechá v srdci vyrůst proti němu kořen hořkosti.

Ať jsou to manželé, ať kdokoli jiný, každý ožije láskou a láska je nejlepším základem dobré nálady.

Hněv doslova otravuje krev a celé tělo, kdežto láska je oživujícím ozonem a kdo ji nedýchá, hyne na duševní

souchotě. Láska je určitým postojem k lidem ve smyslu porozumění, uznání, soucítění, pomáhání a přehlížení nedostatků a chyb bližního.

Lidé v maloměstském a primitivním prostředí bývají příliš vystaveni vlivům sugescí a fantazie, takže málo koho vidí a ocení, čím je, ale na každého se dívají brýlemi sousedských klepů nebo politických vášní anebo módních sugescí. Člověk stoupá v jejich očích počtem mil, jak je vzdálen od jejich obce. Čím je cizejší, tím má větší váhu a jestli v něčem vyniká, tím víc. Je dosti známo, že celá řada našich lidí teprve skrze cizinu získala doma uznání. A také je podrželi, jestli dost brzo zase odešli.

Chceme-li, aby naše láska k někomu potrvala, je dobré, když hned od začátku počítáme s tím, že má chyby a když jsme ochotni mít člověka rádi i s jeho chybami. V knize André Mauroise „O lásce a štěstí“ čteme tuto stať:

„Chcete znáti tajemství štěstí? Podivná vyhláška v „Times“ položila před několika měsíci tuto otázku. Ti, kdož odpovíděli, obdrželi obálku, která obsahovala verše sv. Matouše z Písma svatého: „Žádejte a bude vám dáno, hledejte a naleznete; klepejte a bude vám otevřeno. Neboť kdokoli žádá, dostává a ten, kdo hledá, nalezne a bude otevřeno tomu, kdo klepá.“ To je skutečné tajemství štěstí; stačí vyjádřit tuto myšlenku i tímto způsobem: na dně Pandoriny skříňky po vyprchání všeho zla zbývá Naděje. Ten kdo hledá lásku, najde ji; ten, kdo se bezvýhradně oddá přátelství, bude mít přátele; kdo bude ze všech sil chtít najít štěstí, bude mu dáno.

Tolik je věcí, které i ten nejchudší může mít rád a každá mu může být zdrojem radosti. A čím mladší začne rozšiřo-

vat obzory své lásky, tím bohatší bude jeho život každým rokem. Jak vděčná je příroda, když ji máme rádi! Každá květinka vás mile pozdraví, každý potůček vám něco krásného pošeptá, každý paprsek sluneční bude vás líbat na čelo!

Jak vděčný jsou děti za lásku! Máme-li děti rádi a usmějeme se na dítě, ono nám úsměvem odpoví a jeho oči zanechají v našich očích požehnání. Jak bývá potěšen člověk sklíčený, jestli se vám podařilo slovem lásky ho trochu vzkřísit a trochu nové naděje do jeho duše vnést! Za člověkem, který má rád, který vidí dobro a krásu a cítí tlukoucí srdce i tam, kde povrch odpuzuje, za člověkem, který je vysílací stanicí lásky, jako by se táhl světlý pruh, ve kterém každému, kdo tudy jde, se lépe dýchá a cítí se blíž samému Bohu.

NÁLADA A ÚNAVA

Zásoby nedotčené energie. - William James a Boris Sidis o nevyužitých silách. - Pravá a falešná únava. - Jak vzniká únava. - Chemické příčiny. - O načínání nových zásob energie. - Únava jako pojistný ventil. - Příklady z války. - Vliv duševních příčin na pocit únavy. - Příklady z praxe. - Bůh není v únavě, ale v síle.

K vědomému tvoření dobré nálady velice přispívá vědomí, jakými silami můžeme disponovat. Únava se těžko snáší s dobrou náladou; bude proto s užitkem, když pocity únavy trochu rozebereme a uvědomíme si, s jakými zásobami sil můžeme počítat.

Lidské tělo není tak ubohé, jak bychom podle nářků lidí mohli usoudit. Každá z milionů buněk v lidském těle je zásobárnou energie a zřídka vydá všechny svoje zásoby. Jejím heslem je: Mítí velké zásoby pro případ nouze a nebezpečství.

Možno říci bez přehánění, že většina lidí za celý život polovinu své životní energie nechává nedotčenu a umírá s ní. Naše slabosti vznikají zpravidla z nevědomosti o síle a jejích skrytých zásobách. K objevení těchto skrytých sil vydatně přispěl vynikající psycholog prof. William James svojí knihou o životních rezervách či zásobách. Mluví o „vrstvách energie“ a dokládá, jak po vyčerpání jedné vrstvy dostavuje se únava, ale když tato únava se vystupňovala a překročila jistý bod, že úplně mizí a nová vrstva energie bývá načata. A tak že je možno objeviti několik