

První kniha ze série Život na Zemi

ŽÍT S RADOSTÍ

Klíče k osobní síle a duchovní
transformaci

Sanaya Roman
kanál pro Orina

Štastní  lidé
vydavatelé

Praha
2005

Naším čtenářům

Věříme, že když lidé na Zemi více otevřou svá srdce, rozpomenou se na svou duši a budou dál upřímně hledat nové cesty spolupráce, naše krásná planeta rozkvetne duchem míru, radosti a jednoty všeho života. Knihami, které vydáváme, chceme podpořit vás všechny, kteří jste se rozhodli být tím, kým opravdu jste.

Šťastní lidé

Úvod

Mnoho významných umělců, spisovatelů, podnikatelů, sportovců a hudebníků – mužů i žen – se nechalo slyšet, že svá nejlepší díla, nápady a inspirace „dostali“ ze zdroje přesahujícího jejich běžnou realitu. Vědce často napadají převratné myšlenky a vhledy nikoliv za pracovním stolem, při studiu rovnic, ale ve chvílích klidu a uvolnění, na procházce u řeky, ve sprše, při denní zasnění se a podobně.

Knihu *Žít s radostí* jsem dostávala ve stavu míru a rozšířeného vědomí ze zdroje moudrosti, kterému říká Orin. Informace v ní obsažené jsem získávala po řadu měsíců v průběhu mnoha meditačních sezení. Můj vnitřní mír se podobal běhu mnoha meditačních sezení. Můj vnitřní mír se podobal stavům, které zažíváme všichni v okamžicích spojení se svým vyšším já – při pohledu na překrásný západ slunce, možná při modlitbě nebo s malým děťátkem v náručí. Všichni známe ze svého života chvíle, kdy jsem z čista jasna, zejména v nějaké krizi, přišli na odpovědi nebo řešení, která jsme do té doby vůbec neviděli. Každý z nás prošel situacemi, kdy jsme najednou udělali něco, co přesahovalo naši běžnou moudrost, sílu nebo odvalu. Někteří říkají těmto chvílím inspirace channeling, jiní prorocký dar a jiní spojení s Univerzální myslí. Já nazývám svůj zdroj duchovního vedení Orin. Vnímám jej jako milujícího, moudrého a jemného mistra a učitele, vždy pozitivního a soucítícího.

Spolu s Orinem vás chceme povzbudit, abyste si tuto knihu přečetli pro moudrost, kterou obsahuje, a ne pro cokoliv, co se říká a o jejím zdroji. Najděte si v ní to, co rezonuje s vaší vnitřní pravdou. Mou službou bylo zůstat při psaní co nejprůzračnější, aby skrze mne mohla tato moudrost proudit čistě, nezkreslená mými přesvědčeními a aby informace nebyly zabarvené mými vlastními myšlenkami.

Tato kniha vás může podpořit při osvobození vašeho srdce a využívání širšího potenciálu lidské bytosti, na který máte životní právo. Je určena vám, kdo si vážíte nových myšlenek podle toho, nakolik vám pomáhají vnášet světlo do vašeho každodenního života. **Pokud se chcete dozvědět víc o Orinovi nebo o mých začátcích s channelingem, přečtěte si kapitulu „První setkání s Orinem“ a Zdraví vás Orion“, které najdete na následujících stranách. Chcete-li se rovnou pustit do lekcí, začněte kapitolou „Můžete žít s radostí“.**

Touto knihou vás zvu, abyste se pozvedli na duchu a spolu se mnou si zvolili radost, uvolnili ze svého života boj a otevřeli se svému potenciálu osobní síly a duchovní transformace.

1 První setkání Orinem

Lidé se mě ptají, jestli jsem vždycky věděla o svých jasnovidných schopnostech. Vzpomínám si, že své první zážitky tohoto druhu jsem měla už v době dospívání a kolem svého dvacátého roku. Zpočátku jsem nevěděla, jak své intuitivní vhledy a vyšší stavy vědomí

využívat nebo směřovat. Některé z těchto zážitků mě až vylekaly, jako když jsem řídila z Portlandu do Eugene celých 120 mil ve změněném stavu vědomí. Bylo mi tenkrát osmnáct a jela jsem na Oregonskou univerzitu, kde jsem měla zahájit studium. Celou cestu jsem vnímala pocity a myšlenky lidí v okolo projíždějících autech. Ještě překvapivější však bylo, že když jsem dojela do Eugene, byla nádrž mého auto (která měla být už téměř prázdná) úplně plná.

S alternativními realitami jsem se poprvé setkala ve vědeckofantastických knížkách, které jsem dychtivě hltala jako středoškolská studentka v Oregonu. Vzpomínám si, že jsem četla každou knihu, která se mi dostala do ruky a pojednávala o čase, prostoru a pravděpodobných realitách. Nejvíce mne zajímaly knihy zkoumající vyšší úroveň společenského soužití, jako například kniha Thea Alexandra „2150“. Snila jsem o tom, že mám zvláštní stroj – stroj času a prostoru – který mi umožňuje navštěvovat jiné planety a formy života, pohybovat se v čase a objevovat pravděpodobné reality, v nichž lidstvo hledá nové způsoby své existence. Nejčastěji jsem ale chtěla zkoumat vnitřní roviny své bytosti a cestovat spíše do jiných realit bytí než do jiných zemí. Jedno z největších potěšení, které mi přinesl channeling mého duchovního průvodce, bylo zjištění, že mám ten stroj svých snů – že je jím má vlastní mysl a spojení s vyšším zdrojem světla (Orinem), díky nimž mohu podnikat tyto nejrůznější cesty.

Svou první opravdovou zkušenost s channelingem mám živé paměti. Bylo mi tehdy sedmnáct. Hrála jsem několik hodin na piano a byla jsem vnitřně velice klidná. Lehla jsem si pod okna a pozorovala hvězdy. Nejednou jsem měla pocit, jako by ke mně uvnitř mé hlavy někdo promluvil. Některý hlas mi začal vyprávět o Zemi, o jejím budoucím přerodu a změnách, ke kterým dojde, a říkal, že není se čeho bát. Řekl mi, že se do roku přestěhujeme z Oregonu do Kalifornie, kde se usídlim, ačkoliv naše rodina se vrátí zpátky. Za mého dětství jsme se mnohokrát stěhovali – žili jsme v Kansasu, Michiganu, Kalifornii, Missouri a Oregonu – a tak jsem neměla nejmenší chuť se znovu stěhovat a zprávu jsem odmítla. Nezapsala jsem si, co všechno hlas řekl, přestože ke mně mluvil dost dlouho. Šest měsíců nato si ale otec nečekaně otevřel firmu v San Francisku a vzal tam s sebou celou rodinu. Tenkrát jsem začínala studovat na univerzitě v Oregonu, a byla jsem si proto jistá, že s nimi do Kalifornie nepojedu. Nicméně o rok později se Oregonská univerzita rozhodla udělit mi stipendium mimo stát, takže jsem nakonec přece přešla na Kalifornskou univerzitu v Berkley a opravdu se přestěhovala do Sanfranciského zálivu. Rodiče se po osmi letech vrátili zpět do Portlandu, já v Kalifornii zůstala.

Když mi bylo asi šestadvacet, velmi jsem se spřátelila se ženou jménem Evelyn Taylorová. Jednoho dne se objevila s destičkou *ouija* a prohlásila, že ví, že spolu můžeme zprostředkovávat setkání s duchovním průvodcem. (Jako dítě jsem si touto destičkou hrála u pratety v Kansasu a získávala tak spoustu informací. Vzpomínám si, že jsem tenkrát tak trochu podváděla, protože mi zprávy přicházely dřív do mysli než do prstů). Jiná má přítelkyně, Cindy Flahertyová, četla v té době první Sethovy knihy, Seth přichází a Seth hovoří. Celé hodiny jsme o těchto knihách vzrušeně diskutovaly.

Strávily jsme s Cindy a Eve nad destičkou *ouija* spoustu večerů. Zprávy nám přicházely hned od začátku. Setkávaly jsme se třikrát i víckrát týdně a nezděka se k nám připojili další přátelé. Od samého začátku bylo jasné, že zprávy přicházejí skrze mne. Cindy a Eve se tedy střídaly, jedna pracovala se mnou, zatímco druhá písmenko za písmenkem zapisovala přicházející informace. Za první rok jsme nashromáždily více než dvě stě stran poznámek.

Chtěly jsme, aby se s námi spojil nejvyšší možný duchovní průvodce a učitel. Krátce nato se objevil Orin.

Bylo to 9. října 1977.

„Kdo je tam?“, ptaly jsme se, když nám došlo, že se na destičce projevila nějaká jiná entita.

Orin.

„Jaký je Tvůj status?“

Především jsem Mistr Světla, alespoň dosud. Dostaly jste se dost daleko, abyste mne už mohly přijímat. Zprávy k vám procházejí čistě. Nastal čas, abyste postoupily dál a začaly se učit. Začnu vás vést. Každodenní meditace jsou nezbytné, ráno a večer.

Několik měsíců nato jsem ucítila silné vnitřní nutkání vyslovovat zprávy, které jsem dosud přijímala jen na destičku *ouija*, nahlas. Nevěděla jsem však, jak začít. Za každým vysloveným slovem jsem sice vnímala celé pole dalších myšlenek, ale neměla jsem dost sebevědomí, abych začala plynule mluvit. Bála jsem se, že to nedokážu.

Události, ke kterým pak došlo, mi však samy pomohly. Vracela jsem se jednou domů po čtyřproudé dálnici ve svém Volkswagenu Brouk, když těsně přede mnou vjelo nečekaně auto z vedlejšího pruhu, a já musela prudce brzdit. V té chvíli se zablokovala kola a mé auto se dostalo do nekontrolovatelného smyku. Mířila jsem do svodidel a hrozil mi pád ze srázu. V tom se stalo něco zvláštního, pocit, který se dá jen těžko popsat. Bylo to, jako bych se rozprostřela v prostoru a čase, schopná nahlédnout do budoucnosti a zkontrolovat tam, že žiji. Současně jsem si byla vědoma všech ostatních řidičů na silnici a vnímala nás jako jeden, vzájemně propojený celek, který si všichni uvědomují a pomáhají mi na hmotné i energetické úrovni. Vtom se auto začalo převracet přes střechu a já uviděla sebe sama, jak existuji v jiných dimenzích, jako by se otevřely dveře do jiných realit. Nakonec auto dopadlo na všechny čtyři kola a kromě značných pohmožděnin se mi nic nestalo. Podívala jsem se na dálnici a uviděla, že všechna auta zastavila – což odpovídalo mé vizi, kde jsme všichni spolupracovali. Celý den jsem se pak cítila zvláště a večer, když jsme se sešli k práci nad destičkou *ouija*, jsem věděla, že začnu s channellingem.

Odložila jsem destičku a já se posadila na křeslo, oči zavřené. Začala jsem. Všichni nehnutě čekali, co se bude dít. Zpráva, kterou jsem přijala, zněla zpočátku jako ze zrychleného magnetofonu – myšlenky proletěly mým vědomím dřív, než jsem je stačila vyslovit. Požádala jsem tedy o zpomalení a slova začala přicházet naopak tak pomalu, že má mysl těkala a já ztrácela spojení. Nakonec však přese mne přece jen prošla souvislá a smysluplná zpráva, a tak jsme ten večer slavili vzrušující úspěch. Mluvila jsem svým vlastním hlasem, protože jsem se bála, že budu vypadat před přáteli směšně – jinak, než mne znají. Potlačovala jsem proto tón hlasu i gesta, která – jak jsem věděla – patřila Danovi, bytosti, která skrze mne promluvila. Orin nám později vysvětlil, že Dan jej bude zastupovat, dokud nebudu schopná pracovat s Orinovými silnými vibracemi a myšlenkovými impulzy.

Channeling vyžadoval obrovské soustředění. Bylo to jako ladit rádiovou stanici, kterou uslyšíte, jen když na ní dokážete vytrvale a bez zakolísání udržet svou pozornost. Za nějaký čas jsem byla schopná vnímat vedle Danových také své vlastní myšlenky. Mohla jsem se ho v mysli na něco zeptat a poslouchat odpověď, i když přese mne zároveň někomu něco vysvětloval.

Příští tři roky jsem strávila poskytováním spousty, spousty sezení s lidmi, kteří si přicházeli pro radu a podporu. Dnes si uvědomuji, že to pro mne byla doba procvičování, procvičování a procvičování. Všechny zprávy, které přese mne procházely, byly ohromně láskyplné a přicházely od Dana. Orin se objevoval jen prostřednictvím destičky *ouija*, protože bylo jasné, že když se snažím nechat ho projít přímo skrze sebe, začnu téměř ztrácet vědomí. Měla jsem dojem, jako bych se prodlužovala odshora dolů, jako mořská houba, větší než místnost, přesto však uzavřená v ohraničeném energetickém poli. Měl jsem svíravé pocity v hrudi a zároveň jsem vnímala obrovskou sílu a lásku. Začala jsem jinak vnímat světlo a barvy. Tyto mé vnitřní vjemy mě natolik zahlcovaly, že jsem se raději přestala pokoušet nechat Orina mluvit přímo prostřednictvím mého hlasu. Jeho zpráva, kterou jsme tenkrát přijali, zněla:

Dávám světlo, lásku a respekt všem, kdo přijdou, stejně jako informace. Jsem opravdu plný energie a jsem Danův instruktor a průvodce. Přijímá ode mne tak, jako vy přijímáte od něj. Máme spoustu energie na jiné frekvenci než Dan, a má bytost je obdařená velkou silou. Posílám vám energii prostřednictvím bytosti Dana a ten mou energii upravuje na úroveň, kterou dokážete zvládnout. Představte si své tělo například jako elektrický drát, který zvládne jen 20 wattů – a já mám víc než 50!

V létě 1981 jsem najednou dostala chuť koupit si velmi dobrý magnetofon. Udělala jsem to a utíkala domů, abych ho hned vyzkoušela. Pamatuji si, že jsem seděla v křesle, mikrofony připravené, v magnetofonu založenou čistou pásku. Pak už si jen vzpomínám, jak jsem se probírala z velmi hlubokého, jakoby snového stavu transu a zjistila, že jsem nahrála kazetu. Vzrušeně jsem si ji přehrála a hned mi došlo, že přese mne poprvé promluvil Orin. Na kazetě byla vedená meditace, která uvolňovala mé tělo a promlouvala přímo k mému podvědomí, abych si otevřela k Orinovi vnitřní kanál. Poslouchala jsem ji každý den. Orin navrhoval, abych procvičovala channeling pozvolna, dokud si nenajdu správný rytmus. Učil mne dýchat a navrhl mi, abych začala s aerobním cvičením a častěji chodila do přírody. Mohla jsem s Orinem spolupracovat i bez všech těch tělesných cvičení, ke kterým mě povzbuzoval, ale nechtěl, aby jeho vyšší vibrace a frekvence předčasně opotřebovaly mé tělo.

Jak jsem prostřednictvím channelingu nahrávala různé kazety, začala jsem Orina poznávat. Byla jsem schopná udržet jeho energii 20 až 30 minut – po dobu trvání meditace. Požádala jsem ho, aby mi namluvil vedené meditace na nejrůznější témata, která mě napadala. Pokaždé, když jsem cokoli potřebovala – více síly, vnitřní mír, udělat si jasno, dosáhnout cíle, zbavit se bolesti nebo strachu – požádala jsem o nahrávku. Orin mi řekl, že nejrychlejší a nejúčinnější cesta, jak cokoliv změnit, je pracovat přímo s podvědomím: zasadit do něj nové myšlenky a uvolnit staré. Meditace na kazetách vkládaly do mého podvědomí nové, vyšší myšlenky, což pak přirozeně vedlo ke změnám, o které jsem usilovala. Nahrávala jsem takto spoustu kazet. Přátelé mne začali žádat o jejich kopie, protože chtěli také projít podobnými pozitivními proměnami, jakými jsem procházela já.

Jakmile jsem byla schopná verbálně kanálovat Orina, začal Dan pomalu ustupovat, až se s námi jednoho dne rozloučil úplně. Vysvětlil, že jsem se přeladila na Orinovy vibrace, a proto je pro něj velmi obtížné se se mnou nadále spojovat. Řekl, že jeho poslání je tím u konce. Od té chvíle se Orin stal mým průvodcem, radil lidem, učil je a pomáhal i v mém duchovním růstu.

Orina jsem zažívala jako velmi moudrou, milující bytost. Někdy mluvil přímo ke mně – buď skrze můj hlas, nebo mé myslí – a velmi mi pomáhal v mnoha směrech. Jeho pohled na svět byl bezpochyby jiný než můj. Nikoho k ničemu nenutil; nemusela jsem se dívat na svět jeho očima. Když jsem se však dívala na věci z jeho moudřejšího, soucitnějšího pohledu a mnohem láskyplnější perspektivy, vše mi šlo líp a lépe jsem se cítila. Začala jsem sledovat lidi a události a uvažovala jsem, jak by je asi vkládal Orin. Měla jsem čím dál lepší pocit ze života a stále častěji jsem prožívala vnitřní mír a radost. Orin směřoval mé vědomí do vyšších rovin, z nichž jsem mohla účinněji ovlivňovat svůj vnitřní i vnější svět a oba tyto světy propojovat v zájmu svého vyššího poslání, směru a pocitu životní pohody.

V dubnu roku 183 mi Orin poprvé řekl o knize, kterou chce vytvořit:

Rozvíjím na Zemi určitou filozofii a pomáhám tu zasévat nové masové myšlenkové formy, které budou lidem pomáhat najít svou sílu, probudit své srdce a vytvářet si v životě více štěstí a míru. Chci podpořit všechny, kdo jsou připraveni přijmout své vyšší dobro a žít své vyšší poslání. Budeme lidem pomáhat pochopit svou mysl a emoce a rozvíjet se do vyššího vědomí. Chci pomáhat lidem objevovat, že mohou tvořit mír a radost a uvěřit v sebe jako v milující bytost.

Orinova sezení se vždycky nesla v duchu této filozofie. K lidem, kteří jej žádají o radu, je vždycky láskyplný; ukazuje jim nový, širší pohled na jejich život a poslání. Upozorňuje je na myšlenky, které si vzájemně odporují a způsobující jim bolest a nepokoj, a dává jim praktická, stimulující cvičení, která jim pomáhají tvořit si nová přesvědčení. Vždycky lidi nabádá, aby rozlišovali a vybírali si jen ty informace, které jim vyhovují a odpoutali se od těch, jež odporují jejich vlastní zkušenosti. Nikdy neříká lidem, co mají dělat, ale když se ho na to ptají, ukáže jim jejich možnosti volby. Pomáhá jim objevit, co je pro ně v životě důležité, aby jejich rozhodnutí odrážela jejich duší, a ne osobnost.

Orin si je vědom každé duše, která se s ním, spojuje prostřednictvím jeho slov, ať mluvených, nebo psaných. Jeho světlo je vždy k dispozici těm, kdo se s ním spojují a udržují v mysli myšlenku na světlo a lásku, kterou Orin je. V jeho slovech zní rozpoznání toho, kdo jste – bytosti světla a dokonalosti, které prožívají pozemský svět, vyvíjejí se a rostou a učí se projevat světlo své duše ve světě forem a hmoty.

Orin hned zpočátku vysvětlil, že přichází, aby pomáhal léčit léčitele a učit učitele. Svolává k sobě lidi, kteří se chtějí mezi prvními zapojit do nového dění, do dění, jež otevře více lidí jejich vyššímu já.

Tato kniha je tedy Orinův dar.

Sanaya Roman

2 Zdraví vás Orin

Zdravím vás, kteří jste tady, abyste poznávali vyšší roviny vědění. Jakmile si tyto roviny osvojíte, budete mnohem snadněji zvládat svůj každodenní život a vaší výzvou pak bude dosahovat dokonce ještě vyšších úrovní a zůstat v nich. Zatím budete v těchto rovinách vědění pouze hosty, kteří se později stanou jejich stálými obyvateli. Povedu vás do nich všechny, abyste mohli předávat dál informace, protože vy, kteří jste dnes studenty, se časem stanete učiteli a budete mít své vlastní žáky. Čím moudřejší a soucitnější budete, tím více lidí si k vám bude chodit pro radu a podporu. Mluvím k vám, abych vám pomohl dosáhnout nového, rozšířenějšího stavu vědomí a bytí, která vám umožní být mezi vůdci nového věku. Vždycky jsou totiž lidé, kteří jdou vpřed – průzkumníci a průkopníci, lidé, kteří mají odvahu jít jako první.

Nabízím vám všem výzvu vstoupit jako první do nových úrovní vědomí a uvědomování si. Až si totiž tuto moudrost přečtete a sžijete se s ní, bude se vám zdát, jako byste to vše věděli odjakživa. Cokoliv se naučíte, budete jednou možná předávat ostatním, tak jako to můžete použít pro své vlastní chápání nebo jako vedení na své cestě. Svolávám vás všechny, kdo jste přišli do pozemské roviny jako učitelé a léčitelé; všechny, kdo si přejete opustit mezi prvními všeobecně rozšířené myšlení; všechny, kdo jste připraveni překročit realitu, kterou znáte, a vstoupit do jiných realit světla a lásky.

Chci vás podpořit ve vašem objevování své duše a jejích širšího vědomí a pomoci vám objevit radost, která vás čeká, až se budete dívat očima své duše. Radost je vnitřní přístup; je to přítomnost lásky – k sobě a k ostatním. Pramení z pocitu vnitřního míru, umění dávat a přijímat a z úcty k sobě i k ostatním. Je to stav vděčnosti a soucítění, pocit spojení s vaším vyšším já.

S touto knihou se můžete učit vytvářet si prostředí plné lásky a podpory, v němž se může rozvíjet váš duch. Chci vám pomoci najít vaši vlastní cestu a vyšší poslání a ukázat vám, jak se jim otevřít. Tato kniha má za cíl podpořit vás, abyste uviděli, kdo opravdu jste, a ukázat vám, jak nastoupit cestu radosti a světla. Rady a pomůcky, které v ní najdete, vám umožní žít snadným životem – a když říkám snadným, musím se s láskou pousmát. Situace,

kteří dnes pokládáte za složité, totiž brzo hravě zvládnete a přijdou vám nové výzvy a příležitosti, které budou úžasné. Máte v rukou kurz zkoumání svého vyššího já.

Už dnes prožíváte mnoho různých stavů vědomí, ale nevěnujete tomu pozornost. Můžete se učit uvědomovat si vyšší úroveň informací a vědomí tím, že se na ně budete soustředit. Můžete prožívat vědění a opravdovou moudrost. Budu vám asistovat při zkoumání a rozvíjení vaší schopnosti naslouchat vnitřnímu vedení přicházejícímu od vaší duše. Naučíte se napojit se na jakoukoliv informaci, která je ve Vesmíru k dispozici a může vám nějak pomoci. Každý z vás, koho láká tato kniha, může být kanálem pro lásku a léčivou energii. Každý z vás jste na cestě planetární služby a urychleného osobního vývoje. Projevujete to mnoha různými způsoby – léčíte rukama, dělíte se o své poznání písmem nebo slovem, bavíte druhé nebo šíříte světlo a lásku pro lidi kolem.

Existuje mnoho realit a já bych vás chtěl vést do některých z těch vyšších a jemnějších realit lásky, radosti a moudrosti. Prosím vás, abyste se při čtení těchto stránek vydali se svou myslí dál a vytvořili v ní prostor pro nové myšlenky, které zatím nemusí být přijímány širokou veřejností. Lidské vědomí se vyvíjí; těchto nových rovin lásky bude dosahovat stále více lidí. Tyto koncepce budou ode dneška za sto let normou.

Zaséváte ve světě nové myšlenkové formy.

Mé pozvání patří všem, kdo jsou ochotni stát se součástí přicházejících změn. Mnoho mně podobných vás svolává dohromady. Představte si, že patříte k větší skupině, která se schází, aby zkoumala vědomí a zasévala ve Vesmíru nové ideje, které přicházejí. Těmito idejemi je víra, že Vesmír je přátelský, plný hojnosti a že *můžete žít* svůj život ve stavu radosti a lásky. Budete-li přidávat své vyšší myšlenky do „všeobecné atmosféry“, spoluvytváříte tím ideje, které pomáhají také ostatním více milovat sebe sama.

Zvu vás, kdo jdete cestou světla a radost, abyste se při čtení těchto stránek spojili s mou esencí a vnímali komunitu všech, kdo sdílejí toto vědění. Skupina udržující ve své spokojené mysli určité myšlenkové formy může dokázat mnohé. Kdykoli nějaká skupina lidí udržuje a praktikuje určité myšlenky nebo víru – přičemž naším zaměřením je láska, duchovní růst a vyšší poslání – mnohonásobně posílí schopnost každého vytvořit si totéž ve svém vlastním životě a zpřístupní tyto myšlenky také všem ostatním, kteří chtějí jít výš.

Vaše země a celý svět už prochází transformací. V příštích dvaceti letech se velmi změní masové myšlenkové formy. Můžete pomoci zasévat přicházející nové myšlenky. Můžete v sobě udržovat víze velikosti, vesmírných zájmů a pomáhání Zemi jako takové. Abyste mohli využít novou energii a přicházející změny, budete potřebovat rozvinout duchovní kvality, jakými jsou mír, jas, láska a radost. Nemluvím o žádných blížících se katastrofách, protože nic takového nevidím. Mluvím o potřebě přinést na vaši planetu mír tím, že jej vnesete do svého vlastního života. Máte příležitost využít energii i současnou atmosféru přeměny a nechat se jí vynést do vyššího vědomí.

Je mnoho moudrých učitelů a všichni vám přinášíme stejné poselství vesmírné lásky, míru a jednoty. Mluvíme různými „jazyky“, používáme slova, která nejlépe osloví skupinu, se kterou jsme. Děje se tak na mnoha místech. Pravděpodobně jste už pocítili sounáležitost se všemi, kdo se soustředí na rozšiřování svého vědomí a osobní růst. Možná že se budete pohybovat ve dvou světech; ve světě těch, kdo nanic takového věří, a těch, kdo věří. Možná zjistíte, že vaše vztahy vedou do několika různých světů, protože tyto informace nemají být zasety jen někde. Hledám lidi, kteří „opylují“ celý svět, kteří jsou ochotni patřit k více než jen ke své skupině podobně smýšlejících. Čím více oblastí dokážeme obsáhnout, tím větším přínosem budete pro celou planetu vy i vaše myšlenky.

Můžete objevit mnoho cest, jak překonat boj o moc a pozvednout své vztahy do srdce a do duše; jak se vzájemně spojovat v daleko větší lásce. Budete objevovat nejrůznější radostné

cesty, jak se sbližovat s přáteli a jinými lidmi a navazovat ve svém životě vztahy přinášející radost a vnitřní mír. Vy, kdo čtete tyto řádky, jdete cestou spojování se druhými srdcem, a ne z centra síly. Vše, co se naučíte, můžete předávat dál a sdílet. Na planetě nastal čas pro nové myšlenkové formy, pro nové cesty spojování a soužití – cesty vytvářející mír, a nikoli disharmonii.

Kdo jsem?

Mnoho z vás se zajímá o to, kdo jsou duchovní průvodci. Kdo jsem? Jaké máme poslání? Já, Orin, jsem duchovní učitel. Mohu existovat i v jiných systémech reality, než je ten váš, vycházející z vašich vědeckých principů a zákonů. Prožil jsem život na této planetě, abych se lépe seznámil s prožíváním fyzické reality.

Cestuji do mnoha systémů. Ve vašem světě byste mne mohli nazvat průzkumníkem, reportérem, učitelem, a průvodcem, ale to je stále jen část toho, kdo jsem. Spojuji se s mnoha rovinami realit, neboť na meziplanetární úrovni právě dochází ve všech říších k obrovskému růstu a evoluci. Ve světě, do nichž cestuji, se urychluje vývoj. Všem, kdo o ta žádají, se dostává pomoc na všech úrovních. Právě teď existuji v duchu a prostřednictvím přenosu svých myšlenkových impulzů mluvím k duchu té, které říkáte Sanaya.

Jsem Bytost Světla.

Pomáhám vám, kdo jdete na Zemi cestou světla a radosti, kdo jste ochotni sloužit planetě a zajímáte se o osobní růst a evoluci. Nabízím vám vedení a podporu jak ve vašem osobním životě, tak na vaší cestě služby světu.

Vysílám duchovní učení do pozemské roviny a do mnoha jiných realit. Cestuji do různých částí Vesmíru, abych zjistil, co se děje, a pomohl soustředit a směřovat vedení do těch oblastí, které z něj mohou získat nejvíce. V poznaných vesmírech působí určité pravdy; jsem tady, abych tyto principy a praktiky učil. Pochopení a praktikování těchto pravd vždycky rozšiřuje vědomí a vede k růstu.

Zvu vaši duši, aby se ke mně připojila v našem zkoumání vašeho širšího potenciálu. Má podstata spočívá v těchto myšlenkách a pomůže vám otevřít se vašemu hlubšímu, moudřejšímu já. Budete mít pocit, že se stáváte někým, kým jste se někde uvnitř vždycky cítili být. Mnozí z vás jste cítili, že se lišíte od svého okolí; jako byste věděli, že máte nějaké poslání, něco specifického, co máte ve svém životě vykonat. Doufám, že vám pomohu toto poslání a smysl vašeho života objevit.

Zvu vás, abyste se mnou cestovali do realit světla a lásky, z nich pocházíte.

Mnoho z vás – krásných duší světla – jste uvízli v hustších pozemských energiích. Pomocí nabízených koncepcí se pokusím vyvést vás zpět, do jemnějších rovin, po kterých tak přirozeně toužíte. Dopřejte si vstřebávat energii za slovy, protože text je popsán takovým způsobem, že slova i energie, kterou s nimi posílám, otevírají vaše srdce.

Velikou lásku, soucítění a vedení můžete mít skrze nás, Bytosti Světla.

Nejsem vám vzdálený. Má láska, mé vibrace proniknout ke každému, kdo o to žádá. Dřív, než můžete cokoliv dostat, však musíte požádat, protože my nemůžeme pomáhat lidem, kteří si pomoc nežadají.

Tímto se začíná náš kurz. To, o čem mluvím, je jen zlomek dění, které vás všechny čeká. Doufám, že mohu nějakým způsobem vnést radost do transformace příštích let, neboť všichni procházíte velice významnou proměnou. Chci vás povzbudit, abyste do svého srdce přijali je ty myšlenky a návrhy, které zní pravdivě nejhlubší částí vaší bytosti, a nechali být

všechny ostatní, které vám tak nezní. Jsem tady jako asistent, jako duchovní učitel, abych vám napomohl ve vaší vlastní osobní transformaci. Vítám vás v radostnější, láskyplnější a míruplnější vizi sebe sama – vizi toho, kdo jste.

3 Můžete žít s radostí

Budu mluvit o radosti, soucítění a vyšším poslání, protože mnozí z vás hledáte mír a pocit vnitřního naplnění. Většina z vás si uvědomuje, že mír vychází z vašeho vnitřního světa a že vnější svět jen symbolicky odráží to, co máte ve svém nitru. Každý vnímáte na své úrovni proces, kterým si tvoříte vše, co prožíváte.

Co je cesta radosti? Můžete si vybrat z mnoha životních cest, stejně jako můžete posloužit mnoha různými způsoby na planetární úrovni. Jsou cesty vůle, cesty zápasu, a také cesty radosti a soucítění.

Radost je vnitřní ton, kterým zníte, když procházíte svým dnem.

Z čeho máte v životě radost? Víte to? Víte, co vám přináší pocit štěstí? Nebo máte přes den tolik práce a povinností, že odkládáte „na někdy příště“ to, co vám dělá dobře? Cesta radosti existuje v přítomnosti, ne v budoucnosti. Žijete s představou, jak *bude* jednou vypadat váš život, až budete šťastní, ale dnes, v tomto okamžiku vám tento pocit pohody schází?

Mnozí z vás trávíte svůj čas činnostmi, které nevyházejí z vaší duše, ale z osobnosti. Možná vás učili, že hodně pracovat znamená zvyšovat svou hodnotu. Existují však dva typy zaneprázdnění. Činnosti, které řídí osobnost, vycházejí často z „mělo by se“ a jejich cílem není podporovat vaše vyšší poslání, zatímco děláte-li věci vycházející z duše, máte vždycky na mysli své vyšší poslání.

Osobnost je často rozptylována smysly, které si co chvíli přitahují její pozornost. Zvonek telefonu, dítě, neustále okolní hlasy, emoce lidí – to vše jsou energie, které během dne zachycují vaši pozornost a mohou vás rušit v naslouchání zpráv z nitra.

Opravdová radost přichází, když jednáte podle svého nitra a poznáte, kdo jste.

Možná máte řadu důvodů, proč zatím nemůžete změnit svůj život. Pokud si nezačnete vytvářet důvody, proč *můžete*, změna zůstane jen u myšlenky na budoucnost a vy nepůjdete cestou radosti. Pro tento svět, do něž jste se rozhodli vstoupit, jste dostali fyzické smysly a emoční tělo. Vaší velkou výzvou je nenechat se rozptylovat vším, co vám vstoupí do cesty, co na vás volá nebo doléhá, a raději si najít své vlastní centrum a přitahovat si k sobě věci spojené s vaší vnitřní bytostí.

Žijeme životem, kdy po vás neustále někdo něco chce, váš den je nabitý, a přitom neděláte to, co byste chtěli? Je ve vaší moci toto drama změnit. Síla k tomu vychází ze soucítění se sebou a z vnitřního pocitu svobody.

Mnozí z vás jste si zařídili život, který je bez radosti, protože věříte, že musíte plnit povinnosti vůči druhým, že potřebujete být potřební, nebo že jste otrokem té či ono situace.

Výzvou na cestě radosti je vytvořit si svobodu.

Každý člověk je svobodný. Vytvořili jste si možná nějakou práci a postavili svůj život na určitých cílech konkrétních forem. Cesta radosti je cesta učení se, jak neuvíznout v detailech těchto forem. Je to učení se, jak nezůstat v pasti svého vlastního stvoření, ale nechat se jím naopak pozvednout výš.

Pokud jste si vytvořili práci, vztah nebo cokoliv, co vám nepřináší radost, podívejte se dovnitř a ptejte se, proč cítíte povinnost zůstat ve vztahu s kýmkoli nebo čímkoli, z čeho nemáte radost. Často je to proto, že nevěříte, že si zasloužíte mít, co chcete. Ve vaší rovině však není žádné „zasloužit si“. Všichni jste byli obdařeni aktivní představivostí a ta je branou ven odkudkoliv, kam jste se dostali. Vaše představivost může být branou ke starostem, pokud ji tak používáte, anebo branou do radosti.

Když si přes den telefonujete s přáteli, necháváte je mluvit dál, ačkoliv byste raději už skončili? Posloucháte jejich příběhy, které vás obírají o energii? Domlouváte si schůzky, i když na to ve skutečnosti nemáte dost času nebo v nich nevidíte žádný vyšší smysl? Abyste našli svou cestu radosti, budete se chtít ptát, proč se cítíte zavázáni lidem nebo formám, které jste stvořili.

Cesta soucítění neznamená, že se vám musí líbit vše, co lidé dělají nebo kým se rozhodnout být. Je to cesta, kdy vidíte lidi pravdivě takové, jací jsou, a uznáváte všechny jejich části. Je to cesta, kdy se díváte na lidi a kladete si otázku, jestli jim můžete nějakým způsobem pomoci, léčit je nebo je zkontaktovat s jejich vyšší vizí. Pokud to nejde a vy s nimi přesto trávíte svůj čas, vyčerpáváte si svou vlastní energii.

Někteří z vás stále dokola někomu pomáháte a cítíte se z toho frustrovaní. Možná to cítíte jako svou povinnost – jako by nebylo jiné cesty než poslouchat jejich strastiplné příběhy – a přejete si, aby se svým životem konečně něco udělali. Když pomáháte lidem, ale oni nerostou, znovu se raději zamyslete, jestli jim opravdu pomáháte nebo jestli jsou schopni přijmout pomoc, kterou jim nabízíte.

Jít cestou radosti předpokládá umět přijímat. Můžete být zahrnuti láskou, mít milující přátele i zdravé a pružné tělo, pokud se pro to rozhodnete. Je toho tolik, zač můžete být vděční a čeho si můžete vážit. Jednou z cest, jak mít víc, je cenit si všeho, co už máte. Všimněte si a važte si těch nejprostších věcí – květin, které míváte, nebo dětského úsměvu, co vás zahřeje u srdce – a uvidíte, že vám Vesmír bude posílat ještě víc.

A vy, kdo si děláte starosti kvůli penězům, nebo hledáte takovou práci, kde byste mohli vydělávat tím, co máte rádi – byli jste někdy ochotní odvážit se a opravdu začít dělat to, co milujete? Jste ochotní důvěřovat Vesmíru, že vám k tomu dá dobrou příležitost? A mohli bychom jít ještě dál: jste připraveni poradit si s penězi, až přijdou? Cítíte, že si je zasloužíte?

Cesta radosti znamená vážit si sebe a pečlivě sledovat, čemu věnujete svůj čas.

Kdyby každý člověk trávil svůj čas pouze tam, kde by dosáhl nejvyššího dobra pro sebe i pro ty, s nimiž se sešel, svět by se změnil během jediného dne. Je důležité trávit čas tím, co podporuje vaše nejvyšší dobro. Mohu vám zaručit, že když něco není pro vaše nejvyšší dobro, nebude to ani pro nejvyšší dobro planety, ani ostatních lidí.

Možná se ptáte, co tady máte dělat, aby vám to přinášelo radost. Každý má něco, co dělá s láskou. Nepotkáváte ani jednoho živého člověka, který by nenašel něco, co dělá rád.

Vaše láska k něčemu je znamením vašeho vyššího já, co máte dělat.

Možná namítnete, že vás baví číst a meditovat, a že „to zcela jistě nemůže být moje cesta, kterou by mi přinesla také peníze“. Kdybyste si však dovolili sednout si, číst a meditovat, nějaká cesta by se před vámi rozvinula. Velmi často se bráníte tomu, co chcete dělat ze všeho nejvíc. V mysli každého člověka zní hlas, který napovídá další krok. Může jít o celkem jednoduchou věc – někomu zavolat nebo přečíst si knížku. Může to být něco konkrétního, zcela nevšedního, co zdánlivě ani nemusí souviset s vaší vyšší vizí. Nezapomínejte, že se vám vždycky ukazuje další krok; vždycky je to nějaká samozřejmá, jednoduchá a radostná věc, která vás napadne udělat.

Všichni víte, co by vám zítra udělalo radost. Až se ráno vzbudíte, zeptejte se, co dělat se svým dnem, aby vám přinesl radost a potěšení. Namísto přemýšlení o starostech dne se začněte raději usmívat. Nesoustřeďte se hned na problémy, které musíte řešit.

Radost budete mít, jen když se na ni budete soustředit a rozhodnete se pro nic méně než pro radost.

Co je vaše nejvyšší vize a jak ji v životě najít? Většina z vás se často nechává rozptylovat věcmi, bez kterých byste se obešli. Kdybyste se denně v klidu posadili, třeba jen na pět minut, znovu si prošli svůj denní plán a ptali se, jak každá schůzka, člověk nebo telefonát zapadá do vašeho vyššího poslání, během několika málo měsíců byste šli cestou svého určení a našli možnosti, jak zdvojnásobit svůj příjem. Je samozřejmě potřeba, abyste podle své vnitřní moudrosti také *jednali*.

Pokud svou cestu ještě neznáte, můžete si pro ni vytvořit nějaký symbol. Představte si, jak držíte tento symbol ve svých rukách jako kouli světla. Zvedněte jej do svého srdce, pak do své korunní čakry na vrcholu hlavy a nakonec jej uvolněte a nechte stoupat ke své duši. Velmi brzy začne vaše cesta nabývat konkrétní formy. Zjistíte, že pouhým pomyšlením na své vyšší poslání začínáte zázračně a magneticky proměňovat svůj den. Přátelé, kteří vás obírali o čas, vás najednou už nebudou tolik zajímat, protože si najdete nové přátele a změníte svůj vztah k dřívějším známým.

Soucítit se sebou znamená pečovat o sebe; vážit si sebe i svého času. Svůj čas nikomu nedlužíte. Převezmete-li za sebe zodpovědnost a potvrdíte si, že jste jedinečný a hodnotný člověk, potvrdí vám to také okolní svět.

Každý má nějaké poslání a důvod, proč je na Zemi.

Není to jedna jediná věc, kterou jste sem přišli udělat, protože vše, čeho dosáhnete, se stává součástí předcházejícího kroku a další fází vašeho vývoje. Každá nová zkušenost se integruje se zkušenostmi předchozími. Někteří z vás přecházíte z vedlejší cesty a zkoušíte si nové, zdánlivě nesouvisející věci, abyste si přinesli nové dovednosti na svou cestu vzhůru. Někteří najdete konkrétní podobu své práce. Jiní jste přišli s posláním rozvinout vizi vnitřního míru.

Neposuzujte poslání podle měřítek ostatních nebo podle názorů společnosti na to, co je nejlepší dělat. Možná jste tady, abyste rozvíjeli svůj vnitřní mír, vyzařovali tuto kvalitu okolo sebe a zpřístupnili ji tak ostatním. Možná jste tu proto, abyste zkoumali roviny intelektu nebo svět podnikání a pomáhali myšlenkovým formám na vaší planetě v těchto oblastech. Soucítění je mimo jakékoli posuzování. Je to prosté přijetí, schopnost milovat a vážit si sebe a jakékoliv cesty vyššího poslání, která se před vámi rozvine.

Ve světě je téměř neustále všudypřítomné napětí, ale jsou tu také velké příležitosti pro ty, kdo se soustředí na pozitivní a jsou ochotní převzít zodpovědnost za to, co tvoří. Energie je k dispozici všem, kdo jsou intuitivní, léčí a jdou cestou radosti. S touto energií přicházejí příležitosti mít velkou hojnost a radost *ted'*.

Mnozí z vás jedete rychle dopředu. Dali jste se cestou urychleného vývoje, abyste mohli léčit a učit ty, kteří jdou za vámi. Někteří z vás, například různí autoři nebo spisovatelé, mohou být i v několikaletém předstihu před masovými myšlenkovými formami; je totiž důležité, abyste žili v proudu doby, ve které bude vaše dílo vydáno. Ne všichni procházejí zároveň stejnou proměnou.

Každý z vás, kdo čte tuto knížku, jste objevovatel nových cest; tyto informace by vás totiž nepřitahovaly, kdybyste nebyli v předstihu pře svou dobou.

Možná cítíte, že energie planety se mění. Život všech, kdo budou ochotni dívat se vzhůru a najít svou vizi, se bude odvíjet ještě rychleji. Pokud si myslíte, že máte právě plné ruce práce – buďte připraveni! Vše půjde ještě rychleji, a proto moudrost a bystrost nabývá na významu. Proto se budete chtít zabývat každým svým dnem a srovnávat jej se svým vyšším posláním.

Někde je nejtěžší ze všeho říct „ne“ někomu, kdo je v nouzi. Věnujete-li se lidem pokaždé, když jsou v krizi, potvrzujete jim, že si vytvořením krize získají vaši pozornost. Pokud chcete, aby lidé ve vašem životě respektovali a vážili si vašeho času, učte je to tak, že je pokaždé, když to udělají, nějakým způsobem oceníte.

Svět se mění, vše se urychluje. Možná už to pociťujete. Ti, kdo se nesoustředí na svou vyšší vizi a na sebe sama, budou mít ještě více potíží. Někteří lidé okolo vás mohou mluvit o současné době jako o nejkrásnějším a nejradostnějším období svého života, zatímco jiní ji mají za to nejtěžší. Pokud prožíváte nejradostnější období svého života, rozhlédněte se po lidech okolo. Namísto toho, abyste je posuzovali nebo cítili odděleni od těch, kdo mají potíže, jim prostě pošlete světlo a pak se odpoutejte.

Když se ocitnete v boji o moc s kýmkoliv – s neznámými lidmi, s vašimi milovanými nebo s blízkými přáteli – přenesete se do svého vyššího já. Na chvíli se zastavte, zhluboka se nadechněte a nenechte se chytit v jejich touze po konfrontaci. Nezapomínejte – je to jejich touha, ne vaše.

V těchto zrychlených vibracích planety se budete chtít naučit nenechat se vtáhnout do energie jiných lidí skrze třetí čakru solární plexus. Značná část energie, kterou do sebe lidé přebírají od druhých, k nim vstupuje skrze solární plexus, mocenské a emoční centrum. Na své cestě radostí budete okolnostmi mnohokrát vyzváni, abyste zanechali boje o moc a začali jednat z hluboké úrovně soucítění. Když na vás přítel vyjede nebo se chová nevládně „poodstupte si“ a zkuste se s pocitem soucítění podívat na věc z jeho perspektivy. Možná zjistíte, že je unavený, nebo že jeho potřeba bránit se s vámi příliš nesouvisí, protože prostě jen hraje jednu z postav v jeho hře. Čím častěji dokážete zůstat stranou a nenechat se vtáhnout do boje o moc, tím míruplnější a hojnější bude váš život a o to častěji budete léčit ostatní svým soucítěním a schopností zůstat ve svém srdci.

Jděte na moment do sebe a ptejte se, co konkrétního byste mohli zítra udělat, abyste vnesli do svého života více radosti. Ptejte se, co můžete udělat pro to, abyste se odpoutali od boje o moc nebo od nějakého problému, která se vám v životě stále vrací a bere vám energii. Co můžete zítra udělat, abyste si vytvořili o něco více volného času a našli si vnitřní mír?

Máte toho tolik, zač být vděční – úžasnou mysl a neomezený potenciál možností. Máte schopnost vytvořit cokoli, co chcete; jediné vaše hranice jsou ty, které si sami vytvoříte. Až ráno otevřete oči, potvrďte si svou svobodu. Vezměte svou vyšší vizi do svých rukou a žijte ten nejradostnější život, jaký si umíte představit.

4 Přeměna negativního v pozitivní

Schopnost vidět všechny lidi, situace a události pozitivně vám pomůže vystoupit z masových myšlenkových forem a hustších úrovní energie na vaši cestu radosti. Lidem, s nimiž se stýkáte, můžete nabízet myšlenku, že vše, co se děje, je pro jejich dobro. Obvykle kolem sebe slyšíte, jak si lidé stěžují, vidí v sobě oběť a mluví stále jen o tom, co zlého je potkalo. Většina hovorů a komunikace vůbec – v televizi, v restauracích, autobusech a na veřejnosti – se soustředí kolem toho, co je zlé nebo co je špatně. Způsob myšlení a vztahování se k druhým, který se rozšířil, je silně podbarvený neustálým posuzováním, co je správně a co je špatně, přičemž důraz je obvykle na tom druhém. U kořene problému je váš systém polarit,

kdy vše je buď dobré, nebo špatné; pozitivní nebo negativní; nahoře, nebo dole. Přeměnou negativního v pozitivní šíříte víru ve vyšší dobro.

Existuje v systému polarit, a kdyby se nepohyboval v jeho rámci, moje slova by vám nedávala smysl; proto budu tento systém v komunikaci s vámi využívat. Každý z vás na sebe může vzít odpovědnost ukazovat lidem, s nimiž se stýkáte, že vše, čím právě procházejí, má své dobré důvody.

Chcete-li si ve svém životě uvědomovat dění vyššího dobra, buďte ochotni vzdát se omezeného úhlu pohledu a dívejte se na svůj život ze širší perspektivy.

Vaše minulost bude v mnoha různých ohledech fungovat jako vaše kotva, dokud na ni nezačnete vzpomínat v dobrém a nenecháte rozplynout jakákoliv svá negativní přesvědčení s ní spojená. Někteří z vás si myslíte, že jste ve svých dřívějších vztazích neudělali to nejlepší, co jste mohli. Možná máte v srdci starou bolest nebo pocit zklamání. Můžete se vrátit a své negativní vzpomínky měnit, když se podíváte, jaké dary pro vás tito lidé měli a uvědomíte si, co dobrého jste přinesly vy jim. Pak jim můžete, v tom věku, v jakém jste je znali, poslat telepaticky své odpuštění a lásku. Tímto způsobem můžete vyléčit sebe i je. Toto vaše léčení zasáhne i přítomnost a přeruší jakékoliv přenášení starých negativních vzorců do vaší budoucnosti.

Začnu mluvit o minulosti, protože mnozí z vás si přechováváte negativní obrazy o svých minulých „já“. Každý den rostete a vyvíjíte se, objevujete nové cesty, jak zacházet se svou energií. Nebýt však toho, čím jste prošli, nebyli byste tím, kým dnes jste.

Vše co se vám stane, je míněné jako pomoc na cestě do vašeho většího já.

Ted', když jste dospěli na novou úroveň bytí, můžete být v pokušení ohlížet se a litovat toho, co bylo. Možná přemýšlíte o tom, že jste mohli zvládnout nejrůznější životní situace daleko líp a s větší láskou. Jenže právě díky těmto situacím jste měli možnost vyrůst natolik, že dnes už vidíte lepší způsoby jednání. Některé vaše lekce mohou být bolestivější než jiné, záleží na tom, jak moc jste ochotní do nich jít. Když mluvím o rozšířeném úhlu pohledu, mluvím o schopnosti „vystoupit“ z přítomného času a dívat se na svůj život spíše jako na jeden celek než jako na sled vzájemně nesouvisejících událostí.

Když se já, Orin, dívám na nějakého člověka, přehlednu celý jeho svět nebo její život a každou událost sleduji ne jako dílčí epizodu, ale jako nedílnou součást celé jedné životní cesty. Je ve vašich schopnostech dělat to také tak. Možná se tomu bráníte nebo nejste ochotní udělat si na to čas, a přesto když budete ochotní dívat se na svůj život ze širší perspektivy, získáte netušené dary. Aby se vaše vědomá mysl mohla přeorientovat na pozitivní, potřebujete vidět větší obraz. Duchovní tělo takový obraz vidí. Můžete se naučit vstoupit ze svého emocionálního a mentálního těla a vstoupit do této jeho širší perspektivy. To vám pomůže dívat se na svůj život pozitivně.

Emocionální těla většiny lidí jsou mnohem mladší než jejich duchovní nebo mentální těla a jsou nejvíce zachycena v hustších energiích. I když se emociální úroveň u většiny lidí vyvíjí, je stále ještě nezralá. Stávající systémy víry založené na strachu a pesimismu tomuto vývoji také moc nepomáhají. Naším záměrem je soustředit na vaši planetu míru a lásky a přispívat tak optimismem a nadějí do emociální atmosféry a systémů víry lidí.

Noviny a jiné sdělovací prostředky často šíří pocit beznaděje, který pak proniká mentálními obrazy a emocionálními pocitovými tóny národa. A protože mluvím o přeorientování se na pozitivní, dodám, že pro to existují *dobré* důvody. Když se podíváte na svět z vyšší perspektivy, uvidíte, že díky těmto, na strachu založeným zprávám, měníte jako lidstvo svou cestu. Lidé reagují na různé typy informací a většinu přiměje k jednání, když

slyší negativní zprávy, včetně těch, které varují nebo nahánějí strach. Momentálně jste jako lidstvo rozhodnutí, že strach mění lidi efektivněji než naděje; a přesto, až se situace obrátí, nastane čas pro novou komunikaci, komunikaci naděje a optimismu.

Když se rozhlížíte ve svém okolí, uvědomte si, jak lidé mluví, a všimněte si, jakým způsobem se učí znát svou energii. Vysílejte k nim telepaticky svou víru, že mohou růst na základě pozitivních prožitků. V současnosti dochází k proměně některých systémů víry a já se o nich zmíním, abyste mohli pomoci urychlit zavádění a šíření přicházejících, vyšších systémů reality.

Mění se víra, že růst je možné jen skrze bolest a zápas. Tuto víru se chystáte na masové úrovni opustit. Ještě stále je však mnoho lidí, kteří zatím nejsou připraveni existovat bez bolesti a zápasu, a ti musí mít možnost v takovém prostředí žít, dokud nebudou ochotni jít dál.

Existuje masová víra, že vnější svět je důležitější než vnitřní, a to se také mění. Dále je tu masová víra v nedostatek – že není dost všeho pro všechny. Tato víra patří k přesvědčováním, na nichž stojí vaše civilizace, a vždycky vede k soupeření a mocenským bojům. Nejde tu o negativní posuzování, ale o pouhé vyzorování, že někteří lidé se učí způsobem, který jim komplikuje život. Můžete jako jedni z prvních přinášet a šířit nové myšlenkové formy, a proto vás upozorňuji na masová přesvědčení, v nichž žijete. Až si toto přesvědčení uvědomíte, můžete se rozhodnout, jestli s nimi souhlasíte a chcete podle nich žít, nebo ne.

Jste ochotní uvěřit myšlenkám, že všeho je hojnost, že vnitřní svět má svůj význam a že je možné učit se růst skrze radost?

Začněte vlastní minulostí. Vzpomeňte si na nějakou zkušenost, které jste v době, kdy se vám stala, moc nerozuměli. Dnes, když se ohlédnete jako dospělejší, jako starší a zralejší já, vidíte přesně, proč jste si ji přivolali a co jste se díky ní naučili. Když se teď podíváte zpátky, s širším obrazem ve své mysli, uvidíte, že když jste v minulosti nedostali něco, o čem jste si mysleli, že to chcete, byly k tomu vždycky dobré důvody. Možná to změnilo vaši životní cestu. Možná že kdybyste to měli, nějakým způsobem by vás to zdrželo nebo to bylo přání nějaké vaší nižší, méně vyvinuté části. Až budete vzpomínat a probírat se svými minulými vztahy a kariérami (včetně všeho, co ještě prožíváte, ale od čeho se už odpoutáváte), dívejte se, v čem vám posloužily. Bez těchto vašich minulých zkušeností byste nemohli být tím, kým teď jste, a mít vše, co máte. Nemůžete opustit nic, co nemilujete. Čím více něco nenávidíte, tím více jste k tomu připoutáni, a čím více něco milujete, tím jste svobodnější. Takže milujete-li svou minulost, osvobodili jste se od ní.

Dokážete-li se podívat na své dětství a na rodiče a uvědomit si, že vše, co jste prožili, bylo dokonalé pro cestu, kterou teď jdete, vymaníte se z vlivu vaší minulosti. Můžete přijmout myšlenku, že jste si sami vybrali své rodiče, vztahy a kariéry, abyste mohli dojít tam, kde teď jste. Když změníte negativní vzpomínky v pozitivní porozumění, můžete jít do své nové budoucnosti ještě rychleji.

Od své minulosti se můžete odpoutat tím, že ji budete milovat.

Kdykoliv vám přijde na mysl nějaká nemilá vzpomínka a vy začnete litovat, vidět se jako oběť, dělat si negativní obrazy o svém „já“ nebo se budete cítit nepříjemně kvůli tomu, jak jste jednali – z a d r ž t e! Hleďte to dobré, co jste díky dané zkušenosti vytvořili. Možná jste se natolik poučili, že jste nic podobného ve svém životě už nikdy neopakovali. Možná jste díky této situaci změnili svou cestu. Možná vám pomohla rozvinout nové vlastnosti a osobní rysy nebo navázat nějaký důležitý kontakt. Možná jste tím, co jste udělali, pomohli a posloužili lidem. Vaši rodiče vám možná pomáhali rozvinout vaši sílu nebo vnitřní vůli právě

tím, že vám kladli překážky. Vaši rodiče pro vás mohli být takovým „závažím“, které jste přetlačovali, a pěstovali si tak vaše dobro. Když dokážete uvěřit, že Vesmír je přátelský a vždy vám pomáhá vytvořit si vaše nejvyšší dobro, budete moci žít ve větším míru a bezpečí.

Podívejte se na svůj současný život. Chcete-li uvidět větší obraz, můžete se posadit a představit si, jak se přesouváte do budoucnosti. Pokud vás čeká něco nového, k čemu ještě nemáte potřebné dovednosti, představte si, že jdete do budoucnosti a spojete se tam se sebou samými – se svým budoucím já – a přitahujte si do sebe jeho vědomosti. Možná se vám vybaví ve vědomí, teprve až je budete potřebovat, nicméně díky energii a vědění, které vám vaše budoucí já může poslat, vám mohou vaše dnešní úkoly připadat najednou lehčí. Máte-li před sebou nějaké rozhodnutí nebo problém, představte si sebe sama za pět let, jak se ohlížíte na dnešek a máte před očima větší obraz. Teď se s tímto budoucím já spojte, protože z jeho pohledu se snadněji rozhodnete, co máte udělat. Můžete si dokonce představit, že sami jste své budoucí já a promluvte ke svému dnešnímu já z této budoucí perspektivy. Klidně si jakoby vymýšlejte a řekněte sami sobě, proč procházíte tím, čím procházíte, a potvrďte svému dnešnímu já, že vše, co se děje, je v pořádku. Vaše budoucí já je skutečné, od vás oddělené jen časem. Může s vámi mluvit a pomoci vám rozhodnout se, co máte teď udělat a jak se dostat ještě rychleji tam, kam chcete jít.

Každý si představuje svou budoucnost, nemyslete si, že budete takoví, jací jste dnes.

Budete vyspělejší, moudřejší, budete mít rozšířenější vědomí; problémy, které momentálně máte, budou vyřešené. Problémy slouží k zaměření pozornosti. Nazýváte je problémem, protože je zatím neumíte vyřešit a vaše nové „já“, které ví, jak si se situací poradit, ještě není aktivované nebo dost zralé. Problémy si vytváříte často proto, abyste našli nové možnosti jednání a rozvíjeli různé části sebe sama. Toho ovšem můžete dosáhnout i bez vytváření krizí, když budete věnovat pozornost tichým hlasům ve své mysli a představovat si sebe sama v budoucnosti. Můžete si přitáhnout nové obrazy sebe sama, jací chcete být, a zároveň budete chtít ze svého života uvolnit všechny situace a věci, které těmto obrazům neodpovídají.

Z přeorientování se na pozitivní může nejvíce získat vaše emocionální tělo, protože kdykoliv se odsoudíte nebo si o sobě říkáte něco negativního, vaše emocionální tělo změní své vibrace a klesne vám energie. Snížení vibrací změní váš magnetismus a vy si začnete přitahovat lidi a události, které tento pokles energie ještě umocní. Když za sebe převzmete zodpovědnost a vyladíte své vědomí na vyšší myšlenky, když si vytvoříte v mysli radostné obrazy, můžete zvýšit vibrace svého emocionálního těla. Pak budete chtít, aby lidé, které ve svém životě máte, tyto vaše vyšší pocity podporovali a sdíleli je s vámi. A pokud zjistíte, že kolem sebe máte i nadále lidi, kteří jsou neustále v depresi, rozzlobení nebo negativně emocionálně naladěni, hledejte nějaké své přesvědčení, které vám říká, že je dobré zůstat v takovémto osobním přesvědčení.

Většina z vás má ve svých osobních vztazích zvyky a vzorce chování, které neustále opakujete, ať jste s kýmkoli. Budete-li ochotni tyto své vzorce překročit, objevíte mnoho cest, jak prohlubovat své spojení s ostatními. Když se soustředíte na to, co mezi vámi a druhým člověkem funguje, můžete to ještě posílit. Váš vztah pak začne skřípat i v oblastech, které dříve fungovaly. Když uvidíte krásu v druhých, budete-li jim říkat, co na nich milujete, a podporovat je, aby ze sebe mohli dát to nejlepší, začnou se problémy řešit samy, i když jste na jejich řešení přímo nepracovali. Čím více se u druhých soustředíte na jejich chyby nebo na problémy, které mezi sebou máte, tím více to půjde s vašimi vztahy s kopce. Někdy se říká, že lidé, kteří se poprvé setkají, mají na očích růžové brýle, protože na sobě vidí jen to dobré. Dávají si tak velký dar, protože tím, že věnují pozornost tomu dobrému, co v druhém vidí, si to navzájem pomáhají vytvořit.

Milovat lidi znamená zavázat se, že je budete vidět stále v nejlepším světle, i když si čas a bližší seznámení vezmou jistou daň.

Mnozí z vás, když najdete na druhých, na svých milovaných či přátelích, nějakou odlišnost, s nimi začnete soupeřit a bojovat o moc, abyste to nějak vyřešili. Kdybyste však přijali, že druhý má svůj vlastní pohled na svět, a uvědomili si, že se zkrátka jen liší od toho vašeho, nemuseli byste dělat nic jiného než prostě milovat. Nepotřebujete přesvědčovat lidi, že máte pravdu, protože to vás jen vtáhne do boje o moc. A nemusíte se ani nechat přesvědčit, že pravdu mají oni. Být pozitivní neznámá být slepí. Znamená to ochotu vidět v druhých to dobré a odvrátit pozornost od toho, co je (podle vás) špatné nebo odlišné.

Čím víc říkáte druhým, jaké mají chyby nebo co dělají špatně, tím nejjistěji se cítí, a na základě této nejistoty vlastně dál vytváříte a prohlubujete právě ty problémy, na které jste se zaměřili. Všem lidem ve svém životě můžete říkat, jak jsou výborní, a pomáhat jim uvědomit si, jak moc rostou. Kdykoliv si stěžují na své potíže, můžete jim pomoci uvídnout, v čem jim daná situace pomáhá, jaké pozitivní změny jim přináší a co se díky ní učí.

Možná máte problémy v práci, anebo vás trápí, že žádnou nemáte. Možná chcete opustit svou současnou kariéru nebo si vytvořit novou. Vaše vyšší já vás neustále sleduje. Pozoruje vás, aby zjistilo, jestli máte dostatečně rozvinuté názory a jste na takové osobnostní, emocionální a fyzické úrovni, abyste mohli mít to, co chcete. Když vidí, že na to ještě nejste připravení, odvede vás stranou a dál rozvíjí ty vaše části, které to nepotřebují. Možná potřebujete získat nové dovednosti, potkat jiné lidi nebo změnit prostředí.

Vaše vyšší já vás vede správným směrem, abyste mohli udělat změny, které si přejete, a mít to, co chcete.

Když vyjdete ze širší perspektivy, pochopíte, že vše, co v životě právě prožíváte, vás připravuje na něco lepšího. Pokud tento týden přistihnete lidi, jak si stěžují, jednoduše jim řekněte: „Nedělejte to.“ Naučte se používat svůj hlas k zastavení energie lidí, kteří na vás přenáší svou nespokojenost. Když posloucháte lidi, kteří si vynucují pozornost, a nasloucháte jejich negativitě, necháváte se ovlivňovat jejich nižší energií. Nemusíte je poslouchat. Když přerušíte lidi v jejich vyprávění, zejména pokud vám vyprávějí své smutné příběhy, pomůžete jim dostat se z nich ven. Sledujte tento týden lidi. Vyprávějí vám stále dokola své bolestné příběhy? Pokud ano, máte s nimi kontakt na úrovni osobnosti, ačkoli byste mohli navázat daleko vyšší spojení.

Ptejte se lidí, co chtějí a kam jdou. Jaké vyšší poslání mohou vytvořit? Přeorientujte jejich pozornost na pozitivní a uděláte totéž pro svou vlastní energii. Buďte ochotni naslouchat velmi pozorně každému, koho tento týden potkáte. Všimněte si, o čem lidé na veřejnosti mluví. Když si všimnete rozhovorů, které nejsou pozitivní, odlaďte se od nich. Nejdříve však těmto lidem pošlete mentální myšlenku, že se budou dál rozvíjet, a pošlete jim lásku za to, kdo jsou.

Všimněte si televize, novin a knih, které čtete – jsou v nich pozitivní slova? Pozvedají vaši energii, nebo ji snižují a zasazují vám do mysli negativní představu? Máte absolutní svobodu v tom, co budete číst a co poslouchat. Nikdo vás k ničemu nenutí. Tento týden využijte tuto svou svobodu a svobodnou vůli a pohybujte se v tom nejlepším a nejpřínosnějším prostředí, jaké dokážete vytvořit. Dívejte se na lidi a sledujte, z jaké úrovně vycházejí. Uvidíte, že nabízíte mnohé, když pomáháte ostatním do vyššího prostoru. Buďte si vědomi, že v sobě můžete nést světlo a dávat je všem, které potkáte.

5 Sebeláska: Umění milovat sebe sama

Je mnoho cest, jak milovat sebe sama a každá událost nabízí příležitost zažít lásku. V jakékoliv situaci, díváte-li se na ni ze správného úhlu pohledu, máte možnost dát si lásku. Situace, kdy jde všechno jakoby proti vám, vznikají jen proto, aby vám ukázaly oblasti, kde máte zablokovanou svou sílu, kterou byste jinak mohli využívat. Jsem si jist, že kdybych vás požádal, abyste udělali seznam všeho, čím projevujete lásku k sobě samým, dokázali byste přijít na spoustu věcí. Možná máte nějakou část, která vám připomene, že tyto věci neděláte, a začne bitva. Taková vnitřní válka může být vyčerpávající a sebekritizování není nejlepší způsob, jak používat energii.

Milovat sebe, znamená přijmout se takoví, jací jste právě teď.

Tato dohoda platí bez výjimek; uzavíráte ji sami se sebou a zavazujete se v ní, že si budete sebe vážit a cenit, že se přijmeme a budete se podporovat takoví, jací jste právě teď. To znamená žít v přítomnosti. Mnozí z vás se ohlížíte za svým životem s pocitem lítosti. Myslíte si, že jste mohli zvládnout různé situace na daleko vyšší úrovni, a představujete si, že kdybyste tenkrát udělali to či ono, vše by dopadlo jinak. Někteří z vás se zase díváte do budoucnosti a v porovnání s ní vám připadá vaše dnešní já nedokonalé. Minulost vám může pomoci, budete-li myslet na své úspěchy a vytvářet si pozitivní vzpomínky, a z budoucnosti si můžete udělat přítele, když si uvědomíte, že představováním si toho, co se stane, tvoříte vizi svého dalšího kroku. Neodsuzujte se, že tam ještě nejste. Je důležité milovat sebe sama bez výhrad – takoví, jací jste právě teď.

Milování svého „já“ sahá za připoutanost i odpoutanost. Existuje ve fyzickém těle a každý má své zaostření, kterému říkáte „já“. Toto já jste dostali, abyste se mohli oddělit od většího celku a prožívat specifickou část bytí. Vše, co jste až doposud prožili, je přesně to, kvůli čemu jste se narodili, abyste se z toho učili. Ať se vám to líbí, nebo ne, z toho sestává vaše bytí, vaše jedinečnost a vaše poslání. Kdybyste se na sebe mohli podívat mýma očima, viděli byste se jako krystal s mnoha ploškami. Každý z vás jste úplně jinou, jedinečnou kombinací energie. Každý člověk je nádherný, zvláštní, jediný svého druhu, tak jako každý krystal. Jedinečným způsobem odrážíte světlo, a vaše aura se proto liší od aury jiných lidí. Kdybyste si cenili své jedinečnosti a uvědomili si, že cesta, kterou jste se rozhodli jít, se liší od cesty kohokoliv jiného, mohli byste se snadněji odpoutat od názorů druhých a následovat své vlastní vnitřní vedení.

Jednou z cest, jak více milovat sama sebe, je přestat se porovnávat s ostatními. I když jste součástí celku, jste zároveň individualistou a máte svou vlastní cestu. Systémy víry převzaté od různých skupin nebo z vaší rodiny vám mohou bránit v lásce k sobě samým. Možná kolem sebe slyšíte: „Každý ví, že je dobré meditovat,“ a máte proto špatný pocit, když sami nemeditujete. Výzvou na cestě milování svého „já“ je dát stranou, co vám lidé říkají, a ptát se: „Vyhovuje to i mně? Mám z toho radost? Cítím se při tom dobře?“ V konečném důsledku – váhu má jen vaše vlastní zkušenost.

Je lákavé udělat si autoritu z druhého člověka nebo z něčeho, jako je kniha, a přesunout tak mimo sebe svou schopnost rozhodovat o tom, co je pro vás dobré. Mít učitele může být velmi přínosné, ale pouze k tomu, abyste se naučili, jak si sami získávat informace a jak růst. Já existuji, abych vám otevřel dveře; nepřeji si brát vám vaši sílu, ale dávat vám ji. Když jste se svými učiteli – s kýmkoliv, z koho jste si udělali ve svém životě autoritu, třeba i z přítele či přítelkyně – ptejte se a dobře poslouchajte, co říkají. Můžete přijmout jejich stanovisko za pravdu, je však důležité položit si otázku, jestli je to jen jejich pravda, nebo jestli je to dobré také pro vás.

Milovat sebe znamená překročit kruh viny.

Ve vaší společnosti se vznáší velmi mnoho viny. Spousta mezilidských vztahů vychází ze solárního plexu, centra moci, odkud se lidé snaží navzájem přesvědčovat, přemlouvat, kontrolovat a manipulovat. Milovat sebe znamená odejít z tohoto typů vztahů. Aby se vám to podařilo, budete se potřebovat odpoutat od viny.

Lidé kolem vás se například mohou cítit nějakým způsobem ohroženi, nehrajete-li stejnou míčovou hru jako oni. Chtějí, abyste mysleli a jednali způsobem, který zapadá do jejich představ, a proto zkoušejí vzbudit ve vás pocit viny a získat tak nad vámi moc. Také rodiče často nevědí, jak jinak si udržet kontrolu, a využívají vinu, zlobu a odpírání lásky k ovládnutí svých dětí. Když cítíte svou vnitřní sílu a vládu nad svým životem, můžete vycházet ze srdce. Když se cítíte bezmocní, máte možná pocit, že musíte manipulovat nebo bojovat o moc, abyste získali to, co chcete. Možná si myslíte, že se musíte druhým za své chování omlouvat nebo „nevinně“ zahávat, abyste je uchránili před nepříjemnými pocity.

Když takto jednáte, nejste láskyplní k sobě samým; místo toho předáváte svému podvědomí zprávu, že to, kdo jste, není pro ostatní dost dobré nebo přijatelné. Chcete-li být svobodní, je důležité, abyste ani vy nikým nemanipulovali a nechali lidem jejich svobodu. Když jim necháte právo dělat si se svým životem, co se jim zlíbí, můžete mít zpočátku pocit, že jste ztratili svůj vliv. Najdete však úplně novou úroveň vzájemné upřímnosti a lásky, která by bez vaší odvahy a ochoty vzdát se kontroly nebyla možná.

Můžete se naučit odpoutat se od reakcí druhých i od svých vlastních emocí, které vás vyvádějí z vašeho klidného a jasného centra. Milovat sebe znamená dávat citlivě najevo, kdo jste. Když jste ochotní ukázat se druhým, umožňujete také jim projevit jejich skutečné „já“. Odsuzování vám brání milovat sebe sama. Kdykoliv soudíte, oddělujete. Když si děláte názor na druhé lidi, díváte se na ně a říkáte si například „ten vypadá jako líný nebo neúspěšný člověk“ nebo „má nemožné šaty“,“ tvoříte si pro své podvědomí zprávu, že svět je místo, kde je třeba chovat se pouze určitým způsobem, pokud chcete, aby vás lidé přijali. Když ve svém odsouzení někoho odmítnete, uložili jste si do svého podvědomí zprávu, že také sami sebe přijmete pouze za určitých podmínek. To vede k vnitřnímu sebekritickému dialogu. Může vám to také přinést nazpět mnoho negativních obrazů z vnějšího světa, protože jakmile jednou pošlete své obrazy ven, vytvořili jste jim cestu, kudu se k vám mohou vrátit.

Sledujte, co vysíláte k ostatním lidem. Přijímáte je láskyplně, bez kritizování či ponižování? Usmíváte se na ně? Chováte se přátelsky a umožňujete jim, aby ze sebe mohli mít dobrý pocit? Nebo se nijak neprojevujete a nepotvrzujete je? Když přijímáte druhé lidi, dokonce i jen telepaticky (tedy ve vaší vlastní mysli), pomáháte jim nalézt jejich vyšší já. Uvidíte, že ostatní pak budou láskyplněji také přijímat vás.

Vaše přesvědčení o světě vám vytvářejí realitu, kterou budete zažívat.

Můžete k tomu docházet na velmi jemné úrovni. Když si například myslíte, že vás lidé neberou takové, jací jste, a že se musíte velmi snažit, aby s vámi byli spokojeni, pak si takové lidi do svého života přitáhnete. Nakonec se možná budete stýkat i se svými přáteli jen tehdy, když jsou unavení a nemají chuť dávat. Cokoli považujete za pravdu o svých přátelích nebo jiných lidem ve vašem životě, to si vytvoříte jako svou zkušenost s nimi. Říkáte-li si například „tento muž je ke mně milý a citlivý“, vytvoříte si to ve vašem vztahu.

Abyste se posunuli na novou úroveň sebelásky, začněte si všímat, co považujete za pravdivá fakta o fungování světa. Myslíte-li si, že svět je chladný a nehostinný, nebo že se musíte o všechno usilovně snažit, pak vám toto přesvědčení znemožňuje milovat sebe sama. Přesvědčení je to, co pokládáte za pravdu o realitě. Možná si říkáte: „Pravda je, že když se smějí na lidi, usmějí se oni na mě.“ To může být vaše realita, ale ne realita druhých. Díky

tomuto svému přesvědčení se totiž opravdu můžete podvědomě obracet a smát se pouze na ty, kteří váš úsměv opětvují. Pokud věříte, že se na vás druzí nikdy zpátky neusmějí, budete si automaticky vybírat a smát se na lidi, kteří vám úsměv nikdy nevrátí.

Chcete-li zažívat svět, který o vás má zájem a podporuje vás ve vašich představách o sebelásce, začněte si všímat, co si o světě říkáte. Svě zkušenosti s lidmi i svůj svět můžete změnit tím, že změníte svá očekávání. Někdo řekl: „Svět možná není spravedlivý, ale je přesný,“ což znamená, že vše, co jste dostali, je přesně to, v co jste věřili a co jste očekávali, že dostanete. Pokud máte profesi, o níž víte, že se s ní těžko vydělávají peníze, když si říkáte: „V naší branži si vydělá je málokdo,“ vytvoříte si to jako skutečnost ve svém životě. Držíte se určitého názoru na realitu a taková bude i vaše zkušenost, nejen ve vaší vlastní kariéře, ale i s lidmi, s nimiž se budete ve své profesi setkávat. Stačí jen změnit očekávání toho, co se má stát, a budete žít v jiném světě.

Další z kvalit sebelásky je odpuštění. Někteří z vás si stále připomínáte staré věci a znovu a znovu zažíváte zlobu. Zlobíte se možná na sebe, nebo na někoho, kdo vás zklamal. Vyšší já umí odpouštět. Když lpíte na čemkoliv – na zlobě, uraženosti, na negativním pocitu vůči druhému – udržujete si to ve své auře. Člověk, na kterého se zlobíte, tím bude ovlivněný, ale ne natolik jako vy. Vše, co cítíte vůči druhým, sedí ve vaší auře a funguje jako magnet přitahující ještě více téhož. K odpuštění existuje rozhodně dobrý důvod – prociťuje a léčí vaši auru.

Sebeláska zahrnuje také pokoru, tedy sebevjadřování vycházející ze srdce a ne z ega. Pokora říká „Jsem otevřený/á. Jsem ochotný/á naslouchat. Možná neznám všechny odpovědi.“ Pokora je jednou z vlastností, která vám umožní více přijímat, protože vede k otevřenosti. Pokora neznamena nedostatek sebevědomí, ale hlubokou víru a důvěru v sebe sama.

Pokoru mohou projevovat pouze lidé, kteří mají dobrý pocit ze sebe sama.

Lidé jednající arogantně a s chladným sebevědomím postrádají právě ty vlastnosti, které se snaží předvést. Lidé, kteří milují sebe sama, se projevují velmi láskyplně, velkoryse a laskavě; své sebevědomí vyjadřují skrze svou pokoru, umění odpouštět a vše pojmout. Když potkáte lidi, kteří působí velmi moudře, přitom ale ponižují druhé, odmítají přátele a vyvolávají v lidech špatný pocit ze sebe sama, můžete si být v klidu jistí, že nemilují sami sebe, i kdyby jejich slova a učení zněla sebelíp.

K sebelásce patří víra v sebe, důvěra v to, kdo jste, a ochota podle toho jednat. Nestačí svou víru a důvěru jen cítit; potřebujete ji prožívat také ve svém vnějším světě. Jste fyzickou bytostí a vaše radost pramení z toho, že kolem sebe vidíte věci odrážející vaši vnitřní krásu – zahradu, květiny, stromy, váš dům, řeku. To vše je odměna za to, že jste si věřili a jednali tak, že jste následovali svou cestu a vizi svými činy. Konečnou výzvou sebelásce je jednat podle ní, mluvit tak s lidmi a vytvořit si na světě své nebe na zemi.

Nestačí lásku jen dávat a vyzařovat; milovat sebe sama znamená lásku také přijímat. Když rozdáváte lásku, ale lidé ji nedokáží přijmout, nemá kam jít. Jste-li ochotni přijmout lásku druhých, prokazujete jim velikou službu.

Jeden z největších darů, které můžete lidem dát, je otevřít se jejich lásce k vám.

Jakýkoliv vztah mezi mužem a ženou, dvěma muži nebo dvěma ženami bude úspěšný jen do té míry, do jaké dokáží vzájemně přijmout lásku toho druhého. Když váš partner přijímá jen padesát procent z toho, co jste mu nebo jí dali, předali jste ve skutečnosti jen polovinu. Vráť-li vám tuto polovinu a vy z ní dokážete přijmout zas jen polovic, máte nazpět čtvrtinu toho, co jste dali, a tak bychom mohli pokračovat. Výsledkem je, že máte jeden od

druhého stále méně a méně lásky. Chcete-li mít ve svém životě více lásky, buďte ochotní přijímat dary, oběti lásky, přátelství a podporu od ostatních lidí.

Chcete-li přivést do svého každodenního života své vyšší já a více milovat sebe sama, vyberte si některou z vlastností duše, a kdykoliv budete mít chvíli času, zamyslete se nad ní. K vlastnostem duše patří: mír, úcta, pokora, harmonie, radost, velkorysost, zdraví, hojnost, svoboda, klid, síla, integrita, důstojnost, respekt, soucítění, odpuštění, vůle, světlo, tvořivost, půvab, moudrost a láska. Tím, že o těchto kvalitách budete přemýšlet a meditovat, budete si je magneticky přitahovat do své aury, rozšíříte je v sobě a přivoláte si za ně uznání druhých. Na cokoliv myslíte, takoví jste. Když si každý den vyberete jednu z vlastností svého vyššího já, zahlubáte se nad ní a identifikujete se s ní, vytvoříte si ji jako prožitek sebe sama.

Milovat se předpokládá respektovat se a žít své vyšší poslání. Vážíte-li si sebe sama, svého času, lásky a vizí, budou si jich vážit také ostatní. Před schůzkou s přáteli se ptejte, jaké nejvyšší poslání můžete společně vytvořit. Váhali jste někdy na návštěvě s odchodem, protože jste nechtěli urazit hostitele, ačkoliv byste sami byli nejraději už doma? Pokud ano, vážili jste si víc jeho než sebe. Telepaticky jste k němu posílali zprávu, že nemusí mít v úctě vás ani váš čas, a neměli byste být proto překvapení, že časem bude považovat vaši přítomnost za samozřejmost. Kdykoliv si vážíte a respektujete sebe sama, mluvíte o sobě pravdivě a svým jednáním ukazujete, kdo opravdu jste, pak nejenže rozvíjíte své „já“, ale pomáháte svým příkladem také druhým. Neschopnost říci lidem „ne“ odráží názor, že pocity druhých jsou důležitější než vaše, jejich práva významnější a jako taková by měla být brána v úvahu první. Když takto jednáte, vytváříte si vnitřní energetické bloky zadržující nevoli, zlobu a ublíženost, které pak sedí ve vaší auře a přitahují vám ještě více téhož.

Milování sebe sama vchází ze srdce, z jemného jednání a z rozdávání bezpodmínečné lásky. Někteří lidé si myslí, že mít se rád znamená dát najevo svou sílu a prosadit svou vůli agresivním způsobem popírajícím práva druhých. Setkali jste se s lidmi, kteří jdou za svým, a nezajímá je, jak svým jednáním působí na ostatní. Říkáte jim nemilosrdní. Obdobně agresivní můžete být často sami k sobě, když nějaká vaše vnitřní část dominuje a vládne ostatním.

Vůle se někdy chová, jako by byla váš nepřítel; působí na vás silou, směřuje vás a nutí k nejrůznějším věcem. Můžete z ní mít pocit, jako by nad vámi stál rodič a ke všemu ještě můžete mít dojem, že věci, ke kterým se vás snaží připustit, jsou pro vaše nejvyšší dobro. Možná se na sebe neustále zlobíte, že nemáte větší pořádek, nebo že jste ještě nezačali s něčím, co dlouho odkládáte. Možná si děláte dalekosáhlé seznamy věcí, které musíte udělat, a cítíte se špatně, když je nedodržíte. Tím dáváte za pravdu své vůli a odsuzujete jiné své já – to, které se jí staví na odpor. V takovém případě jdete vůlí proti svému já. Váš vnitřní odpor mohlo vytvořit vaše vyšší já, aby vás odvedlo od určitých věcí nebo nasměrovala do jiných dveří.

Spojíte-li svou vůli se srdcem a budete ji používat k tomu, aby vám pomohla jít cestou, kterou milujete, může vám pomoci prohloubit vaši sebelásku. Vůle dokáže směřovat vaši pozornost. Když ji zapojíte do toho, co děláte s láskou, vaše možnosti nemají hranic a není překážek, které byste nemohli překonat. Všimli jste si, že když jste se věnovali něčemu, co milujete, třeba svému oblíbenému koníčku, pracovali jste bez problémů tak dlouho, dokud jste to nedokončili, a lehce jste řekli „ne“ všemu, co by vás rozptylovalo? Vůle je síla podobná řece, s níž můžete buď plynout, anebo se můžete snažit plavat proti proudu. Můžete ji využít buď k tomu, aby vás volala a zvala na vaši vyšší cestu, anebo abyste se neustále trestali za své zdánlivé přestupky. Který z těchto dvou přístupů vás motivuje? Pomáhá vám vaše vůle více milovat sebe sama tím, že obrací vaši pozornost na cestu vyššího poslání a vytváří vám záměr a motivaci k činům?

A ještě něco: neberte sami sebe tak vážně.

Smějte se a hrajte si. Když se věci nedaří, není to konec světa. Humor je snad nejlepší branou k opravdové sebelásce. Schopnost smát se, usmívat se na lidi kolem a dívat se na potíže s nadhledem je rozvinutá dovednost. Ti, kdo vycházejí ve svém jednání z vyšší úrovně sebelásky, mají často velmi dobrý smysl pro humor, jsou vtipní a s chutí vyvolávají dětskou hravost také v ostatních. Umí být spontánní, každou chvíli najdou důvod smát se a dokáží vzbudit pocit uvolnění a štěstí také v druhých.

Až se budete příští týden dívat na lidi ve svém životě, ptejte se (bez jakéhokoliv posuzování), jestli mají rádi sami sebe. Máte-li ve vztahu s nimi jakékoliv potíže, zamyslete se, čeho se tyto potíže týkají, a ptejte se, jestli mají tito lidé rádi sami sebe v této oblasti jejich života. Pošlete jim své soucítění, aby je mohli používat jakýmkoli způsobem k vytvoření svého vyššího dobra, a radujte se z lásky, kterou jste právě vyslali, protože se k vám vrátí a budete ji moci využívat pro své nejvyšší dobro zase vy.

6 Sebeúcta, sebevědomí a respektování sebe sama

Každý člověk zakládá svou sebeúctu na něčem jiném. To, co potřebujete vy, abyste si mohli vážít sebe sama, se může lišit od představ jiných lidí. Je důležité, abyste si našli, na základě čeho roste vaše vlastní sebevědomí, sebeúcta a vnitřní radost z toho, kdo jste.

Seberespekt vychází, na nejvyšší úrovni, z úcty k vlastní duši. To znamená, že mluvíte a jednáte na takové úrovni upřímnosti a celistvosti, která odráží vaše vyšší já. To znamená stát si za tím, v co věříte (aniž byste o tom však museli přesvědčovat ostatní), a jednat podle svých vlastních hodnot. Mnozí z vás kritizujete druhé, že nežijí podle hodnotového systému, který považujete za správný, ale při bližším pohledu možná zjistíte, že podle něj nežijete ani vy sami. Setkali jste se s lidmi, kteří neustále všem říkají, co by měli děla a sami si dělají, co se jim zachce. Seberespekt znamená skutečně žít podle svých hodnot a podle toho, v co říkáte, že věříte.

Mnozí z vás říkáte, že věříte v určitý žebříček hodnot, který jste si sestavili, ale ve skutečnosti jednáte podle jiného. To vede k mnoha vnitřním konfliktům. Hluboko uvnitř můžete například věřit v monogamii, ale váš partner si přeje mít v tomto směru volný vztah. Jelikož s ním či s ní chce dál zůstat, rozhodnete se to přejít. Věříte v určitý systém hodnot, ale žijete podle jiného systému, což může vést k mnoha konfliktům a možné bolesti s tím spojené.

Jak poznáte, jestli hodnoty, o nichž si *myslíte*, že podle nich chcete žít, jsou opravdu vaše? Většinou to nepoznáte, dokud to nevyzkoušíte. Můžete si například myslet, že správný člověk vstává brzo ráno, ale sami si vždycky přispíte. Mnozí z vás máte v představách určité hodnoty, podle kterých by se mělo žít, ale nežijete tak. Nejlépe uděláte, když si je vyzkoušíte v životě – nějaký čas vstávejte brzo ráno. To, co jste považovali za své hodnoty, se často ukáže být pouze od někoho převzaté „mělo by se“, protože když tak začnete skutečně žít, zjistíte, že pro vás to neplatí. Ptejte se, čeho si vážíte. Co si myslíte, že dělají správní lidé? Žijete tak? Je těžké mít ze sebe dobrý pocit, žijete-li způsobem, který protičečí tomu, v co uvnitř věříte. Je důležité prozkoumat své hodnoty a buď podle nich žít, nebo je změnit.

Respektovat sebe znamená vycházet ze své síly, ne ze své nedbalosti.

Až si budete stěžovat, že vás někdo rozesmutnil nebo rozzlobil, zeptejte se sebe sama: „Proč si vybírám zažívat právě tento pocit,“ nebo „proč jsem se rozhodl/a reagovat tímto způsobem?“ Když hledáte vinu v druhých, vzdáváte se vždycky své vlastní síly. Dokážete-li zjistit, proč jste se rozhodli zareagovat na něčí jednání pocitem ublíženosti, mnohé se o sobě dozvíte. Někteří z vás máte strach, že kdybyste se za sebe postavili, mohli byste zranit lásku nějakého člověka. Jsou lidé, kteří umí celkem šikovně přesvědčovat, že se mylíte, když si

stojíte za svou pravdou. V duchu jim poděkujte za příležitost zesílit, protože síla se často rozvíjí tváří v tvář nesouhlasu. Respektovat sebe znamená stát za svou nejhlubší pravdu a znát své nejnítěrnější pocity. Znamená to mít autoritu nad svými pocity v sobě, a ne v druhých.

Někteří z vás žijete nebo se stýkáte s lidmi, kteří vás ponižují a kritizují. Nakonec se můžete natolik soustředit na jejich pocity, že ztratíte kontakt se svými vlastními. Jedna žena se provdala za muže, který odsuzoval a kritizoval většinu všeho, co udělala. Natolik se zaměřila na jeho pocity, že se po celá ta léta, co spolu žili, nikdy neptala, jaký má ona pocit z toho, jak se k ní muž chová. Vždycky se velmi snažila ho uspokojit, předvíдалa jeho nálady a rozmary, aby se vyhnula další kritice. Jenže ať dělala, co dělala, vždycky to nakonec dopadlo tak, že se na ni zlobil. Začala mít pocit, že selhala nebo že je nějakým způsobem špatný člověk. Strávila tolik hodin analyzováním jeho pocitů, že přestala sledovat své vlastní. Mnozí z vás se snaží uspokojovat druhé a ve své snaze se soustředíte více na jejich pocity než na to, co cítíte vy sami.

Vážít si sebe znamená věnovat pozornost svým pocitům. Nemusíte mít důvod, proč jste se rozhodli dělat to či ono. Svou hodnotu nemusíte nikomu dokazovat. Uznávejte své pocity; neanalyzujte je a nezpochybňujte. Nesnažte se je neustále rozebírat: „Mám opravdu důvod se cítit ublíženě?“ Uznejte, že vaše pocity jsou pro vás skutečné, a važte si jich. Mnozí hledáte autoritu v druhých. Když vás odsoudí, věřte jim. Když vám řeknou, že všechno je vaše vina, věřte jim. Nenavrhují vám, abyste ignorovali vše, co vám lidé říkají, ale abyste si vážili toho, co v dané oblasti cítíte vy. Jedna věc je otevřenost vůči konstruktivní kritice a druhá věc je neustále se snažit dělat to, co do vás chtějí druhí, přestože to sami nechcete. Budovat si sebevědomí a sebeúctu předpokládá vážít si svých pocitů, své cesty a směru. To znamená vážít si sebe ve svých slovech, činech i ve svém chování.

Sebevědomí znamená věřit si a vědět, že jste vždycky udělali to nejlepší, co jste uměli, i když za dva dny už můžete vidět lepší řešení. Předpokládá to spíše se chválit než hanět a dovolit si mít pocit z toho, kdo jste. Někteří z vás se ustavičně o něco snažíte, nutíte se, jdete z jedné práce do druhé a máte pocit, že ať uděláte, co uděláte, stále je to málo. Velké úsilí a tvrdá práce nemusí být nutně cestou k radosti. Respektujte sebe sami tím, že budete následovat proud své vnitřní energie. Odpočívejte, hrajte si, přemýšlejte a najděte si čas na spočinutí v tichu. Dělat to, co vás naplňuje, je cesta, jak prohlubovat své sebevědomí.

Ostatní se k vám budou chovat tak, jak se chováte sami k sobě.

Nečekejte, že vás lidé začnou respektovat a chovat se k vám pozitivněji. Nezačnou, dokud se tak nebudete chovat sami k sobě. Nemusíte zůstat mezi lidmi, kteří vás nerespektují, neváží si vás a nejednají s vámi pěkně. Pokud se přece ocitnete v jejich společnosti, buďte velkorysí a pamatujte, že vás nerespektují proto, že nerespektují sami sebe. Můžete telepaticky vysílat zprávu, jak si přejete, aby se k vám lidé chovali. Druzí vás budou využívat a považovat za „své jisté“, jen když je necháte.

Nepotřebujete se na druhé zlobit a domáhat se svých práv, protože tím vyvoláte jen vzájemný boj o moc. Mějte srdce otevřené. Tito lidé s největší pravděpodobností neumí rozpoznat své vlastní vyšší já, a nemohou si proto vážít toho vašeho. Svě sebevědomí nechte zakládat na tom, jak se k vám druzí chovají nebo jak vás vidí. I když ze sebe budete mít sebelepší pocit, vždycky se najdou lidé, kteří vás nebudou respektovat, protože se nenaučili chovat se láskyplně sami k sobě. Vaše vztahy s druhými mohou být jen tak dobré, jak je dobrý jejich vztah k sobě samým. Nevědí-li, jak milovat své „já“, stanoví to mez, nakolik mohou milovat vás. I kdybyste se snažili sebevíc a dělali sebelepší věci, nemohou vám dát lásku, kterou hledáte. Klíčem k dobrým pocitům z chování druhých je odpuštění. Dále uvolněte veškerou zlobu, kterou možná pociťujete, nechte ji prostě jít a soustředte se na jiné věci.

Někteří z vás máte pocit, že za vaše nízké sebevědomí mohou vaši rodiče. Svě rodiče vinit nemůžete, protože to byla vaše reakce na ně, že jste si přestali věřit. Dvě děti mohou pocházet od stejně necitlivých nebo negativních rodičů, přitom jedno vyroste a má dobrý pocit ze sebe sama, zatímco druhé takový pocit nemá. To sami si vybíráte cítit se špatně. Místo litování se kvůli svému dětství a stavění se do role oběti své výchovy si raději uvědomte, že jste si tyto podmínky sami vybrali, abyste se naučili něčemu, co podpoří růst vaší duše. Možná si říkáte: „Můj vzorec je nacházet si muže, kteří mne ponižují, protože jsem měla takového otce.“ Přišli jste na Zem, abyste se naučili něco o lásce. Pokud jste se to nenaučili u svého otce, budete si vybírat muže s podobnými vzorci chování, aby vás naučili něco o lásce. Pokud jste se to nenaučili u svého otce, budete si vybírat muže s podobnými vzorci chování, aby vás naučili to, co potřebujete umět. Svěho otce jste možná vnímali jako necitelného člověka a později vám dojde, že jste si přitahovali podobné typy lidí, dokud jste se nerozhodli, že už tak se sebou zacházet nenecháte. Možná, že jednu z věcí, které jste se přišli v tomto životě naučit, je vážit si a milovat sebe sama. Proto jste si vytvářeli situace, které vás k tomu vyzývaly. Jakmile se rozhodnete udělat to, staré vzorce zmizí.

Každá situace ve vašem životě je příležitost k učení, kterou vytvořila vaše duše, aby vám ukázala, jak získávat více lásky a síly.

Děti reagují na stejnou výchovu různě. Toho si můžete všimnout, když se podíváte, jak moc se od sebe mohou lišit sourozenci, přestože pocházejí od jedněch rodičů. Z některých dětí vystavených negativní energii vyrostou jemní a milující lidé. Někteří jsou tak citlivé, že nedokáží vydržet působení negativní energie a uzavrou v sobě tu svou část, která cítí. Jiné nabydou pocit, že musí být tvrdé a nasadit si masku nezranitelnosti. Sebeúcta pramení z ochoty respektovat to, kdo jste, a milovat se takoví, jací jste právě teď. Bude těžké něco na sobě měnit, dokud se nepřijmete. Vážíte-li si sebe a svých pocitů, druzí vás nemohou ovlivnit.

Jste velmi cenný člověk, bez ohledu na vaši minulost, bez ohledu na myšlenky, které máte, bez ohledu na to, kdo ve vás věří a kdo ne. Jste život sám – rostoucí, rozpínající se a dosahující vzhůru. Všichni lidé jsou hodnotní, nádherní a jedineční. Smyslem všeho, co jste až doposud prožili, bylo naučit vás něco víc o tom, jak si tvořit ve svém životě lásku.

Mezi respektováním sebe sama a sobeckostí vede jemná hranice. Někteří z vás cítíte, že máte plné právo zlobit se na druhé v případě, že vám ublížili. Važte si pocitů druhých, ale dělejte to tak, abyste zároveň respektovali své vlastní. Aby se vám to podařilo, budete chtít vycházet z vyšší úrovně mluvení i jednání. Budete-li mluvit o své zlobě, rozčilovat se nebo křičet, vyvolá to jen vzájemný boj o moc a oběma se vám uzavře srdce. Když někdo dělá něco, co se vám nelíbí, dřív než promluvíte, otevřete své srdce. Pokud se přece rozhodnete něco říct, nabídněte slova raději o tom, co cítíte, než o tom, co kdo udělal. Můžete říct: „Cítím se ublíženě“, namísto „tys mi ublížil/a“. Mocný způsob jak se vyjádřit je: „*Vybírám si cítit se ublíženě.*“ Všechny pocity, které zažíváte, jste si sami vybrali.

Vážit si sebe znamená vědět, že si všechny své pocity v každé chvíli sami vybíráte.

Když mluvíte s lidmi způsobem vyjadřujícím úctu k jejich hlubší bytosti, máte vždycky lepší pocit ze sebe sama. Možná jste si všimli, že když jste dali průchod své zlobě nebo ublíženosti, abyste se zbavili vnitřního napětí, bylo vám nakonec ještě hůř. Přinejmenším ve vás zůstal pocit nedokončenosti. Nemůžete z něčeho odejít, dokud to neuděláte s láskou. Situace, jež opouštíte v hněvu, vás čekají k dokončení v budoucnosti. Nemusí to být s tím samým člověkem, nicméně vytvoříte si podobnou situaci s podobným člověkem, abyste měli možnost vyřešit ji s láskou a v míru.

Je důležité respektovat druhé. Máte-li pocit, že vás lidé nerespektují, vystavili jste se takové situaci možná proto, abyste se naučili něco o soucítění a jemnosti ve svém chování k ostatním. Být citliví k pocitům druhých není totéž, jako snažit se je uspokojovat. Buďte ochotni vidět jejich potřeby a přání. Mluvíte s druhými úsečně, bez zájmu o to, jak se cítí? Mluvíte rozzlobeně nebo nervózně? Sledujte, jakou energii k lidem vysíláte, protože cokoliv dáte, to se vám vrátí. Více si uvědomujte, jak působíte na druhé, protože čím více je respektujete, tím více respektu se vám dostane. Važte si jich, jejich času a hodnot a oni si budou vážit těch vašich.

Někteří lidé si vždycky každého váží a mají pocit, že se jim nevrací, co dali. V takovém případě je to často proto, že nevěří, že si zaslouží pěkné zacházení a dovolují lidem, aby je považovali za „své jisté“. Je snadné respektovat se, když vás respektují lidé okolo. Výzvou je respektovat se, i když to druzí nedělají. Nejprve jim odpusťte a pak se vzdejte jakékoliv potřeby, aby si vás vážili. Potřebujete-li uznání druhých, abyste ze sebe mohli mít dobrý pocit, vzdáte se své vlastní síly.

Je příjemné, když ve vás druzí věří, důvěřují vám a podporují vás. Přesto je důležité, chcete-li být silní, abyste to od nich *nepotřebovali*, abyste na tom nezakládali svou víru v sebe. Potřebujete-li neustále něčí potvrzení, hledáte autoritu v druhých a ne ve svém hlubším já. Vaše pravda může být jiná než pravda ostatních. Mýlíte se jedině tehdy, když si nevážíte své pravdy a přijímáte to, co je pravdivé pro jiné, přestože pro vás osobně to neplatí. Někteří lidé věří v reinkarnaci, jiní ne. Možná že těm, co v ni věří, se žije díky této víře radostněji a snadněji. Možná že víra v pouze jediný život jej dělá důležitější a skutečnější. Ať věříte v cokoli, je důležité, abyste si toho vážili a byli otevření novým pohledům na věc, pokud by vám vytvořily v životě více radosti. Nepřijímejte automaticky nic, dokud vám to nezní jako vaše pravda. Važte si své pravdy, věřte v sebe a postavte se za sebe, mějte ale soucítění s ostatními.

Pamatujte, že na vás záleží, že jste důležití a máte nějaké jedinečné, zvláštní poslání jak přispět světu. Nezapomínejte, že jste významná bytost. Vaše sny, fantazie a cíle jsou stejně důležité jako cíle kohokoliv jiného.

7 Zušlechtování ega – Rozpoznání, kdo jste

Je důležité rozpoznat, kdo jste, a nebýt při tom ani příliš egoističtí, ani příliš skromní. Je to mince o dvou stranách: být vším, čím být můžete. Mnozí z vás jste si zatím neudělali jasnou představu o síle, jakou byste chtěli ve světě projevovat. Mnoho vašich modelových rolí a vzorů silných lidí se opírá o jednání těch, kteří zneužili nebo nevhodně použili svůj vliv. Mnozí jste svou sílu tedy raději ani nepoužívali, protože si pod silou představujete něco negativního.

Je důležité rozvíjet si pozitivní obrazy o povaze síly.

Mnozí z vás jste velmi rozvinutí, máte spoustu vnitřních vhledů i velkou moudrost a hledáte cesty, jak to projevovat ve vnějším světě. Naučte se rozlišovat lidi, kteří mají opravdový vliv a jsou naplnění světlem, od těch, co nosí jen „moci šat“. Tato dovednost vás podpoří na cestě radosti, protože vám pomůže uvědomit si také vaši vlastní ušlechtilost. Vzpomeňte si teď na někoho – muže nebo ženu – v kom vidíte silného člověka. Co na něm nebo na ní obdivujete? Všichni znáte lidi, kteří mají velkou autoritu, a přesto, když jste s nimi, cítíte se nedocenení, přehlíženi nebo ponižováni. Mluvíme o těch, co mají jakoby moc a pozici kontroly a jsou neustále obklopeni spoustou lidí. Chci vám říci, že pravá moc je schopnost motivovat, milovat, povzbuzovat a pomáhat lidem poznat, kdo jsou.

Zamyslete se teď nad lidmi, které znáte a kteří změnili váš život. Díky tomu, že jste je znali, jste se cítili inspirovaní a vnitřně bohatší. Zamyslete se, jak používali svůj vliv. Je důležité umět rozpoznat lidi naplněné světlem, protože přicházejí v mnoha různých formách a „baleních“. A je také načase, abyste si byli vědomi těch, co vás nevedou na cestu většího světla a radosti. Když dokážete jasně rozlišovat, komu leží na srdci vaše nejvyšší dobro, a obklopíte se takovými lidmi, porostete rychleji a budete moci nabízet mnohem více ostatním.

Rozvinutí lidí jsou velmi jemné duše. Některé vyspělé duše ještě nerozpoznaly, kdo jsou, a mohou být příliš skromné. Nejčastěji jsou to lidé štedří, přátelští, se snahou pomáhat. Může se zdát, jako by vám chtěli přinést modré z nebe. Mluvím o určitém stupni vývoje, kdy si osobnost ještě neuvědomila rozměr své duše. Mnozí z vás jste velmi nesmělí, stále ještě zahalení pláštěm pochybností a tápání, kdo vlastně jste. Vy – kdo jste tak laskaví a milující – jste plní světla; máte toho tolik, co můžete světu nabídnout. Je důležité, abyste odložili „závoj“, který vás halí, protože jinak se připravíte o možnost posloužit v daleko širším měřítku. Když věnujete pozornost svým pochybnostem a strachům, onomu vnitřnímu hlásku, který říká „to nedokážeš“ nebo „na to nejsi dost dobrý/á“, berete zkrátka na zřetel své nižší já. Máte možnost zaměřit svou pozornost tam, kam chcete.

Věnujte pozornost své vyšší přirozenosti a ta nižší jednoduše pozvolna zanikne pro nedostatek zájmu.

Nepotřebujete věnovat pozornost vnitřním hlasům, které vám působí bolest, nebo které ve vás vyvolávají pocit, že nejste dost schopní, bystří nebo moudří. S takovou částí sebe sama můžete zacházet jako s malým dítětem; pochovejte ji, ubezpečte ji, že všechno je v pořádku, a pokračujte v cestě. Nedovolte, aby tyto hlasy zaměstnávaly příliš mnoho vaší pozornosti, a nemyslete si ani, že jste jimi vy sami. Učte se nevěnovat pozornost vnitřním hláskům, které ve vás vyvolávají pochybnosti o vaší velikosti.

Základní ušlechtilostí vaší duše je její snaha projevit se ve vašich činech. Jaké vlastnosti a osobnostní rysy byste chtěli mít? S jakými charakterovými rysy, které už máte, jste spokojeni? Uvědomte si, že vlastnosti, které chcete zosobňovat, už máte. Ve svém životě prostě jen hledáte jejich vyšší vyjádření.

Mezí sobeckostí a skromností je jemná hranice. Když kráčíte po této hranici, udržujete projev síly v rovnováze. Vychvalujete se? Když uděláte něco velkého, chcete to hned vyprávět všem okolo? Nebo pozorně nasloucháte druhým, zatímco své vlastní úspěchy dáte stranou? Sklon přechvalovat se nebo zveličovat své výsledky může vytvářet problémy. Zkoušíte si někdy naformulovat předem to, co se chystáte někomu říct o nějakém svém velkém úspěchu? Je rozdíl, když člověk vychází z opravdového sebevědomí, nebo z egoismu.

Když máte pocit, že jste udělali nebo děláte něco obrovského nebo neobvyklého, posíláte svému podvědomí zprávu, kterou mu říkáte, že to není váš běžný výkon. Chcete-li udělat ve svém životě mnoho velkých věcí, berte je v klidu, když přijdou. (Gratulujte si, ale chovejte se, jako by šlo o něco, co děláte dnes a denně). Někteří z vás se například řídíte různými radami o zdravé výživě. Když se vám podaří dodržet je den či dva, hned si říkáte, jak fantasticky jste to zvládli. Tím sdělujete svému podvědomí, že jde o výjimečnou, a nikoliv o běžnou záležitost. Když chcete změnit své stravovací zvyklosti a jíte den či dva zdravě, nepodávejte se pocitu, že jste udělali hrdinský čin, a berte to raději jako něco, co děláte běžně. Berte to v klidu. Tak si v sobě začnete zakládat vizi, že jíst zdravě je váš normální způsob bytí. Nicméně později, až se vám tento nový styl života ustálí, si rozhodně dovoluňte vychutnat dobrý pocit z toho, jak jste se změnili.

Někdy si naopak potřebujete gratulovat daleko víc, než jak to děláte. To je druhá strana mince, nikoliv přehnané sebevědomí, ale jeho nedostatek. Někteří z vás dosahujete jeden cíl za druhým, ale nikdy se nezastavíte, abyste to uznali a blahopřáli si; začnete se prostě hned

soustředit na další věci, které máte udělat. Schází vám povědomí o to, co všechno jste už dokázali, a nedopřejete si žádné uznání za své výsledky.

Je také důležité uvědomit si, kolik pozornosti věnujete tomu, co nejste. Možná si říkáte: „Musím ještě udělat to a to. Proč si nikdy neumím zorganizovat věci, proč jsem tak soustředěný/á?“ Buďte si vědomi, že přemýšlením o nějakém nedostatku svých kvalit si jej vnášíte do sebe.

Čemukoliv věnujete pozornost, to tvoříte.

Když se cítíte nepříjemně kvůli něčemu, co jste udělali, když máte pocit, že jste nebyli dost silní, nebo že jste neřekli, co jste měli, když se zabýváte tím, co nejste a co neumíte – posíláte tyto energie, které vás pak budou ještě více ovládat. Všimněte si raději kvalit, které máte. Vyberte si vlastnosti, které chcete zosobňovat, a vzpomeňte si na situace, kdy se vám to už dařilo. Čím více se uvidíte takoví, jakými se chcete stát, tím více se takovými budete stávat. Když si říkáte: „Nemám žádnou vůli, nic nedotahuji,“ posíláte si tuto energii jednoduše do své budoucnosti. Začnete-li si ale říkat: „*Líbí se mi, jak jednám s lidmi; mám pevnou vůli a dovedu se výborně soustředit,*“ začnete zažívat novou energii přicházející z nitra. Začnete takoví opravdu být. Kdykoliv o sobě máte nějakou negativní představu – když si říkáte věci jako „nikdy nic nedokončím“ nebo „nemám čas“ – posíláte do svého života obraz, vysíláte danou kvalitu a tvoříte si ji ve svém životě. Když o sobě mluvíte pozitivně, také se takovými stanete.

Velmi osvěcené a rozvinuté duše vědí, jak projevit svou velikost a sílu a nevyvolat tím v druhých potřebu bránit se, ale oddanost. Pokud chcete, aby vás lidé respektovali a dívali se na vás s úctou, vězte, že se tak nestane díky tomu, že budete chodit a každému vyprávět, jak jste dobří. Takové lidi jste viděli; přivolávají na sebe útok. A viděli jste také lidi, kteří jsou opravdu vyspělí, usmívají se, vidí velikost v druhých a zaměřují se na podporování a pomáhání. V tom spočívá pravá síla. Vychází z vašich představ o sobě samých. Nemusíte lidem říkat, že jste soustředění a naplnění mírem; oni to vědí. Komunikace je telepatická.

Představy o sobě, které posíláte do světa, určí, jak vás budou vidět druzí.

Pokud o sobě říkáte něco, co uvnitř necítíte jako pravdu, lidé to vycítí. Na druhé straně, pokud víte, že máte určitou vlastnost či osobnostní rys, lidé to ve vás vždycky a všude uvidí a budou vás v tom podporovat, i když o tom nebudete mluvit.

Zušlechtěné ego má schopnost vyjít s druhými lidmi a pomáhat jim vidět jejich vlastní vznešenost a sílu. Soupeřivost pochází často od lidí, kteří nevidí, kdo jsou, a postrádají základní víru ve svou vnitřní velikost. Vychází z nedostatku opravdového sebevědomí. Když opravdu cítíte bezpečí, když víte, že je všeho hojnost, a prožíváte ji, není proč soupeřit. Budete naopak pomáhat ostatním vytvořit si v životě hojnost, ať jsou to peníze, láska nebo úspěch. Budete chtít pomáhat druhý, aby uviděli, kdo jsou, protože sami máte vše, co potřebujete, a víte, kdo jste.

Když jste se svými přáteli – staráte se o to, co si o vás myslí? Pokud chcete, aby vás respektovali a vážili si vás, naslouchejte jim. Pomozte jim soustředit se na jejich vyšší dobro; napomozte jim, aby uviděli svou vlastní krásu a vnitřní světlo. Opravdově silní se nestarají o to, jaký dělají dojem. Více než jejich vlastní osoba je zajímavá člověk, se kterým jsou. Jejich pocit vnitřního míru neustále roste.

Mnozí z vás se obávají prosazovat svou sílu, protože máte o síle mylné a negativní představy.

Potřebujete na Zemi více modelových rolí a vůdčích osobností, které by byly příkladem pozitivní autority. Mnozí vaši velcí duchovní vůdci – ženy i muži – přišli, aby představili nový obraz síly, zušlechtěné síly. Vlivný člověk je ten, kdo dokáže směřovat svou vůli k vyššímu dobru; to je pravá moc. Člověk, kterému jde o to, aby pomáhal a léčil ostatní, je ukázkou síly. Když lidé používají velká slova nebo říkají moudré věci a vy se přesto při setkání s nimi necítíte povznesení a vnitřně bohatší, jako byste našli hlubší úroveň své bytosti, pak jste nebyli svědky opravdové síly.

Chcete-li, aby lidé kolem vás vnímali vaši sílu a rozpoznali, kdo jste, naslouchejte jim srdcem a nedělejte si starosti, jaký na ně děláte dojem. Mějte o ně zájem, věnujte se jim. Poslouchejte svým srdcem a soustřeďte se na to, jak byste mohli povznést jejich vědomí a energii. Pravá síla je vidět na očích. Opravdově silní lidé mají v očích spoustu lásky a hledí na vás zpříma. Neuhybají vaším očím, dívají se přímo do nich. Cítíte, že jim na vás opravdu záleží. Věnují pozornost tomu, co říkáte. Věnujete lidem takovýto živý zájem? Věnujete jim pozornost? Díváte se jim do očí, když s nimi mluvíte? Posloucháte, co vám říkají, anebo si v hlavě pilně sestavujete odpověď či přemýšlíte, jak se hájit? Zabloudí vaše mysl často jinam, když druzí mluví? Věnujte pozornost srdcem, naslouchejte nevysloveným slovům, neboť to všechno jsou cesty jak rozvíjet svou sílu.

Vyhledávejte lidi, kteří jsou milí a jemní a zahrnují vás láskou a pomocí. Mějte jich ve svém životě víc; přitáhněte si je k sobě. Slyšeli jste větu: „Pokorní zdění svět.“ Říká, že moc se vyjadřuje skrze pokoru. Opravdově mocní lidé jsou velmi pokorní. Nesnaží se dělat dojem, nesnaží se být vlivní. Prostě takoví jsou. Přitahují lidi jako magnet. Nejčastěji jsou velmi tiší a soustředění, vědomí si svého „já“ v jádru své bytosti. Vědí, že vše ve vnějším vesmíru je jednoduše jen symbolem jejich vnitřních světů. Převzali zodpovědnosti za svůj osud a často kolem sebe mají mnoho lidí, kteří si k nim přicházejí pro radu. Po setkání s nimi se cítíte znovu nabití a regenerovaní. Nesnaží se nikoho o ničem přesvědčovat; pouze zvou a nabízejí. Nikdy nepřemlouvají, ani nepoužívají manipulaci nebo agresivitu, aby dosáhli toho, co potřebují. Naslouchají. Když mohou nabídnout něco, čím by vás podpořili, udělají to; když ne, mlčí.

Příští týden se podívejte na své názory, které jste si vybrali, a znovu si definujte sílu ve svém životě. Dívejte se na ni jako na jemně plynoucí řeku směřovanou vaší duší. Uvědomte si, kdo jste. Vysílejte o sobě do Vesmíru pozitivní, láskyplné obrazy a sledujte, jak lidé odpovídají. Buďte ochotní používat své vyšší vlastnosti a poznávat své schopnosti.

8 Podobnosti – Sjednocení oddělených já

Různé vaše role identity, které všichni máte, si můžeme nazvat jako vaše „podobnosti“. Všichni v sobě máte nejrůznější části sebe sama. Můžete mít například část, která je impulzivní a dělá věci bez rozmyslu, a vedle ní jinou, pečlivou a opatrnou část. Můžete mít část, která nemá ráda, když se na vás druzí zlobí, nebo část, která chce, aby ji druzí potřebovali. Možná v sobě máte část, která má obavy, nebo jinou, které vytváří strach z budoucnosti, anebo nějakou neodbytnou část, která si pamatuje všechny vaše bolestivé zkušenosti a neustále vám je připomíná. Na své cestě tímto životem vynášíte každou ze svých částí na vyšší úroveň poznání a chápání.

Když se naučíte neztotožňovat své podosobnosti se svým skutečným „já“, osvobodíte se a budete je moci snadněji vynést do světla. Cesta, jak se stát svým vyšším já, je integrovat všechna svá „já“, neboli podosobnosti, s duší. Vnitřní hlas, který vám říká, „to nedokážeš“, není hlasem vašeho vyššího já. To se jen ozývá nějaká vaše část, která potřebuje, abyste ji uviděli, milovali a ukázali ji vaši vyšší vizi.

Jednotlivá „já“, která ve vás existují, mohou být vyléčena a integrována s vaší vyšší vizí. Vznikla možná v době krize nebo zakládají své programy instrukcí a chápání reality na představách či obrazech převzatých od vašich rodičů nebo přátel. Řekněme, že si do svého života neustále přitahujete vztahy, ze kterých nemáte dobrý pocit. Možná máte nějaké „já“, které vám přitahuje vztahy podle vašich starých představ. Možná že vás jistým způsobem odmítali vaši rodiče a toto „já“ si vytvořilo představu, že „být odmítán/a“ patří k tomu „být milován“. Tato podosobnost vám může šikovně přitahovat do života nové přátele – takže musíte uznat, že se snaží udělat pro vás něco pozitivního, přestože vás tyto přátele dříve nebo později odmítnou. Nemusíte se kritizovat, že stále opakuje některé vzorce jednání, protože pročišťování těchto vzorců je jednou z cest vašeho vývoje. Teď nastal čas, abyste si toto své „já“ uvědomili, promluvili s ním a ukázali mu nové obrazy a představy o lásce, jakou teď chcete zažívat. Můžete mít také nějaké „já“, které věří v nedostatek – že není dost dobré s takovou částí sebe sama promluvit a ukázat jí obrazy hojnosti.

Zamyslete se na chvíli, co byste chtěli ze všeho nejvíc dokončit a zanechat po sobě, kdyby vám zbylo šest měsíců života. Co byste ve svém životě hned teď změnili: Jakých omezení, která momentálně máte, byste se zbavili? Kdybyste o sobě měli planetě zanechat jediný dar, co by to bylo?

Máte jednu část, která sleduje a pečuje o všechny ostatní části – je to vaše vyšší já.

Svému vyššímu já se nejvíce přiblížíte, když ho uznáte a budete rozvíjet všechny ostatní části. Vaše podosobnosti jsou jednoduše části vás samotných, které ještě nejsou s vaším vyšším já spojené. Představy, které tyto podosobnosti mají, můžete velmi lehce změnit, když budete vždycky ze všeho nejdřív věnovat pozornost svým vnitřním hlasům. Jakmile v sobě zaslechnete nějaký myšlenkový vzorec, například hlas plný pochybností, začněte se na něj dívat jako na část sebe sama, která prosí vaši duši o pomoc a potřebuje, abyste jí ukázali nové obrazy a systémy víry. Na všechny hlasy, o nichž víte, že nejsou od vašeho vyššího já, můžete reagovat tak, že jim budete naslouchat, promluvíte s nimi a řeknete jim o své vyšší vizí. Tyto hlasy zkrátka nevědí, že si teď tvoříte svou realitu podle jiného, nového modelu.

Co je tím vyšším posláním, tou vyšší vizí? Všichni jste přišli do tohoto vtělení nejen proto, abyste postoupili ve svém vývoji na vyšší úroveň, ale také proto, abyste pomohli s planetou a žili tu jako lidé, kteří přispějí k dobru lidstva. Když se vám všechno zázračně daří a otevírají se před vámi každé dveře, je to proto, že jdete nejen svou vlastní vyšší cestou, ale že ji zároveň vplétáte také do vyšší vize lidstva. Jste tady, abyste v sobě rozvíjeli určité kvality a naplnili své vyšší poslání. O jaké kvality se jedná, poznáte podle výzev, které vás na vaší cestě neustále potkávají. Tyto výzvy se mohou objevovat jako jednotlivé životní situace, přesto však mají lekce, které si přitahujete, i všechny věci, které se učíte, něco společného.

Každý se rodí s vyšším posláním a vyšší vizí. Cestujete tímto životem, abyste tuto svou vizi objevili a naplnili. Výzvou vašeho vyššího já je neustále rozšiřovat vaši vizi sebe sama a toto vaše já pak dostávat do čím dál prostornějších oblastí působnosti. Někteří z vás se mohou specializovat na nějakou konkrétní věc a soustředit se na ni ve stále větších detailech. Jiní se mohou na své cestě vydávat dál a získávat poznání v nových oblastech. Jedním z cílů duše v jejím vývojovém cyklu je vetkat všechny vaše jednotlivé části do vašeho vyššího já.

Vyšší já je vaše část existující mimo svět polarit. Každý vnitřní hlas, který se přiklání jedním směrem, si vždycky tvoří svůj protipól. To znamená, že máte-li v sobě nějakou konzervativní část, která se brání všemu novému nebo jakékoliv změně, pak bude existovat také její opak – část, která je ráda spontánní, chce být volná a vítá každou změnu. Možná zjistíte, že tyto dvě části spolu neustále hrají svou hru, jedna proti druhé.

Máte spoustu dvojic částí, kdy jedna řídí „něco“ a vedle ní je druhá tvrdící vždycky pravý opak. Když tyto dvě strany rozřešíte, vytvoříte v sobě prostor pro vaše vyšší já. Jednou

z cest, jak to udělat, je nechat tyto části vést dialog. Máte-li ve svém životě nějakou oblast, ve které se neustále pohybujete sem a tam, protože jedna vaše část říká: „Tohle je odpověď, udělej to *takhle*“ - můžete se na celou věc podívat jako na střed dvou vašich částí, které se dostaly do konfliktu. Představte si, že držíte každou z nich v jedné ruce a vytvořte mezi nimi rozhovor. Nechte je, ať se každá vyjádří, co dobrého se snaží pro vás udělat. Nechte je spolu mluvit a objevujte kompromis, který vyhovuje oběma. Ve své mysli jim ukážete, co chcete v životě dokázat, a poproste je, aby vám pomohla naplnit vaše důležité cíle.

Každá vaše část má pro vás dar a je tu jako váš přítel.

Nemáte ani jeden vnitřní hlas, který by vám nechtěl pomoci. Možná má nespornou představu o tom, co chcete, nebo vznikl před mnoha lety a řídil se stále ještě starým programem. Kupříkladu část, která zažívá strach, vás chce možná chránit a dělá to, jak nejlépe umí. Vaše cesta v tomto životě je povznést všechny své části vzhůru a spojit je s vaší vyšší vizí a posláním.

Naučte se milovat každé své „já“, protože svou láskou je začínáme sjednocovat s vaším vyšším já.

9 Láska: Znáť moudrost srdce

Láska je potravou Vesmíru. Je nejdůležitější ingrediencí života. Děti jdou za láskou, vzkvétají v lásce a rostou z lásky. Bez ní by umřely. Láska je energie obíhající kolem světa; existuje všude a ve všem. Není jediný aspekt vašeho života, který by nezahrnoval lásku. I ten nejtemnější okamžik má v sobě element lásky – její potřebu, nedostatek nebo touhu vytvořit jí víc. Na této planetě věnujte tolik energie na získávání lásky, a přesto existuje, nejen ve vaší kultuře, spousta myšlenkových forem, které vám lásku velmi znepřístupňují.

Když mluvím o lásce, chtěl bych mluvit o běžných myšlenkových formách, které o ní ve svých myslích udržujete. Jakékoliv myšlenky jiných lidí vám jsou přístupné telepaticky. Když hledáte lásku, napojujete se zároveň na její vesmírné vysílání (spolu se všemi masovými přesvědčeními, které s ním přicházejí).

Láska je vjem v těle, v emocích a konečně v duchovních rovinách. Mohli bychom ji vyjádřit jako všudypřítomnou sílu a dívat se na ni jako na element, který drží pohromadě částice atomu. Láska je síla, jako gravitace nebo magnetismus, zatím ale není jako síla chápána. Na té nejvyšší úrovni ji lze charakterizovat jako částici, která cestuje tak rychle, že je všude najednou, a stává se vším, co existuje. Všichni toužíte po vyšších rovinách lásky, mnozí ale uvíznou v běžných myšlenkových formách, které o ní panují.

Představte si, že množství lásky, kterou jste schopní pojmout, má svou mez – podobně jako má rychlost světla svou horní hranici. Říká se, že nic není rychlejší než světlo, a přesto něco takového existuje, i když ve vašem vesmíru se to ještě neví. A stejně tak je tomu s láskou. V pozemské rovině existuje bod, který je nejvyšším vyjádřením lásky, jehož lidstvo jako celek dosáhlo. A přesto je možné mít lásky ještě víc. Všichni vaši velcí mistři a učitelé pracují na tom, aby vnesli do pozemské roviny více lásky z vyšších dimenzí. Jaký by to byl pocit takovou lásku prožívat? Jak byste poznali, že ji máte?

Všichni jste takovou lásku už zažili. Máte různá slova rčení o tom, co je láska, a přesto víte, že slovy nebo myšlenkami se popsat nedá. Láska je prožitek, vědění, je to spojení s druhými, se Zemí a v konečném důsledku se svým vyšším já. Kdykoliv se totiž s čímkoliv spojíte, toužíte vlastně prohloubit svůj vztah ke svému vlastnímu já.

Lidé vám často nabízejí příležitost poznat na podkladě jejich lásky vaše vyšší a lepší já.

Jenže, jak se zdá, když usilujete o vyšší roviny lásky, ozve se často vaše osobnost s jejími pochybnostmi, strachy a očekáváními. Abyste mohli mít více lásky, budete potřebovat překročit své hranice. Můžete mít v životě více lásky, když se budete dívat dopředu, vzdáte se starých vzorců chování a věříte, že umíte milovat ještě víc, než jste kdy milovali. Další z cest, jak prožívat více lásky, je ohlížet se a vzpomínat na období svého života, kdy jste byli silní a plní lásky a světla. Budete-li svou minulost využívat ke vzpomínání na své těžkosti a neúspěchy, vytvoříte si svá minulá omezení také ve svých současných vztazích.

Co pro většinu lidí znamená láska? Láska je v masovém povědomí spojená s nejrůznějšími představami o jejích formách. Ve vztazích je to závazek, manželství, obřad a rituál. V rodině je to pečování o druhé, přijímání péče, závislost a nezávislost. Oslovuje připoutanost a odpoutanost. Na osobnostní úrovni vyvolává často svůj opak – strach. Tolik z vás, kdo jste se zamilovali nebo prožili chvíle hluboké lásky, jste se vzápětí stáhli nebo zavřeli, vzdálili se od druhého nebo přestali svou lásku projevovat. Do hry možná vstoupila vaše osobnost a promluvila k vám se svými pochybnostmi a obavami. Pokud se vám něco takového stane, můžete se s tím vyrovnat tak, že budete svou osobnost milovat a znovu a znovu ji ubezpečovat, že vše je v pořádku. Kdykoliv procházíte branou do větší lásky, do její nové dimenze, vždycky vyjde na povrch nějaká vaše část, která se necítila být milována. Možná ji promítnete do svého partnera a budete si myslet, že je to on či ona, kdo se vzdaluje, nebo si vytvoříte nějaké okolnosti, kvůli kterým už nebudete moci toho druhého tolik milovat. Je to však ve vás, to vy sami si vytváříte nějaké okolnosti, kvůli kterým už nebudete moci toho druhého tolik milovat. Je to však ve vás, to vy sami si vytváříte toto odcizení. Když se objeví pochybnosti, strach nebo zklamání, hledejte raději v sobě, místo obviňování druhých, a ptejte se: „Mám nějakou část, která vytváří důvod k obavám?“ Když se obrátíte dovnitř, promluvíte s ní a ujistíte ji, že na jejím strachu není nic špatného, když jí ukážete novou, projasněnou budoucnost, do které směřujete, půjde se vám dál s touto láskou daleko snadněji.

Představte si, že na vaší planetě existuje spousta telepatických zpráv, a že kdykoliv na cokoliv pomyslíte, vyladíte se na všechny lidi myslící na totéž. Takže když myslíte na lásku – na to, jak jste milováni, kolik lásky je ve Vesmíru nebo jakou máte radost a vnitřní světlo – spojujete se se všemi ostatními, kteří žijí na této frekvenci mysli. Máte-li pochybnosti, napojíte se jejich prostřednictvím na vibrace a myšlenky žijící v odpovídající rovině strachu. Tyto myšlenky neodpuzuje, ale také v nich nezůstávejte. Nevěnujte svůj čas neustálému přemýšlení, proč by něco nemuselo vyjít. Soustřeďte se raději na to, proč to *vyjít může*; kolik je ve vás lásky, kterou můžete nabízet všem – svým dětem, rodičům, přátelům i těm, které milujete hluboce a intimně.

Láska přesahuje „já“.

Všichni jste někdy zažili hlubokou lásku, kdy jste byli schopni dát stranou svou osobnost, svá vlastní chtění a přání, abyste pomohli druhému. Láska je prostor, který existuje jako energie. Můžete se na ni kdykoliv napojit tak, že na někoho s láskou pomyslíte. Tím doslova pozvednete své vlastní vibrace. Mnoho rozvinutých bytostí, jako já a mnozí další, kteří pracují na této úrovni, soustřeďuje lásku na vaši planetu, abyste ji mohli zažívat ještě silněji. Kdykoliv milujete bezpodmínečně, z hloubi své bytosti, a kdykoliv takovou lásku přijmete, pomáháte jí dosáhnout také moha dalším lidem.

Láska vyšších rovin je absolutní soucítění a úplné odpoutání se. Když milujete takovou láskou, díváte se na větší obraz životů lidí a soustředíte se ne na to, co od nich chcete, ale na to, jak je můžete podpořit v jejich růstu a vývoji jakýmkoliv směrem, který prospěje jejich nejvyššímu dobru. Láska znamená soustředit se na to, jak můžete posloužit lidem a zároveň tím přispět ke svému vlastnímu růstu a vyššímu poslání. Láska otevírá dveře růstu a vitalitě. Asi ze své zkušenosti víte, jak zamilování dokáže probudit k životu – zamilování se do

kohokoliv, do dítěte, přítele nebo do rodiče. Moje radost, když k vám „procházím“ a asistuji lidem, je vidět květiny rozkvétat; dívám se na lidi, ke kterým mluvím, jak rostou a stále více milují sebe sama. Tato energie se ke mně vrací a je mnohonásobně zmnožená, což mi na oplátku pomáhá vysílat ještě více lásky.

Zamyslete se na chvíli nad zítřejším dnem. Jaký budete mít den? Mohli byste nějakým způsobem obdarovat někoho svou láskou nebo sami prožívat více lásky?

Další z cest, jak prožívat lásku, je vážit si lidí a sebe sama. Když se pozastavíte a oceníte každého, koho uvidíte, když budete k lidem vysílat pocity lásky, zvýší se vaše vibrace a váš život se v mnohém změní. Oddanost myšlence lásky vám ji přinese. Nemusíte sestupovat na osobnostní úroveň, kde si říkáte: „Vydrží nám to, bude to fungovat?“ Raději se hned teď zeptejte: „Jak mohu prohloubit lásku, kterou v tomto vztahu máme?“ Láska působí v přítomnosti a soustředěním se na ni v přítomnosti si ji posíláte do budoucnosti a uvolňujete ji pro minulost.

Žijete-li v pocitech lásky – když ji dokážete najít ve všem, co děláte, a vysíláte ji dotykem, slovem očima a pocity – pak můžete jedním aktem lásky vyrušit tisíce činů nižší povahy.

Můžete pomoci transformovat planetu. Není zapotřebí zas tak mnoha lidí soustředících se na lásku, aby se změnil osud lidstva, protože láska je jednou z nejmocnějších energií Vesmíru. Je tisíckrát mocnější než zloba, odpor nebo strach.

Pomyslete teď na chvíli na tři lidi, kteří by mohli potřebovat a použít vaši bezpodmínečnou lásku, a pošlete jim ji. Představte si, že existují tři lidé, od nichž byste byli ochotni bezpodmínečnou lásku přijmout, a otevřete se jí.

Umíte si představit pocit, že máte stále otevřené srdce a všude, kam přijdete, důvěřujete, jste uvolnění a víte, že Vesmír je přátelský? Jak by plynul váš život, kdybyste věřili, že máte jemné a laskavé vnitřní vedení a že ať jdete kam jdete, lidé vám vždycky posílají lásku a vy sami vyzařujete paprsky lásky pro všechny okolo. Jak by se změnil váš život, kdybyste dokázali rozpoznat lásku nebo prosbu o ní ve všem, co vám lidé říkají, bez ohledu na to, jak to řeknou. Dívali byste se vždycky jen hlouběji, abyste potvrdili a rozpoznali lásku v nitru každé bytosti, jako to dělám já. Když tuto lásku dokážete uvidět, přivoláte ji na svět a budete si ji přitahovat.

Až dnes půjdete do světa, všimněte si, že lásku můžete rozdávat očima, úsměvem, srdcem nebo jemným dotykem. Přišli jste na Zemi jako společenství, když z vás může vyzařovat vyšší pocity lásky, myšlenkovou formu lásky, kterou si můžete vzájemně nabízet. Po zbytek dnešního dne zůstaňte ve svém srdci. Prožívejte lásku, kterou jste, a buďte otevření přijímat od druhých uznání za vaše nádherné světlo a lásku ve vašem nitru.

10 Otevřít se přijímání

Představte si, chcete-li, že jste král a vaše pokladnice jsou plné. Máte takové bohatství, že nevíte, kde začít rozdávat dřív. Lidé ve vašem království chodí a povídají si, jak jsou chudí, ale když jim nabídnete své peníze, dělají, jako by vás neviděli nebo hledají, co je na vaší nabídce špatného.

Dívám se a všude vidím plné sklady – neotevřené, nevyužité nebo dokonce neviděné. Asi jste slyšeli spojení „nebe na zemi“. Můžete ho mít. Nemůže vám v tom zabránit nic než vaše schopnost o to poprosit a přijmout to. O jaké sklady jde? Co všechno v nich je, co bychom rádi vydali?

Je to především láska. My neměříme růst stejně jako vy (postupem v kariéře, větším výdělkem a podobně). Díváme se na duchovní vývoj, k němuž patří radost, láska k sobě sama, umění přijímat, změna negativního v pozitivní, zušlechťování ega, ochota otevřít se novému nebo schopnost spolupracovat na společném díle.

Lásky je všude veliká hojnost – je jí jako vzduch, který dýcháte.

Prosíte o lásku? Čím více dáváte a přijímáte lásku, tím více duchovně rostete. Kdykoliv se soustředíte na něco, co nefunguje, nebo přemýšlíte o někom, kdo vás nemiluje, jste jako člověk, který se odvrací od královských peněz. Vždycky máte možnost vzpomínat na období, kdy jste byli milováni, představovat si svou budoucnost plnou hojnosti a podílet se tak a brát si z duchovního bohatství.

Na co obvykle myslíte? Každý nádech vás vynáší do světa esencí, odkud se tvoří formy, a s každým výdechem posíláte svá přání do světa. Kdykoliv dokážete uvidět lásku, kterou máte, rozšíříte ji. Jeden ze zákonů přijímání říká, že kdykoli poznáte, že jste něco dostali, ještě víc si to ve svém životě rozšíříte a pokaždé, když něco neoceníte, bude velmi těžké poslat vám víc.

Čím více se soustředíte na to špatné, tím více špatného si ve svém životě tvoříte; tím více to proniká i do oblastí vašeho života, které dříve *dobře fungovaly*. Čím více se soustředíte na to, co je na vašem životě dobré a co se vám daří, tím lépe se vám povede i v ostatních oblastech. A stejné je to s přijímáním. Čím více uvidíte a oceníte, co všechno dostáváte, tím více budete mít.

Jsou dva typy přání: přání vaší osobnosti a přání vaší duše.

Co jsou přání vaší duše?

Přání duchovně růst je přáním duše, stejně jako prosba o vyšší poslání: o vyjasnění, lásku nebo soustředěnost. Touha najít svou vyšší cestu nebo mít ve svém životě více světla jsou také přání duše.

Žádosti osobnosti bývají svrchním ošacením pro přání duše. Jsou obvykle konkrétnější, jako například žádost o nové auto nebo jiné hmotné předměty. Budete-li ochotni dívat se na hlubší motivaci zatím kterým přáním a uvědomíte-li si, co čekáte, že danou věcí získáte, otevřete si daleko více cest a možných forem, ve kterých to k vám může přijít.

Žádosti osobnosti jsou velmi specifické, takže Vesmíru trvá často déle, než najdete cesty, jak vám žádanou věc přinést. Kdybyste však namísto peněz žádali spíše o to, co vám tyto peníze mají přinést, třeba o více bezpečí, příležitost cestovat, možnost vzít si v práci volno nebo o lehké splácení měsíčních účtů – to vše se vám dá donést snadněji než peníze.

Učit se přijímat znamená učit se žádat spíše o esenci toho, co chcete, než o konkrétní formu.

Vesmír vám často přinese přesně to, oč žádáte, a vy zjistíte, že to vlastně není to, co chcete. To je velké plýtvání časem. Dřív než řeknete, že něco chcete, ptejte se: „Mohl/a bych své přání formulovat šířeji nebo přesněji?“

Řeknete-li: „Chci, aby mě tento člověk milovat,“ nebo „Chci, aby mi ten a ten člověk přinášel radost,“ velmi jste Vesmíru omezili možnost dát vám, co chcete, zejména pokud vás tito lidé nemilují a nepřinášejí vám radost. Když si ale řeknete: „Jsem otevřený/á přijmout do svého života ženu/muže, která/ý mne bude milovat,“ získáte to mnohem snadněji, protože nejste upnutí na formu (na jednoho konkrétního člověka), ale ptáte se spíše po esenci (lásce a radosti).

Když chcete, aby se vám něco objevilo v jedné konkrétní podobě, může to trvat déle, než když necháte Vesmír kouzlit a dělat zázraky a vyplnit vám spíše přání duše než žádosti osobnosti. K tomu je často zapotřebí umět se odpoutat a dát věcem volný průběh.

Možná se vám už stalo, že jste si něco představovali a pak se vám to splnilo. Jenže mnozí z vás nevíte, jak opustit to staré, co máte, a jak se otevřít novému. Chcete-li dostávat, buďte ochotní otevírat se novým formám.

Máte-li ve svém životě změt' různých vztahů, nebo trávíte-li většinu svého času ve vztahu, který vás neuspokojuje, nezbyvá už pro jiný, nějaký lepší vztah ve vašem životě žádné místo. Žádáte-li o více peněz, ale všechen svůj čas trávíte rozdáváním svých služeb nebo nevýdělečnými aktivitami, bude mnohem složitější si peníze přitáhnout.

Chcete-li si vytvořit to, oč žádáte, buďte ochotní dělat věci, do kterých vás vede vaše duše.

Když o něco požádáte, začnete pak často procházet řadou nečekaných změn, které vás mají na danou věc připravit. Potřebujete možná změnit svůj přístup. Možná máte nějaké názory, které vytváření energetické bloky znemožňující vám přitáhnout si žádaný dar. Vesmír vám hned pošle různé situace, které vám dají příležitost otevřít se a změnit svůj přístup, abyste tak mohli mít to, co chcete.

Abyste mohl mít to, oč žádáte, musíte se někdy něčeho vzdát. Možná se potřebujete vzdát nějakého přítele nebo myšlenky, neúčinné aktivity nebo příliš velkého strachu. Není to proto, že by vás Vesmír chtěl trestat nebo ztěžovat vám cestu, ale protože máte uvnitř jemného a milujícího učitele, který vám chce dát cokoli, až když jste na to připraveni a přispěje to k vašemu nejvyššímu dobru.

Nemusíte například hned dostat větší sumu peněz, pokud nejste připraveni ji zvládnout. Vaše vyšší já vám možná nejdříve připraví mnoho lekcí, ve kterých budete moci změnit a posunout své názory, aby tak peníze, které přijdou, opravdu přispěly k vašemu růstu. Žádáte-li egoisticky, Vesmír vás na ně vždycky nejdříve připraví, aby vás nepoškozovaly, až je budete mít. Mnohé z žádostí o slávu a velké peníze v podstatě nejsou k užítku vaší duše, a mohou být proto pozdrženy.

Když se rozhlížíme po lidských myslích, jsme smutní z toho, o jak málo žádáte. Vidíme omezený záběr vašich myšlenek, kdy se díváte spíše do dlaně, místo abyste mířili k výšinám.

Jsou cesty, jak mít ve svém životě víc.

Jednou z nich je používat svou představivost, protože představivost je velký dar, kterým jste byli obdařeni. Kdykoliv si cokoli přejete, jděte ještě dál – představte si něco ještě lepšího! Ať chcete cokoli – dům, přítele, milence, jakýkoliv vztah, auto či pohodový život – fantazírujte o tom, rozšiřujte svou vizi.

Fantazie mohou ukazovat na vaše vyšší poslání. Mnoho z představ, které se nejčastěji objevují ve vaší fantazii (včetně těch, od nichž se cítíte na hony vzdálení), jsou totiž obrazy vašeho vyššího poslání a života, jakým budete žít, až jej dosáhnete.

O co můžete žádat? Můžete žádat o duchovní růst a více světla, protože to je všeobecná prosba, kterou vaše duše využije, aby vám mohla přinést mnoho nečekaných darů. (Až k vám tyto dary přijdou, budete je chtít vidět a ocenit.)

Důvěřujte v sebe a věřte, že můžete vytvořit, cokoli chcete.

Budete-li si věřit a necháte odejít vzpomínky na období svého života, kdy se vám nedařilo, pomůže vám to otevřít se větší hojnosti. Když už musíte myslet na minulost, myslíte

na doby, kdy jste byli silní a tvořiví. Jděte do svého srdce a ptejte se, jestli cítíte, že si zasloužíte tu radost a lásku, která vás čeká na cestě vašeho vyššího poslání.

Můžete si začít představovat radost, mír a harmonii jako své životní právo. Můžete žádat o soustředěnost, vyjasnění a lásku. Žádejte o vizi svého vyššího poslání a buďte ochotní uznat i ty nedrobnější dary, které vám každý den přicházejí. Čím více budete potvrzovat, co vám Vesmír posílá, tím více si toho můžete do svého života přinést.

Žádejte! Nemůžeme vám dát nic, dokud o to nepožádáte. Vesmír čeká na vaše přání. Když vidíte, že se vám začínají plnit, buďte ochotní brát a přijímat. Když se objeví příležitost, chopte se jí! Děkujte a oceňujte za to Vesmír – a můžete si tvořit své nebe na zemi.

11 Oceňování, vděčnost a zákon rozšíření

Když se chcete zbavit nepříjemných pocitů, jste-li vyčerpaní, unavení, kvůli někomu smutní nebo zklamaní, můžete rychle měnit svou energii a dostat se z tohoto prostoru, když se začnete dívat na vše dobré, co máte, a budete děkovat – děkuji ti mé *já*, děkuji ti *Vesmíre*. Tímto způsobem můžete velmi účinně počistit svou auru a zvýšit vibrace. Kdybyste každé ráno věnovali hned po probuzení dvě minutky děkování, váš den by se nesl v mnohem vyšší energii.

Co je smyslem věčnosti? Vděční nemusíte být jen proto, že vám rodiče řekli, že se má děkovat a být slušný. Asi víte, že existuje svátek Děkuvzdání, a nejspíš jste už slyšeli někoho děkovat, když úspěšně prošel nějakou životní zkouškou. Vděčnost a děkování mají své vyšší důvody. Posíláte jimi doslova volání k vesmíru, aby vám přinesl víc.

Vše, za co děkujete a čeho si ceníte, se ve vašem životě ještě více rozšíří.

Už jste si někdy všimli, jak rádi jste s lidmi, kteří vám děkují, váží si vás a uznávají vás? Když jim poradíte, řeknou: „Děkuji, to mi moc pomohlo.“ Když jim něco nabídnete, nechají si to a milují to. Všimli jste si, jak jim chcete dávat víc? A stejné je to na energetické úrovni i s Vesmírem. Kdykoliv se pozastavíte a poděkujete Vesmíru za hojnost, kterou máte, Vesmír vám dá ještě víc. Ve chvíli, kdy děkujete, se prosvětlí vaše aura. Změníte ji srdcem, protože pocit vděku vychází ze srdce. Když děkujete, otevíráte své srdce. A srdce je brána k vaší duši; spojete svět forem se světem esencí. Vděčnost a díky jsou přímou cestou k srdci, k vaší esenci a k vaší duši.

Děkováním můžete pročišťovat svou auru a zvyšovat své vibrace. Vděk rezonuje ve vašem těle se srdečním centrem. To vám umožňuje více se otevírat přijímání. Vaše srdce se otevře vašemu vědomí a láska, která ze srdce vyzařuje, pak léčí vaše fyzické tělo. Zvýší a zjemní se vaše vibrace a právě ty přitahují to, co chcete mít. Když děkujete, Vesmír na to odpoví ladícím tónem nebo zvukem, který vám přinese ještě více téhož.

Děkovat můžete různě – myšlenkou, slovem nebo písemně. A pak je tu také pocitový, srdcem procítěný vděk, který je ze všeho nejdůležitější. Když děkujete jen tak, nepozorně a bez pocítění v srdci, pak bez ohledu na formu nebude účinek takový, jako když vycházíte z opravdové vděčnosti a děkujete s plným vědomím. Když si pomyslíte „děkuji ti“, příznivě to ovlivní vaše fyzické tělo, a když své díky vylovíte nahlas, bude účinek ještě silnější. Znáte lidi, kteří vždycky za všechno poděkují? Nemluví o těch, kteří to dělají ze zvyku nebo proto, že se neustále omlouvají nebo chtějí získat vaší přízeň. Mluví o lidech, kteří vás opravdu uznávají a váží si vaší přítomnosti. Tito lidé tak rozšiřují to, co budou dostávat od ostatních a od světa.

Když si své myšlenky zapíšete nebo je vyslovíte nahlas, dostávají se do světa forem rychleji, než když o nich jen přemýšlíte. Když něco chcete, zapíšte si to a řekněte nahlas,

protože proces mluvení a psaní je o krok blíže k dané věci než proces přemýšlení. Ruce a hrdlo jsou dvě centra tvoření ve hmotě. Když řeknete ostatním o myšlenkách, které máte v mysli, stanou se tyto myšlenky součástí světa forem, a když je zapíšete na papír, jsou svému stvoření ještě blíže. Poděkovat v mysli je v pořádku. Také se tím rozvíjíte, ale ještě mocnější je poděkovat Vesmíru a ostatním lidem nahlas. A napsané „děkuji ti“ je dokonce ještě mocnější než vyslovené.

Abyste si vytvořili něco nového, nebo abyste dál dostávali to, co už dostáváte, vezměte papír a tužku a piště Vesmíru své „Děkuji ti“.

Pišťe si večer seznam všeho, co jste přes den dostali. Může to být něco, co jste si koupili, nebo úsměv od neznámého člověka, dobrý pocit či příliv nové energie, auto, které vás zavezlo, kam jste potřebovali, nebo peníze, které jste dostali. Budete žasnout, kolik darů vám každý den přichází do cesty. Když potvrdíte, co jste dostali, navážete s Vesmírem spojení a to vám umožní dostávat ještě víc.

Možná chcete napsat nebo zavolat někomu, kdo vám pomohl, a vyjádřit mu nebo jí svou vděčnost. Čím více projevujete svou vděčnost a děkujete za vše, co máte, tím více měníte molekulární vibrace svého těla a pozvedáte je z hustých energií do jemnějších rovin. Možná jste si všimli, že vysoce vyspělé duše a velcí učitelé věnují mnoho svého času oceňování a děkování Vesmíru. Ve svých meditacích cítí opravdovou pokoru a vděk za vše, co dostávají.

Jaký vliv má vděk na různá energetická těla? Když si něčeho ceníte, doslova tím proměníte své fyzické tělo. Oceníte-li například své dobré zdraví, posíláte buňkám svého těla zprávu. Buňky na to zareagují, protože každá z nich má v sobě hologram celé vaší bytosti. Každá buňka má své vlastní vědomí. (To ale neznamená, že by myslely vám známým způsobem). Skládáte se z mnoha různých buněk, které fungují na jiné úrovni vědomí než vaše celkové vědomí nazývané „já“. Vaše buňky mají také rády uznání. Chcete-li se vyléčit nějaké potíže v těle, nezapomínejte na své minulé nemoci a nebojte se už dopředu bolestí nebo problémů, které by mohly nastat, a raději děkujte svému tělu za všechny ty úžasné věci, které dělá dobře. Budete-li posílat svému tělu často svůj vděk, bude vám dávat ještě víc. Buňky vašemu pocitu vděku rozhodně porozumějí a budou se snažit pracovat pro vás ještě usilovněji.

Buďte svému tělu vděční za to, jak se pohybujete, jak jedná a nosí vás všude, kam potřebujete. Ceňte si toho, jak proměňujete jídlo na energii a jak dobře vám slouží. Budete-li své tělo odsuzovat, dívat se na něj a říkat si: „Nelíbí se mi má stehna, mé břicho“ a podobně, budete-li si na něj stěžovat, nebude na vás reagovat tak dobře. Myslete na své tělo jako na celek složený z milionů entit – buněk – které mají pocity. V momentě, kdy se rozhodnete ho ocenit, změníte své fyzické vibrace. Buňky se okamžitě dají do práce a zvýší vaše energii. A když máte nějakou negativní myšlenku, jednu z těch nevděčných, vaše energie klesne.

Vděčnost léčí emoce.

Spojuje emocionální tělo se srdcem a tím i s duší, protože duše se dosahuje skrze srdce. Emocionální tělo je neustále vibrující proud energie kolem vás. Když děkujete a ceníte si svého života, když uznáváte lidi, události a vyšší síly, energetický obrazec představující vaše emocionální tělo se začne samo reorganizovat na vyšší a jemnější vibrace. Vaše emoce jsou nejmagnetičtější částí, kterou máte, co se týče přitahování událostí, lidí a věcí. Čím jste klidnější a odpoutanější, tím snadněji získáte to, co chcete. Bude samozřejmě potřeba nasměrovat za tím také svou vůli a záměr. Čím větší je váš vnitřní klid a mír, tím snadněji se můžete soustředit na svou vyšší bytost a tím více můžete mít.

Když pociťujete hluboký vděk a prožíváte jej ve svých emocích, zklidní vás to a zvýší se vibrace vašeho emocionálního těla. Vděkem je nejvíce ovlivněno srdce, kterého skrze vděk

také nejsnáze dosáhnete. Chcete-li se spojit s lidmi ve svém srdci, važte si jich. Budete-li vysílat lidem telepaticky své uznání, automaticky zastavíte jakékoliv mocenské boje. Až budete tento týden se svými přáteli, všimněte si na nich něčeho pěkného a oceňte je za to. Ujistěte se, že je to opravdu od srdce, a ne jen tak za něco, co byste si museli vymyslet. Můžete-li jim nějakým způsobem projevit svou vděčnost za to, kdo jsou, pozvednete okamžitě úroveň vašeho vzájemného spojení vzhůru do srdce.

Děkování a vděčnost otevírají spoustu dveří do vyšších úrovní Vesmíru.

Vděčnost je branou do srdce, otevírá ho a umožňuje vám zažívat v životě více lásky. Příští týden, kdykoliv si vzpomenete, oceňte každého, koho uvidíte. Ať je to váš přítel, milovaný člověk, někdo neznámý nebo váš spolupracovník, podívejte se, jestli mu nebo jí můžete poslat svou vděčnost nebo poděkovat. Něco na tomto člověku ze srdce oceňte. Vděčnost vás dostává ven z „hlavy“ a z posuzování. Mnozí z vás jste utopeni ve svých myšlenkách, a když poděkujete, vynese vás to z mentálního prostoru, kde jsou věci buď správně, nebo špatně, do vašeho srdce. Když opustíte rovinu své mysli, byť jen na okamžik, Vesmír s vámi může pracovat příměji. Neustálá mentální aktivita, do které jste všichni zapojení, vytváří často takový zmatek, že jen těžko získáváte, co chcete.

Pocítíte-li vděk v mentálním těle (ve vaší části, která neustále přemýšlí), doslova tím ztišíte tu svou část, která cítí strach, pochybovačnost nebo skeptickou stránku vaší osobnosti. Vděk spojuje všechna vaše „já“ pod novou vlajkou a může být vstupní branou do nové úrovně energie. Kdykoliv si uvědomíte, že jste smutní, máte strach nebo prožíváte cokoli, co nevnímáte jako léčivé, zastavte se a děkujte za vše dobré, co máte.

Pocit vděku vám zpřístupňuje také vaši abstraktní mysl, tedy tu vaši část, která spojuje pravou a levou mozkovou hemisféru, mužskou a ženskou stránku. Abstraktní mysl nepracuje pouze s levou hemisférou, zabývající se čísly, kalkulací a logikou, ale ani jen s pravou hemisférou, která souvisí s tvořivostí, intuicí a pocity. Slučuje obě tyto části. K jejich spojení dochází ve chvíli, kdy jste schopní tvořit koncepce v rámci přesvědčení a realit přesahujících váš obvyklý způsob myšlení. Cítíte, jako by k vám procházelo světlo, nové řešení starého problému, inspirace nebo zjevení.

Abstraktní mysl umí vidět větší obraz vašeho života, a vy v ní trávíte tak málo času. Tato vaše část zná mnoho nových způsobů myšlení; existuje mimo běžný rámec vašeho života. Nemyslí v termínech, na které jste zvyklí. Je to geniální úroveň, která je v každém z vás. Využívá nejvyšší formu myšlení, kterou máte, a může vám velmi pomoci ve vašem vývoji, budete-li ochotní používat ji častěji.

Můžete se rozhodnout myslet častěji ve vyšších rovinách.

Děkování vás povede přímo do vašeho srdce a vaší abstraktní mysli. Děkováním přivádíte světlo skrze své srdce do své korunní čakry na vrcholu hlavy. Díky tomuto prosvětlení a otevření srdce vám může přijít mnoho nových myšlenek a darů. Mohou se rozvinout do týdne či za měsíc, ale svým vděkem jste každopádně otevřeli dveře, kterými kvám může přijít mnoho dobrého. Představte si, že vděčnost vám umožňuje dotknout se vašich vibrací, změnit je a dostat se do vyšších rovin, které jsou ve Vesmíru k dispozici. Vesmír slyší vaše volání; vaše díky jsou rozhodně vyslyšeny a oceněny a tato energie se vám vrátí.

Každý z vás má svá přání a ta se skládají v to, čemu říkáme vaše „tělo přání“. Jsou věci, které chcete v životě mít. Kdybych se vás teď zeptal, co si přejete, co chcete teď ze všeho nejvíce mít, uměli byste mi odpovědět, kdybyste se na chvíli zatavili a zamysleli se. Když děkujete, ovlivňujete své tělo přání. Toto tělo je dost nepokojné, podobně jako

emocionální tělo. Soustředění se pouze na to, co nemá a co chce vytvořit. Má své opodstatnění, protože vám přináší nové formy, motivaci a tvůrčí energii. Ale také ve vás může vzbudit pocit unikající energie, protože vám neustále připomíná, co všechno ještě musíte udělat a vytvořit.

Množství vašich přání vás někdy může zahlcovat, zejména pokud jich máte hodně nevyplněných. Děkování přímo ovlivňuje vaše přání, protože jim umožňuje zklidnit se a uvědomit si, co všechno už vytvořily. Berte to, jako byste měli oddělenou část sebe sama složenou ze všech věcí, které jste kdy chtěli mít. Když děkujete, dodáváte jí sílu. Tato část si totiž obvykle nevšímá toho, co jste už dokázali, ale chce vám ukázat, co byste ještě mohli udělat, oč víc byste mohli pracovat a tak dále a tak dále. Vždycky má připravený seznam věcí, které byste ještě mohli udělat, a potřebujete, abyste si s ní promluvili, ujistili ji a uklidnili. Pocit uznání za všechno, co jste už vykonali, to dokáže a posílí tuto vaši část v její schopnosti tvořit ještě víc.

Dalším vaším tělem je tělo vůle. Všichni máte o vůli své představy. Někteří z vás ji chápete jako „mocenskou vůli“.

Vůle je schopnost směřovat svou energii tam, kam ji chcete nechat jít.

Mnozí z vás chcete jít výš, do jemnějších rovin energie, kde je více lásky, radosti a spokojenosti a odpoutanosti. Vůle je energie, která vámi nepřetržitě proudí. Je jako proud nebo energetická řeka, která vámi neustále teče. Když děkujete, posilujete svou vůli. Ne mocenskou vůli, ale vůli spojenou s vaším srdcem, vůli směřovanou do činností, které milujete. Čím více si sebe ceníte a uznáváte vše, co ve svém životě máte, tím více spojujete své srdce svou vůlí. Díky tomuto spojení pak můžete tvořit to, co chce vaše srdce.

12 Cítit vnitřní mír

Co je vnitřní mír? Všichni o něm máte v mysli nějakou představu. Dosáhli jste tohoto stavu mockrát – někdy na okamžik, jindy dokonce na hodiny – tak víte, co to je cítit vnitřní mír. Na cestě růstu se učíte vytvářet si tento pocit nezávisle na okolním dění a nepotřebovat k tomu, aby se lidé kolem vás chovali určitým způsobem. Vnitřní mír si budete chtít vytvářet jako něco, čím sami jste, co můžete rozdávat a sdílet s ostatními. Vy sami se stanete centrem, z něhož budete vyzařovat světlo své duše, místo abyste jen reagovali a čekali, až se lidé, situace nebo události vašeho života vyvinou tak, abyste mohli zažívat mír.

Tvořit si vnitřní mír z vyšších rovin je učit se otevírat své srdce. To znamená, že nejste zaměřeni a na emocionální úrovni připoutaní k dění světa, který vidíte kolem. Víte, kdo jste, a věci okolo necháváte plynout, aniž by se dotýkaly vašeho pocitu míru a ovlivňovaly jej. Můžete se učit spojit se s okolním světem a působit na jeho energii ze svého vnitřního energetického centra míru. V tom spočívá mír. Otevřené srdce znamená zůstat otevřený a milující bez ohledu na to, co vám kdo udělal, co se vám stalo, nebo co právě zažíváte ve své kariéře. Znamená to rozhodnout se cítit mír bez ohledu na to, jak právě vypadá váš vnější život. Je snadné být milující a otevřený ve společnosti milujících lidí; výzvou je zůstat milující, i když lidé kolem jsou uzavření, bojí se nebo jsou negativní.

Vnitřní mír přichází zevnitř, ne z venku.

Cokoliv, k čemu jste připoutaní, vše, co musíte mít „tak a ne jinak“, jakákoliv přesvědčení nebo koncepce, které jsou nepružné, budou oblastmi, kde může být váš vnitřní mír narušen. Jde o to najít si uvnitř pocit míru a jím pak ovlivňovat věci vnějšího světa, dotýkat se jich touto svou energií. Prvním krokem je pocit vnitřního míru najít.

Jednou z nejjednodušších cest, jak to udělat, je uvolnit si tělo, což můžete udělat fyzickým dotekem nebo mentální relaxací. Tělo přechovává řadu myšlenek, které nemusí být míruplné. Dokážete-li své tělo zklidnit a naplnit ho mírem, můžete tento pocit ukázat mysli, která jej naučí vytvářet. Mír je ale víc než jen pocit uvolnění v těle. Je to velmi specifická radiová vlna, je to vibrace, kterou vysíláte a která působí na vše ve vašem vnějším světě.

Můžete začít zažívat různé úrovně vnitřního míru a po jeho nejhlubší pocit. Začněte zkoumat pocit míru uvnitř sebe. Příští týden si udělejte alespoň jednu příležitost prožívat vnitřní mír. Možná si budete chtít vytvořit nějaké krásné prostředí, navodit si pocit bezčasovosti nebo si pustit příjemnou hudbu, abyste tak mohli opravdu prožít vnitřní mír a přesvědčit se, co pro vás znamená. Z tohoto prostoru, s tímto poznáním pak můžete začít měnit vše, co vidíte ve světě kolem.

V čem spočívá hodnota vnitřního míru? Nepochybně vytváří příjemnější pocity v emocionálním těle. Je však víc než to – je to schopnost působit na vnější svět z vaší nejvyšší úrovně, schopnost soustředěně tvořit a projevovat formy v hmotě s vědomím sebe sama a svého poslání. Když jste klidní a tiší, když zpomalíte a cítíte se uvolněně, můžete tvořit a myslet na svých vyšších úrovních. To, co si z takového prostoru přinesete na zem a vytvoříte, je vaše vyšší dobro.

Můžete tvořit, i když cítíte vnitřní napětí, netrpělivost nebo strach, ale takto vytvořené věci nemusí být pro vaše nejvyšší dobro; s největší pravděpodobností nejspíš nebudou. Když si dřív, než začnete plánovat svůj život či přemýšlet o nových nápadech, navodíte pocit vnitřního míru, vaše plány budou dorážet více smysl vaší duše než žádosti osobnosti. Když si vytvoříte pocit míru pokaždé, než začnete jednat nebo mluvit, váš svět se bude rychle měnit ve zcela jiné místo k žití.

Vnitřní mír je spojení s vaším hlubším já a pomůže vám odpoutat se od strachu.

Strach je nižší energie, vibrace menšího světla, kterou lze změnit láskou. Jedním z poslání vnitřního míru je léčit strach. Může to být strach, že vás někdo zraní či odmítne, nechá vás „na holičkách“ nebo od vás uteče. Můžete mít strach, že ve světě neobstojíte; že půjdete, o něco se pokusíte a selžete. Vnitřní mír je spojení se srdcem a ochota uvolnit strach. Dosáhnete jej tím, že se odpoutáte od potřeby cokoliv chránit a najdete ochotu být zranitelní. Mít vnitřní mír neznamená něco kvůli druhým předstírat; znamená to být ochotní vyzářovat skrze sebe – takové, jací jste – a vědět, že jako takoví jste v pořádku.

Mít vnitřní mír znamená zavázat se, že se přestanete kritizovat a pochybovat o sobě. Vše, co vám druzí řeknou, odráží nějaký váš vlastní vnitřní hlas. Jejich slova odrážejí také to, jak mluví sami se sebou. Až vás bude někdo kritizovat, ze všeho nejdřív se ptejte, nemáte-li nějakou vnitřní část, která by vás kritizovala. Když s touto sebekritikou přestanete, budou vás méně kritizovat i ostatní. Pamatujte si, že vše, co vám lidé říkají, je odrazem toho, kdo jsou a jak vidí svět. Možná vás kritizují proto, že jsou kritičtí sami k sobě. Dívejte se na vše, co dělají nebo řeknou, jako na výraz jejich přesvědčení a uče se zůstat v klidu a ve svém centru.

Vnitřní mír léčí. Není třeba se soustředit se na své strachy, abyste se od nich odpoutali. Najdete-li si pocit vnitřního míru a nastavíte každou situaci svého života světlu, vaše mysl se začne otvírat novým myšlenkám, řešením a odpovědím přicházejícím od vaší duše. Vnitřní mír je spojení s vaším duchovním já. Dosáhnete jej uvolněním fyzického těla, ztišením emocí a mentálním soustředěním se na vyšší ideály a kvality. Přejete-li si jít vzhůru, okusit vyšší roviny energie a žít v nich – vnitřní mír je brána.

Když se rozhodnete vytvořit si vnitřní mír, můžete najednou začít procházet nejrůznějšími situacemi, které budou vaše rozhodnutí neztrácet klid vyzývat. Možná si říkáte: „Mohu zůstat klidná/ý s výjimkou té a té situace.“ Vesmír vám posílá tyto výjimky jako příležitost vytvořit si novou, klidnou reakci, namísto dřívějšího rozladění.

Jak projevovat vnitřní mír a udržet si jej? Začnete si všímat chvil, kdy jste vnitřně klidní, vyladíte na tento pocit své vědomí a vytvoříte si záměr a vůli tvořit si jej. Můžete také využít svou představivost a malovat si, jaké by to bylo mít vnitřní mír. Můžete na vnitřní mír myslet nebo o něm kontemplotovat, protože když o čemkoliv přemýšlíte, začínáte si tvořit vlastní prožitek.

Můžete se rozhodnout vymanit se z vlivu vnějšího světa a začít raději sami působit na okolní svět svým mírem.

Ať se stane, co se stane – nečekané účty v poště, někdo změní plány nebo dojde k čemukoliv, co vám dříve narušovalo emocionální, mentální či fyzickou pohodu – rozhodněte se, že budete přesto vyzařovat mír, léčení a lásku. Svět, který kolem sebe vidíte, není nic než iluze stvořená energií, kterou vysíláte. Možné je cokoliv. Omezení, která vidíte – vaše část, která říká „to nejde“ – to jsou jen myšleny. A myšlenky se rozhodně dají změnit. Z pozice vnitřního míru si můžete tvořit takový vnější svět, který bude odrážet světlo vaší duše.

Projevovat vnitřní mír znamená spíše aktivně jednat, než jen reagovat. Jde o vnitřní postoj, o váš přístup; vnitřní mír je energie, kterou vysíláte do okolního světa. To znamená, že se můžete spojit s Vesmírem na vyšších úrovních, na úrovních své duše. Představte si, že kolem vás je spousta energetických proudů a vy můžete působit v kterémkoliv z nich. Jednomu se říká boj, velká dřina, než získáte, co chcete, a jinému se říká radost. Kdykoliv jste netrpěliví, v napětí nebo máte obavy, pohybujete se v prvním z nich. Když najdete, byť jen na okamžik, svůj vnitřní mír, automaticky se připojujete k tomu druhému, vyššímu proudu energie.

Na světě momentálně žijí spousta lidí, kteří utvářejí a prožívají energetické proudy tvořivosti, míru a světla. Kdykoliv najdete vnitřní mír, spojíte se se všemi bytostmi, které existují v tomto vyšším energetickém proudu a vytvářejí jej. Mohou vás začít napadat nové myšlenky. Ze stavu míru se můžete napojit na cokoliv, co potřebujete.

Abyste mohli prožívat vnitřní mír, budete potřebovat ochotu otevřít své srdce. V situacích, kdy máte zpravidla potřebu se bránit nebo uzavřít, kdy se obvykle stáhnete nebo rozhodnete cítit se dotčeně, je tu ještě jiná možnost. Budete-li ochotni otevřít místo toho o malinko víc své srdce, mít o trošku víc soucitu a porozumění pro druhé, zjistíte, že dokážete posílat lidem lásku a tvořit si pocit vnitřního míru.

Můžete se rozhodnout dívat se na svět jakýmkoliv způsobem, jakým chcete.

Možná si řeknete: „Ano, ale můj život je takový a takový, to jsou fakta. Kdyby se snad změnila ta a ta situace, kdybych měl/a víc peněz, nebo kdyby mě přestal rozčilovat tamten člověk, pak bych mohl/a mít vnitřní mír.“ To, co prožíváte jako skutečné, je jednoduše pouhý odraz vaší vlastní mysli a vašich přesvědčení. Když se rozhodnete prožívat tak jako tak vnitřní mír, můžete změnit vše, co momentálně zažíváte jako skutečné – můžete přijít na nové myšlenky a přesvědčení, která vám budou sloužit líp a na vyšší úrovni.

Vnitřní mír není možný bez odpuštění. Máte-li ve své minulosti lidi, vůči kterým cítíte zášť nebo negativní pocity, můžete jim v několika minutách odpustit a odpoutat se. Řekněme, že vám někdo neodpověděl na dopis nebo telefonát, něco vám dluží nebo vás nějak ranil. Když mu nebo jí odpustíte, necháte to být a odpoutáte se, pročistíte svou vlastní energii. Vnitřní mír znamená přestat lpět na čemkoliv – aby někdo druhý jednal tak, jak si představujete, nebo aby svět fungoval podle vašich očekávání. Když se od těchto svých připoutaností odpoutáte, uvidíte, že se vám v životě povede daleko lépe, než byste čekali nebo

mohli naplánovat. To neznamená vzdát se vlády nad svým životem; znamená to vycházet neustále ze svého centra míru.

Rozhodněte se hned teď, že si můžete vnést do svého života vnitřní mír. Rozhodněte se, že ještě více otevřete své srdce, že budete více soucítit, chápat, milovat a odpouštět všem, které znáte. Vytvořte si v mysli obraz svého příštího týdne a dívejte se na sebe, jak vycházíte ze zcela nové úrovně míru, na tváři máte úsměv a v radosti radost.

Vyberte si teď ve svém životě jednu oblast, do níž byste chtěli vnést mír – něco, na co jste v minulosti vždycky reagovali – a vytvořte si mentální představu, jak tuto situaci uvolňujete, necháváte ji jít, odpouštíte a nacházíte v dané věci vnitřní mír. Vnitřní mír je něco, co si můžete vytvořit jen vy sami. Z tohoto prostoru pak uvidíte svůj mír odrážet se ve světě, jež zažíváte. Lidé, události a situace ve vás nemusí vyvolávat reakce. Když zůstanete ve svém centru míru, změníte všechny situace, které vás dříve rozptylovaly nebo rušily. A pokud se nezmění, nebudou už rušit váš pocit pohody. Můžete zažívat svět, odrážející vaše vnitřní centrum, světlo vaší duše a vaši vnitřní bytosti.

13 Nalezení rovnováhy, stability a bezpečí

Stabilitu si můžete vytvořit, když se před tím, než budete jednat, na chvíli zklidníte a uděláte si čas na zamyšlenou. Stálá aktivita bez přestávky se hodí pro některé typy úkolů, které máte udělat, ale není dobré dělat to tak pořád.

Mnozí z vás jste přes den v neustálém pohybu a jdete z činnosti do činnosti, podle toho jak vám přijdou na mysl nebo do cesty. Chcete-li se cítit stabilní a vyrovnaní, často se během dne zastavte a na chvíli se soustřeďte na to, co děláte. Změňte úhel pohledu. Tiše se posadte a vnímejte sebe i své myšlenky z klidnější úrovně vědomí. K tomu je třeba zklidnit také své emoce a vnést do nich mír. Změníte-li pozici těla, posadíte se a ruce položíte vedle sebe, začnete také jinak dýchat. Když se v těle nehýbe nic než vaše myšlenky, můžete myslet jinak.

V takových chvílích můžete začít prožívat hlubší spojení se svým vyšším já. Přerušíte-li na chvíli své denní aktivity a uvolníte si tělo, když ztišíte mysl a uklidníte emoce, objevíte mnoho nových úhlů pohledu na dění ve svém životě. V neustálém pohybu myslíte jinak, než když se posadíte a ztišíte. Máte-li zklidněné fyzické tělo, váš duch může prostoupit vašimi myšlenkami, zejména jste-li ve stavu míru a projasněného ticha.

Rovnováhu a stabilitu dosáhnete, když se dřív, než něco uděláte, spojíte a poradíte se svým vyšším já, zejména jedná-li se o důležitou věc. To znamená dát si před akcí příležitost podívat se na věc z několika různých úhlů pohledu. A to znamená dát si tolik času, kolik potřebujete, abyste odvedli dobrou práci. Mnoha věcem, které vás vyvádějí z rovnováhy, se můžete vyhnout, uděláte-li si před akcí čas na zamyšlenou. Říká se „podívej se dřív, než skočíš“. Nemusíte se zastavovat pokaždé, než cokoliv uděláte, můžete však žít daleko snadnějším a radostnějším životem, když se zastavíte a zamyslíte před podniknutím těch kroků, které jsou pro vás důležité. Může to být koupě nového auta nebo podpis nějaké smlouvy. Každá změna s sebou může přinést rovnováhu a mír, když k ní přistupujete s pečlivým uvážením. Budete-li neustále v pohybu, můžete nakonec dělat taková rozhodnutí a kroky, které povedou do krizí a potíží.

Máte-li před sebou rozhodnutí o něčem, co považujete za důležité, nespěchejte s ním. Když si uděláte čas, abyste o tom mohli přemýšlet, prožijete důsledky té které akce. Jedním zdarů vašeho světa je to, že je místem akce a reakce. Kdykoliv cokoliv uděláte, uvedete do pohybu vlny, podobně jako když hodíte kámen do rybníka. Každá akce ovlivňuje pravděpodobné budoucnosti a mění vaši cestu. Čím lépe budete umět předvídat, co vaše akce ovlivní, a budete na základě této hlubší moudrost také jednat, tím více rovnováhy a radosti si připravíte pro svou budoucnost.

Způsob, jakým přistupujete ke světu, určí, v jakém světě budete žít.

Jedná se o to, jak reaguje na různé věci. Přístup tvořící radost je ten, kdy si veškeré své životní události interpretujete přes filtr radosti. Vaše názory a pohled na věc působí jako filtr. Díváte-li se na věci pozitivně a optimisticky, odfiltrují se negativní a hustší zkušenosti.

Váš přístup jsou slova, která si říkáte, když mluvíte sami se sebou. Možná jste právě úspěšně dosáhli cíle, který jste si předsevzali. Radostný přístup říká: „Gratuluji, dobrá práce.“ Když vás vaše radostné „já“ chválí, pomáhá vám to přinést si do života ještě více téhož. Váš přístup je magnetický a každá chvíle strávená v radosti vám přitahuje další radostnou chvíli. Radostné, lehké emoce mají vždycky daleko silnější schopnost tvořit než emoce negativní.

Stabilita vychází z rovnovážného přístupu. Vaše reakce na to, co se vám v životě stane, tvoří a ovlivňují vaši vnitřní rovnováhu. Když se váš přítel dostane do problémů a vy zareagujete pocitem zloby nebo smutku, vychýlili jste se ze svého vlastního centra a nechali se ovlivnit jeho energií.

Jakmile si začnete vytvářet ve svém životě více rovnováhy a stabilitu, budete schopní vyzorovat, kdy jste pod vlivem problémů jiných lidí. Nejmarkantnější je to tehdy, když jejich problémy nemají žádný dopad na váš život, přímo vás neovlivňují, a vy jste přesto sklíčení nebo rozzlobení. Vyzorujte situace, kdy nedostatek rovnováhy druhých narušuje vaši vlastní rovnováhu. Dále si řekněte, že můžete zůstat vyrovnaní a ve svém centru nezávisle na tom, jestli druzí reagují nějakým určitým způsobem.

Mnozí z vás sami sobě dovolíte reagovat nevyrovnaně nebo nejistě, když tak jedná někdo ve vaší blízkosti. Když vám někdo říká, že jste udělali něco špatně nebo vás z něčeho obviňuje, můžete se rozhodnout udržet si svůj pocit rovnováhy a nerozzlobit se, i když to ten druhý nedokáže. Když vás prostoupí jeho energie a vy cítíte, že začínáte ztrácet rovnováhu, uvědomte si, že rezonujete s jeho nevyrovnanou částí. Abyste tuto svou reakci zastavili, pošlete mu lásku. Tím si znovu obnovíte svůj pocit vlastní rovnováhy a spojíte se svým vyšším já.

Rovnováha je nalezení středu mezi dvěma protiklady. Udržujte ji nepřetržitě, jak doslovně, ve fungování mechanismu vnitřního ucha, tak symbolicky, neustálým balancováním mezi záležitostmi svého života. Vaše rovnováha bude vypadat tak, jak si ji představujete.

Rovnováhu si tvoříte jejím vizualizováním a ujasněním si, že tyto vaše obrazy jsou to, co chcete.

Někteří z vás vidíte rovnováhu jako nudu, protože vám vyhovuje, když jsou věci mírně v nerovnováze a vzniká drama a intenzivní emoce. Znáte lidi, co žijí velmi rušným životem, co jdou z jedné krize do druhé. Ti si rovnováhu představují jako neustále přecházení mezi dvěma extrémy.

Někteří myslí na rovnováhu a stabilitu jako na stav bez emocí, což může na první pohled zavraždit. Až dosáhnete vyšších rovin reality, vaše emoce budou klidné jako nehybná hladina jezera, na níž se zrcadlí každý strom a oblaka. Nicméně spousta lidí se bojí nemít žádné pocity a raději vytvoří cokoli, jen aby na sebe upoutali pozornost a nezůstali bez povšimnutí. Lidé často vytvářejí kolem sebe rozruch a problémy, protože se bojí, že kdyby byl klid, nikdo by si jich nevšímal. Budou mít raději pozornost negativní než vůbec žádnou.

Někteří z vás potřebujete mít intenzivní emoce, abyste cítili, že žijete. Intenzivní, dramatické emoce vás však vždycky vychýlí z vašeho centra. Někteří z vás si myslíte, že když cítíte hluboký mír a máte jen slabé emoce, jste nejspíš smutní nebo v depresi. Myslíte si hned, že něco není v pořádku, kdy se vám uvnitř rozhostí ticho? Jste navyklí na silné intenzivní emoce? Cítíte se dobře, když je vše klidné a míruplné, nebo se začnete bát, co zlého bude

následovat? Zvyknout si na vnitřní klid vyžaduje trpělivost. Protože byste řekli, že je to snadné, většina lidí se hůř přizpůsobuje klidnému prostředí než rozbouřenému. Je-li příliš klidná atmosféra, začnou mnozí lidé vytvářet turbulence, protože jsou na ně prostě zvyklí.

Lidé potřebují k udržení své rovnováhy různé věci. Někteří potřebují jistotu v zaměstnání, jiní hodně volného času a jiní zase hodně aktivit a neustálou obměnu. Jděte na chvíli do sebe a vybavte si, kdy jste se v životě cítili stabilní a vyrovnaní. Pokud si nevzpomínáte na konkrétní období, představte si nějaký symbol reprezentující rovnováhu, jakou byste chtěli v životě mít. Dále si představte sebe sama v budoucnosti, jak cítíte vnitřní rovnováhu. Najít si pro něco symbol je velmi mocný způsob, jak si danou věc přitáhnout. Symboly fungují na hlubších úrovních vědomí než slova a obcházejí vaše systémy víry.

Rovnováha je o umírněnosti, ne o extrémech. Udržovat si v životě rovnováhu znamená dělat od všeho tak akorát. Někteří z vás si myslíte, že by vám jistě bylo líp, kdybyste měli více volného času. Lidé, kteří odejdou do důchodu, však často zjistí, že i volného času může být přespříliš. Existuje rovnováha mezi prací a hrou, spánkem a bdělostí, časem strávený ve společnosti a časem o samotě, která vám vytvoří nejvíce radosti a míru. Rovnováhu nepřináší vyhnutí se protikladům. Jde o to dělat věci v pravé míře, zastavit se, když dojde energie, a nasednout na vlnu, jakmile se objeví. To znamená najít si svůj přirozený, rovnoměrný rytmus.

Někteří z vás pracujete dál, i když se energie pro vaši činnost už vytratila. Dělejte to, co podporuje vaši vitalitu. Existuje správný poměr mezi soustředěností a denním sněním, intelektem a intuicí, klidem a pohybem, který vám přinese radost. Většina z vás potřebuje rozmanitost a všichni potřebujete dál růst. Rovnováha znamená najít si optimální skladbu činností, která bude podporovat vaši vitalitu a umožní vám co nejradostněji naplnit vaše životní poslání.

Někteří lidé se cítí vyrovnaně, když prožívají vnitřní mír. Jiní se cítí vyrovnaně, když vytvářejí vzrušení, pracují na mnoha věcech najednou a jejich život má rychlý spád. Někteří vidí rovnováhu jako stav, kdy se daří a vše je pod kontrolou. Míru rovnováhy, jakou budete v budoucnosti mít, si neustále vytváříte představováním si obrazů sebe sama v budoucnosti.

Opravdové bezpečí nastává, když může veškeré potřeby uspokojit vaše vlastní „já“.

Většina z vás si myslí, že musíte najít ve vnějším světě něco nebo někoho, kdo vám dá pocit bezpečí. Nikdo vám nemůže dát nic, co jste ještě sami nedali sami sobě. To, co si neumíte dát sami, vám nemůže dát ani nikdo jiný. To znamená, že nic z toho, co právě hledáte pro svůj pocit bezpečí – jako třeba peníze, přítele nebo přítelkyni, manželství nebo domov – vás neuspokojí, doku nedáte vnitřní bezpečí sami sobě.

Lidé si myslí, že k pocitu bezpečí potřebují různé věci, jako například uznání a potvrzení, chválu, lásku, slávu nebo štěstěnu na své straně. Často vyžadují lásku od druhých ve velmi konkrétní podobě: tolik a tolik telefonátů týdně, tolik objetí, tolik vyznání „miluji tě“. Mezi potřeby bezpečí může patřit i pocit, že svět je bezpečné místo, že jste něčím zvláštní, nebo že někam patříte. Mnozí z vás čekáte, až vám tento pocit dají druzí, a jste neustále nespokojení. Svě potřeby bezpečí si můžete uspokojit sami – můžete milovat sebe sama, můžete věřit, že svět je bezpečný, cenit si sebe a vážit si svých výsledků. V konečném důsledku tyto potřeby může tak jako tak naplnit pouze vaše vlastní „já“.

Mnozí z vás si za smysl svého života vybíráte jiné lidi a jejich život. Chcete se spojit s jejich životem, toužíte je mít blízko sebe, přimět je, aby poslouchali každé vaše slovo a splnili váš sebemenší rozmar, a jste tím, jak se říká, jako posedlí. Touha propojit se s životem někoho jiného, zabývat se více jeho nebo její budoucností než svou, může přehlušit potřebu naplnit své vlastní vyšší poslání. Hledáte-li pocit bezpečí v tom, že si uděláte ze života někoho jiného svůj projekt, aniž byste si předem dali na první místo svůj vlastní růst, budete

z výsledků vždycky zklamání. Přinejmenším zjistíte, že vlastní potřebu růst nemůžete uspokojit tím, že si za práci svého života vybere růst někoho jiného.

Bezpečí přichází, když si najdete v životě něco, co je větší než vy sami; něco, čeho dosahujete, co vás přitahuje, láká a volá. V porovnání s tím jsou drobná trápení a bezvýznamné události nedůležité. Mnozí však hledáte „to větší“ jeden v druhé, namísto vlastního růstu.

Abyste měli pocit bezpečí, potřebujete cítit, že rostete, rozpínáte se a rozšiřujete obzory svého světa.

Možná si myslíte, že se budete cítit bezpečněji, když zabráníte změnám a udržíte *status quo*. Bezpečí však pramení jedině z ochoty riskovat a jít do nových věcí, otevřít se a objevovat více z toho, kdo jste. Někteří lidé zjistili, že když se snaží udržet si bezpečí svého světa tím, že se vyhýbají riziku, mají nakonec ještě větší strach a nejistotu. Strach vždycky zeslábně, jakmile se rozhodnete něco s ním udělat. Možná jste si všimli, že když jste udělali něco nového, cítili jste se pak moudřejší a silnější i v jiných oblastech svého života.

Rovnováha je umění zvládat každodenní záležitosti svého života v klidu a míru, způsobem, který podporuje vaše zdraví, váš růst a vaše vyšší dobro. Vše, co pak děláte, vás stimuluje a pomáhá vám probouzet se ráno s pocitem, že život stojí za to. Rozhodněte se, že budete vyzařujícím zdrojem stability a rovnováhy pro lidi kolem. Dejte si vše, co potřebujete k radosti, a buďte ochotní přijmout míruplný Vesmír, až přijde.

14 Vyjasnění: Žít ve větším světle

Mít jasno předpokládá mít širší úhel pohledu, vidět větší obraz, delší časový úsek. Čím širší je záběr vašeho pohledu, tím budete mít jasněji. Velcí mistři mají schopnost poznat poslání té které duše v tomto životě, což jim umožňuje dávat jasné rady a vize. Jak vnést takové jasno do vlastního života?

Většina z vás přemýšlí v rozmezí spíše týdnů nebo dnů, namísto let; namísto toho, abyste se dívali z pohledu celé své životní cesty, veškerého svého času tady na Zemi. Budete-li ochotni dívat se na sebe celistvě, můžete začít vidět jasněji různé úrovně přítomného okamžiku. To neznamená, že potřebujete znát formu své cesty nebo vědět, kam jdete. Znamená to, že čím ucelenější je váš obraz o tom, kdo jste, tím vám bude vše jasnější. Kdybyste se přenesli v čase do budoucnosti a ohlédlí se na dnešek, začali byste se na sebe možná dívat jinak, protože změna perspektivy přináší vyjasnění. Většina z vás přemýšlí o věcech svým zaběhnutým způsobem, máte své zvyky a vzorce chování. Kdykoliv se od nich osvobodíte a najdete nový způsob myšlení, mnohé věci se vám vyjasní.

Jasnost není něco, co byste získali a měli jednou provždy. Jde o nepřetržité zpřesňování vašeho obrazu. Představte si loď v mlze, která se snaží najít u břehu místo k zakotvení. Nic není vidět, a lidé proto zůstávají na lodi, nic nepodnikají, ale nepřestávají se dívat. Za chvíli, jak mlha řídne, se začnou objevovat nejasné obrysy horizontu a pobřeží. Lidé však stále nevědí, co na něm je, a proto dál vyčkávají. Dost brzo se mlha rozplyne úplně a před nimi se objeví jasný obraz. Už vědí, co mají před sebou, a začnou se připravovat k akci. A stejným procesem procházíte, když si děláte jasno. Zpočátku se myšlenky zdají být vágní a mlhavé, protože tak se esence stává formou. Jakmile zapojíte své smysly a začnete vnímat, objeví se nová myšlenka nebo jiný pohled na věc, stále ještě v nejasné podobě. Zpočátku můžete mít jen dojem, že s vaším současným životem není něco v pořádku. Vše může začít i nepříjemným pocitem, protože proces vyjasňování je zároveň procesem odpoutávání se od nejasností. Může se ve vás ozvat nějaká touha, přání, chtění nebo potřeba. Jakmile tyto své pocity začnete vnímat, stanou se součástí vašeho emocionálního uvědomování.

Věci obvykle nevyjasní náhle, protože k vyjasnění vede nepřetržitý proces. Jakmile ucítíte náznak nespokojenosti, onen pocit, že je třeba něco změnit, ptejte se: „Jak mohu tento svůj obraz zaostřit?“ Čím přesněji dokážete přečíst své vnitřní prožívání, tím rychleji budete mít jasno. Vyberte si nějakou oblast svého života, ve které se necítíte zrovna dobře a kterou chápete jen mlhavě, a na chvíli se na ni soustřeďte, nemyslete na nic jiného. Podchytíte přesně, co je to za nepříjemný pocit, který máte. Když se soustředíte na své nejasné pocity, dáte je do slov a zkusíte o nich přemýšlet z různých stran, objevíte nakonec úhel pohledu, který „sedne“. Jakmile tento úhel najdete, hned se vám rozjasní. K vyjasnění docházíte pomocí hledání a nalezení potřebné informace, díky vaší trpělivosti pátrat po světle moudrosti, které vám pomůže udělat vyšší volbu.

Vyjasnění je často spojené s nalezením takového úhlu pohledu, který uspořádá věci do použitelné podoby – takže se pak můžete pustit do akce. Před každou akcí se nejprve musíte rozhodnout a abyste se mohli rozhodnout, budete si potřebovat udělat jasno, chcete-li vycházet ze své nejvyšší úrovně.

V čem spočívá hodnota vyjasnění? Co získáte, budete-li mít jasno? Ušetříte si mnoho času; vlastně vám to může ušetřit celé roky strávené na cestě pomalejšího vývoje. Mít jasno znamená udělat si čas na promyšlení záležitostí svého života. Je důležitější věci promýšlet, než jít hned do akce a teprve potom zjistit, o čem jsou. Mnozí z vás chcete hned jednat a vidět výsledky. Rozhodnout se, která akce je ta pravá, je celkem snadné, budete-li ochotní chvíli přemýšlet, spojit se s vaším vyšším, jemnějším já, soustředit se a vytvořit si prostor, abyste mohli svou akci provést.

Jasnost pramení ze stavu mentální koncentrace, soustředění myšlenek a věnování pozornosti.

Vyjasnění dosáhnete tréninkem mysli v její přesnosti a správnosti při popisu vnitřních prožitků. Mít jasno znamená, že jste soustředění a žijete na takové energetické úrovni, kterou ostatní nemohou rušit. Čím jasnější je vaše energie, tím méně na vás budou působit jiní lidé, tím méně se vás budou dotýkat jejich očekávání a přání, a o to jasnější bude vaše cesta životem. Jasno potřebujete mít nejen proto, abyste mohli naplnit své životní poslání, ale v každé oblasti svého života.

Ujasněte si svůj záměr. Co zamýšlíte udělat se svým životem? Růst? Být šťastní? Mít radost? Sloužit, léčit? S čím vyšší úrovní vyjasnění vycházíte, tím více této energie proudí dolů, do každé oblasti vašeho života. Nejdůležitější oblastí, ve které si můžete udělat jasno, je vaše poslání. Jasnot poslání bude směřovat jasnou energii do všech ostatních oblastí vašeho života. Možná si říkáte: „Co je ve své podstatě mé životní poslání?“ Je to ta nejhlubší touha ve vašem nitru – ta, která vás naplňuje největší radostí; ta, o níž stále přemýšlíte a sprádáte své fantazie. Je to ono hluboké vnitřní nutkání vycházející z duše, je to vaše motivace; je to sen, který v sobě nosíte.

Po ujasnění svého životního poslání, je tu další úroveň: vyjasnění vašeho záměru. Jakým způsobem chcete své životní poslání naplnit? Nebo ještě důležitější otázka: máte záměr ho naplnit? Jasnot záměru je obraz – vize, kterou tvoříte. Když máte záměr něco udělat, můžete a nemusíte mít jasnou představu a konkrétním konečném výsledku nebo cíli. Jasný záměrem může být buď obraz toho, kam jdete, nebo obraz procesu, jakým chcete na své cestě procházet. Vaším záměrem může být vytvořit si prostě šťastný život, anebo můžete mít jasnou představu něčeho konkrétního, co chcete vykonat.

Po vyjasnění záměru přichází na řadu jasnot motivace. Co vás motivuje k tomu, abyste něco udělali? Ať děláte cokoli, budete mít jasno v tom, proč to děláte. Co myslíte, že tím získáte? Co od toho očekáváte? Neujasněnost v tomto směru můžete cítit často po akci, kdy zjistíte, že jste získali něco jiného, než co jste očekávali. Možné jste si už někdy ve svém

životě vytvořili něco, o čem jste si mysleli, že to chcete, a pak jste zjistili, že to není to, co jste *opravdu* chtěli. Kdybyste si ujasnili, co chcete, a co čekáte, že danou věcí získáte, mohl by vám to Vesmír přinést daleko jednodušeji, v mnoha různých formách.

Existuje také jasnost dohod. Na každé úrovni osobních a mezilidských vztahů, ve všech obchodních stycích, v podnikání, v každé skupině existují nevyslovené dohody. Čím více těchto nevyslovených dohod dokážete vyjádřit, tím jasnější budou vaše vztahy. Nejsou-li jasné dohody, vzniká mnoho nedorozumění a problémů, protože každý z partnerů se řídí jinými pravidly. Oba mohou mít ve svém vlastním postupu jasno, pokud však nekomunikují, může vzniknout zmatek.

Pečlivá komunikace přináší jasnost.

Jasná komunikace znamená být ve svých slovech přesní a výstižní. Znamená to nepřehánět při popisování svých zkušeností, nedělat zlé ještě hroším a dobré úžasným. Můžete mít tendenci zveličovat svá období neúspěchů, čímž nepřesně komunikujete s vlastním „já“ i ostatními lidmi. To pak vytváří nesoustředěné nebo dokonce negativní prožitky. Všimněte si svých slov, když mluvíte s ostatními. Odrážejí opravdu vaše prožitky, anebo komunikujete, abyste udělali dojem, oslnili či získali sympatie a porozumění? Udělejte si jasno, co čekáte od své komunikace s druhými. Doufáte, že vám ten druhý člověk něco dá? Vycházíte z mnoha nevyslovených dohod? Je důležité, abyste jasně vyjadřovali, co čekáte, pokud nechcete být zklamaní. Komunikace je jednou z oblastí, které mají důležitý vliv na to, jakým budete žít životem a jaké formy si budete přitahovat. Budete-li mluvit přesně a jasně, budete-li vědět, co svou komunikací sledujete, vaše zkušenosti s lidmi i s okolním světem se začnou měnit.

Ujasněte si své životní poslání, svůj záměr a svou motivaci.

Máte-li vyjasněné poslání, záměr, motivaci, své dohody a jasně komunikujte, akce plynou velmi lehce. Řada z vás chce začít od jasnosti akce, výchozím bude však je vyjasnit si poslání. Jasnost vnímání vám umožní vytvořit si vizi, která bude odpovídat vaší motivaci, vašemu vnitřnímu já a jádru vaší bytosti.

Jasnost v duchovním smyslu je napojení fyzického, mentálního a emocionálního těla na duchovní já. Toto je možné dosáhnout různými cestami. Pomocí technik vyrovnávajících energii můžete pročišťovat svou auru, což vám umožní pracovat na vyjasňování pomocí své mysli. Mysl je jedním z vašich nejmocnějších nástrojů. K vyjasnění můžete dojít prostřednictvím vizualizace a práce se svou auru. Daleko větší jasno může přinést spojení ducha s vaší myslí. Chcete-li, požádejte o jasnost svou duši. Duch zná odpovědi a je spojený s takovým prouděním energie v pozemské rovině, které vám přinese hojnost, lásku, mír a cokoliv, oč žádáte.

Pomyslete buď na něco, v čem byste si chtěli udělat jasno. Zavřete oči a představte si, že stoupáte vzhůru, do nového ducha. Je to, jako byste stoupali do jemné, světlené energie. Sledujte, jak tato energie proudí vaší myslí, jak doslova čistí dům a přerovnáva myšlenky do podoby, jež vám umožní být součástí pravděpodobné budoucnosti, která nese nejvíce světla a radosti. Prociťujte tuto energii, jak proudí odshora dolů celým vaším tělem, až se všechna vaše těla – mentální, emocionální a fyzické – na sebe napojí a dostanou do vzájemné rovnováhy. Chcete-li vědět něco víc o svém životním poslání nebo jakékoliv osobní situaci, tedy se ptejte. Potřebujete se rozhodnout chtít to vědět a udělat si čas k naslouchání. V klidu tiše sed'te. Odpověď nemusí přijít hned napoprve. Nechce to však nic víc, než jen dál vytvářet prostor, aby k vám mohly přicházet myšlenky.

Kdykoliv si vytvoříte jasný a uvolněný vnitřní prostor, zklidníte svou mysl a požádáte o informaci, dostanete ji. Je to jako s přijímáním radiové stanice – čím více prostoru jí dáte, tím více přijmete. Čím více času strávíte vyjasňováním si věcí – klidným přemýšlením a napojováním se na vyšší energie v sobě – tím více budete zajišťovat, že děláte zcela jiné věci, než jaké byste bývali dělali. Můžete se vyhnout osmdesáti i více procentům akcí, které byste jinak podnikli. Půlhodinka strávená přemýšlením a vyjasňováním vám může ušetřit celé roky strávené na pomalejší cestě. Váš pokrok na duchovní úrovni může být velmi rychlý, budete-li si dělat jasno, žádat o to, co chcete, otevřete-li se tomu.

15 Svoboda je vaše životní právo

Svoboda je vnitřní pocit. Je to schopnost vybrat si, co cítíte. Je to vědění, že vy jste kapitánem lodi. Svoboda znamená vědět, že vám patří váš život a že jej máte ve svých rukách. Svoboda je nezbytná pro radost, protože pocit, že jste v pasti nebo zbaveni svých práv, vám brání prožívat radost.

Chcete-li vnést světlo své duše do svého podvědomí, potřebujete nutně svobodu. Žijete na planetě svobodné vůle, kde se učíte o akci a reakci, o příčině a následku. Pozemská realita je založená na možnosti volby. Jakoukoliv situaci, kterou ve svém životě prožíváte, jste si sami zvolili, ať už si myslíte, že jste svobodní, nebo ne.

Učit se na svých pokusech a chybách. Neodsuzujte sebe ani ostatní za to, co si zvolili, protože díky reakcím a účinkům, které tou volbou vyvoláte, se vždycky něco naučíte a rostete. Vaše pozemská škola svobodné vůle zvaná život vám nabízí mnoho lekcí a zkoušek svobody.

Vaše svoboda má jen takové hranice, které si sami vymezíte.

Kde se ztrácí pocit radostné svobody, vaše životní právo volby? Když jste byli malí, kladli na vás velké nároky a mnohé se od vás očekávalo. Přesto má dítě více svobody, než by se na první pohled mohlo zdát. Má svobodu reagovat pokaždé nově, může se učit a růst, aniž by ho omezovaly předpojaté myšlenky. Má svobodu zkoumat věci zčerstva, vnímat každou situaci takovou, jaká je, netřídit ji a neanalyzovat na základě minulých zkušeností. Zejména v prvních letech svého života si dítě může svobodně utvářet názory založené na přirozených reakcích, a ne na minulých myšlenkách.

Jak dítě roste, v procesu vývoje mysl ztrácí některé své pocity svobody. Mysl začíná vyhledávat vzorce; dělá si asociace a dává dohromady věci, které by se daly lépe pochopit jako nezávislé události. Kdykoli se něco stane, mysl se hned dívá na všechny ostatní zkušenost podobné povahy a často zveličuje to, co je na současné situaci v porovnání se vzpomínkami horší.

V dětství děláte silná rozhodnutí. Jedna žena měla často strach ukázat výsledky své tvůrčí práce. Pak zjistila, že kdysi někdo zesměšnil její obrázek, který jako malá holčička namalovala. Od té doby se bála lidem ukázat, co vytvořila. Schovávala své kresby a postupně získala nepříjemné pocity z jakéhokoliv svého tvůrčího úsilí. Začala se bát projevovat svou tvořivost. Současné prožitky vždycky ztotožnila se starou zkušeností a připravila se tím o možnost volby, kterou jí nabízely všechny nové, i když podobné situace. Tak ztratila svou svobodu – nemohla si svobodně vybrat, jak odpoví na svou vlastní sílu a tvořivost.

Děti dělají nepřetržitě rozhodnutí o povaze reality. Jiná žena jen ztěžka mluvila o tom, čemu opravdu věřila. Pak objevila, že jednou, když byla malá a pekla se svou tetičkou dort, dostala přísně vynadáno za něco, co řekla. Tenkrát se rozhodla, že pokud chce, aby ji měli lidé rádi, musí si nechávat své názory pro sebe. Ve všech situacích, které pak následovaly, vycházela vždycky z toho předpokladu. Tím se připravila o svobodu reagovat spontánně a

vnímat každou situaci jako novou zkušenost. Bála se promluvit a cítila se rozrušená, když měla vyslovit nějaký svůj názor, který by mohl být zpochybněn.

Svoboda je vaše životní právo. Patří všem. Možná teď řeknete, že v té či oné oblasti svého života svobodu nemáte, jako například: „Nemohu si svobodně cestovat po světě nebo dát výpověď v práci nebo dělat to, co bych chtěl/a“. Jste svobodní – do té míry, do jaké ve svou svobodu věříte.

Abyste si vytvořili ve svém životě více svobody, nedívejte se na oblasti, kde nejste svobodní; soustřeďte se místo toho tam kde jste si svobodu už vytvořili.

Můžete například přijít domů pozdě v noci, chcete-li, nebo koupit si v obchodě to, na co máte chuť. Chcete-li mít stále více svobody, všimněte si, které svobody už považujete za své životní právo. Kdykoliv se litujete, že nejste svobodní, stavíte se do role oběti. A kdykoliv vidíte a prožíváte sebe sama v této roli, ztrácíte svou sílu. Soustřeďte se raději na oblasti, kde jste si zvolili nebýt obětí jiného člověka nebo vnějších okolností. Všichni jste si vytvořili svobodu v nejrůznějších oblastech svého života. Můžete si všimnout, že jste si už dali mnoho svobody, jichž si velmi ceníte, a nedovolili byste nikomu, aby vám je bral.

A jak je to s oblastmi, kde po vás lidé žádají víc, než chcete dát? Mohou chtít více času, energie, lásky nebo pozornosti. Možná to vyžadují takovým způsobem, že se přestáváte cítit svobodní. Pokud něco takového ve svém životě zažíváte, zkuste se sami sebe zeptat, jestli nějaká vaše část nechce od jiné více času nebo pozornosti, než jste ochotni dát. Kdykoliv máte pocit, že vám někdo něco bere, hledejte v tom symbol něčeho, co berete sami sobě. Máte-li pocit, že lidé vyžadují více vaší pozornosti, než můžete dát, nebo po vás chtějí něco, co nemůžete nebo nechcete splnit, ptejte se: „Má nějaká moje část požadavky, které jí jiná část nemůže splnit?“

Lidé kolem vás jsou jako zrcadla. Ukazují vám, co děláte sami sobě. V našem případě se můžete ptát: „Beru nějakým způsobem něco sám/sama sobě tím, že nevěnuji dost pozornosti svým potřebám?“ Můžete začít tím, že se podíváte, které potřeby to jsou, a rozhodnete se věnovat se jim. Jeden muž měl pocit, že jeho přítelkyně po něm chce příliš mnoho jeho času a prostoru. Rád pracoval dlouhé hodiny o samotě a měl daleko menší potřebu společnosti než ona. Když se začal zabývat jejím přáním, aby si jí více všímal, objevil, že po dlouhé hodiny, kdy pracuje, vlastně nevěnuje dost pozornosti ani sám sobě a svým potřebám. Zjistil, že nevěnuje pozornost svému vyššímu já, které chtělo spánek, odpočinek a více péče. Místo toho vždycky dlouho a tvrdě pracoval a ignoroval potřeby svého fyzického těla i dalších částí sebe sama.

Také žena, která měla pocit, že jí tento muž nevěnuje čas a pozornost, kterou by chtěla, se začala dívat na celou situaci jako na zprávu svého nitra. Měla pocit, že si v jejich vztahu málo hraje a že čas, který spolu tráví, není příliš hodnotný. Při hlubším pohledu do sebe si uvědomila, že ona sama si vlastně nevěnuje pozornost, že se celý den honí, uspokojuje potřeby druhých a sama si nedovolí hrát si a bavit se. Všechno, co podle ní nedostávala od svého partnera, a z čeho jej vinila, byly věci, které nedávala sama sobě.

Svobodu si tvoříte. Nedostáváte ji a nelze vám ji vzít. Můžete se rozhodnout vzdát se jí a můžete se rozhodnout chtít ji nazpět, ale druhí vám ji vzít nemohou. Své svobody se můžete vzdát jen vy sami. Ve svém životě máte mnoho oblastí, kde jste svobodní, a víte, že vám tuto svobodu nikdo nevezme. Možná máte oblíbenou restauraci, kde rádi jíte, a svobodně si tam zajdete. Hluboko uvnitř víte, že by vám v tom nikdo nemohl zabránit. Možná máte svobodu dívat se na svůj oblíbený pořad v televizi a víte, že vám ji nikdo nevezme. A možná jste si také všimli, že v těchto případech se o to nikdo ani nesnaží.

Dáte-li Vesmíru definitivní a jasnou zprávu, zřídka kdy musíte bojovat o to, co chcete.

Už se vám někdy stalo, že jste si něco předem přešli ve své mysli, udělali si naprosto jasno v tom, co chcete, a pak se ukázalo, že jste o to nemuseli ani žádat? Bojovat o to, co chcete, musíte často tehdy, když si nejste jistí, že si danou věc zasloužíte.

Rada z vás, kteří jste někde zaměstnaní, se necítíte svobodně; máte pocit, že se své svobody někde mezi devátou a pátou svým způsobem vzdáváte. Svoboda je vnitřní přístup. Abyste ji prožívali v této situaci, bude možná potřeba dívat se na věc ze široka. Proč děláte tuto práci? Pokud je to pro peníze, nezapomínejte, že jste si ji svobodně vybrali, abyste si vydělali peníze, a že máte svobodu najít si kdykoliv jiný způsob obživy. Pociťte svobodu si můžete vytvářet v každé chvíli, když si budete uvědomovat, že máte svobodu reagovat, jednat a cítit se tak, jak se rozhodnete. Můžete svobodně mluvit a svobodně jednat v rámci vymezeném vaší prací. Ve všem, co děláte, je vždycky určitá míra svobody. Dívejte se, kde jste svobodní, zaměřte se na tuto svobodu a ona se ve vašem životě rozroste.

Největší překážkou svobody je vaše myšlení o světě. Nedostatek svobody nezpůsobují druzí, ale vaše vlastní myšlení. Mnozí z vás se sami připravujete o svobodu, když si neumožníte zvolit si, jak reagovat na vzniklé situace. Řekněme například, že váš přítel vás vždycky kritizuje a vy vždycky reagujete uražením a zlobou. Svobodu můžete získat, když najdete nové způsoby, jak na to odpovědět. Můžete si třeba říct: „Aha, můj přítel prostě nezná lepší způsob jednání,“ nebo „možná, že je sám k sobě velmi kritický a kritizuje mě jen proto, že tak mluví sám se sebou.“ Můžete se rozhodnout zůstat ve svém centru a vyrovnání, i když lidé kolem se tak nechovají. To je konečná svoboda – svoboda zvolit si, jak budete reagovat a kdo budete, svoboda jednat tak, abyste pozvedli svou energii výš.

Většina lidí reaguje spíše ze zvyku, než aby zkoumali své reakce. Uvědomte si, že si můžete vybrat, jak budete reagovat a jak odpovíte na cokoli ve Vesmíru. Někteří lidé, když mají na dokončení své práce pevné termíny, se začnou honit a pospíchají se vším, co zrovna v životě dělají. Jiní na to reagují pozvolna a dokončují věci na poslední chvíli. Jiní odpoví depresí a pocitem, že daný úkol je nad jejich síly; jejich vnitřní hlas jim říká, že to rozhodně nemohou stihnout. Máte svobodu vybrat si: chcete reagovat na věci způsobem vyvolávající pocity neštěstí a pochybnosti o sobě samých, anebo způsobem, který podpoří vaši sebeúctu a sebevědomí?

Druzí na vás reagují tak, jak jim diktují jejich vnitřní programy a přesvědčení. Síla pramení z vědění, že máte možnost volby. Nepotřebujete měnit druhé; můžete změnit své reakce na ně. Rozhodnete-li se cítit dobře, jste nezávislí na tom, jestli druzí jednají určitým způsobem. Dříve než si můžete do svého přitáhnout lidi, kteří vás budou podporovat, oceňovat a potvrzovat, musíte se rozhodnout chovat se tak sami k sobě.

Do jaké míry podporujete a uznáváte sami sebe, do té míry vás podpoří vnější svět.

Kdykoliv si zvolíte mít ze sebe dobrý pocit, přestože vás někdo kritizuje, ponižuje nebo jedná nějakým způsobem, na který jste obvykle reagovali bolestí – zvolili jste si radost. A kdykoliv si zvolíte radost, vytvořili jste si v životě svobodu. Osvobodili jste se od potřeby, aby druzí jednali určitým způsobem, který vám má přinést štěstí. Osvobodili jste se od svých vlastních očekávání.

Bolest cítíte často tehdy, když uvíznete v detailech, místo abyste se dívali na větší obraz. Jedna žena bývala například velmi zklamaná, když jí přítel nedonesl květiny. Ve své mysli měla obraz, že dostávat květiny znamená být milována. Kdykoliv jen pomyslela na to, že jí muž nepřinese květiny, cítila bolest. Neměla svobodu zvolit si radost kvůli svým vlastním vnitřním obrazům. Když začala hledat pravdu a dívat se na větší obraz, uvědomila si, že ji tento muž hluboce miluje, je jí oddán a že v květinách nevidí potvrzení lásky. Když se podívala na všechno dobré, co mezi sebou měli, uvědomila si, že se nechávala spoutávat svými vlastními očekáváními; ze zvyku si volila bolest.

Chcete-li mít svobodu, buďte ochotní svobodu dávat.

Nemůžete vlastnit druhého člověka a nemůžete mít rovnocenných vztah, berete-li svobodu někomu jinému. Všichni lidé mají právo dělat věci, které v nich probouzejí život a díky kterým rostou. Mnoho lidí musí opustit vztah, protože v něm nemají svobodu potřebnou k tomu, aby mohli růst. Někteří lidé se bojí partnerovy či přítelovy potřeby mít svobodu. Potřebu svobody si vykládají spíše jako vzdalování se než jako snahu druhého nalézt své vlastní vyšší já.

Paradoxně – čím více svobody lidem dáte, o to více s vámi budou chtít být. Vyžadujete na druhých něco, co byste nechtěli, aby žádali oni od vás? Očekáváte, že vás budou o všem informovat, žít podle vašich představ a budou vám k dispozici, kdykoliv budete chtít? Do jaké míry berete svobodu druhým, do té míry ji berete sami sobě.

Představte si vězně zavřeného v cele, kterou strážce musí hlídat dvacet čtyři hodin denně. Nabízí se otázka, který z těch dvou je vlastně vězeň – strážce nebo uvězněný? Máte-li pocit, že musíte stále dohlížet na ostatní, že jim nemůžete důvěřovat a dát jim volnost, jste právě tak v pasti jako oni. Mnozí z vás ztrácejí svou svobodu, protože bedlivě strážíte všechno, o čem nechcete přijít. Možná dáváte tolik pozornosti na svého partnera či partnerku, na své majetky, děti nebo na svou rodinu, že věnujete více času jejich ochraňování než svému vlastnímu růstu.

Zažíváte-li žárlivost, vychází často ze strachu, že druzí dávají někomu jinému to, co nedávají vám. Když se na to blíže podíváte a prozkoumáte, co si myslíte, že vám nedávají, obvykle zjistíte, že je to přesně to, co nedáváte sami sobě. Až budete žárlit, že váš partner věnuje pozornost někomu jinému, a budete mu nebo jí chtít omezit svobodu, aby to už nemohl/a dělat, podívejte se na celou věc ještě jednou. Možná že je to vaše vlastní vyšší já, které od vás nedostává pozornost a níž žádá.

Žárlivost bere svobodu oběma – jak tomu, kdo žárlí, tak tomu, kdo je přivlastňován. Dáte-li sami sobě vše, co potřebujete – pozornost, lásku nebo cokoli jiného – nebudete zažívat žárlivost. Zjistíte, že můžete najít uspokojení z mnoha různých zdrojů, a nejen u člověka, kterého milujete. Žárlivost znamená víru v nedostatek – že není dost všeho pro všechny. Svoboda znamená hojnost – pro všechny je všeho dost.

Řekněte si teď, že dáte svobodu všem svým blízkým.

Nechte je dělat jejich chyby a objevovat jejich vlastní radosti. Mohu vám zaručit, že kdykoliv dáte druhým svobodu, obrátí se k vám s ještě větší láskou a respektem. Svobodu druhým mohou nechat jen lidé, kteří jsou ve svém centru, cítí se vyrovnaně a jistě. Tím dáváte sobě i druhým obrovský dar, protože vězeň už nemusí být hlídán, a tím pádem je svobodný i strážce.

Svobodní jste tehdy, když si můžete zvolit, jak chcete reagovat. Dokážete-li si zvolit reakci plnou radosti a potěšení, dokážete-li se rozhodnout vidět na věcech a lidech to pozitivní a spíše chválit než hanět, pak jste získali konečnou svobodu, svobodu být a jednat způsobem odrážejícím vaši hlubší pravdu.

16 Přijímání nového

Umění přijímat do života nové věci, myšlenky a lidi vám bude otevírat rostoucí prostor pro radost. Ve vašem světě existuje masová myšlenková forma, že budoucnost by mohla být horší než přítomnost. Odtud pramení potřeba držet se toho, co máte, zmrazit věci tak, jak jsou, a zabránit jakýmkoliv změnám. Takovýto přístup vede k velké bolesti.

Přijímat nové známé otevřít se ve svém životě větší hojnosti. Mnozí si myslíte, že to, co jste až doposud vytvořili, je to nejlepší, co dokážete. Něco uděláte a myslíte si, že hned na první pokus jste dosáhli své maximum. Na druhý nebo třetí pokus však můžete být ještě lepší, vytvořit něco ještě dokonalejšího. Ve svém životě tvoříte věci a tím se neustále zdokonalujete a rozvíjíte své dovednosti. O tom je život. Dítě, které se teprve učí chodit, je vratké a nejisté. Postupně, jak si chůzi procvičuje, zesílí a jeho kroky jsou jistější a stabilnější. A tak je to se vším, co děláte, neboť život je jako spirála, po níž kroužíte neustále vzhůru, často potkáváte znovu stejné věci, pokaždé však z vyšší perspektivy.

Otevřít se novému znamená důvěřovat a věřit v sebe a v ostatní. Znamená to věřit, že budoucnost je slibná a plná radosti. Znamená to věřit svému směru a růstu. Centrem pro víru, důvěru a přesvědčení je srdce. Otevřít se novému znamená otevřít své srdce. Buďte ochotni překročit své běžné hranice a názory a podívejte se na svět novým a očima. Věřte, že svět je bezpečný, a buďte si vědomi, že jste režiséry a tvůrci všeho, s čím se v životě setkáváte.

Otevřít se novému vyžaduje ochotu dívat se na staré nikoliv s nenávisť, zlobou nebo nechutí, ale soucítit s tím. Mnozí z vás opouštíte své vztahy ve zlobě nebo si jdete koupit nové věci, když vás ty staré rozčílí. To je také cesta, jak opouštět staré a přijímat nové. Na cestě radosti se však můžete učit otevírat se novým věcem, zatímco jste vnitřně přijali a usmívali se s tím, co opouštíte.

Když se vám v životě nedaří, vytváříte si někdy motivaci a energii ke změně tím, že se rozzlobíte nebo se rozhodnete cítit bolest. Opustit staré a přijmout nové nemusí být těžké. Začnete-li myslet na to, co si přejete a jaký život byste chtěli mít, lehce a automaticky si tyto nové věci začnete přitahovat. Chcete-li však něco, co můžete získat, jen když někdo druhý změní sebe nebo své chování, pak je to mimo vaši moc a kontrolu. Jediné, nad čím máte moc a kontrolu, jsou vaše vlastní emoce a reakce.

Chcete-li něco nového, buďte otevření přijímat odkudkoliv, z jakéhokoliv prostoru, do jakéhokoliv člověka.

Nechte se překvapovat a buďte otevření novým věcem. Mějte stále otevřené srdce. Někteří z vás se bojíte nebo se cítíte zranitelní, když si představíte, že byste do svého života pustili nové lidi nebo nové události. Na to, co nazýváte napětím nebo úzkostí před nějakou událostí, se můžete dívat spíše jako na soustředování své energie, které vás připravuje na to, co přichází. Mění se vaše vibrace, což vám umožní přijmout do svého života něco jemnějšího a vyššího. Možná máte pocit, že se musíte nejdříve zbavit svého strachu a úzkosti, a teprve pak můžete jít a něco udělat. Každý člověk však cítí napětí před pokusem o něco nového; je to období shromažďování energie k tomu, abyste mohli postoupit do vyšších vibrací.

Cokoliv, co se vám v životě stane, je tu proto, aby vám to pomohlo dostat se na vyšší vývojový stupeň. I k tomu, co nazýváte negativní nebo špatné, dochází jen proto, abyste mohli objevovat nové možnosti jak reagovat a najít tak v sobě do budoucnosti více síly. Máte-li dojem, že se vám neustále vrací nějaká situace nebo problém, všimněte si, že je v ní pokaždé něco nového. Otevřete se tomu, co je na daném vzorci nebo na situaci nové, a podívejte se, jak se vám ji podařilo posunout výš. Možná že jste si jí více vědomi nebo ji dokážete lépe pochopit. Možná do ní už tolik nezapojujete své emoce a můžete tento vzorec lépe pozorovat. Každý den přináší nové okolnosti, věci a výzvy, které vám dávají příležitost růst.

Otevřený přístup a schopnost přijímat vám přitáhnou mnoho dobrého. Přestaňte se strachovat, že by vám budoucnost mohla něco vzít, nebo že byste mohli mít méně, než máte teď. Otevřete se myšlence, že zítra budete moudřejší, silnější a mocnější a že cokoliv, co vytvoříte, bude ještě lepší než to, co máte dnes. Buďte otevření novým koncepcím a slově. Často to jsou cesty, jakými vám Vesmír dává znamení a ukazuje vám, kudy dál.

Otevření se novým věcem můžete prožívat mnoha způsoby. Mnozí z vás potřebujete cítit tep života, vzrušení nebo dobrodružství. Když se vám život zdá nudný nebo rutinní, viníte často svého partnera nebo svou práci pro její monotónnost. *Můžete* vnést jiskru života do všeho, co děláte, a můžete to udělat celkem jednoduše. Nějak změňte svou ranní rutinu, vstaňte dřív, jděte spát později, po návratu z práce začněte dělat něco jiného, než na co jste zvyklí. Každá, byť drobná, změna ve vás může podpořit pocit, že opravdu žijete.

Kdykoliv přijmete něco nového, vnitřně ožijete.

Vaše srdce pookřeje a vy doslova začínáte oživovat a omlazovat své tělo. Život vždycky touží po růstu, rozpínání a vývoji. Když prožíváte něco nového, můžete objevit více ze sebe sama. Nemusíte zavrhnout všechny své staré způsoby; vytvořte raději novost uvnitř toho starého. Růst se zastaví a vztah se stává nudným jen tehdy, když neumíte vidět ve starém to nové. Možná jste se setkali s lidmi, kteří spolu žijí mnoho let, a přitom jsou stále rozzáření, jednají mladě a zamilovaně. Když se na jejich vztah podíváte, zjistíte, že dělají stále nějaké nové věci, vytvářejí nové projekty a vnášejí jiskru do svých osobních životů. Pravděpodobně jsou plní života, objevují nová území a otvírají se dobrodružstvím – každý po svém, tak jak jim to vyhovuje. Lidé, kteří jsou spolu dlouho, často považují toho druhého za samozřejmost; noc co noc chodí spát ve stejnou dobu, ráno vstanou a jdou do své práce, stále stejně tráví své víkendy. To vše vyvolá stažení okolo srdce a pocit nudy a vnitřního odumření.

Otevírání se novému je cesta, jak omlazovat své tělo a nacházet rostoucí údiv a posvátné vzrušení, které cítí děti. Mnozí lidé, jak stárnou, si napevno stanoví své hranice; začnou vyhledávat to, co je pohodlné, známé a bezpečné. Jejich svět je úzký a ohraničený. Ve svém životě se soustředí spíše na drobné problémy než na jeho velkolepost. Viděli jste lidi, kteří se zabývají tak zanedbatelnými starostmi, že je neberete vážně. Přestali růst a rozpínat se do většího obrazu svého života.

Každý den přichází na svět vaše nové já.

Ráno se každým probuzením doslova rodíte noví a čerství. Každý den máte v mysli nové věci, setkáváte nové lidi, děláte něco nového. Když se probouzíte a začínáte žít svůj den, nemusíte myslet na svou minulost a připomínat si chyby; raději se soustředte na budoucnost a na to, co tvoříte.

Každý dne zkoušejte nové postupy; všimněte si, jestli dokážete udělat o trochu vědoměji třeba i drobnosti. Když děláte něco nového, děláte to vědomě a uvědomujete si přítomnou chvíli. Věnujte tomu pozornost, jste živě ostražití. Děláním nových věcí osvěžuje a oživuje fyzické tělo.

Je mnoho věcí, které si musíte v životě zautomatizovat. Vaše dýchání a mnoho jiných tělesných funkcí je řízeno automaticky. V dětství se váš nervový systém rozvíjí tak, že se učí třídit a vybírat informace, protože velký příval informací vám znemožňuje soustředit se. Tak se na cestě vývoje své bytosti učíte vytvářet si rovnováhu mezi soustředěním na to, čemu je třeba věnovat pozornost, a mezi učením se, jak se nenechat rozptýlit bezvýznamnými, běžnými a neměnnými informacemi. Jako dítě jste si rozvíjeli selektivní pozornost – odlad'ovali jste se od mnoha věcí ve vašem Vesmíru, abyste se mohli soustředit na jiné.

Svou schopnost zautomatizovat si mnohé věci a udělat si z nich rutinu nebo zvyk jste dostali proto, abyste se mohli soustředit na to, co je opravdu důležité. Mnozí z vás však díky této schopnosti reagujete automaticky i na věci, které by si zasloužili hlubší zkoumání. Vnitřní nepokoj a nepohodu způsobují často právě ty věci a okolnosti, které považujete za samozřejmé a nevěnujete jim pozornost.

Kdykoli se chystáte udělat něco nového, začnete přezkoumávat všechny své návyky a rutinu, které jste měli zaručené. Mnoho lidí si záměrně vybírá práci přinášející nebezpečí a napětí, protože chtějí zažívat specifický stav uvědomování si a pozornosti potřeby k přežití. Musí být přítomní v každém okamžiku. Automobiloví závodníci, horolezci a lidé vystavující se situacím, kdy se musí plně a ostražitě soustředit, znají pocit dobrodružství a životaplnosti. Přichází ve chvílích, kdy nejednáte automaticky, ale žijete s plným vědomím, uvědomujete si každé své hnutí a akci. Když se otevřete novému, začnete si uvědomovat věci, které pro vás už možná byly rutinní záležitostmi. Začnete si uvědomovat přítomný okamžik, budete žít „ted“ a „tady“.

Síla pramení v žití v přítomnosti – kde můžete jednat a tvořit budoucnost.

Takže až se budete otevírat novému, nezapomínejte, že věci budou vždycky jen lepší; nic vás neopustí, dokud nepřichází něco většího. Za každým poklesem následuje velký skok dopředu. Přijímat nové věci je snadné. Hrajte si jako děti. Všimli jste si, že malé děti přijímají vše jako zcela novou zkušenost? Otevřít se a přijmout nové může být snadné, když si to jako snadné představujete. Udržujte si ve své mysli obraz, že budoucnost je pozitivní a že bude krásnější než cokoli, co jste doposud poznali. Jelikož rostete a vyvíjíte se, vše, co vytvoříte, bude dokonce ještě radostnější než to, co už máte.

17 Velká změna v životě: Kvantový skok

Nové nápady a posun dopředu nepřichází vždycky ve formě, jako očekává vaše mysl. Až si budete představovat své nejvyšší dobro, je důležité, abyste šli pomocí své mysli vzhůru a dál; nechte svou mysl vytvořit výchozí představu toho, co chcete. Myslí vykreslené obrazy se vrací zpět do světla vaší duše, k vnitřní bytosti, která je tvoří. Duše pak pošle mysl nové nápady a vize. Někdy myslíte na něco, co chcete mít, a když to pak dostanete, zdá se to být něco jiného, než oč jste žádali. Mysl, která žádá, totiž automaticky aktivuje zdroje většího já. To, oč jste žádali, se vám tak vrátí ve své nejvyšší formě.

Možná se ptáte, proč některé věci, o které požádáte, přijdou až za tak dlouho. Kvantové skoky vyžadují čas a umění tvořit formy ve hmotě. Kdybyste si vzpomněli a podívali se na to, co všechno jste si v minulosti přáli, viděli byste, že mnoho z věcí, které jste nedostali, dnes už ani nechcete a vše, co bylo pro vaše vyšší dobro, máte. A na některé věci, které přijdou později, se možná zatím připravujete.

Další úrovní, z níž vycházíte, je vedle vaší mysli váš duch. Duch vám napovídá jak něco získat nikoliv prostřednictvím mysli, ale prostřednictvím shody náhod, pocitů a emocí. Až řeknete Vesmíru pomocí své mysli, co chcete, začnete naslouchat svým spontánním a tvůrčím pohnutkám. Tato vaše vnitřní nutkání nemusí mít zdánlivě žádnou spojitost s cílem, jehož chcete dosáhnout. Když žádáte například o velký finanční úspěch, můžete z ničeho nic dostat chuť vzít si v létě volno a začít studovat něco nového. Jelikož důvěřujete svým vnitřním nutkáním a dáte se do dalšího studia, začnou vám možná přicházet nové myšlenky, které vám žádané bohatství přinesou. Duše vám vždycky ukazuje správnou cestu, kterou se dát, vy však potřebujete udělat kvantový skok ve své důvěře a víře a začít podle vnitřního vedení jednat.

Chystáte-li se ve svém životě ke kvantovému skoku, budete chtít změnit ta přesvědčení, která vám v něm dříve bránila.

Jakmile si ujasníte svůj záměr postoupit z nějaké úrovně na jinou, například z určité úrovně své tvořivosti nebo finanční prosperity na jinou, budete muset projít řadou vnitřních

změn. Kdybyste totiž na žádané úrovni v různých rovinách své osobnosti, emocí a mysli už byli, nemuseli byste dělat nic. Už byste měli, co chcete. Jednou za mnou přišla žena a řekla mi: „Chtěla bych být milionářkou. Dnes jsem v situaci, že nemohu platit nájem, ale chci být milionářkou a to tak rychle, jak jen to půjde.“ Kdyby tato žena *věřila*, že může být milionářkou, už by jí v dané chvíli byla.

Když vyšlete do Vesmíru prosbu o kvantový skok, stoupá tato prosba z vaší mysli k vašemu duchu. Duch nato začne vysílat zpět do vaší mysli a do vašich emocionálních „já“ signály, jak si vytvořit změny, které chcete. Pak je řada na vás, vy musíte těmto signálům věnovat pozornost. Abyste mohli udělat ve svém životě další krok, budete se potřebovat změnit na mnoha úrovních. Žena, která se chtěla stát milionářkou, se možná potřebuje naučit různé principy tvoření peněz. Její duše ji proto možná povede k různým knihám nebo jí pošle někoho, kdo ji může učit a instruovat. Možná že není ochotná vzdát se svých starých představ, že peněz je nedostatek. Možná potřebuje více otevřít své srdce, aby uvěřila, že může tolik peněz přijmout a že si je zaslouží. Bude proto dostávat mnoho lekcí, které jí umožní otevřít své srdce. Možná se potřebujete naučit více věřit, a vytvoření peněz proto může být pozdrženo, doku svou víru a důvěru nerozvinete.

Může se stát, že se budete muset něčeho vzdát, abyste mohli mít dar, o který požádáte. Žádáte-li o peníze, budete možná muset opustit představu, že je jich nedostatek, a také veškeré své jednání, které tuto představu odráží, včetně některých způsobů, jakými utrácíte a nakupujete. Vaše duše vám pošle mnoho výzev a příležitostí k růstu, aby vám pomohla tuto vaši víru v nedostatek uvolnit. Peníze budou možná zpočátku přicházet v malých obnosech, abyste mohli dát najevo, že jste ochotní utrácet za věci vedoucí k prosperitě. Později, až se vaše vnitřní energie změní, až přepíšete své programy, svá rozhodnutí a přesvědčení, začnou k vám proudit myšlenky a konkrétní nápady, jak si vytvořit sumu, kterou chcete. Může uplynout rok, dva i víc, než se vaše programy a víra v nedostatek hojnosti vyčistí natolik, abyste mohli dostat určitý nápad. Pak si začnete vytvářet různé cesty, jak přitahovat bohatství, a budete je dál pracovat, dokud se vaše hojnost nestane skutečností.

Někteří lidé se ve své cestě zastaví, když se jim hned nesplní nějaké přání, protože jejich mysl neumí rozpoznat souvislost mezi svou prosbou o kvantový skok a přicházejícími lekcemi. Některé události si dokonce může vykládat jako krok špatným směrem, jako pravý opak toho, o čem žádali. Když se podíváte, jak rostete díky tomu, že máte opak toho, co jste chtěli (nebo co se jako opak alespoň jeví), uvidíte, že tyto věci a situace vlastně působí na vaši energii, pracují s ní a v různých oblastech vás otevírají, abyste tak mohli mít to, co si přejete.

Jedna žena si například přála stoprocentní zvýšení svého měsíčního příjmu. Krátce na to jí vedoucí snížil kvůli firemním potížím plat na polovinu. Viděla to jako pravý opak toho, co si přála a o co žádala. Nicméně začala uvažovat, že by si mohla otevřít svůj vlastní podnik v příbuzném oboru, což bylo její dávné přání. Snížení platu ji motivovalo a vedlo k tomu, aby se posunula dál a začala podnikat. O pár let později opravdu vydělávala žádanou sumu peněz – ve své vlastní firmě.

Jak je vidět, změna zahrnuje mnohem víc než jen o něco požádat a dostat to. Budete možná potřebovat jí do sebe, posílit svou víru a důvěru a otevřít své srdce. Potřebujete věřit svému vnitřnímu vedení a impulsům, které vás vedou z vaší současné úrovně hojnosti k vyšší. Zároveň potřebujete opustit mnoho svých představ o sobě samých. Budete dostávat řadu příležitostí k růstu, abyste mohli tyto své mentální obrazy změnit. V rovinách duše je růst vždycky radost a duše má zájem, abyste rostli. Ať už rostete skrze bolest nebo skrze radost – konečným cílem je růst, růst potřebný k tomu, abyste mohli mít věci, které jste se rozhodli chtít. Vaše duše nechává mysl značnou svobodu v tom, pro jaké cíle se rozhodnete, nebo jaký kvantový skok si vyberte.

Čím více můžete dosáhnout svou myslí, tím více se můžete spojit s růstem své duše. Když vaše mysl přemýšlí o nových myšlenkách, stoupá vzhůru a s spojuje se s vaším duchem,

který existuje vně hustších energií pozemské roviny. Duch k vám pak mluví prostřednictvím vašich emocí, nejčastěji skrze vaše pocity – nechá vás zažívat pocit nebo nutkání k něčemu, co chcete, abyste udělali. Když k vám tyto pocity nebo nutkání přijdou, budete někdy chtít ignorovat svou mysl (aniž byste ji odsuzovali), protože mysl bude často chtít znát důvody nebo vysvětlení, proč byste měli to či ono udělat. Máte-li silné nutkání něco udělat, je důležité ho následovat. Vaše mysl bude možná chtít najít důvody, proč byste měli či neměli toto nutkání poslechnout, protože mysl funguje podle programů, které zná. Vaše nutkání přicházejí od vaší duše a ta má daleko širší představu jak získat, co chcete, než vaše mysl dokáže pojmut. Vede vás směrem, který mysl nemůže předvídat.

Při uskutečňování kvantového skoku se tedy budete chtít rozhodnout následovat své vnitřní vedení, vnitřní nutkání v rovině pocitů přicházející od vaší duše. Existují dvě úrovně reality. V té první vaše mysl vytyčí cíl, vyjasní záměr, rozhodne se tento cíl dosáhnout a zapojí do něj vaši vůli. Druhou úrovní je rovina duše; na této úrovni se vydává vaše vyšší já všemi možnými směry a magnetizuje a přitahuje vás ke shodám náhod, k lidem a událostem, které vedou k vytvoření toho, co chcete. To probíhá mimo úroveň vaší mysli, a chcete-li se k tomuto proudu připojit, musíte následovat svá vnitřní hnutí a vedení.

Můžete si vybrat, jak rychle má změna proběhnout.

Abyste zkrátili dobu, která uplyne mezi požádáním a získáním toho, co chcete, začnete si ujasňovat své cíle. Někteří máte tak neurčité cíle, že vaše mysl tápe, nikdy nepožádá vaši duši jasně, a vaše duše tráví spoustu času tím, že pomáhá mysli ujasnit si, co chcete. Čím věrněji a přesněji si dokážete říct, co v různých oblastech svého života chcete – včetně přesných vodítek a kroků – tím rychleji to budete mít. Možná to nebude přesně v té formě, o jakou jste žádali, vaše duše vám však vytvoří esenci toho, co chcete.

Ve své přesnosti vystihujete esenci. Esencí je růst, který sledujete jakýmkoliv kvantovým skokem, a já vám chci doporučit, abyste se podívali na vše, oč žádáte, a ptali se, co je esencí dané věci. Když se podíváte na věci, které jste se v minulosti pokoušeli vytvořit, uvidíte, že jste vždycky dostali esenci toho, oč jste žádali. Když jste si například přáli mít milostný vztah, možná jste jen chtěli cítit, že vás někdo miluje. Vaše duše vám může přinést lásku nejrůznějšími cestami – od blízkého přítele, dítěte nebo pejska, skrze úspěch v práci nebo jakýmkoliv jiným způsobem, jakým přijímáte lásku. Chcete-li si například vytvořit pružnější tělo, esencí vašeho přání může být větší láska k sobě samým. Budete-li ochotni soustředit se při kvantových skocích na esenci, budete je moci uskutečnit mnohem rychleji.

Pokud máte pokušení vracet se do minulosti a říkat: „No, chtěl/a jsem tuto věc, a stejně jsem ji nedostal/a“, podívejte se na jádro dané věci, na podstatu toho, o co jste žádali. Řekl bych, že jste to dostali v mnoha podobách. Duše je velmi tvořivá při výkladu vašich přání. Musí být tvořivá, protože mysl je ve své schopnosti žádat dosti úzkoprsá. Duše vezme každou žádost o růst a rozšíří ji všemi možnými směry.

Mezi myslí a duší existuje několik dohod. Jedna z nich je, že mysl bude vyhledávat specifické oblasti, kde je možné růst. Duše mezitím rozšiřuje obrazy a možnosti volby, které mysl má. Ta na tyto příležitosti, které jí duše nabízí, může a nemusí reagovat. Mezi duší a myslí tedy probíhá nepřetržitá hra, podobně jako najdete nepřetržitý tanec mezi myslí a tělem. Mysl vytváří představy toho, co chcete, a posílá tyto informace tělu. Tělo je může přijmout a začít podle mysli jednat, nebo se může rozhodnout to nedělat.

Kvantový skok často vyžaduje změny ve vašich emocích.

Máte-li těžké, smutné nebo negativní emoce, aura kolem vašeho těla zhoustne. Je to, jako byste řídili auto se špinavým předním sklem. Nevidíte ani zřetelně, ani moc daleko.

Světlo vaší duše k vám neprochází jasně. Vaše duše vás proto povede, abyste se podívali na oblasti svého života způsobující váš emocionální neklid a přestali na ně reagovat. Najděte cesty, jak zklidňovat své emoce, protože klidné emoce zkracují čas potřebný k dosažení vašich cílů. Když jste klidní a míruplní, vaše duše může prostoupit vašimi emocemi a poskytnout vám vnitřní vedení. Duše vás vede prostřednictvím vašeho emocionálního těla, nutkání vzhledů a náhlých pocitů, které vám otevírají nové prostory.

Kvantový skok neznamena hledat úlevu od obav nebo zklamání, ale tvořit si radost a potěšení. Vzpomeňte si na něco velkého, co jste v minulosti udělali, všimněte si, co motivovalo touhu, která vás vedla k vytvoření dané věci. Často říkáte: „Měl/a bych udělat nebo vytvořit to a to, abych byl/a šťastný/á.“ Pokud vám dané věci mají přinést jen pocit úlevy od nesnází, pravděpodobně zůstane i nadále u pouhého „měl/a bych“ a ve skutečnosti to nikdy neuděláte. Pro vše, co chcete udělat, si musíte najít touhu-motivaci. Ke kvantovému skoku potřebujete silnou motivaci a skutečnou vnitřní hnací sílu. Pokud je to jen myslí stvořená představa něčeho, co by bylo pěkné nebo příjemné dělat, půjde vám to jen ztěžka. Musí to být něco, do čeho se můžete vložit na všech úrovních své bytosti, co vyvolá nadšení ve vašich emocích – něco, co opravdu chcete udělat.

Tak například to, že nemáte rádi chudobu, nestačí, abyste se jí zbavili. Chcete-li peníze, potřebujete si opravdu přát a milovat jejich vydělávání. Věci, které chcete, nemůžete získat nenáviděním jejich nedostatku. Takže až budete uvažovat o kvantovém skoku, který chcete podniknout, ptejte se: „Co mne motivuje?“ Pokud zjistíte, že se chcete jen zbavit špatných pocitů ze sebe sama, ptejte se: „Jakou motivaci si mohu vytvořit?“ Vytváříte a následujete jen to, o co máte velký zájem, co vám přináší radost a potěšení. Na věci, které chcete dělat si vždycky umíte najít peníze. Na cokoliv, co vás nadchne, si vždycky najdete čas. A stejné je to s kvantovým skokem. Máte-li nějakou oblast, o které si myslíte, že byste v ní měli něco podstatně změnit, ale zatím jste to neudělali, ptejte se, jestli to opravdu chcete udělat. Sami nejlíp víte, jaký je v tom rozdíl.

Pokud se propracováváte ke kvantovým skokům, ke kterým zatím nedošlo, buďte si vědomi, že se k nim přibližujete vším, co právě ve svém životě děláte. Jděte na chvíli do sebe a ptejte se: „Jaký kvantový skok uskutečňuji? A jak mě na tento skok asi připravovaly události minulého týdne nebo konce mé dnešní zkušenosti?“

Mysl pracuje lépe, má-li cestou jasné výsledky a známky svého pokroku.

Mysl je v určitých ohledech, jako malé dítě. Děti nemají chuť přemýšlet o střední škole, když jim jsou dva roky. Chtějí myslet na jídlo, nebo na kamarády. V tom je mysl stejná. Vytvořte si něco, z čeho se můžete těšit už zítra – jeden malý krůček nebo nějakou činnost, která vás posune o něco blíž k vašemu cíli. Mysl má ráda mezníky a pocit dokončené práce. Co byste zítra mohli s potěšením vytvořit a přiblížit se tím o krok k vašemu vyššímu cíli? A zároveň se ptejte: „Cítím právě uvnitř nějaké nutkání k něčemu, co jsem odkládal/a?“ K něčemu, o čem jste si možná mysleli, že by to asi zabralo příliš mnoho času, nebo že to pro vás není?

Takto můžete začít pracovat se svými emocemi a se svou myslí, abyste se ještě více přiblížili svému kvantovému skoku. Kdybyste se každé ráno ptali: „Jaké mám dnes pocity a vnitřní nutkání? A hledali: „Co mohu vytvořit, aby má mysl viděla, že dělám kroky a blížím se ke svému cíli?“ šli byste dopředu mnohem rychleji. Mysl má ráda pocit, že něco vykonala; musíte dbát na to, aby byla spokojená. Také emoce jsou daleko šťastnější, když mohou vidět pokrok. Buďte si vědomi, že kroky, které takto podniknete, se nakonec mohou ukázat jako nepotřebné. Přesto však mohou přinést uspokojení a navodit pocit, že jdete dopředu. Mysl si někdy nedokáže spojit jednotlivé události – vaše telefonáty nebo specifické problémy, které se objeví - s pohybem dopředu. Často máte celkový obraz nebo vizi, jenže jednotlivé částičky

této skládačky probíhají v přítomnosti a nemusí zdánlivě nijak zapadat do celku. Třeba i drobná poznámka vašeho přítele nebo nějaký telefonát mohou být důležitou součástí vašeho posunu vpřed. Mysl, která neví, kolik nejrůznějších oblastí se vám právě otevírá a kolik vašich přesvědčení se mění, neumí často rozpoznat vzorec nebo uvidět pohyb, k němuž dochází. Myslí si, že nerostete nebo nedosahujete svého cíle. Svou netrpělivostí nebo nedůvěrou může zatížit vaše emoce a znesnadnit vám tak postup dopředu. Dokázete-li své mysli dát pocit uspokojení z nějakého dosaženého výsledku, mělo by to pomoci také vašim emocím.

Ptejte se, jaký krok byste chtěli udělat směrem ke svému cíli. Ptejte se, jestli nemáte už delší dobu vnitřní nutkání k něčemu, co byste mohli udělat příští měsíc. S vaším cílem to zdánlivě ani nemusí nijak souviset.

Rozhodněte se, že to uděláte.

18 Žít své vyšší poslání

Vyšší poslání je proud energie, ke kterému se připojujete, kdykoliv tvoříte něco, co slouží lidstvu nebo vašemu vlastnímu duchovnímu vývoji. Bez vyššího poslání bloudíte jako tulák bez cíle, vydáte se cestami, které mohou vést k mnoha špatným odbočkám, na nichž můžete lehce ztrácet čas. Máte-li vyšší poslání, můžete rozhodovat o každé své chvíli, víte, co dělat s každou hodinou, dnem a týdnem. Tak můžete v tomto životě rychle růst a vyvíjet se.

Každý člověk na Zemi má nějaké vyšší poslání. Přišli jste sem, abyste se stali součástí energetického systému, ve kterém se pracuje s emocemi, osobnostmi a myšlenkami a ve kterém vidíte své nitro odrážet ve vnějším světě. Vybrali jste si to, abyste mohli tvořit, dívat se kolem sebe a tak poznávat, kdo jste. Existují i jiné Vesmíry, kde formy přicházejí a odcházejí daleko rychleji; objeví se a zmizí téměř současně s myšlenkou na ně.

Na Zemi se věci pohybují pomaleji. Čas je tu doslova zpomalený, abyste se mohli soustředit na určité věci. Vydělili jste se do určitého časového rámce, který jste si nazvali „od narození do smrti“, a pracujete na specifických energiích. Já mluvím o širším, vesmírném rámci, protože z vesmírného hlediska je pozemská rovina velice pomalá. Vlnová délka tónů je tady velmi dlouhá, abyste měli možnost zažít hmotu. Z tohoto úhlu pohledu se chcete rozvinout vzhůru, k nejvyšší frekvenci těchto tónů, abyste mohli jít dál, do míst, kde jsou pravidla jiná. Jsou místa, kde existujete více jako bytost čisté energie, nespoutání konkrétním světem času, prostoru a hmoty.

U vás myšlenky tvoří realitu a stávají se jí; mohli bychom říct, že váš svět je světem zmrazené myšlenky. K vytvoření formy je třeba delší čas a některým z vás pak trvá ještě déle, než se od ní odpoutáte. Jelikož čas je v této rovině pomalý, musíte dobře hospodařit s energií, a proto se vám může zdát, že vytvoření věci, kterou chcete, trvá někdy tak dlouho.

Soustředíte-li se na to, co chcete mít, a jste si vědomi svého poslání, můžete jít přímo k cíli. Vám, kdo píšete knihu nebo trénujete fyzické tělo, může jeho dosažení trvat i tak několik let, nicméně vyšší poslání šetří čas. Když mluvím o vyšším poslání, mluvím o smršťování času, urychlování vývoje vaší duše a zvyšování vašich vibrací. Čím více se necháte vést svým posláním, tím méně plýtváte energií, a o to rychleji můžete jít výš. Vyšším posláním je v konečném důsledku duchovní vývoj.

Cílem růstu není nový domov nebo dokončená kniha. Je jím proces, jakým tyto věci tvoříte, a růst, kterým vám poskytnou: nové dovednosti a vhledy, které získáte; větší otevření vašeho srdce, když milujete; větší úcta ke kráse, kterou ve vás probudí vaše rozkvetlá zahrada; pocity, které máte při dokončení nějakého projektu; soustředěnost a koncentrace, s jakou pracujete – to je vyšší poslání, v tom spočívá vývoj.

Duchovní růst znamená více si uvědomovat krásu, otevřít své srdce a prožívat větší lásku a soucítění.

Když mluvím o vyšším poslání, mluvím o poslání duše a tím je uvést všechny vaše energie do rovnováhy a vyladit a zharmonizovat vaši bytost s tónem duše. Duše každého z vás nějak zní, má svůj tón; čím více dokážete rozeznít tímto tónem svůj hlas, tím lépe můžete tvořit ve vnějším světě formy, jež ladí s bytostí ve vašem nitru. Když zníte svým tónem, všimnete si, že začínáte hlouběji a rytmičtěji dýchat. Svůj tón můžete začít hledat tak, že necháte z úst vyházet různé zvuky nebo tóny, dokud nenajdete krásný zvuk, který vám bude velmi příjemný. Rozeznáte-li se krásnými, příjemnými tóny, začnete si procvičovat auru a zvyšovat své vibrace. Začnete vytvářet harmonii mezi různými částmi své bytosti.

Vyvíjíte se nejrůznějšími způsoby, záleží na tom, kde na své cestě jste. Ve své podstatě je to tak, že duše začínají cestu v hustších energiích pozemské roviny a propracovávají se vzhůru, do vyšších a jemnějších energií. Někteří z vás jdete velmi rychle, jiným to trvá déle. Co může zpomalit váš růst? Jednou z takových věcí je neschopnost opustit formu, ale důvod k ní už pominul, pak je načase nechat ji odejít. Všimli jste si toho ve vztazích, když se lidé kolikrát drží skořápky vztahu, ačkoliv v jejich spojení už není životní energie. Další z věcí, které zpomalují váš vývoj, je nedostatek poslání. Díváte-li se vzhůru, chcete-li jít výš, pak půjdete, je-li to vaše poslání. Pak můžete vzít každou situaci svého života a ptát se: „Rozvíjím se v této situaci, dostávám se výš, nebo ne?“ A pokud ne, můžete se ptát dál: „Je možné tuto situaci nějak změnit nebo být s tímto člověkem nějak jinak – tak, abych mohl/a růst?“

Jakoukoliv životní situaci můžete prožít ve vyšším poslání. Můžete vystoupit z hustších energií těžkých emocí, strachu nebo bolesti. Pozemskou rovinu můžete zažívat jako překrásné místo. Používání smyslů, dotýkání se, naslouchání zvukům, cítění a poznávání lásky mohou být radostné zážitky. Můžete opustit oddělenost. Tolika způsoby si vytváříte oddělenost a samotu. Ve vašem vesmíru máte nejen individuální těla, ale velice často jste oddělení i od svých vlastních hlubších já. Kdykoliv máte například nějaké pochybnosti, když si myslíte, že nejste dost dobří nebo silní, oddělujete se od svého vyššího já. Cestou vaší duše je spojit všechny vaše části a splynout s vaším vyšším já.

O poslání se dá mluvit také jako o různých konkrétních věcech, které chcete vykonat. Rád bych ale doporučil, abyste se nejdříve ptali: „Co je esenci té které formy?“ Tak například, chcete-li začít podnikat, jaký to má nejvyšší smysl, jak to poslouží planetě? Jak to poslouží vám? Chcete-li dosáhnout nějaký finanční cíl, můžete se nejdříve ptát, co je esencí tohoto cíle. Jak posloužím vytvořením této formy svému vyššímu poslání? Chcete-li mít peníze, abyste mohli udělat ve světě svou práci nebo vytvořit projekt, který bude léčit ostatní, chcete-li být pouhým nástrojem (a nechcete to z egoistických důvodů), pak vám Vesmír pošle tolik peněz, kolik budete potřebovat. Snažíte-li se však o něco, jen abyste to měli nebo se k tomu upnuli, zpomalí to váš růst. Vesmír se bude svým láskyplným a jemným způsobem snažit vám v tom zabránit. Pokud přesto dostanete možnost vlastnit věci, na kterých lpíte, ačkoliv už pro vás dávno přestaly být užitečné, budete žít v těžších a hustších energiích, v energiích většího zápasení.

Život nemusí být těžký.

Můžete si tvořit radost zjemněním své energie. Co chci říci „zjemněním“? Kdykoliv se na vás lidé zlobí, můžete sami lehce sklouznout ke zlobě nebo tvrdosti. Anebo se můžete natolik zjemnit, že se na ně podíváte s hlubokým soucítěním. Tím oddělíte své energie na osobnostní úrovni a spojíte se v srdci.

Mnozí z vás si myslíte, že potřebujete ovládat a kontrolovat svou energii pevnou vůlí. Žijete-li ve vyšším poslání, budete žít v harmonii se svou energií, aniž byste ji museli kontrolovat. Konkrétně to znamená, že nebudete trávit (dokonce ani v myslí) žádný čas rozhodováním se nebo vstupováním do situací, které vám nepřinášely radost. A ještě jednou: znít svým tónem, zpívat si jej, je cesta, jak se vracet zpět do svého centra. Všimněte si, jak se tímto osvobodí a rozjasní vaše mysl. Čím více si budete zpívat svůj tón, tím snadněji najdete ten pravý, který bude v harmonii s vaší bytostí. Takovou věc vás nemůže nikdo naučit, svůj tón si pro sebe musíte objevit sami. Je to radostný, příjemný a míruplný tón či zvuk, který vám vždycky udělá dobře.

Před svým narozením jste si vybrali energie, které v sobě budete rozvíjet, aniž byste si předem určili jak. Vše, co prožíváte – kariéry, které si vybíráte, i lidé které si přitahujete – to je zkrátka jen důsledek vašeho vývoje. Je to tvoření i jeho výsledek. Můžete se splést a myslet si, že nový dům nebo nějaký člověk znamená váš pokrok. Jistým způsobem ano, ale pokrok samotný jste udělali dlouho před tím, než se k vám tyto věci a lidé dostali.

Obraťte se na chvíli do sebe, vnímejte svou energii a nechte přijít obraz, symbol, motiv, pocit nebo slovo, které by reprezentovalo vaše poslání tady na Zemi. Okolo čeho se v tomto životě soustředí váš růst? Jaké byly vaše hlavní výzvy? Co jste vždycky chtěli vytvořit jako formou ve vnějším světě?

Vyšší poslání je vždycky něco, co milujete.

Příští měsíc si více uvědomujte své poslání. Vždycky má v sobě hravost a radost. Vyšší poslání vás vede do jemnějších životních energií, jako je hluboký kontakt s milovaným člověkem, radostné sblížení přátel při hře nebo soustředěnost a lehkost, s jakou děláte práci svého života. Budete-li ochotni žít ve vyšším poslání, můžete mít radost v každém okamžiku.

Projevovat své vyšší poslání znamená věřit v sebe a věřit v dobrotu Vesmíru. Kdybyste měli udělat jedno jediné rozhodnutí, které by vám nejvíce pomohlo při projevování vašeho vyššího poslání, bylo by to: věřit v sebe a důvěřovat Vesmíru. Z mé perspektivy vidím tolik lásky, tolik lidí v okruhu několika kilometrů od vašeho domova, s nimiž byste se mohli v lásce spojit, a takovou hojnost peněz ve vaší společnosti, že je možné vytvořit jakékoliv poslání, pro které se rozhodnete.

Jaký to byl pocit, kdyby každá vaše buňka uznala a potvrdila vaše poslání ve svém srdci, zjemní se vaše fyzické tělo, pozvednete své myšlenky a vneste mír do svých emocí. Naplňovat poslání znamená spojit se se svým vnitřním já, vnést ho na svět a jít se svou energií vzhůru. Tento váš život vám nabízí příležitost najít světlo a žít s radostí. Vše, čeho do své smrti dosáhnete, je vaše. Cokoliv získáte, každý prostor, kam vnesete radost, každé místo, kde objevíte smích, mír a potěšení, na vás bude čekat ve vašem příštím životě – ať je to kdekoliv. Kdykoliv rozvíjíte své tělo, lépe jíte, více cvičíte, tančíte, hraje si, soustředíte se nebo přinášíte světlo, vyvíjíte se také v budoucích životech. Součástí poslání v pozemském životě je vnést sem vaše vyšší já a propojit se na všech úrovních s vaším duchem. Každý z vás má schopnost pomáhat a léčit druhé a většina z vás má také upřímnou touhu to dělat.

Až se ráno probudíte, najděte si (i kdyby to mělo být jen jednou za rok) nějaký symbol pro své vyšší poslání, vezměte ho do svých rukou a udělejte to, o čem jsem mluvil: představte si, že ve svých rukách držíte nejvyšší poslání, které jste přišli v tomto životě vytvořit. Vneste si ho do srdce. Naplňte ho světlem a požádejte vyšší síly Vesmíru o vedení a podporu. Prociťujte, jak vaše energie stoupá a pošlete svůj symbol vzhůru, aby se k vám mohl vrátit. Tak pošlete Vesmíru zprávu, že chcete růst. Vzápětí začnete dostávat mnoho příležitostí rozšiřovat své vědomí a rozvíjet se, přičemž žádná z výzev, které se před vámi objeví, nebude nikdy tak složitá, abyste ji nemohli zvládnout s tím, co už umíte a co máte. Země může být

velmi jemné místo k žití. Nicméně na některých hrubších a hustších energetických úrovních ji zrovna jako jemnou nepocítíte.

Rostete a učíte se ze všeho, co tvoříte.

Krise si vytváříte, protože se v takových okamžicích dostáváte do blízkosti své duše, soustředíte se dovnitř, ven a vzhůru a spojujete se se svým posláním. Jste-li ochotni žít ve vyšším posláním, naslouchat sobě a spojit se se svou duší, a jednáte-li podle její tiché nápovědy, nemusíte procházet krizemi a bojem. Nemusíte dokonce ani znát konkrétní formu svého posláním. K tomu, abyste si své vyšší posláním přitáhli, stačí mít záměr vytvořit si ho. Posláním představuje pohyb duše, energii spojující nebe se zemí. Známkou tohoto pohybu jsou konkrétní formy – nový dům, manželství, věci, které jste chtěli. To jsou však jen slavnosti, které ukazují na to, že vaše duše udělala nový krok na své cestě vzhůru. Jelikož všichni rostete velmi rychle, musíte si vytvářet stále nové výzvy, abyste měli možnost prožívat, kdo jste. Mohou to být radostné příležitosti ve vyšších rovinách, anebo krize a boj v rovinách nižších.

Chcete-li žít ve vyšším posláním, začněte tím, že se mu o něco více zavázete. Jak trávíte svůj čas? Kudy se ubírají vaše myšlenky, když jste sami? Naučte se zaměřovat svou pozornost výš; ve chvílích, kdy nemáte nic zajímavějšího na práci, přemýšlejte, proč jste tady, a co můžete nabídnout lidstvu. Posláním přichází, když směřujete k vyššímu já, podporujete druhé a jste ochotni naplnit jakoukoliv vizi nejvyšší služby, kterou můžete nabídnout. Najděte něco, co byste mohli udělat příští týden, něco konkrétního, o čem byste věděli, že je to součástí vašeho vyššího posláním, ať krátkodobého nebo dlouhodobého. Potvrďte si, že až to vytvoříte nebo vykonáte, budete ochotni uznat, že žijete ve vyšším posláním. A až s tím budete hotovi, můžete si vytvořit nějakou další konkrétní věc, kterou uděláte, a začít si tak stavět své stupínky do života ve vyšším posláním.

Zítří si během dne říkejte, jak jste nádherní. Sledujte svou vnitřní krásu. Procit'ujte svou vnitřní sílu, potvrzujte si svou dobrotu a své schopnosti. Uvědomte si, jak umíte milovat a vnímate světlo, které kolem sebe máte. Potvrzujte sebe sama a při tom se ptejte po svém vyšším posláním. Vy víte, co chcete dělat. Máte možná důvody, proč to nejde, staré vzpomínky nebo vzorce, které vám v tom jako brání, ale přesto přese všechno víte, co chcete. Nechte to vyplout na povrch, vynesete to ven z nevědomí, z šepotu ve vaší mysli, a učíte to skutečností. Mějte svou vizi před sebou. Ať chcete míruplný a klidný život nebo být dobrým rodičem nebo žít se ženou či mužem, kteří vás budou milovat, vážit si vás a cenit – postavte se za tuto svou vizi a drže se jí. Prostě se pro ni rozhodněte a budete ji prožívat jako skutečnost ve svém životě.

Ujasněte si svůj záměr. Ať je vaším přáním posloužit světu a odvést svou životní práci nebo vytvořit si prosperitu nebo se více otevřít své tvořivosti a dovednostem, vždycky v sobě najdete nějakou část, která ví, jak na to. Mluvte s ní, požádejte ji, až vám ukáže, jaké kroky máte udělat. Sledujte svůj vnitřní dialog a naslouchejte zprávám, které k vám přicházejí od této části.

Tvoření forem v hmotě je otázkou důvěry a víry v sebe a podržení si své vize před sebou. Je mnoho důvodů, proč přestat věřit a důvěřovat Vesmíru nebo sobě, ale je také mnoho důvodů, proč v tom pokračovat. Vesmír vás často testuje, nakolik ve svou vizi věříte. Dosažitelný je každý cíl, nepřestanete-li na něm pracovat.

19 Poznat své životní posláním: Co jste sem přišli udělat?

Mnozí z vás procházíte proměnou. Stavby přerodu vždycky vytvářejí velké množství energie. Ať už se cítíte nahoře nebo dole, s každou životní změnou rozhodně ožijete a jste plní

energie a duchovní síly. V takových obdobích se objevuje vaše silné já, část, která je schopná odpoutat se a pozorovat, která se dívá do světla a chce, abyste žili lepším, radostnějším a míruplnějším.

Co jste sem přišli udělat? Poznání vašeho životního poslání vám umožní jít cestou svého určení. Nevykládejte si má slova špatně, jste svobodná bytost. Před svým narozením jste si určili jeden směr, kterým byste museli jít. Připravili jste si jen základy, zvolili si určité rodiče a rozhodli se narodit do určité části světa. Vybrali jste si okolnosti svého zrození, které vás vyslaly jako šíp určitým směrem. Od chvíle, kdy jste tady, je váš život zcela spontánní a rozhodujete o něm v každé vteřině. Nemáte předem dané hranice, jak vysoko můžete jít. Žádné hranice nejsou!

Žijete ve světě bez hranic; můžete jít dál, za cokoliv, co znáte.

Při pohledu na své životní poslání se dívejte dál, za existující masové myšlenkové formy. Mnozí z vás jste vyrůstali pod poměrně velkým tlakem konat, dosahovat výsledků, něčím být, udělat si jméno a tak či onak si budovat sebevědomí. Když uvažujete o svém životním poslání, podívejte se na to, co děláte, a ptejte se své duše a svého já: „Dělám to pro sebe, pro své nejvyšší dobro, anebo proto, abych uspokojil/a ostatní nebo naplnil/a jejich představu o mně? Dosahuji tohoto cíle proto, aby mě lidé poplácali po zádech, abyste získal/a jejich uznání? Nebo to dělám, protože to dělat chci, protože mi to přináší radost a odpovídá to tomu, kdo jsem?“

Ve vaší kultuře vidím velmi mnoho programů a přesvědčení, jak má vypadat správný a hodnotný člověk – vydělává hodně peněz, je široce známý nebo dost zbožný. To vše může být dobré, pokud to vychází z přání duše. Může to být ale také mimo vaši cestu, děláte-li to je proto, abyste dostáli představám svého ega nebo osobnosti. Zabloubejte se teď nad sebou a ptejte se, co byste udělali se svým životem, kdyby společnost neměla žádné obrazy dobrého nebo správného člověka, které by prosazovala nebo obdivovala? Vaše kultura klade větší důraz na vnější produktivitu než na vnitřní mír, radost, lásku a soucítění. Do všeho vstupuje pocit času – dokonči to a to, než ti bude tolik a tolik, jinak jsi selhal/a. Existuje pocit tlaku, že vše musí být rychle hotové. Chci vám říct, že vycházíte-li ze svého životního poslání, dostali jste tolik času, kolik potřebujete.

Každý den se můžete uvolnit a uvědomit si, že k naplnění svého životního poslání máte dost času. Pokud máte pocit, že své poslání nenaplníte, že máte málo času, pak vám řeknu, že to, co děláte, pravděpodobně nebude vaše poslání. Tvoříte-li své poslání, budete mít vždycky dost času, protože si ho budete vytvářet. Budete mít ze své práce takovou radost, že se jí bez problémů oddáte, ostatní věci půjdou stranou a vy se budete lehce soustředit a koncentrovat. Nutíte-li se do něčeho z pocitu povinnosti nebo slušnosti, vedeni představou, že až to uděláte, budou vás lidé obdivovat nebo respektovat, pak nejspíš nectíte světlo své duše.

Každý z vás má své poslání. Nemůžete soudit druhé podle toho, co je vidíte dělat. Všichni jste se vydali na svou cestu, abyste se v tomto životě učili určité věci, abyste rostli, jak jen to bude možné. Mnohé překážky, které vám brání projevit vaše životní poslání, vycházejí často z masových myšlenkových forem vaší kultury, z nedostatečné přípravy nebo od jiných lidí, zejména od těch nejbližších. Lidé mají tendenci přebírat cíle a myšlenkové formy od člověka, s ním jsou v blízkém vztahu. Při úvahách o svém životním poslání se podívejte, kdo vám byl nebo je v tomto životě blízký, a ptejte se: „Nedělám ve svém životě to, co po mně chtěli tito lidé?“ Nebo máte jasno v tom, co chcete vy sami? Ti, kteří vás nejvíce milují, vás často nejvíce brzdí. Nikoli svou negativitou, ale svou láskou; svým přáním, abyste tu byli pro ně, žili podle jejich představ a hráli jejich role.

Když se díváte na své poslání, ptejte se, co byste dělali, kdybyste byli sami. Kdybyste ve svém životě neměli nikoho, kdo by tím, co uděláte, něco ztratil – začali byste se

rozhodovat jinak? Co byste dělali vy, sami za sebe? Co by vám dalo mír a radost? Co kdyby společnost neexistovala nebo by měla úplně jiné hodnoty – milovali byste stále to, co děláte? Před sto lety měla vaše země jiné hodnoty. Lidé byli obdivováni za věci, které dnes už nemají význam. Představy společnosti jsou nejisté a neustále se mění, a pokud zakládáte své životní poslání na tom, co vidíte kolem sebe, bude z něj nejistá, neustále se měnící záležitost, která nemusí nutně odrážet vaši duši.

Představte si, že jste kámen v potoce a proudí kolem vás voda. Mnozí z vás se nechávají zmítat proudem hned sem, hned tam. Zůstáváte ve svém centru a vyrovnaní, zatímco kolem vás proudí dění, nebo se necháváte strhnout každým proudem?

Představte si, že máte ve své mysli anténu a můžete ji hned teď nasměrovat vzhůru, k vyšším ideálům, které odpovídají tomu, kdo jste. Čeho si na sobě vážíte? Jak se chcete cítit? Zastavte se na moment a zeptejte se, jaké chcete mít pocity, „jaký chci mít právě teď svůj vesmír?“ Emocionálně se vžijte do pocitu, že právě teď, v tomto okamžiku, máte svůj dokonalý vesmír. Mějte svou anténu nasměrovanou vzhůru do vyšších úrovní Vesmíru a budete stabilní, jako skála uprostřed proudů

Je jen iluzí, že nemáte, co chcete.

Věříte-li tomu, co máte před očima, věříte stvořenému v minulosti. Všechno, co teď ve svém životě máte, je vytvořené z minulosti. Vše, co budete mít od této chvíle, můžete vytvořit právě teď a můžete si to udělat jinak. Není nutné, abyste věděli přesně, co budete dělat zítra nebo pozítří. Můžete začít tím, že budete věřit, že máte poslání, nějaké konkrétní poslání, a můžete začít žádat, aby se před vámi rozvinulo. Když v něj začnete věřit a budete dělat, jako byste věděli co se svým životem, pak to také vědět budete. Až zítra ráno vstanete, začnete dělat, že jste kapitánem své lodi, a jeden den ji veďte tam, kam chcete. Udělejte si čas, který potřebujete, buďte s lidmi, se kterými být chcete, říkejte „ne“, když chcete říci „ne“, a „ano“, když budete chtít říci „ano“. Každou hodinu se podívejte do sebe a zkontrolujte, jestli uvnitř cítíte radost, mír nebo cokoli, co jste si řekli, že chcete cítit.

Někteří lidé říkají, že posláním jejich života je sloužit a pomáhat druhým. To může být velmi dobré a skutečné poslání, pokud máte své „já“ soustředěné v centru a věnujete pozornost své vlastní životní práci. Pečujete-li o sebe, najdete-li si takové prostředí, které bude podporovat váš pocit míru a jasu, krásy a harmonie, budete pak mít daleko lepší možnost pomáhat a asistovat ostatním, než když se zaměříte na to, abyste udělali šťastnými je, a zapomenete na sebe. Kdyby každý člověk vycházel z harmonie a krásy, ze svého vyššího já, měli byste úplně jinou společnost. Podívejte se hned teď na všechny varianty a možnosti volby, které máte. Rozhodněte se, že si ode dneška budete tvořit takový svět, jaký jej chcete mít. Jděte do sebe a zkontaktujte se se svou vnitřní silou, s částí sebe sama, která byla vždycky schopná a vytvořit to, co jste chtěli, a procit'ujte, jak tato část sílí a roste. Žijete-li sami šťastným životem, dáváte tím druhým největší dar, jaký jim můžete dát.

Životním změnám nebo transformaci předchází často zmatek, pocit ztráty či bolesti nebo dojem, že se něco rozpadá. To je proto, že vaše společnost věnuje malou pozornost procvičování odpoutanosti a nelpění na formách, které ztratily svůj smysl. Vaše odpoutání ještě ztěžuje existující masová víra v nedostatek, protože si myslíte, že za to, co odchází, už nenajdete nic lepšího. Soustředíte-li se na to, co chcete, a potvrdíte si, že vše, co dnes máte, bylo vytvořené v minulosti, a že je možné to lehce změnit, můžete mít jakoukoliv budoucnost, pro jakou se rozhodnete.

Naplňte své myšlenky tím, co chcete vytvořit, a budete to mít.

Od chvíle, kdy na něco pomyslíte, do chvíle, kdy to přijde, uplyne často nějaká doba. Tento časový posun mnohé lidi mate a odradí natolik, že přestanou na nové věci myslet. Myšlenky jsou skutečné. Vydávají se ven, aby stvořili to, o čem jsou, a existují v čase. Vaše dřívější myšlenky vás proto mohou ještě chvíli ovlivňovat, i když jste už změnili své myšlení. Nicméně během dvou až tří měsíců nabudují vaše nové myšlenky dostatek energie a začnou vám vytvářet nové, odpovídající vnější formy.

Važte si své jedinečnosti. Když jste s ostatními, neporovnávejte svou a jejich cestu. Často srovnáváte životy druhých se svým vlastním a připadáte si lepší nebo horší než oni. Jděte místo toho raději dovnitř sebe, podívejte se na svou nejvyšší cestu a s tou pak srovnávejte svůj život. V novinách čtete o problémech jiných lidí a možná si myslíte: „To by se mohlo stát i mně.“ Vy ale nemáte jejich myšlenky, nejste oni. Cokoliv se lidem stane, stane se jim pro to, kým jsou. Až uslyšíte příběhy jiných lidí, neberte si je do svého prostoru a neztotožňujte se s nimi, ale ptejte se: „Jak mohu být sama/sám sebou?“ „Co je moje pravda?“ Každý člověk má jinou cestu, je jedinečným projevem životní síly.

Životní poslání je jakákoliv cesta, kterou si vyberete, protože ve všem je svobodná vůle.

Připravili jste si určité podmínky, abyste chtěli určité věci. Můžete mít, co chcete, budete-li ochotni se držet se své vize a nepřetržitě si věřit. Čím nepřetržitěji si budete věřit, tím lépe se vám povede. Bylo by snadné nemít cestou žádné překážky (jak si je nazýváte) nebo zkoušky. Važte si každé překážky, každé výzvy nebo těžkosti, protože vás posilují ve vašem poslání. Dávají vám příležitost ještě více se oddat své vizi, ještě jasněji si uvědomit svůj záměr. Kdyby byl život příliš snadný a jednoduchý, většina z vás by si stěžovala na nudu. Važte si svých výzev, protože prostory, které považujete za temné, existují vlastně proto, aby vám přinesly více světla, posílily vás, upevnily vaše rozhodnutí a pomohly vám vydat ze sebe to nejlepší, co máte.

Doslov

Zdraví vás Orin! Teď, když jste se povznesli na duchu a připojili se ke mně v žití a radostí, vás zvu k dalšímu kroku na vaší cestě zkoumání neviditelných energií kolem vás. V příští knize, Osobní síla skrze uvědomění, se budeme učit pracovat ve vašem vnitřním světě, objevovat vaše intuitivní a telepatické dovednosti a vaši schopnost léčit, uvolňovat bolest nebo napětí, prožívat bezpodmínečnou lásku a vnímat energie druhých.

Všechny knihy série Život na Zemi jsou sestaveny tak, abyste jimi mohli procházet jako kurzem duchovního růstu. Každá z nich vás pozvedne výš a pomůže vám urychlit váš osobní vývoj. Vám, kdo jdete cestou vyššího vědomí a osobní transformace, se právě otevírají mnohé schopnosti. Všude kolem vás existuje mnohem více než jen to, co vnímáte svými pěti smysly. Svým vnitřním zrakem můžete hlouběji poznávat Vesmír; můžete si uvědomovat neviditelné vesmírné energie a naučit se je využívat při tvoření si života, jaký chcete mít.

Nemusíte se nechat ovlivňovat špatnou náladou, zlobou či negativitou druhých. Můžete se učit, jak léčit negativní energii, podporovat druhé, dosáhnout vyššího vědomí, přetvářet své osobní vztahy a napojovat se na vyšší energie Vesmíru. Můžete si být více vědomi své vlastní energie, lehce uvolňovat strach, udržovat si pozitivní naladění a zůstat ve svém centru (i přes negativitu druhých). Můžete si vytvořit takové obrazy sebe sama, jak chcete, aby vás viděli ostatní; můžete najít svou nejhlubší pravdu a projevat ji a sdílet s lidmi ve vašem okolí.

Jelikož prozkoumáte své telepatické schopnosti, můžete začít řídit a směřovat zprávy, které vysíláte z mysli do okolního světa; můžete se učit, jak si poradit, když vás druzí vytlačují či obírají o energii, a jak chápat a směřovat neverbální zprávy, které neustále

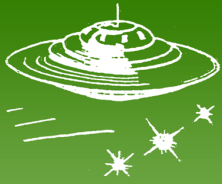
přijímáte. Můžete si více uvědomit své vlastní vnitřní vedení a naučit se, jak si pozvat vedení své duše nebo svého duchovního průvodce. Budeme sledovat vaši mysl a vnitřní dialog a diskutovat o tom, jak mít myšlenky, které chcete, jak rozvíjet své vnitřní obrazy a odpoutat se od hustších energií, kde často zakoušíte bolest, a žít ve vyšších rovinách, kde je více radosti, míru a hojnosti.

Na vaší cestě učení se žít radostněji a s rozšířenějším vědomím budeme objevovat vaši moudrost a umění rozlišovat, co je skutečné a co ne; čím jste a čím nejste. Je to kurz, v němž budete přivádět do svého vědomí to, co jste měli doposud jen v nevědomí a neuvědomovali jste si to. Můžete nacházet, co pozvedá vaši energii i energii druhých, a co ji naopak snižuje. Protože se naučíte řídit svou energii, budete se moci více otevřít a připustit svou zranitelnost; už se nebudete potřebovat tolik chránit a bránit.

Můžete být sami sobě nejlepším přítelem a učitelem; uvnitř sebe máte vše, co potřebujete, abyste mohli sami najít odpovědi na své otázky. Tyto knihy vám nabízím jako průvodce a pomoc na vaší vlastní cestě, jako podporu ve vašem objevování života vyšších energetických rovin.

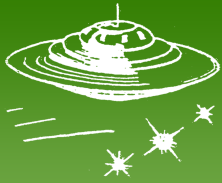
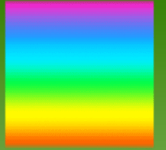
V míru a s láskou

Orin



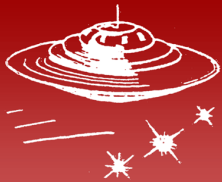
andele-nebe.cz

ROZHOVORY S POUČENÍM OD MÝCH PŘÁTEL Z VESMÍRU



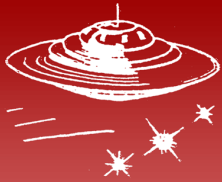
vesmirni-lide.cz

ROZHOVORY S POUČENÍM OD MÝCH PŘÁTEL Z VESMÍRU



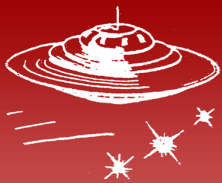
heavenly-angels.org

TALKS WITH TEACHINGS FROM MY COSMIC FRIENDS



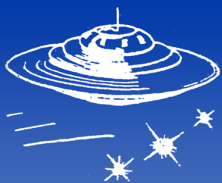
universe-people.org

TALKS WITH TEACHINGS FROM MY COSMIC FRIENDS



heavenly-university.org

TALKS WITH TEACHINGS FROM MY COSMIC FRIENDS



weltraum-leute.de

GESPRÄCHE MIT BELEHRUNGEN VON MEINEN FREUNDEN AUS DEM WELTRAUM

