

Helen Stanku



Co mám na duši...

OBSAH

Jak k nám promlouvá duše?	str. 3
Přejímáte emoce jiných lidí?	str. 7
Energetické upírství	str. 12
Je to opravdu láska?	str. 16
Očistěte své srdce a pociťte lásku	str. 20
Jak spolu souvisí kartářka, výklad karet, sex a duchovní rozvoj?	str. 25
Když přichází láska bez pozvání	str. 29
Vnitřní síla v nás	str. 34
Co je to aura?	str. 37

HS

Jak k nám promlouvá duše?



Cítíš její přání, volání a touhy? Víš, že máš duši? Proč naslouchat a mluvit se svou duší?

Pořád vám někdo vnucuje své názory, snažíte se zavděčit. Rodičům, učitelům, přátelům... Chcete druhým vyhovět téměř za každou cen, i když jdete proti sobě. Pokud ano, svou duši příliš nevnímáte. Přichází věk kolem čtyřicítky, nejčastěji však ale pár chvil před smrtí, kdy navážete spojení s duší. Cítíte se prázdní a život ztrácí smysl. Ptáte se, co v životě Vám udělalo opravdu radost, co stálo za to a dalo Vám naplnění.

Léty nacvičené role. Hráli jste spořádané ženy, muže, studentky, zaměstnance, šéfové, dcery, syny... Hraním jste se stali herci v divadle svého života. Opustili jste své vzorce a převzali cizí. (Provází vás pocit prázdnoty, neuspokojení, máte chuť na něco a nevíte na co, nejste sami sebou). Když přichází probuzení, uvažujete, čím jste doopravdy.

Daniela byla zaměstnána v kanceláři a vedlo se jí dobře, přesto ji však chyběla radost ze života a práce v kolektivu dalších lidí ji ubíjela. Vyčítala si, věděla, že za její výdělek by jiní lidé museli velmi dřít...

Co způsobuje, že i když máte hodně peněz, zdraví, rodinu, přesto cítíte vnitřní bolest?

Pokud jste sami, často cítíte doslova vytí duše? Ze smutku nad tím, co odhazujeme, neboť se nám to zdá nepotřebné. Duše k nám promlouvá z posledních sil. „Ukaž něco víc, vlastní zájmy, lásku, radost, volnost – chci cítit, že tu jsou. Chci obyčejné radosti, opravdovou lásku, která rozpálí tělo, otevře srdce, přeplní ho city a vzrušením – nezahazuj city a emoce! Nezavírej se tomuto světu a lidem kolem sebe vysokou zdí! Neboj se cítit!”

Jakým jazykem to k Vám promlouvá? Možná ji neslyšíte. Co udělat, abyste ji uslyšeli? Jak dbát o duši?

Jedna z vyzkoušených možností je zvýšit své vibrace. Pro každého to může být něco jiného. Malování, zpívání, sport, toulky přírodou... Vše, co Vám dělá radost a přináší pocit, že jsi tady a teď – neslyšíte na minulost a budoucnost. Trvá to jenom okamžik. Spojení s duší způsobí, že dosáhnete toho, čeho chcete dosáhnout a po čem jste prahli, teď můžete dostávat. Častější kontakt s vlastní duší, kráčení její cestou dává častější pocit klidu, naplnění a vnímání krásy světa.

Budete se těšit z každé malé chvílky, uvidíte krásu všude a budete mít radost z toho, jací jste.

Lidé mají často problém s tím, najít co vlastně chtějí v životě dělat. Po létech útrap a hledání a kráčení cizí cestou, sami

vlastně nevědí, po čem prahnou. Říkají, že je nic nebaví, neví, co mají rádi a neví, co vlastně chtějí. Tehdy mohou hledat. Nejčastěji přes kontakt se svým vnitřním dítětem – ono ví a ještě si pamatuje, co kdy chtělo a co má opravdu rádo. Nalezení toho, co Vás opravdu baví, je velké světlo pro Vaši duši. Vyplatí se hledat, neboť, potom cítíte kontakt se svým nitrem.

Metod je mnoho – každodenní meditace, tanec, hra na hudební nástroj, malování, kontakt s přírodou, či zvířaty... Všechny ty činnosti, při kterých přestáváme přemýšlet, ale cítíme skutečnou radost. Důležité je vymezit si každý den a alespoň chvilku pro sebe. A štěstí, které nás zaplní, zachovat co nejdéle.

Vyhýbat se všemu, co snižuje Vaše vibrace – agresi, zlost, nenávisť, hodnocení druhých lidí. Ze začátku je to těžké, proto můžete využít některé psychologické techniky.

Pokud víme, že agrese není ničím jiným, než panickou hrůzou a neustálé hodnocení jiných pramení z nízkého sebevědomí a sníženého pocitu vlastní hodnoty, potom všichni lidé, kteří se rozčilují, jsou našimi zrcadly, které nám jenom ukazují naše vlastnosti. Časem se změníme. Samozřejmě náhle nepřestaneme cítit hněv, smutek a strach, ale pokud si uvědomíme, odkud přichází, můžeme nad těmito emocemi zvítězit a nekřivdit druhým.

Když budeš v harmonii se svojí duší, nebudou Tě rozčilovat jiní lidé. Dál uvidíš jejich chyby, ale budeš je tolerovat, protože obrátíš pozornost na to, co je v nich dobré. Víš, že když budeš v harmonii se svojí duší, ucítíš pokoj a klid v každé chvíli svého života? Nebudeš si potřebovat dokazovat, že jsi důležitá, nenahraditelná, dobrá a moudrá, že jsi „Někdo“ Nebudeš se za každou cenu hnát za cíly, které Ti stanovil

rozum, nebo cizí lidé a vše, co budeš dělat, budeš dělat ve shodě se sebou.

Proč? Proto, aby za několik let, nebo před smrtí, nepocítilas prázdnotu.

Pamatuj, že na onen svět, který je naším skutečným domovem, bereš pouze svoji duši.

Zvyšujíc její vibraci tady na zemi, posiluješ tu jiskřičku boží v sobě.

Skrze svoji duši můžeš hovořit beze slov i s jinými lidmi (skrz jejich duše). Tvá duše může navázat kontakt s jinou duší. Potkáváš lidi, kteří tě přitahují, nebo odpuzují. To jsou signály duše. Myslíš si, že to je intuice, zatím co intuice dovoluje předvídat budoucnost. Duše to nedělá. Hovoří pouze o tomto čase tady a teď. Proto, když někoho uvidíš, duše hned ví, jestli ho zná (samozřejmě v astrální rovině). Má paměť předchozích vtělení, a pokud jí dovolíš, dá Ti silná znamení.

Někdy nechceme slyšet hlas duše, protože nám často říká, že jsme sami, trpíme, jsme slabí a my o sobě nechceme přemýšlet, jako o někom slabém, trpícím, nešťastném a ubitém. Proto v sobě tlumíme hlas duše. Vše odhazujeme jako nepotřebné hlouposti, na které ve svém životě nemáme čas. Zamykáme svá srdce a chceme mít vše pod kontrolou. Posloucháme rozum a pro vše hledáme logická vysvětlení.

Chce to odvalu, odvázat se přestat se kontrolovat a poslechnout volání své duše.

Přejímáte emoce jiných lidí?



Cítíš někdy žal, znepokojení, vnitřní neklid, nebo Tě bolí srdce, ale nevíš, odkud se to vzalo? Nic se přitom neděje a v poslední době Tě nic špatného nepotkalo? Usneš a pak se probereš s divným pocitem, že tě někdo, nebo něco vzbudilo a už máš problém usnout. Ráno se cítíš mizerně a přemýšlíš proč, vždyť se ti nic nestalo a nikdo ti nic neudělal.

Pokud se ti to stává a znáš to ze své zkušenosti, může to být způsobeno tím, že nevědomky do své aury přejímáš cizí emoce, nebo jsi s někým energeticky spojená.

Síla soucitu

Empatičtí lidé se mohou natolik nacítit, že mohou bezvýtku přejmout cizí emoce. Nejde jenom o situace, kdy vás rozhodí nervózní prudič ve vašem okolí, nebo kdy se ve vašem okolí vyskytuje jedinec se špatnou náladou a během chvíle ji máte taky. Často jde o mnohem víc. Jistě víš o tom, že je někdo v tvém okolí smutný, chvíli o tom přemýšlíš, pak to ale odejde a vše je v pořádku. Někdy se to ale děje nevědomě, bez Tvé

kontroly. Převzaté emoce cítíš později a za pár hodin máš náhle blbou náladu. A už vůbec není lehké si to spojit s nepříliš příjemnou situací.

Jsou lidé, kteří vysílají a jsou lidé, kteří přejímají emoce druhých. A na ty se zaměříme. Energeticky to vypadá tak, že natrefíš na někoho, kdo má těžké srdce, nebo něco silně prožívá. Ty se s ním nevědomě energeticky spojíš. Spojení začíná od spodních čakr. Někdo může cítit brnění v nohou, ale častěji se to projeví chvěním v oblasti solar plexu a srdeční čakry.

Proč přejímáš emoce druhých?

Tyto sklony obvykle mívají lidé s převládající zelenou barvou v auře. Často se nevědomě napojí na trpící a tímto si urvou část jejich trápení, čímž trpícím přinášejí úlevu. Dotyční se začnou cítit lépe a opět se jim vrací chuť do života. Toto je v pořádku, pokud se to děje vědomě a umíš s tím pracovat. Tzn. bolest přetransformovat, rozpustit v lásku, nebo použít jiné, třeba meditační techniky. Ale není to zase až tak jednoduché a ne všichni to umí. Takže pokud bolest neumíte transformovat, zbavit se jí, potom vám zůstává a vy ji musíte odžít za jiné.

Obvykle to přichází tak, že potkáte někoho, kdo prožil nějaké trauma, někdo ho opustil, velmi trpí a vy odebíráte tuto energii (vědomě, nevědomě). Cítíte velký žal smutek atd. Myslíte si, že to vaše pocity nejsou, ale převzali jste je. (Dobrá kartárka by s tímto měla umět perfektně pracovat, jedna věc je nacítní se a druhá objektivní výklad karet).

Tato spojení ovšem nejsou vampirická. Při vampirismu se na Vás druhá osoba celkově napojí a odebírá vaši energii. Spojení lze nejčastěji vidět na spodních čakrách, zatímco tady se s někým spojíte, abyste mu pomohli.

Spojení nejčastěji probíhá přes srdeční čakru. Problém je v tom, že se najednou ve Vašem životě mohou vyskytnout ty samé starosti, s jakými se potýká osoba, se kterou jste se spojili.

Známá Jarka byla nevědomý přijímač. Měla vlastní malé knihkupectví, lidi se k ní naučili chodit. Popovídali si o svých starostech a odcházeli lehčí. Jarce se však začalo přitěžovat. Zavřela knihkupectví a z lidí začala mít panický strach...

Irena měla kamarádku Pavlu, ta se bouřlivě rozváděla. Irena to s ní prožívala a najednou jí nastaly v dosud bezproblémovém manželství také potíže. Najednou viděla na svém muži spousty chyb...

Pokud jsou emoce druhých příliš silné, můžete se s nimi ztotožnit do té míry, že je považujete za své, i když pro ně nemáte žádný racionální důvod.

Milena se najednou začala v práci špatně cítit. Myslela na to, že by měla co nejdříve podat výpověď. Cítila neklid a smutek. Pomalinku si začala z kanceláře nosit věci domů. Jinou práci neměla. Pak se ukázalo, že z práce odešel někdo jiný, kdo měl stůl hned vedle. Ten dotyčný to prožíval natolik silně, že si to Milena nevědomky stáhla z něj...

Spojení muž- žena

Samozřejmě nejsilnější spojení se objevují ve spojení muž a žena. Často je to tak silné, že se dva lidé začnou vzájemně cítit. Muž měl zraněné srdce a žena, kterou potkal, ho začala „léčit“. Pocítila k němu silnou náklonnost (spojení přes srdeční čakru) a naopak. Žena se do toho muže náhle zamilovala.

Možná to vůbec nevypadá nebezpečně a chcete pomáhat druhým. To je v pořádku, ale vždycky se vyplatí dělat to

vědomě. Poznat, kdy je emoce naše a kdy cizí. A sami se rozhodnout, jestli si je chcete stáhnout, nebo mít svůj klid.

Jak poznat cizí emoce?

Samozřejmě ne každý je jasnovidce a může vidět propojení čaker. Nevidíte spojení a energii? Čerpejte z pocitů. Důležité je si vůbec připustit, že se nejedná o naše pocity. Pokud si to alespoň jednou uvědomíte, bude to pro Vás čím dál lehčí. Automaticky poznáte, že to není vaše emoce a že je potřeba je vrátit.

Připomeňte si okamžik napojení. Zklidněte se a začněte zhluboka dýchat. Prociťte celé své tělo. Připomeňte si, kdy jste začali cítit ten smutek (okamžik napojení). Je velmi silně odečítatelný u citlivějších lidí. Pokuste se určit místo na svém těle, kde se to stalo. Jistě si to rychle připomenete. Byli jste v restauraci a najednou nám něco řálo do srdce, jakoby tam byl nůž, nebo hřebík, nebo jako by vám tam dal někdo balvan.

Nyní si připomeňte co se tehdy dělo. S někým jste si povídali, nebo jste se někomu dívali do očí? Někdo vás rozčilil? Vzpomeňte si na to, kdo to byl a co jste tehdy ucítila. Pokud už to víte, jste pravděpodobně s tím člověkem energeticky propojeni. Jestli je to spojení velmi silné, kromě smutku se to může projevovat i buzením v noci, pláčem bez důvodu, nespavostí, i když jste na ni nikdy netrpěli, pocitem balvanu na srdci, který vás tíží dolů.

Chcete se odpoutat. Jak na to?

Představte si osobu, se kterou jste spojeni. V duchu jí řekněte, že jste přejali její bolest, ale už ji nechcete. Můžete si představit, jak vytahujete bolest ze svého těla a předáváte dotyčné osobě. Všimněte si při tom, jak reaguje Vaše tělo a

taky toho, na co v tu chvíli myslíte. Zeptejte se na příčinu. Můžete bez potíží odevzdat tu bolest a pocítit klid a úlevu? To je fajn.

Stává se ale, že to nejde a objevila se vlastní bolest. Zkus se jí zbavit. Proč to nejde – cítíte třeba pocit viny, proto, že jste přijali bolest někoho jiného? Co cítíte, když vracíte tu bolest a máte s tím problém a přitom to není ani váš žal? Máte pocit viny?

Cítíte se nepotřební (protože nebudete pomáhat). Bojíte se, že už dotyčného nikdy více nevidíte, že s vámi zpretrhá kontakty? Že se už o vás nebude zajímat? Nebo se bojíte, že to ten člověk sám nezvládne? Pokud jste našli vlastní bolest, otevřete své srdce. Uvědomění si toho důvodu a obklopením ho láskou, jistě pomůže vypořádat se s cizí bolestí.

Přepínání spojení

Každé energetické spojení je možné přetnout. Posad' se, zklidni, zhluboka dýchej, dokud nezklidníš myšlenky. Vizualizuj si člověka, se kterým máš toto spojení. Po nějaké době ucítíš, nebo vnitřním zrakem uvidíš, energetické vlákno. Je čas ho přetnout. Představ si nůžky, pilu, nůž, meč... Někdy je těžké to přetnout a může to chvílku zabrat. Konec vlákna můžete zakopat, nebo zauzlovat. Pokud máte podezření, že jste si přetáhli cizí emoci, nebuďte mučedníky a nezdvíhejte ten náklad, pokud nevíte, co s tím! Zjistěte, jestli emoce není vaše. Pokud ne, jestli je umíte rychle transformovat, nebo rozpustit. Pokud to neumíte, co nejrychleji se od nich odlučte.

Energetické upírství



Získejte zpět svoji energii.

Celým životem nás provází výměna energií. Ideálně by měla být v rovnováze. Co vydáváme, to bychom měli přijímat a stejně to platí obráceně. Pokud dáváme, tak i bereme. Dostáváme - vydáváme. Jen takto může energie plynout a není blokována. Často to však bývá jinak. Jsou lidé, kteří

nabíjejí a naopak. Přijímání i odevzdávání je v pořádku. Důležitý je způsob, jakým to provádíme my. Pokud dáváme a nečekáme nic na oplátku, je to pozitivní forma dávání. Zatím co pokud dáváme něco pro něco, ne jen pro finanční zisk, ale třeba pro to být milován, chválen atd., potom je tok energie blokován. Co to znamená a způsobuje?

Proč je důležité zachování rovnováhy?

Pokud dáváme, neskrývá se za tím víc, než jen nezištná a nezávazná chuť pomáhat druhým? Netoužíte příliš mnoho po přízni druhých? Chcete být chváleni, uznáváni milováni, protože tím vzrůstá Váš pocit vlastní hodnoty a sebedůvěry? Pokud jiní stojí o vaši společnost, Vaše sebehodnota tím

vzrůstá! Odpovězte si upřímně, nedáváte druhým více, než je Vám milé? Odevzdáváte jim téměř všechn svůj volný čas? Řešíte za ně jejich problémy? Soucitně si je vyslechnete na úkor vlastního volna? Zařizujete za ně jejich důležité záležitosti? V partnerském vztahu milujete za oba, protože Vám stačí, že je s Vámi? A cítíte se při tom nenahraditelní a důležití?

Pokud je to tak, pak zastavte! Takto nelze dávat. Zbavujete se tím vlastní energie, zatímco druzí sílí, vyživujete je svojí vlastní energií a to nejde donekonečna. Nakonec nebude odkud brát. Vyčerpáte se, vyhoříte. Co budete dávat pak?

Lidé se s Vámi asi přestanou stýkat, protože to pro ně přestane být výhodné. Vaše sebedůvěra rychle klesne. Pocit osamění způsobí, že se budete cítit bezcenní a opuštění. Potřebujete pozornost druhých k tomu, abyste se cítili lépe? Vydáváte lidem moře pozornosti, zatímco oni vám jen kapku. Říkáte si, jak je to nespravedlivé. Já jim dávám vše a oni mně jen aby se neřeklo. Jsou nevděční, já jim stále pomáhám ani nehledím na sebe, zatímco oni... Opravdu přemýšlíte o druhých?

Ne! Přemýšlíte o sobě. Děláte to vše s ohledem na jejich energii. Celou dobu si říkáte (samozřejmě v duchu) Dávám vám všechno, věnujte mi taky trochu své pozornosti. Pochvalte mě, řekněte, jak jsem skvělá, dejte mi svůj Like, řekněte, jaká jsem krásná a chytrá...Takto dostáváte energii, kvůli které se cítíte přijímána.

Přehlušuje to to, co chcete utiřit ve svém nitru. Strach a prázdnotu pramenící z nízkého sebehodnocení. Strach, že pokud se neobětujeme druhým, budou vás přehlížet, jako někoho nedůležitého, kdo jim za to nestojí (nepodělí se s vámi o svojí energii). Pokud očekáváte vděk, znamená to,

že nedáváte nezištně. Chcete-li pomáhat okolí a změnit svoji realitu, musíte začít od sebe. Kovářova kobyla často chodí bosa.

Svět okolo nás nám ukazuje, co na sobě chceme změnit.

Pokud jsme v nitru neklidní, tak budeme přitahovat podobné lidi jako magnet. Jak můžete pomáhat a radit druhým, pokud jste sami v sobě neuspořádaní? Budete jenom poučovat druhé, kteří si to odžili a ví své. Jako kdybychom opakovali rady magnáta, jak dosáhnout úspěchu. Musíte dozrát zevnitř. Přiznat si, jak se opravdu cítíte. Bezvýznamná, ošklivá hloupá? Pokud si sami sebe vážíte, nemáte potřebu druhým cokoliv dokazovat, protože se cítíte spokojeni takoví, jací jste.

Jak se cítíte sami se sebou? Jste rádi samotní? Umíte udělat něco pro sebe jen tak, aniž byste při tom mysleli, na co Vám to bude, a hlavně, jak to budou hodnotit druzí? Protože děláte to, co vás baví a to vám stačí. Nepotřebujete se předvádět, abyste učinili dojem. Neočekáváte, že o vás budou říkat, že jste moudrá, hezká, fajn. Protože dobře víte, že sto lidí, sto názorů. Vaše vlastní pravda o sobě sídlí ve Vás. Musíte ji pouze vidět.

Získejte svou energii.

Než naleznete vlastní pravdu, je dobré získat zpět energii danou jiným bez vrácenky. Také jim ale odevzdejte tu energii, kterou jste jim vzali očekáváním vděku. Započnete cestu do vlastního nitra s čistým štítem a vědomím, že záleží jen na nás.

Jak znovu získat svoji energii?

Soustřed'te se, zavřete oči a přeneste se zpět do svého dětství. Připomeňte si lidi ze svého okolí. Hlavně ty, kteří vás zklamali. Potom si všimněte vláken, která vás spojují. Silnější,

slabší, zamotaná, zakořeněná, čím silnější, tím víc energie jste někomu dali.

Nyní v duchu s láskou proneste „*Beru si svoji energii a vracím ti tvou.*” Můžete si vizualizovat, jak při nádechu berete svoji energii a při výdechu vracíte energii druhému. Pokud uvidíte, že jste vlákny spojeni dál, můžete je přetrhnout, přestříhnout, přetřhnout... Je potřeba takto propustit všechny, na něž jste si vzpomněli. Potom byste se měli cítit lépe a Vaše síla znovu poroste.

Nedivte se, pokud se do vašeho života začnou znovu vracet přátelé, najednou vám budou volat, psát, zvonit u dveří. Je to znamení dobře vykonané práce a toho, že se vám konečně podařilo zpretrhat nezdravé toky energie a vrátit je do minulosti.

A nyní je čas jen na Vás.

H S

Je to opravdu láska?



Když není láska, všechno je studené. (Osho)

Říkáme, že někoho milujeme (přijímáme tok energie z jeho srdce a ztotožňujeme to s emocí) a myslíme si při tom, že se nám líbí, máme ho rádi a přitahuje nás.

Univerzální láska není tím samým. Je to ten nejvyšší druh energie, která plyne odevšad a je všude. Tato energie

má ohromnou moc. Pokud ji cítíme, naplní nás. Je to nejvyšší druh energie, která plyne pořád a je všude. Moc měnit nás i naše okolí.

Říkáš, že miluješ, ale všimni si...

Jsi žárlivá? Láska nezná žárlivost. Určitě ti nevadí, pokud tvůj přítel hovoří s jinými ženami? Tak, jako ty, i on má právo na přátele.

Jsi trpělivá? Láska je trpělivá. Líbí se ti, ale ty první krok neuděláš a čekáš, kdy si tě všimne, a plánuješ, jak tě pozve na rande a spoustu dalších věcí... Pokud plánuješ, trpělivá nejsi. Očekáváš od něho něco? Musí splnit to a to a chovat se tak a

tak... Láska nemá očekávání, jeden druhého přijímá bez podmínek.

A je to ještě těžší, neboť láska se přátelí s pravdou. Vše snese. Všemu věří, vždy vidí naději, vše vydrží. Láska je věčná. Říkáš, miluji navěky, ale zradu bys neprominula. V momentě kdy se ozve: „Co je to za hlouposti?“, se ozval největší přehlušovač lásky, rozum.

Co je tedy láska?

Láska je nejvyšší druh energie. Je lehounká, víří, vznáší se a je všude kolem. Ale není lehké se na ni napojit. Je potřeba vyčistit mysl, zbavit se agresivity, uzurpátorství, strachu. Aby se cítila láska, je potřeba odpustit druhým lidem. Není lehké pocítit bezpodmínečnou lásku a naplnit se jí.

Jak můžeš cítit lásku?

Začni tím, že budeš tolerantní. Mnohokrát započínáš kritizovat a oceňovat. Přestaň. Uvědom si, proč to děláš. Každý má právo být jiný, myslet jinak. Odpovídáš pouze za sebe a můžeš změnit pouze sebe. Toleruj druhé. Jednoduše vyslechni a toleruj.

On má právo křičet a ona má právo lhát. On se možná cítí silný a ona chytrá, ale neumějí to jinak a proto lžou a křičí. To není důležité. Prostě je přijmi, jací jsou.

Asi si potom všimneš, že jsou lidi přejícní, vlídnější. Všimáš si jejich dobra a pozitivních věcí a nehledíš na to, kdo je vzteklý a kdo ti chce ublížit.

Nauč se mít ráda sama sebe

Všimneš si, že pokud budeš tolerovat druhé, nakonec začneš milovat. Napřed sebe samu. Egoisticky? Vůbec ne. Pokud nebudeš akceptovat a mít ráda samu sebe, těžko budeš mít ráda druhého člověka. Budeš v něm hledat to, co tobě chybí. A nakonec se staneš uzurpátorem.

Miluješ a on ne

Často se stává, že jeden miluje a druhý neopětuje tyto city. Co pak s takovým citem, který v sobě nosíš? Nemožnost realizace takového citu na pozemské pláni, vzbuzuje roztrpčení. Někoho velmi miluješ a on tvé city z nějakého důvodu neopětuje. Nikoho nelze nutit k lásce.

I když často se lidi chovají, jako by to šlo. Všechny ty tanečky kolem, aby se za každou cenu dotyčná osoba dobyla, protože jedině tak má život smysl, jsou povětšinou liché. Dobyvatelé jsou potom podráždění, rozčarování, v depresi a nemohou na objekt svého zájmu přestat myslet.

A tak často raději na cit lásky zanevřou nadobro, uzamknou svá srdce, pohrbí každý závan lásky a ze strachu z další bolesti se stávají chladní a mrzutější...

Pokud v sobě máš cit lásky, nepohrbívej ho a ani nezadržuj. Zaděláváš si tím na trápení. Odmítáním citění se stáváš chladnou. Soustřeďuješ se na svou prázdnotu, kterou jsi chtěla vyplnit skutečným svazkem s dotyčným. Možná za každou cenu. Vycházíš z toho, že pokud tak strašně miluješ, tak přece jenom naplnění lásky (svazek) ti dá úplné štěstí a spokojenost. Toužíš ho vlastnit (on je můj).

Energie lásky není uzurpátorská. Uzurpátorství lásku zabíjí, omezuje, příkazuje. Nejdůležitější se stávají očekávání,

kteřá jsou vymáhána ve vztahu k partnerovi a pocit nespokojenosti, pokud ta očekávání partner (přikazy) nesplnil.

Pokud partner lásku neopětuje, změň tok energie

Zadržování energie lásky v sobě (pokud chybí vztah) může způsobit bolest a pocit ztráty, které mají svůj původ v rozumu. Také směřování tohoto proudu lásky k člověku, ke kterému ji cítíme, leč neopětovaně, také není ideální!

Pokud má dotyčný své srdce uzavřené, může se vylekat takovéhoho přílivu lásky a začít unikat. Změň tok energie. Zanech plánování toho co bude, pouze se nech prostoupit touto energií lásky a nech, aby skrze tebe prostoupila do celého světa. Vyzařujíc tuto čistou energii, přitáhneš si podobnou. Pokud potkáš člověka s podobnými, či totožnými vibracemi, začneš otvírat své srdce a nechceš nic na oplátku. Stačí, že je, že ho vidíš, že se směje.

Cítíš lásku a přijímáš ji takovou, jaká je za všech okolností.

Pokud jsi ve vztahu a jeho cit se náhle kamsi vytrácí, opět přesměruj svou energii. Dovolíš tak druhému, aby mohl sám začít vysílat sám směrem k tobě.

Pokud je totiž tvojí energií zahlcen, může mít sklon unikat. Přestaň očekávat a vyžadovat splnění. Umožníš druhému, aby se sám projevil. Pokus se také naslouchat druhému. Zjisti, co vlastně chce a co mu chybí.

Přestaň tlačit svou představu a poslouvej, po čem touží. Pokud přestaneš očekávat a vyžadovat, umožníš tomu druhému, aby vyslal svou vlastní energii.

Očistěte své srdce a pociťte lásku



Očistěte své srdce ze starých šrámů a bloků a pracujte na sobě. Docílíte toho, že vás jen tak nikdo nezraní a budete lépe odpouštět.

Sami jste odpovědni za to, co cítíte a jestli to chcete změnit. Každé srdce umí cítit čistou lásku a umí být natolik silné, nakolik mu začínáte naslouchat a řídit se jím.

Pokud si pravdivě zodpovíte na těchto pár otázek a odpovědi budou kladné, čtěte dál.

- *Jsou ve vašem životě lidé, kterým nikdy neodpustíte?*
- *Máte dobrou náladu a náhle vám bez zjevné příčiny přichází splín?*
- *Myslíte si někdy o svém partnerovi, že si nezasluhuje takovou lásku, protože nám provedl tohle a tohle?*
- *Vyžadujete, aby vám partner lásku oplácel?*
- *Jste často smutná?*
- *Někdy vám něco vázne v krku a nemůžete to vyslovit?*
- *Jste žárlivá?*

- *Máte problém vyjádřit se na veřejnosti, neboť se obáváte výsměchu?*
- *Raději skrýváte své pocity, aby se s Vámi nerozešel?*
- *Chcete konečně udělat něco, abyste si zasloužila jeho lásku?*

Kladné odpovědi znamenají možné emoční bloky a bloky v oblasti srdeční čakry.

Není od věci se těchto bloků zbavit, jinak si je sebou můžete nést jako závaží i do budoucna. Můžete se ale také “vyléčit” sami. Zdravé srdce je silné srdce a to dokáže přijímat a milovat čistou láskou. A jak tedy bloky energeticky vyčistit?

Způsobů je mnoho. Jeden z nich je očista pomocí afirmací.

Pokud si namlouváte, že nikdy nikoho nepotkáte a nebudete mít nikdy šťastný vztah – tak to pravděpodobně bude, neboť si to přivoláváte. Pokud naopak, ať vám to zní sebedivněji, v duchu (a třeba i nahlas) budete opakovat: „*Miluji a jsem milována*“. „*Mám ráda sebe i druhé*“. „*Jsem láska*“. „*Naplňuje mne láska a tak to je*“.

Potom budete lásku cítit i přitahovat. Pokud chcete afirmace umocnit, můžete si při tom vizualizovat růžovou a jasnou zelenou zář v oblasti srdeční čakry.

Mantry

To je další z mnoha metod, jak pročistit srdeční čakru, zvýšit tím průtok energie v dané oblasti a tím si srovnat i v životě danou oblast.

Odříkáváním manter způsobíte, že se vaše mysl zpomalí a zklidní. Mantry jsou speciálně vytvořeny tak, že jejich vyslovováním vytváříte zvuk na určité speciální frekvenci.

Tento zvuk o určitých vibracích má blahodárny vliv na harmonizování energie příslušných čakr.

Mantra „Ham”(hammm) svými vibracemi působí blahodárně přímo na srdeční čakru.

Mantra „ HAR HARE HARI WAHE GURU” vám pomůže nejen při čištění čakry srdce, ale také ode všech dalších bloků...

Při pronášení manter můžete cítit tlak v daných oblastech čakr (citlivější lidé). Čakra začne vibrovat a tento tlak rozpouštět. (Rozhodně bych ale doporučila vyhledat podrobnosti o využití manter – např. od Manesh Johari)

Kyvadlo

Je také vhodným pomocníkem nejenom kartárek při výkladu karet, ale i vám při rozpouštění vašich bloků. Ideální pro tuto práci jsou ta s horským křišťálem, či růžovým křišťálem. Pracuje se s očištěnými a pozitivně nabitými předměty. Nejprve se kyvadla zeptejte, jestli můžete začít čištění. Pokud obdržíte kladnou odpověď, můžete začít. Myslete při tom na to, že se zbavujete bloků na srdci (můžete si to říkat nahlas). Kyvadlo by se mělo otáčet doleva. Pokračujte tak dlouho, dokud se nezastaví. Potom můžete přistoupit k druhé fázi, nabíjení příslušné čakry pozitivní energií.

Nabíjení čakr pomocí kyvadla

Můžete pronášet v duchu i nahlas: „*Nabíjím srdce čistou, láskyplnou energií*“. Kyvadlo by se mělo otáčet doprava. Pokračujete opět tak dlouho, dokud se nezastaví. Během čištění možná budete vnímat neobyčejně silné pocity, či vjemy...

Sebekontrola

Je vhodné věnovat pozornost tomu, jak se cítíte. Pokud vás něco znepokojí, či rozesmutní, věnujte tomu chvíli pozornosti. Tuto pozornost obraťte do svého srdce. Začněte hlubokým nádechem do srdce. Vdechujete čisté, jasné, bílé, či narůžovělé světlo a vydechujete vše negativní (šedé), co se ve vás nahromadilo.

Pokud vás někdo nahněval, nesnažte se všechnu svoji pozornost obrátit k tomu, abyste mu dokázali, že nemá pravdu. Pro srdce jste jednotou. Až rozum vás dělí na dva. Proto pokud proti někomu vystupujete ve zlosti, činíte tak sami sobě. Zkoncentrujte svou pozornost na své srdce a pohlédněte na srdce dotyčné osoby a vyšlete tam pramen jasně růžového světla. Jednání v návalu hněvu a spolu se zlými slovy nakonec oslabí vás. Zatímco meditace a koncentrace na pokoj a klid, vám stejně přináší i do vaší reality a sílu a zdraví k tomu.

Snažte se co nejvíce odpouštět a myslet pozitivně. Buďte vlídní. Pamatujte na to, že vše, co vyšlete, se vám vrátí.

Dělejte vše, z čeho má vaše srdce radost a vyhýbejte se tomu, co působí bolest. Poslouchejte hudbu, která vás pozitivně naladí. Vyhledávejte takové obrazy, které vás „nakopnou“... Do života si budete přitahovat spřízněné duše.

Práci na sobě za vás nikdo neudělá.

Pozor na vypjatější situace, kdy je zkoušena vaše důvěra. Vy znáte své reakce nejlépe. Věnujte si pozornost. Zkraje se možná budete cítit bezbranní. Také můžete pociťovat strach. Příval lásky způsobí zvýšenou citlivost. Při jakýchkoliv pochybnostech si připustíte strach (racionální úvahy) a začnete se bát.

Jste rozedraní, neboť srdce říká „věř a poddej se tomu“ a rozum protiřečí – „ať tě to ani nenapadne...“ Takže se uzavřete, aby se vás už podobné strachy příště nemohly dotknout. A na světě je další blok.

Pokud ale otvíráte svá srdce s láskou, začínáte si do života přitahovat právě ty lidi, se kterými svá srdce můžete spojit. Ne intelektuální diskuze, ale porozumění vašich srdcí je to, co vám dá radost. Cítíte s někým spojení, druhý člověk je vám blízký a cítíte náklonnost.

Otevřené srdce říká: „*Miluj a nečekej nic na oplátku, neplánuj, neodsuzuj*“.

Pokud druhý nepostupuje dle vašich představ, nezamykejte hned svá srdce. V lásce není ego, nebo uražená ješitnost. Neciňte se poníženi, protože druhý řekl něco ne dle vašich představ a plánů. Láska nezná žárlivost a vše odpouští. Nezatěžujte svá srdce.

Pokud očistíte svá srdce od bloků, neznamená to klid a pokoj do konce života. Je potřeba věnovat pozornost tomu, co cítíte a co si myslíte. Pokud se kvůli někomu necítíte zrovna dobře a některá slova ve vás vzbudila smutek, nebo zlost, je dobré se v tom nehrabat. Podívat se na to zpatra a s nadhledem.

Říct si „pouštím to“ a nevracet se k tomu. Takto se nezatěžujete a máte klid na poznání nových lidí a situací.

Jak spolu souvisí kartářka, výklad karet, sex a duchovní rozvoj?



Jednou mi volala na výklad karet po telefonu paní Anička (jméno jsem pozměnila). Byla velmi nešťastná a chtěla po mně, abych jí, jako kartářka, potvrdila její podezření kolem manžela. Poslední dobou s ní moc nekomunikoval a byl nevrlý. Napadlo ji tedy, že za tím bude jiná žena. Jeho kolegyně

Zdenka z práce, která po něm vždy koukala.

Jsem už zvyklá na kde co, vždyť kartářkám po telefonu lidé svěří anonymně kdejaké tabu. Výklad karet však tentokrát udivil i mne.

U pana manžela se vůbec neukazovalo, že by svou ženu nemiloval, či chtěl opustit, naopak podezíral z téhož svojí ženu. Problém se ukazoval ne v citech, oba se milovali už léta, ale poslední dobou se vyskytl zádrhel.

A sice v sexu.

I ten k harmonickému vztahu patří. Paní Anička se od svého muže začala odtahovat. On si to vysvětloval tak, že ho už nemiluje, nebo snad někoho má, když je poslední dobou tak jiná.

Budu pokračovat dál. Paní Aničku zasáhl ezoterický boom a nakoupila si také pár knih o duchovním rozvoji. Začala pečlivě studovat a došla k názoru, že pro její duchovní růst je nevhodné provozování sexu... Co k tomu dodat?

Stačilo, aby se na věc podívala i z trochu jiného pohledu. Většina duchovních nauk si dává za cíl zvýšit energetickou hladinu u svých adeptů. Často mají za cíl aktivaci třetího oka, neboli vnitřního vidění a soustřeďují pozornost hlavně na nejvyšší čakry. Opomíjejí potenciál sexuální energie. Tento potenciál je však velikým zdrojem síly, jež posiluje všechny zbývající druhy energií.

My sami sebe dělíme na muže a ženy. Z hlediska energií jsme ovšem jednotou a měli bychom k tomuto dojít. Muž, rovněž jako žena, má stejně mužské i ženské energie. K plnému využití těchto energií je třeba uvést tyto energie k plné vyváženosti.

Platí, že muž je aktivní. Je ohněm (Jang) a žena pasivní voda (Jin). Oba tyto prvky se doplňují a sjednocení je možné pouze při naprostém sloučení.

Na výklad karet volal také pan Lukáš. Opačný extrém. Ptal se, jestli je normální. Vrstevníci mají rodiny. On však střídá vztahy, nádherné ženy. Vždy je okouzlí, získá a pak přijde na to, že to není ono. Pořád mu něco chybí. Uměl být zábavný, lehce navázal známost, četná sexuální dobrodružství. Jestli už snad nemá nějakou úchylku. Pořád nenachází to pravé. Proč?

Příčinou takové honby za sexem může být útěk před sebou. Nedostatek napojení na sebe a své tělo. Následné kupení rozmanitých bloků. Sex potom nabízí uprostřed těchto bloků dočasné uvolnění. U Lukáše se vše točilo ve sférách jeho ega. To odsouvalo sex výlučně na tělesnou oblast. Sex se odehrával ryze v úrovni spodních čakr. Plné uspokojení však dělá spojení také na úrovni vyšších čakr.

Láska ve fyzické i duchovní rovině

Více a rychleji než na fyzické úrovni probíhá láskyplný akt mezi mužem a ženou na energetické úrovni. V jejich aurách je zapsané vše co cítí a dělají. Sexuální komunikace nestojí na hře slov a gest. Probíhá na energetické úrovni. Ve stavu zamilovanosti se aury zvětší a vzájemně spojí. Následuje energetická výměna. Je neviditelná pro naše oči. Proto je možné někoho milovat, či se zamilovat v duchovní rovině.

Plné štěstí však skýtá pouze spojení lásky duchovní i fyzické zároveň. Samotný sex může být pouze fyzickou zkušeností a formou momentálního uvolnění. Úplné uspokojení však přináší spojení sexu a lásky i na duchovní úrovni. Pokud se čerpá pouze ze spojení dolních čakr, muladhary a svadisthany, často lidem cosi chybí.

Lidé podvědomě touží po láskyplném spojení a sjednocení na všech úrovních. Jak muži, tak i ženy. Sexualita se zakládá také na polarizaci pohlaví.

Sexuální akt může připomínat elektrický obvod.

Po určité době spojení nastupuje plné energetické spojení. U partnerů je energetický obvod patrný.

Orgasmus těla i duše?

Tantrické praktiky dovolují dosažení jednoty během sexuálního spojení. Prožitek je stejně intenzivní pro tělo, rozum i duši. Víření, záblesky, světelná exploze - takto se projevuje vnímání takového spojení. Není chvilkou pobavení a relaxace, ale naprostým uspokojením, vycházejícím z úplného propojení muže a ženy.

Kundaliní probuzená v muladhaře (1. čakře), se vede a nechá procházet skrze všechny čakry, podél páteře, až do sahasráry (7. čakry). Tam navozuje stav nejvyšší extáze. Probuzení kundaliní síly je základem všech tantrických praktik. Tyto praktiky dovolují této energii průchod skrze další čakry a to svede následně člověka s kosmickým vědomím. Z univerzálního úhlu pohledu nedělíme a nevyvyšujeme duchovní nad sexuální energii a naopak. Jedna se transformuje ve druhou a dohromady tvoří celek.

Aktivace kundaliní a propojení nejnižší čakry s nejvyšší umožňuje překonat vlastní ego a dojít kosmických zážitků. Mnozí umělci čerpali z těchto okamžiků extáze. Pociťovali i božskou přítomnost, dostávali se k nejvyšší realitě.

Aktivace sexuální energie nedává pouze úplné sexuální uspokojení, ale zapříčiní rozvinutí zvýšení energetické hladiny, čili životní síly.

Tantra

Je i filozofický směr pohledu na svět. Tantra, to je radost. Rozkoš z krásna, z života, z deště, louky květů, dobrého jídla, společně prožívané vášně. Radost ze širšího vnímání světa. Tantra je prožitek dvou svobodných, navzájem se respektujících individualit.

Když přichází láska bez pozvání



Na výklad karet volala paní Romana Romaně se stalo to, co i mnohým jiným ženám (muže nevyjímaje). Jste žena středního věku a máte v životě vše uspořádané. Žijete relativně poklidně. Máte své přátele, koničky, rodinu, děti, manžela... Váš vztah už sice není to, co býval, ale stále si v podstatě není nač stěžovat. Některé vrstevnice mají za sebou drsné

rozvody, střídání různých partnerů, všelijaké kotrmelce - to vše se Vám vyhýbalo. Vy, i když váš vztah pozbyl dřívější zamilovanost, jste v podstatě spokojena. A pak se to stane. Potkáte HO!

Něco vámi projede a vy se téměř bezhlavě zamilujete, jako mladá dívka. A co teď? To se vám život vysmívá? Co je to za nejapný žert? To se máte teď rozvádět a činit lidi okolo sebe nešťastné? Pokud se vám toto stalo, vězte, že vám přišel dar, pokud víte, jak s ním naložit.

Toto se stalo také paní Katce. Katka poznala Dalibora. Energetické spojení přišlo velmi rychle. Cítila, jako by se znali již velmi dávno a cosi si ještě měli ujasnit.

A tak se stal Dalibor mužem, který nečekaně vzbudil v Katce něco, co by už nečekala. Otevřel její srdce lásce. Katka o tom s nikým nemluvila. V jejím okolí se i tak začaly dít změny. Kamkoliv Katka přišla, začala budit pozornost mužů. A co pak ten její? Pokud by nevěděla, o co jde, začala by Katka podezírat svého muže z nevěry a následného špatného svědomí. Její muž se k ní začal chovat tak pozorně. Ale protože Katka znala, věděla tedy, že se její muž jenom cítí podvědomě ohrožený a hájí si svoji pozici.

Katka vyzařovala takové množství lásky, že touto láskou doslova zářila a tím si přitahovala nevědomou pozornost okolí i manžela. Kvůli Daliborovi si nehodlala rozbít manželství, vždyť ho nepotřebovala vlastnit. Stačilo jí už jenom to, že znovu milovala a cítila se milována. A to, že se jí oživilo i manželství.

A co se to tedy děje?

Některé duše ještě před vtělením tvoří jednu skupinu a jsou spolu spřízněny. A některé ještě více, jako by byly dvě poloviny. Jedna polovina se rozhodne inkarnovat na zem. Druhá zůstává v astrální rovině. Podporuje a pomáhá své polovině na zemi. Někdy se stane, že se duše inkarnují ve stejnou dobu. Dříve, či později, se naleznou. Toto je dopředu naplánováno a nelze tomu uniknout.

Proč potkáváme své poloviny, či spřízněné duše?

Proč potkáváme spřízněné duše, či poloviny, když je tak těžké se spojit? Přesný důvod není znám. Ale jisté je, že to bývá předem určené. Ať už se jedná o pomoc, či výměnu energií přátelskou, bratrskou, rodičovskou, či o formu učitel -žák, je jisté, že žák má dostat zrovna ty informace a vědomosti, které mu mají od této konkrétní duše přijít. Děje se to v různých

směrech a nejenom tedy na poli milostných citů. Duše si pomáhají výměnou energií a vzájemně se inspirují. Na tom posledním poli je to nejvíce citelné při každém setkání, když cítíme, jak energie plyne, krouží a vznáší se ve vzduchu. Lidé se stávají radostnějšími, plni vitality a spokojenosti.

Pro duši je vše podřízeno cílem její inkarnace.

Čili není nejdůležitější vytvoření fyzických svazků na zemi (manželství). Pro duši je možné se vázat energeticky. Bez ohledu na vzdálenost. Bez ohledu na pozemské formality... To, co na zemi považujeme za nejdůležitější, to pro duši zase takový význam mít nemusí. Pokud neplánovala založení rodiny, či manželství se svojí spřízněnou duší, ale třeba jenom zkušenost na poli energií, čili energetickou výměnu a podporu, potom duše nebude prahnout po uzavření formálního svazku. Pro duši takovýto svazek může být svázáním se. Taková přísaha nemusí platit jenom na jeden pozemský život. A taková vážně myšlená přísaha může svázat na více životů. Není lehké se z toho vyvázat.

Na nezávazné svazky se lidé na pozemské pláni dívají často skrze své ego. Vnímají je tudíž jako nenaplněné, nezrealizované. Často lidé říkají, že dotyčného nemohou mít a nebude jejich, neboť je s někým jiným. Chtěli by mít někoho vyhrazeného výlučně pro sebe. Bezmála jako věc. Pokud možno ihned a nadosmrti. Ego vychází z toho, že má jenom jeden krátký lidský život. Proto chce vše rychle získat. Namísto toho duše nespěchá. Duše ví, že je věčná a zná své poslání. Zná důvod svého vtělení. Proto duši pramálo zajímá pohled ega.

Kontakt se spřízněnou duší změní. U lidí časem přicházejí větší změny. Začínají zcela jinak vnímat svět. Jinak přemýšlet a vnímat lidi. Začínají se zajímat o nové věci. Setkání se

spřízněnou duší otvírá srdce. Lidé začínají vnímat nejenom lásku, ale najednou vnímají i krásu okolo sebe. Tyto změny jsou nejprve nepatrné, s ubíhajícím časem se stávají nepřehlédnutelnými.

Je to cesta rozšíření sebeuvědomění. Vede k omezení vnímání světa egem. A také k vnímání lásky i v duchovním rozměru..

K čemu je to v životě tedy vlastně dobré?

Tato cesta lidí vede k omezení vnímání světa egem. Kráčejí po cestě sebeuvědomění. Lidé mohou začít vnímat láskyplnou energii i v duchovním rozměru. Duchovní láska se na zemi vždy naplnit nemusí. Lidé mívají problém s chápáním takovéto lásky. Pro lidi je láska naplněna tehdy, pokud dojde naplnění nejenom duch, ale i tělo.

Jde tu o to, nesnažit se za každou cenu pochopit a za každou cenu realizovat, ale cítit tu energii srdcem. Pochopit, že lze milovat láskou bez podmínek, vymáhání různých slibů a skutků. Přijímat druhého, jaký je. Naučit se mít radost, těšit se energetickou výměnou této lásky energie. Těšit se ze střetnutí s někým, kdo otevřel a znovu probudil srdce.

Radovat se z této opory a z každého, byť zřídkaového kontaktu. Bez potřeby druhého vlastnit a ovládat, za jakoukoliv cenu. V duchovní rovině je láska věčná.

Málo známe o vyšším plánu.

Duchovní svět měl s paní Romanou své plány. Chtěl, aby otevřela své do té doby uzavřené srdce. Uzavřené, neboť silný rozum velel klid.

Pokud má být srdce otevřené, potom přicházejí do života lidé jako Dalibor a paní Romany mohou přicházet o svůj klid.

.....
E-book Helen Stanku

Takového Dalibora, zmínky o něm a vše, co ho připomíná, budou potkávat všude... Jde o to, si z té energie vzít, vynechat však ego. Cítit lásku a nepotřebovat vlastnit, plánovat, uzurpovat... Těšit se z toho dobrého.

HS

Vnitřní síla v nás



Působí v nás moc a síla, která je neuchopitelná a přece výrazně ovlivňuje kvalitu našeho života.

Disponujete silnou vnitřní silou?

Lidé, kteří ji mají, bývají často středem pozornosti, aniž by na sebe nějak zvlášť upozorňovali. (Přijdete do obchodu a prodavačka napřed obsluží vás a ne tu paní, co tam již chvílku

stojí...).

Nejste neviditelní. Vnitřní síla se projevuje silou pohledu, vyzraňuje z hlasu, z gest. Nemusíte křičet a stejně vás všichni pozorně poslouchají.

Odkud se ta síla bere?

Většina lidí se rodí s jistým množstvím této síly. Mají na tom podíl předchozí vtělení, skutky, které mají na svědomí, že máme určité dovednosti, osobnost a charakter. Jasnovidní lidé tu sílu vnímají v auře. Lidé s velkou mocí ji mají jasnější, světlejší, větší. Každý máme svobodnou vůli a tuto moc můžeme posilovat, a nebo taky zmenšovat.

Čím méně blokad, tím větší osobní síla a vnitřní síla.

Někdo tuto svoji sílu ani nevyužívá. Třeba díky různým blokům, které nasbírali například v dětství. Veškerá kritika mohla způsobit, že o sobě začali pochybovat. Bojí se jednat v souladu se sebou, s tím co cítí a ví.

Vnitřní moc a síla způsobí, že víte, co chcete, cítíte sami sebe, víte, co chcete a taky to vyzařujete. Plníte své sny a vize s radostí a hravostí.

Jak zvýšit svoji moc?

Je mnoho způsobů a všechny jsou o práci na sobě. Společným znakem všech cest je cvičení a práce se sebou. Umíte zachovat vnitřní klid, cítíte se jistě, cítíte se hodnotní. Umíte jasně vyjadřovat své názory a potřeby. Často to souvisí s návratem a propojením se na vnitřní dítě.

Tak jako tuto sílu můžete zvětšovat, lze o ni i přicházet.

Podléháním negativních emocí, vnitřní rozedraností a vnitřním chaosem. Neznalostí vlastních pocitů. Také velmi častým požíváním alkoholu. Požíváním alkoholu cíleně a záměrně zmenšujete svoji moc. Alkoholické opojení je slabostí, kdy nekontrolujeme a neřídíme své pocity. Zabýváte to, co cítíte. A dostáváte se do slepých uliček.

Na chvíli se zbavíte bloků, ale potom přijde vystřízlivění a bloky se vrací a vy jste ještě slabší, neboť jste učinili či řekli něco, co byste za střízliva nikdy nedokázali.

Jedině vy sami můžete zapracovat na zvýšení své vnitřní síly.

Ptáte se proč vlastně?

Tato moc je vnitřní síla ve formě energie. Proto ji většina lidí nevidí. Ale lze jí vidět v jiných rozměrech. (Astrální rovina)
Mnohým přichází mezi 35.- 55. rokem života i pocit velké síly a moci, kterou mají k dispozici.

Do života přichází „šťastné náhody“, vnímavější pozorují, co je k těm šťastným náhodám vedlo. Dějí se i těm méně vnímavým. I ti v sobě pociťují sílu a někteří se vše snaží prosadit mocí. Tato síla nás může vést i svést.

Ukazatelem na této cestě by měly být dobré úmysly.

Dává nám hnací motor. Jedni v životě vše promění ve zlato a jiné začne provázet smůla na každém kroku. Důležitá je vaše víra a to, čemu věříte, víra v sebe a neusínání na vavřínech.

HS

Co je to aura?



Aura je jisté energetické pole obklopující nejenom všechny živé bytosti. Nejenom lidi a zvířata, ale také rostliny. Jistou aurou jsou obklopeny i předměty. V auře se odráží váš stav, tedy spokojenost, nálady i zdraví.

Čím jste tedy spokojenější a zdravější, tím větší a jasnější je vaše aura. Vyplatí se vám o ni pečovat.

Jak je možné zesílit energetické pole?

Existuje mnoho způsobů. Hlavně však záleží především na vás. Pokud jste pozitivně naladěni, vaše aura sílí a naopak veškeré negativní emoce zpomalují tok energií. Působí různé bloky, smutek, depresi a únavu. Pracovat na zesílení aury lze nejenom psychicky, ale i fyzicky. To je prospěšné i tělu. Ideální je oba způsoby sloučit.

Fyzická cvičení nejsou jenom o sportu a józe, či meditacích, ale také o každodenních činnostech. Skrze ty jste v kontaktu nejenom se svým tělem, ale i se zemí. Skvělou formou dobíjení se je třeba i zahradničení. Taková práce s rostlinami

skýtá ideální kontakt s mocným živlem země. Silná energie země přímo prodchne vaši auru a posílí vás.

Můžete chodit i bosí. Země z vás vytáhne různá energetická znečištění. A také vás takzvaně uzemní.

Fantastické výsledky přináší ve spojení s vizualizací. Vizualizační technika (z Pěti Tibetanů), při které si představíte, jak vám z nohou vyrůstají kořeny a s každým nádechem vrůstají hlouběji do země... V jejím středu si můžete představit velké stříbrné jezero, z něhož vaše kořeny čerpají sílu. Postupně s každým nádechem ji rozvádějí do hlavních čaker.

Meditace

Je velmi prospěšná metoda jak při čištění, tak i dobíjení. Stav, ve kterém si alespoň na chvíli pozastavíte myšlenkový tok, je velmi blahodárny. Nejenom pro emoce. Zastavte se alespoň na chvíli v tady a teď.

Meditovat lze všude. Stačí tomu věnovat trochu pozornosti. Meditovat můžete i při běžných domácích činnostech, třeba při mytí nádobí. Uvědomit si sílu přítomného okamžiku. Během meditace můžete nabíjet své čakry jasnými paprsky příslušných barev. To samo o sobě způsobí, že se zharmonizují. Zvýší se průtok jejich energií a to posílí vaši auru.

Učte se myslet pozitivně

Myšlenkové tvary, tvořící vaši mysl, mají vliv na to, co se vám děje v životě a co vás potkává. Jasnovidní lidé vám potvrdí, že je lze spatřit i v auře, kde tvoří rozmanité tvary rozličných barev. Budete-li negativně přemýšlet o druhých lidech, ale i o sobě, nezapomeňte při tom na jeden zákon.

Zákon akce a reakce. Co vyšeš, to dostaneš. Myslíte, tvoříte, vysíláte negativní energie. Ačkoli je nevidíte, ve vašem životě se dříve či později projeví. Co vyšlete, to sklídíte. Myslíte-li pozitivně, uvidíte okolo sebe to dobré. Bude se to projevovat stále silněji. Myšlenkové tvary vysíláte neustále.

Pokud o někom negativně smýšlíte, atakujete ho svými myšlenkami. Ty může dotyčná osoba přijímat nebo se také mohou (pokud je dotyčný na vyšší vibrační hladině) navrátit k vám.

Také pronesená slova mají velkou sílu. Jsou nabita vaší energií a to má vliv na kvalitu aury. Pokud tedy chcete posílit svoji auru, zapomeňte na nadávání, kritiku, obviňování a nářky. Naopak myslíte a říkejte o sobě i o druhých lidech pozitivní věci. Síla afirmací je už dostatečně známá.

Dopřejte si malé radosti. Kdo vám je obstará, pokud ne vy? Dopřejte si sport, zpěv, četbu, procházky přírodou. Možností je mnoho.

Nevědomě mohou auru oslabovat i cizí lidé. A také i dobíjet. Jednomu jste sympatičtí a druhému ne tolik. Ale o tom někdy příště.

Vaše Helen Stanku