

22 overených postupov, ktoré zlepšia vašu schopnosť priťahovať k sebe rôzne veci

Teraz, keď ste dočítali až sem, vám bolo pripomenutých

veľa vecí, ktoré ste vždy vedeli:

Teraz si už pamätáte, že ste predĺžením Zdroja energie a že ste prišli do svojho fyzického tela, do tejto hraničnej časovo-priestorovej reality preto, aby ste radostne dovedli myšlienky tam, kde ešte neboli.

Teraz si už pamätáte, že v sebe máte navigačný systém, ktorý vám pomáha v každej chvíli zistiť, do akej miery si momentálne umožňujete byť v spojení s tým, čo je vašim Zdrojom.

Teraz si už pamätáte, že čím lepšie sa cítite, tým viac ste v súlade s tým, kým naozaj ste, a že čím horšie sa cítite, tým menej toto dôležité spojenie umožňujete.

Teraz si už pamätáte, že nie je nič, čo by ste nemohli byť, robiť či mať, a pamätáte si, že ak je vašim hlavným zámerom cítiť sa dobre a ak sa snažíte byť na tom čo najlepšie, musíte dosiahnuť prirodzený stav radosti.

Teraz si už pamätáte, že ste slobodní (v skutočnosti ste natoľko slobodní, že sa môžete rozhodnúť byť zotročení) a že všetko, čo k vám prichádza, je odpoveďou na to, aké máte myšlienky.

Teraz si už pamätáte, že nech myslíte na minulosť, prítomnosť alebo budúcnosť, vysielate vibrácie, ktoré k vám priťahujú zodpovedajúce veci.

Teraz si už pamätáte, že zákon príťažlivosti je vždy spravodlivý, pretože všetko, čo k vám prichádza, je len odpoveďou na vaše vibrácie, ktoré sú zasa dôsledkom vašich myšlienok.

A čo je najdôležitejšie, teraz si už pamätáte, že základom vášho sveta je blaho-bytie a že kým nerobíte nič, čo by mu bránilo, potom ho nemôžete neprežívať. Môžete mu umožniť plynúť, alebo mu môžete brániť, no okrem tohto prúdu zdravia, hojnosti, jasnosti a všetkého dobrého, po čom túžite, tu neprúdi nič iné.

A teraz si už pamätáte, že neexistuje nijaký „zapínač tmy“, nijaký zdroj zla, chorôb či nedostatku. *Môžete si dovoliť blaho-bytie, alebo sa mu môžete brániť, ale všetko, čo sa vám stane, si sami vytvárate.*

Chcem niečo zlepšiť?

Ak vám váš súčasný život robí iba radosť, potom možno ani nemusíte čítať ďalej. No ak je vo vašom živote niečo, čo by ste chceli zlepšiť – možno vám niečo chýba a vy by ste to chceli, alebo by ste chceli odstrániť niečo, čo vám nevyhovuje – potom vám nesmierne pomôžu nasledujúce

postupy.

To jediné, čo vám bráni mať veci, po ktorých túžite, je zvyk mať myšlienky odporu. A aj keď ste si takéto myšlienkové vzorce určite nevypestovali zámerne, navykli ste si na ne počas vášho fyzického života kúsok po kúsku a zážitok po zážitku. Jedno je ale isté: *ak neurobíte nič, čo by vo vás vyvolalo odlišné vibrácie, potom sa vo vašom živote nemôže nič zmeniť.*

Postupy uvedené na nasledujúcich stranách sú určené na to, aby vám pomohli postupne rozpustiť akýkoľvek vypestovaný odpor. A presne tak, ako ste si tieto vzorce odporu nevypestovali naraz, nemôžete ich ani naraz rozpustiť – určite sa vám to však *podarí*. Postupne, deň po dni sa z vás opäť začnú stávať ľudia, ktorí si dovoľia byť vo svojom prirodzenom stave blaho-bytia.

Ostatní budú žasnúť nad tým, čo sa začne diať vo vašich životoch a aká radosť z vás začne vyžarovať. A vy im budete môcť povedať s takou istotou a sebadôverou, aká vám bola daná pri narodení: „Našiel/la som si spôsob, ako si dovoliť stav blaho-bytia, ktorý je pre mňa prirodzený. Naučil/a som sa umeniu dovoliť si.“

Rada, ako tieto postupy uplatňovať

Nasledujúce postupy vám ponúkame s obrovským nadšením a veľkým očakávaním. Odporúčame vám, aby ste si každý uvedený postup najprv prečítali bez toho, aby ste hneď začali robiť to, čo sa v ňom radí. Ak má pre vás daný postup cenu, pocítite silné nutkanie vyskúšať ho. Tie postupy, ktoré vo vás vzbudia nadšenie, si môžete označiť.

A keď budete mať čas, začnite s tým postupom, ktorý vo vás vzbudí najväčšie nadšenie. Ten je pre vás najlepším začiatkom. Vlastne by ste si mohli náhodne vybrať ľubovoľný postup a mali by ste z neho značný úžitok, pretože každý jeden pomáha rozpúšťať odpor a zvyšovať vibrácie. Sila vašej túžby a miera vášho momentálneho odporu však znamená, že určité postupy vám momentálne môžu priniesť predsa len väčší úžitok, ako iné.

Keď si budete uvedené postupy a ich príklady čítať, možno si uvedomíte, že niečo podobné prebieha aj vo vašom živote, a preto vám daný postup môže pomôcť. Keďže však každý prežíva množstvo rôznych zážitkov a pocitov, neexistujú nijaké pevne dané pravidlá ohľadne toho, ktorý postup je najlepší v rámci určitej situácie.

Odstráňte z cesty stromy

Niektoré postupy vám pomôžu jasnejšie sa sústrediť na vaše túžby a začať si silnejšie priťahovať ich splnenie. Ak však z akéhokoľvek dôvodu práve kladiete veľký odpor, potom pre vás môže byť postup zameraný na privolanie väčšieho množstva energie kontraproduktívny.

V predchádzajúcich kapitolách sme na jednom mieste uviedli príklad s nárazom do stromu. Tvorivú energiu, ktorú využívate, sme prirovnali k rýchlosti auta, ktorou idete, a strom zasa zodpovedal odporu. Ľudia si často myslia, že aby stlmili náraz, musia spomaliť, lenže my vám radíme odstrániť z cesty stromy.

Postupy uvedené v tejto knihe vám majú pomôcť odstrániť z cesty odpor. Nič totiž nie je príjemnejšie, ako ísť životom rýchlosťou, na akú ste zvyknutí, a nemať v ceste žiadne stromy.

Nechajte sa viesť svojimi pocitmi

Všetci bez výnimky reagujete na to, čo zažívate, v podobe pocitov. Tieto pocity sú kľúčom k tomu, ktoré postupy sú pre vás v danej chvíli najlepšie. Celkove sa dá povedať, že čím lepšie sa cítite, tým lepšie vám poslúžia postupy označené nižšími číslami. A čím horšie sa cítite, tým lepšie vám poslúžia postupy označené vyššími číslami.

Než začnete používať ktorékoľvek uvedené postupy, je dôležité uvedomiť si, ako sa momentálne cítite – a ako by ste sa chceli cítiť. Na začiatku každého postupu uvádzame pocitovú škálu, ktorá mu zodpovedá. Najlepší postup je taký, ktorý sa týka škály pocitov, aké podľa vás momentálne prežívate.

Začnite tým, že zlepšíte to, ako sa cítite

Niektoré postupy sú zamerané na určité špecifické zážitky, ako napríklad na zlepšenie finančnej situácie alebo na fyzické zdravie, ale väčšina týchto postupov sa môže úspešne využiť v akejkoľvek situácii.

So všetkou vážnosťou vám sľubujeme, že uplatnenie týchto postupov určite zlepší váš život, pretože ich nemôžete uplatniť bez toho, aby ste sa začali lepšie cítiť. A nemôžete sa začať lepšie cítiť bez toho, aby ste rozpustili odpor a tým pádom zlepšili svoju príťažlivosť. A keď zlepšíte svoju príťažlivosť, zákon príťažlivosti vám začne prinášať okolnosti, udalosti, vzťahy, zážitky, pocity a pôsobivé dôkazy toho, ako sa zmenili vaše vibrácie. Taký je zákon!

Niektoré postupy si veľmi obľúbite. Niektoré budete chcieť robiť každý deň, iné možno nikdy nevyskúšate, ďalšie možno vyskúšate ako prvé a potom ich už nebudete pokladať za potrebné, a k niektorým sa možno vrátite za určitých okolností.

Želáme si, aby ste tieto postupy začali využívať, lebo vieme, že pozitívne zmenia váš život. Podľa nás boli vymyslené preto, aby vám pomohli opäť sa uviesť do súladu s energiou, ktorou naozaj ste. A pritom sa vám vráti vaša prirodzená radosť. No a samozrejme vám okrem toho pomôžu dosiahnuť čokoľvek, po čom ste kedy túžili.

Dali ste na to peknú nálepku?

Vaše pocity sú podstatné preto, aby ste mohli vedome riadiť svoje vlastné zážitky. A samozrejme sú podstatné preto, aby ste žili šťastne.

Určite by ste si neumrtvili končeky prstov, aby neboli citlivé na teplo, alebo by ste si nenalepili „smajlíka“ na kontrolku stavu paliva na palubnej doske vášho auta, lebo nemáte radi, keď máte prázdnu nádrž. Presne tak nemáte dôvod maskovať svoje pocity a tváriť sa, že sa cítite inak, než ako sa naozaj cítite. Takouto pretvárkou totiž nezmeníte svoje vibrácie a nezačnete si priťahovať iné veci. To sa dá urobiť iba tak, že zmeníte svoje vibrácie, a keď zmeníte

svoje vibrácie, zmení sa aj to, ako sa cítite.

Zameraním energie sa menia vibrácie

Keď si spomeniete na niečo z minulosti, zameriavate tým energiu určitým spôsobom. Keď si predstavujete niečo, čo by mohlo nastať v budúcnosti, zameriavate tým energiu určitým spôsobom, a keď sledujete niečo v prítomnosti, samozrejme tým tiež zameriavate energiu určitým spôsobom.

Nezáleží na tom, či sa sústreďíte na minulosť, prítomnosť alebo budúcnosť – v každom prípade určitým spôsobom zameriavate energiu a to, čomu venujete pozornosť alebo na to sa sústreďíte, spôsobuje, že vysielaťte vibráciu, ktorá k vám priťahuje zodpovedajúce veci.

Keď trávite čas rozmyšľaním, spomínaním na niečo alebo predstavovaním si niečoho, aktivuje to vo vás určitú vibráciu. Ak sa k tej myšlienke vrátite, opäť danú vibráciu aktivujete. Čím častejšie sa k nejakej myšlienke vraciate, tým viac si na danú vibráciu zvykáte a tým ľahšie ju aktivujete, až kým sa nestane vašim dominantným vibračným vzorcom. A v tom prípade sa začnú vo vašich životoch objavovať veci, ktoré tejto vibrácii zodpovedajú.

Existujú teda dva spôsoby, ako pochopiť, aké vibrácie vysielaťte: všimajte si, čo zažívate (lebo to, na čo sa zameriavate a to, čo sa prejavuje vo vašom živote, sa vždy vibračne zhoduje) a ako sa cítite (lebo vaše pocity vám neustále poskytujú spätnú väzbu ohľadne toho, ako vibrujete a čo si priťahujete).

Musíte byť vedomí, aby ste mohli slobodne tvoriť

Podľa nás je úžasné, keď si začnete dávať do súvislosti

to, ako rozmyšľate a ako sa cítite, s tým, čo sa prejavuje vo vašom živote. Keď si toho totiž ste vedomí, máte možnosť cielene modifikovať svoje myšlienky, aby ste si pritiahli to, čo chcete. To najlepšie na slobodnej tvorbe je však to, že začnete citlivo vnímať, aké pocity vo vás vzbudzujú rôzne myšlienky, pretože v tom prípade ste schopní zmeniť myšlienku, ktorá vo vás vyvoláva zlý pocit, na nejakú, ktorá vzbudzuje lepší pocit, a tým pádom zmeniť to, čo si priťahujete, k lepšiemu skôr, ako by ste si zhmotnili niečo nežiadúce. *Je oveľa ľahšie zámerne zmeniť smer vašich myšlienok na niečo, čo vo vás vzbudzuje lepší pocit, skôr, ako sa fyzicky zhmotní niečo, čo nechcete.*

Uvidíte, že slobodné tvorenie spočíva v zámernom usmerňovaní vašich myšlienok tak, aby ste mali lepšie pocity. Budete mať radosť z toho, že si zámerne zvolíte myšlienku, ktorá vo vás vzbudí lepší pocit, a potom vás poteší, keď nevyhnutne príde príjemný prejav. Určitá radosť

pramení dokonca aj z toho, keď si uvedomíte nevelmi príjemnú myšlienku a všímate si nevelmi príjemný prejav, ktorý nevyhnutne nasleduje, pretože keď vedome vnímate mocný zákon príťažlivosti, dáva vám to pocit, že veci ovládate. Ak si však neuvedomujete súvislosť medzi svojimi myšlienkami, pocitmi a tým, čo sa deje, vedome neovládate to, čo prežívate.

Keď sa snažíte ovládať druhých, vždy sa objaví nejaká okolnosť, ktorú nemôžete mať pod kontrolou

Myšlienkové vibrácie väčšiny ľudí sú reakciou na to, čo vidia. Keď vidia niečo krásne, cítia sa úžasne. Keď vidia niečo strašné, cítia sa hrozne. V každom prípade sú presvedčení, že nemajú možnosť ovládať to, ako sa cítia, pretože si uvedomujú, že nemôžu ovládať okolnosti vedúce k tomu, čo vidia.

Mnohí ľudia strávia väčšinu života snahou ovládať okolnosti, pretože veria, že potom sa budú cítiť lepšie. No bez ohľadu na to, akú moc získajú nad ostatnými, nikdy to nestačí, pretože sa vždy objaví nejaká ďalšia okolnosť, ktorú nemôžu mať pod kontrolou.

Nad životmi druhých nemáte nijakú tvorivú moc, pretože vysielajú svoje vlastné vibrácie, ktoré zodpovedajú tomu, čo si priťahujú *oni* sami. Presne tak, ako aj vy vysielate svoje vlastné vibrácie, ktoré zodpovedajú tomu, čo si priťahujete vy.

Slobodné tvorenie spočíva v tom, že si volíte myšlienky, ktoré vedú k lepším pocitom

Mnohí ľudia hovoria: „Keď sa zmení táto okolnosť, budem sa cítiť lepšie. Keď budem mať viac peňazí alebo dom alebo lepšiu prácu alebo lepší vzťah, potom sa budem cítiť lepšie.“ Netvrdíme, že byť svedkom niečoho príjemného nevedie k lepším pocitom, ako byť svedkom niečoho menej príjemného, lenže to je veľká obchádzka.

Slobodné tvorenie nespočíva v tom, že sa zmení nejaká okolnosť a vy si potom nájdete lepší pocit ako reakciu na danú zmenenú okolnosť. Slobodné tvorenie je o tom, že si zvolíte myšlienku, ktorá vo vás vyvolá dobrý pocit hneď vtedy, keď si ju zvolíte, a to potom vedie ku zmene okolností.

Napríklad bezpodmienečná láska spočíva v tom, že veľmi túžite ostať v spojení so Zdrojom lásky, a preto si zámerne volíte myšlienky, ktoré toto spojenie umožňujú bez ohľadu na to, čo sa okolo vás deje. A keď dokážete ovládať to, čo si priťahujete, tým, že si zámerne volíte príjemnejšie myšlienky, potom sa musia zmeniť aj okolnosti. Tak hovorí zákon príťažlivosti.

Môžete si pritiahnúť iba také myšlienky, ktoré sú vo vašom vibračnom dosahu

Možno si poviete, že toto všetko znie veľmi jednoducho, ale prečo je to potom také ťažké? Prečo je pre vás také ťažké ovládať svoje myšlienky? Ako keby si robili,

čo chcú!

Pamätajte si, že zákon príťažlivosti má veľkú moc a že vám nedovolí nájsť a udržať si myšlienku, ktorá sa vibračne príliš líši od vášho momentálneho vibračného nastavenia. Môžete sa dostať iba k takým myšlienkam, ktoré spadajú do vášho súčasného vibračného rozsahu.

Stalo sa vám niekedy, že sa vám páčila nejaká pesnička, ale keď ste ju potom počuli pri inej príležitosti, už sa vám vôbec nepáčila? Raz ste sa pri nej usmievali, možno ste sa aj podvedome hýbali do jej rytmu, a druhý raz vám išla na nervy. Ide tu o mieru vášho vibračného súladu s určitou hudbou. Inak povedané, keď ste viac v súlade s tým, kým naozaj ste, hudba splýva s vašimi dobrými pocitmi. No keď nie ste v súlade s tým, kým naozaj ste, hudba iba zdôrazňuje rozdiel medzi vibráciami blaho-bytia, ktoré je vašou pravou povahou, a vašou momentálnou vibráciou odporu. Niekedy vás môžu priatelia s pomocou humoru priviesť na príjemnejšie myšlienky, no inokedy vás ich vtipkovanie len uvrhne do horšieho stavu. Úspešnosť ich pokusov závisí od toho, do akej miery už ste v nesúlade, pretože urobiť malý vibračný skok je ľahké, zatiaľ čo veľké vibračné skoky sú ťažké až nemožné.

Zmyslom uvedených postupov je rozpustiť odpor

Na nasledujúcich stránkach nájdete postupy, ktoré by vám mali pomôcť postupne zlepšiť vaše vibrácie a tým pádom aj to, čo si priťahujete. Váš momentálny vibračný stav bytia sa každú chvíľu mení a každý z vás je na tom inak, a preto môžete vedieť, či je určitý postup pre vás momentálne vhodný, len podľa toho, ako sa cítite.

Prostredníctvom pozorovania, pamäte, rozmyšľania a rozhovorov ste dospeli k rôznym myšlienkam, z ktorých sa stali silné presvedčenia, a tie teraz určujú, čo si priťahujete. Každá jedna myšlienka, na ktorú sa zameriate, vo vás pritom vyvoláva určitý pocit. A tak vo vás po čase začali rôzne veci vyvolávať rôzne pocity. Hovoríme tomu emocionálne nastavenie.

Nasledujúce postupy sú očíslované od 1 do 22. Čím viac ste v tejto chvíli vibračne zladení s vašim vlastným Zdrojom blaho-bytia, tým viac vám pomôžu ešte viac sa s ním zladiť postupy s nižšími číslami. A čím viac ste sa momentálne od vibračného súladu so Zdrojom vzdialili, tým vyššie číslo by mal mať postup, ktorý vám môže pomôcť opäť sa dostať do súladu.

Možno ste jedným z tých, ktorí sa neustále udržiavajú v dosť veľkom súlade s vlastným Zdrojom blaho-bytia a preto takmer nikdy nepotrebujú postup s číslom vyšším, ako je 12. Avšak môže sa stať, že za určitých okolností sa vaše vibrácie odklonia, a v tom prípade vám pomôže postup s vyšším číslom, čo však bude vo vašom prípade skôr výnimka.

Zámerné vyvolanie zmeny vo vašom momentálnom emocionálnom naladení

Na druhej strane je možné, že sa už ani nepamätáte, kedy ste sa naposledy cítili dobre, a to v akomkoľvek ohľade. Okolnosti

vášho života vás možno doviedli k tomu, že ste si zvykli byť neustále nastavení na prerušené spojenie s blaho-bytím, a preto vám prvých päť až šesť postupov nemusí priniesť ani najmenšiu úľavu. A dokonca aj posledných pár uvedených postupov vám možno pomôže len málo. Lenže najdôležitejšie nie je to, ako dobre sa cítite alebo ako rýchlo sa začnete cítiť lepšie – záleží iba na tom, aby ste *vedome* vnímali určitú úľavu, aj tú najmenšiu, a aby ste pochopili, že táto úľava je výsledkom určitej *cielenej* snahy, ktorú ste vynaložili. Pretože keď si viete nájsť úľavu, potom máte opäť tvorivú moc nad tým, čo prežívate, a môžete sa vydať, kam len chcete. Pamätajte si, že zmyslom každého z týchto postupov je zvýšiť vaše vibrácie. Dá sa to povedať aj takto: *zmyslom každého uvedeného postupu je rozpustiť váš odpor alebo nájsť úľavu od odporu alebo začať sa lepšie cítiť alebo príjemnejšie sa naladiť.*

Ak sa vám stane, že po niekoľkých minútach skúšania určitého postupu sa nezačnete cítiť lepšie alebo sa dokonca začnete cítiť horšie, jednoducho s ním prestaňte a zvoľte si iný, s vyšším číslom.

Teraz sa uvoľnite a užite si to

Ľubovoľne budeme striedať pojmy postup, metóda, cvičenie alebo hra, pretože aj keď sú uvedené postupy veľmi pôsobivé a pomôžu vám dosiahnuť všetko, po čom túžite, ak k nim budete pristupovať hravo, váš odpor bude výrazne menší, než ako keby ste ich považovali za nástroje na opravu niečoho, čo nie je v poriadku. *Kľúčom k úspechu pri využívaní týchto postupov je vaša schopnosť rozpustiť odpor, a čím ste hravejší, tým menší odpor kladiete.* Cielené využívanie týchto postupov vám pomôže posúvať sa po vašej stupnici pocitov smerom hore a tým pádom zmeniť to, čo si priťahujete. Začnete si všímať okamžité zlepšenie, a to hneď prvý deň hrania týchto hier. A čím viac ich budete skúšať, tým lepšie veci si budete priťahovať vo všetkých oblastiach vášho života.

V tejto chvíli ste tvorcami svojej reality

Sami si tvoríte svoje vlastné zážitky a skúsenosti – bez ohľadu na to, či o tom viete, alebo nie. Vaše zážitky sa odohrávajú presne podľa toho, aké vibrácie vyžarujete v dôsledku svojich myšlienok – bez ohľadu na to, či si to uvedomujete, alebo nie.

Uvedené postupy vám pomôžu zmeniť sa z niekoho, kto si tvorí svoju vlastnú skutočnosť nevedome alebo omylom, na toho, kto je slobodným tvorcom svojej vlastnej reality. Využívanie týchto postupov vám dá moc nad všetkým vo vašom vlastnom živote.

Tieto prevratné postupy vám ponúkame s nesmiernou láskou a nadšením. Nech vám padnú na úžitok!