

New York Times bestseller

Požádej a je ti dáno



Naučte se
zhmotňovat
svá přání

Esther a Jerry Hicks
(Učení Abrahamovo)

Požádej a je ti dáno

Jak se naučit zhmotňovat svá přání

Esther a Jerry Hicks

Učení Abrahamovo



Naladte si inspirativní, duchovně orientované
internetové rádio na www.hayhouseradio.com

Esther a Jerry Hicks Požádej a je ti dáno

Z anglického originálu *Ask and it is Given* přeložila Monika Kittová.

Produkce, grafická úprava a sazba V Síti s.r.o.

Vydalo nakladatelství Synergie CZ s.r.o., Praha • www.e-synergie.cz

Copyright © 2005 by Jerry and Esther Hicks

Translation Copyright © 2009 Synergie CZ s.r.o.

Original English Language Publication by Hay House, Inc.,
California, USA, 2005.

První vydání.

Distribuce v České republice:

Premisa s.r.o., e-mail: premisa@volny.cz

Radek Kučera, e-mail: kucra@volny.cz

Kosmas s.r.o., www.kosmas.cz

Pemic books a.s., www.pemic.cz

Distribuce ve Slovenské republice:

Eugenika s.r.o., www.eugenika.sk

Inform, www.inform-za.sk

Pemic Books a.s., www.pemic.sk

Tara Ezoterika, www.taraezoterika.sk

ISBN 978-80-7370-005-8

Obsah

| | |
|--|----|
| Úvodní slovo (Dr. Wayne W. Dyer) | 13 |
| Předmluva (Jerry Hicks) | 17 |
| Seznámení s Abrahamem (Esther Hicks) | 21 |

ČÁST I

Věci, které známe, které jste vy možná zapomněli a na něž je důležité si vzpomenout

| | |
|---|-----------|
| 1. kapitola: Schopnost cítit se dobře tady a teď | 35 |
| Slyšíte pouze to, co jste připraveni slyšet | 37 |
| 2. kapitola: Dodržujeme sliby, které jsme vám dali | |
| – připomínáme vám, kdo jste | 38 |
| Řekli jste: „Budu žít v radosti!“ | 39 |
| Víme, kdo jste | 40 |
| Neexistuje nic, co byste nemohli dělat, mít nebo tím být..... | 40 |
| 3. kapitola: Skutečně vytváříte svou realitu | 42 |
| Základem vašeho života je absolutní svoboda | 42 |
| Ve vašem prožívání nemůže tvořit nikdo jiný než vy | 43 |
| Jste věčné bytosti ve fyzické formě..... | 44 |
| Základem vašeho vesmíru je absolutní Dobro | 45 |

| | |
|--|-----------|
| 4. kapitola: Jak se mohu odsud dostat tam? | 46 |
| Dobro čeká za vašimi dveřmi | 47 |
| Jste fyzickým prodloužením Zdrojové energie..... | 47 |
| Evoluční hodnota vašich osobních preferencí | 48 |
| Věda záměrné tvorby | 49 |
| 5. kapitola: Na tomto prostém základě | |
| porozumění se vše propojí..... | 51 |
| Logický vzorec přináší logické výsledky | 51 |
| Jste vibračními bytostmi ve vibračním prostředí | 52 |
| Vaše emoce jako interpreti vibrací | 53 |
| 6. kapitola: Zákon přitažlivosti, | |
| nejmocnější zákon vesmíru | 54 |
| Čemu věnujete pozornost? | 54 |
| Jak poznáte, že něco přitahujete? | 55 |
| Dostanete, na co myslíte, ať chcete, nebo ne..... | 56 |
| Jak velké jsou vaše vibrační rozdíly? | 57 |
| Jste sběrači vibrační energie | 57 |
| Když si vaše přání a přesvědčení vzájemně vibračně odpovídají | 58 |
| Všechno, co je, má prospěch z vaší existence | 59 |
| Objevte znovu umění umožňovat své přirozené Dobro..... | 59 |
| 7. kapitola: Stojíte na náběžné hraně myšlení | 61 |
| Jestliže jste schopni si něco přát, vesmír je schopen to vytvořit | 62 |
| Funguje to, ať tomu rozumíte, nebo ne | 62 |
| Bez žádání nedostanete žádnou odpověď..... | 63 |
| Otevřete stavidla a nechte své Dobro proudit | 64 |
| Jste na dokonalém místě, abyste se dostali odsud tam | 65 |
| 8. kapitola: Jste vibračními vysíláči a přijímači | 66 |
| Jste věčné osobnosti, které se zaměřily na přítomný okamžik | 67 |
| Vaše dnešní pevná přesvědčení byla kdysi vašimi křehkými myšlenkami | 67 |
| Čím déle na něco myslíte, tím silnější se vaše myšlenka stává | 68 |

| | |
|--|-----------|
| Vaše pozornost přivolává to, na co se zaměřuje | 68 |
| 9. kapitola: Hodnota ukrytá ve vašich emočních reakcích..... | 70 |
| Emoce jsou indikátory vašeho bodu přitažlivosti | 70 |
| Emoce jsou indikátory vašeho souladu se Zdrojovou energií | 71 |
| Používejte své emoce k tomu, abyste vycítili cestu zpět k Dobru | 72 |
| 10. kapitola: Tři kroky k čemukoli, co chcete dělat, mít nebo tím být | 73 |
| Každý předmět je dvěma předměty: chtěným a nechťeným | 75 |
| Vaše pozornost musí být soustředěna na to, co má být, nikoli na to, že tomu tak není..... | 75 |
| Nyní máte klíč k vytvoření všeho, po čem toužíte..... | 77 |
| 11. kapitola: Stanete se radostnými tvůrci se záměrem | 79 |
| Nejde tu o kontrolu myšlenek, nýbrž o jejich navigování | 80 |
| Když se myšlenka, na niž se zaměřujete, stane dominantní... | 81 |
| Jak se efektivně stát záměrným tvůrcem | 81 |
| Rozhodli jste se usměrňovat své myšlenky? | 83 |
| Jste schopni přijmout skutečnost, že jste vibrační bytosti? | 84 |
| 12. kapitola: Své emoční nastavení máte pod kontrolou | 85 |
| Je nemožné kontrolovat okolnosti, které vytvořili druzí..... | 85 |
| „Čí „pravda“ je ta pravá PRAVDA?“ | 86 |
| Váš bod přitažlivosti je ovlivňován | 87 |
| Nálady jako indikátory vašeho emočního nastavení..... | 88 |
| Vaše emoční nastavení lze změnit | 89 |
| 13. kapitola: Nechte se navigovat svými pocity | 90 |
| Naučte se sledovat své pocity | 91 |
| Pocit prázdnoty vám říká něco důležitého | 92 |
| „Jdi za svou myšlenkou“ je pozitivní myšlenka, nebo ne? | 92 |
| Máte schopnost usměrňovat své myšlenky | 92 |
| Kdybychom byli na vašem (fyzickém) místě | 93 |
| Své přirozené touhy nelze zadržet..... | 94 |

| | |
|--|------------|
| 14. kapitola: Něco jste věděli dřív, než jste sem přišli..... | 95 |
| „Jestliže toho vím tolik, jak je možné, že se mi ty úžasné věci nedaří?“ | 97 |
| „Mohu skutečně počítat se <i>zákonem přitažlivosti</i> ?“ | 97 |
| „Ale já se nemohu dostat z Phoenixu do San Diega!“ | 98 |
| 15. kapitola: Jste dokonalé, a přesto i dále expandující bytosti, v dokonalém, a přesto i dále expandujícím světě, v dokonalém, a přesto i dále expandujícím vesmíru..... | 100 |
| Vědomě se účastněte svého skvělého rozpínání..... | 102 |
| 16. kapitola: Jste spolutvůrci v úžasně rozmanitém vesmíru . | 103 |
| Musíte umožnit i to, co si nepřejete, abyste mohli dostat to, co si přejete..... | 104 |
| Nepřišli jste sem, abyste spravili rozbitý svět | 104 |
| Nedávejte do svého koláče nechtěné ingredience | 105 |
| Pro všechny různorodé myšlenky a zkušenosti je dost místa | 105 |
| Proces, v němž se rozpíná váš vesmír | 106 |
| Nikdy se tam nedostanete, takže si užijte svou cestu | 107 |
| Vnímejte rovnováhu a dokonalost svého prostředí | 107 |
| Vzhledem k tomu, že vše, o co je požádáno, je i dáno, neexistuje žádné soupeření | 108 |
| 17. kapitola: Kde jste a kde chcete být? | 109 |
| Největší dar, který můžete dát, je vaše štěstí..... | 110 |
| Vaše štěstí nezávisí na tom, co udělají druzí | 111 |
| Každá myšlenka vás přibližuje k San Diegu, nebo vás od něho vzdaluje | 111 |
| Proč říci tomu <i>ne</i> znamená říci tomu <i>ano</i> ?..... | 112 |
| 18. kapitola: Můžete postupně změnit svou vibrační frekvenci | 113 |
| Sáhněte po myšlence, z níž máte nejlepší pocit a k níž máte přístup..... | 114 |
| 19. kapitola: Pouze vy můžete vědět, jaký ze sebe máte pocit | 116 |
| Život je neustále v pohybu, takže nemůžete nikde zůstat vězet..... | 117 |

| | |
|---|------------|
| Druzí nemohou rozumět vašim přáním nebo pocitům..... | 117 |
| Nikdo kromě vás neví, co je pro vás to správné | 118 |
| 20. kapitola: Když se někdo snaží omezovat něčí svobodu, vždy ho to stojí jeho vlastní svobodu | 120 |
| Každá "realita" vznikla proto, že někdo měl takový záměr... | 121 |
| Nechtěné věci se nemohou octnout ve vašich zkušenostech bez pozvání..... | 122 |
| Byla to vaše rychlost, nebo to byl strom? | 123 |
| Za každou touhou je touha se cítit dobře | 124 |
| Když něco uznáváte, nevyzařujete žádný odpor | 124 |
| Musíte být dostatečně sobečtí, abyste se spojili s Dobrem ... | 125 |
| Jestliže to neočekáváte, neumožňujete to | 127 |
| Pocitování ryzí touhy je vám velmi příjemné | 128 |
| Proč tam chcete být | 128 |
| 21. kapitola: Když jste vzdáleni pouze 17 sekund od 68 sekund ke splnění..... | 130 |
| Svých nekontrolovaných myšlenek se nemusíte bát | 131 |
| 22. kapitola: Stupnice <i>emočního navigačního systému</i>..... | 133 |
| Příklad vědomého postupu vzhůru po vaší emoční navigační stupnici | 135 |
| Proč se nechat odrazovat od hněvu, při kterém se cítím lépe? | 136 |
| Proč má i vaše nejmenší zlepšení takovou hodnotu | 136 |
| Pouze vy víte, zda rozhněvat se je pro vás vhodné rozhodnutí | 137 |
| „Dělám to nejlepší, co mohu, pro to, abych udělal/a to nejlepší“ | 138 |
| „Pokud se tam mohu dostat emočně, pak se mohu dostat kamkoli“ | 139 |
| „Ale co ti, kdo touží netoužit?“ | 140 |
| Cítíte svou touhu jako další logický krok? | 141 |
| Jakmile pocítíte, že máte věci pod kontrolou, všechno si vychutnáte | 143 |

ČÁST II

Postupy, které vám pomohou dosáhnout toho, co si nyní pamatujete

| | |
|--|-----|
| Úvod k 22 osvědčeným postupům, které zlepší váš bod přitažlivosti | 145 |
| Přelepili jste to „smajlíkem“? | 150 |
| Proces č. 1: <i>Soustavné uznávání</i> | 157 |
| Proces č. 2: <i>Kouzelná krabice tvorby</i> | 165 |
| Proces č. 3: <i>Tvůrčí dílna</i> | 170 |
| Proces č. 4: <i>Virtuální realita</i> | 182 |
| Proces č. 5: <i>Hra na prosperitu</i> | 191 |
| Proces č. 6: <i>Meditace</i> | 196 |
| Proces č. 7: <i>Pochopení snů</i> | 205 |
| Proces č. 8: <i>Kniha pozitivních stránek</i> | 211 |
| Proces č. 9: <i>Psaní scénářů</i> | 218 |
| Proces č. 10: <i>Velký arch papíru</i> | 222 |
| Proces č. 11: <i>Zaměřování se na časový úsek</i> | 227 |
| Proces č. 12: <i>Nebylo by hezké, kdyby... ?</i> | 235 |
| Proces č. 13: <i>Ze které myšlenky mám lepší pocit?</i> | 240 |
| Proces č. 14: <i>Uklízení nepořádku kvůli přehlednosti</i> | 247 |
| Proces č. 15: <i>Peněženka</i> | 253 |
| Proces č. 16: <i>Obrtlík</i> | 257 |
| Proces č. 17: <i>Zaměřovací kolo</i> | 265 |
| Proces č. 18: <i>Nacházení pocitového stavu</i> | 275 |
| Proces č. 19: <i>Zbavování se rezistence kvůli vypořádání se s dluhy</i> ... | 279 |
| Proces č. 20: <i>Předejte to manažerovi</i> | 286 |
| Proces č. 21: <i>Znovuzískání přirozeného zdraví</i> | 289 |
| Proces č. 22: <i>Pohyb po emoční stupnici</i> | 297 |
| A ještě jedna věc na závěr... .. | 309 |
| <i>Slovníček</i> | 311 |
| <i>O autorech</i> | 315 |

Tato kniha je určena vám všem, kteří jste ve své touze po osvícení, pohodě a dobrém životě kladli otázky, na něž tato kniha odpověděla, a třem rozkošným dětem našich dětí, které jsou příklady toho, co tato kniha učí: Laurelovi (5), Kevinovi (3) a Kate (2), které se ještě neptají, protože ještě nezapomněly.

Zvláště je pak toto učení věnováno Louise Hay, jejíž touha ptát se a poznávat i šířit po celé planetě principy Dobra ji vedla k tomu, že nás požádala, abychom vytvořili tuto obsáhlou knihu o Abrahamově učení.

Úvodní slovo

Kniha, kterou v tuto chvíli držíte v rukou, obsahuje některé z nejefektivnějších nauk, jež jsou dnes na naší planetě k dispozici. Poselství, která zde Abraham předkládá, se mne hluboce dotkla a ovlivnila mne prostřednictvím nahrávek, jež mi Esther a Jerry dodávali během posledních osmnácti let. Jsem skutečně velice poctěn tím, že mne Abraham požádal, abych napsal stručné úvodní slovo k této knize, již považuji za vydavatelský milník. Tato kniha je jedinečná vzhledem ke všemu, co bylo dosud publikováno – bude pro vás velkým štěstím, když budete čerpat z myšlení těch, kteří jsou neustále napojeni na Zdrojovou energii. Kromě toho hovoří tyto hlasy Ducha řečí, jíž budete rozumět a budete ji moci okamžitě uvést do praxe. Nenabízejí vám nic menšího než jakousi tiskovou matici k pochopení a naplnění vašeho určení.

První, co mne napadá, je, že pokud ještě nejste připraveni číst a uplatňovat v praxi toto úžasné poznání, potom vám doporučuji, abyste s sebou tuto knihu prostě několik týdnů nosili. Dovolte energii, kterou v sobě obsahuje, aby prostoupila všechen váš odpor, který může projevovat vaše tělo/mysl, a nechte ji re-

zonovat s oním místem ve vašem nitru, které je beztvaré a neohraničené – označuje se často jako *duše*, ale Abraham by ho nazval vašim *vibračním spojením se Zdrojem*.

Tohle je vesmír vibrací. Jak jednou poznamenal Einstein: „Nic se nestane, dokud se něco nepohne.“ To znamená, že všechno vibruje na určité měřitelné frekvenci. Rozbíjejte pevný svět na stále menší a menší části a uvidíte, že co se zdálo být pevné, je ve skutečnosti tanec – tanec částic a prázdného prostoru. Jděte až k té nejmenší kvantové částici a uvidíte, že emanovala ze zdroje, který vibruje tak rychle, že se to vzpírá světu počátků a konců. Tato nejvyšší energie se nazývá Zdrojová energie. Vy a každý a všechno má původ v této vibraci; poté se vše přesunulo do světa věcí, těl, myslí a eg. Právě v opuštění Zdrojové energie jsme ve svém těle/mysli na sebe vzali celý svět problémů, nemocí, nedostatku a strachu.

Učení Abrahama je ve své podstatě zaměřeno na to, aby vám pomohlo vrátit se ve všech ohledech ke Zdroji, z něhož všechno vzešlo a do něhož se všechno zase vrátí. Zdrojová energie dokáže vidět i cítit, čehož jsem se dotkl ve své knize *The Power of Intention* (Moc záměru). Vy můžete mít mimořádný užitek z poznání, jež s sebou nese osvícení, právě díky tomu, že Abraham je na Zdroj napojen na sto procent a nikdy o tomto spojení nepochyboval. To je evidentní z každého odstavce této knihy. Právě proto ji nazývám vydavatelským milníkem.

Jste v přímém, vědomém kontaktu se skupinou čestných, nemyšlených bytostí, jimž leží na srdci pouze vaše Dobro. Budou vám připomínat, že pocházíte ze Zdroje Dobra a že můžete oné vyšší vibrační energie sami dosáhnout a dovolit jí bez překážky proudit do každého aspektu svého života. Nebo jí můžete vzdorovat, a tak zůstat odděleni od toho, co vše dává a vše miluje.

Toto poselství je velmi překvapivé, a přesto tak prosté – pocházíte ze Zdroje lásky a dobra. Když se znovu naladíte na tuto energii míru a lásky, pak znovu získáte i moc svého Zdroje, která znamená schopnost zhmotňovat vaše přání, přivolat Dobro,

přitáhnout hojnost tam, kde byla předtím nouze, a mít přístup k Božskému vedení v podobě správných lidí i okolností. Právě to dělá váš Zdroj, a vzhledem k tomu, že jste z tohoto Zdroje vyšli, můžete a budete dělat totéž i vy.

Strávil jsem osobně s Abrahamem jeden celý den, večerel jsem s Esther a Jerryem a vyslechl jsem stovky Abrahamových nahrávek, takže to ode mne můžete přijmout jako z první ruky. Vydáváte se na cestu, která vám změní život a kterou vám nabízejí dva z těch nejautentičtějších a duchovně nejryzejších lidí, jaké jsem kdy poznal. Jerry a Esther Hicksovi mají stejně velkou posvátnou úctu před svou rolí, již je předávat vám toto učení, jako ji mám i já, když pro Abrahama píšu toto úvodní slovo.

Vybízím vás, abyste četli tato slova pečlivě a okamžitě je uplatňovali v praxi. Shrnují pozorování, o kterém mluvím již mnoho let: „Když změníte způsob, jakým se na věci díváte, změní se i věci, na něž se díváte.“ Spatříte a zažijete zcela nový svět, který se bude měnit přímo před vašimi očima. Je to svět stvořený Zdrojovou energií, která chce, abyste se s ní znovu spojili a žili radostně a dobře.

Děkuji ti, Abrahame, že jsi mi umožnil říci několik slov v této převzácné knize.

Mám vás rád – vás všechny!

–Wayne Dyer

Předmluva

Sluneční světlo tady na Malibu se pomalu rozlévá po pobřeží a já začínám psát tuto předmluvu. Temně indigový odstín Tichého oceánu v době brzkého rána se dobře hodí k hluboké radosti, kterou pociťuji, když si představuji hodnotu, již pro vás budou mít objevené pravdy obsažené v této knize.

Požádej a je ti dáno je kniha o tom, jak je naše „žádání“ vyslyšeno *Vším, co je*. Především je však o tom, *jakým způsobem* je nám dáváno vše, o co žádáme. Je to rovněž vůbec první kniha, která nám tak jasnou řečí poskytuje jednoduchý návod, *jak* žádat a *jak* poté přijímat vše, co chceme dělat, mít nebo tím být.

Před desítkami let, když jsem hledal věrohodné odpovědi na své nekončící snahy vědět, co „To“ vlastně je, jsem objevil slovo *nepostižitelné* (to znamená to, co je nemožné vyjádřit slovy). *Nepostižitelné* bylo spojeno i se závěrem, který jsem formuloval v souvislosti s Tím. Zjistil jsem, že čím blíže se dostáváme k poznání „Nefyzického“, tím méně slov máme, abychom To jasně vyjádřili. Jakýkoli stav absolutního poznání by byl tudíž také stavem nepostižitelnosti. Jinak řečeno, v tomto bodě naší časoprostorové reality nelze Nefyzické jasně postihnout fyzickými slovy.

V průběhu celé fyzické historie jsme si vytvořili miliardy filosofii, náboženství, názorů a vyznání. Přesto jsme vzdor miliardám miliard myslitelů uvažujících, činících závěry a předávajících svá přesvědčení dalším generacím nenašli – alespoň ne ve formulacích, na kterých bychom se mohli shodnout – fyzická slova, která by popsala Nefyzické.

Zaznamenaná historie ví pouze o určité formě dokumentace několika z mnoha bytostí, které vědomě komunikovaly s Nefyzickou inteligencí. Některé byly uctívány, kdežto jiné byly druhými zavrženy. Většina těch, kdo si byli vědomi osobní komunikace s Nefyzickým, se však rozhodla nikomu o svých objevech neříci (možná ze strachu, že budou zavrženi, nebo dokonce izolováni od společnosti).

Mojžíš, Ježíš, Mohamed, Jana z Arku, Josef Smith – abychom jmenovali alespoň několik z těch, kteří jsou lépe známi v západním světě – ti všichni byli otevřenými příjemci Nefyzické inteligence a většina z nich se dočkala dosti krutého a strašného fyzického konce. Přestože se každému z nás přímo dostává v nějaké formě Nefyzického vedení, pouze málokdo přijímá celé bloky Nefyzického myšlení, které by bylo natolik srozumitelné, že ho lze převést do fyzických slov – a z těchto nemnohých je jich ještě méně ochotno odhalit své zkušenosti ostatním.

Připomínám vám tuto informaci jako předmluvu k tomu, co budete číst, protože má manželka Esther je jednou z těch vzácně se vyskytujících osob, které jsou schopny, kdykoli se rozhodnou, uvolnit svou vědomou mysl dostatečně na to, aby přijímaly Nefyzické odpovědi na všechno, na co se zeptají. Esther dostává nějakým způsobem bloky myšlenek (nikoli slov) a podobně jako tlumočnick z španělštiny do angličtiny slyší myšlenku promítnutou do španělských slov a potom tuto myšlenku (ne slova) přeloží do anglických slov, i Esther okamžitě překládá Nefyzické myšlení do nejbližších fyzických (anglických) slovních ekvivalentů.

Povšimněte si laskavě, že vzhledem k tomu, že vždy neexistují fyzická anglická slova, která by dokonale vyjádřila Nefyzické myšlení, jež Esther přijímá, tvoří Esther někdy nové kombinace slov a také používá běžných slov novým způsobem (například uvádí velká písmena tam, kde se normálně neužívají), aby tak vyjádřila nové způsoby pohledu na život. Z tohoto důvodu jsme vytvořili stručný slovníček uvedený vzadu v této knize, abychom objasnili své neobvyklé používání některých běžných slov. Jinak řečeno, existuje například běžné slovo dobrý život či pohoda (anglicky *well-being*), které znamená stav, kdy jste šťastní, zdraví nebo se těšíte prosperitě. Ale základ Abrahamovy neběžné filosofie se překládá jako *Dobro* (*Well-Being*, s velkými písmeny). Jeho významem je širší univerzální, Nefyzické *Dobro*, které plyne přirozeně k nám všem, pokud neuděláme něco, co nás od něj odpojí. (Také v textu budeme zpočátku dávat do uvozovek každé nově ražené slovo, které byste nenašli v žádném slovníku, ale jehož významy jsou zřejmé – jako například „zdrčenost“ [anglicky *owerwhelment*] nebo „konečnost“ [anglicky *endedness*].)

Od roku 1986 Esther a já navštívíme ročně asi šedesát měst, kde vedeme workshopy, na nichž mají všichni účastníci možnost klást otázky nebo diskutovat o jakémkoli předmětu. Žádná témata nejsou nežádoucí. Přicházejí tisíce lidí: z různých etnických skupin, zastávajících různé filosofie a kráčejících po různých cestách životem... a všichni chtějí nějak zlepšit svůj život, buď přímo sami pro sebe, nebo nepřímo, když pomáhají druhým. Těmto tisícům, kteří žádají více, byly dány odpovědi – od Nefyzické inteligence prostřednictvím Esther Hicks.

A tak byla filosofie Dobra v reakci na žádosti lidí, jako jste vy, kteří chtějí vědět víc, zaznamenána v této knize.

V jádru tohoto učení spočívá nejmocnější zákon vesmíru, totiž *zákon přitažlivosti*. Během uplynulých deseti let jsme mnohé z Abrahamova učení publikovali v našem čtvrtletníku *The Science*

of Deliberate Creation (Věda záměrné tvorby), kde jsme předložili nejnovější perspektivy, které vyplývaly z otázek kladených návštěvníky našich seminářů *Art of Allowing* (*Umění umožňování*). Tato filosofie se neustále vyvíjí spolu s tím, jak nás stále více z vás upozorňuje na své nejnovější otázky a úhly pohledu.

Tato kniha vám nabízí kurs duchovní praxe, který můžete mít stále při ruce. Je to návod v nejšířším slova smyslu – to znamená, že pojednává o tom, jak být, dělat nebo mít to, co vás těší. Zároveň učí, jak *nebýt, nedělat ani nemít* nic, co vás netěší.

Jerry Hicks

Seznámení s Abrahamem

Ona mluví s duchy!“ říkali naši přátelé. „Bude tady příští týden a můžete se s ní sejít a zeptat se jí, na co chcete!“
„*Tak to je to poslední, co bych chtěla*“, pomyslela jsem si, ale zároveň jsem slyšela svého muže Jerryho, jak říká: „Moc rádi bychom se s ní setkali. Jak se to dá zařídit?“



To se stalo roku 1984. Byli jsme čtvrtý rok svoji a za tu dobu jsme se nikdy nepohádali ani si neřekli jediné ostré slovo. Byli jsme dva radostní lidé, kteří spolu žili šťastně a vycházeli spolu téměř ve všem. Jedinou nepříjemností pro mne bylo, když chtěl Jerry pobavit přátele jednou ze svých dvacet let starých historek, které se týkaly jeho zkušeností s týmem Ouija. Když jsme byli v restauraci nebo na nějakém veřejném místě a já jsem cítila, že teď přijde na řadu některá z těchto historek, zdvořile (nebo někdy ne zcela zdvořile) jsem se omluvila a odešla na toaletu, posadila se k baru nebo se šla projít k autu, kde jsem byla tak dlouho, dokud podle mého odhadu neuplynulo dost času na to, aby historika

byla dovyprávěna. Naštěstí Jerry nakonec s vyprávěním těchto historek přestal, jestliže jsem byla nablízku.

Nebyla jsem přesně tím, co by se dalo označit za zbožnou dívku, ale navštěvovala jsem nedělní školu dost dlouho na to, abych si vypěstovala velice silný strach ze zla a z ďábla. Když na to zpětně pomyslím, nejsem si ve skutečnosti jista, zda to způsobili učitelé v naší nedělní škole – zda skutečně věnovali větší část vyučování tomu, aby v nás vyvolali strach z ďábla, nebo zda je to prostě výtvor mé mysli. Nicméně z těch let si pamatuji především toto.

Proto jsem se pečlivě vyhýbala všemu, co by mohlo mít jakoukoli souvislost s ďáblem. Jednou v mládí jsem seděla v letním kině v autě a náhodně jsem se podívala zadním okénkem na druhé projekční plátno a spatřila tam děsivou scénu z *Vymítače ďábla* (film, kterému jsem se záměrně vyhýbala) a to, co jsem viděla, aniž bych slyšela zvuk, na mne udělalo tak silný dojem, že mne potom několik týdnů sužovaly noční můry.



„Jmenuje se Sheila,“ řekli naši přátelé Jerrymu. „Domluví vám s ní setkání a dám vám vědět.“

Jerry potom strávil několik dní psaním otázek. Řekl, že některé z nich ho trápí už od dětství. Já si žádné otázky nepsala. Místo toho jsem sváděla vnitřní boj o to, zda tam vůbec půjdu.

Vzpomínám si, že když jsme vjeli na přístupovou cestu vedoucí ke krásnému domu v centru arizonského Phoenixu, říkala jsem si v duchu: „*Do čeho se to řítím?*“ Šli jsme k předním dveřím, kde nás pozdravila velice hezká žena a uvedla nás do pěkného obývacího pokoje, kde jsme mohli čekat na domluvené setkání.

Dům byl rozlehlý, prostě, ale krásně zařízený a velice tichý. Vzpomínám si, že jsem cítila jakousi posvátnou úctu, jako bych byla v kostele.

Poté se otevřely velké dveře a do místnosti vešly dvě pohledné ženy oblečené ve svěžích, jasně barevných bavlněných blůžkách

a sukních. Bylo zjevné, že jsme první návštěva po obědě; obě ženy vypadaly šťastně a odpočinuté. Cítila jsem trochu úlevu. Možná to nakonec nebude tak hrozné.

Záhy jsme byli pozváni do hezky zařízeného pokoje, v němž byly u nohou postele postaveny tři židle. Sheila seděla na kraji postele, její asistentka s malým magnetofonem na jedné ze židlí. Jerry a já jsme se posadili na zbylé dvě židle. Já se obrnila, abych byla připravená na všechno, co se má stát.

Asistentka nám vysvětlila, že Sheila si lehne, uvolní své vědomí a poté nás osloví *Nefyzická entita* Theo. Až se to stane, budeme moci mluvit, o čemkoli budeme chtít.

Sheila ležela na dolním konci postele, jen asi metr od místa, kde jsme seděli my, a zhluboka dýchala. Brzy se zničehonic ozval neobvykle znějící hlas: „Začínáme, nebo ne? Máte nějaké otázky?“

Podívala jsem se na Jerryho v naději, že je připraven začít, protože mi bylo jasné, že *já* nejsem připravena mluvit vůbec s nikým, ať by to byl kdokoli. Jerry se naklonil dopředu; dychtivě se chystal položit svou první otázku.

Když ze Sheiliných úst pomalu plynula Theova slova, ulevilo se mi. Ačkoli jsem věděla, že slyšíme Sheilin hlas, věděla jsem zároveň, že zdrojem těchto úžasných odpovědí je něco jiného než Sheila.

Jerry řekl, že tyto otázky ho trápí již od pěti let, a vyslovil je, jak nejstručněji uměl. Našich třicet minut uběhlo velice rychle, ale během té doby se můj strach z této neznámé zkušenosti kamsi vytratil, aniž bych byla řekla jediné slovo, a naplnil mne harmonický pocit, který překonával vše, co jsem do té doby cítila.

Když jsme už seděli zase v autě, řekla jsem Jerrymu: „Moc bych sem chtěla přijít ještě zítra. Tentokrát bych se chtěla na něco zeptat já.“ Jerry byl rád, že si domlouváme další schůzku, protože měl na svém seznamu ještě další otázky.

Druhého dne, asi v polovině času, který nám byl přidělen, přenechal Jerry váhavě zbývající minuty mně a já jsem se zeptala Thea: „Jak můžeme efektivně dosáhnout svých cílů?“

Přišla odpověď: „Meditací a afirmacemi.“

Představa meditace se mi ani trochu nelíbila a neznala jsem nikoho, kdo by ji praktikoval. Bylo to spíše tak, že když jsem pomyslela na to slovo, viděla jsem v duchu lidi, jak leží na hřebících, chodí po žhavém uhlí, stojí celé roky na jedné noze nebo na letišti žebrají o almužnu. Takže jsem se zeptala: „Co myslíš slovem *meditace*?“

Odpověď byla stručná a zněla dobře: „Posaď se v klidné místnosti. Měj na sobě pohodlné oblečení a soustřeď se na svůj dech. Když se tvá mysl zatoulá, a ona se zatoulá, nech tu myšlenku jít a zaměř se na svůj dech. Bude pro vás dobré, když budete meditovali spolu. Bude to účinnější.“

„Mohl bys nám předat nějakou účinnou afirmaci?“ zeptali jsme se.

„*Já [řekněte své jméno] vidím a přitahuji k sobě božskou láskou ty bytosti, které skrze můj proces hledají osvícení. Sdílení nás teď oba pozvedne.*“

Jak ze Sheily/Thea plynula tato slova, cítila jsem, že mi pronikají až do morku kostí. Zaplavil mne pocit lásky, který mnou proudil tak, že se to nepodobalo ničemu, co jsem dosud znala. Můj strach byl tentam. Jerry i já jsme se cítili nádherně.

„Měli bychom přivést mou dceru Tracy, aby se s tebou také setkala?“ zeptala jsem se.

„Pokud o to sama požádá; ale není to nutné, protože i vy (Jerry a Esther) jste kanály.“

Tato věta mi vůbec nedávala smysl. Nemohla jsem uvěřit, že by něco takového mohla být pravda, protože mi bylo něco přes třicet a nikoho takového jsem neznala.

Diktafon cvakl a oba jsme se cítili poněkud zklamaní, že náš mimořádný zážitek už končí. Sheilina asistentka se nás zeptala, zda máme ještě poslední otázku. „Chtěla byste znát jméno svého duchovního průvodce?“ zeptala se.

Na to bych se nikdy nezeptala, protože jsem pojem *duchovní*

průvodce nikdy neslyšela, ale jevílo se mi to jako dobrá otázka, protože se mi líbila představa strážných andělů. Tak jsem řekla: „Ano, prosím, mohl bys mi říci jméno mého duchovního průvodce?“

Theo řekl: „Bylo nám řečeno, že ti to bude sděleno přímo. Prožiješ jasnoslyšení a tak se to dozvíš.“

„*Co je to jasnoslyšení?*“ podivila jsem se, ale než jsem se mohla zeptat, Theo řekl tónem, z něhož bylo patrné, že končí: „Boží láska s vámi!“ Sheila otevřela oči a posadila se. Naše mimořádná konverzace s Theem skončila.

Po odchodu ze Sheilina domu jsme se jeli podívat na vyhlídku na úbočí jedné z hor ve Phoenixu. Opřeli jsme se o auto, hleděli do dálky a pozorovali západ slunce. Neměli jsme tušení o transformaci, která se v nás ten den odehrála. Pouze jsme věděli, že se cítíme nádherně.

Když jsme se vrátili domů, měla jsem dva nové silné záměry: Budu meditovat, ať už to slovo znamená cokoli, a zjistím jméno svého duchovního průvodce.

Převlékli jsme se tedy do nočních úborů, zatáhli jsme závěsy v obývacím pokoji a posadili se do dvou velkých křesel, mezi nimiž byla police. Bylo nám doporučeno, abychom se do toho pushtili společně, ale byl to divný pocit a regál jej z nějakého důvodu pomohl skrýt.

Vybavila jsem si Theův pokyn: „*Posaď se v klidné místnosti. Měj na sobě pohodlné oblečení a soustřed se na svůj dech.*“ Nařídili jsme si budík na patnáct minut a já jsem zavřela oči a začala jsem vědomě dýchat. V duchu jsem položila otázku „Kdo je můj duchovní průvodce?“ a potom jsem počítala své nádechy a výdechy. Náhle mé tělo ztuhlo. Nebyla jsem s to rozlišit svůj nos od prstů na noze. Byl to divný, ale uklidňující pocit a mně se líbil. Měla jsem pocit, jako by se mé tělo pomalu otáčelo, i když jsem věděla, že sedím na židli. Budík zazvonil a polekal nás, a já jsem řekla: „Pokračujeme.“

Znovu jsem zavřela oči, počítala dech a opět znečitlivěla od hlavy až k patě. A opět zazvonil budík a vylekal nás. „Pokračujme,“ řekla jsem.

Tak jsme nařídili budík na dalších patnáct minut a opět jsem ucítila, jak mé tělo postupně ztrácí citlivost. Ale tentokrát začalo něco nebo někdo „dýchat mým tělem“. Vnímala jsem to jako ohromnou explozi lásky, která vycházela z hloubi nitra ven. Úžasný pocit! Jerry mé tiché projevy radosti slyšel a později mi řekl, že se mu zdálo, že se svíjím v extázi.

Když zazvonil budík a já se probírala z meditace, jektaly mi zuby jako nikdy předtím. Výstižnější by bylo říci, že mi cvakaly zuby a já přitom vydávala monotónní zvuk. Téměř hodinu jsem takto cvakala zuby a pokoušela jsem se znovu dostat zpátky do svého normálního stavu vědomí.

V té době jsem si ještě neuvědomovala, co se stalo, ale nyní vím, že jsem zažila svůj první kontakt s Abrahamem. Ačkoli jsem nevěděla, *co* se stalo, věděla jsem, že ať to bylo cokoli, bylo to *dobré!* A chtěla jsem, aby se to stalo zase.

Tak jsme se s Jerryem rozhodli, že budeme každý den patnáct minut medítovat. Nemyslím, že bychom během následujících devíti měsíců vynechali byť jediný den. Prožívala jsem pokaždé znečitlivění nebo pocit oddělenosti, ale jinak se během našich meditací nestalo nic mimořádného. A potom, přímo před Díkůvzdáním v roce 1985, se má hlava v průběhu meditace začala jemně pohybovat ze strany na stranu. Pohybovala se v tomto mírném plynulém pohybu i několik následujících dní. Byl to příjemný pocit podobný létání. Asi třetího dne jsem si uvědomila, že má hlava se nepohybuje náhodně. Můj nos jakoby hláskoval písmena ve vzduchu. Poznala jsem, že to bylo „M-N-O-P“.

„Jerry,“ vykřikla jsem, „hláskuji písmena nosem!“ A s těmito slovy se tento úchvatný pocit zase vrátil. Po celém těle mi naskočila husí kůže, když mi tato Nefyzická energie procházela ve vlnách tělem.

Jerry vzal rychle svůj zápisník a začal psát písmena, která můj nos psal ve vzduchu: „JSEM ABRAHAM. JSEM TVŮJ DUCHOVNÍ PRŮVODCE.“

Abraham nám poté vysvětlil, že je s „nimi“ shromážděných mnoho. Označují se množným číslem, protože jsou *Kolektivním vědomím*. Vysvětlili, že zpočátku byla slova „Jsem Abraham“ skrze mne vyslovena jenom proto, že jsem čekala, že můj duchovní průvodce bude jeden, ale že je jich tam *mnoho*, kteří promlouvají jednohlasně či v myšlenkovém konsensu.

Abych citovala Abrahama: *„Abraham není jediné vědomí, jako cítíte vy, že jste ve svém jediném těle. Abraham je Kolektivní vědomí. Existuje Nefyzický proud vědomí, a jak na jedné straně jeden z vás klade otázku, existuje na druhé straně mnoho, mnoho bodů vědomí, které se usměřňují skrze to, co se jeví jako jeden úhel pohledu (protože existuje v tomto případě jeden člověk Esther, který to interpretuje nebo artikuluje), takže se jeví jako jednotlivec. Jsme mnohorozměrní, máme mnoho aspektů a dozajista i mnoho druhů vědomí.“*

Abraham nám poté vysvětlil, že nešeptají do mých uší slova, která já budu poté opakovat druhým, ale místo toho mi předkládají bloky myšlenek jako rádiové signály, které přijímám na určité nevědomé úrovni. Tyto bloky myšlenek potom překládám do fyzických slovních ekvivalentů. „Slyším“ slova, když je vyslovuji, ale během samotného procesu překládání si nejsem vědoma toho, co přichází, a nemám ani čas rozpomínat se na to, co již přišlo.

Abraham mi vysvětlil, že mi nabízejí tyto bloky myšlenek již nějakou dobu, ale že jsem se tak striktně snažila držet Theových pokynů (které zněly: „Když se ti zatoulá mysl, a ona se zatoulá, pusť ty myšlenky a soustřeď se na dech“), že kdykoli některá z těchto myšlenek začala, co nejrychleji jsem ji opustila a zaměřila se zase na svůj dech. Domnívám se, že jediný způsob, jak upoutat mou pozornost, bylo hláskovat písmena mým nosem. Abraham říká,

že ony nádherné pocity, které mi ve vlnách procházely tělem, když jsem si uvědomila, že hláskuji písmena, byly radostí, kterou měli, když jsem rozpoznala naše vědomé spojení.

Náš komunikační proces se během následujících několika týdnů rychle vyvíjel. Hláskování písmen ve vzduchu byl velice pomalý proces, ale Jerry byl natolik nadšen tímto jasným a schůdným zdrojem informací, že mne často budil i uprostřed noci, aby se Abrahama na něco zeptal.

Ale potom jsem jednoho večera měla velice silný pocit pohybu ve svých pažích, rukou a prstech a má ruka začala bušit do Jerryho hrudi, když jsme leželi v posteli a společně se dívali na televizi. Zatímco má ruka pokračovala v bušení, cítila jsem velmi silné nutkání jít ke svému elektrickému psacímu stroji, a když jsem položila ruce na klávesnici, začaly se mi po ní rychle pohybovat, jako kdyby někdo rychle objevoval, jaký je to vlastně psací stroj a kde se nacházejí konkrétní písmena. A potom mé ruce začaly psát – každé písmeno, každé číslo, znovu a znovu. A potom se začala na papíru tvořit slova: *„Jsem Abraham. Jsem tvůj duchovní průvodce. Jsem tady, abych s tebou pracoval. Mám tě rád. Napíšeme společně knihu.“*

Objevili jsme, že mohu položit své ruce na klávesnici a uvolnit se, velice podobně, jako jsem relaxovala během meditace, a že Abraham (o němž od nynějška budeme mluvit jako o „nich“) potom odpovídali na otázky týkající se všeho, na co se Jerry zeptal. Byla to úžasná zkušenost. Byli tak inteligentní, tak láskyplní a tak přístupní! Pokaždé, ve dne nebo v noci, byli připraveni s námi mluvit o všem, o čem jsme chtěli.

Potom, jednoho rána, když jsme jeli po phoenixské dálnici, jsem měla ve svých ústech, na bradě a krku pocit podobný tomu, jako když se vám chce zívnout. Byl to velice silný impuls, tak silný, že jsem ho nemohla potlačit. Jeli jsme mezi dvěma nákladními auty a pomalu jsme se blížili k odbočce. Zdálo se, že se obě auta

zároveň chtějí zařadit do našeho pásu, a já si na okamžik myslím, že do nás narazí. A právě v ten okamžik ze mne vytryskla první slova, která Abraham promluvili mými ústy: „Počkej až na další exit!“

Sjeli jsme z dálnice, zaparkovali pod podjezdem a Jerry a Abraham se pustili do diskuse trvající několik hodin. Měla jsem zavřené oči a hlava se mi rytmicky hýbala nahoru dolů, jak Abraham odpovídali na proud Jerryho otázek.



Jak je možné, že se mi přihodila tak úžasná věc? Když o tom někdy přemýšlím, sotva věřím, že to může být pravda. Podobá se to trochu tomu, o čem se mluví v pohádkách – jako když si něco přejete a přitom třete kouzelnou lampu. Jindy se mi to zdá zase naprosto přirozené, jako ta nejlogičtější zkušenost na světě.

Někdy si sotva vzpomínám, jak jsem žila předtím, než do našeho života vstoupili Abraham. Byla jsem (až na několik výjimek) vždycky takzvaně šťastný člověk. Měla jsem krásné dětství, nezažila jsem v podstatě žádné velké trauma a spolu se dvěma sestrami jsem se narodila laskavým a milujícím rodičům. Jak už jsem se zmínila, Jerry a já jsme byli blaženě svoji asi čtyři roky a já jsem žila v každém ohledu šťastně. Neřekla bych, že jsem někdo, kdo má spoustu nezodpovězených otázek. Vlastně jsem si vůbec nekladla mnoho otázek a neutvářela jsem si vyhraněné názory téměř o ničem.

Naproti tomu Jerry měl plno otázek, které ho velice zajímaly. Byl to dychtivý čtenář a stále hledal nástroje a metody, které by mohl předat druhým, aby jim pomohl žít radostněji. Až do dnešního dne jsem nepoznala nikoho, kdo by chtěl víc pomáhat druhým k úspěšnému životu.

Abraham nám vysvětlili, že důvod, proč jsme s Jerryem dokonaly pár pro tuto společnou práci, spočívá v tom, že Jerryho

silná touha přivolala Abrahama, zatímco má nepřítomnost názorů nebo pocitů úzkosti ze mne činí dobrého příjemce informací, které Jerry přivolal.

Jerry byl velice nadšen již při první interakci s Abrahamem, protože rozuměl hloubce jejich poznání a jasnosti toho, co předkládají. A ani během těch mnoha let jeho nadšení pro Abrahamova poselství v nejmenším neochablo. Nikdo z přítomných v místnosti se z toho, co Abraham říká, netěší víc než Jerry.

Na počátku našich interakcí s Abrahamem jsme zcela nechápali, co se děje, a neznali jsme žádný způsob, jak poznat, s kým Jerry mluví, ale bylo to vzrušující, úžasné a podivuhodné – i zvláštní. Zdálo se to tak podivné, že jsem si byla jista, že většina lidí, které znám, by to nepochopila; pravděpodobně by to ani *nechtěli* chápat. Následkem toho jsem chtěla, aby mi Jerry slíbil, že o našem úžasném tajemství nikomu neřekne.

Teď je vám asi jasné, že Jerry tento slib nedodržel, ale já toho nelituji. Neexistuje nic, co bychom dělali raději, než být v místnosti plné lidí, kteří by rádi probrali své záležitosti s Abrahamem. Od lidí, kteří se s Abrahamem setkávají prostřednictvím našich knih, video- a audionahrávek, workshopů nebo webových stránek, slyšíme nejčastěji toto: „Děkuji vám, že jste mi pomohli si vzpomenout na to, co jsem vlastně vždycky věděl,“ a „Tohle mi pomohlo poskládat dohromady všechny kousky pravdy, které jsem postupně po cestě nacházela. Pomohlo mi to pochopit smysl všeho!“

Zdá se, že Abraham nemají zájem předpovídat budoucnost, jak tomu bývá u věštců, ačkoli jsem přesvědčena, že vždy vědí, co naše budoucnost obsahuje. Jsou však raději učitelé, kteří nás z místa, kde jsme, vedou tam, kde chceme být. Vysvětlili nám, že jejich práce není rozhodovat, co bychom měli chtít, ale pomáhat nám dosahovat čehokoli, po čem toužíme. Jak to říkají Abraham: „*Abraham nechce nikoho k ničemu vést ani nikoho nechce od něho odvádět. Chceme, abyste všechna rozhodnutí ohledně svých*

prání udělali sami. My si pouze přejeme, abyste objevili způsob, jak svá přání splnit.“

Ze všeho, co bylo o Abrahamovi řečeno a co se k nám dostalo, se mi nejvíc líbí prohlášení jednoho dospívajícího chlapce, který si právě poslechl nahrávku, na níž Abraham odpovídají na některé otázky, jaké obvykle kladou dospívající. Ten kluk řekl: „Zpočátku jsem nevěřil, že je Esther opravdu mluvčí Abrahama. Ale když jsem slyšel nahrávku s Abrahamovými odpověďmi, věděl jsem, že Abraham je skutečný, protože v tom nebylo žádné odsuzování. Nevěřím, že by někdo byl tak moudrý, tak spravedlivý a tak nesoudící.“

Pro mne je tato pouť s Abrahamem tak úžasná, že nenacházím slova, která by to vystihla. Miluji pocit Dobra (Well-Being), kterého jsem dosáhla na základě toho, co jsem se od nich dozvěděla. Mám velice ráda, jak mne jejich citlivé vedení vždy posílí. Jsem šťastna, když vidím, jak se život tolika našich drahých přátel (i těch nových) zlepšuje uplatňováním Abrahamova učení. Jsem tak ráda, že se tyto vynikající a milující bytosti objeví v mé hlavě, kdykoli se zeptám, a že jsou vždy připraveny a ochotny pomoci nám něco pochopit.

(Mimochodem, několik let po našem setkání se Sheilou a Theem vyhledal Jerry jméno Theo ve slovníku. Poté mi radostně oznámil: „Význam jména *Theo* je Bůh!“ Naprosto dokonalé! Usmívám se, když si vzpomenu na ten nádherný den, který pro nás znamenal bod obratu. Tenkrát jsem měla strach, že se setkám se zlem, a zatím jsem byla ve skutečnosti na cestě k rozhovoru s Bohem!)

Na začátku naší práce s Abrahamem naši posluchači chtěli, abychom jim vysvětlili svůj vztah s Abrahamem. „Jak dochází k vašim setkáním? Jak udržujete svůj vztah? Proč si vás vybrali? Jaké to je být mluvčími takového obsáhlého poznání?“ A tak jsme, Jerry a já, vždy strávili několik minut na začátku každé promluvy nebo interview v rádiu či televizi tím, že jsme se snažili co nej-

lépe tyto otázky zodpovědět. Já jsem však byla vždy netrpělivá, co se týče této části naší prezentace. Chtěla jsem se prostě uvolnit a nechat začít proudit Abrahamovo Vědomí a pustit se do toho, co jsme s Jerrym považovali za pravý důvod toho, že tam jsme.

Nakonec jsme vytvořili nahrávku poskytovanou zdarma a nazvanou *Introduction to Abraham* (Seznámení s Abrahamem), kterou si lidé mohou poslechnout ve svém volném čase a která podrobně vysvětluje, jak naše zkušenost s Abrahamem začala a jak pokračovala. (Nakonec jsme umístili tuto nahrávku k volnému stažení na naše interaktivní webové stránky www.abraham-hicks.com, na které se nachází naše vysvětlení, kdo jsme a co jsme dělali předtím, než jsme se setkali s Abrahamem.) Oba se velice rádi účastníme procesu převádění Abrahamových sdělení do formátu, který mohou slyšet a uplatnit i ostatní, ale Abrahamova sdělení jsme vždy považovali za hlavní událost.

Dnes ráno mi Abraham řekl: „*Esther, známe otázky, které vyzařují z kolektivního vědomí vaší planety, a tvým prostřednictvím zde s radostí nabízíme odpovědi. Uvolni se a raduj se z toho, jak nádherně se odvíjí tato kniha.*“

Proto se chystám uvolnit a dovolit Abrahamovi, aby vám okamžitě začali psát tuto knihu. Představuji si, že vám ze svého hlediska vysvětlí, kdo jsou, ale co je ještě důležitější, věřím, že vám pomohou začít chápat, kdo jste vy. Přála bych vám, aby vaše setkání s Abrahamem bylo tak smysluplné, jako je stále pro nás.

S láskou Esther Hicks

ČÁST I

Věci, které známe, které jste
vy možná zapomněli a na něž
je důležité si vzpomenout



Schopnost cítit se dobře tady a teď

Jmenujeme se Abraham a mluvíme k vám z Nefyzické dimenze. Měli byste ale vědět, že vy také pocházíte z Nefyzické dimenze, takže se od sebe tolik nelišíme. Váš fyzický svět vznikl na základě promítnutí Nefyzického. Ve skutečnosti jste vy a váš fyzický svět jen prodloužením Nefyzického zdroje energie.

V této Nefyzické oblasti neužíváme slov, protože jazyk nepotřebujeme. Ani nemáme fyzický sval, jako je jazyk, jehož pomocí bychom mluvili tak, aby to slyšely uši, přestože mezi sebou dokonale komunikujeme. Naše Nefyzická řeč je řečí vibrací a naše Nefyzická společenství nebo rodiny jsou společenstvími či rodinami záměru. Jinak řečeno, to, co jsme, vyzařujeme pomocí vibrací a přidružují se k nám další s podobným záměrem. To platí i o vašem fyzickém světě, přestože většina z vás zapomněla, že tomu tak je.

Abraham je rodina Nefyzických bytostí přirozeně spojených silou našeho záměru připomenout vám, našemu fyzickému prodloužení, zákony vesmíru, které vládnu všemu. Naším záměrem je pomoci vám vzpomenout si, že jste prodloužením Zdroje energie, že jste požehnané, milované bytosti a že jste přišli do této fyzické časoprostorové reality proto, abyste radostně tvořili.

Všichni, kdo jsou fyzicky zaměřeni, mají své Nefyzické protějšky a mají přístup k širší perspektivě toho, co je Nefyzické. Nikdo z toho není vyjmut. Ale většina fyzických bytostí se natolik nechala rozptýlit fyzickou povahou vaší planety, že jste si vypestovali silné vzorce rezistence, které deformují vaše jasné spojení s vaším Zdrojem. Naším záměrem je pomoci právě těm z vás, kdo se chtějí na toto spojení rozpomenout.

Přestože všichni lidé mají přístup k jasné komunikaci z Nefyzického, většina si toho není vědoma. A často se stává, že i když víte, že to možné je, podléháte takovým myšlenkovým návykům, které omezují vaši schopnost vědomé interakce.

Občas se však otevře čistý komunikační kanál a my můžeme své poznání předat pomocí vibrací někomu, kdo je schopen je jasně přijmout a přeložit. A právě to se děje prostřednictvím Esther. Své poznání vysíláme jako vibrace způsobem, který se podobá tomu, co vy chápete jako rádiové signály, a Esther tyto vibrace přijímá a překládá je do fyzických slovních ekvivalentů. Neexistují však odpovídající fyzická slova, která by vyjádřila naše uspokojení a radost, že vám můžeme tímto způsobem a v této době nabídnout své poznání.

Velice si přejeme, abyste byli rádi tam, kde jste právě teď, v tento okamžik – bez ohledu na to, kde jste. Chápeme, jak podivně vám tato slova určitě znějí, jestliže stojíte na místě, které se zdá být hodně vzdálené od toho, kde chcete být. Ale slibujeme vám, že když pochopíte moc, která spočívá v tom, že se teď budete cítit dobře bez ohledu na cokoli, získáte klíč k dosažení jakéhokoli stavu bytí, jakéhokoli zdravotního stavu, jakéhokoli stavu bohatství nebo jakéhokoli stavu čehokoli, po kterém toužíte.

Tyto stránky jsou napsány speciálně proto, aby vám umožnily lépe porozumět sobě samým a všem kolem vás. Můžete se přesvědčit, že něco z toho opravdu pomáhá; ale samotná slova vás ve skutečnosti nic nenaučí. Vaše pravé poznání pochází z vaší vlastní životní zkušenosti. A přestože budete neustále hromadit

zkušenosti a znalosti, ve vašem životě nejde jen o ně – jde o naplnění, uspokojení a radost. Ve vašem životě jde o neustálé projevování toho, kdo doopravdy jste.

***Slyšíte pouze to,
co jste připraveni slyšet***

Mluvíme k vám na mnoha úrovních vašeho uvědomění současně, ale vy přijmete pouze to, co jste teď připraveni přijmout. Každý nezíská z této knihy totéž, ale každé čtení této knihy vás obohatí o něco víc. Je to kniha, kterou budou číst ti, kteří chápou její moc. Je to kniha, která pomůže fyzickým bytostem pochopit jejich vztah k BOHU a ke VŠEMU, ČÍM SKUTEČNĚ JSOU.

Je to kniha, která vám pomůže chápat, kdo skutečně jste, kde jste byli, kam jdete a vše, čím budete.

Tato kniha vám pomůže pochopit, že s tím nebudete nikdy hotovi. Pomůže vám pochopit váš vztah k vaší historii a k vaší budoucnosti – ale ze všeho nejdůležitější je, že si uvědomíte potenciál svého mocného *nyní*.

Poznáte, že jste stvořiteli svých zkušeností, i to, že všechna vaše moc tkví ve vašem *nyní*. A nakonec vás tato kniha povede k pochopení vašeho *emočního navigačního systému* a k porozumění vašemu *vibračnímu nastavení*.

Najdete zde řadu postupů, jež vám pomohou znovu se spojit s „Nefyzickou“ částí sebe, postupů, které vám pomohou dosáhnout všeho, po čem toužíte. A až budete tyto postupy uplatňovat v praxi a až se vaše paměť znovu probudí a rozpomene na zákony vesmíru, *vrátí se vám přirozeně radostná chuť do života*.

2. KAPITOLA



Dodržujeme sliby, které jsme vám dali – připomí- náme vám, kdo jste

Víte, co chcete? Víte, že jste stvořiteli svých zkušeností? Radujete se z vývoje, kterým se ubírá vaše přání? Vnímáte svěžest nového přání, jež ve vás pulzuje?

Jestliže patříte mezi ty vzácně se vyskytující lidské bytosti, které odpověděly: „Ano, raduji se z vývoje, jímž se ubírá mé přání. Cítím se báječně, když stojím na tomto místě, kde ke mně mnohé z toho, po čem toužím, dosud nepřišlo,“ – potom rozumíte tomu, kým jste a co jsou to zkušenosti fyzického života.

Ale pokud se stejně jako většina lidských bytostí cítíte nešťastní, protože se vaše přání nevyplnila, pokud toužíte mít více peněz, ale máte jich neustále málo, pokud nejste spokojeni se svým zaměstnáním, ale máte pocit, jako byste byli slepé uličce, a neznáte způsob, jak to zlepšit, pokud vás neuspokojují vaše vztahy nebo jestliže váš vysněný vztah, po němž odnepaměti toužíte, je stále nedosažitelný, pokud vaše tělo nevypadá – nebo vy máte pocit, že nevypadá – jak byste chtěli, potom bychom vám zde rádi sdělili několik důležitých a poměrně snadno pochopitelných věcí.

Chceme vám dát tyto informace, protože bychom byli rádi, kdybyste našli svou cestu ke všemu, po čem toužíte. Ve skutečnosti

je to však pouze malá část našich důvodů, protože chápeme, že i když dosáhnete všeho, co máte momentálně na seznamu svých přání, bude tu ještě další seznam, ještě delší a rozsáhlejší, který jej nahradí. Takže tato kniha se nepíše proto, aby vám pomohla dostat všechno, co si chcete na tomto seznamu odškrtnout, protože víme, že takové snažení je nereálné.

Píšeme tuto knihu, abychom ve vás znovu probudili vzpomínku na moc a nutný úspěch, který pulzuje jádrem toho, čím ve skutečnosti jste. Píšeme tuto knihu, abychom vám pomohli vrátit se na vaše místo optimismu, pozitivního očekávání a šířící se radosti a abychom vám připomněli, že neexistuje nic, co byste nemohli dělat, mít nebo tím být. Píšeme tuto knihu proto, že jsme vám to slíbili. A teď, když ji máte v rukou, plňte svůj slib i vy.

Řekli jste: „*Budu žít v radosti!*“

Řekli jste: *„Půjdu do fyzické časoprostorové reality mezi jiné bytosti a přijmu identitu s jasnou a konkrétní perspektivou. Naučím se vidět sám sebe z tohoto úhlu pohledu a budu mít radost, že mne z něj vidí i ti druzí.“*

Řekli jste: *„Budu pozorovat to, co mne obklopuje, a má reakce na to, co pozoruji, bude příčinou mých osobních preferencí, kvůli kterým jsem se narodil/a.“*

Řekli jste: *„Budu znát cenu svých preferencí. Budu znát cenu svého úhlu pohledu.“*

A poté jste řekli (a to je ze všeho nejdůležitější): *„Budu stále cítit sílu a hodnotu svého osobního úhlu pohledu, protože mými rozhodnutími, mými úmysly a každou mou myšlenkou bude proudit „Nefyzická energie“, která tvoří světy, tak aby vznikalo to, co jsem na základě svého úhlu pohledu uvedl/a do pohybu.“*

Než jste se narodili ve fyzickém světě, věděli jste, že jste „Zdrojem energie“ specificky zaměřeným do tohoto fyzického těla, a věděli jste, že fyzická osoba, kterou se stanete, nikdy ne-

může být oddělena od toho, z čeho přišla. Chápali jste tenkrát své věčné napojení na tuto Zdrojovou energii.

Řekli jste: „*S radostí budu proudit do tohoto fyzického těla, do fyzické časoprostorové reality, protože toto prostředí mi pomůže soustředit mocnou energii, kterou jsem, do něčeho konkrétnějšího. A v konkrétnosti tohoto soustředění bude umožněn mocný pohyb vpřed – a radost.*“

Víme, kdo jste

Vstoupili jste tedy do tohoto úžasného těla a pamatovali jste si radostnou, mocnou povahu toho, co jste. Věděli jste, že si stále budete pamatovat nádhery Zdroje, z něhož jste vyšli, a věděli jste také, že nikdy nemůžete ztratit spojení s tímto Zdrojem.

Proto jsme teď tady, abychom vám pomohli se rozpomenout, že bez ohledu na to, jak se možná momentálně cítíte, nemůžete přijít o své spojení s tímto Zdrojem.

Jsme tu, abychom vám pomohli se rozpomenout na mocnou povahu toho, co jste, a znovu se stát radostnou osobou plnou sebedůvěry, jež stále hledá něco nového, co je úžasné a k čemu by upřela svou pozornost – osobou, již jste vy.

Protože víme, kdo jste, snadno vám pomůžeme se rozpomenout na to, kdo jste.

Protože jsme tam, odkud přicházíte, snadno vám připomeneme, odkud jste přišli.

Protože víme, po čem toužíte, snadno vás povedeme tak, abyste si k tomu sami dopomohli.

Neexistuje nic, co byste nemohli dělat, mít nebo tím být

Chceme, abyste si vzpomněli, že není nic, co byste nemohli dělat, mít nebo tím být, a chceme vám pomoci toho dosáhnout.

Ale nám se líbí to, kde jste právě teď (i když vám možná ne), protože chápeme, jak radostná bude cesta z místa, kde jste, na místo, kam chcete jít.

Chceme vám pomoci zbavit se dojmů, kterých jste nabyli na své fyzické pouti a které vás připravily o radost a sílu. Chceme vám pomoci znovu aktivovat mocné poznání, které pulzuje jádrem toho, čím jste.

Uvolněte se tedy a radujte se z této schůdné cesty, abyste znovu objevili, kým doopravdy jste. Přejeme si, abyste dřív, než dočtete tuto knihu, poznali sebe tak, jak vás známe my, abyste se milovali tak, jak vás milujeme my, a abyste se radovali ze svého života tak, jak se z vašeho života radujeme my.

3. KAPITOLA



Skutečně vytváříte svou realitu

Není to tak dávno, kdy se naši přátelé Jerry a Esther seznámili s tímto tvrzením: „Jste stvořiteli své vlastní reality.“ (Objevili *Knihy Sethovy* od Jane Roberts.) Pro ně to bylo zároveň vzrušující i těžko pochopitelné pojetí, protože podobně jako mnoho dalších našich fyzických přátel toužili po tvořivé kontrole nad svými zkušenostmi, ale tížily je některé základní otázky: „Je to *opravdu* v pořádku, abychom si vybírali, jakou skutečnost stvoříme? A jestliže *je* to tak správně, *jak* se to tedy dělá?“

***Základem vašeho života
je absolutní svoboda***

Narodili jste se s vrozeným poznáním, že si svou realitu sami vytváříte. A ve skutečnosti je ve vás toto poznání natolik základní, že když se někdo snaží vaše tvoření mařit, cítíte v sobě okamžitě rozladění. Narodili jste se s poznáním, že jste stvořiteli své reality, a ačkoli jste po tom vnitřně velmi silně toužili, v průběhu

integrace do společnosti jste postupně přebírali představy druhých, pokud jde o způsob, jak by se měl odvíjet váš život. Přesto však ve vás stále žije poznání, že *jste* stvořiteli svých životních zkušeností, že existuje absolutní svoboda jako základ vaší autentické zkušenosti a že to, jak prožijete svůj život, skutečně záleží naprosto a pouze na vás.

Nikdy jste neměli rádi, když vám někdo jiný říkal, co máte dělat. Nikdy se vám nelíbilo, když někdo zpochybňoval vaše mocné impulsy. Ale časem, pod značným tlakem lidí ze svého okolí, kteří se zdáli být velice přesvědčení o tom, že jejich praxe má větší platnost než vaše (a proto je nakonec i lepší), jste začali postupně opouštět své odhodlání řídit svůj vlastní život. Často jste považovali za snazší se prostě přizpůsobit jejich představám o tom, co je nejlepší, než abyste se o něco sami snažili. Ve všem tom přizpůsobování se společnosti, usilující o to, abyste do ní zapadli, a ve vší snaze mít méně problémů jste se však nevědomky vzdali toho nejzákladnějšího: své totální a absolutní svobody tvořit.

Nevzdali jste se však této svobody snadno a ve skutečnosti se jí nikdy nemůžete zbavit, protože existuje v samé podstatě vašeho bytí. Přesto jste ve své tendenci vzdát se jí kvůli tomu, abyste obstáli ve společnosti, nebo v zoufalé rezignaci a přesvědčení, že nemáte jinou volbu než se vzdát své síly a práva rozhodovat se, kráčeli proti svému přirozenému proudu a proti své vlastní duši.

Ve vašem prožívání nemůže tvořit nikdo jiný než vy

Tato kniha pojednává o vašem opětovném spojení se Zdrojovou energií. Pojednává o znovuprobuzení jasnosti, dobroty a moci, čímž vším jste ve skutečnosti vy sami. Je napsána proto, aby vám pomohla vědomě se vrátit k poznání, že *jste* svobodní, že jste vždy *byli* svobodní – a že vždy *budete* svobodně činit svá vlastní roz-

hodnutí. V tom, že dovolíte někomu jinému, aby vytvářel vaši realitu, není nic uspokojivého. Ve skutečnosti ani není *možné*, aby někdo jiný vytvářel vaši realitu.

Až se znovu spojíte s věčnými silami, s vesmírnými zákony a s tím, co je ve skutečnosti Zdrojem toho, co jste vy, čeká vás radostné tvoření přesahující možnosti fyzického popisu, protože vy vytváříte své zážitky a vědomé řízení vlastního života přináší velké uspokojení.

Jste věčné bytosti ve fyzické formě

Jste věčné bytosti, které se rozhodly účastnit se těchto specifických fyzických zážitků z mnoha skvělých důvodů. A tato časoprostorová realita na planetě Zemi slouží jako platforma, z níž jste schopni zaměřit svůj úhel pohledu na konkrétní tvoření.

Jste věčné Vědomí, které se momentálně nachází v tomto úžasném fyzickém těle proto, že na něco se soustředit a tvořit je vzrušující a rozradostňující. Fyzická bytost, kterou definujete jako „sebe“, stojí na *náběžné hraně myšlení*, zatímco vámi proudí Vědomí, jež je ve skutečnosti vaším Zdrojem. A v takových chvílích nevyslovitelného povznesení jste velice otevření a opravdu umožňujete, aby se vaším prostřednictvím projevoval váš Zdroj.

Někdy umožňujete, aby skrze vás naplno proudila pravá povaha vašeho bytí, a jindy jí proudit neumožňujete. Tato kniha je napsána proto, aby vám pomohla pochopit, že máte schopnost stále umožňovat své pravé přirozenosti, aby vás prostupovala a abyste prožívali zkušenost absolutní radosti, protože se učíte *vědomě* umožňovat plné spojení se svým Já, které je vaším Zdrojem. Tím, že si vědomě volíte, kam se budou ubírat vaše myšlenky, můžete být v trvalém spojení se Zdrojem energie, s Bohem, s radostí a se vším, co považujete za dobré.

Základem vašeho vesmíru je absolutní Dobro

Základem tohoto vesmíru je Dobro. Je základem „Všeho, co je“. Proudí do vás a skrze vás. Musíte to jenom umožnit. Podobně jako se stačí vzduchu, který dýcháte, jenom otevřít, uvolnit se a vtáhnout ho do své bytosti.

*V této knize se hovoří o tom, jak vědomě umožnit své přirozené napojení na proud Dobra. Pojednává o tom, jak si vzpomenout, kdo skutečně jste, abyste mohli pokračovat v utváření svého života tak, jak jste zamýšleli, než jste se zrodili do tohoto fyzického těla a do této skvělé zkušenosti na *náběžné hraně*, kde bylo vaším záměrem projevit svou svobodu nekonečnými, radostnými, tvořivými způsoby.*

Dokážete pochopit, jak mnoho Dobra k vám přichází? Chápete, jak velická souhra okolností a událostí je vám dána, abyste jí využívali? Chápete, jak vroucně jste milováni? Chápete, jak stvoření této planety, stvoření tohoto vesmíru, do sebe zapadá tak, aby vaše zkušenost byla dokonalá?

Chápete, jak jste milováni, jak jste požehnáni a jakou jste integrální částí tohoto tvůrčího procesu? Chceme, abyste to chápali. Chceme, abyste začali rozumět požehnané povaze svého Bytí, a chceme, abyste začali hledat důkazy, že je realitou, protože my vám ji ukazujeme v každém okamžiku, kdy jste ochotni ji vidět: v tom, jaké potkáváte milence, jak k vám přicházejí peníze, jaké obohacující zážitky získáváte a jaké krásné věci nacházíte; ukazujeme vám ji v řazení událostí, okolností a úžasných spolutvůrčích zkušeností, kdy se setkáváte s druhými s nesmírně důležitým cílem dopřát si naplnění, uspokojení, potěšení a radost právě v danou chvíli.

Váš pohyb vpřed je nevyhnutný. Nemůžete jinak: musíte postupovat vpřed. Ale nejste tu proto, abyste o postup usilovali – jste tu, abyste zažívali obrovskou radost. Kvůli ní tu jste.

4. KAPITOLA



Jak se mohu odsud dostat tam?

Možná nejčastější otázka, kterou slyšíme od svých fyzických přátel, zní: Proč mi trvá tak dlouho, než dostanu to, co chci?

Není to proto, že to dost nechcete.

Není to proto, že nejste dost inteligentní.

Není to proto, že toho nejste dostatečně hodni.

Není to proto, že se proti vám spikl osud.

Není to proto, že to dostal už někdo jiný.

Důvodem, proč jste ještě nedostali to, po čem toužíte, je, že se držíte ve vibračním vzorci, který neodpovídá vibracím vašeho přání. To je jediná příčina – vždycky! Nyní potřebujete pochopit ještě další podstatnou věc, totiž že pokud se zastavíte a zamyslíte se nad tím nebo – což je ještě důležitější – zastavíte se a *pro-cítíte* to, můžete identifikovat jakoukoli disharmonii.

Nyní se potřebujete, citlivě a postupně, kousek po kousku, zbavit svých rezistentních myšlenek, které představují jedinou pře-

kážku. Podle narůstajícího pocitu úlevy poznáte, že se zbavujete odporu, stejně jako zvýšené napětí, hněv, frustrace apod. předtím dokazovaly, že svou rezistenci posilujete.

Dobro čeká za vašimi dveřmi

Chceme vám připomenout základní premisu, jíž je třeba porozumět dříve, než vám bude cokoli z tohoto dávat smysl: Dobro proudí; Dobro vás chce! Dobro už čeká za vašimi dveřmi. Vše, po čem jste kdy toužili, ať jste to vyslovili, nebo ne, jste vysílali prostřednictvím svých vibrací. Zdroj to uslyšel, pochopil a vyslyšel a vy *pocitem poznáte*, jakým způsobem si to umožníte přijmout.

Jste fyzickým prodloužením Zdrojové energie

Jste prodloužením Zdrojové energie. Stojíte na náběžné hraně myšlení. Vaše časoprostorová realita byla uvedena do pohybu silou myšlení dlouho předtím, než se projevila ve fyzické formě, kterou nyní vidíte. *Všechno ve vašem fyzickém okolí bylo vytvořeno z Nefyzické perspektivy tím, co nazýváte Zdrojem. A právě tak, jako Zdroj vytvořil váš svět i vás silou zaměřené myšlenky, pokračujete i vy ve vytváření svého světa ze svého místa na náběžné hraně v této časoprostorové realitě.*

Vy a to, co nazýváte Zdrojem, jste jedno a totéž.

Nemůžete být odděleni od Zdroje.

Zdroj od vás není nikdy oddělen.

Když na vás myslíme, myslíme na Zdroj.

Když myslíme na Zdroj, myslíme na vás.

Zdroj nikdy nenabídne myšlenku, která by mohla způsobit oddělení od vás.

Nemůžete vyslat jedinou myšlenku, která by způsobila totální oddělení (*oddělení* je ve skutečnosti velice silné slovo), ale můžete vysílat myšlenky, které jsou velmi odlišné svou vibrační povahou, takže budou bránit vašemu přirozenému spojení se Zdrojem. Takovému stavu říkáme *rezistence* či *odpor*.

Jediná forma rezistence či bránění ve vašem spojení s tím, co je Zdroj, přichází z vaší fyzické perspektivy. Zdroj je vám stále k dispozici a Dobro je nepřetržitě prodlouženo až k vám a vy jste často ve stavu, kdy toto Dobro *umožňujete* – někdy však ne. *Chceme vám pomoci vědomě umožňovat dlouhodobé napojení na Zdroj.*

Jako prodloužení Nefyzické energie považujete myšlenku za to, co byla předtím – a prostřednictvím kontrastu docházíte k jistým závěrům nebo rozhodnutím. A když se ztotožníte se svou touhou, bude vámi proudit Nefyzická energie, která tvoří světy, což znamená entuziasmus, vašeň a triumf. To je důvod, proč jste tady.

Sebe jste vytvořili z Nefyzického a nyní pokračujete ve tvoření z fyzického. Všichni musíme mít objekty pozornosti, touhy, které nás rozeznávají, abychom cítili, jak plnost toho, kdo jsme, proudí skrze nás, aby pokračovalo *Všechno, co je*. Právě tato touha vnáší věčné do věčnosti.

Evoluční hodnota vašich osobních preferencí

Nepodceňujte hodnotu svých preferencí, protože evoluce vaší planety závisí na těch z vás, kteří jste na náběžné hraně myšlení a stále pokračujete ve vyladování svých přání. Kontrast či varianta, v níž se nacházíte, poskytuje dokonalé prostředí k formování vašich osobních preferencí. Když stojíte uprostřed kontrastů, nové touhy z vás neustále vyzařují ve formě vibračních signálů, které Zdroj přijme a vyslyší – a v takovém okamžiku se vesmír rozpíná.

Tato kniha není o rozpínajícím se vesmíru nebo o Zdroji, který splní každý váš požadavek, ani o tom, jak jste čeho hodni – protože

to všechno je daná věc. Tato kniha pojednává o tom, jak se dostat do takového vibračního stavu, kdy dostáváte všechno, o co žádáte.

Věda záměrné tvorby

Chceme vám pomoci při záměrném uskutečňování věcí, k němuž vás inspirovalo vaše prostředí, protože chceme, abyste zažili nadšení radostného a vědomého vytváření své reality. Vy si skutečně tvoříte svou realitu. Nevytváří ji nikdo jiný. A vytváříte si svou realitu, i když nechápete, jak to děláte. Z tohoto důvodu často tvoříte jaksi omylem. *Když jste si vědomi svých myšlenek a vysíláte je se záměrem, potom jste záměrnými tvůrci své reality* – a právě to jste měli v úmyslu dělat, když jste se rozhodli přijít do tohoto těla.

Vaše touhy a přesvědčení jsou jen myšlenky: „Požádejte a je vám dáno.“ Žádáte prostřednictvím své pozornosti, prostřednictvím svého chtění, prostřednictvím své touhy – to je žádání (ať už si přejete, aby se to *stalo*, nebo si přejete, aby se to *nestalo*, vždy žádáte). Nemusíte používat slov. Musíte to jen cítit celou svou bytostí: *Toužím po tom. Zbožňuji to. Cení si toho*, atd. Tato touha je počátkem veškerého přitahování.

Rozpínáním ani tvorbou se nikdy neunavíte, protože nové myšlenky a přání, které neustále proudí, nemají konce. S každou novou myšlenkou na něco, co byste rádi zažili, vlastnili nebo věděli, k vám přijde její uskutečnění neboli manifestace (zhmotnění) – a s každým takovým zhmotněním přijde i nový úhel pohledu, ze kterého si budete něco přát. Kontrast či různorodost nikdy nekončí, a proto nikdy nekončí ani klíčení nových přání. A protože „žádání“ nikdy nekončí, neustává ani „vyslyšení“. Budete mít stále nové úhly pohledu. Budou před vás věčně předkládány nové kontrasty a nová inspirující přání a perspektivy.

Když se uvolníte a přijmete představu, že nikdy nepřestanete být, že se ve vás neustále budou rodit nová přání, že Zdroj nikdy

nepřestane odpovídat na vaše přání, a že vaše rozpínání je tudíž věčné, potom se můžete uvolnit i v případě, že momentálně existuje něco, po čem toužíte, ale co se dosud nevyplnilo.

Právě díky svému přání začnete být šťastní, že jste to, co jste, a že máte, co máte – přičemž zároveň dychtíte být a mít víc. To je optimální tvůrčí hledisko: vyjít vstříc tomu, co přichází, a být ve stavu dychtivého, optimistického očekávání – bez pocitů netrpělivosti, pochybnosti nebo nehodnosti, které brání přijímat – to je „věda záměrné tvorby“ v tom nejlepší slova smyslu.

5. KAPITOLA



Na tomto prostém základě porozumění se vše propojí

Existuje proud, který prochází vším. Existuje v celém vesmíru a ve *Všem, co je*. Je základem vesmíru i vašeho fyzického světa. Někteří si tuto energii uvědomují, ale většina lidí o ní neví. Nicméně má dopad na každého.

Jak začnete chápat základ svého světa a vyhledávat – či lépe řečeno – *vycítovat* povědomost o tomto Zdroji, který je základem všeho, pochopíte všechno, co souvisí s vašimi zkušenostmi. Jasněji také porozumíte zkušenostem lidí kolem vás.

Logický vzorec přináší logické výsledky

Podobně, jako když se učíte základům matematiky a potom své znalosti úspěšně ověříte v praxi, získáte nyní vzorec pro porozumění svému světu, který bude vždy logický a který vám poskytne logické výsledky. Budou logické natolik, že budete schopni předpovědět své budoucí zkušenosti s absolutní přesností a ty minulé budete s to pochopit na základě poznání, jež vám dříve nebylo dostupné.

Už nikdy se nebudete cítit jako oběť, která se děsí představy nechtěných věcí, které by vtrhly do jejího života. Nakonec pocho-

píte, že nad svými životními zkušenostmi máte absolutní tvůrčí kontrolu. Budete pak schopni obrátit pozornost ke své tvůrčí schopnosti a zažijete absolutní blaženost, spočívající v sledování toho, jak vše směřuje do jednoho bodu tak, aby vám to pomohlo v utváření vašich konkrétních přání. Tento potenciál má každý, a někteří jej i uskutečňují.

Bude pro vás mimořádně uspokojivou zkušeností identifikovat svá osobní přání, která budou vznikat z kontrastních životních zkušeností, které prožíváte, a vědět, že každé z těchto přání lze plně realizovat. Z pozice víry, z pozice porozumění základům, které jsou vždy logické, zkrátíte dobu mezi vznikem určitého přání a jeho plným a absolutním zhmotněním.

Poznáte, že všechno, po čem toužíte, se může snadno a rychle stát vašim skutečným prožitkem.

Jste vibračními bytostmi ve vibračním prostředí

Můžete *cítit*, zda umožňujete své plné napojení na Zdrojovou energii, nebo ne. Jinak řečeno, čím se cítíte lépe, tím více umožňujete své spojení; čím se cítíte hůře, tím méně umožňujete své spojení. Cítit se dobře znamená umožnit spojení; cítit se špatně rovná se neumožňovat spojení – cítit se špatně rovná se bránit spojení se svým Zdrojem.

Dokonce i ve svém fyzickém projevu těla z masa a kostí jste „vibračními bytostmi“ a všechno, co zažíváte ve svém fyzickém prostředí, má povahu vibrací. A pouze prostřednictvím vaší schopnosti tyto vibrace interpretovat jste vůbec s to chápat svůj fyzický svět. Jinými slovy, očima sami sobě interpretujete vibrace, a výsledkem je to, co vidíte. Když používáte uši, překládáte tak vibrace do výsledných zvuků, jež slyšíte. Dokonce i váš nos, jazyk a konečky prstů překládají vibrace, takže dostáváte pachy, chutě a doteky, které vám pomáhají rozumět vašemu světu. Vašimi vůbec nejvyspělejšími interprety vibrací jsou vaše emoce.

Vaše emoce jako interpreti vibrací

Když věnujete pozornost signálům, jež vysílají vaše emoce, můžete pochopit s absolutní přesností vše, co nyní zažíváte nebo co jste zažívali. A s přesností a snadností, kterou jste možná nikdy dříve nepoznali, můžete použít toto nové porozumění svým emocím k tomu, abyste zharmonizovali budoucí zkušenosti, tak aby vás těšily po všech stránkách.

Když věnujete pozornost tomu, jak se cítíte, můžete naplnit důvod, proč jste tady, a můžete i nadále pokračovat v zamýšlené expanzi tak radostně, jak jste zamýšleli. Když porozumíte svému citovému napojení na to, kdo skutečně jste, porozumíte nejen tomu, co a proč se děje ve vašem světě, ale pochopíte rovněž každou jinou živou bytost, se kterou přijdete do styku. Už nikdy nebudete mít nezodpovězené otázky ohledně svého světa. Z hloubi svého širšího Nefyzického úhlu pohledu a prostřednictvím svých osobních fyzických zkušeností budete zcela chápat, kdo jste, kdo jste byli a kým se stáváte.

6. KAPITOLA



Zákon přitažlivosti, nejmocnější zákon vesmíru

Každá myšlenka vibruje, každá myšlenka vyzařuje nějaký signál a současně přitahuje jí odpovídající signál zase zpátky. Tento proces nazýváme *zákonem přitažlivosti*. *Zákon přitažlivosti* zní: *To, co si je podobné, se přitahuje*. Můžeme ho chápat jako jakéhosi *vesmírného manažera*, který zabezpečuje, aby se všechny souhlasné myšlenky seřadily k sobě.

Tento princip pochopíte, když například zapnete rádio a záměrně naladíte svůj přijímač na frekvenci 98,6 FM. Nebudete očekávat, že uslyšíte hudbu, která se vysílá na rádiové frekvenci 101 FM. Chápete, že rádiové vibrační frekvence si musí odpovídat – a totéž říká *zákon přitažlivosti*.

Pokud tedy na základě svých zkušeností vypouštíte vibrační rakety svých přání, musíte ještě najít způsob, jak udržet i sebe sama ve vibrační harmonii s vyslanými přáními, aby k jejich zhmotnění mohlo dojít.

Čemu věnujete pozornost?

Cokoli, čemu věnujete pozornost, způsobuje, že vyzařujete ur-

čítou vibraci, a vibrace, které vysíláte, odpovídají vašemu přání – a právě to je váš bod přitažlivosti.

Jestliže zaměříte svou pozornost na to, po čem toužíte a co momentálně nemáte, *zákon přitažlivosti zajistí, že se vaše touha naplní.* Když myslíte na vysněnou věc nebo prožitek, vyzařujete určitou vibraci a podle tohoto zákona k vám tato věc nebo zážitek musí přijít.

Pokud však existuje něco, po čem toužíte a co momentálně nemáte, ale vy upínáte svou pozornost na svůj současný stav, čili na to, že *to nemáte*, potom budete působením *zákona přitažlivosti* i nadále zakoušet vibrace nedostatku, a tak ani nadále *nebudete mít to, po čem toužíte.* To je zákon.

Jak poznáte, že něco přitahujete?

Klíčem k tomu, aby se součástí vašich zkušeností stalo něco, po čem toužíte, je dosáhnout vibrační *harmonie* s tím, po čem toužíte. Nejsnazší způsob, jak k tomu dospět, je představit si, že už to máte, předstírat, že je to již vaším prožitkem, směřovat své myšlenky k potěšení z tohoto prožitku. Praktikujete-li tyto myšlenky a začnete-li v souladu s tím vyzařovat tuto vibraci, umožníte, abyste to i zažili.

Když věnujete pozornost tomu, jak se cítíte, můžete snadno poznat, zda se zaměřujete na předmět vašeho přání, nebo na to, že vám *chybí* to, co si přejete. Pokud vaše myšlenky odpovídají vašemu přání, cítíte se dobře, váš emoční rejstřík sahá od spokojenosti k očekávání, dychtivosti a radosti. Věnujete-li však pozornost nedostatku, nepřítomnosti toho, po čem toužíte, vaše emoce se budou pohybovat od pesimismu k obavám a k ztrátě odvahy, hněvu, nejistotě a depresi.

A tak, když začnete *vědomě* vnímat své pocity, budete vždy vědět, jak si vedete s takzvanou „*umožňovací*“ částí svého tvůrčího procesu. Už nikdy nebudete mylně chápat, proč se věci vyvíjejí

tak, jak se vyvíjejí. Vaše emoce jsou úžasným navigačním systémem, a pokud jim věnujete pozornost, budete schopni se dostat ke všemu, po čem toužíte.

Dostanete, na co myslíte, ať chcete, nebo ne

Působením mocného zákona přitažlivosti k sobě přitahujete esenci všeho, na co převážně myslíte. Takže pokud myslíte především na věci, po nichž toužíte, projeví se tyto věci ve vašich životních zkušenostech. Stejně tak platí, že když myslíte zejména na to, co nechcete, odrazí se to ve vašich životních zkušenostech.

Všechno, na co myslíte, je jako plánování budoucí události. Když si něčeho ceníte, plánujete. Když se něčeho obáváte, plánujete. (Obávání se je tedy používání vlastní představitivosti ke stvoření něčeho, co nechcete.)

Každá myšlenka, každá představa, každá bytost, každá věc má vibrační povahu. Soustředíte-li pouze na krátkou chvíli pozornost na něco určitého, vibrace vaší bytosti začnou odrážet vibrace toho, čemu pozornost věnujete. Čím více na to myslíte, tím více vibrujete způsobem, který odpovídá tomu, na co myslíte. Čím více takto vibrujete, tím více je k vám přitahováno to, co se tomu podobá. Tento trend v přitahování bude pokračovat a sílit, dokud nezačnete vysílat jinou vibraci. Začnete-li vysílat jinou vibraci, budete k sobě přitahovat věci, které jí odpovídají.

Když porozumíte *zákonu přitažlivosti*, nepřekvapí vás nic, co se vám přihodí. Pochopíte, že jste to prostřednictvím svého myšlenkového procesu k sobě sami pozvali. Ve vašich životních zkušenostech se nemůže objevit nic, co byste sami nepřitáhli svým způsobem myšlení.

Vzhledem k tomu, že z mocného *zákona přitažlivosti* neexistují výjimky, je snadné to cele pochopit. Když pochopíte, že dostáváte to, na co myslíte, a když jste si vědomi toho, na co myslíte (což je

stejně tak důležité), máte absolutní kontrolu nad tím, co budete zažívat.

Jak velké jsou vaše vibrační rozdíly?

Zde je několik příkladů. Je velký vibrační rozdíl mezi vašimi myšlenkami, v nichž *dovedete ocenit* svého partnera, a vašimi myšlenkami na to, co byste chtěli, aby u vašeho partnera bylo *jiné*. A váš vztah s vaším partnerem bez výjimky odráží to, jaké myšlenky u vás převažují. Protože i když to možná neděláte vědomě, svůj vztah jste doslova vytvořili svými myšlenkami.

Vaše touha po zlepšení finanční situace se nemůže naplnit, jestliže často žárlíte na majetek svého bližního, protože vibrace vaší touhy a vibrace vaší žárlivosti jsou odlišné.

Když pochopíte svou vibrační povahu, umožní vám to, abyste snadno a vědomě vytvářeli svou realitu. Postupem času a praxí potom objevíte, že veškerá přání, která máte, lze snadno uskutečnit – protože neexistuje nic, co byste nemohli dělat, mít nebo tím být.

Jste sběrači vibrační energie

Jste Vědomí. Jste Energie.

Jste Vibrace.

Jste Elektřina.

Jste Zdrojová energie.

Jste Stvořitelé.

Jste na náběžné hraně myšlení.

Jste mimořádně zvláštní a aktivní sběrači a zpracovatelé energie, která tvoří světy a která existuje všude v tomto neustále se vyvíjejícím, věčně se rodícím vesmíru.

Jste tvůrčími génii, vyjadřujícími zde na této náběžné hraně

časoprostorovou realitu proto, abyste v myšlení překonali její do-
savadní meze.

*I když se vám to může zdát zpočátku divné, pomůže vám, když se začnete považovat za vibrační bytosti, protože žijete ve vibrač-
ním vesmíru a protože zákony, které vládnou v tomto vesmíru,
mají vibrační základ.*

Když začnete být vědomě zajedno s vesmírnými zákony a po-
chopíte, proč vše reaguje tak, jak reaguje, veškerá tajemství a zma-
tení budou nahrazena jasností a porozuměním, pochybnosti
a strach poznáním a důvěrou, nejistota jistotou. Vráť se vám ra-
dost jako základní předpoklad vašich prožitků.

Když si vaše přání a přesvědčení vzájemně vibračně odpovídají

*To, co se sobě podobá, se přitahuje, a tak vibrace vaší bytosti
musí odpovídat vibraci vaší touhy, abyste předmět své touhy do-
stali v úplnosti. Nemůžete si něco přát, a přitom se soustřeďo-
vat hlavně na to, že to nemáte, a poté očekávat, že to dostanete,
protože vibrační frekvence absence této věci a vibrační frekvence
její přítomnosti se velice liší. Lze to vyjádřit i jinak: *Vaše přání
a vaše přesvědčení si musí vzájemně vibračně odpovídat, abyste
dostali to, co si přejete.**

Tady je pohled na širší souvislosti: máte zde zkušenosti,
které způsobují, že ze své božsky specifické perspektivy identi-
fikujete, vědomě či nevědomě, své osobní preference. Když se to
děje, Zdroj, který vás slyší a vroucně miluje, okamžitě odpovídá
na vaše vibrační, elektronické požadavky, ať už je umíte vědomě
pojmenovat, nebo ne.

Takže bez ohledu na to, o co žádáte a zda o to žádáte svými slovy,
nebo jen jemným náznakem svého přání, vaše žádost je pokaždé
bez výjimek slyšena a vyslyšena. Když žádáte, je vám vždy dáno.

Všechno, co je, má prospěch z vaší existence

Vzhledem k tomu, že jste vystaveni určitým prožitkům, což způsobuje, že se ve vás vytváří určité přání, a protože Zdroj slyší a vyslyší vaši žádost, se vesmír, do něhož jsme všichni zaměřeni, rozpíná. To je něco úžasného!

Vaše současná časoprostorová realita, vaše současná kultura, vaše současné způsoby, jak se na všechno díváte – všechno, z čeho se skládá váš úhel pohledu – vznikaly během bezpočtu generací. Ve skutečnosti by ani nebylo možné zpětně vystopovat všechny touhy, závěry a perspektivy, jejichž výsledkem je tady a teď váš jedinečný úhel pohledu. Ale my si velice přejeme, abyste se dozvěděli, že bez ohledu na to, co způsobilo jeho vznik, tento úhel pohledu prostě *vznikl*. Vy skutečně existujete, myslíte, vnímáte, žádáte – a jste vyslyšeni. A Všechno, co je, má prospěch z vaší existence a z vašeho úhlu pohledu.

Nijak se tedy nezpochybňuje vaše důležitost, alespoň ne z našeho hlediska. Cele chápeme vaši nesmírnou cenu. Vaše hodnota není zpochybněna, rozhodně ne pro nás. Víme, že si zasloužíte mít energii, která vytváří světy reagující na každé vaše přání, a víme, že je skutečně vytváří. Mnozí z vás se však z mnoha důvodů brání přijmout právě to, o co žádají.

Objevte znovu umění umožňovat své přirozené Dobro

Chceme, abyste znovu objevili svou vrozenou schopnost umožňovat, aby do vašich zkušeností nepřetržitě a neomezeně proudilo Dobro tohoto vesmíru. My to nazýváme *umění umožňování*. Je to právě toto *umění umožňovat* Dobro, které vytváří každou částičku toho, co jste, a toho, z čeho pocházíte, a které

vámi ve vaší neustálé existenci nepřestává proudit. Umění umožňovat je schopnost neklást již odpor Dobru, které si zasloužíte, Dobru, které je přirozené, Dobru, které je vašim dědictvím, vaším Zdrojem a vaším vlastním Bytím.

Neexistují žádné přípravné kursy, kde byste se mohli připravit na pochopení toho, co se zde předkládá. Tato kniha je napsána tak, abyste začali přijímat hodnotu přímo tam, kde se právě nacházíte. Jste právě teď připraveni na tyto informace, a tyto informace jsou připraveny pro vás.

7. KAPITOLA



Stojíte na náběžné hraně myšlení

Nazývejme pomyslné místo, kde právě stojíte, *náběžnou hranou myšlení*, protože když tam stojíte ve svém fyzickém těle, ve svém fyzickém prostředí, se svými fyzickými zkušenostmi, jste nejvzdálenějším prodloužením toho, co jsme my.

To, co kdy bylo předtím, kulminuje v tom, čím jste nyní vy. A stejně jako veškerá *vaše* zkušenost od doby vašeho narození až do této chvíle kulminuje v tom, čím nyní jste *vy*, *vše, co kdy bylo zakoušeno* Vším, *co je, kulminuje v tom, co se nyní zakouší ve zkušenosti fyzického života na planetě Zemi.*

Protože každý člověk na vaší planetě má zkušenosti, které způsobují, že se v něm rodí přání, dochází k určitému druhu jejich masového hromadění, které doslova odpovídá evoluci vaší planety. A tak čím více na sebe vzájemně reagujete, tím více vašich osobních preferencí je identifikováno a vyzářováno, a čím víc jsou vyzářovány vaše preference, tím větší odezvy se jim dostává. Před vámi se tak nyní rozprostírá mocný proud Zdrojové energie, z něhož budou přijímány *vaše* individuální, osobní preference. Jinak řečeno, z toho, co prožívalo a prožívá tolik bytostí, a z nahromaděné

síly tolika *jejich* tužeb vychází Dobro *vašich* dalších zkušeností. A podobně platí, že vaše současná přání zase poskytnou proud energie budoucím generacím, aby z něj měly užitek.

Jestliže jste schopni si něco přát, vesmír je schopen to vytvořit

Vyvolává-li ve vás přítomnost ve vaší časoprostorové realitě nějaké upřímné přání, má vesmír prostředky, jak vám dodat výsledky, o něž usilujete. Vzhledem k tomu, že vaše schopnost dosáhnout víc se zvyšuje s každým dosaženým úspěchem, může toto rozšiřování ohromit ty, kdo teprve začínají chápat její moc. Těm, kteří jí již porozuměli a nepřetržitý proud Dobra očekávají, se však může jevit jako naprosto normální. Proud Dobra plyne dokonce i tehdy, když nevíte, že se tak děje. Pokud se však na něj *vědomě* napojíte, vaše tvůrčí snahy se budou mnohem lépe naplňovat, protože objevíte, že neexistuje naprosto nic, po čem byste toužili, a nemohli toho dosáhnout.

Funguje to, ať tomu rozumíte, nebo ne

Nemusíte zcela chápat všechny složitosti tohoto věčně se rozvíjícího prostředí, abyste mohli mít prospěch z jeho současné podoby. *Je* ale nutné, abyste našli způsob, jak jít s proudem Dobra, které se před vámi rozprostírá. K tomu vám předkládáme tato slova: *Existuje pouze proud Dobra, které proudí. Můžete mu dát prostor, nebo se mu bránit, ale proudí tak či tak.*

Když vejdete do jasně osvětlené místnosti, nebudete hledat „spínač tmy“. Jinak řečeno, neočekávali byste spínač, který by zaplavil místnost inkoustově černou tmou, jež by překryla jasné světlo, nýbrž vypínač, který by zabránil světlu svítit, protože když není přítomno světlo, je tma. A podobně platí, že neexistuje ani

žádný zdroj „zlého“, ale lze jen klást odpor tomu, co je podle vašeho přesvědčení dobré, stejně jako neexistuje ani žádný zdroj nemoci, ale může tu být odporování přirozenému Dobru.

Bez žádání nedostanete žádnou odpověď

Někdy lidé skládají Esther komplimenty za její schopnost přijímat moudrá sdělení Abrahama a za to, že je převádí do psaného nebo mluveného slova. Mohou je tak zažít i další lidé a mít z nich prospěch, a my se k tomu přidáváme a také vyjadřujeme svou úctu. Skutečnost, že Esther naše vibrace přijímá a překládá, však představuje pouze jednu část rovnice. Bez požádání, jež musí tomuto procesu předcházet, by k žádnému odpovídání nedošlo.

Lidé dnešní doby mají ohromný prospěch ze zkušeností generací, které je předcházely, protože jejich prožitky a přání, které se v nich zrodily, vše vyvolaly. A dnes stojíte na náběžné hraně, kde sklízíte plody toho, o co žádaly minulé generace, a současně i vy dále žádáte a vy přivoláváte... a tak to jde dál a dál. Pokud jste schopni najít způsob, jak to umožnit, existuje na dosah ruky záplava Dobra, zralého a připraveného pro vás, abyste ho mohli sklízet, ovšem za předpokladu, že jste s ním vibračně v souladu. (Na náběžné hraně nikdy nestojí davy. Je vám tedy jasné, že nebude mnoho lidí, s kterými byste o tom mohli mluvit?)

Dnes mnoho lidí prožívá traumata nebo má velké problémy. Pod vlivem okolností svého současného způsobu života žádají více a intenzivněji. Vzhledem k intenzitě jejich žádostí reaguje Zdroj „v naturáliích“. Přestože je žádající osoba obvykle natolik ponořena do svého traumatu, že sama nezískává užitek ze svého žádání, budoucím generacím – nebo dokonce i současným generacím, které to právě teď neodmítají – se užitku plynoucího z tohoto žádání dostává.

My vám pomáháme pochopit následující: *Existuje neomezený*

proud Dobra a hojnost všeho druhu, jež je vám neustále k dispozici, musíte však být s přijímáním těchto věcí v souladu. Nemůžete být vůči nim v rezistenci a zároveň je dostávat.

Otevřete stavidla a nechte své Dobro proudit

Představte si sebe sama, jak přijímáte z mocného proudu Dobra a jak se tomuto proudu plnému síly vystavujete. Vnímejte sebe sama jako ty, kdo mají na *náběžné hraně* užitek z tohoto neomezeného proudu. Usmívejte se a přijímejte, co si zasloužíte.

Vaše schopnost cítit, že si zasloužíte mocný proud Dobra, bude nepochybně záviset na tom, co se právě teď ve vašem životě děje. Za určitých podmínek se cítíte nanejvýš požehnáni a za jiných podmínek se tolik požehnání necítíte. My si přejeme, abyste při čtení této knihy začali chápat, že míra, do jaké se cítíte požehnáni a očekáváte, že k vám budou plynout dobré věci, ukazuje úroveň vašeho stavu umožňování. Naopak, míra, do jaké se cítíte nepožehnáni, kdy nečekáte, že k vám přijdou dobré věci, ukazuje váš stupeň rezistence. My si přejeme, abyste cítili – zatímco budete pokračovat ve čtení -, že jste schopni zbavit se všech myšlenkových návyků, které vznikly následkem vašeho vetování Proudů.

Chceme, abyste pochopili, že kdyby nebylo myšlenek odporu, které jste si osvojili během své fyzické existence a které nejsou v souladu s proudem Dobra, naplno byste právě teď přijímali tento Proud, protože jste doslova jeho prodloužením.

Za to, zda si připustíte dědictví Dobra, nebo ne, jste zodpovědní pouze vy (a to, jak se cítíte). I když vás možná v tom, abyste umožňovali, nebo neumožňovali tento Proud, více či méně ovlivňují ti, kteří jsou kolem vás, je to jen a jen na vás. Můžete otevřít stavidla a vpustit své Dobro, nebo si můžete vybrat myšlenky, které vás udržují v trápení a brání vám získat to, co je vaše. Ať to však umožníte, nebo se tomu budete vzpírat, proud k vám

přichází neustále, bez konce, neúnavně, vždy připraven k tomu, abyste to mohli znovu zažít.

***Jste na dokonalém místě,
abyste se dostali odsud tam***

K tomu, abyste mohli začít vědomě umožňovat své spojení s proudem Dobra, se nemusí měnit nic ve vašem prostředí, které vás obklopuje, ani ve vašich životních podmínkách. Můžete být třeba ve vězení, můžete mít diagnózu nevyлéčitelné nemoci, můžete čelit bankrotu nebo se můžete právě rozvádět. Přesto se právě teď nacházíte v naprosto vhodné výchozí pozici. Chceme, abyste pochopili, že směřování ke stavu *umožňování* od vás nebude vyžadovat příliš mnoho času, nýbrž pouze odhodlání a prosté porozumění vesmírným zákonům..

Když řídíte auto, znáte místo, odkud vyjždíte, a víte, kam jedete. Akceptujete, že se tam nemůžete dostat okamžitě; akceptujete, že budete muset překonat jistou vzdálenost a že v určitou chvíli dojedete do svého cíle. Přestože už možná velice toužíte být v cíli a možná jste i unaveni cestováním, nenecháte se odradit cedulí oznamující, že jste teprve v polovině cesty, a neobráíte se a nepojedete zpátky na místo, odkud jste vyjeli. Nejezdíte stále tam a zpátky z vašeho výchozího místa doprostřed cesty, abyste se potom nakonec ze svého nekonečného cestování zhroutilí.

Neprohlašujete, že nejste schopni svou cestu dokončit. Akceptujete vzdálenost mezi svým výchozím a cílovým bodem – a pokračujete v pohybu směrem k místu svého určení. Chápete, co se vyžaduje – a uděláte to. Chceme, abyste pochopili, že cestu mezi tím, kde jste, a kde chcete být – ať se jedná o cokoli – lze pochopit právě tak snadno.

8. KAPITOLA



Jste vibračními vysílači a přijímači

Nyní jste připraveni pochopit nejpodstatnější část ovládnání, vytváření a užívání si svých prožitků ve fyzickém životě.

Jste víc než hmotné bytosti, které jste se naučili chápat jako sebe – jste *vibrační bytosti*. Když se na vás někdo podívá, vidí vás očima a slyší vás ušima. Vy se prezentujete lidem i vesmíru mnohem důraznějším způsobem, než jaký lze vidět nebo slyšet: *jste vysílači vibrací a vysíláte svůj signál v každém okamžiku své existence*.

Když se zaměřujete na fyzické tělo a když jste v bdělém stavu, neustále promítáte velice specifický, snadno identifikovatelný signál, který je okamžitě přijímán, chápán a na nějž se odpovídá. Vaše současné a budoucí podmínky se v reakci na signál, který vysíláte *nyní*, okamžitě začínají měnit. A tak je celý vesmír právě teď ovlivňován tím, co vyzařujete.

Jste věčné osobnosti, které se zaměřily na přítomný okamžik

Váš současný svět je přímo a konkrétně ovlivňován tím, co nyní vyzařujete. Osobnosti, jimiž jste vy, jsou skutečně věčnými osobnostmi, ale to, kým právě teď jste a co si v tomto okamžiku myslíte, způsobuje koncentraci velice silné energie. Tato energie, kterou soustřeďujete, je tatáž energie, která vytváří světy. A ta právě v tomto okamžiku vytváří váš svět.

Máte v sobě zabudovaný, snadno pochopitelný *navigační systém* s indikátory, které vám pomáhají pochopit sílu či moc vašeho signálu, jakož i směr, kterým se zaměřujete. A co je nejdůležitější, právě tento *navigační systém* vám pomáhá pochopit soulad vysílané myšlenky s proudem energie samé.

Vaše pocity jsou vyslanci vašeho navigačního systému. Jinými slovy, to, jak se cítíte, je tím pravým indikátorem, zda jste v souladu se svým Zdrojem a se svými záměry – jak před narozením, tak v současnosti.

Vaše dnešní pevná přesvědčení byla kdysi křehkými myšlenkami

Každá myšlenka, která se kdy zrodila, stále existuje. Kdykoli se na nějakou myšlenku zaměříte, aktivujete v sobě její vibraci. Ať tedy věnujete svou pozornost čemukoli, aktivujete tak nějakou myšlenku. Když však od myšlenky pozornost odvrátíte, je uspána, čili už není aktivní. Jediný způsob, jak vědomě deaktivovat nějakou myšlenku, je aktivovat jinou. Jinak řečeno, jediný způsob, jak záměrně odvést svou pozornost od jedné myšlenky, je věnovat pozornost jiné myšlence.

Když něčemu věnujete pozornost, není zpočátku vibrace příliš silná. Pokud však budete na předmět své pozornosti nadále

myslet nebo o něm mluvit, vibrace zesílí. Zaměříte-li se na jakýkoli předmět dostatečně intenzivně, stane se převládající myšlenkou. Když věnujete stále víc pozornosti nějaké myšlence a když se na ni soustředíte, a tudíž posilujete její vibrace, stane se ještě více součástí vaší vibrace. Takto rozvíjenou myšlenku bychom mohli nazvat *vírou* či *přesvědčením*.

Čím déle na něco myslíte, tím silnější se vaše myšlenka stává

Vzhledem k tomu, že za rozpínáním vašich myšlenek stojí *zákon přitažlivosti*, nemůžete něčemu věnovat pozornost, aniž byste s tím do určité míry nedosáhli souladu. A tak čím déle o něčem přemýšlíte a čím častěji se k této myšlence vracíte, tím víc sílí váš vibrační soulad.

Když se s nějakou myšlenkou sladíte, vaše pocity začnou ukazovat na větší nebo menší soulad s vaším Zdrojem. Jinak řečeno, když nějakému předmětu věnujete víc pozornosti, sílí vaše emoční připravenost na harmonii nebo disharmonii s vaším skutečným bytím. Jestliže předmět vaší pozornosti není v souladu s tím, co ví Zdroj vašeho bytí, budete vnímat disharmonii svých myšlenek prostřednictvím negativních pocitů.

Vaše pozornost přivolává to, na co se zaměřuje

Každá myšlenka, jíž věnujete pozornost, se rozpíná a stává se součástí vašich vibrací. Ať už je to myšlenka na něco, co chcete, nebo na něco, co nechcete, vaše pozornost činí předmět vašich myšlenek částí vaší zkušenosti.

Vzhledem k tomu, že náš vesmír je založený na přitažlivosti, neexistuje nic takového jako vyloučení. Všechno je zahrnuto.

Proto když vidíte něco, co byste rádi zažili, a soustředíte se na to a nahlas tomu řeknete *ano*, zahrnete to do svých zkušeností. Když vidíte něco, co nechcete zažít, zaměříte se na to, řeknete tomu *ne*, navzdory tomu to zahrnete do svých zkušeností. Nefunguje to tak, že byste chtěli pozvat do svých zkušeností tím, že tomu řeknete *ano*, a vyloučili nechtěné ze svých zkušeností tak, že tomu řeknete *ne*, protože v našem vesmíru založeném na přitažlivosti neexistuje vyloučení. Vaše zaměření znamená pozvání. Vaše pozornost věnovaná určité věci znamená její přivolání.

A tak těm, kdo jsou z větší části pozorovateli, se v dobrých časech daří skvěle, ale ve špatných časech trpí, protože to, k čemu upínají pozornost, už nějak vibruje a oni to zahrnují to do svého vibračního profilu. Pokud se tak stane, vesmír to akceptuje jako jejich bod přitažlivosti a dodá jim více esence této věci. Proto pro pozorovatele platí, že čím je lépe, tím je i jemu lépe; a čím je hůř, tím je i jemu hůř. Ale člověku-vizionáři se daří dobře v *každé* době.

Podle toho, čemu věnujete pozornost, jsou vám na základě zákona přitažlivosti dodávány okolnosti, podmínky, zkušenosti, další lidé a všechno možné, co odpovídá vaší obvyklé převládající vibraci. A jak se kolem vás začínají zhmotňovat (neboli manifestovat) myšlenky, kterým věnujete pozornost, pěstujete si stále silnější vibrační návyky či sklony. Vaše kdysi malá a nevýznamná myšlenka se postupně rozvine v silné přesvědčení, a vaše silná přesvědčení se budou pokaždé demonstrovat ve vašich prožitcích.

9. KAPITOLA



Hodnota ukrytá ve vašich emočních reakcích

Váš zrak se liší od vašeho sluchu a váš čich se liší od vašeho hmatu, ale přestože se od sebe liší, všechno jsou to pouze interpretace vibrací. Jinak řečeno, když se přiblížíte k horkým kamnům, váš zrak vám nutně neřekne, že kamna jsou horká, ani váš sluch nebo čich či chuť to obvykle nepoznají. Ale když se přiblížíte ke kamnům tělem, oznámí vám senzory ve vaší pokožce, že kamna jsou horká.

Narodili jste se s citlivými, vyvinutými, složitými přenašeči vibrací, které vám pomáhají chápat a určovat vaše zkušenosti. A stejným způsobem, jakým používáte svých pět smyslů k interpretaci svých životních zkušeností s fyzickým životem, máte již od narození další senzory, emoce, které fungují jako vibrační interpretační nástroje a pomáhají vám chápat prožívané zkušenosti.

Emoce jsou indikátory vašeho bodu přitažlivosti

Vaše emoce jsou v každém okamžiku indikátory vibračního obsahu vaší bytosti. Když si začnete uvědomovat své emoce, můžete si rovněž uvědomit, co vibračně vyzařujete. Spojíte-li své po-

znání *zákona přitažlivosti* s povědomím o typu momentálně vyzařovaných vibrací, získáte plnou kontrolu nad svým bodem přitažlivosti. S tímto poznáním můžete řídit své životní zkušenosti způsobem, jaký si sami zvolíte.

Vaše emoce vypovídají prostě a čistě o vašem vztahu se Zdrojem. Vzhledem k tomu, že vaše emoce vám sdělí vše, co byste kdy chtěli nebo potřebovali vědět o svém vztahu ke Zdroji, často je označujeme jako váš *emoční navigační systém*.

Když jste se rozhodli zrodit do svého fyzického těla, plně jste chápali své věčné spojení s energií Zdroje a věděli jste, že vaše emoce vám kdykoli řeknou, v jakém vztahu k energii svého Zdroje jste. A když jste chápali mocné vedení, k němuž máte neomezený přístup, necítili jste ani náznak nebezpečí či zmatku, pouze jste prožívali pocit velkého dobrodružství a skutečné radosti.

Emoce jsou indikátory vašeho souladu se Zdrojovou energií

Vaše emoce ukazují stupeň vašeho souzvuku se Zdrojem. Přestože nikdy nemůže dojít k tak naprostému nesouladu se Zdrojem, abyste se od něj zcela oddělili, podle typu myšlenek, kterým se rozhodujete věnovat svou pozornost, se můžete pohybovat po celé škále – buď v souladu, nebo nesouladu s Nefyzickou energií, která je ve skutečnosti tím, kdo jste vy. Časem a postupnou praxí v každém okamžiku poznáte míru svého souladu s tím, kdo skutečně jste. Umožňujete-li energii svého Zdroje proudit, daří se vám dobře. Stejnou měrou, jakou toto spojení neumožňujete, se vám nedaří dobře.

Jste bytosti obdařené silou. Máte naprostou svobodu tvořit. Když to víte a zaměřujete se na věci, které jsou ve vibrační harmonii s touto svobodou, cítíte dokonalou radost. Máte-li však myšlenky, které jsou opačné než tato pravda, cítíte také opačné

emoce oslabení a svázanosti. Všechny emoce se nacházejí někde na této škále, od radosti po oslabení.

Používejte své emoce k tomu, abyste vycítili cestu zpět k Dobru

Když si myslíte něco, co zní pravdivě a v souladu s tím, kdo doopravdy jste, cítíte, jak se ve vašem těle rozhostí harmonie. Radost, láska a pocit svobody jsou příklady tohoto souladu. Myslíte-li na něco, co *nezní* pravdivě a *není* v souladu s tím, kdo doopravdy jste, cítíte ve svém fyzickém těle disharmonii. Projevy tohoto nesouladu jsou deprese, strach a pocity spoutanosti.

Stejně jako sochaři modelují z hlíny sochu, z níž mají radost, i vy tvoříte modelováním energie. Tvarujete ji prostřednictvím své schopnosti se zaměřovat, tím, že o věcech přemýšlíte, že si je vybavujete a představujete si je. Energii zaměřujete, když mluvíte, když píšete, když nasloucháte, když jste zticha, když vzpomínáte a když si představujete. Zaměřujete ji prostřednictvím promítání myšlenek.

Podobně jako sochaři, kteří se časem a postupnou praxí naučili tvarovat hlínu do požadované podoby, *i vy se můžete naučit prostřednictvím zaměření vaší mysli modelovat energii, která tvoří světy*. Podobně jako sochaři, kteří rukama vycítí svou cestu, když ztvárňují svou vizi, tak i vy používáte své emoce k tomu, abyste vycítili svou cestu k Dobru.

10. KAPITOLA



Čři kroky k čemukoli, co chcete dělat, mít nebo tím být

Tvůrčí proces je pojmově prostý, sestává pouze ze tří kroků:

- **1. krok** (který je na vás): Požádáte.
- **2. krok** (který není na vás): Je vám dána odpověď.
- **3. krok** (který je na vás): Odpověď, která vám byla dána, musí být přijata nebo umožněna (musíte ji připustit).

1. KROK: Požádáte

Vzhledem k podivuhodnému a různorodému prostředí, ve kterém se zaměřujete, přichází **1. krok** snadno a automaticky, protože přesně tak se rodí vaše přirozené preference. Všechno – počínaje vašimi nenápadnými nebo dokonce nevědomými přáními a konče jasnými, živými přáními – je výsledkem kontrastních zkušeností vašeho každodenního života. Přání (nebo *žádání*)

jsou přirozeným vedlejším produktem toho, že jste vystaveni tomuto prostředí fantastické různorodosti a kontrastů. A tak se **1. krok** děje přirozeně.

2. KROK: Vesmír odpovídá

2. krok je pro vás jednoduchý, protože vůbec nezáleží na vás. **2. krok** záleží na Nefyzickém, je to práce BOŽÍ síly. Všechny věci, o které žádáte, velké, nebo malé, jsou okamžitě pochopeny a plně vám nabídnuty – bez výjimky. Každý bod vědomí má právo a schopnost žádat a všechny body vědomí jsou brány vážně a jsou okamžitě vyslyšeny. Když žádáte, je to dáno. Pokaždé.

Vaše „žádání“ je někdy vyjádřeno slovy, ale častěji z vás vibračně vyzářuje jako neustálý proud osobních preferencí, kdy každá staví na té další a každá je respektována a vyslyšena.

Každá otázka je zodpovězena. Předmět každého přání je dán. Každá modlitba je vyslyšena. Každé přání je splněno. Pravděpodobnou příčinou, proč tolik lidí s touto pravdou nesouhlasí a dokládá to příklady nesplněných přání ze svých vlastních životních zkušeností, je to, že dosud nepochopili a neprovedli až do konce velice důležitý **3. krok**. Bez dokončení tohoto kroku bude **1. a 2. krok** bez výsledku.

3. KROK: Umožňujete

Podstatou **3. kroku** je aplikace *umění umožňovat*. Je to ve skutečnosti důvod toho, že existuje váš navigační systém. Je to krok, kterým vyladíte vibrační frekvenci své bytosti tak, aby byla v souladu s vibrační frekvencí toho, po čem toužíte. Stejným způsobem, jako musí být váš rozhlasový přijímač naladěný tak, aby to odpovídalo frekvenci vysílací stanice, kterou chcete poslouchat, také vibrační frekvence vašeho bytí musí odpovídat frekvenci toho, po čem toužíte. A to nazýváme *uměním umožňování* – umožňo-

vání toho, o co žádáte. Dokud nebudete ve stavu přijímání, vaše otázky, i kdyby byly zodpovězeny, se vám budou jevit jako nezodpovězené, vaše modlitby se budou zdát nevyslyšené a vaše touhy nenaplněné – ne proto, že vaše přání nebyla vyslyšena, ale protože vaše vibrace nejsou v souladu, takže je nepřipustíte.

***Každý předmět je dvěma předměty:
chtěným a nechtěným***

Každý předmět je ve skutečnosti dvojitý: je tu to, co si přejete, i nedostatek téhož. Často – i když jste přesvědčeni, že myslíte na něco, po čem toužíte – vlastně myslíte na přesný opak. Například: „Chci se uzdravit; nechci být nemocný.“ „Chci mít finanční jistotu; nechci zažívat nedostatek peněz.“ „Chci, aby ke mně přišel dokonalý vztah; nechci být sám/sama.“

Na co myslíte a co dostáváte, je vždy v dokonalém vibračním souladu, takže může velice pomoci, když si dáte vědomě do spojitosti to, na co myslíte, a to, co se pak zhmotní ve vašich životních zkušenostech. Stejně prospěšné však je, umíte-li rozpoznat, kam jste kráčeli, ještě než jste se někam dostali. Jakmile porozumíte svým emocím a důležitým sdělením, které vám emoce předdávají, nebudete muset čekat, až se něco zhmotní ve vašem prožívání, abyste pochopili, jaká byla vaše vibrační vyzařování – podle toho, jak se cítíte, můžete říci přesně, kam směřujete.

***Vaše pozornost musí být soustředěna na to, co má být,
nikoli na to, že tomu tak není***

K *Tvůrčímu procesu* dochází, ať už si to uvědomujete, nebo ne. Vzhledem k různorodosti vašich zkušeností a kontrastu v nich obsaženému se ve vás nepřetržitě rodí nové preference a vy je, aniž to možná víte, vyzařujete jako požadavky. A v okamžiku, kdy vyšlete signál o nějaké preferenci, Zdrojová energie přijme váš vib-

rační požadavek a podle *zákona přitažlivosti* vám nabídne okamžitou odpověď, s níž musíte být ve vibračním souladu.

Příčinou toho, že si vždy neuvědomujete, že vaše přání byla vyslyšena, je to, že vaše žádání (**1. krok**) je často v rozporu s vaším umožňováním (**3. krok**). *I když z vás vyzařovala čistá touha jako výsledek toho, o čem jste uvažovali, často se zaměřujete – místo abyste věnovali pozornost čistě dané touze – zpátky na kontrastní situaci, která byla příčinou zrodu touhy. Takto se vaše vibrace týká více důvodu, proč jste přání vyslali, než samotného předmětu toho přání.*

Například vaše auto stárne a musíte ho často vozit do servisu, a jak si začínáte všimnout jeho blednoucí krásy, zjistíte, že si přejete nové. A protože jste velice chtěli ten dobrý pocit, který vyvolává spolehlivé nové auto, vytryskla z vás vibrační raketa touhy a Zdroj to plně přijal a svým způsobem okamžitě odpověděl.

Ale vzhledem k tomu, že jste si nebyli vědomi zákonů vesmíru a *procesu stvoření o třech krocích*, tento svěží, rozradostňující pocit ve vás trval jen krátce. Místo abyste okamžitě obrátili svou pozornost ke své nové touze a i nadále se věnovali představě tohoto skvělého *nového* vozu (a tak dosahovali vibrační harmonie se svou *novou* představou), ohlídáte se zpátky na vůz, který momentálně vlastníte, a ukazujete na příčiny a důvody, proč si přejete nové auto. Dojdete k závěru: „Z tohoto starého auta už nemám radost,“ a neuvědomujete si, že když se budete dívat na auto, z něhož už nemáte radost, ladíte své vibrace zase na *něj*, a nikoli na nové auto, po kterém toužíte. „Opravdu potřebuji nové auto,“ vysvětluje a poukazuje na promáčknutí, praskliny a nespolehlivý výkon starého vozu.

S každým prohlášením potřeby a ospravedlňováním, proč potřebujete nové auto, mimoděk posilujete vibraci své současné nepříjemné situace, a tak se udržujete i nadále ve vibračním nesouladu se svým novým přáním a s přijetím toho, o co žádáte.

Dokud myslíte na to, co v této situaci nechcete, pak k vám ne-

může přijít to, co chcete. Jinak řečeno, jestliže převážně myslíte na své nové krásné auto, potom se k vám toto auto stále víc přibližuje, ale pokud myslíte hlavně na své nespolehlivé současné auto, vaše spolehlivé nové auto se k vám nemůže dostat.

Možná se zdá těžké rozlišovat mezi tím, kdy skutečně myslíte na nové auto, a tím, kdy neustále mluvíte o starém autě, ale když poznáte svůj *emoční navigační systém*, snadno to od sebe rozlišíte.

Nyní máte klíč k vytvoření všeho, po čem toužíte

Když pochopíte, že vaše myšlenky se rovnají vašemu bodu přitažlivosti a že způsob, jak se *cítíte*, je ukazatelem vaší úrovně *umožňování*, či *kladení odporu*, máte v ruce klíč k vytvoření všeho, po čem toužíte.

Není možné, aby věc, z níž máte neustále pozitivní pocit, dopadla špatně, a stejně tak není možné, aby věc, z níž máte trvale špatný pocit, dopadla dobře – protože to, jak se cítíte, vám řekne, zda umožňujete své přirozené dobro, nebo ne.

Ačkoli neexistuje žádný zdroj nemoci, můžete vyzářovat myšlenky, které neumožňují přirozený proud vašeho zdraví, stejně jako můžete vyzářovat myšlenky, které neumožňují přirozený proud hojnosti, a to i přesto, že žádný zdroj chudoby neexistuje. Dobro k vám směřuje bez ustání, a jestliže nemáte myšlenky, které ho zpomalují, nebo omezují, zažíváte ho ve všech oblastech svého života.

Nezáleží na tom, v jakém vztahu jste v současné chvíli k tomu, po čem toužíte. Tím, že věnujete pozornost tomu, jak se *cítíte*, a směřujete k myšlenkám vyvolávajícím lepší pocity, můžete dosáhnout vibrační harmonie s Dobrem, jež je pro vás přirozené.

Jakožto prodloužení ryzí, pozitivní Nefyzické energie mějte na paměti, že čím víc jste ve vibrační harmonii se sebou, tím se cítíte lépe. Když si například něčeho ceníte, jste ve vibračním

souladu s tím, kdo skutečně jste. Když někoho milujete nebo když milujete sebe, jste vibračně v souladu s tím, kdo skutečně jste. Ale když na sobě nebo druhém nacházíte chyby, vysíláte v tom okamžiku vibraci, která není v souladu s tím, kdo skutečně jste, a negativní pocit, který máte, ukazuje, že jste rozezněli vibraci odporu a že již nejste ve stavu *umožňování* svého čistého spojení mezi vaším fyzickým já a Nefyzickou částí vás.

Tuto Nefyzickou část vás často nazýváme vaší *Vnitřní bytostí* či vaším *Zdrojem*. Není důležité, jak tento *zdroj energie* či *životní sílu* pojmenujete, ale je důležité, abyste si byli trvale vědomi toho, kdy umožňujete plné spojení s ní, a kdy ji nějakým způsobem omezujete – a vaše emoce jsou trvalými ukazateli toho, nakolik toto spojení umožňujete, nebo nakolik mu kladete odpor.

11. KAPITOLA



Stanete se radostnými tvůrci se záměrem

Když se budete vědomě zabývat tím, jak se cítíte, budete stále lepší ve směřování Zdrojové energie a stanou se z vás ukáznění a radostní *záměrní tvůrci*. S postupnou praxí budete schopni nad touto *tvůrčí energií* schopni dosáhnout soustředěné kontroly a podobně, jako má zručný sochař radost z modelování sochy, bude i vás těšit modelování této energie, jež tvoří světy, a nasměrujete ji ke svým individuálním tvůrčím snahám.

Když se zaměřujete na *tvůrčí energii*, je třeba vzít v úvahu dva faktory: jednak intenzitu a rychlost energie, a jednak míru, v jaké ji umožňujete, nebo nakolik jí kladete odpor. První faktor souvisí s dobou, kterou jste strávili uvažováním o svém přání, a s tím, do jaké míry jste byli konkrétní. Takže když něco už dlouho chcete, nahromaděná síla je mnohem větší, než kdybyste na to dnes mysleli poprvé.

Také platí, že pokaždé, když o žádoucí věci nějakou dobu uvažujete (přičemž jste zažili kontrast, který vám pomohl se zaměřit konkrétněji), vaše přání ji přivolává ještě intenzivněji. Když vaše přání dosáhne takové síly nebo rychlosti, můžete již snadno *ucí-*

tit, jak si vedete v druhé části rovnice, již představuje *umožňování*, nebo *kladení odporu*.

Když myslíte na něco, co chcete již hodně dlouho, a v tuto chvíli pozorujete, že se to dosud nestalo, byla ve vás silná negativní emoce, protože myslíte na něco, co má velmi silnou energii, s níž nejste vibračně v souladu. Ale pokud myslíte na něco, co již dlouhou dobu chcete, a představujete si, že se to již děje, potom bude vaší emocí předjímání nebo dychtivost.

Tak můžete podle toho, jak se cítíte, říci, zda jste v tomto okamžiku ve stavu, který je v souladu s tím, co si přejete, nebo s tím, že tomu tak není; zda své přání umožňujete, nebo mu kladete odpor, zda mu v tuto chvíli napomáháte, nebo bráníte.

Nejde tu o kontrolu myšlenek, nýbrž o jejich navigování

Ve vaší vysoce technicky vyspělé společnosti, kde máte okamžitě přístup téměř ke všemu, co se děje na celé planetě, jste bombardováni myšlenkami a představami, které někdy působí na vaše osobní zkušenosti agresivně. A tak představa kontroly myšlenek, když jich přichází tolik dalších, vypadá jako něco nemožného. Místo toho se zdá spíše normální věnovat pozornost zkrátka všemu, co je před vámi.

Nevybízíme vás, abyste si dali tu práci a kontrolovali své myšlenky, nýbrž abyste si dali tu práci a více či méně je *navigovali*. A dokonce nejde ani tak o navigování myšlenek, jako o dosažení určitého *pocitu*, protože dosáhnout toho, jak byste se chtěli *cítit*, je snazším způsobem, jak udržovat své myšlenky vibračně v souladu s tím, co je podle vašeho názoru dobré.

Zákon přitažlivosti již magneticky přitahuje a organizuje vaše myšlenky, takže když jej chápete a vědomě s ním pracujete, mimořádně to napomáhá vaší snaze navigovat své myšlenky.

Mějte na paměti, že kdykoli věnujete nějaké myšlence pozornost, tuto myšlenku okamžitě v sobě aktivujete, takže *zákon přitažlivosti* na to ihned reaguje, což znamená, že jiné myšlenky, které jsou ve vibrační harmonii s myšlenkou, již jste právě aktivovali, se nyní spojují s vaší aktivovanou myšlenkou, z níž se tak stává myšlenka výslovnější, mocnější a atraktivnější. A když se i nadále na tuto myšlenku soustředíte a ona dále roste, připojí se k této mocnější myšlence, již jste pouze aktivovali, myšlenky další, jí podobné... a tak to pokračuje dál.

Když se myšlenka, na niž se zaměřujete, stane dominantní

Kdykoli se důsledně soustředíte na nějaký předmět, a tak v sobě aktivujete odpovídající vibrace, vzniká dominantní myšlenka. A když se to stane, začnou se kolem vaší dominantní myšlenky zhmotňovat *věci*, které jsou s ní v souladu. Stejným způsobem, jakým se k vaší původní myšlence přidaly jiné *myšlenky*, které se k ní hodily, začnou se nyní ve vašich zkušenostech objevovat *věci*, které jsou v souladu s vaší dominantní myšlenkou: časopisové články, rozhovory s přáteli, osobní postřehy... Proces přitažlivosti začne být nepřehlédnutelný. *Jakmile ve vás zaměřená pozornost dostatečně aktivovala dominantní vibraci, začnou se do vašich osobních zkušeností dostávat odpovídající věci – chtěné, nebo nechtěné. Takový je Zákon.*

Jak se efektivně stát záměrným tvůrcem

Proto mějte na paměti, že než budete moci mít efektivní užitek z věnování pozornosti svým emocím, nejprve musíte přijmout fakt, že jediný proud, který plyne, je Dobro. Můžete umožnit,

nebo neumožnit tomuto proudu, aby plynul do vašich zážitků, ale když to umožníte, je vám dobře; když to neumožníte, jste nemocní. Jinak řečeno, existuje pouze proud Dobra, který k sobě pouštíte, nebo se mu bráníte, a podle toho, jak se cítíte, můžete určit, kterou z těchto dvou věcí děláte.

Předpokladem je, že se vám bude dařit dobře. Že se budete cítit dobře. Vy *js*te dobří. Jste milovaní a Dobro k vám neustále proudí, a pokud to umožníte, projeví se všemožně ve vašich prožitcích.

Ať už věnujete pozornost čemukoli, již to pulzuje vibrační energií. A když u toho svou pozornost udržíte, začnete vibrovat tak, jak vibruje i daná věc. Pokaždé, když se na to zaměříte, a pokaždé, když vyzařujete danou vibraci, budete se vám to příště dělat snáze, a to tak dlouho, dokud si nevypěstujete jakousi vibrační náchylnost. Je to jako s praktikováním čehokoli jiného: jde to stále snáze. A s dostatečným soustředěním na tuto myšlenku, a tudíž i praktikováním této vibrace, vytváříte to, čemu se říká *víra* či *přesvědčení*.

Víra či *přesvědčení* je pouze praktikovaná vibrace. Jinak řečeno, jakmile praktikujete nějakou myšlenku dostatečně dlouho, potom pokaždé, kdy se přiblížíte k předmětu této myšlenky, zahrne vás *zákon přitažlivosti* snadno do plné vibrace vašeho přesvědčení. *Zákon přitažlivosti* akceptuje toto přesvědčení jako bod přitažlivosti a přináší vám věci, které jsou s touto vibrací v souladu. A tak když máte životní zkušenosti, které jsou v souladu s myšlenkami, jimiž se zaobíráte, dojdete k závěru: „Ano, je to pravda.“ A i když by možná bylo přesné to nazývat „pravdou“, my tomu raději říkáme přitažlivost či vytváření.

Všechno, čemu věnujete svou pozornost, se stane vaší „pravdou“. Podle zákona přitažlivosti to tak být musí. *Váš život a život každého člověka je pouze odrazem toho, jaké myšlenky převládají. Z toho neexistuje žádná výjimka.*

Rozhodli jste se usměrňovat své myšlenky?

Být záměrnými tvůrci vlastních zkušeností znamená, že budete těmi, kdo se rozhodli usměrňovat své myšlenky, protože pouze když si záměrně vyberete směřování svých myšlenek, můžete záměrně ovlivnit i svůj bod přitažlivosti.

Není možné, abyste neustále diskutovali, pozorovali a byli přesvědčeni o věcech stejným způsobem, jako jste o nich vždy diskutovali, pozorovali je a byli o nich přesvědčeni, a přitom změnili svůj bod přitažlivosti, jako není možné (jak už jsme se o tom zmínili dříve), abyste naladili rádio na 630 AM a přijímali vysílání 101 FM. Vaše vibrační frekvence musí být v souladu.

Každá emoce, kterou cítíte, se týká vašeho souladu nebo nesouladu s energií vašeho Zdroje. Vaše emoce jsou indikátory vibračního kolísání mezi vaší fyzickou bytostí a vaší Vnitřní bytostí, a když těmto emocím věnujete pozornost a snažíte se soustředit na myšlenky spojené s dobrými pocity, potom používáte svého *emočního navigačního systému* způsobem, jaký jste měli v úmyslu, když jste se rozhodli přijít do tohoto fyzického těla.

Váš *emoční navigační systém* je klíčem k tomu, abyste pochopili, jaký je obsah vašich vibrací, a tudíž jaký přesně je váš současný bod přitažlivosti. *Rozlišovat mezi tím, že skutečně myslíte na to, co chcete, a tím, že vlastně myslíte na to, že to postrádáte, je někdy složité. Ale rozlišovat mezi citovou reakcí na to, že myslíte na to, po čem toužíte, a vaší citovou reakcí na to, že myslíte na to, že to nemáte, je velice snadné. Protože když se plně zaměříte na to, po čem toužíte (a vaše vyzařování vibrací to plně odráží), cítíte se úžasně. A když se zaměříte na to, že vám chybí, po čem opravdu toužíte, cítíte se strašně. Vaše emoce vám vždy přesně oznámí, jaký je váš bod přitažlivosti; a tak, když budete věnovat pozornost svým emocím a záměrně vyzařovat myšlenky, které mají dopad*

na to, jak se cítíte, můžete se vědomě uvést do vibrační frekvence, jež umožní splnění každého přání, které máte.

***Jste schopni přijmout skutečnost,
že jste vibrační bytosti?***

Většina našich fyzických přátel není zvyklá pohlížet na svůj život z hlediska vibrací a už vůbec o sobě není zvyklá uvažovat jako o vysílačích a přijímačích rádiových vln – ale žijete ve *vibračním vesmíru* a jste *energií, vibrací* či *elektřinou* víc, než si uvědomujete. *Jakmile si připustíte tuto novou orientaci a začnete se považovat za vibrační bytosti, které přitahují věci, jež přicházejí do jejich prožitků, vydáte se na onu nádhernou cestu do záměrné tvorby. Jakmile začnete chápat souvislost mezi tím, co si myslíte, co cítíte a co dostáváte, budete to mít. Nyní máte všechny klíče potřebné k tomu, abyste se dostali z místa, kde jste, na místo, kde chcete být, a to ve všech oblastech.*

12. KAPITOLA



Své emoční nastavení máte pod kontrolou

Většina lidí nevěří, že mají kontrolu nad tím, čemu věří či o čem jsou přesvědčeni. Pozorují, jak se kolem nich dějí věci, hodnotí je, ale obvykle mají pocit, že nemají žádnou kontrolu nad přesvědčením, které v nich vzniklo. Během svého života zařazují věci do kategorií dobrého, nebo špatného, chtěného, nebo nechtěného, správného, nebo nesprávného. Jen zřídka však chápou, že nad svým osobním vztahem k těmto věcem mohou mít kontrolu.

***Je nemožné kontrolovat okolnosti,
které vytvořili druzí***

Vzhledem k tomu, že mnoho lidí souhlasí s některými podmínkami, které vytvořili druzí, ale nesouhlasí s jinými, vydávají se na marnou misi, již představuje snaha mít tyto podmínky pod kontrolou. Prostřednictvím osobní síly či připojení se k nějaké skupině kvůli pocitu větší moci nebo kontroly usilují o to, udržet své vlastní Dobro tím, že se snaží mít pod kontrolou všechny okolnosti, které by je mohly podle jejich přesvědčení ohrožovat.

V tomto vesmíru založeném na přitažlivosti, vesmíru, kde neexistuje vyloučení, však dochází k tomu, že čím víc se snaží vzpírat nechtěným věcem, tím většího vibračního souladu s nechtěnými věcmi dosahují – a tím více přitahují do svých zkušeností to, co si nepřejí. Jelikož se v jejich zkušenostech zhmotňuje víc toho, co nechtějí, posilují tím své vlastní přesvědčení („dokazují“ si ho), že celou dobu měli pravdu v tom, jak špatné a agresivní je si s tou nechtěnou věcí něco začínat. Jinými slovy, čím více obhajujete svá vlastní přesvědčení, tím více se jim díky *zákonu přitažlivosti* vzdalujete.

„Čí „pravda“ je ta pravá PRAVDA?“

Když něčemu věnujete dostatečnou pozornost, nakonec se podstata toho, čemu se v myšlenkách věnujete, fyzicky zhmotní (manifestuje). Pozorují-li i druzí to, co se u vás fyzicky zhmotnilo, svou pozorností tomu pomáhají expandovat. Postupem času je tato zhmotněná věc, ať je chtěná, nebo ne, označena za „pravdu“.

Chceme, abyste měli na paměti, že máte absolutní možnost rozhodovat o „pravdách“, které vytváříte ve svých zkušenostech. Jakmile pochopíte, že jediný důvod, proč někdo někdy něco zažívá, je ten, že se na to zaměřil, snadno též pochopíte, že „pravda“ existuje jen proto, že někdo jí věnoval pozornost. Takže když řeknete: „Měl/a bych věnovat pozornost tomu a tomu, protože to je pravda,“ je to totéž, jako říci: „Jiní věnovali pozornost něčemu, co nechtěli, a díky tomu to přivolali do své zkušenosti. A protože oni přitáhli něco nechtěného do svých zkušeností, měl/a bych taky.“

Existuje mnoho úžasných věcí, z nichž děláte své pravdy, a existuje mnoho nepřilíš úžasných věcí, z nichž také děláte své pravdy. *Záměrná tvorba* znamená *záměrně* si vybírat ty zkušenosti, z nichž děláte své pravdy.

Váš bod přitažlivosti je ovlivňován

Jsou-li vaše aktivované myšlenky povšechné a nepřilíš zaměřené, jejich první vibrace jsou ještě velice slabé a nemají takovou sílu přitažlivosti. V těchto raných stádiích asi nevidíte žádný zhmotněný důkaz své pozornosti, kterou jste věnovali danému předmětu. I když však ještě *nevidíte* důkaz, dochází k přitahování jiných myšlenek, které jsou s ním ve vibračním souladu. Jinak řečeno, myšlenka sílí; její přitažlivá síla je stále větší a připojují se k ní podobné myšlenkové vibrace. A jak se myšlenka dává do pohybu, začínáte prostřednictvím svých emocí zjišťovat, do jaké míry je tato sílicí myšlenková vibrace v souladu s energií vašeho Zdroje. Jestliže je v souzvuku s tím, kdo jste, projeví se to pozitivními pocity. Jestliže *není* v souladu s tím, kdo jste, projeví se to pocity negativními.

Když jste například byli ještě velice malými dětmi, babička vám možná říkala: „Ty jsi tak úžasné dítě. Mám tě moc ráda. Budeš mít uspokojivý a šťastný život. Máš tolik nadání a svět bude mít prospěch z toho, že tady jsi.“ Tato slova ve vás vyvolávala dobrý pocit, protože byla vibračně v souladu se samotným jádrem vaší bytosti. Ale když vám někdo řekne: „Jsi zlý/á. Měl/a by ses stydět. Naštval/a jsi mne. Jsi hrozný/á,“ budete mít z těchto slov velmi špatný pocit, protože pozornost, kterou jste jim věnovali, způsobila, že jste se vibračně odchýlili od toho, kdo ve skutečnosti jste a co ve skutečnosti víte.

To, jak se cítíte, jasně a přesně ukazuje, zda jste, nebo nejste v souladu se svou Zdrojovou energií. Jinými slovy, prostřednictvím svých emocí poznáte, zda *umožňujete* své spojení se Zdrojem, nebo zda jste vůči němu momentálně v rezistenci.

Nálady jako indikátory vašeho emočního nastavení

Když se trvale soustřeďujete na nějakou myšlenku, bude pro vás stále snazší se na ni koncentrovat, neboť díky *zákonu přitažlivosti* jsou vám k dispozici i jiné podobné myšlenky. Z hlediska emocí vzniká jakási zvyková vibrační drážka neboli *nastavení*.

Vaše nálada vám názorně ukazuje, co přivoláváte do svých zkušeností, a je jasným indikátorem vaší vibrace. Jinak řečeno, kdykoli ve vás vliv vašeho okolí aktivuje nějaké téma, vaše vibrace se okamžitě naladí na vaše nejčastější vibrační místo neboli *nastavení*.

Řekněme kupříkladu, že v průběhu vašeho dětství měli vaši rodiče vážné finanční potíže. Ve vaší rodině se často diskutovalo o nedostatku peněz a nedostupnosti vytoužených věcí, což doprovázely pocity obav a strachu. Když jste o něco žádali, nezřídká vám bylo řečeno, že „peníze nerostou na stromech“ a že „to, že to chceš, ještě neznamená, že to dostaneš“ a že byste se měli stejně jako zbytek rodiny „naučit bez toho obejít – tak to prostě je...“ Protože jste byli celá léta vystaveni těmto myšlenkám „nouze“, vašim myšlenkovým návykem týkajícím se peněz nebo hojnosti se stalo očekávání malého finančního úspěchu. Kdykoli jste mysleli na peníze nebo hojnost, vaše nálada nebo postoj se okamžitě změnil ve zklamání, obavy nebo hněv.

Nebo se možná stalo, že matka vašeho kamaráda se zabila při automobilové nehodě, a vy jste se potom kvůli blízkému vztahu s někým, kdo zažil tak kruté dětské trauma, začali bát o Dobro svých rodičů. Kdykoli někam jeli automobilem, svíral vás strach, dokud se v pořádku nevrátili. Kousek po kousku jste si vypěstovali zvyk strachovat se o Dobro těch, které máte rádi. Vaše *emoční nastavení* bylo *emočním nastavením* nejistoty.

Mohlo se také stát, že vám v době dospívání zemřela babička na infarkt. V letech následujících po její smrti jste často slyšeli,

jak vaše matka vyslovuje obavy z vysoké pravděpodobnosti, že se totéž stane jí i jejím dětem (včetně vás!). Skoro pokaždé, když se hovor stočil na vaši babičku, stal se její infarkt emotivní a strach vyvolávající součástí rozhovoru. Přestože vaše tělo bylo silné a vy jste se cítili fyzicky dobře, pod povrchem rostly obavy, že je vaše zdraví ohroženo. Postupně jste si vypěstovali *emoční nastavení* ohroženého zdraví.

Vaše emoční nastavení lze změnit

Tak jako lze změnit vaše emoční nastavení z výhradně pozitivních emocí na emoce negativní nebo z pocitů jistoty na pocity nejistoty, lze rovněž změnit vaše nastavení z nedobrych pocitů na dobré, protože svého nastavení dosahujete prostě tím, že věnujete pozornost nějakému předmětu a myslíte určitým způsobem.

Většina lidí však nevysílá myšlenky *záměrně*, a místo toho je nechává tihnout ke všemu, co se děje kolem: něco se děje. Pozorují to. Na to, co pozorují, emočně reagují. Obvykle se cítí bezbranní vůči tomu, čeho jsou svědky, a proto si udělají závěr, že nemají kontrolu dokonce ani nad svou emoční reakcí na to, co pozorují.

Chceme, abyste věděli, že máte absolutní kontrolu nad nastaveními, která si vypěstujete. Chceme, abyste pochopili, jak mimořádnou hodnotu má záměrné pěstování svých nastavení. Protože jakmile něco očekáváte, přijde to. Podrobnosti se mohou projevat různě, ale vibrační podstatou bude vždy přesný soulad.

13. KAPITOLA



Nechte se navigovat svými pocity

Další důležitou premisou, kterou je velmi užitečné si zapamatovat, je, že jste fyzickým prodloužením Zdrojové energie, že k vám a skrze vás proudí věčný proud Zdrojové energie – a že to jste *vy*. Tento proud plynul předtím, než se narodila fyzická bytost, kterou znáte jako sebe, a bude i nadále proudit, když tato fyzická bytost zažije to, co nazýváte „smrtí“.

Každá živá věc, zvíře, člověk nebo rostlina prochází tím, co se nazývá smrtí, a to bez výjimky. Duch, jímž ve skutečnosti jsme, je věčný. Z toho nutně vyplývá, že smrt je pouze změna úhlu pohledu tohoto věčného Ducha. Jestliže jste ve svém fyzickém těle a vědomě jste napojeni na Ducha, potom jste věční a nemusíte se bát žádné „konečnosti“, neboť z tohoto úhlu pohledu žádná není. (Nikdy nepřestanete být, protože jste věčné Vědomí.)

Vaše emoce vám dávají vědět, kolik Zdrojové energie jste shromáždili na základě své momentální touhy. Dávají vám rovněž najevo, je-li většina myšlenek na daný předmět v souladu s vašim přáním, nebo s nepřítomností toho, po čem toužíte.

Například pocit horlení nebo nadšení vypovídá o tom, že v daném okamžiku existuje velice silná zaměřená touha; pocit vzteku nebo touha po pomstě rovněž ukazuje, že je tu velická touha. Pocit letargie nebo znučenosti však indikuje velice slabé zaměřené přání.

Když něco doopravdy, ale doopravdy chcete, myslíte na to a cítíte z této myšlenky radost, znamená to, že její vibrace je v souladu s předmětem vašeho přání. Z vašeho Zdroje plyne skrze vás proud k předmětu vaší touhy bez omezení nebo rezistence. To nazýváme *umožňováním*. Chcete-li něco doopravdy, ale cítíte přitom hněv, strach nebo zklamání, znamená to, že se soustřeďujete na opak toho, po čem toužíte. Tak do směsi uvádíte další nehodící se vibraci. Stupeň negativní emoce, kterou zažíváte, ukazuje stupeň vaší rezistence vůči tomu, co si přejete.

Naučte se sledovat své pocity

Když jsou emoce silné, ať již dobré, nebo špatné, vaše touha je též silná. Když jsou emoce slabé, vaše touha silná není.

Máte-li silné nebo slabé dobré pocity, umožňujete splnění vašeho přání.

Když máte špatné pocity – ať jsou silné, nebo slabé – jste ve stavu, kdy neumožňujete splnění svého přání.

Vaše emoce jsou *absolutními* ukazateli vašeho vibračního obsahu. Proto jsou dokonalým odrazem vašeho momentálního bodu přitažlivosti. Pomáhají vám v každém okamžiku poznat, zda v současné době umožňujete, nebo neumožňujete splnění svého přání.

Možná nevěříte, že můžete mít kontrolu nad svými emocemi, nebo jste možná přesvědčeni, že byste ji měli mít. My bychom však byli rádi, kdybyste přistupovali ke svým emocím jinak. Chceme vás povzbudit, abyste pozorovali, jak se cítíte, a umožňovali svým pocitům být cennými indikátory, neboť jimi skutečně jsou.

Pocit prázdnoty vám říká něco důležitého

Když vám kontrolka signalizuje, že je nádrž vašeho auta prázdná, nebudete kritizovat indikátor. Přijmete informaci, kterou jste dostali, a něco uděláte – nejspíš doplníte palivo. Negativní pocit ukazuje, že vaše současná volba myšlenek způsobuje vyzařování vibrace, která je natolik v nesouladu s vaší Zdrojovou energií, že neumožňujete své plné napojení na tento proud energie. (Mohlo by se říci, že nádrž bude co nevidět prázdná.)

Vaše emoce nevytvářejí, ale ukazují, co v současném okamžiku přitahujete. Jestliže vám vaše emoce pomáhají poznat, že vaše volba myšlenek vás nenavedla na směr, po kterém toužíte, potom něco udělejte: obnovte své spojení tak, že si vyberete myšlenky vyvolávající lepší pocity.

„Jdi za svou blažeností“ je pozitivní myšlenka, nebo ne?

Jak jsme zmínili již dříve, o síle pozitivního myšlení bylo napsáno mnohé a my jsme dozajista jeho zastánci. Naším fyzickým přátelům nebyla nikdy dána lepší rada než „Jdi za svou blažeností“, protože v trvalé snaze o blaženost se musíte bezpodmínečně dostat do souladu s energií svého Zdroje. V tomto trvalém souladu je vaše Dobro jisté. Ale když zjistíte, že jste se octli v situaci, která způsobuje, že vysíláte vibraci vzdálenou od blaženosti, je dosažení blaženosti nemožné. *Zákon přitažlivosti* vám totiž nedovolí udělat onen vibrační skok podobně, jako nemůžete z rozhlasového přijímače naladěného na 101 FM uslyšet píseň vysílanou na frekvenci 630 AM.

Máte schopnost usměrňovat své myšlenky

Máte schopnost usměrňovat své myšlenky; máte možnost pozorovat věci takové, jaké jsou, nebo si je představovat takové, jaké

je chcete. Ať si vyberete kteroukoli možnost, ať už si představujete, nebo pozorujete, je to stejně účinné. Můžete si něco pamatovat tak, jak se to skutečně stalo, nebo si to představovat tak, jak by se vám to líbilo víc. Máte možnost si pamatovat něco, co vás potěšilo, nebo si pamatovat něco, co vás nepotěšilo. Máte možnost předjímat něco, co chcete, nebo předjímat něco, co nechcete. V obou případech ve vás vaše myšlenky vytvářejí vibraci, která se rovná vašemu bodu přitažlivosti, a poté se okolnosti a události seřadí, aby odpovídaly vibracím, které vysíláte.

Máte schopnost zaměřit svou pozornost na cokoli, takže je možné se odpoutat od něčeho nechtěného a věnovat pozornost chtěnému. Ale když určitou vibraci vyzařujete již dlouho, tendencí bude i nadále ji vysílat způsobem, jakým jste zvyklí, bez ohledu na to, jak moc si přejete, aby byla jiná.

Není těžké změnit vzorec své vibrace, zvláště když víte, že to můžete dělat postupně. Jakmile pochopíte, jak vibrace fungují, jak ovlivňují vaše zkušenosti a - což je nejdůležitější - co vám říkají emoce o vašich vibracích, můžete udělat trvalý a rychlý pokrok v dosahování všeho, po čem toužíte.

Kdybychom byli na vašem (fyzickém) místě

Způsobit, aby se něco stalo, není vaše práce, neboť to všechno obstarávají vesmírné síly. Na vás je pouze zvolit si, co chcete. Svůj nekončící seznam preferencí nemůžete ukončit, takže vaše životní zkušenosti vám pomáhají na vědomé i nevědomé úrovni stanovit, čemu dáváte přednost a jak by život z vašeho osobního a zásadního úhlu pohledu teď mohl být lepší. Na každé vědomé nebo nevědomé vyzařování (neboli žádání) z vaší strany Zdroj odpovídá.

Když máte zkušenosti, které vám pomáhají pochopit, řečeno s trochou nadsázky, přesně to, co *nechcete*, pochopíte také, řečeno s trochou nadsázky, co *chcete*. Uvědomujete-li si bolestně, co nechcete, nejste v souladu s tím, co *chcete*. Když po něčem toužíte,

a přitom nevěříte, že je to možné, nejste v souladu. Když existuje něco, co chcete, a cítíte se nešťastní, že to nemáte, nejste v souladu. Vidíte-li někoho, kdo má přesně to, po čem toužíte, a závidíte mu to, nejste v souladu.

Kdybychom byli na vašem fyzickém místě, naše pozornost by se soustředila na souznění s přáními a preferencemi, které jsme vyslali. Vědomě bychom si procítili cestu k souladu.

Své přirozené touhy nelze zadržet

Všechny vaše touhy, chtění nebo preference z vás emanují přirozeně a neustále, protože stojíte na *náběžné hraně* vesmíru, kde to tak prostě chodí. Proto nemůžete své touhy zadržovat; věčná povaha tohoto vesmíru trvá na tom, aby vznikaly.

Tohle je prostý základ věčně se rozpínajícího vesmíru:

- Různost vyvolává úvahy.
- Z úvah se rodí preference.
- Preference znamená žádat.
- Žádost je vždy vyslyšena.

Pokud jde o vaše utváření svého vlastního života, ve skutečnosti existuje pouze jediná otázka: Jak se uvedu do vibračního souladu s touhami, které vznikly na základě mých zkušeností?

Odpověď je prostá: Sledujte, jak se cítíte, a vědomě si ve všech ohledech vybírejte myšlenky, z nichž máte dobrý pocit.

14. KAPITOLA



Něco jste věděli dřív, než jste sem přišli

Pomůže vám, když si zapamatujete, že jste tvůrci, kteří přišli do této časoprostorové reality náběžné hrany, aby zažili radost z usměřování Zdrojové energie do svých konkrétních životních zkušeností.

Když jste se rozhodli narodit do tohoto těla, věděli jste, že jste tvůrci a že prostředí Země bude inspirovat vaši konkrétní tvorbu. Věděli jste rovněž, že kdykoli požádáte, bude vám dáno. Byli jste nadšeni vidinou, že budete inspirováni k tomu, abyste získali své konkrétní zkušenosti. Chápali jste, že vámi bude proudit Zdrojová energie, abyste mohli dosáhnout splnění svých přání.

Věděli jste rovněž následující:

- Když se budete stále snažit o pocit radosti nebo Dobra, budete stále směřovat k tomu, po čem budete toužit.
- V procesu směřování k tomu, po čem budete toužit, budete zažívat radost.

- Na úrovni pozemských podmínek budete mít dostatečnou volnost k tomu, abyste formovali své vibrace tak, že k sobě budete radostně přitahovat nádherné životní zkušenosti.
- Vzhledem k tomu, že základem tohoto úžasného vesmíru je Dobro, budete mít dostatek příležitostí k tomu, abyste prostřednictvím neustálého vysílání vibrací formovali své myšlenky do radostných životních zkušeností.
- Dobro je dostatek, takže jste necítili žádné nebezpečí ani obavy z rozdílného prostředí, do něhož jste šli.
- Různost vám pomůže volit si svůj konkrétní život.
- Vaše práce tu bude k tomu, aby usměřňovala vaše myšlenky, a tímto způsobem se bude odvíjet váš život.
- Jste věčným prodloužením Zdrojové energie a základ toho, co jste, je dobrý.
- S lehkostí budete umožňovat Dobru, aby vámi proudilo nepřetržitě.
- Nikdy se nemůžete od Zdroje příliš vzdálit ani se od něj nemůžete zcela odříznout.
- Budete bezprostředně zažívat emoce, které vám pomohou pochopit směřování vašich myšlenek, a vaše emoce vám budou neustále říkat, zda se v daném okamžiku přibližujete k tomu, po čem toužíte, nebo se od toho vzdalujete.
- Podle toho, jak se *cítíte*, poznáte v každém okamžiku, nakolik umožňujete spojení se svým proudem dobra. Do této pozemské zkušenosti jste přišli s dychtivým očekáváním úžasného života.
- Věděli jste také, že žádná myšlenka se nezhmotní okamžitě, takže budete mít dost příležitostí formovat, hodnotit, rozhodovat se a těšit se z *tvůrčího procesu*.

Dobu mezi předkládáním myšlenky a jejím fyzickým zhmotněním nazýváme „narázníkem času“. Jde o ono úžasné období vývoje myšlenky, kdy si všímáte, jaký z ní máte pocit, upravujete ji tak, abyste se cítili ještě lépe, a poté se v postoji absolutního očekávání těšíte z jemného, trvalého rozvíjení všeho, k čemu jste dospěli jako ke svému přání.

„Jestliže toho vím tolik, jak je možné, že se mi ty úžasné věci nedaří?“

Nikdy není důvod, abyste byli bez něčeho, po čem toužíte. Neexistuje ani důvod, abyste zažili něco, co nechcete, protože nad svými zkušenostmi máte absolutní kontrolu.

Naši fyzičtí přátelé s tímto naším působivým tvrzením někdy nesouhlasí, protože právě postrádají něco, po čem touží, nebo naopak mají něco, po čem vůbec neprahnou. A tak argumentují, že ve skutečnosti nemohou být tvůrci svých zkušeností, protože tohle by sami sobě neudělali. Kdyby *skutečně* měli věci pod kontrolou, byly by zcela jiné.

Chceme, abyste věděli, že nad svými životními zkušenostmi máte stále moc a kontrolu. Jediným důvodem, proč jste kdy mohli zažít něco jiného, než jste chtěli, bylo to, že jste věnovali většinu své pozornosti něčemu jinému, než po čem jste toužili.

„Mohu skutečně počítat se zákonem přitažlivosti?“

Zákon přitažlivosti zajišťuje, že vaše myšlenky a zkušenosti jsou v rovnováze. Bez výjimek. Dostanete to, na co myslíte – ať to chcete, nebo ne. S postupnou praxí si uvědomíte, že zákon přitažlivosti je vždy důsledný. Nikdy vás neoklame. Nikdy vás nepodvede. Nikdy vás nezmate, protože reaguje přesně na vibraci, kte-

rou vysíláte. Mnozí z vás jsou zmateni pouze proto, že vyzařují určité vibrace a neuvědomují si, jaké. Vědí, že mají v konkrétním směru nějaké přání, a vědí, že co si přejí, dosud nedostali. Často si však *neuvědomují*, že většina myšlenek, které vysílají, je v protikladu k tomu, po čem touží.

Jakmile porozumíte svému *emočnímu navigačnímu systému*, nebudete už nikdy vysílat vibrace nevědomosti. Postupem času si budete své drahocenné emoce uvědomovat tak pronikavě, že budete v každém okamžiku vědět, zda vás myšlenka, na niž se momentálně zaměřujete, přibližuje tomu, po čem toužíte, nebo vás od toho vzdaluje. Naučíte se doslova *vyčítit* svou cestu k tomu, po čem toužíte, ať se jedná o cokoli.

Základem vašeho světa je Dobro. Ať to připouštíte, nebo ne, základem je Dobro. Zákon přitažlivosti praví: To, co se sobě podobá, se přitahuje. A tak se podle podstaty všeho, čemu věnujete pozornost, odvíjejí vaše zkušenosti. Proto neexistuje nic, co byste nemohli dělat, mít nebo tím být. Takový je Zákon.

„Ale já se nemohu dostat z Phoenixu do San Diega!“

Pokud je tedy tohle všechno pravda (a my vám zaručujeme, že to pravda je), jak je potom možné, že tolik lidí zažívá tolik toho, co nechtějí?

Zamyslete se nad následující otázkou: *Jestliže jsem v arizonském městě Phoenixu a chci být v kalifornském San Diegu, co mám dělat, abych se dostal/a do San Diega?* Odpověď je nasnadě: Bez ohledu na to, jak se tam dopravíte – vzduchem, autem nebo třeba pěšky – pokud se obrátíte směrem k San Diegu a budete se stále pohybovat směrem k San Diegu, musíte se dostat do San Diega.

Jestliže jste se vydali do San Diega, ale potom jste ztratili smysl pro orientaci a ve skutečnosti zase směřujete zpátky do Phoenixu

a poté se zase otočíte a míříte do San Diega a pak jste zase zmateni a jedete do Phoenixu, je dost možné, že strávíte zbytek svého života ježděním tam a zpátky a nemusíte do San Diega dorazit nikdy. Ale protože znáte směr a protože máte k dispozici orientační cedule a další cestující, není logické, abyste se navěky ztratili v arizonské poušti, neschopní najít cestu do San Diega. Cestu mezi oběma městy dlouhou šest set kilometrů je snadné pochopit. Představa, že se na ni vydáte, je naprosto přirozená. Jestliže jste toužili cestu podniknout, najdete i způsob, jak to uskutečnit.

Chceme, abyste věděli, že přesun z místa, kde se nacházíte, ať je to kdekoli, do místa, kde chcete být, je stejně snadný jako z Phoenixu do San Diega, jakmile pochopíte, jak rozpoznat, kde se na cestě nacházíte.

Například dostat se z insolventnosti do finanční hojnosti se zdá být těžké, když jste se otočili a míříte opačným směrem. Jedinou příčinou toho, že jste se nepřemístili od neexistujícího vztahu ke vztahu dokonalému, naplňujícímu, který stojí za to a po kterém toužíte, je to, že jste si nebyli vědomi síly svých myšlenek a slov, které vás odváděly zpátky do Phoenixu. Už sice jasně chápete všechny faktory vaší přepravy z Phoenixu do San Diega, ale nepochopili jste faktory přesunu od nemoci k výtečnému zdraví, od neexistence vztahu k naplnění úžasného vztahu, od těžkopádného shánění peněz ke svobodě dělat věci, které doopravdy dělat chcete.

Jakmile pochopíte jasná sdělení svých emocí, už nikdy se vám nestane, že byste nevěděli, jak nakládáte se svými současnými myšlenkami. Budete si vždy vědomi, zda se v daný okamžik pohybujete směrem k požadovanému cíli či předmětu své touhy, nebo směrem opačným. Uvědomujete-li si, jak se cítíte, získáte jasnost, kterou hledáte – a už nikdy nezabloudíte v poušti. Jakmile víte, že se pohybujete směrem ke splnění svých tužeb, můžete začít relaxovat a užívat si svou fantastickou cestu.

15. KAPITOLA



*Jste dokonalé, a přesto i dále
expandující bytosti,
v dokonalém, a přesto i dále
expandujícím světě,
v dokonalém, a přesto i dále
expandujícím vesmíru*

Je důležité, abyste věděli, že:

- jste fyzickým prodloužením Zdrojové energie.
- fyzický svět, v němž žijete, představuje dokonalé prostředí k tvoření.
- rozmanitost vám pomáhá zaměřit se na osobní přání a preference.
- když se zaměříte na svou touhu, přivolaná kreativní životní síla začne okamžitě proudit k tomu, po čem toužíte – a vesmír se rozpíná. A tak je to v pořádku.
- *tvůrčí proces* probíhá stále, aniž byste si toho museli být vědomi.

- prostředí *náběžné hrany*, v němž jste fyzicky zaměřeni, i nadále stimuluje nová přání ve všech zúčastněných.
- každá touha nebo volba, bez ohledu na to, za jak velkou nebo malou ji považujete, je pochopena a zodpovězena *Vším, co je*.
- odezvami na touhy všech vnímajících osob se vesmír rozpíná.
- rozpínáním vesmíru se rozpíná i rozmanitost.
- rozpínáním rozmanitosti se rozpíná i vaše zkušenost.
- rozpínáním vaší zkušenosti se rozpíná se i vaše touha.
- rozpínáním vaší touhy se rozpíná odpovídání na vaši touhu.
- vesmír se rozpíná – a to je dobré. Vlastně je to dokonalé.
- žijete ve věčně se rozpínajícím prostředí, které ve vás neustále vyvolává nová přání, na něž Zdroj okamžitě a vždycky odpovídá.
- s každým obdržení toho, o co žádáte, dosahujete zároveň nové výhodnější pozice, ze které spontánně zase o něco žádáte.

A tak bude rozpínání vesmíru i vaše osobní expandování vždycky takovéto:

- Žijete v rozpínajícím se vesmíru.
- Žijete v rozpínajícím se fyzickém světě.
- Jste expandující bytost.
- Ať tomu vědomě rozumíte, nebo ne, to všechno *je*.
- Tento vesmír se věčně rozpíná, a vy také.
- A to je dobré.

***Vědomě se účastněte
svého skvělého rozpínání***

Svůj úhel pohledu vám takto horlivě nabízíme pouze z jediného důvodu: abyste se své skvělé expanze mohli účastnit *vědomě*. *Vaše expanze je danost; rozpínání vaší časoprostorové reality je danost a rozpínání tohoto vesmíru je danost. Je pro vás mnohem více uspokojující, když se svého vlastního rozpínání účastníte vědomě a záměrně.*

16. KAPITOLA



Jste spolutvůrci v úžasně rozmanitém vesmíru

J*estliže máte schopnost si něco představit nebo na to i myslet, tento vesmír má schopnost a zdroje, aby vám to dal. Je jako dobře zásobená kuchyně se všemi představitelnými ingrediencemi, které jsou vám dispozici. V každé částice tohoto vesmíru je všechno, co chceme, i jeho nedostatek. Tato perspektiva hojnosti i nedostatku představuje prostředí, v němž je zaměření možné – a zaměření aktivuje zákon přitažlivosti.*

Nedokážete-li poznat, co chcete, nedokážete ani poznat, co nechcete. Bez schopnosti poznat, co nechcete, nemůžete vědět, co chcete. Právě díky tomu, že jste vystaveni životním zkušenostem, se rodí vaše přirozené preference. Tyto preference z vás ve skutečnosti doslova prýští ve všech okamžicích každého dne, na mnoha úrovních vaší bytosti. Dokonce i buňky vašeho dobře udržovaného těla mají své vlastní zkušenosti a vyznačují své vlastní preference. Zdroj každou preferenci rozpozná a okamžitě na ni odpovídá – bez výjimek.

***Musíte umožnit i to, co si nepřejete,
abyste mohli dostat to, co si přejete***

Někdy naši fyzičtí přátelé vyjadřují přání, aby byl vesmír méně rozmanitý. Touží po místě, kde je méně nechtěných věcí a mnohem více takových, jaké by chtěli. A my jim pokaždé vysvětlujeme, že jste nepřijali fyzické zkušenosti této své existence proto, abyste okrájeli všechny existující skutečnosti na hrstku dobrých představ, na nichž se všichni shodnete, protože to by vedlo ke konečnosti, což nelze. Tohle je rozpínavý vesmír a musí být umožněno všechno. Jinými slovy, abyste pochopili a zažili to, po čem toužíte, musíte poznat to, po čem netoužíte. Abyste byli schopni si zvolit a zaměřit se, musí být obojí přítomno a pochopeno.

Nepřišli jste sem, abyste spravili rozbitý svět

Vaše fyzické zkušenosti – jež jsou vlastně Nefyzickou Zdrojovou energií projevující se skrze vaše fyzické zkušenosti – představují ve skutečnosti *náběžnou hranu myšlení*. Když vyladujete své tvůrčí zkušenosti, dostáváte se myšlenkami za jejich dosavadní hranice.

Když jste se nadšeně rozhodli zrodit do svého fyzického těla a tvořit touto cestou, chápali jste z výhodné pozice Nefyzického, že tento fyzický svět není pokažený a nepotřebuje spravit – a že jste ani nepřišli ho napravit.

Vnímali jste tento fyzický svět jako tvůrčí prostředí, v němž se můžete jak vy, tak i kdokoli jiný tvořivě projevat. Nepřišli jste přesvědčovat druhé, ať přestanou dělat, co dělají, a místo toho dělají něco jiného. Přišli jste s pochopením hodnoty, která tkví v kontrastu, a rovnováhy, která tkví v rozmanitosti.

Každá fyzická bytost na vaší planetě je vaším partnerem ve spoluprovození. Pokud jste ochotni tuto skutečnost přijmout a ocenit různorodost přesvědčení a přání, můžete mít všichni obsáhlejší, uspokojivější a více naplňující zážitky.

Nedávejte do svého koláče nechtěné ingredience

Představte si, že jste šéfkuchaři v mimořádně dobře zásobené kuchyni, která obsahuje všechny představitelné ingredience. Řekněme, že máte jasnou představu, po jakém kulinářském výtvoru toužíte, a víte, jak zkombinovat tyto snadno dostupné ingredience, aby se vaše přání splnilo. Existuje mnoho přísad, které se do vašeho výtvoru *nehodí*, takže je při práci na něm nepoužijete – a jejich existence vás ani nezneklidňuje. Jednoduše použijete právě ty, které se hodí do vašeho koláče.

Některé ingredience v této dobře zásobené kuchyni jsou v harmonii s vaším výtvozem, a některé ne. Ale přestože by přidání některé z nich naprosto znehodnotilo váš koláč, necítíte potřebu se proti těmto přísadám ohrazovat nebo je vykazovat z kuchyně. Chápete, že není důvod, aby skončily ve vašem koláči, pokud je ovšem *vy sami* do něho nedáte. Vzhledem k tomu, že je vám jasné, které z nich přispějí ke kvalitě vašeho koláče, a které nikoli, neděláte si starosti kvůli celé škále ingrediencí, které existují.

Pro všechny různorodé myšlenky a zkušenosti je dost místa

Z vašeho Nefyzického úhlu pohledu na nesmírnou pestrost zkušeností, přesvědčení a přání, která existují mezi lidmi vašeho světa, jste nepocítovali žádnou potřebu některé z nich vynechávat nebo regulovat. *Chápali jste, že v tomto rozpínavém vesmíru je dost místa pro myšlenky a zkušenosti všeho druhu. Všichni jste měli záměr soustředit se na tvůrčí kontrolu nad svými životními zkušenostmi a svými výtvoři. Neměli jste však v úmyslu ovládat tvorbu těch druhých.*

Různorodost vás nelekala, naopak vás inspirovala. Věděli jste, že každý z vás je tvůrcem svých vlastních zkušeností. Chápali jste, že zážitek rozdílnosti ve vás inspiruje specifická směřování, a že

když se jiní rozhodnou jinak, neznamená to, že vy máte pravdu a oni se mýlí, ani že pravdu mají oni a vy se mýlíte. Chápali jste hodnotu různosti.

Proces, v němž se rozpíná váš vesmír

Z různorodosti kontrastu se tedy rodí vaše preference nebo přání. V okamžiku, kdy začíná existovat vaše preference, začíná k sobě přitahovat na základě *zákona přitažlivosti* podstatu toho, co je s ní v souladu. A okamžitě potom nastane expanze.

Když pak věnujete pozornost tomu, jak se cítíte, a nadále si vybíráte myšlenky vyvolávající ve vás pozitivní emoce ohledně vaší právě zrozené preference, zůstanete s ní v souladu a ona se nenásilně a hladce objeví ve vašich zkušenostech. Znamená to, že jste vytvořili, po čem toužíte. Avšak spolu s tímto právě dosaženým fyzickým zhmotněním vaší touhy se dostavuje i vyspělejší úhel pohledu. Vy i všechno, co je vaše, vibruje zase poněkud jinak. Dostáváte se do nové situace kontrastujících okolností, které vás opět inspirují k novým preferencím. Je to, jako byste vypustili novou raketu touhy.

V okamžiku vzniku této nové touhy začíná i ona k sobě přitahovat sobě podobné a rovněž expanduje. Pokud i nadále věnujete pozornost tomu, jak se cítíte, a rozhodnete se pro myšlenky vyvolávající ve vás dobré pocity v souvislosti s touto nově zrozenou touhou, zůstáváte s ní vibračně v souladu. Proto se jemně a nenásilně objeví ve vašich prožitcích. Opět jste vytvořili novou touhu, zase se vám věci lépe ujasnily a vy se nacházíte v pozici, kde vás obklopuje jiný soubor kontrastujících faktorů. Což opět způsobí, že odstartuje nová raketa touhy...

Takto se vesmír rozpíná, a proto jste na *náběžné hraně* rozpínání. Cenný kontrast stále umožňuje rození nekonečných nových přání a Zdroj na zrození každého z nich reaguje. Je to nikdy nekončící, stále proudící, ryzí, pozitivní rozpínání energie.

Nikdy se tam nedostanete, takže si užijte svou cestu

Když začnete vědomě ze svého tvořivého úhlu pohledu pozorovat, jak nové úspěchy vedou k dalším novým přáním, začnete chápat, jaké je vaše místo v tomto expanzivním vesmíru. Časem si uvědomíte, že s tím nikdy nebudete hotovi, protože budete vždy věnovat pozornost kontrastu, z něhož se neustále rodí nové nápady nebo přání. Takto funguje celý vesmír. Jakmile si zvyknete na představu, že jste věčné bytosti, že vaše přání nikdy nepřestanou plynout a že jakékoli přání, které se zrodí, v sobě obsahuje moc přitáhnout (na základě *zákona přitažlivosti*) všechno, co je nutné k jeho expanzi a splnění, možná si vzpomenete na nesmírné Dobro, na němž je založen vesmír, a přijmete i to, že vaše bytí je věčné. Právě tehdy se začnete radovat ze své cesty.

Jestliže je vaším cílem nakonec jednou provždy dosáhnout všeho, po čem toužíte, zjistíte, že k tomuto cíli nebudete nikdy s to dospět, protože rozpínavá povaha vesmíru je s takovouto představou v rozporu. *Tento proces nemůžete nikdy ukončit, protože nemůžete nikdy přestat být a ani nemůžete zastavit své vědomí. Ano, z vašeho uvědomění se stále budou rodit jiné žádosti a každá žádost vždy vyvolá další.*

Vaše věčná přirozenost je přirozenost expanze – a v tomto expandování je potenciál nevýslovné radosti.

Vnímejte rovnováhu a dokonalost svého prostředí

Kontrast tedy vyvolává zrod nového přání. Nové přání z vás vyzařuje navenek, a když vysíláte vibraci svého nového přání, je toto přání vyslyšeno. Pokaždé. Když žádáte, je vám dáno.

Nyní se zamyslete nad tím, jak je tento proces dokonalý: *Neustále z vás vyzařují nové nápady, jak zlepšit vaše prožitky, a tyto podněty jsou pokaždé vyslyšeny.*

Zamyslete se nad dokonalostí tohoto vesmírného prostředí:

Každý bod vědomí zlepšuje svůj stav bytí naprosto stejným způsobem jako vy, každé přání je pochopeno a vyslyšeno a každý úhel pohledu je ctěn a vyslyšen.

Vnímejte rovnováhu a dokonalost svého prostředí: *Každý bod vědomí, dokonce vědomí buňky vašeho těla, může požadovat zlepšený stav bytí – a dostane ho.*

Vzhledem k tomu, že vše, o co je požádáno, je i dáno, neexistuje žádné soupeření

Na každém úhlu pohledu záleží; vše, o co je žádáno, je i dáno. Tento úžasný vesmír se spolehlivě rozpíná a vesmírné zdroje, jež plní tato přání, jsou bezedné. Ani odpovědi na nekončící proud otázek nemají konce, a proto neexistuje žádné soupeření.

Nemůže se stát, aby ze zdrojů, které byly určeny pro vás, čerpal někdo jiný. Ani se nemůže stát, že byste sobecky vyplývali zdroje, které byly určeny někomu jinému. Všechna přání jsou vyslyšena; všechno, o co žádáte, je dáno a není nikoho, kdo by zůstal bez odpovědi, kdo by nebyl milován nebo uspokojen. Když zůstáváte v souladu se svým Proudem energie, vždy dostáváte a nikdo jiný nemusí přijít o to, co vy získáte. Vždy je všeho dost.

Někdy mají naši fyzičtí přátelé potíže se na tuto pravdu rozpomenout, protože právě prožívají zkušenost nějakého nedostatku nebo ho pozorují ve zkušenostech druhých. Avšak to, čeho jsou svědky, není důkazem nedostatku nebo neexistence zdrojů. Jednoduše pouze nebylo umožněno přijetí zdrojů, o které bylo žádáno a žádost o ně byla vyslyšena. Došlo k **1. kroku**: Bylo žádáno. Došlo i ke **2. kroku**: Žádost byla vyslyšena. Ale k **3. kroku** umožňování nedošlo.

Jestliže někdo nepřijímá, o co žádá, příčinou není nedostatek zdrojů. Důvodem je pouze to, že má přání, ale není s ním v souladu. Žádný nedostatek neexistuje. Žádná nouze neexistuje. Existuje pouze umožňování nebo neumožňování toho, o co žádáte.

17. KAPITOLA



Kde jste a kde chcete být?

Viděli jste někdy navigační systém (GPS) používaný v automobilech? Anténa na střeše vašeho vozu vysílá signál k satelitu na obloze, který identifikuje místo, kde se momentálně nacházíte. Jakmile zadáte místo, kam si přejete se dostat, počítač vypočítá dráhu mezi místem, kde se nacházíte, a místem, kam chcete jet. Monitor vás informuje o vzdálenosti, kterou musíte urazit, a doporučí nejlepší trasu, kterou se tam lze dostat. Jakmile začnete, systém vám bude udávat (mluveným slovem nebo prostřednictvím textu) konkrétní směr, kterým vás dovede až k vašemu novému místu určení.

Navigační systém se nikdy neptá: „Kde jste byli?“ Neptá se: „Proč jste tam byli tak dlouho?“ Jediným jeho posláním je pomoci vám dostat se z místa, kde jste, na místo, kde chcete být. Vaše emoce představují podobný navigační systém, protože jejich primární funkcí je pomoci vám urazit vzdálenost z místa, kde jste, do kteréhokoli jiného místa, kde chcete být.

Je mimořádně důležité vědět, kde se nacházíte ve vztahu k místu, kde chcete být, abyste se k němu mohli přibližovat. Pochopení

obojího – kde jste a kde chcete být – je zásadně důležité, pokud máte udělat jakékoli vědomé rozhodnutí týkající se vaší cesty.

Ve svém fyzickém prostředí jste obklopeni mnoha vlivy a druzí po vás často chtějí nebo vyžadují, abyste se chovali jinak, a pozitivně tak ovlivnili jejich prožitky. Ze strany druhých se na vás hrnou zákony, pravidla a očekávání a zdá se, že téměř každý má nějaký názor na to, jak byste se měli chovat. Necháte-li se však vést těmito vnějšími vlivy, nedokážete se udržet na trase mezi tím, kde se nacházíte, a tím, kam se chcete dostat.

Často se tlaku zvenčí přizpůsobíte ve snaze se někomu zavděčit. Poté stejně zjistíte, že ať se snažíte jakkoli, nejenže se nezavděčíte, ale neuděláte radost ani sobě. A protože byl na vás tlak vyvíjen tolika různými směry, vaše cesta tam, kde chcete být, se obvykle postupně ztratí.

Největší dar, který můžete dát, je vaše štěstí

Největší dar, který kdy můžete dát někomu druhému, je to, že jste šťastní, protože když jste ve stavu radosti, štěstí nebo docenění, jste plně spojeni s proudem ryzí, pozitivní Zdrojové energie, jíž jste ve skutečnosti vy sami. A když jste v tomto stavu spojení, vše nebo každý, jemuž věnujete pozornost, má z vaší pozornosti prospěch.

Nikdo jiný nepotřebuje, abyste něčím byli nebo pro ně něco udělali kvůli tomu, aby byli spokojení. Všichni mají stejný přístup k proudu Dobra jako vy. Často ti, kteří nechápou, že mají přístup k Proudům, trpí ve své neschopnosti udržet se na místě, kde mají dobrý pocit, a žádají, abyste se chovali způsobem, který podle jejich přesvědčení způsobí, že se budou cítit lépe. Nejenže vás však drží na místě nepohody, když se snaží na vás hodit odpovědnost za jejich radost, ale také se sami vězní na místě spoutanosti. Nemohou mít pod kontrolou chování druhých, a pokud tuto kontrolu potřebují ke svému štěstí, mají opravdu velký problém.

***Vaše štěstí nezávisí na tom,
co udělají druzí***

Vaše štěstí nezávisí na tom, co udělají druzí, ale pouze na vaší vibrační rovnováze. Štěstí druhých nezávisí na ničem jiném než na *jejich* vibrační rovnováze, protože to, jak se někdo v nějakém momentě cítí, souvisí jediné a pouze s jeho vlastní směsicí energií. To, jak se cítíte, je prostě, jasně a vždy indikátorem vibrační rovnováhy mezi vašimi touhami a vaší vibrací, kterou jste vyslali.

V celém vesmíru není pro nikoho nic důležitější než to, jak je vibrace, kterou vysílá, v souladu s vibracemi jeho přání. To, jak se *cítíte*, ukazuje, zda umožňujete své spojení se Zdrojem, nebo ne. Každý dobrý pocit, každé pozitivní dílo, veškerá vaše hojnost, jasnost, zdraví, vitalita a Dobro, všechno, co považujete za dobré, závisí na tom, jak se cítíte právě teď, a na vztahu, který má vibrace tohoto pocitu k vibraci toho, kým skutečně jste a po čem skutečně toužíte.

***Každá myšlenka vás přibližuje k San Diegu,
nebo vás od něho vzdaluje***

Stejně jako je pro vás snadné vymyslet úspěšnou cestu z Phoenixu do San Diega, bude pro vás snadné i vymyslet úspěšný výlet z vaší finanční nejistoty do finanční jistoty, z nemoci do dobrého fyzického stavu, ze zmatku k jasnosti... Na vaší cestě z Phoenixu do San Diega nebudou žádné velké neznámé, protože znáte vzdálenost mezi těmito dvěma městy a víte, kde se na cestě nacházíte a co pro váš úspěch znamená pohybovat se špatným směrem. Jakmile budete rozumět svému vlastnímu *emočnímu navigačnímu systému*, už nikdy nebudete zmateni, pokud jde o pozici ve vztahu k místu, kde chcete být. Také při každé myšlence, kterou vyšlete, ucítíte, zda se přibližujete, nebo vzdalujete touženému cíli.

Pokud používáte jakéhokoli jiného vlivu jako svého navigačního zdroje, ztratíte se a sejdete z cesty, protože nikdo jiný nechápe lépe než vy rozdíl mezi tím, kde jste, a tím, kde chcete být. Přestože však druzí nemohou úplně chápat vaše touhy, budou do směsice stále přidávat svá vlastní přání. A tak pouze když budete sledovat, jak se cítíte vy, můžete nepřetržitě směřovat ke svým cílům.

Proč říci tomu ne znamená říci tomu ano?

Základem vašeho vibračního vesmíru je *zákon přitažlivosti*. To znamená, že jeho podstatou je zahrnutí. Když věnujete pozornost něčemu, po čem toužíte, a říkáte tomu *ano*, zahrnujete to do své vibrace. Ale i když se díváte na něco, co nechcete, a říkáte tomu *ne*, zahrnujete to do své vibrace. Když tomu nevěnujete žádnou pozornost, nezahrnujete to. Nemůžete však ze své vibrace vyloučit nic, čemu svou pozornost věnujete, protože vaše zaměřená pozornost znamená, že to zahrnujete do své vibrace – pokaždé a bez výjimky.



Můžete postupně změnit svou vibrační frekvenci

To, že se rozhodnete najít jinou myšlenku, ještě nutně neznamená, že k této myšlence můžete přejít hned teď, protože platí *zákon přitažlivosti*, jenž se vztahuje na myšlenky, k nimž máte přístup z místa, kde se nacházíte. *Samozřejmě, neexistuje myšlenka, kterou nakonec nemůžete mít – stejně jako neexistuje místo, kam se nakonec nemůžete dostat odsud, kde právě jste, ať už je to kdekoli. Nemůžete však okamžitě přeskocit k myšlence, jež má vibrační frekvenci velice odlišnou od myšlenek, jimiž se obvykle zaobíráte.*

Někdy vás může některý z vašich přátel, nacházející se v současné době na místě, kde se cítí mnohem lépe než vy, povzbuzovat, ať přestanete myslet tak negativně a rozhodnete se myslet pozitivněji. To, že je váš přítel na místě, kde se cítí lépe, však ještě neznamená, že tam může přenést i vás – protože *zákon přitažlivosti* vám nedovolí, abyste našli vibrační frekvenci, která je daleko od frekvence, kterou si obvykle udržujete. Ačkoli se chcete cítit lépe, nemusíte mít nutně pocit, že jste také schopni najít radostnou myšlenku, kterou vám přeje váš přítel. My však

chceme, abyste pochopili, že tuto myšlenku můžete nakonec najít, a že když záměrně a postupně změníte svou vibrační frekvenci, budete schopni se v této pozitivnější pozici udržovat, jakmile jí jednou dosáhnete.

Když objevíte, že můžete vždycky poznat vibrační obsah své bytosti, a že tudíž můžete vždy vědět, jaký je váš bod přitažlivosti, budete mít nad svými zkušenostmi vědomou kreativní kontrolu. Jakmile pochopíte, že vaše emoce vám dávají konkrétní zpětnou vazbu ohledně vašich vibrací, můžete je postupně a záměrně upravovat.

Sáhněte po myšlence, z níž máte nejlepší pocit a k níž máte přístup

Volba jiné myšlenky s sebou vždy nese jinou emoční reakci. Mohli byste si říci: „Záměrně si zvolím své myšlenky, abych se cítil/a lépe.“ To je vynikající rozhodnutí. Ještě lepší, a ve skutečnosti i snažší rozhodnutí však bude: „Chci se cítit dobře, takže v zájmu lepšího pocitu si vyberu myšlenku, z níž mám *skutečně* dobrý pocit.“

Jestliže jste se rozhodli „jít si za svou blažeností“, a přitom jste se zaměřovali na životní situaci, která je blaženosti vzdálená, vaše rozhodnutí usilovat o blaženost bude neúspěšné, protože *zákon přitažlivosti* vám nemůže dodat myšlenku, která se tak výrazně vibračně odlišuje. Ale jestliže jste se rozhodli *sáhnout po myšlence, z níž máte nejlepší pocit a k níž máte přístup*, můžete toto rozhodnutí snadno uskutečnit.

Klíčem k postupu po vibrační emoční stupnici je být vnímavý/á k tomu, jak se cítíte a být si toho vědom/a. Nevíte-li, jak se cítíte, nemůžete ani vědět, kterým směrem se po stupnici pohybujete. (Mohlo se totiž stát, že jste se otočili o sto osmdesát stupňů a směřujete zpátky do Phoenixu, aniž to tušíte.)

Ale pokud si dáte záležet a uvědomíte si své pocity, budete vědět, že jakékoli jejich zlepšení znamená, že postupujete směrem ke svému cíli. Na druhé straně silící negativní pocit znamená, že se ubíráte špatným směrem.

Vhodný způsob, jak vycítit směr vzhůru po *vibrační emoční stupnici*, je vždy usilovat o pocit úlevy, který se dostavuje, když opustíte rezistentní myšlenku a nahradíte ji myšlenkou umožňující. Proud dobra vámi *stále* plyne. Čím více jej umožňujete, tím lépe se cítíte. Čím více mu kladete odpor, tím se cítíte hůře.

19. KAPITOLA



Pouze vy můžete vědět, jaký ze sebe máte pocit

Když něco očekáváte, je to na cestě. Když v něco věříte, je to na cestě. Když se něčeho bojíte, je to na cestě. Váš přístup nebo nálada vždycky ukazuje něco, co přichází, ale vy nikdy nezůstanete stát ve svém momentálním bodě přitažlivosti. To, že jste v průběhu svého života převzali tyto myšlenky, víru, přístupy a nálady, ještě neznamená, že je ve své reakci na ně musíte i nadále přitahovat. Nad svými zkušenostmi máte tvořivou kontrolu. Když budete věnovat pozornost svému vlastnímu *emočnímu navigačnímu systému*, můžete změnit svůj bod přitažlivosti.

Jestliže je ve vašich zkušenostech něco, co si již nepřejete zažívat, musíte změnit svá přesvědčení.

Jestliže existuje něco, co zažívat chcete a ve vašich zkušenostech to chybí, musíte změnit svá přesvědčení.

Neexistují tak zlé okolnosti, abyste je nemohli změnit tím, že se rozhodnete pro jiné myšlenky. Rozhodnout se pro jiné myšlenky však od vás vyžaduje zaměření a praxi. Jestliže se budete stále

zaměřovat na to, na co jste se zaměřovali dříve, myslet tak, jak jste mysleli dříve, a věřit v to, v co jste věřili dříve, potom se ve vašich zážitcích nic nezmění.

***Život je neustále v pohybu,
takže nemůžete nikde zůstat vězet***

Někdy naši fyzičtí přátelé řeknou: „Uvízl/a jsem v mrtvém bodě! Už jsem v něm dlouho a nemohu se z něj dostat.“ My jim pokaždé vysvětlujeme, že není možné zůstat v nehybnosti nebo někde trvale uvíznout, protože energie, a tudíž i život, je stále v pohybu. Věci se stále mění.

Příčina vašeho pocitu uvíznutí jsou stále tytéž myšlenky; věci se mění – ale mění se znovu v totéž.

Pokud chcete, aby se něco změnilo v něco jiného, musíte změnit myšlenky. A to jednoduše vyžaduje, abyste našli neotřelé způsoby, jak přistupovat ke známým předmětům.

***Druzí nemohou rozumět vašim
přáním nebo pocitům***

Druzí vás velice často chtějí vést. Jsou to takzvaní nekoneční lidé – s nekonečnými názory, pravidly, požadavky a návrhy, jak byste měli žít. Nikdo z nich není schopen vzít v úvahu jedinou věc, na které záleží, má-li být splněno přání: *Druzí nemohou rozumět vibračnímu obsahu vašich přání ani vibračnímu obsahu toho, kde se nacházíte, takže v žádném ohledu nejsou vybaveni k tomu, aby vás vedli. Dokonce i tehdy, když mají ty nejlepší úmysly a chtějí vaše absolutní Dobro, neznají ho. I když se mnozí z nich snaží být nesobečtí, není možné, aby oddělili to, co si přejí pro vás, od toho, co si přejí pro sebe.*

Nikdo kromě vás neví, co je pro vás to správné

Máte-li na paměti, že když někdo o něco požádá, je mu to dáno, cítíte, jak dokonalá je situace, kde každý specifický úhel pohledu je výsledkem volby?

Představte si, že se zúčastníte workshopu Abrahama a Hicksových o *Umění umožňovat*. Víte, kde a kdy se bude konat, a uděláte si čas, abyste ho mohli navštívit. Takže poměrně snadno uděláte všechna rozhodnutí, která jsou pro vás ta správná.

Podíváte se na seznam přibližně padesáti seminářů, jež se nabízejí na příští rok, a vyberete si čas a místo, které vám nejvíce vyhovuje. Všimnete si, že se seminář bude konat ve městě, kde žijete, ale datum se kříží s něčím jiným, co máte v plánu, takže hledáte alternativu. Najdete *vhodný* termín a hledáte seminář v době svého volna. Naleznete jeden ve městě, které jste vždycky chtěli navštívit. Zatelefonujete tedy do Abraham-Hicks Publications a zajistíte si v daném semináři místo.

Vzhledem, k tomu, že nežijete ve městě, kde se seminář koná, uvědomíte, si, že budete potřebovat ubytování a dopravu. Vezmete v úvahu svá konkrétní přání a řídíte se několika plány:

- Rozhodnete se cestovat letadlem kvůli úspoře času a vyberete si hotel, který je pouze několik bloků vzdálen od hotelu, kde se koná seminář, protože jste členy bonusového programu tohoto hotelového řetězce a můžete tam dostat výhodnější cenu. (Navíc dáváte přednost typu matrací, které v dané síti hotelů mají.)
- Jakmile dorazíte do města konání semináře, vypůjčíte si auto u své oblíbené půjčovny. Na cestě do hotelu se pak zastavíte v restauraci, která dokonale uspokojí vaše přání a patří do vaší cenové kategorie. Postarali jste se o sebe velice dobře. Rozhodně jste si zařídili všestranně příjemný pobyt.

Ale co když Abraham-Hicks Publications dojdou k závěru, že na základě svých rozsáhlých zkušeností v pořádání seminářů vám vše dokážou naplánovat mnohem lépe? Budou vycházet z toho, co slyšeli od tisíců lidí, kteří navštívili jejich semináře, a rozhodnou se, že vám vše zařídí.

Podle vaší adresy usoudí, že dáte přednost tomu, účastnit se semináře konaném ve vašem městě, takže právě do toho vás píšou. Když jim potom vysvětlíte, že se vám to časově nehodí, změní své rozhodnutí a pošlou vám vstupenku na seminář v seminárním městě, jemuž dáváte přednost.

Podobným způsobem se budou rozhodovat ohledně toho, která letecká společnost, která půjčovna automobilů, jaká hotelová postel a jaké jídlo pro vás budou nejlepší, přičemž jejich výběr vás vůbec nebude uspokojovat. Vy máte mnohem lepší předpoklady k tomu, abyste se v těchto věcech rozhodovali sami.

Když budete mít na paměti, že každému, kdo žádá, je dáno, uvidíte, jak je úžasné a správné, když si *pro sebe* děláte rozhodnutí sami – protože vesmír funguje mnohem efektivněji bez zasahování prostředníků jednajících místo vás. Nikdo jiný neví, co je pro vás to nejlepší. Víte to pouze vy. Vždycky v daném okamžiku víte, co je pro vás nejlepší.

20. KAPITOLA



Když se někdo snaží omezo- vat něčí svobodu, vždy ho to stojí jeho vlastní svobodu

Ano, když žádáte, je vám vždy dáno. Musíte však být ve vibrační harmonii s tím, o co žádáte, než budete schopni to vpustit mezi své prožitky. Příčinou, proč tolik lidí nevěří či nepamatuje na to, že všechno, o co žádají, je jim dáno, je, že si nejsou vědomi toho, co vibračně dělají. Nedávají si *vědomě* do souvislosti své myšlenky s následnými *po-city*, které ony myšlenky vyvolaly, a s hmotnými projevy, k nimž došlo. Bez této vědomé souvislosti nemůžete vědět, zda jste, nebo nejste v souladu s tím, po čem toužíte.

Když víte, že něco chcete, a uvědomíte si, že to nemáte, budete se domnívat, že existuje něco mimo vás, co vám v tom brání. Nikdy to však není pravda. Jediná věc, která vám brání v přijetí něčeho, po čem toužíte, je rozpor mezi vaším navykklým způsobem myšlení a vaším přáním.

Jakmile si uvědomíte moc svých myšlenek a svou schopnost umožnit věci, po nichž toužíte, máte nad svými prožitky tvořivou kontrolu. Jste-li však převážně zaměřeni na *výsledky* svých zaměřených myšlenek, a nikoli na jejich *prociťování*, snadno sejdete z cesty.

***Každá „realita“ vznikla proto,
že někdo měl takový záměr***

Někdy lidé namítají: „Ale Abrahame, já ti jenom říkám, co je. Pouze stojím tváří v tvář realitě dané situace.“ A my říkáme, že vás učili čelit realitě předtím, než jste věděli, že realitu *vytváříte* vy – že realitě nečelíte, pokud to není realita, kterou chcete vytvořit, protože jakákoli „realita“ existuje pouze proto, že někdo měl takový záměr.

Někdo řekne: „Ale tohle je opravdová věc, a tudíž si zaslouží mou pozornost.“ A my říkáme, že vytváříte všechno, čemu věnujete pozornost. Vytváříte svou *Pravdu*. Proto je pro vás nesmírně užitečné, když se primárně soustředíte na to, jak se cítíte, když věnujete byť zběžnou pozornost zhmotněným projevům, které se objevují. Kdykoli věnujete svou primární pozornost věcem tak, jak jsou, bráníte expanzi toho, co je.

Všechny ty statistiky, které se shromažďují o vašich zkušenostech a o druhých, vypovídají pouze o tom, jak někdo již vydal energii. Nevypovídají o žádné neměnné realitě *tohoto okamžiku*.

Dnes existuje mnoho těch, kdo sbírají statistické údaje týkající se lidských zkušeností. Celý život se věnují porovnávání zkušeností a jejich kategorickému hodnocení jako vhodných a nevhodných, správných a nesprávných. Zvažují u každého předmětu pro a proti, plusy a minusy, ale málokdy si uvědomují, že jejich vibrační vysílání jim neslouží ku prospěchu. Nemají ponětí o vlastní síle, protože vydávají svou energii opačným směrem. Jejich život se začal více týkat nálepkování něčího chování nebo něčích zkušeností, než jejich vlastního tvoření.

Nacházejí se tak ve velice nepříjemné pozici, jelikož podlehli přesvědčení, že jejich štěstí nebo Dobro závisí na chování druhých. Ukazují na lidi, chování nebo názory a označují je jako nevhodné. Říkají jim *ne*, aniž by si uvědomovali, že do své zkušenosti zahrnují vibrace právě toho, co nechtějí. A tak aniž by vě-

děli, jak se stalo, že se nechtěné věci dostaly do jejich zkušeností, stávají se stále ostražitějšími a ustrašenějšími.

Nechtěné věci se nemohou octnout ve vašich zkušenostech bez pozvání

Od strachu z nechtěných zkušeností se nikdy neosvobodíte snahou ovládat chování nebo touhy druhých. Svou svobodu umožníte jedině uzpůsobením svého vibračního bodu přitažlivosti.

Když neznáte *zákon přitažlivosti* a když si neuvědomujete, co děláte se svým vibračním bodem přitažlivosti, je pochopitelné, proč se snažíte mít pod kontrolou okolnosti, které vás obklopují. Mnoho okolností, které vás obklopují, však pod kontrolou mít *nemůžete*. Jakmile poznáte *zákon přitažlivosti* a jakmile si začnete uvědomovat, jaký pocit ve vás vyvolávají určité myšlenky, už nikdy nebudete mít strach, že nechtěné věci vniknou bez pozvání do vašich zkušeností. V tomto vesmíru založeném na přitažlivosti nemůžete nic prosadit násilím. Nic k vám nemůže přijít, pokud s tím *nedosáhnete* vibrační harmonie; a teprve když s tím *dosáhnete* vibrační harmonie, může se to k vám dostat.

Dokonce i ti nejmenší mezi vámi, miminka, vyzařují vibrace, na něž vesmír odpovídá. Podobně jako vy jsou i vaši maličci ovlivněni vibracemi těch, kteří je obklopují, ale přesto si vytvářejí svou vlastní realitu. Ani oni nezačínají s tvořením svého života až v tomto těle. Dlouho před fyzickým narozením uvádějí do pohybu životní zkušenosti, které teď zažívají.

Největší argument, který slyšíme od těch našich fyzických přátel, kteří chtějí porozumět svému vztahu s Nefyzickým a tomu, proč jsou tady, proč zde žijí a tvoří, zní: „Ale jak může toto malé miminko, které z tohoto našeho fyzického světa poznalo tak málo, být odpovědné za vytváření svého vlastního života?“ Chceme, abyste pochopili, že toto maličké je velice dobře připravené na svůj život ve vašem prostředí, protože se stejně jako

vy narodilo s *emočním navigačním systémem*, který mu pomůže najít jeho vlastní cestu.

Tato miminka přišla do vaší časoprostorové reality v radostném skotačení a dychtí po příležitosti dělat neustále nová rozhodnutí a být v souladu s energií svého Zdroje. Nebojte se o ně ani o nikoho jiného. Řádem tohoto vesmíru je Dobro, bez ohledu na to, jaký je váš momentální úhel pohledu.

Mějte na paměti, že vaše emoce vám říkají všechno, co potřebujete vědět o svém spojení se Zdrojovou energií: říkají vám, jak mnoho Zdrojové energie jste přivolali v odpověď na vaše zaměřené přání. Říkají vám také, zda jste v tomto momentu svým myšlením a emocemi ve vibračním souladu se svým přáním.

Byla to vaše rychlost, nebo to byl strom?

Jestliže jedete autem rychlostí 150 kilometrů za hodinu a narazíte do stromu, dojde k velkému nárazu. Výsledek by byl podstatně odlišný, pokud byste narazili do téhož stromu v rychlosti sedm kilometrů za hodinu. Podívejte se na rychlost svého vozu jako na moc své touhy. Jinými slovy, čím více něco chcete, nebo čím déle se na to zaměřujete, tím rychleji se pohybuje energie. Strom v této analogii představuje rezistenci nebo rozporné myšlenky.

Není příjemné vrážet do stromů a také není příjemné mít silná přání ve chvíli velké rezistence. Někteří se snaží zachránit tuto nerovnováhu zpomalením svého vozu. Jinak řečeno, popřou své přání nebo se snaží ho zbavit a někdy se jim s velkým úsilím podaří do určité míry moc svého přání zmenšit. Nicméně mnohem lepší by bylo zmenšit míru odporu.

Vaše přání je přirozeným důsledkem kontrastu, v jehož rámci jste zaměřeni. Celý vesmír existuje proto, aby inspiroval další nová přání. Pokud se tedy snažíte vyhnout svému přání, postupujete proti vesmírným silám. Dokonce i tehdy, když *jste* schopni přání

tu a tam potlačit, dostane se do tohoto těla a do tohoto úžasné kontrastního prostředí více přání s jasným záměrem nasměrovat energii, jež vytváří světy prostřednictvím silně zaměřených čoček vaší perspektivy. A tak v celém vesmíru není nic přirozenějšího než vaše pokračující touha.

Za každou touhou je touha se cítit dobře

Neexistuje touha, kterou by někdo měl z jiného důvodu než z přesvědčení, že se bude cítit lépe, když jejího předmětu dosáhne. Ať už je to hmotná věc, fyzický stav bytí, vztah či okolnost, v jádru každé touhy je touha cítit se dobře. Úspěch není poměřován věcmi nebo penězi, kritériem úspěchu je jednoznačně míra radosti, kterou cítíte.

Základem života je svoboda a důsledkem života je expanze, ale cílem vašeho života je radost. A proto tím hlavním není zhmotnění. Jinak řečeno, přišli jste do fyzické roviny kontrastu proto, abyste určili, co je chtěné, abyste se spojili s energií, která tvoří světy, a abyste ji nechali plynout k předmětům, na něž upínáte pozornost, nikoli proto, že by předměty, na něž upínáte pozornost, byly důležité, ale protože akt proudění energie je v životě to nejdůležitější.

Když něco uznáváte, nevyařujete žádný odpor

Mějte na paměti, že jste prodloužením Zdrojové energie. Když umožníte plné spojení se svým Zdrojem, cítíte se dobře. Méně dobře se cítíte stejnou měrou, v jaké neumožňujete své spojení. Jste ryzí, pozitivní energie. Jste láska. Očekáváte dobré věci. Máte k sobě úctu a milujete se. Máte úctu k druhým a milujete je. Jste rození „uznávači“.

Uznání a láska k sobě jsou ze všeho nejdůležitější. *Uznávání*

druhých a uznávání sebe je vibračně nejbližší Zdrojové energii všeho, čeho jsme kdy byli svědky kdekoli v tomto vesmíru.

Kdykoli jste soustředěni na něco, co uznáváte, neexistuje ve vaší energii žádný odpor. V okamžiku, kdy něco či někoho uznáváte, nevyzařujete žádnou rezistenci vůči tomu, kdo jste, takže následně se ve vašich emocích projeví láska, radost nebo pocit uznání. Cítíte se velice dobře.

Jestliže však někoho kritizujete nebo dokonce nacházíte chybu u sebe, necítíte se následně dobře, protože vibrace této kritické myšlenky je velice odlišná od vašeho Zdroje. Jinak řečeno, vzhledem k tomu, že jste si vybrali myšlenku, která není v souladu s tím, kdo ve skutečnosti jste, můžete v tomto okamžiku cítit prostřednictvím svých emocí nesouladnost své volby.

Řekne-li vám vaše babička, která vás zbožňuje a uznává, jak jste úžasní, vyvolají ve vás její slova dobrý pocit, protože se díky nim začnete zaměřovat způsobem, jímž se spojíte s tím, kdo skutečně jste. Ale pokud vás učitel nebo známý kárá za to, co jste udělali, cítíte se špatně, protože jste tím byli nasměrováni k myšlence, jež není v souladu s tím, kdo opravdu jste.

Vaše emoce v každém okamžiku signalizují, zda umožňujete, nebo neumožňujete své spojení s tím, kdo jste. Když toto spojení umožňujete, daří se vám dobře. Když toto spojení neumožňujete, není vám dobře.

***Musíte být dostatečně sobectví,
abyste se spojili s Dobrem***

Občas nás někdo obviní, že učíme lidi sobectví. S tím souhlasíme. Skutečně učíme sobectví, protože když nejste dost sobectví, abyste se záměrně spojili s energií svého Zdroje, nemůžete ani nic dávat.

Někdo si dělá starosti: „Jestliže sobecky dosáhnou toho, co

chci, nebudu o to nespravedlivě obírat druhé?“ Tato obava vychází z mylného přesvědčení, že existuje nějaký limit hojnosti, jež je k dispozici. Tito lidé se bojí, že když si z koláče vezmou příliš mnoho, na jiné nezbude nic. Ve skutečnosti *se koláč zvětšuje v poměru k vibračním požadavkům vás všech.*

Nikdy neřeknete: „Cítím se provinile, že se celý život těším dobrému zdraví, a tak jsem se rozhodl/a, že na příštích několik let onemocním, abych tak dal/a někomu, kdo byl nemocen, příležitost použít mou porci zdraví pro sebe.“ Víte, že když jste zdraví, v žádném případě tak neberete nikomu jinému tutéž možnost.

Jsou lidé, kteří se obávají, že sobecký člověk může svévolně chtít uškodit druhému. Není ale možné, aby někdo, kdo je spojen se Zdrojovou energií, přál někomu jinému něco špatného, protože tyto vibrace jsou nekompatibilní.

Někteří lidé říkají: „Viděl/a jsem fotku masového vraha. Tvářil se na ní škodolibě. Zdálo se, že nemá žádné výčitky svědomí. Říkal, že měl radost z toho, co provedl.“ Vy však nemůžete vědět, co skutečně cítil. Zažíváte své emoce na základě vztahu mezi vaším přáním a současným stavem vašich myšlenek týkajících se daného předmětu. Nemůžete ale cítit *jeho* emoce. Ujišťujeme vás, že nikdo spojený se Zdrojovou energií nikdy nezpůsobuje škodu druhému. Lidé útočí, když mají pocit, že se musí bránit, nebo ve stavu odtrženosti, nikdy však ve stavu spojení. Musíte pochopit, že nejvyšší akt sobectví je spojit se se Sebou. Když to uděláte, stáváte se ryzí, pozitivní energií zaměřenou do svého fyzického těla.

Kdyby se každý na této planetě spojil se svou Zdrojovou energií, nedocházelo by k žádným napadením, protože by nebyla žádná závist, nejistota ani nepříjemné pocity soupeřivosti. Kdyby všichni pochopili sílu své vlastní bytosti, nesnažili by se ovládat druhé. Jakýkoli pocit nejistoty a nenávisti se rodí z vaší odtrženosti od toho, kdo jste. Vaše (sobecké) spojení s Dobrem by přineslo pouze Dobro.

A co je nejdůležitější: chceme, abyste pochopili, že k tomu, abyste *vy* zažívali úžasné věci, není nutné, aby to, co se tady učíte, chápali i všichni ostatní (případně aby to vůbec někdo jiný chápal). Jakmile se rozpomenete, kdo jste, a jakmile záměrně sáhnete po myšlenkách, které vás udržují ve vibračním souladu s tím, kdo jste, váš svět začne být také v souladu – a ve všech oblastech vašich životních zkušeností se projeví Dobro.

***Jestliže to neočekáváte,
neumožňujete to***

Mějte na paměti, že každá emoce ukazuje, kolik energie jste kvůli svému přání přivolali a kolik této přivolané energie umožňujete vzhledem ke svým převažujícím myšlenkám a přesvědčením týkajícím se předmětu vašeho přání. Jestliže máte intenzivní pocit, ať už pozitivní, nebo negativní, znamená to, že vaše přání je zaměřeno silně a že jste k němu přivolali mnoho Zdrojové energie. Když máte silnou špatnou emoci – jako například depresi, strach nebo hněv – znamená to, že kladete svému přání odpor. Jestliže cítíte silnou pozitivní emoci – jako například lásku, nadšení, očekávání nebo lásku – znamená to, že svému přání nekladete žádný odpor, takže Zdrojovou energii, kterou jste prostřednictvím svého přání přivolali, neproblematizujete. V takovou chvíli umožňujete plnění svého přání.

Je tedy zřejmé, že dokonalá tvůrčí situace znamená opravdu chtít něco, o čem jste skutečně přesvědčeni, že je to možné. A když je ve vás přítomno toto spojení touhy a přesvědčení, věci se budou ve vašich zkušenostech rychle a snadno odvíjet. Když však chcete něco, o čem *nejste* přesvědčeni, že je možné, tedy když toužíte po něčem, co *nečekáte* – přestože silná touha může přemoci slabé přesvědčení – neodvíjí se to snadno, protože tomu neumožňujete přístup do vašich současných zkušeností.

Pocitování ryzí touhy je vám velmi příjemné

Naneštěstí si mnoho lidí myslí, že onen nepříjemný pocit, kdy chtějí něco, o čem vlastně nepředpokládají, že to zažijí, je totéž jako pocit *touhy*. Nerozpoznávají pocit ryzí touhy jako onen svěží, dychtivý pocit očekávání, který znali, když byli mladší. Pocit ryzí touhy je vždy nádherný, protože představuje vibrace, které se před vámi táhnou do vaší neviditelné budoucnosti a připravují cestu *zákonu přitažlivosti*, který uvede věci do souladu místo vás.

Hodnota rozpoznávání vlastních emocí a následná vědomá práce na vyzařování myšlenek s cílem vědomého vytváření lepších emocí je ve skutečnosti základem *záměrné tvorby*. Právě o tom je *umění umožňování*.

Proč tam chcete být?

Někteří z vás občas říkají: „Nejsem šťastný/á tam, kde se nacházím. Chtěl/a bych být jinde – tam, kde mé tělo není nemocné, nebo tam, kde nemám nadváhu, nebo tam, kde mám víc peněz nebo lepší vztah.“

A my se ptáme: *Proč bys tam chtěl/a být?*

Častá odpověď zní: „Protože tam, kde se nacházím, nejsem šťastný/á.“

My pak vysvětlujeme, že je důležité mluvit o tom, co si člověk představuje pod slovem „tam“, a snažit se najít *místo-pocit*, které znamená to, co je „tam“. Protože dokud člověk popisuje a *cítí*, co je „zde“, nemůže se dostat „tam“.

Pokud jste si zvykli uvažovat a mluvit o tom, kde se v současné době nacházíte, není snadné náhle změnit své vibrace a okamžitě přeorientovat své myšlení a cítění na něco, co je velice odlišné. *Zákon přitažlivosti* říká, že nemáte přístup k myšlenkám a pocitům, které jsou velice vzdálené od místa, kde poslední dobou

vibrujete. Avšak při vynaložení určité námahy byste mohli najít jiné myšlenky. S odhodláním cítit se lépe byste mohli změnit předmět, a tudíž najít jiné myšlenky, z nichž budete mít lepší pocit. Vibrační změna je však obvykle postupný proces.

Neustálá snaha přeskóčit na vibrační stupnici určité stupně, přičítící se *zákonu přitažlivosti*, je hlavním faktorem, jenž vás odrazuje a nakonec vede k závěru, že ve skutečnosti nemáte nad svými životními zkušenostmi kontrolu.

21. KAPITOLA



Když jste vzdáleni pouze 17 sekund od 68 sekund ke splnění

Když se třeba jen na několik sekund zaměříte na nějaký předmět, aktivujete v sobě vibraci tohoto předmětu a *zákon přitažlivosti* okamžitě začíná na tuto aktivaci reagovat. Čím déle se na něco soustředíte, tím je pro vás snazší se na to zaměřovat i nadále, protože díky *zákonu přitažlivosti* přitahujete další myšlenky či vibrace, které tvoří jádro počáteční myšlenky.

Během 17 sekund soustředění na něco se aktivuje odpovídající vibrace. Když toto zaměření zesílí a vibrace se více vyjasní, *zákon přitažlivosti* k vám přitáhne více myšlenek, které jsou s daným předmětem v souladu. V prvních okamžicích nemají vibrace příliš mnoho přitažlivé síly, ale pokud své zaměření udržíte déle, síla vibrační začne mít větší dosah. Pokud se vám podaří zůstat čistě zaměřeni na nějakou myšlenku pouhých 68 sekund, vibrace je pak dost silná na to, aby se začala zhmotňovat.

Když se opakovaně vracíte k ryzí myšlence a držíte se jí alespoň 68 sekund, pak během krátkého období (v některých případech i během několika hodin či v jiných případech během několika

*dni) se tato myšlenka stane myšlenkou dominantní. Jakmile do-
cílíte dominantní myšlenky, budete zažívat odpovídající zhmot-
něné projevy tak dlouho, dokud ji nezměníte.*

Zapamatujte si, že:

- Myšlenky, které máte, se rovnají vašemu bodu přitažlivosti.
- Dostanete, na co myslíte, ať to chcete, nebo ne.
- Vaše myšlenky jsou vibrací a na tuto vibraci potom přijde odpověď podle *zákona přitažlivosti*.
- Expandováním a zesilováním začne být vaše vibrace na-
konec tak silná, že způsobí zhmotnění.
- Jinými slovy, to, na co myslíte (a tudíž i co cítíte) a co se
zhmotňuje ve vašich zkušenostech, je vždy ve vibračním
souladu.

Svých nekontrolovaných myšlenek se nemusíte bát

Jakmile lidé *zákon přitažlivosti* pochopí a přijmou (což obvykle
netrvá dlouho, protože ve vašem prostředí neexistuje ani náznak
důkazu, který by ho vyvracel), budou mít mnozí ze svých myš-
lenek zpočátku nepříjemný pocit. Jakmile pochopí moc *zákona
přitažlivosti* a začnou zkoumat, na co myslí, začnou se v někte-
rých případech obávat svých nekontrolovaných myšlenek. Není
však důvod bát se svých myšlenek, protože nejsou jako nabitá
zbraň, jež může způsobit obrovskou a okamžitou škodu. Ačkoli
je totiž *zákon přitažlivosti* mocný, základem vašich zkušeností
je Dobro. A přestože jsou vaše myšlenky magnetické a expan-
dují s vaší pozorností, máte spoustu času na to, abyste si – jak-
mile si začnete uvědomovat nějaké negativní pocity – začali vy-

bírat jiné, méně rezistentní myšlenky, a tak se rozhodli pro výsledek, který je více žádoucí.

Mějte na paměti, že i když můžete proud dobra různou měrou buď umožňovat, nebo mu klást odpor, on plyne bez přestání. Takže i malá snaha vynaložená směrem k myšlence, z níž máte lepší pocit, přinese zřetelné výsledky. Jakmile uděláte tento krok a najdete myšlenku, z níž máte lepší pocit, dáváte si vědomou svobodu přejít v jakékoli záležitosti z místa, kde se nacházíte – ať je to kdekoli – na místo, kde chcete být. *Jakmile si záměrně vyberete myšlenku a uvědomíte si, že se cítíte lépe, znamená to, že jste úspěšně použili svůj navigační systém a že můžete být na své cestě ke svobodě, po níž toužíte a kterou si zasloužíte. Protože není nic, co byste nemohli dělat, mít nebo tím být.*



Stupnice emočního navigačního systému

Mohli byste říci, že různé emoce mají různé vibrační frekvence. Přesnější popis by však zněl takto: Vaše emoce jsou *indikátory* vaší vibrační frekvence. Když máte na paměti, že vaše emoce ukazují míru vašeho souladu se Zdrojovou energií a že čím lépe se cítíte, tím více umožňujete svůj soulad s tím, po čem toužíte, potom je snazší pochopit, jak na své emoce reagujete.

Absolutní soulad s vaší Zdrojovou energií znamená, že víte následující:

- Jste svobodní.
- Jste mocní.
- Jste dobří.
- Jste láska.
- Jste hodnotné bytosti.
- Vaše existence má smysl.
- Všechno je v pořádku.

Kdykoli myslíte na něco, co způsobuje, že si uvědomujete svou pravou povahu, nacházíte se v souladu s tím, kdo skutečně jste, protože to je stav naprosté harmonie. Pocit, který máte z těchto svých myšlenek, je pocitem absolutního spojení. Kdybychom to přirovnali k automobilu a jeho palivoměru, tak tento stav souladu by byl totéž co plná nádrž.

Jinými slovy, představte si měřidlo nebo stupnici se škálou stupňů od stavu (nejvyššího) umožňování vašeho spojení se Zdrojovou energií až po vaše (nejnižší) nejrezistentnější zneumožňování tohoto spojení.

Tato stupnice vašich emocí by mohla vypadat přibližně takto:

1. Radost/poznání/posílení/svoboda/láska/ocenění
2. Vášnivé nadšení
3. Entusiasmus/dychtivost/pocit štěstí
4. Pozitivní očekávání/přesvědčení
5. Optimismus
6. Naděje
7. Spokojenost
8. Nuda
9. Pesimismus
10. Nespokojenost/podrážděnost/netrpělivost
11. „Zdrcenost“
12. Zklamání
13. Pochybnost
14. Obavy
15. Obviňování
16. Ustrašenost
17. Hněv
18. Pomstychtivost
19. Nenávist/zuřivost
20. Žárlivost
21. Nejistota/pocit viny/nízké sebehodnocení
22. Strach/smutek/deprese/zoufalství/bezmocnost

Vzhledem k tomu, že tatáž slova se používají v různém významu a naopak různá slova se často používají ve stejném významu, tyto slovní nálepky pro vaše pocity neplatí přesně pro každého člověka, který prožívá danou emoci. Označování pocitů slovy by mohlo způsobit i nedorozumění a odvést vás od skutečného účelu vaší *emoční navigační stupnice*.

Nejdůležitější je, abyste si vědomě vybrali pocit, který se na stupnici nachází výš. Slovní označení pocitu není tak důležité.

Příklad vědomého postupu vzhůru po vaší emoční navigační stupnici

Představte si, že se stalo něco, co způsobilo, že se cítíte strašně. Vše vám připadá marné, z ničeho nemáte dobrý pocit, zdá se, jako byste se dusili a každá myšlenka je bolestná. Nejlepší slovo, jímž by se dal popsat váš téměř trvalý emoční stav, je *deprese*.

Kdybyste byli s to se pustit do nějaké činnosti, mohli byste se cítit lépe. Kdybyste mohli úplně vypudit z mysli, co vás trápí, a soustředit se na svou práci, mohli byste se cítit lépe. Existuje mnoho myšlenek, které by vás mohly pobavit a které by vás mohly deprese zbavit. Ale momentálně nemáte k žádné z nich vibračně přístup. Jestliže je však vaším záměrem najít myšlenku, jakoukoli myšlenku, z níž byste měli lepší pocit, a jste si vědomi toho, jaký ve vás ona myšlenka vyvolává pocit, můžete se okamžitě začít pohybovat po *emoční navigační stupnici* směrem nahoru. Je to skutečně proces, který spočívá v tom, že na něco – na cokoli – myslíte a poté vědomě zhodnotíte, zda ve vás nová myšlenka vyvolává nějaký pocit úlevy oproti stavu, ve kterém jste se před touto myšlenkou nacházeli. Takže myslíte a cítíte s jediným záměrem: cítit alespoň maličké náznaky úlevy.

Řekněme, že někdo vyslovil něco, co vás rozzlobilo, nebo že někdo nedodržel slovo. Když se na tuto záležitost vzbuzující hněv zaměřujete, všímáte si, že cítíte určitou úlevu od deprese. Jinými

slovy, uprostřed této hněvivé myšlenky už nemáte potíže s dechem. Pocit klaustrofobie zmizel a vy se cítíte o něco lépe.

A v tom tkví rozhodující krok v efektivním využívání vašeho *emočního navigačního systému*: zastavte se a vědomě uznejte, že poté, co jste si vědomě vybrali myšlenku na něco, co ve vás vyvolává hněv, máte lepší pocit než z dusivé deprese, která ji předcházela. S vědomým rozpoznáním zlepšené vibrace se zmírnil i váš pocit bezmoci a vy se teď nacházíte na cestě vzhůru po své *emoční navigační stupnici*, zpátky k plnému spojení s tím, kdo doopravdy jste.

Proč se nechat odrazovat od hněvu, při kterém se cítím lépe?

Často se stává, že člověk instinktivně, nevědomky zjistí, že z velice rezistentních vibrací, jakými jsou deprese nebo strach, mu pomůže myšlenka hněvu, která poskytne úlevu od bolesti. Existuje ovšem velice mnoho lidí, kteří vás budou přesvědčovat, že váš hněv je nevhodný. Oni se však samozřejmě nenacházejí ve vaší kůži, takže nemohou cítit zlepšení, které hněvivá myšlenka opravdu znamená. Proto vám nezřídka radí, abyste se nehněvali, což vás jen vrátí do původního stavu deprese. Ale když si *uvědomujete*, že jste se pro onu hněvivou myšlenku rozhodli a že vám přinesla úlevu, potom budete vědět i to, že jste schopni přejít od hněvivé myšlenky k myšlence méně rezistentní, jako například k nespokojenosti. Takto postupujete po *emoční navigační škále* stále výš, až dosáhnete opět svého plného souladu se Zdrojovou energií.

Proč má i vaše nejmenší zlepšení takovou hodnotu

Když jste si vědomi toho, kde se nacházíte, víte také, kde byste rádi byli, a máte též prostředky, jak poznat, zda směřujete tam, kde chcete být, či nikoli, potom vás již nemůže nic zadržet. Pocit, že nemáte kontrolu nad tím, co prožíváte, je většinou způsoben tím, že si neuvědomujete, kterým směrem se ubíráte. Bez vědo-

mého rozpoznávání svých emocí a toho, co znamenají, se často vzdalujete od místa, kde ve skutečnosti chcete být.

Existuje mnoho slov, která se užívají k popisu emocí, ale ve skutečnosti existují jenom dvě emoce: dobrý pocit a špatný pocit. Každý krůček na emoční škále pouze ukazuje stupeň umožnění mocné, ryzí, pozitivní Zdrojové energie. Nejzazší stav spojení, který je pociťován jako radost, láska, uznání, svoboda nebo poznání, ve skutečnosti vyjadřuje váš pocit sebezpevnění. A nejzazší stav přerušení spojení, který je pociťován jako zoufalství, smutek, strach nebo deprese, ve skutečnosti vyjadřuje váš pocit, že jste sílu ztratili.

To, že jste schopni záměrně docílit třeba i jen nejnepatrnější změnu k lepšímu v tom, jak se cítíte, má obrovskou cenu, protože dokonce i malým zlepšením pocitu můžete znovu dosáhnout určité kontroly. Přestože nepřevzmete kontrolu úplně, abyste se znovu zcela napojili na svou sílu, necítíte se již bezmocní. A tak je váš postup nahoru po emoční stupnici nejen možný, ale i relativně snadný.

Pouze vy víte, zda rozhněvat se je pro vás vhodné rozhodnutí

Kdyby osoba, která je ve velké depresi, byla schopna poznat úlevu jakékoli hněvivé myšlenky, a co je ještě důležitější, kdyby byla s to vědomě rozpoznat, že si *cíleně vybrala* hněvivou myšlenku, okamžitě by znovu získala pocit, že je svým pánem, a její deprese by odezněla. Pochopitelně je pak důležité, aby v hněvu nesetrvávala. Z tohoto stavu má však přístup k myšlenkám, jež jí přinesou další úlevu – k nespokojenosti.

Existuje mnoho lidí, kteří stále nechápou vibrační obsah emocí (možná ani to, co emoce je nebo proč vůbec je) a kteří velice důrazně radí druhým, aby neprojevovali svůj hněv. Většina lidí se totiž nerada zdržuje v přítomnosti někoho, kdo se zlobí. Sobecky by dali přednost tomu, aby se rozzlobený člověk raději vrátil

do dřívějšího bezmocného stavu deprese, protože ta je obvykle nasměrována dovnitř, kdežto hněv je namířen proti každému, kdo je nablízku.

Ten, kdo stojí vně, neví, zda hněvivé myšlenky, pro které jste se rozhodli, pro vás znamenají zlepšení. Vhodnost jakékoli myšlenky znáte pouze vy, a to na základě úlevy, již pocítíte. Dokud se nerozhodnete, že se budete řídit svými pocity, nemůžete udělat žádný trvalý pokrok směrem k tomu, po čem toužíte.

„Dělám to nejlepší, co mohu, pro to, abych udělal/a to nejlepší“

Ostatním by možná pomohlo, kdyby věděli, že nemáte v úmyslu ve stavu hněvu zůstat. Pokud by věděli, že máte v úmyslu projít si hněvem, pak frustrací a zdrceností až k optimismu, dále k víře a posléze k poznání, že vše je v pořádku, asi by s vámi měli větší trpělivost.

Mnoho lidí přejde zcela přirozeně od pocitů bezmoci a deprese k hněvu. Vnitřně jaksí tuší, že je to určitý druh mechanismu přežití. Když se však setkají s důrazným nesouhlasem ze strany členů své rodiny, přátel a terapeutů, kteří jim tvrdí, že jejich hněv není žádoucí, upadnou zase do pocitů bezmoci. Cyklus se opakuje znovu a znovu: od deprese k hněvu a zase zpátky k depresi, od ní pak opět k hněvu atd.

Klíčem k znovunabytí onoho báječného pocitu osobní síly a kontroly je, že se bez ohledu na to, zda se cítíte dobře, nebo špatně, právě teď rozhodnete, že uděláte to nejlepší, co můžete, pro to, abyste dospěli k tomu nejlepšímu. Zvolte si myšlenku, z níž máte ten nejlepší pocit a je pro vás momentálně dosažitelná. Když to budete dělat opakovaně, budete se zakrátko nacházet na „místě“, kde se budete cítit velice dobře. A přesně takhle to funguje!

**„Pokud se tam mohu dostat emočně,
pak se mohu dostat kamkoli“**

„Právě teď najdu myšlenku, z níž mám ten nejlepší možný pocit. Tak se mi víc uleví, víc se mi uleví, víc se mi uleví.“

Mějte na paměti:

- Zuřivost vám umožní úlevu od deprese, zármutku, zoufalství, pocitů viny nebo bezmoci.
- Pomstychtivost vám poskytne úlevu od zuřivosti.
- Hněv vám poskytne úlevu od pomstychtivosti.
- Obviňování vám poskytne úlevu od hněvu.
- Zdrcenost vám poskytne úlevu od obviňování.
- Podrážděnost vám poskytne úlevu od zdrcenosti.
- Pesimismus vám poskytne úlevu od podrážděnosti.
- Naděje vám poskytne úlevu od pesimismu.
- Optimismus vám poskytne úlevu od naděje.
- Pozitivní očekávání vám poskytne úlevu od optimismu.
- Radost vám poskytne úlevu od pozitivního očekávání.

Postupem času a s praxí se stanete velmi zběhlými v poznávání toho, co vám říká váš *emoční navigační systém*. Jakmile se rozhodnete neustále postupovat na stupnici úlevy, kterou skýtají zlepšené emoce, začnete se většinu času cítit dobře a umožníte si zažívat to, po čem toužíte.

Pozornost věnovaná svým pocitům, je nutná k tomu, abyste porozuměli všemu, co se vám děje. To, jak se cítíte, a pocit úlevy, který se objeví, když si budete vybírat myšlenky, z nichž máte lepší pocit, je pro vás jediným pravým měřítkem toho, co k sobě přitahujete.

„Ale co ti, kdo touží netoužit?“

Pocit *touhy* bychom popsali jako nádherné uvědomování si nových možností. Touha je svěží, svobodný pocit očekávání úžasné expanze. Pocit *touhy* je ve skutečnosti pocit, že vámi proudí život. Avšak mnoho lidí cítí něco zcela jiného, když slyší slovo *touha*. Je pro ně často něčím, co vnímají jako toužebné přání. Když se soustředí na něco, co chtějí zažít nebo mít, uvědomují si zároveň, že jim to chybí. Zatímco tedy užívají *slov touhy*, vysílají *vibraci nedostatku*. Začnou si myslet, že pocit *touhy* je chtít něco, co nemají. Ale v čisté touze žádný pocit nedostatku není.

Když budete mít na mysli, že kdykoli o něco požádáte, je vám to vždy dáno, potom každé vaše přání bude čistou touhou, již není kladen odpor.

Mnoho lidí touží po věcech, kterých se jim v současné době nedostává v plné míře. V některých případech po nich touží už dlouho. A tak myslí na věci, po nichž touží, a potom myslí na to, že je nemají. Časem začnou věřit, že pocit, který mají (když myslí na to, co chtějí, a uvědomují si, že to nemají, ale nejsou schopni přijít na to, jak to dostat), je pocitem touhy. Nenacházejí se však ve stavu čisté touhy; jsou ve stavu touhy, již je kladen odpor. Často je jejich vibrace zabarvena tím, že nemají, co chtějí, více než tím, co chtějí.

Aniž by si vůbec uvědomovali, co dělají, drží se vibračně oddělení od předmětu svých přání, a tak dojdou postupem času k přesvědčení, že tento pocit stagnace a nenaplněnosti je ve skutečnosti to, jaký pocit s sebou nese *touha*.

Také nám mnozí lidé říkali: „Abrahame, učili mě, že není vhodné, abych měl/a nějaké touhy. Učili mě, že stav touhy mi bude bránit v tom, abych se stal/a duchovní bytostí, kterou mám být, a že můj stav štěstí závisí na mé schopnosti zbavit se všech tužeb.“ Na to odpovídáme: *Ale není váš stav štěstí či váš stav duchovnosti touhou?*

Nejsme tu proto, abychom vás vedli k jakékoli touze, ani aby-

chom vás od jakékoli touhy odváděli. Na nás je, abychom vám pomohli pochopit, že jste tvůrci svých zážitků a že vaše touhy se budou přirozeně rodit z vašich zkušeností v tomto prostředí, v tomto těle. Toužíme vám pomoci se dostat do dokonalého spojení se Zdrojem, abyste potom byli schopni tvořit to, po čem toužíte.

Chápeme, proč někteří radí, že pokud se zbavíte své touhy, budete se cítit lépe, protože negativní emoce, které pociťujete, jsou způsobeny vibračním rozdílem mezi vaší momentální vibrační a vibrační toho, po čem toužíte. Zbavení se touhy je však námahavý způsob, jak se dostat do spojení, neboť celý vesmír je připraven vám pomoci zrodit další nové přání. Mnohem snazší cestou, jak se dostat do souladu se Zdrojem, a tudíž se cítit lépe, je pracovat na zbavení se svého odporu.

Cítíte svou touhu jako další logický krok?

Vaše schopnost představivosti vám pomůže rychleji podniknout další logické kroky. Ve své představivosti můžete odstranit všechny chyby. Nemusíte pracovat na malých a velkých věcech, můžete to všechno udělat ve své mysli. Teď není řeč o dalším logickém *aktivním* kroku. Mluvíme o používání vaší představivosti do té doby, než pro vás nezačne být váš velký sen natolik důvěrně známý, že dalším logickým krokem bude jeho zhmotnění.

Například matka a její dospělá dcera přemýšlejí o koupi hezkého domu v krásné oblasti, který by přestavěly na příjemný penzion. Dcera řekne matce: „Kdybychom jen našly způsob, jak zařídit, aby se to stalo, byla bych spokojena po celý zbytek svého života. Kdyby se to splnilo, nahradilo by mi to všechny ty věci, které jsem chtěla a kterých se mi nedostalo.“

Vysvětlili jsme, že vibrace její touhy ještě není přesně na místě, kde by měla být, aby umožnila této zkušenosti zhmotnit se. *Když máte pocit, že je předmět vaší touhy tak velký, že se zdá nedosažitelný, ještě se neschyluje k jeho zhmotnění. Když máte ze své touhy pocit, že je to další logický krok, potom se schyluje k jejímu zhmotnění.*

***Jakmile pocítíte, že máte věci pod kontrolou,
všechno si vychutnáte***

Podle toho, jak se *cítíte*, můžete určit, zda je vaše vibrace na takovém místě, že umožňuje vesmírným silám, aby vám to, po čem toužíte, hned dodaly – nebo nedodaly. S postupnou praxí poznáte, zda je u vás zhmotnění „na spadnutí“, nebo zda jde teprve o přípravná stadia. Nejdůležitější však je, že *jakmile máte kontrolu nad tím, jak se cítíte, užijete si všeho*:

- Užijete si různosti a kontrastu, který vám pomáhá identifikovat, po čem toužíte.
- Užijete si pocitu své touhy, kterou vyzařujete ze svého cenného úhlu pohledu a která z vás proudí.
- Užijete si pocitu uvědomění, že nejste ve vibračním souladu s tím, po čem toužíte.
- Užijete si i pocitu, kdy se záměrně přivádíte zpátky do vibračního souladu s tím, po čem toužíte.
- Pocítíte úlevu, když zmizí pochybnosti a nahradí je pocity jistoty Dobra.
- Užijete si vnímání věcí, které se mají stát.
- Užijete si vidění věcí, které začínají zapadat na své místo, a budete milovat to, že jste svědky zhmotnění svých přání.
- Budete si vychutnávat vědomí, že jste cíleně vytvořili to, po čem toužíte, tak reálným způsobem, jako kdybyste z hlíny uhnětli svýma rukama sochu.
- Budou se vám velice líbit pocity, které máte pokaždé, když jste v souladu s plody svých vlastních zkušeností.

Celý vesmír existuje, aby ve vás vytvářel nové životodárné touhy. Když jdete s proudem svých tužeb, budete se cítit skutečně živí – a budete skutečně žít.

ČÁST II

Postupy, které vám pomohou
dosáhnout toho,
co si nyní pamatujete

Úvod k 22 osvědčeným postupům, které zlepší váš bod přitažlivosti

Nyní jste se dostali v knize až sem a bylo vám připomenuto mnoho věcí, které jste vždycky věděli: vzpomínáte si, že jste prodloužením Zdrojové energie a že jste přišli do fyzického těla, na tuto *náběžnou hranu* časoprostorové reality, za účelem radostného myšlení, které přesahuje to předchozí.

Vzpomínáte si, že máte v sobě navigační systém, který vám pomáhá v každém okamžiku vědět, nakolik své spojení s tím, co je vaším Zdrojem, právě teď umožňujete.

Vzpomínáte si, že čím lépe se cítíte, tím víc jste v souladu s tím, kým skutečně jste; a čím se cítíte hůře, tím více znemožňujete toto důležité spojení.

Vzpomínáte si, že není nic, co byste nemohli dělat, mít nebo být.

Vzpomínáte si, že jestliže je vaším převládajícím záměrem cítit se dobře a jestliže se snažíte o to nejlepší tam, kde jste, musíte dosáhnout svého přirozeného stavu radosti.

Vzpomínáte si, že jste svobodní (v podstatě jste natolik svobodní, že byste se mohli rozhodnout pro pouta) a že všechno, co k vám přichází, je odpovědí na vaše myšlenky.

Vzpomínáte si, že ať myslíte na svou minulost, přítomnost nebo budoucnost, vysíláte vibraci, která se rovná vašemu bodu přitažlivosti.

Vzpomínáte si, že *zákon přitažlivosti* je vždycky spravedlivý, že neexistuje žádná nespravedlnost, protože ať k vám přichází cokoli, děje se tak v reakci na vibrace, které vysíláte a tím, co si myslíte.

A co je nejdůležitější: vzpomínáte si, že Dobro je základem vašeho světa, a že dokud neděláte něco, co ho znemožňuje, je Dobro vaší zkušeností. Můžete ho umožnit, nebo mu klást odpor, ale proud pohody, hojnosti, jasnosti a všeho dobrého, po čem toužíte, neustále plyne.

Také si vzpomínáte, že neexistuje žádný spínač temnoty; žádný zdroj „zla“ neexistuje, ani zdroj nemoci či nedostatku. Můžete umožňovat Dobro nebo mu klást odpor, ale všechno, co se vám děje, děláte vy.

Existuje něco, co chci zlepšit?

Jestliže vás váš současný život těší ve všech směrech, pak nemusíte mít důvod číst dál. Ale jestliže je ve vašem životě něco, co si přejete zlepšit – možná je tu něco, o co byste stáli, nebo něco, čeho byste se chtěli zbavit – následující postupy pro vás budou nesmírně přínosné.

Váš návyk rezistentního myšlení je vůbec jediná věc, která vám brání umožňovat věci, po kterých toužíte. A přestože jste si tyto modely kladení odporu určitě nepěstovali záměrně, osvojili jste si je na své fyzické pouti, kousek po kousku, zkušenost za zkušeností. Ale jedna věc je velice jasná: *Jestliže neuděláte nic, co změní charakter vysílaných vibrací, potom se ve vašich zkušenostech nic nezmění.*

Návody na následujících stránkách jsou určeny k tomu, aby vám pomohly postupně se zbavit všech vzorců kladení odporu. A stejně jako jste si nevěstovali modely kladení odporu přes

noc, také se jich nezbavíte během okamžiku. Nicméně *zbavíte se jich*. Postup za postupem, hra za hrou (používáme slova *hra* zaměnitelně se slovem *postup*) a den za dnem se pomalu, avšak neustále budete opět stávat lidmi, kteří umožňují, aby k nim proudilo jejich přirozené dobro.

Ostatní užasnou, až uvidí věci, které budete zažívat, a radost, kterou budete nepřehlédnutelně vyzařovat. Vy jim se sebedůvěrou a jistotou vysvětlíte to, s čím jste se narodili: „Našel/našla jsem způsob, jak svým životem nechat proudit Dobro, které je pro mne přirozeností. Naučil/a jsem se uplatňovat *umění umožňování*.“

Doporučení, jak tyto postupy používat

Postupy, které si zakrátko přečtete, vám nabízíme s ohromným nadšením a velkým očekáváním. Doporučujeme vám, abyste si každý z nich napřed jen pročetli. Až si přečtete všechny, pak v případě, že pro vás teď právě představují nějakou hodnotu, ucítíte silný impuls, abyste je provedli. Ty, které vás obzvlášť zaujmou, si můžete zaškrtnout. Poté, až budete mít čas postupy uplatnit, začnete tím, který ve vás vyvolává největší nadšení. To je pro vás pro začátek to nejlepší místo, z něhož můžete vyjít.

Ve skutečnosti byste si mohli vybrat náhodně kterýkoli postup, uskutečnit jej a získat z něho značný užitek. Každý proces v této knize vám pomůže se zbavit odporu a zvýšit vibrace. Vzhledem k určité síle vaší touhy a určité míře vašeho současného odporu jsou však některé postupy pro vás v tento okamžik cennější než jiné.

Až si budete pročitat uvedené postupy a příklady aplikace, možná zjistíte, že něco podobného se děje i ve vašem životě, takže vám použití daného postupu možná prospěje. Váš život skýtá široké spektrum zkušeností, jakož i široké spektrum emocí, proto neexistují pevně daná pravidla, která byste u toho kterého postupu měli na tu kterou zkušenost aplikovat.

Odstraňme ze své cesty stromy

Některé z postupů vám pomohou jasněji zaměřit vaši touhu, protože zesílí váš bod přitažlivosti. Pokud však z nějakého důvodu právě vyzařujete silný odpor, postup, který by způsobil, že byste nahromadili ještě více energie, by mohl pro vás být kontraproduktivní.

V již uvedeném příkladu, v němž člověk jede vozem rychlostí 150 kilometrů za hodinu a narazí do stromu, se rychlost vozu rovná tvůrčí energii, kterou hromadíte ve prospěch své touhy. Strom představuje vaše protichůdné myšlenky neboli odpor. Lidé se často domnívají, že jedinou smysluplnou možností je zpomalit vozidlo. My jsme však učitelé, kteří vám doporučují, abyste z cesty odstranili stromy.

Postupy, které předkládáme v této knize, mají za cíl pomoci vám odstranit z vaší cesty odpor, protože není nic lepšího než se pohybovat rychlostí života, na který jste zvyklí a nemít v cestě žádné stromy.

Řidte se svými emocemi

Zažíváte vždy emoční reakce na své životní zkušenosti a tyto emoce jsou klíčem k poznání, které postupy byste nejspíš měli použít právě teď. Obecně vzato, čím se cítíte lépe, tím vám budou prospěšnější postupy s nižšími čísly; a čím se cítíte hůře, tím užitečnější vám budou postupy s vyššími čísly.

Nejdůležitější je, abyste předtím, než začnete aplikovat nějaký postup, poznali, jak se právě teď cítíte a jak byste se chtěli cítit. Na počátku každého postupu jsme uvedli emoční škálu, kterou pro něj doporučujeme. Kterýkoli postup, který spadá na emoční škále tam, kde se podle svého názoru momentálně nacházíte, je pro začátek dokonale vhodný.

Začněte zlepšením toho, jak se cítíte

Některé postupy jsou orientovány na konkrétní životní zkušenosti, jako například na zvýšení našeho finančního nebo fyzického Dobra, ale většinu těchto postupů lze zdárně uplatnit na jakoukoli situaci.

Slibujeme vám, že se váš život aplikací těchto postupů zlepší, protože nemůžete uplatnit postup, aniž by se zlepšilo to, jak se cítíte. A nemůžete zlepšit to, jak se cítíte, aniž byste se zbavili odporu, a tím zlepšili svůj bod přitažlivosti. Když zlepšíte svůj bod přitažlivosti, musí vám *zákon přitažlivosti* dodat okolnosti, události, vztahy, zkušenosti, vjemy a další mocné důkazy vaší změny vibrace. Takový je Zákon!

Některé z těchto postupů si oblíbíte více než jiné. Některé možná budete používat každodenně, další nikdy, některé použijete jednou a pak už je nebudete považovat za potřebné a jiné zase oprášíte, až nastanou speciální okolnosti.

Chtěli bychom, abyste v klidu začali tyto postupy používat, protože víme, že začnou pozitivně měnit váš život. Podle našeho názoru jsou vytvořeny z dobrého důvodu – pomoci vám být opět v souladu s energií, jíž jste ve skutečnosti vy. V tomto procesu se vám vrátí vaše přirozená radost a dostane se vám ještě něčeho navíc: pomoci k tomu, abyste dosáhli všeho, po čem jste kdy toužili.

Přelepili jste to „smajlíkem“?

K tomu, abyste měli vědomě pod kontrolou své zkušenosti, jsou zásadní vaše emoce. A samozřejmě jsou zásadní i pro to, abyste si udržovali šťastné zážitky. Jistě byste neumrtvili konečky svých prstů tak, aby necítily horko, nebo byste si v autě nenalepili nálepku „smajlíka“ na přístrojovou desku tak, aby překryla ukazatel stavu paliva, protože neradi vidíte, že vám palivo došlo. Stejně tak byste ani neměli maskovat své pocity a předstírat, že se cítíte jinak, než se doopravdy cítíte. Protože takové předstírání nemění váš vibrační bod přitažlivosti. Jediný způsob, jak to udělat, je změnit vibrace, které vysíláte, a až je změníte, změní se i to, jak se cítíte.

Zaměření energie na změnu vašich vibrací

Když si vzpomenete na nějaký incident, který jste zažili v minulosti, zaměřujete na něj energii. Když si představujete něco, co se stane ve vaší budoucnosti, zaměřujete na to energii, a samozřejmě když pozorujete něco ve svém *ted'*, zaměřujete na to ener-

gii. Není rozdíl, zda se zaměřujete na minulost, přítomnost nebo budoucnost, protože vždy zaměřujete energii a váš bod pozornosti způsobuje, že vysíláte *vibraci*, která je vašim bodem přitažlivosti.

Když trávíte čas přemýšlením, vzpomínáním nebo představováním si něčeho, aktivuje se ve vás vibrace. Čím častěji se znovu vrátíte k této myšlence, tím důvěrněji známou se tato myšlenka stává a tím je pro vás snazší ji aktivovat, až se ve vás nakonec stane dominantním vibračním vzorcem. A jak hraje ve vašem vibračním vzorci větší roli, věci, které jsou s ní v souladu, se začínají objevovat ve vašich zkušenostech.

Existují dva spolehlivé způsoby, jak pochopit, jaké vibrace vyzařujete: všítat si, co se děje ve vašich zkušenostech (protože na co se zaměřujete a co se projevuje ve zhmotněné podobě, je vždy ve vibračním souladu), a všítat si, jak se cítíte (protože vaše emoce vám dávají trvalou zpětnou vazbu na druh vámi vysílaných vibrací a vašeho bodu přitažlivosti).

Musíte být vědomí, abyste byli záměrnými tvůrci

Myslíme si, že je úžasné, když začnete dávat do souvislosti to, co si myslíte a co cítíte, a to, co se projevuje ve zhmotněné podobě. Protože když si to uvědomujete, jste schopni záměrně modifikovat své myšlenky tak, abyste přitáhli něco, co je ještě více potěšující. Nejspokojivější aspekt *záměrné tvorby* však pochází z citlivosti vůči tomu, jaký máte pocit z toho, na co myslíte, protože pak je možné modifikovat myšlenku, z níž máte špatný pocit, na myšlenku, z níž máte lepší pocit, a tak zlepšit svůj bod přitažlivosti dřív, než se zhmotní něco, co nechcete. *Je mnohem snazší záměrně změnit směr svého myšlení k něčemu, z čeho máte lepší pocit, ještě než se objeví nechtěná fyzická manifestace.*

Začnete chápat, že *záměrná tvorba* znamená záměrně vést své myšlenky směrem k lepšímu pocitu. Pocítíte uspokojení ze

záměrné volby myšlenek, z nichž máte dobrý pocit, a potom budete s potěšením pozorovat projevy dobrých pocitů, které nutně následují. Ještě větší uspokojení pochází z toho, když rozpoznáte myšlenku, z níž nemáte příliš dobrý pocit, a potom pozorujete, jak nezbytně následuje zhmotnění, z něhož nemáte příliš dobrý pocit. Protože když si uvědomujete mocný *zákon přitažlivosti*, dá vám to pocit kontroly. Když si nedáte do souvislosti své myšlenky a pocity se zhmotněnými projevy, k nimž dochází, nemáte žádnou vědomou kontrolu nad tím, co se ve vašich zkušenostech odehrává.

Když se snažíte ovládat druhé, vzniká další nekontrolovatelná okolnost

Většina lidí vysílá většinu svých myšlenkových vibrací v reakci na něco, co pozoruje. Když pozorují něco úžasného, cítí se úžasně; když pozorují něco hrozného, cítí se hrozně. Jsou však přesvědčeni, že nemají kontrolu nad tím, jak se cítí, protože si uvědomují, že nemohou ovládat okolnosti, které pozorují.

Mnoho lidí se většinu života pokouší kontrolovat okolnosti, neboť jsou přesvědčeni, že když se jim to podaří, budou se cítit lépe. Ale ať získají jakkoli velkou kontrolu nad jednáním druhých, nikdy to není dost, protože tu bude vždy další nekontrolovatelná okolnost.

V životech druhých nemáte žádnou tvůrčí moc, protože vysílají své vlastní vibrace, které odpovídají *jejich* bodu přitažlivosti, stejně jako i vy vysíláte své vibrace, které odpovídají *vašemu* bodu přitažlivosti.

Záměrná tvorba znamená rozhodovat se pro myšlenky, z nichž máte lepší pocity

Mnozí říkají: „Jakmile se tato okolnost změní, budu se cítit

lépe. Až budu mít víc peněz nebo se přestěhuji do hezčího domu nebo až si najdu lepší práci či vhodnějšího partnera, budu se cítit lépe.“ Nepopíráme, že je lepší pocit dívat se na něco, co je příjemné, než dívat se na něco, co příjemné není, ale tvrdíme, že to funguje obráceně.

Záměrná tvorba neznamena, že se změní okolnost a vy poté, v reakci na to, zaznamenáte lepší pocit. Záměrná tvorba znamená zvolit si myšlenku, z níž máte dobrý pocit, když si ji volíte, což poté způsobí, že se změní okolnost. Například bezpodmínečná láska ve skutečnosti znamená, že chcete tak velice zůstat ve spojení se svým Zdrojem lásky, že si záměrně zvolíte myšlenky, které vaše spojení umožňují, bez ohledu na to, jaké zhmotnělé projevy ve své blízkosti pozorujete. Když jste s to mít pod kontrolou svůj bod přitažlivosti díky záměrnému výběru myšlenek, z nichž máte lepší pocit, musí se změnit i okolnosti, které vás obklopují. *Zákon přitažlivosti* říká, že jinak to není možné.

Můžete přitáhnout pouze myšlenky ve svém vibračním pásmu

Někteří říkají: „To vše o *záměrné tvorbě* zní dost jednoduše, ale proč mám takové potíže ji praktikovat? Proč mi dělá takové těžkosti mít své myšlenky pod kontrolou? Mám pocit, že mé myšlenky jsou zodpovědné samy za sebe! Vypadá to, že se myslí samy!“

Vzpomeňte si ale, že *zákon přitažlivosti* je mocný a že není možné, abyste našli a udržovali nějakou myšlenku, jestliže se vaše současné vibrační nastavení od oné myšlenky velice odlišuje. Můžete mít přístup pouze k myšlenkám, jejichž vibrace se nacházejí někde ve vašem současném vibračním pásmu.

Stalo se vám někdy, že se vám líbila nějaká hudební skladba a později jste ji slyšeli znovu, ale už se vám nelíbila vůbec? Při prvním poslechu jste se usmívali a možná se i kývali do rytmu, ale při tom pozdějším se vám ta samá hudba zdála iritující a otravná.

To, čeho si všímáte, je váš vibrační soulad s hudbou. Jinými slovy, když jste více v souladu s tím, kdo skutečně jste, mísí se hudba s vaším dobrým pocitem. Ale když v souladu nejste, hudba vám jen ukazuje rozdíl mezi vibrací Dobra, které je tím, co doopravdy jste, a vaší vibrací odporu v současném okamžiku.

Jsou chvíle, kdy vás přátelé mohou pošťuchovat a škádlit, a vám to zlepší náladu, ale jindy se z jejich pošťuchování a škádlení cítíte jen hůře. To, nakolik jste se díky nim cítili lépe, bylo z větší části dáno tím, nakolik jste byli, nebo nebyli vzdáleni souladu, protože udělat malý vibrační skok je snadné, ale udělat velký je obtížné, nebo dokonce nemožné.

Cílem těchto postupů je zbavit se odporu

Na následujících stránkách najdete postupy, které vám mají pomoci postupně zlepšit váš vibrační bod přitažlivosti. Váš současný vibrační stav bytí je stav, který se liší od člověka k člověku a čas od času, takže pouze podle toho, jak se během postupu budete cítit, poznáte, zda je právě teď pro vás vhodný.

Pozorováním, vzpomínáním, přemýšlením a diskutováním jste dospěli k mocnějším myšlenkám nebo přesvědčením, jež nyní ovládají váš bod přitažlivosti. Každá myšlenka, o které jste uvažovali nebo na niž jste se zaměřovali, ve vás způsobuje nějakou emoční reakci. Postupem času tak začínáte určité věci cítit určitým způsobem. To nazýváme vaším *emočním nastavením*.

Následující postupy jsou očíslovány od 1 do 22. Čím blíže jste právě teď vibračnímu souladu se svým Zdrojem dobra, tím budou techniky s nižšími čísly efektivnější v tom, aby vám pomohly se znovu plně uvést v soulad se Zdrojovou energií. Čím jste právě teď svému vibračnímu souladu se Zdrojem vzdálenější, tím vyšší číslo postupu to bude muset být, aby vás uvedlo zpět v soulad.

Můžete být někým, kdo je obvykle tak blízko souladu se svým

Zdrojem Dobra, že jen vzácně použijete některý z postupů, jehož číslo je vyšší než 12. Mohou se však objevit zvláštní okolnosti, které by mohly způsobit, že vaše vibrace budou nižší, než je váš obvyklý rozsah spojení. V takovém případě vám může prospět některý z postupů s vyšším číslem, ale to by byla u vás výjimka.

Záměrně stvořit změnu ve svém současném emočním nastavení

Na druhé straně můžete být někým, kdo si nemůže vzpomenout, kdy měl naposledy z něčeho dobrý pocit. Vzhledem k okolnostem svého života jste si mohli vypěstovat *nastavení*, které vás trvale udržuje mimo škálu vašeho spojení s Dobrem, takže možná nenajdete úlevu v žádném z prvních pěti nebo šesti postupů. Možná se vám dokonce i s pomocí těch posledních, které zde uvádíme, uleví jen mírně. Chceme, abyste si uvědomili, že nezáleží na tom, jak dobře se cítíte nebo jak rychle to pocítíte, nýbrž že záleží jedině na tom, abyste *vědomě* zaznamenali nějakou úlevu, byť i jen velice nepatrnou, a abyste pochopili, že vaše úleva přišla v reakci na nějakou *záměrnou* snahu, kterou jste vyvinuli. Protože když jste schopni najít úlevu, potom jste znovu získali tvůrčí kontrolu nad svými vlastními zkušenostmi a na své cestě se dostanete všude tam, kam chcete jít.

Mějte na paměti, že účelem každého postupu je zvýšit vaši vibrační frekvenci. Lze to popsát těmito způsoby:

*Cílem každého postupu je zbavit se odporu,
Cílem postupu je najít úlevu od odporu,
Cílem tohoto postupu je lepší pocit,
Cílem tohoto postupu je zlepšit mé emoční nastavení.*

Pokud se po několika minutách nějakého postupu necítíte stejně dobře nebo lépe, než když jste začali, jednoduše přestaňte a vyberte si jiný s vyšším číslem.

***Teď to trochu odlehčete
a užívejte si to jako zábavu***

Používáme střídavě slov postup, proces, technika nebo hra pro jednu a tutéž věc: jsou to účinné postupy, které vám pomohou dosáhnout všeho, po čem toužíte. Jestliže k nim budete přistupovat hravě, bude ve vás mnohem méně rezistence, než kdybyste je považovali za nástroje, které mají napravit něco, co je poroucháno. *Klíč k úspěchu těchto postupů ve skutečnosti závisí na vaší schopnosti zbavit se odporu, a čím jste hravější, tím menší odpor kladete.*

Záměrné používání těchto postupů vám pomůže pohnout vaším *emočním nastavením*, a tudíž změnit váš bod přitažlivosti. Hned první den aplikace těchto her začnete pozorovat okamžité zlepšení. S větší praxí zlepšíte svůj bod přitažlivosti u každého předmětu svého života.

V tuto chvíli jste tvůrci své reality

Jste tvůrci svých zkušeností, ať to víte, či ne. Vaše životní prožitky se vyvíjejí v přesné reakci na vibrace, které vyzařujete jako následek svých myšlenek, ať o tom víte, nebo ne.

Postupy, které zde předkládáme, vám pomohou transformovat se z člověka, který možná vytváří svoji realitu nevědomky nebo nějakým nedopatřením, v člověka, který je vědomým tvůrcem své reality. Aplikace těchto postupů vám poskytne přesnou kontrolu nad každým aspektem vašich životních zkušeností.

Postupy, které mění život, vám nabízíme s nesmírnou láskou a nadšením. Chováme velkou lásku... k vám.

PROCES Č. 1



Soustavné uznávání

Kdy použít tento proces:

- Když chcete použít dobrou náladu k získání ještě lepší nálady.
- Chcete-li zlepšit svůj vztah s někým nebo s něčím.
- Když chcete záměrně udržet své nastavení, kdy se cítíte dobře
- Když chcete zachovat nebo dokonce zlepšit svůj současný dobrý pocit.
- Když se chcete záměrně zaměřit na něco, co je prospěšné pro vaše nastavení.
- Když řídíte automobil, kráčíte nebo stojíte ve frontě a chcete přitom dělat něco, co je tvořivě produktivní.
- Máte-li před očima něco, co by vás potenciálně mohlo stáhnout k negativní emoci, a chcete si zachovat nad svou vibrační kontrolou.
- Když se vaše myšlenky nebo slova někoho, s kým jste, stáčí potenciálně negativním směrem a vy chcete mít směr dané záležitosti pod kontrolou.
- Když si uvědomujete, že zažíváte negativní emoci a chcete změnit to, jak se cítíte.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Tento proces *soustavného uznávání* pro vás bude nejpřínosnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

- (1) radostí/poznáním/posílením/svobodou/láskou/uznáním
a
(5) optimismem.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Řekněme, že cítíte *pozitivní očekávání*. Vzhledem k tomu, že *pozitivní očekávání* je umístěno na (4) a že (4) spadá mezi (1) a (5) pásma *emočního nastavení*, které navrhuje jako vhodné pro *Soustavné uznávání*, byl by tento proces pro vás jedním z nejceněnějších, jež můžete právě teď použít.

Tuto hru *Soustavné uznávání* můžete hrát kdekoli a kdykoli, protože je to hra, která se hraje snadno: ve vaší mysli se nasměřují příjemné myšlenky. Kdybyste napsali své myšlenky na papír, proces by to usnadnilo, ale není to bezpodmínečně nutné.

Začněte tím, že se porozhlédnete po svém bezprostředním okolí a všimnete si něčeho, co vás těší. Snažte se udržet svou pozornost u tohoto příjemného předmětu a zatím přemýšlejte, jak je skvělý, krásný nebo užitečný. A jak se na něj budete déle zaměřovat, vaše pozitivní pocity vzrostou.

Nyní si všimněte, jak se zlepšil váš pocit, a oceňte to. Potom, až bude váš dobrý pocit výrazně silnější, než když jste začínali, ohlédněte se po svém okolí a vyberte si jiný potěšující předmět, na nějž se pozitivně zaměříte.

Stanovte si jako cíl, že budete vybírat takové objekty vaší pozornosti, které se vám zalíbí, protože tohle není proces, kdy máte najít něco problémového a napravit to. Je to proces prakti-

kování vyšších vibrací. Čím déle se zaměřujete na věci, z nichž máte dobrý pocit, tím snazší pro vás je udržet vibrační frekvence, z nichž máte dobrý pocit. Čím víc si udržujete frekvence, které ve vás navozují dobrý pocit, tím víc vám *zákon přitažlivosti* bude dodávat další myšlenky, zkušenosti, lidi a věci, které jsou v souladu s vaší praktikovanou vibrací.

Protože vaším primárním záměrem je během dne nacházet věci, které uznáváte, praktikujete vibrace menšího odporu a posilujete své spojení se Zdrojovou energií.

Vzhledem k tomu, že vibrace uznávání představuje nejmocnější pojítka mezi vaším fyzickým já a Nefyzickým Já, uvede vás tento proces také do stavu, kdy se vám bude dostávat ještě jasnějšího vedení od vaší vnitřní bytosti.

Čím víc praktikujete uznávání, tím budete mít ve svých vibračních frekvencích méně odporu. A čím méně odporu máte, tím bude váš život lepší. Praktikováním tohoto *soustavného uznávání* si navyknete na pocit vyšších vibrací, takže pokud se někdy vrátíte ke starému způsobu rozhovoru, který ve vašich vibracích vyvolá odpor, všimnete si toho ještě dřív, než tato vibrace příliš zesílí.

Čím víc nacházíte věci, které uznáváte, tím lepší z toho máte pocit; čím lepší z toho máte pocit, tím víc to chcete dělat; čím víc to chcete dělat, tím lepší z toho máte pocit... a tím víc to chcete dělat.

Zákon přitažlivosti pomáhá s mocnou hybnou silou těchto pozitivních myšlenek a pocitů, dokud ve velmi krátkém čase a s velmi malou námahou nezjistíte, že vaše srdce radostně zpívá v harmonii s tím, kdo skutečně jste.

A v této vibraci báječného pocitu, kde neexistuje žádný odpor, se octnete v zesíleném stavu *umožňování*; budete v takovém vibračním stavu, kdy věci, jež si přejete, mohou plynout snadno do vašich zkušeností. Čím to bude lepší, tím to bude lepší!

Jestliže je vaše vibrace v dostatečné blízkosti vyšším vibracím, když začínáte hru, a vy zjistíte, že se snadno a rychle povznášíte do stavů lepších pocitů, pokračujte ve svém *soustavném uzná-*

vání tak dlouho, dokud na to budete mít čas a dokud z toho budete mít dobrý pocit.

Jestliže se pokoušíte o tuto hru a nemáte z ní dobrý pocit, nepociťujete-li onu hybnou sílu, která se vás zmocní, jakmile se zaměřujete na jednu šťastnou myšlenku za druhou, pokud vás dotyčný proces jakkoli obtěžuje, přestaňte a vyberte si proces s vyšším číslem.

Dokonce, i když vůbec nechápete *zákon přitažlivosti*, i když vůbec nerozumíte spojení se svým Zdrojem energie, praktikování tohoto procesu vás přivede k tomu, že budete provádět *umění umožňování*, aniž byste si toho byli vůbec vědomi. Všechny věci, které jste stanovili jako předměty své touhy, začnou plynout do vašich zkušeností. Když se nacházíte v rozpoložení uznávání, pak se ve vašich vibracích nenachází žádný odpor. A váš odpor je jediná věc, která vám kdy bránila v tom, po čem jste toužili.

V *soustavném uznávání* nastavujete ve skutečnosti svou vibrační frekvenci na vibraci umožňování toho, co jste si žádali zažít. Žádali jste každý den, kdy jste zažívali své zkušenosti, a Zdroj na to reagoval, a to bez výjimky. Když se nyní nacházíte ve stavu *uznávání*, praktikujete tak přijímání. Zasazujete se o poslední krok v procesu *tvorby* (to jest, připouštíte ji).

Zpočátku by bylo dobré vyhradit si 10 nebo 15 minut denně výlučně na tento proces. Po několika dnech, kdy se budete těšit z užitku, který vám bude přinášet záměrné dosahování a udržování zvýšených vibrací, zjistíte, že se mu věnujete mnohokrát denně – několik sekund teď a několik sekund za chvíli, v nejrůznějších situacích, čistě proto, že je to příjemné.

Když například stojíte ve frontě na poště, můžete si pomyslet:

Tohle je velice hezká budova.

Je skvělé, že ji udržují v takové čistotě.

Líbí se mi, jak je ta poštovní úřednice přátelská.

Váším si způsobu, jak se tamta matka chová ke svému dítěti.

*To je hezké sako.
Dnes mi jde všechno velice dobře.*

Když jedete kupříkladu autem do práce, můžete si myslet:

*Mám rád/a své auto.
Tahle nová dálnice je skvělá.
Ačkoli prší, je mi hezky.
Jsem moc rád/a, že mám tak spolehlivé auto.
Jsem vděčný/á za svou práci.*

Mohli byste se konkrétněji zaměřit na kterýkoli ze svých předmětů uznávání a najít ještě více důvodů k pocitu, proč si jich ceníte. Například:

Tohle je velice hezká budova...

*Je tu mnohem víc parkovacích míst než u staré pošty.
Je tu více poštovních přepážek a fronta postupuje mnohem rychleji než dřív.
Díky velkým oknům působí interiér mnohem prostorněji.*

Tahle nová dálnice je skvělá...

*Nejsou tu žádné semaforey, které by mne zdržovaly.
Mohu jet mnohem rychleji než dřív.
Tahle cesta umožňuje krásný výhled.*

Jakmile se začnete orientovat na vyhledávání věcí, kterým byste mohli projevit uznání a ocenění, zjistíte, že váš den bude *plný* takových věcí. Myšlenky a pocity uznání se ve vás budou rodit zcela přirozeně. Často se bude stávat, že během takovýchto upřímných pocitů uznání k někomu nebo něčemu ucítíte chvění nebo vám naskočí husí kůže – tak poznáte, že jste v souladu se svým Zdrojem.

Abrahame, řekněte nám více o Soustavném uznávání

Pokaždé, když něčemu projevujete uznání, pokaždé, když něco chválíte, pokaždé, když z něčeho máte dobrý pocit, říkáte vesmíru: „Dejte mi toho víc, prosím.“ Nemusíte ani slovně opakovat větu s takovýmto záměrem, ale jestliže se většinou nacházíte ve stavu uznávání, bude k vám plynout všechno dobré.

Lidé se nás často ptají: *Cožpak není láska lepší slovo než uznání? Není láska výstižnější popis Nefyzické energie?* My říkáme, že *láska* a *uznání* představují ve skutečnosti tytéž vibrace. Někteří lidé používají také pojem *vděčnost* nebo *pocit vděčnosti*, ale všechna tato slova vlastně vyjadřují Dobro.

Touha uznávat představuje velice dobrý první krok. Jakmile najdete více věcí, za které byste rádi poděkovali, rychle tak nahromadíte hybnou sílu. Když pociťujete uznání, přitahujete něco dalšího, co byste také mohli uznávat, dokud postupem času nezačnete zažívat *soustavné uznávání*.

Nemůžete ovládat pocity druhých

Během dne můžete vidět nešťastné lidi, kteří jsou rozladění, zklamaní nebo je něco bolí. Pokud na vás nasměrují svou negativní emoci, bude se vám asi zdát velice těžké vůči nim pociťovat uznání. Můžete se poté začít obviňovat, že jste nebyli dostatečně silní, abyste je uznávali navzdory jejich negativním vibračním vysílaným směrem k vám. My jsme však nikdy netvrdili, že byste měli být schopni mít dobrý pocit, když se díváte přímo na něco, co nechcete. Místo toho se ohlížejte po tom, co ve vás vyvolává dobré pocity, a *zákon přitažlivosti* vám pak přinese další takové věci.

Kdykoli hledáte něco, co byste chtěli uznávat, musíte mít pod kontrolou vysílání svých vibrací a svůj bod přitažlivosti. Reagujete-li na to, jaký z vás mají pocit ostatní, nemáte nad tím

kontrolu. Pokaždé, když se více zajímáte o to, jak se cítíte *vy sami*, však máte kontrolu nad svým prožíváním. Vždyť nevíte, že oněm lidem dnes ráno někdo přejel psa nebo že se právě rozvedli nebo že jim někdo vyčerpal všechny peníze z účtu. Nevíte, jak žijí, takže nemůžete chápat, proč na vás reagují tak, jak na vás reagují, a nemůžete to ani mít pod kontrolou.

Jakmile se rozhodnete, že nic není důležitější než to, abyste se cítili dobře, a že budete vědomě vyhledávat věci, které byste dnes mohli uznávat, pak se předmětem vaší pozornosti stane pocit uznávání. Takto vytvoříte mezi sebou a předmětem uznávání spojení, na jehož základě začne okamžitě fungovat zákon přitažlivosti, takže budete ihned vidět více věcí, jež můžete uznávat.

Když pocítujete uznání, nemůžete se cítit defenzivně

Jestliže nechápete, že jediné, co má vliv na vaše zkušenosti, je vaše plynoucí energie, jestliže si myslíte, že je to záležitost náhody, shody okolností, statistické pravděpodobnosti nebo zákona velkých čísel, budete mít pocit zranitelnosti třeba když uvidíte ve zprávách, že uprchl vrah a ze svého auta střílel po okolí, protože se domníváte, že vaše štěstí nebo vaše Dobro závisí na jeho chování. Ale jestliže je vaše Dobro závislé na jeho chování a vy ho nemůžete mít pod kontrolou, protože ani nevíte, kde se tento člověk nachází, nemůžete mít nikdy k dispozici dost policistů na to, abyste ho zajistili, pak vaše zranitelnost začne růst.

Chceme, abyste cítili, jak cenné je spojení s Nefyzickou energií, a nejsnazším a nejrychlejším způsobem, jak toho dosáhnout, je právě *uznávání*. Když je vaše touha po spojení s Nefyzickou energií dostatečná, najdete každou hodinu desítky způsobů, jak sebou nechat proudit uznání.

Budete si ale muset nejprve uvědomit, že vůbec nezáleží na tom, jak někdo působí na vás, jinak začnete být defenzivní. Nelze být

zároveň defenzivní a uznávající. Když se soustředíte na uznávání, potom i k vám bude proudit uznávání. Ale vám ve skutečnosti nejde o to, aby se *vám* dostávalo uznání; chcete mít pocit, že uznávání proudí *skrze* vás.

Když si během dne uvědomíte něco, co *nechcete*, začínáte se jasněji zaměřovat na to, co *chcete*. Praktikujete-li *soustavné uznávání*, můžete svou pozornost snadno zaměřit na to, co chcete, místo na to, co nechcete. Takto se stáváte aktivními tvůrci, jimiž vám bylo určeno být.

Život není to, co nastane zítra, život je to, co je právě teď. Život je to, jakým způsobem právě utváříte energii!



Kouzelná krabice tvorby

Kdy použít tento proces:

- Když máte náladu na příjemnou činnost, která zaměří vaši energii, jež vytváří světy specifickými směry podle vašich osobních preferencí.
- chcete-li poskytnout Vesmírnému manažerovi (více v procesu 20) ještě konkrétnější informace ohledně detailů týkajících se věcí, jež vás těší.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Tento proces nazvaný *Kouzelná krabice tvorby* pro vás bude nejcennější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(1) radostí/poznáním/posílením/svobodou/láskou/uznáním

a

(5) optimismem.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Pokud se cítíte tak, že to spadá na stupnici někam mezi (1) radost a (5) optimismus, potom pro vás bude vhodný tento proces nazvaný *Kouzelná krabice tvorby*.

Začněte tak, že si vezmete hezkou krabici, na kterou je radost se podívat. Na víko napište na viditelné místo tato slova: *Cokoli tato krabice obsahuje, to JE!*

Dále si shromáždíte časopisy, katalogy a brožury a v klidu si je prohlížíte a díváte se, zda v nich najdete něco, co byste chtěli zahrnout do svých zkušeností. Potom vystříhejte obrázky, které představují nějaké vaše přání: obrázky nábytku, oblečení, krajiny, budov, cestovatelských cílů, vozidel; obrázky fyzických rysů; fotografie lidí, kteří na sebe vzájemně reagují... Jestliže vás to jakkoli přitahuje, vystříhnete to a vložte do své *Krabice tvorby*. Když do ní vkládáte obrázky svých tužeb, řekněte: „Cokoli tato krabice obsahuje, to JE!“

I když nejste na stejném místě jako vaše krabice, sbírejte další obrázky. Až se vrátíte domů, vložte je do ní. Jestliže jste svědky něčeho, co byste chtěli zažít, zapište si to na papír a ten také vhodte do krabice.

Čím víc věcí hodících se do vaší krabice najdete, tím více dalších představ, které se k nim hodí, vám vesmír dodá. Čím víc představ vložíte do své krabice, tím víc vaší touhy bude zaměřeno. A čím víc vaší touhy je zaměřeno, tím živější se budete cítit – protože právě tato energie proudící skrze vás je život.

Jestliže máte málo nebo žádný odpor – jinými slovy, jestliže nemáte žádnou pochybnost, že těchto věcí dosáhnete – budou vás tyto zkušenosti velice povzbuzovat. Čím víc věcí si budete vystřihovat, tím lépe se budete cítit a začnete spatřovat důkazy těchto věcí, které budou stále blíž vašim zkušenostem. Začne se otevírat brána, do níž všechny tyto věci teď budou moci vstupovat.

Tento proces vám pomůže zaměřovat svá přání, a tak budete vědomě rozvíjet **1. krok** (Požádejte). Nebude-li ve vás žádný odpor, začne se vám všechno dít rychle.

Jestliže se obvykle cítíte dobře a nenavykli jste si být nešťastní z toho, že nemáte věci, které vkládáte do krabice, zažijete okamžitý pozitivní výsledek. Budete se cítit více zaměřeni a více nadšeni životem. Věci, které jste vložili do *Krabice tvorby*, se začnou ve vašich zkušenostech ihned zhmotňovat. Jinak řečeno, pro někoho, kdo nepropraktikoval myšlenky odporu, bude tento proces všechno, co potřebuje k vytvoření báječného života: vy požádáte, Zdroj odpoví, vy to necháte přijít. *Požádáte – a je vám dáno.*

Jestliže se vám tento proces líbí, velice vám poslouží; pomůže vám zaměřit se na to, po čem toužíte. Praktikujete dosažení konzistentní vibrace, která odpovídá vašim přáním, a zažíváte *záměrnou tvorbu*. A co je nejdůležitější: vaše dobré pocity vám sdělí, že se právě teď nacházíte v receptivním rozpoložení. Vaše pozornost věnovaná tomuto procesu vám pomáhá udržovat vibrační frekvenci potřebnou k tomu, abyste umožnili vstoupit do vašich zkušeností tomu, o co žádáte – praktikujete *umění umožňování*.

Abrahame, řekněte nám více o Kouzelné krabici tvorby

Představte si, že se sedíte na židli a naproti vám je hezká krabice přiměřené velikosti. Víte, že jste tvůrci a že tato krabice je vašim stvořením; je to jakoby váš svět. Jste jako obři sedící na velké židli a máte schopnost v tomto fyzickém vesmíru dosáhnout kamkoli a vzít si podle svého přání cokoli a vložit to do své krabice.

Dáte do ní krásný dům a město, které se vám líbí. Dáte do ní i způsob svého výtvarného díla a možná i způsob výtvarného díla svého partnera. Dáte do ní všechno, co rádi děláte, krásné věci, které nacházíte tady i tam, pocity euforie, smyslné pocity a všechno, co chcete. To vše vložíte do své *Krabice tvorby*.

Mohli byste hrát tuto hru pouze v duchu, ale je mnohem zábavnější mít opravdovou krabici a dávat do ní věci, které reprezentují vaše přání. Začnete si všimnout, že když do své *Krabice tvorby*

vložíte něco, co neobsahuje vzorec odporu, vesmír vám to ihned dodá. Naopak věcem, které dáváte do krabice a v nichž jsou obsaženy vzorce odporu, trvá déle, než nastanou.

Při vizualizaci máte úplnou tvůrčí kontrolu

Tento proces se vám možná zdá poněkud výstřední, nicméně je účinný, jelikož zvyšuje vaši schopnost vizualizace. Většina lidí vysílá většinu vibrací v reakci na to, co pozoruje, v tom však není žádná tvůrčí kontrola. Vaše tvůrčí kontrola nastává jen v *záměrném* vysílání myšlenek. Když si něco vizualizujete, máte plnou kontrolu.

Esther jednou hrála hru s *Krabicí tvorby*, když letěla s Jerryem z New Yorku domů do San Antonia. Když si balila věci a připravovala se na let, v duchu – neboli *mentálně* – vkládala do své krabice různé věci, například jasné nebe, krásný den (líbí se jí, když se z letiště La Guardia vynesou do vzduchu a ona může pozorovat všechny orientační body v krajině, s nimiž se seznámila). *Tak krásné místo, tak mnoho mostů a všechna ta třpytící se voda a ty majestátní budovy.* Myslela na šťastné letušky, radostné spolucestující a spoustu zábavy během letu. A potom si pomyslela: *Doufám, že se kvůli tomu setkání OSN nezablokují všechny dálnice.* Ale potom řekla: „To je divná věc, nehodí se do mé krabice; nechci ji tam.“

Když záměrně něco vkládáte do své *Krabice tvorby*, snáze si uvědomíte, že myslíte na něco, co nechcete zažívat. Díky svému vztahu s *Krabicí tvorby* poznáte moc, již mají vaše myšlenky.

Další příklad: Jerry a Esther se ohlíželi po nějakém orientálním koberečku do svého domu. Jednoho dne, když byli v letadle, vytrhávala Esther z časopisu různé věci do své *Krabice tvorby* a vytrhla i stránku, kde byl obrázek krásného koberečku. Když dorazili domů, museli vyřídit několik krabic pošty. Když Esther sáhla do jedné z nich, vytáhla pohlednici zaslanou novou firmou

specializující se na koberce, na níž byl právě takový kobereček. Vykřikla: „Podívej, jak rychle to funguje!“ Ta pohlednice nebyla v její schránce ani 24 hodin...

Chceme, abyste z tohoto procesu měli radost a aby vás bavil. Často se stává, že když dostanete něco, co jste chtěli, je váš pocit nadšení jen velmi krátký. Tato hra vám však dá příležitost vychutnávat si věci, po nichž toužíte, delší dobu. Vzrušení ze zhmotňování věcí pak bude o to sladší.

Jakmile s tímto procesem začnete, budete přímo ohromeni tím, jak funguje a jak efektivní je onen nesmírný Nefyzický „výkonný personál“, jenž reaguje na vaše vibrační požadavky. Když žádáte, je vám dáváno, a když si hrajete s *Krabicí tvorby*, naučíte se to i přijímat.

PROCES Č. 3



Tvůrčí dílna

Kdy použít tento proces:

- Chcete-li se zaměřit na to, co je pro vás osobně nejdůležitější.
- Když chcete mít vědomější kontrolu nad hlavními oblastmi svého života.
- Přejete-li si zlepšit svůj stav *umožňování*, tak aby do vašich zkušeností přicházely ještě báječnější věci.
- Když chcete praktikovat pozitivní bod přitažlivosti tak dlouho, dokud se nestane převažujícím.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Tento proces nazvaný *Tvůrčí dílna* pro vás bude nejpřínosnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

- (1) radostí/poznáním/posílením/svobodou/láskou/uznáním
a
(5) optimismem.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Podobně jako i ostatní procesy zde uvedené je i tento neúčinnější, když jej provádíte písemně, ale může být přínosný i tehdy, hrajete-li jej jako hru v duchu, třeba když někam jedete nebo když jste na procházce, či kdykoli jste sami a máte několik minut, v nichž nebudete nikým rušeni.

Na začátku procesu *Tvůrčí dílny* vezměte čtyři listy papíru a nahoru na každý z nich napište jeden z následujících nadpisů neboli jednu z kategorií: *Mé tělo*, *Můj domov*, *Mé vztahy*, *Má práce*.

Pak se zaměřte na první téma (*Mé tělo*) a na první stránku napište: *Tohle si přeji, co se týče mého těla*. Na tomto seznamu nepracujte nijak usilovně. Jestliže nemůžete nic vymyslet, přejděte k následující kategorii. Napište krátký seznam věcí, jež se týkají vašeho těla a po nichž toužíte a které vám právě teď bez námahy vytanou na mysl. Například:

Chci se vrátit ke své ideální tělesné váze.

Chci si nechat udělat skvělý sestřih.

Chci objevit nějaké báječné nové šaty.

Chci se cítit silný/á a zdravý/á.

Nyní se zaměřte na každou větu vyjadřující vaše přání ohledně vašeho těla, kterou jste napsali, a napište důvody, proč tyto jednotlivé věci chcete. Například:

Chci se vrátit ke své ideální tělesné váze...

... protože se cítím nejlépe, když mám správnou váhu.

... protože budu moci nosit oblíbené kousky oděvu.

... protože si s radostí půjdu koupit nové oblečení.

Chci si nechat udělat skvělý sestřih...

... protože chci vypadat dobře.

... protože skvělý sestřih bude možné udržovat mnohem snáze.

... protože když mám dobře ostříhané vlasy, stačí mi méně času, abych vypadal/a dobře.

Chci objevit nějaké báječné nové šaty...

... protože z nových šatů mám vždy dobrý pocit.

... protože rád/a vypadám dobře.

... protože se mi líbí, když na mne lidé reagují pozitivně.

... protože v nich vždy vypadám svěže.

Chci se cítit silný/á a zdravý/á...

... protože miluji pocit vitality.

... protože se mi líbí, když mám energii na všechno, co chci dělat.

... protože je prostě příjemné mít dobrý pocit!

Proces *Tvůrčí dílna* vám pomůže zaměřit se na oblasti, které jsou pro vaše životní zkušenosti nejbezprostřednější a nejdůležitější. Když si ve svém životě stanovíte čtyři základní předměty, dojde k zaměřování energie. Když konkrétněji pojmenujete, po čem toužíte, aktivujete tak energii kolem těchto předmětů ještě víc. Přemýšlením o tom, *proč* tyto věci chcete, můžete zmírnit svůj odpor vůči nim, zatímco myšlenkám dodáte ještě více jasnosti a síly. To, *proč* něco chcete, definuje podstatu toho, *co* chcete... Vesmír vám vždy dodá vibrační podstatu vašeho přání.

Když myslíte na to, *proč* něco chcete, obvykle zmírníte odpor. Myslíte-li spíš na to, *kdy* to k vám přijde nebo *jak* to přijde či *kdo* vám pomůže, abyste to měli, tak často jenom zvýšíte odpor, zvláště pak tehdy, neznáte-li ještě na tyto otázky odpověď.

Pak doplňte další tři kategorie: *Můj domov. Mé vztahy. Má práce.*
Napište krátký seznam věcí, které se týkají vašeho domova, po nichž toužíte a jež vám právě teď snadno přicházejí na mysl. Například:

Chci objevit skutečně skvělý nábytek.
Chci být pořádnější.
Chci vysunovací přihrádky ve skříňkách na nádobí.
Chci mít v koupelně krásné dlaždičky.

A nyní si napište důvody, proč tyto věci chcete.

Chci objevit skutečně skvělý nábytek...

... protože je to moc prima provádět změny.
... protože miluji zábavu a chci mít ze svého domova dobrý pocit.
... protože bude snazší, když budu mít vše dobře uspořádané a uklizené.
... protože nábytek dodává domovu tu správnou atmosféru.

Chci být pořádnější...

... protože mám lepší pocit, když jsou věci uklizené.
... protože se mi lépe pracuje v uspořádaném prostředí.
... protože se nám všem dělají věci lépe, když jsou na svém místě.
... protože pak mohu udělat víc práce.

Chci vysunovací přihrádky ve skříňkách na nádobí...

... protože pak snadněji najdu, co potřebuji.
... protože se mi potom bude chtít častěji vařit.
... protože bude pohodlnější vyndávat hrnce, až je budu potřebovat.
... protože budu mít z kuchyně mnohem lepší pocit.

Chci mít v koupelně krásné dlaždičky...

... protože pak bude koupelna vypadat zářivěji.

... protože to dodá mému bytu větší hodnotu.

... protože se mi bude snáze uklízet.

... protože ve mně vyvolávají tyto dlaždičky již při pouhém pohledu dobrý pocit.

Napište krátký seznam věcí, po nichž toužíte a které vám bez námahy právě teď vytanou na mysli a které se týkají vašeho vztahu (vyberte si ten vztah, který se vám zdá právě teď nejdůležitější).

Chci, abychom spolu trávili víc času.

Chci, abychom si spolu užili víc legrace.

Chci, abychom spolu chodili častěji na večeri.

Chci, abychom častěji relaxovali a hráli si.

Chci, abychom spolu trávili víc času...

... protože když jsme spolu, cítím se nejlépe.

... protože s nikým jiným nejsem tak rád/a.

... protože máme tolik věcí, které jsou zábavné a o nichž spolu můžeme mluvit.

... protože tuto osobu velice miluji.

Chci, abychom si spolu užili víc legrace...

... protože to je ta hlavní věc, kterou máme na sobě navzájem rádi.

... protože se rád/a směji.

... protože rád/a nacházím další věci, které je zábavné dělat.

... protože když si užíváme legrace, mám z toho dobrý pocit.

Chci, abychom spolu chodili častěji na večeri...

- ... protože mi to připomíná dobu, kdy jsme se setkali poprvé.*
- ... protože mám rád/a ten luxus, když vaří někdo jiný.*
- ... protože rád/a relaxuji na hezkém místě a soustřeďuji se na toho druhého.*
- ... protože se tam dá vybrat tolik chutných jídel.*

Chci, abychom častěji relaxovali a hráli si...

- ... protože máme oba hravou povahu.*
- ... protože mám rád/a ten svobodný pocit, kdy prostě jsme spolu a relaxujeme.*
- ... protože tak přijdeme na ty nejlepší nápady.*
- ... protože to zlepšuje náš vztah.*

Napište krátký seznam věcí, po nichž toužíte a které vám bez námahy právě teď vytanou na mysli a které se týkají vaší práce.

Chci si vydělat víc peněz.

Chci, aby mě vzrušovalo, co dělám.

Chci, aby mi byli příjemní lidé, s nimiž pracuji.

Chci více cítit, že má práce má smysl.

Chci si vydělat víc peněz...

- ... protože si chci koupit nové auto.*
- ... protože se cítím pyšný/á na to, co umím.*
- ... protože je tolik skvělých míst, kam bych se chtěl/a podívat a kde je možné dělat zajímavé věci.*
- ... protože budu mít dobrý pocit, když zaplatím některé účty.*

Chci, aby mě vzrušovalo, co dělám...

... protože práce představuje podstatnou část mého života a spokojenost s ní je důležitá.

... protože je to dobrý pocit, když mě skutečně zajímá to, co dělám.

... protože když se cítím plný/á sil, den plyne rychle.

... protože je hezké mít dobrý pocit.

Chci, aby mi byli příjemní lidé, s nimiž pracuji...

... protože tvoří podstatnou součást mého života.

... protože si navzájem můžeme být velmi užiteční.

... protože každá interakce má úžasný potenciál.

... protože rád/a povzbuzuji druhé.

Chci víc cítit, že má práce má smysl...

... protože chci něco dokázat.

... protože rád/a dostávám nápady a zabývám se jimi.

... protože mám rád/a pocit, že se těším do práce.

... protože rád/a zažívám, jaké to je, když dostanu skvělý nový nápad.

Tento proces vám pomůže rozproudít energii tak, aby se zaměřila na čtyři hlavní oblasti vaší osobní zkušenosti. Doporučovali bychom, abyste hráli tuto hru jednou týdně asi tak měsíc a poté jednou měsíčně.

Nesnažte se napsat *všechno*, co v jednotlivých oblastech chcete. Zapište si pouze to, co vám hned vytane na mysli.

Tento uvolněný a prostý proces způsobí větší aktivaci věcí, na nichž vám nejvíce záleží. V okolnostech a událostech, které

s danými oblastmi souvisejí, začnete okamžitě spatřovat důkazy zvýšené aktivity.

Abrahame, řekněte nám více o Tvůrčí dílně

Přitahujete jako magnet myšlenky, lidi, události, životní styly, čili všechno, co žijete. A tak platí, že když vidíte věci takové, jaké jsou, přitahujete více téhož. Když však vidíte věci takové, jaké je chcete mít, přitahujete věci takové, jaké byste je chtěli mít. Proto platí, že čím lepší to je, tím lepší je to; nebo čím horší to je, tím horší je to. Lidé mají jednoduše tendenci dívat se většinou na to, co je.

Proces *Tvůrčí dílny* vám pomůže si zvolit, jakým druhem magnetu budete. Už nebudete pouze podléhat tomu, co si myslí, chtějí nebo vidí druzí, protože budete mocnými *záměrnými tvůrci* sebe samých i svých zkušeností.

Vítejte, maličci, na planetě Zemi

Kdybychom s vámi mluvili první den vaší fyzické zkušenosti, řekli bychom vám: *Vítejte, maličci, na planetě Zemi. Není nic, čím byste nemohli být, co byste nemohli dělat nebo co byste nemohli mít. Jste vynikajícími tvůrci a jste tu díky své mocné a záměrné touze tady být. Konkrétně jste uplatnili úžasný zákon záměrné tvorby a jste zde na základě své schopnosti tvořit.*

Jděte a přitahujte takové životní zkušenosti, které vám pomohou vybrat si, co chcete. Jakmile si to vyberete, věnujte své myšlenky pouze tomu. Většinu svého času strávíte hromaděním informací, která vám pomohou zvolit si, co chcete, ale vašim skutečným úkolem je zvolit si, co chcete, a poté se na to zaměřit, protože právě prostřednictvím zaměřování se na to, co chcete, to k sobě přitáhnete. Takový je proces tvoření.

Avšak my k vám první den vašich životních zkušeností *nepromlouváme*. Jste tu už nějakou chvíli a většina z vás se na sebe nedívá svými vlastníma očima – dokonce ani *především* svými vlastníma očima – ale vidíte se většinou očima druhých. A tak v současné době mnozí z vás nejsou v takovém stavu bytí, v jakém chtějí být.

Proces *Tvůrčí dílny* je proces, v němž můžete dosáhnout takového stavu bytí, jaký si vyberete, takže vědomě máte přístup k síle vesmíru. Začnete přitahovat předmět své touhy spíše než předmět, o kterém máte pocit, že je vaší realitou. Z naší perspektivy existuje velký rozdíl mezi tím, co existuje nyní – tj. tím, co nazýváte realitou – a tím, co je skutečně realita.

I když jste kupříkladu v těle, které není zdravé, nebo v těle, které nemá takovou velikost, tvar či vitalitu, jakou jste si vybrali, i když žijete životním stylem, který vás netěší, i když sedíte v autě, které vám možná připadá trapné, nebo jednáte s lidmi, kteří ve vás možná nezbuzují radost, chceme vám pomoci pochopit, že ačkoli se to jeví jako váš stav bytí, nemusí to jím být.

To, co zde nabízíme, je proces, jímž můžete každý den strávit trochu času, přičemž budete záměrně přitahovat do svých zkušeností dobré zdraví, vitalitu, prosperitu a pozitivní interakce s druhými, prostě všechny ty věci, které vytvářejí vaši vizi toho, co by pro vás mělo být dokonalými životními zkušenostmi.

Další příklad *Tvůrčí dílny*

Chceme vás povzbudit, abyste se dílně věnovali každý den, ale pouze chvíli. Patnáct nebo dvacet minut stačí. Je dobré, když se to děje na místě, kde se můžete posadit a psát, i když tento proces lze provádět i v duchu kdekoli, kde nebudete vyrušováni. Nejde však o to, dostat se do změněného stavu vědomí; meditačního stavu zde není potřeba. Tvůrčí dílna je „místo“, kam prostě jdete, kde jasně věnujete myšlenky tomu, co chcete, a to v té míře, že

ve vás vyvolají pozitivní pocity. Pouštějte se do tohoto procesu s euforickým a odlehčeným pocitem. Jestliže se necítíte šťastní, není na *Tvůrčí dílnu* vhodná chvíle.

Vaším úkolem v této dílně je vstřebat data ze svých každodenních zkušeností a sestavit je tak, aby vznikl obraz, který vás uspokojuje a těší. Během dne si, bez ohledu na to, co právě děláte – když jdete do zaměstnání, věnujete se domácím pracím, jste v kruhu své rodiny a přátel – všimněte věcí, které se vám líbí, abyste je později mohli přinést do své *Tvůrčí dílny*.

Spatříte například někoho, kdo má radostnou povahu. Vezměte tento údaj a později ho přineste do dílny. Nebo uvidíte někoho v autě, po jakém toužíte; i tento údaj si zaznamenejte. Možná si všimnete zaměstnání, které by vás těšilo... zkrátka, jakmile vidíte něco, co je vám příjemné, zapamatujte si to, nebo si to i запиšte a později, až se budete věnovat procesu své *Tvůrčí dílny*, můžete začít tato data vstřebávat. A přitom si budete připravovat takový obrázek sebe samých, který začnete přitahovat do svých zkušeností.

Zde je obsáhlejší příklad *Tvůrčí dílny*:

Líbí se mi tu, protože poznávám cenu a intenzitu této chvíle. Cítím se tady velmi dobře. Když se na sebe dívám, vidím celek, o němž vím, že jsem si ho sám/sama stvořil/a takový, který je zaručeně podle mé volby. Naplňuje mne energie a já neúnavně, skutečně bez odporu procházím životními zážitky. Vidím se, jak v této představě s lehkostí nasedám do svého auta a vystupuji z něj, vcházím do budov a do místností a zase z nich vycházím, dávám se s někým do řeči a zase v hovoru ustávám, prožívám různé zkušenosti a zase z nich vystupuji. Pohybují se bez námahy, příjemně a šťastně.

Vidím se, jak přitahuji pouze ty, kdo jsou v harmonii s mým současným záměrem. Stále více si uvědomuji, co si přeji. Když nasedám do svého auta a jedu na nějaké místo, vidím, jak

přijíždím na místo zdravý/á, svěží a včas a připravený/á na vše, co se tam chystám dělat. Vidím, jak jsem dokonale oblečený/á, přesně takovým způsobem, jaký jsem si zvolil/a.

Je hezké vědět, že nezáleží na tom, co ostatní dělají nebo co si myslí o tom, co dělám. Důležité je, že já mám ze sebe radost. A jaký/á se v této představě vidím, takový/á určitě i jsem.

Poznávám, že jsem ve všech aspektech svého života neohraničený/á. Mám neomezený bankovní účet. Zažívám nepřítomnost jakýchkoli finančních omezení. Ve všem se rozhoduji na základě toho, zda to chci zažít, nebo nechci, nikoli na základě toho, zda si to mohu dovolit. Víím, že jsem magnet přitahující jakoukoli úroveň prosperity, zdraví nebo vztahů, které si vyberu.

Vybírám si absolutní a trvalou hojnost, protože chápu, že bohatství vesmíru je neomezené, a že když k sobě přitahuji hojnost, neomezují tím druhé. Všeho je dost pro všechny. Není nutné si ukládat velké částky peněz stranou, neboť všechno, co chci nebo potřebuji, mohu snadno vnést do svých zkušeností. Je mi k dispozici neomezený přísun peněz a prosperity všeho druhu.

Vidím, jak mne obklopují lidé, kteří podobně jako já touží po růstu a kteří jsou ke mně přitahováni mou ochotou jim umožnit, aby byli, dělali nebo měli všechno, co chtějí. Vidím, jak vzájemně reagují s druhými – mluvím s nimi, smějí se s nimi a radují se z toho, co je na nich dokonalé, a oni se zase radují z toho, co je dokonalé na mně. Uznáváme se a oceňujeme navzájem. Nikdo nekritizuje nechtěně věci ani si jich nevšímá.

Vidím se v dokonalém zdraví, v absolutní prosperitě, cením si zkušeností s fyzickým životem, které jsem chtěl/a natolik, že jsem se rozhodl/a být touto fyzickou bytostí.

Je nádherné být zde, rozhodovat se pomocí fyzického mozku, a přitom nabývat síly vesmíru prostřednictvím zákona přitažlivosti. A právě na základě tohoto úžasného stavu bytí přitahuji více téhož. Je to dobré. Je to prima. Velice se mi to líbí.

A nyní je má práce pro tento den hotová. Odcházím ze své Tvůrčí dílny, vydávám se do zbývající části tohoto dne a poohlédnu se po dalších věcech, které se mi líbí. Má práce je hotová.

Když do své dílny vstoupíte již s dobrým pocitem a poté do ní vnesete specifické aspekty životních zkušeností, které se vám líbí, pak dojde k tomu, že když si představujete tyto věci velmi podrobně, začnou se ve vašem životě mimo vaši dílnu zrcadlit obrazy, které jste v *Tvůrčí dílně* vytvořili. Je to účinný nástroj, který vám pomůže vytvořit si dokonalý život.



Virtuální realita

Kdy použít tento proces:

- Když se cítíte dobře a chcete praktikovat vibraci *umožňování*.
- Nacházíte-li se ve stavu, kdy si vzpomínáte na nějakou příjemnou zkušenost a chcete tento pocit prodloužit nebo ho ještě vylepšit.
- Když vám zbyl čas a přejete si jej strávit příjemným způsobem.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Virtuální realita* pro vás bude nejpřínosnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(1) radostí/poznáním/posílením/svobodou/láskou/uznáním

a

(8) nudou.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Mějte na paměti, že žijete ve *vibračním vesmíru* a všechno se řídí *zákonem přitažlivosti*. Dostanete to, na co myslíte, ať to chcete, nebo ne, protože kdykoli dosáhnete vibrační harmonie s něčím proto, že tomu věnujete pozornost, vibrační esence této věci se nějakým způsobem začne objevovat ve vašich životních zkušenostech.

Vesmír reaguje na vaše vyzařování vibrací, na váš bod přitažlivosti, na vaše myšlenky a na to, jak se cítíte. Vesmír nereaguje na to, co se *už* projevilo ve vašich zkušenostech, ale na vibrace, které *nyin* vyzařujete. Vesmír nerozlišuje mezi tím, že máte skutečně milion dolarů, a tím, že myslíte na to, že máte milion dolarů. *Váš bod přitažlivosti je to, na co myslíte, nikoli hmotné projevy.*

Proces *Virtuální reality* není proces, v němž byste se snažili opravit něco porouchaného. Je to proces, v němž záměrně aktivujete ve své mysli určitý výjev, který způsobuje, že vyzařujete vibraci, jež je v souladu s výjevem, který jste aktivovali. Když si vizualizujete příjemné výjevy, tyto vibrace dobrých pocitů se mohou stát vašim novým nastavením.

Většina lidí vyzařuje větší část svých vibrací v reakci na věci, lidi a okolnosti, jež pozoruje. A proto život většiny lidí zůstává i nadále takový, jaký už je, bez jakéhokoli významného zlepšení. Je tomu tak proto, že tito lidé nevěnují mnoho myšlenek něčemu, co by se nějak podstatně odlišovalo od toho, co již zažili. Avšak hra *Virtuální reality* to změní, protože aplikace tohoto procesu na jakýkoli předmět, jež si zvolíte, způsobí, že vaše vibrace dalece přesáhnou to, kde momentálně stojíte. Vzhledem k tomu, že vesmír reaguje na vaše vibrace, a ne na to, co máte právě teď kolem sebe, mohou nyní do vašich zkušeností začít plynout úžasné věci, a to i tehdy, jestliže to tak nikdy dřív nebylo.

Věc, která vás nejčastěji upozorní na chybu, je věc v kontrastu – což je nutné a cenné pro to, aby vám to napomohlo k odstartování rakety touhy – často k tomu dochází tak, že dojde k aktivaci mnoha druhů smíšené energie. Obvykle platí, že máte-li poznat,

že něco chcete, musíte se prokousat detaily nebo událostmi, které vám pomohou poznat, co nechcete. Jinými slovy: kdy mluvíte nejjasněji o tom, že chcete, aby se vám dařilo dobře? Zpravidla tehdy, když se vám nedaří právě dobře, že? Kdy se nejsilněji ozve touha mít víc peněz? Nejpravděpodobněji tehdy, když není dost peněz. Právě když jste zmateni, tak si nejvíce chcete věci ujasnit, není-liž pravda? A netoužíte nejvíce po vyrovnanosti, když vás něco zmáhá? Nepřejete si víc podnětů právě ve chvíli, kdy se nejvíce nudíte?

Proces *Tvůrčí dílny* obsahuje tři kroky:

1. *Požádat (to je snadné, to děláte celou dobu).*
2. *Zareagovat na požadavek (to není vaše práce, o to se postará Zdroj energie).*
3. *Umožnit (přijímáte to, o co jste žádali).*

Je důležité, abyste si uvědomili, že **1. krok** a **3. krok** se liší. Když se na něco, co doopravdy chcete nebo potřebujete, zaměřujete nebo se za to modlíte, často nejste ve vibračním souladu s věcí, kterou chcete. Naopak jste v souladu s její absencí. Doručí-li vám všechny účty najednou a není dost peněz na jejich zaplacení, vy se zděsíte, dostanete strach a řeknete si „*potřebuji víc peněz*“ (nebo se budete snažit použít pozitivnějších slov, jako například „*chci víc peněz*“), děláte **1. krok**. Dáváte najevo svou touhu. Nenacházíte se však ve fázi **3. kroku**, takže se držíte zpátky a nepřijímáte to, o co žádáte.

Neustále žádáte. Žádání nemůžete zastavit; kontrast ve vás vyvolává touhu. Vaším úkolem je ve skutečnosti najít způsob, jak být v receptivním rozpoložení. Je to podobné jako chtít přijímat satelitní nebo rádiový signál. K tomu musíte nastavit přijímač na tutéž vlnovou délku jako vysílač, jinak se budou ozývat rušivé zvuky a jasný signál nezachytíte. Soulad svých (vysílaných a přijí-

maných) signálů rozpoznáváte podobně: pociťujete soulad svých emocí. Jinak řečeno, trápíte-li se a cítíte se úplně vyčerpání a nespokojení nebo se cítíte rozzlobení a ublížení, nejste v souladu.

Chceme, abyste se uvolnili a nebyli na sebe tak přísní, máte-li negativní emoce. Pozitivní stránkou negativní emoce je, že vám dá vědět, když se od vás požaduje nějaká změna, abyste byli zase v harmonii s tím, kdo jste.

Jestliže skutečně nejste v souladu, neboli jestliže doopravdy víte, že nemáte dobrý pocit, potom bychom vám doporučovali více uklidňující proces, a to jmenovitě *Meditaci*. Když zklidníte svou mysl, zastavíte myšlení, a když zastavíte myšlení, vaše vibrace se automaticky zvýší.

Samozřejmě platí, že pokud můžete najít něco, na co byste se mohli zaměřit, něco, co můžete bez námahy uznat a vážit si toho, potom by bylo ještě vhodnější použít proces *Soustavného uznávání*. Ten můžete aplikovat za všech okolností, bez ohledu na to, kde se nacházíte. Proces *Virtuální reality* vám však pomůže dvěma konkrétními způsoby: zvyknete si na pocit bez rezistence, takže hned poznáte, sklouznete-li opět k rezistentní myšlence, a budete se od ní moci odpoutat hned v počátečním stadiu, kdy je to snazší. A v každém okamžiku, kdy se nacházíte ve stavu neodporování, na vás bude *zákon přitažlivosti* reagovat pozitivním způsobem.

Abrahame, řekněte nám více o Virtuální realitě

Virtuální realita je proces, v němž si vědomě vybíráte všechno, co se týče daného okamžiku, podobně jako režisér nějakého filmu. Na začátku tohoto procesu si nejprve volíte, *kde se daná scéna odehrává*. Vyberte si místo, které na vás působí opravdu dobře. Mohlo by to být místo, které jste možná už někdy navštívili, o němž jste slyšeli, viděli ho ve filmu či ho znáte ze svých představ.

Je to venku, nebo uvnitř? O kterou denní dobu jde? Je ráno, odpoledne, nebo večer? Vychází slunce, anebo zapadá? Je jasné denní světlo? Jaké je počasí? Jaká je teplota? Jak jste oblečeni? Kdo další tam je? Vyberte si něco, z čeho máte dobrý pocit.

Je jedno, zda jste sami, nebo s někým jiným. Důležité však je, abyste si do *Virtuální reality* s sebou vzali někoho, z jehož přítomnosti máte dobrý pocit.

Jakou máte náladu? Smějete se? Sedíte a tiše rozjímáte? Jakmile vytvoříte scénu, můžete si začít představovat, o čem s dalšími postavami mluvíte.

Cílem procesu *Virtuální reality* je aktivovat v sobě vibrace, které vás uvádějí do stavu, v němž umožňujete své dobro. Asi byste si nevytvářeli *Virtuální realitu* postavením nového domu s děravou střechou, a potom si do své *Virtuální reality* přivedli řemeslníky, aby děravou střechu opravili. Ani byste nevytapetovali ošklivou tapetou a potom si někoho pozvali, ať ji strhne a vytapetuje byt jinou tapetou. Ve své *Virtuální realitě* můžete vše udělat přesně tak, jak chcete, aby to bylo.

Nepoužívejte tento proces na vylepšení nějaké konkrétní stávající situace, protože v pokusu něco opravit vnesete do své Virtuální reality již existující vibrace, a tak omezíte sílu tohoto procesu.

Nic není důležitějšího než cítit se dobře

Nic nebrání tomu, aby do vašich zkušeností proudilo Dobro přesně podle toho, co si přejete, pokud ovšem nejste ve špatné náladě, nezlobíte se nebo se netrápíte.

Technika *Virtuální reality* vám pomůže vycvičit se tak, abyste se cítili lépe delší dobu. Podobně jako se trénuje nějaký sval, i u tohoto procesu platí, že čím více se procesu budete věnovat, tím lépe bude fungovat.

Jednou, když jela s Jerryem autobusem, praktikovala Esther

proces *Virtuální reality*. Zjistila, že nejlépe funguje tehdy, když se do scény vpraví rychle, dostane se na místo, kde se cítí skutečně dobře, a potom z něho zase vystoupí. Kdyby tam zůstala příliš dlouho, začala by být příliš praktická a snažila by se předělávat lidi nebo napravovat věci. Když se však prostě rozhodne pro nějaké místo, kde se bude cítit dobře, když si vybere něco, co rozezpívá její srdce, a také když si vybere, kteří lidé tam ještě mají být, a určí, jakou budou mít náladu, potom s nimi jednoduše prohodí pár slov a zase odtud odejde, bude mít skvělý pocit.

Doporučovali bychom vám, abyste hráli tuto hru, až například pojedete autem, budete stát ve frontě nebo ležet v posteli, či až si na ni prostě vyhradíte čas. Při vytváření scénářů, které ve vás vyvolávají dobrý pocit, aktivujete *vibraci* dobrého pocitu a poté vám *zákon přitažlivosti* dodá to, co se s tímto dobrým pocitem shoduje. *Není nic důležitějšího, než abyste se cítili dobře – a není nic lepšího než vytvářet obrazy, které ve vás vyvolávají dobré pocity.*

Když Esther za jízdy myslí na počasí, někdy rozhodne, aby byla jen malá vlhkost vzduchu; někdy má být tak sucho, že v ní vyvolává dobrý pocit, když se vzduch dotkne jejího těla; někdy je 30 stupňů Celsia a nulová vlhkost. Myslí tak na všechny možné příjemné kombinace teploty, vlhkosti a denní doby.

A potom například nechá přijít milé přátele, aby si s ní hráli. A zažijí spolu nejrůznější úžasné věci. Ve *Virtuální realitě* jí začne být tak dobře, že v ní chce zůstat déle, protože když si tímto způsobem hraje, může mít pod kontrolou všechny aspekty všeho.

Každá myšlenka, která vyvolává špatný pocit, je špatná

Vesmír neví (nebo nevěnuje pozornost tomu), proč je v daný okamžik vaše vibrace taková, jaká je. Jinými slovy, lékaři vám mohli včera určit diagnózu nějaké nemoci a vy dnes můžete jet

po dálnici (jako Esther) a věnovat se nějaké fantazii *Virtuální reality*. V takovou chvíli se ve vašem těle nenacházejí žádné známky nemoci. Kdybyste byli s to si tuto vibraci udržet déle než své povědomí o nemoci, nemohla by zůstat ve vašem těle. V těle je jediné proto, že aniž byste to věděli, nějakým způsobem jste si vybrali myšlenky, které jsou ve vibračním souladu s nemocí.

Každá myšlenka, kterou jste si vybrali a je ve vibračním souladu s nemocí, vyvolává ve chvíli, když si ji myslíte, špatný pocit. Je to pocit hněvu, nespokojenosti, zášti, vyčítání, viny nebo strachu. Tyto myšlenky nejsou pro vás dobré a můžete to sami poznat, protože z nich nemáte dobrý pocit, když si je myslíte. Stejným způsobem, jakým zraňuje dotyk rozpálených kamen, zraňuje i negativní emoce.

Něco, co jste zažili před dlouhou dobou, co není ve vašich vibracích aktivní, nebo něco, co jste zažili včera, na co však nyní nemyslíte, nemá pro váš bod přitažlivosti dočista žádnou váhu. Proto se nemusíte zbavovat všech negativních myšlenek.

Někdy, když na sebe vzájemně reagujete s jinými lidmi, uslyšíte, uvidíte nebo čichem ucítíte něco, co ve vás probudí vibraci, z níž nemáte příliš dobrý pocit. To je chvíle, kdy si můžete říci: „Skvělé, můj navigační systém funguje. Cítím, že se ve mně aktivovalo něco, co mi moc neprospívá. Je to proto, že při aktivování této vibrace se ve mně ozývá určitá rezistence, která neumožňuje, aby ke mně přicházelo Dobro, které by tu jinak bylo.“

Právě *tohle* je chvíle, kdy si můžete vybrat myšlenku, z níž máte dobrý pocit. A jestliže jste praktikovali proces *Virtuální reality*, potom pro vás bude velice snadné sáhnout po myšlence, z níž dobrý pocit skutečně máte. Pokud jste ho však nepraktikovali, octnete-li se uprostřed negativních myšlenek, nebudete mít nic pozitivního, k čemu se obrátit. Budete tedy muset prostě počkat, až se tato myšlenka vytratí.

Další příklad procesu *Virtuální realita*

Čím víc praktikujete proces *Virtuální reality*, tím víc praktikujete vibraci neodporování. Čím víc praktikujete vibraci neodporování, tím lépe se cítíte, a věci, po kterých toužíte, začnou snadno plynout do vašich zkušeností. Představte si například následující scénář:

Místo: Krásná pláž s bílým pískem.

„Je zimní období, ale počasí je nádherné. Je dvacet stupňů Celsia, na obloze pár obláčků a dotyk vzduchu na mé pokožce vyvolává krásný pocit.

Nemám na nohou boty, takže si mohu vychutnávat pocit z čistého písku, do kterého se mi boří chodidla. Mám volný a velmi pohodlný oděv a cítím se ve svém těle velmi dobře. Beze spěchu kráčím po pláži a cítím se silná, šťastná a v bezpečí.

Je se mnou moje pětiletá vnučka a ta se raduje z tohoto nádherného dne stejně jako já. Je ráda, že je se mnou, ale necítí potřebu, abych ji zabavila. Mne těší vidět, jak je šťastná, jak se nabíjí během a tím, že se hrabe v písku, a jak se raduje z této krásné pláže. Jsem velice ráda, že jsme sem šly. Bylo to velmi dobré rozhodnutí.

Má vnučka ke mně přiběhne a v ruce drží mušli, kterou našla. Veselým hlasem a se zářícíma očima řekne: ‚Babičko, jsem tak šťastná, že jsme tady. Děkuji ti, že jsi nás sem zavedla.‘ A já jí říkám: ‚To mám radost, moje holčičko. Jsem moc ráda, že jsme tady spolu.‘“

Nyní je vhodný čas ukončit proces *Virtuální realita*.

**Vaše zkušenosti budou odpovídat vašim vizualizacím,
ať již jsou znepokojující, nebo vzrušující**

Jedna dobrá přítelkyně z Tucsonu darovala Esther sadu náradí na opravu čelního skla. Esther si pomyslela: *To jsem zvědavá, jak to funguje.* Přečetla si návod a hlavou jí proběhlo: *To je úžasná věc.* A pokaždé, když náradí vzala do ruky, pomyslela si: *To je ale důmyslná věc.*

Když byli později ona a Jerry na cestě, předjelo je velkou rychlostí nákladní auto. Z cesty odskočil kamínek a odrazil se od čelního skla jejich vozu. Téměř okamžitě mohla Esther projít zážitkem potřeby opravy čelního skla, kterou si předtím vizualizovala.

Bez ohledu na to, zda ve své *Virtuální realitě* cítíte obavy, nebo se radujete, nastavujete vibraci, na kterou *zákon přitažlivosti* příslušným způsobem odpoví.

Někdo nám jednou řekl: „Abrahame, vizualizace mi jde jen s obtížemi. Když pomyslím na to, že mám vstoupit do *Virtuální reality*, je to pro mne jen prázdný pojem. Nevím, jak to mám dělat.“

A my jsme řekli: *Vzpomínáš si na události, které se staly v minulosti? Pokud si na něco umíš vzpomenout, potom umíš také vytvořit Virtuální realitu, protože ani jedno tu teď není. Když se na něco rozpomínáš, vlastně onu událost z něčeho znovu vytváříš.*

Vizualizace neboli *Virtuální realita* se od toho nijak podstatně neliší. Je magická, ale vyznačuje se speciálním záměrem mít při tom radost.

Když se budete tomuto procesu věnovat a podněcovat více svou představivost, nejenže shledáte, že *Virtuální realita* je příjemným a dobrý pocit navozujícím způsobem trávení určitého času, ale také zjistíte, že vaše převažující vibrace ohledně spousty předmětů se mění a že se ve vašich životních zkušenostech začínají zrcadlit skvělá zlepšení.

PROCES Č. 5



Hra na prosperitu

Kdy použít tento proces:

- Když chcete zlepšit svou představivost.
- Chcete-li si ujasnit nebo zkonkrétnit svá přání.
- Když chcete zažít zvýšený příliv peněz.
- Přejete-li si zvýšit příliv hojnosti v různých oblastech.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Tato *Hra na prosperitu* pro vás bude nepřínosnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

- (1) radostí/poznáním/posílením/svobodou/láskou/uznáním
a
(16) ustrašeností.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Tuto techniku začnete zřízením imaginárního šekového účtu. Nepůjdete do žádné skutečné banky, ale budete dělat vklady a vy-zvedávat si peníze šekem úplně stejně, jako by šlo o skutečný účet. Mohli byste použít starou šekovou knížku, která už neplatí, účetní program v počítači, nebo byste dokonce mohli sami vytvořit celý systém pomocí sešitu, do kterého byste si vypisovali šeky, a prázdných listů papíru jako depozitních lístků a šeků. Tento proces je vhodné provádět tak, abyste při něm měli co největší pocit, že je reálný.

Prvního dne si uložte 10 tisíc korun. A utraťte je. Jinými slovy, proveďte pomocí depozitního lístku vklad ve výši 10 tisíc korun a potom vypište šeky na útratu těchto peněz. Můžete utratit všechny peníze najednou a použít přitom pouze jeden šek, nebo je utratit za několik různých věcí a použít více šeků. Pointou této hry je užít si zábavy při myšlenkách na to, co byste si rádi koupili, a při skutečném vypisování šeků.

V kolonce na šeku, v níž se uvádí, na co mají být peníze vynaloženy, se vyjádřete jasně. Napište například: *Na krásné kuličkové pero* nebo *Na skvělé běžecké boty* nebo *Na pobyt v Mariánských lázních*. Můžete všechno utratit během dneška nebo si něco ušetřit na jiný den. Ale doporučujeme vám, abyste se snažili peníze utratit už dnes, protože zítra uděláte další úžasný vklad.

Druhého dne si uložte 20 tisíc korun.

Třetího dne si uložte 30 tisíc korun.

Čtvrtého dne si uložte 40 tisíc korun.

Až dojdete do padesátého dne, uložte si 500 000 korun, až dojdete do třístého dne, uložte si 3 miliony korun. Pokud budete hrát tuto hru každý den po dobu jednoho roku, uložíte si a utratíte celkem kolem 660 milionů korun.

Prospěch z této hry spočívá v zlepšení vaší představivosti. Jinými slovy, až budete hrát tuto hru několik týdnů, zjistíte, že abyste utratili tolik peněz, začíná to již vyžadovat skutečné soustředění. A tak se vaše schopnost představovat si ohromně zvýší.

Většina našich fyzických přátel si ve skutečnosti příliš necvičí představivost. Většina lidí vyznačuje své vibrace téměř výlučně v reakci na to, co pozoruje. Až budete hrát tuto hru, zjistíte, že dostáváte nové nápady, a časem pocítíte expanzi svých přání a očekávání. Jestliže se budete věnovat této hře, přinese vám užitek posunutím vašeho bodu přitažlivosti.

Pochopte, že vesmír reaguje na to, jaké vibrace vysíláte, a nikoli na to, jak vypadá váš současný stav. Takže když věnujete pozornost pouze své současné situaci v realitě, bude se vaše budoucnost vyvíjet velice podobně. Když však budete věnovat zaměřenou pozornost na ony úžasné expandující myšlenky, které ve vás tato hra vyvolá, zareaguje vesmír na vibrace těchto myšlenek.

Vesmír nerozlišuje mezi vibracemi, které vysíláte v reakci na to, co zažíváte, a vibracemi, které vysíláte v reakci na to, co si představujete. Proces Hry na prosperitu je tedy velmi účinným nástrojem změny vibračního bodu přitažlivosti.

Hru můžete hrát krátkou dobu, nebo třeba celý rok či déle. Ať si vyberete to, nebo ono, je to v pořádku. Zpočátku se vám hra může zdát trapná, ale čím déle ji budete hrát, tím expanzivnější bude vaše představivost. A jak se bude rozšiřovat vaše představivost a vy se budete zaměřovat na její zábavnou stránku a expanzi, změní se váš bod přitažlivosti.

Při vypisování šeků, používání své představivosti, psaní poznámek o tom, za co peníze utrácíte, zaměřování se při psaní a počítování nepřítomnosti jakéhokoli odporu při vypisování šeků, jelikož nebudete mít strach z přečerpání účtu, dosáhnete přesně toho, co je při dosahování čehokoli nezbytné: Vyjádříte své přání ve stavu neodporování, nebo lépe řečeno, ve stavu *umožňování*.

Budete mít tedy nejen prospěch ze zvýšené představivosti, ale i váš bod přitažlivosti se změní a změní se také vaše životní zkušenosti. Nejenže se zlepší vaše finanční situace, ale do vašich zkušeností začnou plynout věci všeho druhu, na které jste se soustředili s radostí.

Můžete hru začít nebo přestat hrát a můžete ji hrát způsobem, jaký se vám líbí. Žádná pravidla neexistují; není nic, co byste měli nebo neměli dělat. Jinak řečeno, vezměte si ji a hrajte si s ní. Věnujte jí tolik času, kolik chcete. Důležité je však toto: *Vynasnažte se co nejlépe procvičovat svou představivost.*

Kdybyste byli sochaři, kteří se věnují modelování první den, nevzali byste přece kus hlíny a nehodili byste jej na stůl se slovy: „Tak to se nepovedlo.“ Vy byste hlínu modelovali. Zlepšovali byste se v tom. Vzali byste si další hlínu. Našli byste způsob, jak se dále vyvíjet ve svých tvůrčích snahách. Ale i přesto se stává, že když dojde na tvoření – když modelujete hlínu *energie, jež tvoří světy* – většina z vás nevynakládá žádné vědomé úsilí na to, aby nějak zaměřila své myšlenky. Je to jako kdyby někdo jiný vzal hlínu a hodil ji tam dolů a vy nyní trávíte svůj život mluvením o tom, jak to vypadá.

„No ano, *to se tedy nepovedlo. Mí rodiče to měli udělat jinak.*“ Nebo: „Ekonomika by měla fungovat jiným způsobem.“ Nebo: „Nelíbí se mi, jak se k tomu ten či onen postavil.“ My vám však říkáme: *Veźměte svou hlínu do svých rukou! Přivolejte si energii pomocí síly své touhy a modelujte ji pomocí síly své představivosti.*

Nedávno nám řekl jedna kamarádka: „Abrahame, nemyslím si, že vám záleží na tom, zda se ke mně vrátí můj milý, nebo ne. Myslím, že chcete, abych byla natolik dobrá v představování si, že už je tady, že bych si ani nevšimla, kdyby tady nebyl.“ A my jsme řekli: *Je to přesně tak, protože když si představuješ, že je tady, potom ve své radosti, v daný okamžik, vibruješ ve stavu, v němž shromažďuješ BOŽÍ sílu – Životní sílu – a umožňuješ jí, aby tebou proudila. A nic úžasnějšího neexistuje.*

Potom jsme ještě řekli: *A mimochodem, když už jsi došla až sem, tak on prostě nemůže nepřijít. Ale jakmile se tvá touha po něm začne zaměřovat více na to, že dosud nepřišel, ani nemůže při-*

jít, a trápení, které v danou chvíli cítíš, tu je proto, že sis vybrala vibraci, která neumožňuje energii, aby se tvá touha uskutečnila.

Když budete radostně hrát *Hru na prosperitu*, nejenže selepší vaše finanční situace, alelepší se i každý aspekt vašeho života. Pomůže vám to aktivovat více vibrací kolem věcí, které chcete, a také vás to podpoří při dlouhodobějším zaměřování se způsobem, který umožňuje, aby do vašich zkušeností plynuly věci, které chcete.

Hraní této hry způsobí, že budete vyzařovat expanzivnější, více očekávající vibrace. A my vám slibujeme, že v reakci na vaše změněné vibrace k vám začnou přicházet vaše zhmotněná přání.

PROCES Č. 6



Meditace

Kdy použít tento proces:

- Když prahnete po úlevě od odporu.
- Chcete-li najít snazší způsob, jak okamžitě zvýšit své vibrace.
- Když si přejete zvýšit celkovou úroveň svých vibrací.
- Když toužíte cítit svou *Vnitřní bytost*.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Meditace* pro vás bude nejvhodnější, když se vaše *Emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(1) radostí/poznáním/posílením/svobodou/láskou/uznáním

a

(22) strachem/zármutkem/depresí/zoufalstvím/bezmocností.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Jakákoli myšlenka, kterou si neustále myslíte, se nazývá *pře-*

svědčením. Mnohá z vašich přesvědčení vám slouží mimořádně dobře: myšlenky, které vás sladí s poznáním vašeho Zdroje, a myšlenky, které jsou v souladu s vašimi přáními. Avšak některá vaše přesvědčení vám dobře *neslouží*: třeba myšlenky o vaší nedosta-
tečnosti nebo nehodnosti.

S porozuměním zákonům vesmíru a s jistou ochotou si zá-
měrně volit své myšlenky můžete všechna překážející přesvědčení
postupem času nahradit takovými přesvědčeními, která jsou ži-
votodárná. Zde je však proces, který vám může přinést okamžitý
užitek v podobě změny vašich přesvědčení během mnohem kratší
doby. Tento proces nazýváme *Meditací*.

Svým fyzickým přátelům říkávame, že procesu *Meditace*
učíme proto, že pro většinu z vás je snazší si vyčistit hlavu a nemít
žádnou myšlenku, než mít čisté, pozitivní myšlenky. Když totiž
zklidníte svou mysl, nevysíláte žádné myšlenky a v tomto stavu
nevyvíjíte žádný odpor. A když aktivujete myšlenku neobsahující
žádný odpor, vibrace vaší bytosti je vysoká, rychlá a ryzí.

Představte si korek, jak se houpe na vodní hladině. (Ta před-
stavuje místo vysoké, ryzí a rychlé vibrace, která je pro vás
ve skutečnosti přirozená.) Nyní si představte, že držíte korek pod
vodou. (To je připodobnění odporu.) A teď si představte, že korek
pustíte a díváte se, jak vyletí zpátky na povrch vody.

Stejně jako korek přirozeně plave na vodní hladině, i pro vás je
přirozené zažívat vysoké, rychlé, ryzí vibrace, nepodléhající pře-
kážejícímu odporu. Podobně jako v případě korku platí, že pokud
neděláte něco, co vás drží dole, vyskočíte přímo zpátky na hla-
dinu, kde je vaše místo. Jinými slovy, nemusíte *pracovat* na tom,
abyste byli ve vysokých vibracích, které jsou pro vás přirozené,
právě proto, že *jsou* pro vás přirozené. Ale musíte se přestat držet
těch svých myšlenek, které snižují vaše vibrace. Jde o to, nevěno-
vat již pozornost věcem, které brání vašemu korku plavat, neboli
nedovolují, abyste vibrovali v souladu s tím, kdo ve skutečnosti
jste. Jestliže se nezaměřujete na nechtěné věci, které jsou v roz-

poru s vašimi čistými záměry, neaktivujete žádnou vibraci odporu a zažijete svůj přirozený stav rozkvětu a Dobra.

Rozhodnutí znamená zaměření vibrace touhy. Rozhodující okamžik nastává, když je touha dostatečně silná. Jediná forma kázně, kterou vám doporučujeme, je rozhodnout se, že pro vás není nic důležitější, než abyste se cítili dobře, a že budete nacházet myšlenky, z nichž máte lepší pocit. Jedinou věcí, pro kterou stojí za to se ukázat, je, aby váš korek plaval.

Bylo by možné říci, že proces *Meditace* je zkratkou ke změně vašich přesvědčení, protože v nepřítomnosti myšlenek ve vás není žádný odpor; váš korek vyskočí přirozeně zpátky na hladinu.

Na začátku procesu *Meditace* se posadte na klidném místě, na kterém vás nikdo nebude rušit. Pohodlně se oblečte. Je lhostejné, zda se posadíte na židli, nebo na zem, nebo si dokonce lehnete do postele (pokud ovšem nebudete mít tendenci přitom usnout). Důležité je, aby se vaše tělo cítilo pohodlně.

Zavřete oči, uvolněte se a klidně dýchejte. Pomalu vtáhněte do plic vzduch a poté se těšte z příjemného vydechování (důležité je, abyste se cítili dobře).

Když se vaše mysl zatoulá, nenásilně jakoukoli myšlenku propusťte nebo ji alespoň nepovzbuzujte tím, že byste ji dále rozváděli. Znovu se zaměřte na dech.

Jste od přirozenosti bytostmi, které se chtějí stále na něco zaměřovat, takže na začátku budete mít z tohoto procesu *Meditace* pocit něčeho nepřirozeného. Zjistíte, že vaše mysl odbíhá, protože se bude chtít vrátit k věci, na něž jste se zaměřovali předtím. Když k tomu dojde, uvolněte se, znovu dýchejte a snažte se dotěrné myšlenky pustit.

Svou mysl ztišíte snáze, jestliže si vyberete „malé myšlenky“, které nemají potenciál rozšířit se na něco zajímavého. Takto se můžete zaměřit například na svůj dech. Můžete v duchu počítat své nádechy a výdechy. Také můžete naslouchat kapání z kohoutku. Při výběru „měkké“, „jemné“ myšlenky zapomenete

na všechny myšlenky odporu a vaše vibrace se (jako korek) přirozeně dostanou nahoru.

Tohle není proces, při kterém byste pracovali na svých přáních, ale naopak, je to proces ztišování mysli. Při něm každý váš odpor pomine a vaše vibrace se zvýší do přirozeného, čistého stavu.

Až zklidníte svou mysl, pocítíte možná odpoutanost od těla. Může se například stát, že nebudete cítit v podstatě žádný rozdíl mezi svým prstem u nohy a nosem. Někdy ucítíte píchání a svědění pod kůží. Jakmile se zbavíte odporu a vznesete se do svých přirozených čistých vibrací, může se stát, že pocítíte v těle bezděčný pohyb. Můžete se například kývat ze strany na stranu nebo dopředu a dozadu anebo hlavou kývat sem a tam. Také můžete prostě mít pocit pohybu nebo zívnutí. Nicméně jakékoli takovéto vjemy nebo pohyby ukazují, že jste dosáhli stavu *Meditace*.

Váš bod přitažlivosti se nyní změnil a vy se octnete ve stavu *umožňování*. Věci, o něž jste žádali – byly vám dány všechny – nyní nenásilně proudí do vašich zkušeností. Po vystoupení z meditace bude tento stav *umožňování* pokračovat tak dlouho, dokud se nezaměříte na něco, co změní vaši vibrační frekvenci. S narůstající praxí si na tyto vyšší frekvence zvyknete natolik, že budete schopni se k nim vrátit, kdykoli budete chtít.

Budete-li medитovat pravidelně, začnete být po čase citliví na to, jaký pocit vyvolávají vyšší frekvence ve vašem těle. Kdykoli se soustředíte na něco, co u vás způsobuje pokles vibrací, poznáte to pravděpodobně už záhy – dřív než tento pokles začne být závažný – a budete schopni snadno změnit své rezistentní myšlenky tak, abyste si zachovali rovnováhu.

Abrahame, řekněte nám více o Meditaci

Mnoho učitelů, mezi nimi i my, vyučují *Meditaci* jako proces, který je vynikajícím prostředkem zvyšování vibrací. Efektivní *Meditace* je ta, jež vás odpoutá od myšlenek na fyzické věci,

kteří ve vašich vibracích vyvolávají rezistenci, protože platí, že když odvrátíte pozornost od toho, co udržuje vaše vibrace nízko, vibrace se vám přirozeně zvýší. Je to jako stáhnout Vědomí, ale takovým způsobem, že při tom zůstanete v bdělém stavu. Když spíte, stáhnete Vědomí, ale neuvědomujete si, jaký je to pocit být ve vyšších vibracích. Když jste v bdělém stavu a meditujete, jste schopni *vědomě* rozeznávat, jaký to je pocit být ve vyšších vibracích. Časem získáte novou citlivost vůči svým vibracím, takže kdykoli se zaměříte na něco, co vyvolává rezistenci, okamžitě to poznáte.

Někdy lidé říkají: „Abrahame, copak je normální utíkat před životem, když se člověk začne věnovat procesu *Meditace*?“ A my na to říkáme – *ano*, protože se dostáváte do stavu zvýšené citlivosti, takže dříve dosahované stavy nižších vibrací jsou vám nyní méně příjemné.

Některé další způsoby zvyšování vibrací

Existují ještě jiné způsoby zvyšování vibrací, než je *Meditace*, jako například poslouchání hudby, která rozezpívá vaše srdce, běh krásným místem, mazlení se s kočkou, chození na procházky se psem a podobně. To jsou jen některé z mnoha příjemných aktivit, kterými se můžete osvobodit od odporu a zvýšit jimi své vibrace. Často se nacházíte v nejvyšším stavu spojení se Zdrojovou energií, když například řídíte auto. Proto je i poměrně málo automobilových nehod. Rytmus cesty, odpoutání se od toho, co vás trápí nebo zlobí, a myšlenka, že jedete na nějaké nové místo, často způsobují, že odhodíte myšlenky na věci, které vás obtěžují.

Vaším cílem je oprostit se od jakékoli myšlenky, která ve vás vyvolává odpor, abyste dosáhli stavu čistého, pozitivního myšlení. Nedokážete-li naprosto zklidnit svou mysl, není to problém, pokud ovšem vaše mysl nevede vnitřní dialog o negativních věcech. Jestliže při *Meditaci* trochu myslíte na příjemné věci, může to být i přínosné.

Například Jerry a Esther poté, co jednou pobyli nějakou dobu s rodinou, kterou zbožňují, strávili několik příjemných hodin myšlenkami a hovorem o uplynulém krásném dni. Kdykoli si pak chtěli vyvolat dobrý pocit, stačilo jim si pouze vzpomenout na něco z onoho dne, na něco, co někdo z nich řekl, co některé z dětí udělalo, na krásné počasí, na vynikající jídlo, osvěžující procházku lesem.

Je docela snadné najít něco, co je čistou, pozitivní energií. Pomyšlení na svou kočičku nebo pejska může být dobrým zdrojem pozitivních myšlenek, protože zvířata milují bezpodmínečně. Najděte si prostě nějakou myšlenku, která ve vás vyvolává dobrý pocit, a věnujte se jí, dokud se tímto způsobem příjemně nenaladíte. Potom budou následovat další myšlenky, při nichž se budete cítit dobře.

Další příklad procesu Meditace

Toto je proces, který bychom uplatňovali, kdybychom byli na vašem (fyzickém) místě. Každý den bychom se na 10 až 15 minut v klidu posadili na nějaké příjemné místo, kde bychom nebyli rušeni, třeba pod strom nebo do auta, možná do koupelny nebo na zahradu. Snažili bychom se „uzavřít brány“ svých fyzických smyslů. Zkrátka bychom stáhli rolety, kdyby bylo příliš světla, zavřeli bychom oči, vybrali bychom si klidné místo.

Uvědomovali bychom si, jak vdechujeme vzduch do plic a jak ho vydechujeme. Soustředili bychom se na dlouhé nádechy a dlouhé výdechy. Nadechovali bychom se tolik, kolik by naše plíce podle našeho názoru příjemně obsáhly, a nadechovali bychom se jemně. A v okamžiku naplnění plic bychom zase nechali vzduch dlouze, slastně vyjít ven. Naším záměrem by nebylo nic víc než být přítomni v daném okamžiku a být si vědomi svého dýchání; nedělat nic jiného než jen dýchat – ani nepřipravovat snídani, ani se nečesat, ani si neklást otázku, co ten či onen dělá, ani nemyslet

na včerejšek, ani si nedělat starosti ohledně zítřka, ani se nezaměřovat na cokoli v daném okamžiku kromě vzduchu, který vdechujeme a vydechujeme.

To je stav *umožňování*, v němž na několik okamžiků zastavíte obvyklé divadlo. Přestanete se přičiňovat, aby se cokoli stalo. Je to doba, kdy říkáte své Zdrojové energii, své *Vnitřní bytosti*, svému BOHU (nebo jakkoli to chcete nazvat): *Tady jsem, ve stavu umožňování. Umožňuji Zdrojové energii, aby mnou čistě plynula.*

Patnáct minut takovéto snahy změní váš život, protože umožní plynout energii, jež je pro vás přirozená. Budete se v mžiku cítit lépe a budete se cítit nabiti energií, až z meditace vystoupíte.

Může mít 15 minut takový význam?

Velký užitek, kterého si hned všimnete, je, že se začnou dostavovat věci, které jste chtěli. Proč je tomu tak? Mohli byste říci: „Abrahame, vždyť já jsem si nesedl/a a nesoustředil/a se na nějaký záměr. Neseděl/a jsem a nestanovil/a si cíle. Neseděl/a jsem a neujasňoval/a si, co chci. Neříkal/a jsem vesmíru, co chci. Jak to, že může 15 minut, kdy prostě jenom jsem, dát do pohybu takové věci?“ Proto, že jste již požádali a nyní, během doby *Meditace*, jste se zbavili odporu, který tento pohyb zadržoval. Praktikováním *Meditace* umožňujete svým přáním, aby vplynula do vašich zkušeností.

Nemůžete být součástí tohoto fyzického prostředí, aniž by se ve vás nekonečně rodila přání. A protože se ve vás rodí tato přání, vesmír na ně odpovídá. Díky 15 minutám *umožňování* – ať už při tom hladíte kočku, soustředíte se na dech, posloucháte vodopád či uklidňující hudbu, nebo se věnujete *Soustavnému uznávání* – určujete vibraci, která již nevyvolává odpor vůči věcem, o které žádáte.

„Dobře, Abrahame, ale co kdyby tomu bylo tak, že bych byl/a

negativní 50 let. Znamená to, že mi bude trvat také 50 let, než se to změní?“ *Ne, 15 minut by na to mělo stačit.*

„Takže během 15 minut mohu odstranit neumožňování, které jsem se naučil/a?“ *Během 15 minut můžete umožňovat, nemusíte nic odstraňovat.*

„Ale co když jsem si skutečně vypěstoval/a velké návyky negativivity? 15 minut to změní?“ *Pravděpodobně ne. Ale až vás příště napadne některá z těch negativních myšlenek, více si ji budete uvědomovat. Váš navigační systém bude stimulován tak, že si pravděpodobně poprvé v životě budete uvědomovat, co vlastně provádíte s Nefyzickou energií.*

Je to velice důležité, protože všechno, co se vám děje, a všechno, co se děje komukoli, koho znáte, se děje díky energii, kterou povoláváte a kterou umožňujete, nebo neumožňujete. Všechno souvisí s tímto vztahem k energii. Každý, koho znáte, kdo má jakoukoli zkušenost, o níž víte, ji má díky zaměřenému přání, jež mu přinesl život, a stavu *umožňování* nebo odporu, v němž se v daném okamžiku nachází.

Co mohu dokázat během 30 dní?

Víte, že byste mohli právě teď mít všechny smrtelné nemoci, jaké jsou jen lidem známé (a některé dosud nebyly ani odhaleny), a že zítra by mohly být všechny pryč, pokud byste se ze dne na den naučili, jak umožňovat energii plynout? My vás raději k takovýmto kvantovým skokům nepovzbuzujeme, protože jsou poněkud nepohodlné. Naopak vás ale povzbuzujeme, abyste každý den byli natolik sobečtí, že si řeknete: „Není nic důležitějšího, než abych se cítil/a dobře. A najdu způsoby, aby tomu tak bylo. Začnu svůj den meditací a uvedením se do souladu se svou Zdrojovou energií. A jak budu procházet dnem, budu se ohlížet po příležitostech k uznávání, takže se celý den budu vracet ke Zdrojové energii.“

Pokud se naskytne příležitost něco pochválit, pochválím to. Když se naskytne příležitost něco kritizovat, budu držet jazyk za zuby a vynasnažím se meditovat. Jestliže budu mít pocit, že chci kritizovat, řeknu „Čičí“ a budu hladit svou kočku tak dlouho, dokud ten pocit neodezní.“

Během 30 dní se při troše snahy můžete z lidí, kteří mají na celé Zemi tu největší rezistenci, stát lidmi, kteří ji mají *nejmenší*. A pak mohou ostatní žasnout nad množstvím věcí, které se začnou manifestovat ve vašich fyzických zkušenostech.

My se na vás díváme jakoby shůry a vy jako byste stáli před zavřenými dveřmi. Za těmito dveřmi jako by byly všechny věci, po nichž toužíte, vy se opíráte do dveří a čekáte, kdy se otevřou. Ty věci tam byly od chvíle, kdy jste o ně po prvé požádali: vaši milenci, vaše dokonalá těla, vaše ideální zaměstnání, všechny peníze, jaké si jen umíte představit, všechno, co jste kdy chtěli! Malé i velké věci, věci z vašeho pohledu mimořádné a významné i věci nepříliš významné – *všechno, co jste kdy určili za předmět svých tužeb, bude stát v řadě přímo za dveřmi.*

V okamžiku, kdy dveře otevřete, všechno chtěné k vám poplyne. A pak uspořádáme seminář na téma „Jak se vypořádat se všemi těmi zhmotněnými přáními“.

PROCES Č. 7



Pochopení snů

Kdy použít tento proces:

- Toužíte-li pochopit, proč jste měli určitý sen.
- Když chcete pochopit, jaký je váš vibrační bod přitažlivosti a kde se nacházíte v procesu tvoření, ještě než se to projeví ve vašich reálných životních zkušenostech.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Pochopení snů* pro vás bude nevhodnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(1) radostí/poznáním/posílením/svobodou/láskou/uznáním

a

(22) strachem/zármutkem/depresí/zoufalstvím/bezmocností.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

To, na co myslíte, a to, co se projevuje ve vašich životních zkušenostech, je vždy ve vibračním souladu. Stejně tak platí, že to, na co myslíte, a to, co se projevuje ve vašich snech, je také vždy ve vibračním souladu.

Vaše převažující myšlenky jsou vždy v souladu s tím, co se projevuje v realitě. Jakmile pochopíte absolutní korelaci mezi svými myšlenkami, tím, jak se cítíte, a tím, co se manifestuje ve vašich zkušenostech, budete schopni přesně předpovědět všechno, co se objeví ve vašem životě.

Je hezké, když si uvědomujete své myšlenky, a tudíž i to, co tvoříte, ještě než se to zhmotní. Cenné však je i rozpoznání myšlenek, které vedly k tomu, že se něco zhmotnilo. Jinak vyjádřeno, můžete si vědomě dát do souvislosti své myšlenky, pocity a projevy ještě *předtím*, než se projevy dostaví, nebo *poté*. Obojí je užitečné.

Když se vám o něčem zdá, je to vždycky v souladu s myšlenkami, jimž se věnujete. Vzhledem k tomu, že každý váš sen je ve skutečnosti vaším výtvořem, není možné, aby se vám zdálo o něčem, co byste pomocí svých myšlenek nevytvořili. Skutečnost, že se to nyní projevilo ve vašem snu, znamená, že jste se tomu věnovali ve svých myšlenkách.

Podstata toho, jaký máte pocit z věcí, na něž myslíte nejvíce, se nakonec projeví ve vašich zkušenostech v reálném životě. Avšak k tomu, aby se to manifestovalo ve vašich snech, je třeba méně času a méně pozornosti. Proto mohou být vaše sny nesmírně cenné svou schopností vám pomoci poznat, kde se nacházíte v procesu tvoření v bdělém stavu. Jestliže jste v procesu vytváření něčeho, co *nechcete*, bude snazší změnit směr svých myšlenek ještě *předtím*, než se projeví, než když budete se změnou myšlenek čekat na dobu *poté*, co se manifestují v realitě.

Proces *Pochopení snů* je následující: Když jdete spát, uvědomte si, že vaše sny přesně odrážejí vaše myšlenky. Řekněte si: *Mým záměrem je dobře si odpočinout a probudit se svěží. Jestliže je něco*

důležitého, na co si mám vzpomenout, až budu vzhůru, připomene se mi to po probuzení.

Jakmile se probudíte, tak ještě než vstanete, ležte několik minut v klidu a položte si otázku: *Vzpomínám si na něco ze svých snů?* Ačkoli si můžete vybavit různé aspekty ze svých snů i v průběhu dne, obvykle je největší šance vzpomenout si na sny hned po probuzení. Začnete-li si vybavovat některý ze svých snů, uvolněte se a snažte se rozpomenout na to, jaký jste měli během dané snové sekvence *pocit*. Emoce, na které si vzpomenete, vám poskytnou ještě důležitější informace než samotné podrobnosti snu.

Aby se nějaký předmět zhmotnil ve vašich zážitcích, musíte mu věnovat značnou pozornost. Velkou pozornost je třeba věnovat předmětu i předtím, než se objeví ve vašich snech. Vaše významnější sny jsou vždy doprovázeny silnými pocity. Mohou to být dobré nebo špatné pocity, ale budou vždy dostatečně silné na to, abyste je rozpoznali.

„Jaký jsem měl/a pocit, když se tohle dělo?“ Jestliže jste se vzbudili ze snu, v němž jste se cítili velmi dobře, můžete si být jisti, že vaše převažující myšlenky obklopující onen předmět jsou nasměřovány k projevům, které *opravdu* chcete. Když se probudíte ze snu, z něhož máte špatný pocit, vězte, že vaše převažující myšlenky jsou v procesu přitahování něčeho, co *nechcete*. Avšak i bez ohledu na to, jaké věci se vám právě zhmotňují, můžete vždy udělat nové rozhodnutí a nechat manifestovat něco pro vás mnohem příjemnější.

Více vás naplní, když ve svých životních zkušenostech vědomě vytváříte stále uspokojivější scénáře, než když vytváříte na základě opomenutí věci, které vlastně nechcete, a potom se snažíte tyto věci změnit v ty, které chcete. Protože pokud už se něco manifestuje v realitě, musíte nejdřív provést pozorování nežádoucí věci, a pak se vypořádat s myšlenkovým návykem, který všechno způsobil a u něhož je třeba začít.

Jakmile pochopíte, že vaše sny jsou úžasnými projevy toho, jaký máte doopravdy pocit a co vytváříte, potom můžete začít záměrně měnit své myšlenky tak, aby pozitivně ovlivňovaly vaše sny. A jakmile se vám bude zdát pozitivní sen, budete vědět, že jste na cestě k pozitivnější manifestaci v reálném životě.

Probudíte-li se ze špatného snu, netrapte se tím. Místo toho buďte vděční za možnost si uvědomit, že věnujete pozornost něčemu, co nechcete. Stejně jako si ceníte senzorů ve své kůži, které vás varují, když se blížíte k něčemu velmi horkému, važte si i svých emocí, které vám dávají najevo, že vaše myšlenky se přiblížily k něčemu, co nechcete.

Když se vám zdá sen, netvoříte. Váš sen je projev toho, na co myslíte v bdělém stavu. Ale jakmile se probudíte a začnete na něj myslet nebo o něm mluvit, váš sen a myšlenky na něj již ovlivňují vaši další tvorbu.

Je užitečné si vést písemné záznamy snů, jejich podrobnosti si však příliš důkladně zaznamenávat nemusíte. Zapište si celkový rámec, v němž se sen odehrával, hlavní postavy, které se ve snu objevily, co jste ve snu dělali, co dělali ostatní, a co je nejdůležitější – jak jste se ve snu cítili.

Ve snu můžete zažít více než jeden pocit, ale tyto pocity se od sebe vzájemně příliš lišit nebudou. Například se během jednoho snu nebudete cítit jako u vytržení a zároveň i naštvání, protože vibrační frekvence těchto dvou emocí jsou v příliš velkém protikladu na to, aby se objevily v témže snu. Jakmile si ujasníte, jaký jste měli ve snu pocit, a chcete něco udělat pro změnu nebo zlepšení dané emoce, můžete přejít k procesu #22 nazvanému *Šplhání po emoční stupnici*.

Abrahame, řekněte nám více o Pochopení snů

Sny vám mohou poskytnout úžasné vhledy do vašeho momentálního vibračního stavu. Rozpomínání na sny je vlastně fyzický

překlad bloků Nefyzického myšlení, s nímž jste byli během snu v interakci. Když spíte, vracíte se zpátky do energie Nefyzického a vedete konverzaci (nikoli slovy, nýbrž vibracemi). Když se potom probudíte, překládáte onen blok myšlenek do jeho fyzického ekvivalentu.

Někdy se stává, že když něco dlouho chcete, ale nevidíte žádný způsob, jak by se to mohlo uskutečnit, zdá se vám najednou sen, v němž se to *stane*. V příjemném rozpomínání se na tento sen zjemníte vibrace odporu a vaše přání se může splnit.

Před mnoha lety se Jerry a Esther věnovali společnému podnikání, ale ještě spolu nechodili. Vážili si jeden druhého, ale nebyla to zamilovanost, protože si to ani jeden z nich nepřipustil. Vzhledem k okolnostem a přesvědčením si ani nedovolili myslet na toho druhého tímto způsobem.

Jednou večer se Esther zdálo, že Jerry (viděla ho zřetelně) klečí u její postele a líbá ji na tvář. Bylo to jako v pohádkách z jejího dětství. Když se rty dotkl její tváře, zaplavil ji radostný pocit – pocit, že všechno je v pořádku, pocit, který nelze popsat slovy. Ještě nikdy ho nezažila, ať už ve spánku nebo jindy. Po probuzení nemohla přestat na ten sen myslet, ani už nemohla na Jerryho myslet stejně jako dřív. Tento sen v ní zanechal pocit, který dřív neznala. Byl tak nádherný, že se snažila, aby se jí zdál zas a zas. Když se jí nepodařilo si ho znovu přivolat, alespoň se snažila si jej vybavit. Chtěla zachytit pocit z toho snu. Tato vibrace byla katalyzátorem, který je oba svedl dohromady.

Esther si myslela takové věci, jako například: *Chci žít už napořád šťastně. Chci partnera, který si mne váží. Chci radostné životní zkušenosti.* Když Esther myslela na tyto věci, tak přestože většinu z nich nezažívala, její *Vnitřní bytost* slyšela její přání a nabídla jí něco vizuálně a smyslově dosažitelného, něco dostatečně hmatatelného, díky čemu by na to nezapomněla – a něco dostatečně silného, co by ji oslovilo. A když k tomu Esther nasměrovala energii, byl to velice produktivní čas!

Sny jako ukázka vaší budoucnosti

Když tedy něco chcete, ale nejsou to věci, které byste mohli opřít o něco ve svém životě – když se například chcete mít dobře, ale nikdy jste nezažili, že by vám bylo dobře, nebo byste chtěli prosperovat, ale nikdy jste neprosperovali, nebo byste chtěli milujícího partnera, ale nikdy jste milujícího partnera neměli – tak promluvte se svou *Vnitřní bytostí* o tom, *co* chcete a *proč* to chcete. Dovolte své *Vnitřní bytosti*, ať vám nabídne ve snu obrazy, k nimž můžete nechat plynout energii, která způsobí, že váš vibrační stav bude takový, jaký chcete. A potom vám to *zákon přitažlivosti* také dodá.

Vaše sny jsou hmotnými projevy vašeho vibračního bodu přitažlivosti, takže je můžete zhodnotit a určit, co skutečně se svými vibracemi děláte. Vaše sny jsou cosi jako předpremiéra, upoutávka na to, co má přijít. Zhodnotíte-li obsah svého snu, můžete si ujasnit, jaký je váš bod přitažlivosti, a pokud nechcete prožít to, o čem se vám zdálo, můžete udělat něco pro to, aby se to změnilo.

Prostřednictvím myšlenek, které ve vás vyvstávají pod vlivy okolí, můžete nechat plynout energii k finanční katastrofě či nedokonale fungujícímu tělu, atd. Vaše *Vnitřní bytost*, která si uvědomuje, že do své budoucnosti promítáte nemoc, vám může nabídnout sen, jenž vám ukazuje, kam směřujete. Pak se probudíte a řeknete: *Ale já tohle nechci!* A posléze řeknete: *Ale co vlastně chci? A proč to chci?* Potom umožníte své energii, aby plynula produktivně k tomu, co skutečně *chcete*, budete ji transmutovat, a tak měnit své budoucí zážitky.



Kniha pozitivních stránek

Kdy použít tento proces:

- Když vás zaplavuje pozitivní pocit v reakci na nějakou pozitivní myšlenku, na niž se zaměřujete, a přejete si vézt se déle na vlně tohoto dobrého pocitu.
- Když jste si vědomi toho, že z předmětu, který vyžaduje vaši systematickou pozornost, nemáte dobrý pocit, a chcete zlepšit svou vibraci týkající se tohoto tématu.
- Máte-li dobrý pocit z většiny předmětů, na něž se zaměřujete, ale je tu ještě několik nepříjemných záležitostí, které chcete přeměnit tak, abyste z nich měli lepší pocit.

Pásmo současného emočního nastavení

Proces *Kniha pozitivních stránek* bude pro vás nejvhodnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

- (1) radostí/poznáním/posílením/svobodou/láskou/uznáním
a
(10) nespokojeností/podrážděností/netrpělivostí.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Než se začnete věnovat procesu *Knihy pozitivních stránek*, kupte si sešit, z něhož budete mít dobrý pocit, až ho budete držet v ruce. Vyberte si zápisník příjemné barvy, s linkami, které se hodí k vašemu stylu psaní, z papíru, po němž bude vaše pero příjemně klouzat, který se bude otevírat pohodlně, a když jej položíte, zůstane otevřený.

Vzhledem k činnosti, která bude součástí tohoto procesu, si můžete být jisti, že se zlepší vaše zaměření a přinese s sebou i větší vyjasnění a výraznější pocit, že skutečně žijete.

Na obálku sešitu si napište: *Moje kniha pozitivních stránek*.

Bude dobré, když si první den na tento proces vyhradíte alespoň dvacet minut. Postupně můžete tuto dobu prodlužovat. Možná však zjistíte, že je pro vás tento proces natolik užitečný a máte při něm natolik uspokojivé pocity, že jím budete chtít trávit více času zcela spontánně.

Nahoru na první stránku sešitu si napište jméno nebo stručný popis někoho nebo něčeho, z něhož nebo z čeho máte vždy dobrý pocit. Mohlo by to být například jméno vaší milované kočky, vaší nejlepší přítelkyně nebo člověka, do něhož jste zamilovaní. Může to být i název vašeho oblíbeného města nebo restaurace. Zatímco se zaměřujete na napsané jméno nebo název, položte si tyto otázky: *Co se mi na tobě tak líbí? Proč tě tolik miluji? Jaké jsou tvé pozitivní stránky?*

Poté začněte nenásilně a s lehkostí zapisovat myšlenky, které vás napadají v reakci na položené otázky. Zachycujte své myšlenky volně, nechte je nenuceně proudit skrze sebe na papír. Pište, dokud myšlenky poplynou. Potom si svá slova přečtěte a těšte se z nich.

Pak na další stránku napište opět jméno nebo název něčeho či někoho, z něhož nebo z čeho máte dobrý pocit. Celý proces opakujte, dokud vymezených 20 minut neuplyne.

Možná už během prvního sezení zjistíte, že se vám v sobě podařilo probudit tak silné vibrace uznávání a Dobra, že vás napadají další jména nebo názvy, které můžete uvést ve své *Knize pozitivních stránek*. Až je do ní budete zapisovat, vyhradte si, pokud můžete, dostatek času na to, abyste jimi nadepsali další stránky. Budete-li mít pocit, že máte dostatek času si položit otázky *Co se mi na tobě tak líbí, proč tě tolik miluji a jaké jsou tvé pozitivní stránky?*, položte si je a hned také zodpovězte. Jestliže čas nemáte, odložte své dotazy na druhý den, kdy začnete tento proces znovu.

Čím více pozitivních stránek hledáte, tím více jich najdete, a čím více pozitivních stránek najdete, tím víc budete hledat další. V tomto procesu v sobě zaktivujete vysoké vibrace Dobra (které jsou v souladu s tím, kdo ve skutečnosti jste). Budete se cítit nádherně. Ještě lepší je, že si na tuto vibraci postupně zvyknete natolik, že se stane vaší převažující vibrací, a všechny aspekty vašich zkušeností začnou tuto vyšší vibraci odrážet.

Zaplníte-li sešit svými zápisky, pravděpodobně si budete chtít rychle koupit další, protože v zážitku psaní je obsaženo skutečné zaměření. Když si zapisujete věci, z nichž máte dobrý pocit, je v psaní obsažena opravdová síla napojení na Zdrojovou energii.

Z tohoto procesu plyne mnohý užitek: budete se během něj cítit skvěle. Váš bod přitažlivosti se bude neustále zlepšovat, bez ohledu na to, jak dobrý je v současnou chvíli. Váš vztah s jednotlivými předměty, o nichž budete psát, začne být bohatší a uspokojivější – a *zákon přitažlivosti* vám dodá ještě více úžasných lidí, míst, zkušeností a věcí, z nichž se budete radovat.

***Abrahame, řekněte nám více
o Knize pozitivních stránek***

Představte si krásné město. Ne velké, ale dokonalé. Doprava funguje výborně. Je tu spousta krásných zajímavostí. Žít a pracovat v tomto městě je nádherná zkušenost. Když si představujete město tak, jak jsme vám ho popsali, možná si pomyslíte: *Tady bych mohl/a šťastně žít už navždy.* Zapomněli jsme se však zmínit o jedné maličkosti: *Na Dlouhé třídě je hluboký výmol.*

Jestliže bylo vaším úkolem zaměřovat se na pozitivní stránky tohoto města, očekáváme, že kdybyste v tomto městě žili, žili byste tam šťastně už navždy. Většinu lidí neuvedl do života někdo, kdo by vyzdvihoval pozitivní stránky života. Naopak, častěji je do života uváděl někdo, kdo říkal: *Dávej pozor na výmol na Dlouhé třídě!* Většina lidí výmolem zdcena, neboť se orientují na negativní aspekty toho, co je obklopuje.

Řekněme, že nějaké ženě byla sdělena diagnóza smrtelného onemocnění. Doktor nad ní vynesl rozsudek smrti. A přesto je většina jejího těla – více než 99 procent – právě takovým kouzelným městem: funguje dobře. Všechny dopravní tepny fungují výborně. Jenže kvůli tomu, že doktor zaměřil pozornost na „výmol“, věnuje mu nyní tato žena veškerou svou pozornost. Tak dlouho, dokud výmol nakonec nepohltí celé její město.

Odvedte svou pozornost od výmolů ve městě

„Když se zaměřuji na to, co chci, cítím se dobře. Jestliže se zaměřím na nedostatek toho, co chci, cítím se špatně.“

Pojďme ještě trochu dál. Jste schopni se zaměřit na více než jednu věc zároveň? Nejste. Můžete se cítit současně dobře i špatně? Nemůžete. A není tedy logické – jelikož to nepochybně spadá do pravidel *zákona přitažlivosti* – že když se zaměřujete na to, co skutečně *chcete*, nemůžete se zároveň zaměřovat na to,

co nechcete? Jestliže platí, že když se zaměřujete na to, co chcete, máte dobrý pocit, a když máte dobrý pocit, jste v pozitivním stavu přitahování, potom by přece mělo platit i to, že vašim nejdůležitějším úkolem je vyhledávat právě ty aspekty všeho, které vás povznášejí, a nevšímat si výmolů!

Někdy se stává, že když se naši fyzičtí přátelé poprvé dozvědí o *záměrné tvorbě*, znepokojí se. Bojí se, že každá jejich negativní myšlenka, kterou si pomyslí, pronikne do Univerza a přitáhne nějaké monstrum. Takové obavy bychom rádi zahnali a připomněli vám, že vaše myšlení se vyladuje, takže než se něco ve vašem životě manifestuje, vyžaduje to trochu víc myšlenek. Protože však žijete ve společnosti, která je převážně orientovaná na kritiku a na to, co je špatně, a snaží se vždy konfrontovat s fakty, začali jste se i ve svých individuálních myšlenkách převážně trápit a dělat si starosti, místo abyste byli převážně přesvědčeni, že všechno je dobré.

Chceme vás povzbudit, abyste věnovali víc pozornosti tomu, z čeho máte dobrý pocit. Nechceme od vás nic tak radikálního, jako třeba abyste kontrolovali každou svou myšlenku. *Jenom se prostě rozhodněte, že budete vyhledávat to, co chcete vidět.* Není to těžké rozhodnutí, nicméně do vašich zkušeností může vnést velkou změnu.

Věnujte pozornost tomu, z čeho máte dobrý pocit

Zdá se, že byste měli věnovat pozornost tomu, co je skutečné. „Vždyť to tak přece je. Neměl/a bych si to zaznamenat? Neměl/a bych to spočítat? Neměl/a bych z toho udělat statistický průměr? Neměl/a bych o tom říci ostatním? Neměl/a bych před tím varovat své děti?“

Neměli bychom kvůli věcem, které nechceme, bít na poplach, protože jsou realitou, a tudíž z nich udělat realitu ještě víc? A my se ptáme: Proč byste to dělali? Proč se raději nepodívat do da-

tabáže stvoření, vybrat z ní skutečnosti, které chcete opakovat, a raději věnovat pozornost jim? Vaše odpověď na to však často není příliš dobrá. Zní: „Děláme to proto, že je to realita. Děláme to proto, že to tak dělal už někdo jiný.“

Kdybychom byli na vašem místě, nedovolili bychom, aby základem naší pozornosti byla realita něčeho. Dovolili bychom, aby základem byl pouze pocit – vibrace. Takže bychom každému, kdo by chtěl vědět, co tím míníme, řekli: „Pokud z toho mám dobrý pocit, věnuji tomu svou pozornost. Pokud z toho nemám dobrý pocit, vůbec se tím nezaobírám.“

A víte, co by vám na to řekl? „Měl/a by ses postavit realitě čelem.“ A tak jim odpovězte: „Vždyť se k ní také čelem stavím, celou dobu. Pouze jsem si začal/a trochu vybírat, co si z té reality vezmu. Protože jsem začal/a zjišťovat, že ať se stavím čelem k jakékoli realitě, mluvím o ní, myslím na ni, vzpomínám na ni, opakuji ji, ať už si z jakékoli reality dělám statistiku, zkrátka, ať už ve svých vibracích dlouho udržuji jakoukoli realitu, stává se mou realitou. Začal/a jsem si velice pečlivě vybírat reality, které opakuji ve svých zkušenostech, protože jsem zjistil/a, že mohu realitu tvořit. Umím tvořit realitu! Umím tvořit realitu – a umím si také vybrat realitu, kterou vytvářím.“

Ach, jak rádi vám tohle říkáme. Jste tvůrci a můžete vytvořit všechno, co chcete. Existuje však lepší způsob, jak to říci: *Můžete a budete tvořit všechno, čemu věnujete pozornost.*

Ať už přijdete kamkoli, budete tam také vy

Jerry a Esther pořádali v texaském Austinu semináře v hotelu, jehož zaměstnanci jako by pokaždé na ně zapomněli. Přestože byly podepsány smlouvy a Esther tam ještě kvůli potvrzení volala v den, kdy měli přijet, roztomilá dívka za pultem recepce pokaždé vypadala překvapená. Potom pospíchala, aby připravila

věci na seminář. Esther nám řekla: „Možná bychom si měli příště zvolit jiný hotel!“ My jsme na to řekli, že to sice je způsob, jak k tomu přistoupit, *lze však očekávat, že ať už jdete kamkoli, všude si s sebou berete i sebe, takže si nesete s sebou rovněž své vibrační návyky a vzorce.*

Řekli jsme jim, aby si koupili sešit a na jeho desky tučným písmem napsali: *Má kniha pozitivních stránek* a na jeho první stránku zase: *Pozitivní stránky hotelu Southpark v Austinu.* Esther tedy začala psát: „Je to krásné zařízení. Je dobře situované, člověk se tam snadno dostane, když cestuje mezi státy federace, a je lehké popsat cestu. Parkoviště je dostatečně velké a vyhovující. Prostory hotelu jsou vždy velmi čisté. Nabízejí pokoje různých velikostí, takže se zde může ubytovat jakkoli velká skupina...“

Poté co všechno zapsala, je napadlo, jak vůbec mohla uvažovat o tom, že by se začali poohlížet po jiném hotelu. Jinými slovy, když věnovala pozornost pozitivním stránkám, vyvolalo to v ní tak dobrý pocit z hotelu, že (jak víme) už nemohla přitahovat nic, co by nebylo dobré. Na základě cíleného psaní do sešitu věnovala pozornost něčemu jinému než výmolu.

Je to inspirace, nebo motivace?

Můžete se na to podívat dvěma různými způsoby: *Jestliže udělám to a to, stanou se tyto dobré věci,* nebo *Jestliže udělám to a to, stanou se tyto špatné věci.* První způsob vás *inspiruje* k činnosti pozitivně, druhý vás *motivuje* k činnosti negativně.

Vaše *Knihy pozitivních stránek* vás bude stále více přibližovat do pozice přitahování tím, že ve vás inspiruje pozitivní pocit, ať už si přejete cokoli.



Psaní scénářů

Kdy použít tento proces:

- Když se cítíte dobře a chcete blíže specifikovat to, co vytváříte ve svých životních zkušenostech.
- Toužíte-li po vzrušení, jež vám přináší určování a zapisování věcí, které byste rádi zažili, a později sledování toho, jak vám vesmír dodává právě ty věci, které jste popsali.
- Když chcete vědomě prožívat sílu svého konkrétně zaměřeného myšlení.

Pásmo současného emočního nastavení

Proces *Psaní scénářů* bude pro vás nejpřínosnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(2) vášnivým nadšením

a

(6) nadějí.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Jednou večer Esther zapnula televizi a okamžitě ji upoutal právě promítaný film. Zdánlivě neúspěšný scénárista v něm právě zjistil, že jeho psací stroj je kouzelný. Tytéž věci, které každý den napsal, se pak děly v jeho životě. Když se nějaká situace neodehrála tak, jak by chtěl, sedl k psacímu stroji, napsal vylepšenou verzi a nový scénář se potom odehrál v jeho zkušenostech.

Při sledování tohoto filmu jsme Esther řekli: „Takto to skutečně funguje. Když se jasně zaměříš na věci, po nichž toužíš, a nebudeš mít žádné protichůdné vibrace, které způsobují rezistenci, pak se vše, po čem toužíš, musí splnit. Neboť když o něco žádáš, je ti to vždy bez výjimek dáno.“ Jestliže něco, co si přejete, nepřichází, může to být jedině proto, že tomu neumožňujete přijít, jelikož vaše myšlenky, kterým se věnujete, jsou v rozporu s vaším přáním. Nic jiného vám nebrání v uskutečnění jakéhokoli snu.

Proces *Psaní scénářů* funguje takto: Předstírejte, že jste spisovatelé a že cokoli napíšete, se odehraje tak, jak jste to napsali. Jediným vaším úkolem je podrobně popsat všechno přesně tak, jak chcete, aby to bylo.

Vzhledem k tomu, že je tato hra pro vás zábavou a neberete ji příliš vážně, je méně pravděpodobné, že budou aktivována jakákoli přesvědčení, která by vám působila zábrany. Jinak řečeno, když budete předstírat, že váš psací stroj, počítač nebo notebook je kouzelný a vše, co napíšete, se uskuteční, dosáhnete dvou věcí, jež jsou pro dosažení čehokoli nezbytné: zaostříte čočky svého přání a nebudete vyzařovat žádnou rezistenci.

Tento proces vám pomůže být konkrétnější ve vašich přáních. Budete-li přesně vědět, co skutečně chcete, ucítíte sílu tohoto konkrétního zaměření. Čím déle a detailněji se na nějaký předmět soustřeďujete, tím rychleji se pohybuje energie. S postupnou praxí budete skutečně schopni pocítit hybnou sílu své touhy; budete s to vnímat, jak se vesmírné síly sbíhají. Často poznáte čistě podle toho, jak se cítíte, kdy se blíží průlom nebo zhmotnění přání.

Vzhledem k hravosti tohoto procesu vzniká menší pravděpo-

dobnost, že do svého zaměřovacího bodu vnesete pochybnosti nebo skepsi. Zůstanete-li hraví a budete k procesu přistupovat s lehkostí, budete schopni udržet si konkrétní zaměření bez přítomnosti odporu – a dosáhnete dokonalé rovnováhy pro vytvoření všeho, co chcete.

Budete-li hrát tuto hru často a bude-li vás těšit, začnete vidět fascinující důkazy její účinnosti. Věci, které jste napsali, se začnou objevovat ve vašich zkušenostech, jako kdybyste režírovali hru na jevišti. Vyřkne-li někdo, s kým přijдете do styku, slova, která jste *napsali* ve svém scénáři, rozradostní vás to, protože tímto způsobem poznáte moc svého záměru.

Jste autory scénáře svého života, kteří pracují pomocí svých vibrací, a všichni ve vesmíru hrají takovou roli, jakou jste jim přiřkli. Můžete napsat scénář života, doslova jak chcete, a vesmír vám přivede do života přesně takové lidi, místa a události, jaké jste si zvolili. Vzhledem k tomu, že jste tvůrci svých zkušeností, musíte si je pouze vybrat a umožnit jim, aby přišly.

Abrahame, řekněte nám více o Psaní scénářů

Psaní scénářů je jeden z těch procesů, které vám předkládáme jako pomocný prostředek, když říkáte vesmíru, jaký chcete, aby byl. Jestliže již jste ve vibrační harmonii se svým přáním, víte to, protože vaše touha je již fyzickou skutečností. Ale jestliže existuje něco, co chcete, co však dosud nedozrálo, pak *Psaní scénářů* představuje vhodný způsob, jak to uspišit. *Psaní scénářů* vám pomůže zbavit se zvyku mluvit o věcech tak, jak jsou, a pomůže vám začít mluvit o věcech tak, jak byste je chtěli mít. *Psaní scénářů* vám pomůže vyzařovat vibrace se zaměřením.

**Napište si scénář se zápletkou,
kterou byste chtěli prožít**

Začali bychom tak, že bychom sebe definovali jako hlavní postavu, a potom bychom stanovili další hlavní aktéry scénáře. Poté bychom napsali zápletku. (Nejúčinnější je, když si ji skutečně napíšete, zvláště zpočátku, protože zapisování představuje nej-mocnější bod zaměření. Zápletku však nemusíte zapisovat stále znovu.)

Kdysi s námi jedna žena procvičovala svůj scénář. Řekla: „Vidím, jak dvě osoby kráčí po břehu moře.“ Poškádlili jsme ji otázkou: „A jsi jednou z nich?“ Při psaní scénářů jde o to – a to chceme zdůraznit – abyste začali *cítit* životní zkušenosti tak, jak byste je chtěli prožívat.

Smyslem tohoto procesu je cvičit se v procitování života tak, jak jej chcete mít. Vesmír neví ani se nestará, zda vibrujete v reakci na svou zkušenost, nebo na něco, co si představujete. V obou případech vám to vesmír doručí.

Jestliže si opakujete svůj scénář dostatečně často, začnete jej přijímat jako skutečnost. A když jej přijmete způsobem, jakým přijímáte skutečnost, vesmír tomu uvěří a bude na něj reagovat stejně.



Velký arch papíru

Kdy použít tento proces:

- Chcete-li efektivněji používat svého Vesmírného manažera.
- Když chcete vytvářet svou realitu více prostřednictvím toku energie.
- Když chcete vytvářet svou realitu méně prostřednictvím svého jednání.
- Máte-li pocit, že máte příliš mnoho práce.
- Když chcete mít více času na věci, které vám přinášejí radost.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Velký arch papíru* bude pro vás nejcennější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(2) vášnivým nadšením

a

(11) „zdrčeností“.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Jak se život Esther a Jerryho postupně vyvíjel a jejich nápady a projekty se rozšiřovaly, začala Esther s sebou nosit sešit, který obsahoval seznam věcí, které musí udělat. Časem se rozrostl na několik stran a byl komicky nazván: „Věci, které dnes musím udělat.“ Ve skutečnosti by je nezvládlo udělat za jeden den ani deset lidí.

S každým novým zápisem, který k jejímu seznamu přibyl, měla Esther stále tíživější a nesvobodnější pocit. Vzhledem ke své přirozené ochotě a touze být prospěšná si vytvořila velký pocit zodpovědnosti, avšak trpěla u toho pocitem nesvobody.

Když Esther seděla v restauraci a čekala na jídlo, studovala stránky svého seznamu. Občas si odškrtla něco, co již udělala, a s každým vypuštěním úkolu vymyslela okamžitě tři další. Když ji přemohl pocit beznaděje, zeptala se nás: „Abrahame, co mám dělat?“

Vezmi si toto velké papírové prostírání, řekli jsme jí, a my tě provedeme. Rozděl papír na dvě poloviny vertikální čarou a jako nadpis na levou polovinu napiš Věci, které udělám dnes. Jako nadpis na pravou stranu napiš Věci, které bych ráda, aby udělal vesmír.

A teď si ze svého dlouhého seznamu, který sis nazvala Věci, které musím udělat dnes, vyber pouze ty úkoly, které opravdu chceš udělat dnešního dne. To, co cítíš, že musíš udělat. Vyber si pouze věci, které bez ohledu na to, co to je, skutečně máš v úmyslu dnes udělat, a zapiš je na levou stranu velkého papírového archu pod nadpis Věci, které udělám dnes. A teď zapiš všechny zbývající úkoly na stranu, kterou má na starosti vesmír.

Esther si prošla seznam a vybrala hrstku věcí, které skutečně potřebovala onoho dne udělat, a zapsala je na levou stranu papíru. Pak začala přepisovat dlouhý seznam zbylých důležitých úkolů na stranu vesmíru. Jeden za druhým je přepisovala na pra-

vou stranu od dělicí čáry a pokaždé, když tam nějaký úkol přepsala, cítila se lehčí.

Vysvětlili jsme Esther, že aby mohla něčeho dosáhnout, musí udělat pouze dvě věci: identifikovat předmět, který si přeje, a potom ustoupit z cesty, a tak umožnit, aby se to stalo. Jinými slovy, požádejte a potom najdete způsob, jak dosáhnout vibrace, která to umožňuje – protože vždy, když o něco požádáte, je vám to také dáno.

Jak Esther začala studovat svůj dlouhý seznam úkolů, rozváděla tu část rovnice, která se týká *žádání*, ale její zmatek a pocit, že ji úkoly zdrtí, byly jistými emočními indikátory vypovídajícími o tom, že se nenachází ve vibračním stavu *umožňování* toho, o co žádá.

Zatímco přenášela tyto body do té poloviny velkého archu papíru, kterou má na starosti vesmír, její rezistence se začala zmírňovat a její vibrace se začaly zvyšovat. I když si to v daný okamžik neuvědomovala, změnil se i její bod přitažlivosti, a okamžitě tak začala *umožňovat* uskutečňování svých přání.

To, co Esther zažila během následujících několika dní, ji udivilo. Nejenže byla schopna splnit úkoly na svém kratším a zvládnutelném seznamu, ale i body uvedené na straně vesmíru se vyplnily – avšak bez toho, aby to vyžadovalo Estheřin čas, pozornost nebo činy. Lidé, které do té doby nebyla schopna zastihnout, se jí sami ozvali. Zaměstnanci v její skupině se nějakým způsobem cítili inspirováni k pomoci a udělali něco, co stálo na Esheřině seznamu. Když to bylo vykonáno, řekli jí to, aniž by tomu Esther musela věnovat pozornost nebo je o to vůbec žádat. Zdálo se, že se čas natáhl, takže toho bylo možno zvládnout víc, a výrazně se zlepšilo i Estheřino načasování, co se týče lidí, míst a dopravy.

Proces *Velkého archu papíru* způsobil, že Esther zaměřila svá přání konkrétněji a poprvé se zbavila rezistence. Protože vždy, když žádáte, je vám dááno, musíte to jen připustit.

***Abrahame, řekněte nám
více o Velkém archu papíru***

Velice často se stává, že když spolu Esther a Jerry obědvají, vytáhne Esther z kabelky velký arch papíru a potom jej rozdělí čárou na dvě poloviny. Nalevo napíše *Věci, které je dnes třeba udělat: Jerry a Esther*. A na pravou stranu papíru napíše *Věci, které je třeba udělat: Vesmír*. Na svou stranu papíru napíší Jerry a Esther věci, které si plánují toho dne vyřídit. Na druhou stranu napíší, na čem by chtěli, aby pracoval vesmír.

Esther byla vždycky velká spisovatelka seznamů. Na svém seznamu *Věci, které je třeba udělat dnes*, měla často práci na deset dní. Seznam nezřídka sloužil jako výmluva a zdůvodnění pro to, že se cítí zdrčená. Jinými slovy, když měla před sebou tolik věcí, že je prostě nemohla zvládnout, seznam *Věci, které musela udělat dnes*, ji takřka vysával. Teď však zjišťuje, že do seznamu uvádí jen to, co opravdu má v úmyslu udělat. Takto má v sobě velice málo rezistence a bere vážně to, k čemu se chystá. Všechno ostatní, co chce udělat, ať už je to dnes, za rok nebo za deset let, napíše do seznamu na pravé straně a umožní vesmíru, aby s tím něco provedl.

Když jednoho dne odcházeli z restaurace, řekl Jerry: „Chceš si vzít s sebou ten popsaný arch papíru?“ A Esther odpověděla: „To nejlepší je už vykonáno, dál ho nepotřebujeme.“ Nechala seznam ležet na stole, ať se s ním vesmír nějak vypořádá. A to je všechno – dál už se nepotřebovala plahočit a honit. Takto si počínáte, když chápete, že existuje nepřetržitý proud dobra, který k vám proudí.

V okamžiku, kdy řeknete „dávám přednost“, anebo „líbí se mi“, „uznávám“ či „chci“, nebesa se kvůli vám otevrou a Nefyzické energie v tom okamžiku začnou v součinnosti pracovat na zhmotnění vašeho přání. V tom okamžiku! Rychleji, než jste schopni to vyslovit, začne v nepopsatelné souhře proudit energie a s ní

i okolnosti a události a vše do sebe začne zapadat tak, abyste dostali přesně to, co chcete. Kdyby nebylo vaší rezistence, věci by se odehrávaly skutečně rychle.

Je vám jasné, co chcete?

Nemusíte stále říkat vesmíru, co chcete; stačí mu to říci pouze jednou. Avšak výhodou opakování toho, co chcete, je, že vy si to ujasníte. Obvykle nejste schopni napoprvé jasně vyslovit všechno, co chcete, takže když o tom mluvíte dál, postupně to doladujete. Řeknete-li „chci to“, vesmír to začne zhmotňovat, a když potom řeknete „chtěl/a bych to takto“, vesmír to upraví. Řeknete „a kdyby tam bylo ještě trochu tohoto, bylo by to pěkné“ a vesmír... chápete, kam tím míříme? Jakmile je vám jasné, co chcete, jakmile na to zacílíte a víte, co chcete, už to k vám putuje. Je to hotovo. Hmotné projevy však budou pravděpodobně následovat později, protože obvykle ve vás ještě přetrvává dost rezistence, kvůli níž to nedostanete okamžitě.

PROCES Č. 11



Zaměřování se na časový úsek

Kdy použít tento proces:

- Když chcete mít rozhodující vliv na průběh určitého časového úseku svého dne.
- Když poznáte potenciál něčeho, co neprobíhá zcela správně, a chcete zajistit, aby to probíhalo tak, jak chcete.
- Jsou-li pro vás zvláště důležité peníze nebo čas a chcete je maximálně zužitkovat.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Zaměřování se na časový úsek* bude pro vás nejcennější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(4) pozitivním očekáváním/přesvědčením

a

(11) „zdrčeností“.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Je snazší začít s novou, ne tak silnou myšlenkou a potom se na ni zaměřit a rozvinout ji, než se snažit změnit již rozvinutou silnou myšlenku. To znamená, že je snazší vytvořit si vylepšenou budoucí zkušenost, než měnit současnou, již existující.

Jestliže zažíváte nějakou fyzickou okolnost, která upoutává vaši pozornost, promítáte ji (právě na základě pozornosti, kterou jí věnujete) do svých budoucích zkušeností. Ale tím, že se zaměříte na *odlišnou* budoucí zkušenost, zaktivujete ji, a když promítnete tuto změněnou zkušenost do své budoucnosti, necháte svou současnou zkušenost za sebou.

V tom spočívá síla procesu *Zaměřování se na časový úsek*. Je to proces, jehož pomocí si definujete typické vibrační rysy časového úseku, k němuž směřujete. Tímto způsobem si předem připravíte vibrační cestu tak, aby se vám po ní šlo snáze a radostněji.

Jestliže máte špatnou náladu, což znamená, že ve vaší vibrační frekvenci existuje značný odpor, nemáte v současném stavu přístup k příliš odlišným myšlenkám. Proto obvykle promítáte totéž vibrační očekávání do časového úseku, do něhož vstupujete. Z toho důvodu doporučujeme použít *Zaměřování na časový úsek* až ve chvíli, kdy se cítíte dobře. Jestliže se v daném okamžiku cítíte špatně, zkuste některý jiný proces, abyste si zlepšili momentální náladu a bod přitažlivosti. Jakmile se potom budete cítit lépe, můžete se vrátit k účinnému procesu *Zaměřování se na časový úsek*.

Tento proces vám pomůže libovolně se zaměřovat na své myšlenky. S jeho pomocí si lépe uvědomíte, kde se vaše myšlenky právě nacházejí, a budete se svobodněji rozhodovat, které myšlenky chcete vyzářovat. Časem pro vás bude velice přirozené se na okamžik zastavit při vstupu do nového časového úseku a naměřovat svůj záměr nebo očekávání.

Do nového časového úseku vstupujete pokaždé, když se změní

vaše záměry: Jestliže myjete nádobí a vtom zazvoní telefon, vstupujete do nového úseku. Když nasedáte do auta, vstupujete do nového úseku. Když do místnosti vejde nový člověk, vstupujete do nového úseku.

Pokud si vyhradíte chvílku na to, abyste odstartovali svá očekávání ještě dřív, než se octnete v novém úseku, budete moci udat tón tomuto úseku konkrétněji, než kdybyste do něj prostě vstoupili a začali jej pozorovat takový, jaký již je.

Tak například vaříte večeři a máte radost z rytmu a plynulosti, z toho, jak jste si to krásně zorganizovali. Všechno jde podle plánu a očekáváte, že vše dobře dopadne.

Zazvoní telefon. (Vstoupíte do nového úseku.) Stanovíte si záměr, že telefon nezvednete. Stanovíte si záměr, že pro tuto chvíli se o telefonát postará váš záznamník a že vy se k telefonátu vrátíte později, až budete mít čas.

Rytmus a plynulost přípravy jídla se tedy nenaruší; váš úsek se nepatrně změnil, ale udrželi jste si rovnováhu a všechno je v pořádku.

Nebo jiná verze: Zazvoní telefon. (Vstoupíte do nového úseku.) Vzpomenete si, že čekáte důležitý telefonát, a nechcete ho zmeškat. Stanovíte si záměr, že tento úsek bude věčný a krátký a že hovor vyřídíte rychle a zdvořile. A protože se již nacházíte v pozitivním proudu, vaše pozitivní očekávání se s ním dokonale propojí, takže ještě než zvednete sluchátko, připravíte si rozhovor tak, aby byl ve shodě s vaším úmyslem mít stále dobrý pocit.

Ve skutečnosti se na své budoucí zkušenosti předem připravujete neustále, aniž o tom víte. Nepřetržitě do nich promítáte svá očekávání. Proces *Zaměřování se na časový úsek* vám pomáhá vědomě uvažovat o tom, co promítáte, a poskytuje vám kontrolu nad vašimi budoucími úseky.

Můžete si předem připravovat nejen ty budoucí zkušenosti, které bezprostředně nadcházejí, ale i takové, které jsou ve vzdálenější budoucnosti. Jakmile budete mít příležitost vidět, jak vaše

záměrné myšlení pozitivně ovlivňuje vaše zkušenosti, budete je chtít ovlivňovat ještě víc. Podobně jako u všech procesů i zde platí, že čím víc jej uplatňujete, tím jste dovednější, tím víc vás to baví, a tím efektivnější budou vaše výsledky.

Jestliže v sobě nový úsek zahrnuje něco, co jste nikdy nedělali rádi, pak proces *Zaměřování se na časový úsek* není příliš vhodný. Je pochopitelně lepší než vůbec žádná vědomá činnost, ale máte-li příležitost, bylo by užitečnější na danou záležitost uplatnit některý z procesů určených pro větší zatížení (procesy #13 až #22).

Například jdete navštívit svou tchýni, která vás podle vašeho přesvědčení nikdy neměla ráda, nebo jste na cestě do své kanceláře, kde sedíte s někým, kdo vám v mnoha ohledech „jde na nervy“...

Kdykoli si stanovíte, jak se chcete cítit a jak byste chtěli, aby se daný časový úsek odvíjel, pak platí, že pokud zjistíte, že o pozitivní scénář s námahou bojujete, bude užitečnější, když v procesu nebudete pokračovat. Zaměřte se v myšlenkách na jiný předmět; myslete na něco příjemného a později využijte jiný z uvedených procesů.

Abrahame, řekni nám něco víc o Zaměřování se na časový úsek

Žijete v podivuhodné době, ve velice technicky vyspělé společnosti, kde máte přístup k myšlenkovým podnětům z celého svého světa. Z toho všeho máte prospěch, protože vám to poskytuje velkou příležitost k růstu. Setkáváte se však i s některými nevýhodami stimulace myšlení. Tyto nevýhody se projevují v podobě zmatku. Schopnost zaměřit se úžeji na nějaký předmět vám sice přináší přehlednost, ale na druhou stranu schopnost zaměřovat se na více věcí najednou ve vás způsobuje zmatek.

Jste receptivními bytostmi. Vaše myšlenkové procesy jsou velice rychlé. Když uvažujete o nějakém předmětu, působením *zákona přitažlivosti* získáváte schopnost si jej stále více ujasňovat,

dokud v souvislosti s ním něčeho nedosáhnete. Vzhledem k přístupnosti příliš mnoha myšlenkových podnětů však zůstává jen velice málo z vás na něco zaměřených natolik dlouho, aby to skutečně někam dospělo. Většina z vás je natolik rozptylována velkým množstvím podnětů, že nemá příležitost více rozvinout jednu myšlenku.

Zde je klíč k záměrné tvorbě

Základem procesu *Zaměřování se na časový úsek* je jasné *rozpoznání toho, co chcete*, abyste mohli *záměrně* začít stanovovat *přitažlivost* toho, co chcete.

Zde je klíč k vaší *záměrné tvorbě*: Představte si sebe jako magnet, který k vám přitahuje to, co odpovídá vibracím vašich momentálních pocitů. Když máte pocit přehlednosti a cítíte, že máte věci pod kontrolou, budete přitahovat jasné a přehledné okolnosti. Když se cítíte šťastní, přitáhnete šťastné okolnosti. Když se cítíte zdraví, přitáhnete okolnosti odpovídající zdraví. Když máte pocit prosperity, přitáhnete okolnosti prosperity. Když se cítíte milování, přitáhnete okolnosti lásky. To, jak se cítíte, je ve skutečnosti vaším bodem přitažlivosti.

Hodnota procesu *Zaměřování se na časový úsek* spočívá v tom, že vás povzbuzuje k tomu, abyste se mnohokrát během dne zastavili a řekli si: „Právě tohle chci od tohoto životního období. Chci to a očekávám to.“ Zatímco prohlašujete tato mocná slova, stáváte se tím, co nazýváme *selektivními prosévači*. Přitahujete do svých zkušeností to, co chcete.

Dělení na časové úseky je tak efektivní proto, že když se snažíte současně uvažovat o všech věcech, kterými se chcete zabývat, zahltní vás to a uvede ve zmatek. Cena vašeho zaměřování se úsek po úseku spočívá v tom, že se nesnažíte promýšlet tolik věcí zároveň. Řeknete si: „Co chci právě teď?“

Jestliže chcete mnoho věcí najednou, přináší to zmatek.

Zaměříte-li se však pouze na specifika toho, co chcete v konkrétní chvíli, vnášíte do svého tvoření jasnost a sílu – a tudíž i rychlost. A právě o to jde při Zaměřování se na časový úsek: zastavit se, když vstupujete do nového úseku, a určit si, co nejvíc chcete, abyste tomu mohli věnovat pozornost (a tudíž tomu dodat i sílu).

Někteří z vás se zaměřují během *některých* časových úseků dne. Málokdo se však zaměřuje po většinu dne. Určování jednotlivých úseků – a záměr stanovit to, co je v těchto úsecích nejdůležitější – vám pomůže být záměrnými, magnetickými přitahovateli či tvůrci v každém časovém úseku dne.

Zjistíte, že jste nejen produktivnější, ale i šťastnější, protože když se budete vědomě zaměřovat a potom *umožňovat* a přijímat, dojdete velkého uspokojení. Jste bytosti, které se chtějí vyvíjet, a pohybujete-li se vpřed, jste ze všeho nejšťastnější. Když ale máte pocit stagnace, nejste tak šťastní, jak byste mohli být.

Příklad dne, v němž se uplatní proces *Zaměřování se na časový úsek*

Rádi bychom vás seznámili s příkladem dne, v němž si můžete vědomě stanovit záměr, jakmile rozpoznáte, že se přesouváte do nového úseku. Řekněme, že jste se rozhodli aplikovat tento proces před ulehnutím ke spánku a že jste rozpoznali, že usnutí bude novým úsekem životní zkušenosti. Ležíte pod peřinou, chystáte se usnout a stanovíte si záměr klidného spánku. Vaším záměrem tedy bude občerstvení vašeho fyzického těla. Představte si, že se druhého dne ráno probudíte odpočinutí.

Ráno po otevření očí rozpoznáte, že jste vstoupili do nového úseku životní zkušenosti. Doba mezi probuzením a chvílí, kdy vstanete z postele, je novým časovým úsekem. Pro tuto dobu si stanovte záměr: „Zatímco zde ležím, hodlám si udělat jasný obrázek tohoto dne. Dnes budu veselý/á a nadšený/á.“ A potom začnete cítit svěžest a bohatství nastávajícího dne.

Když vstáváte z postele, vstupujete do dalšího nového úseku životní zkušenosti. Může to být úsek, kdy se připravujete na tento den. Když si čistíte zuby nebo se sprchujete či děláte v daný časový úsek cokoli, dovolujete, aby se to dělo efektivně, abyste z toho měli radost, aby to byla radostná chvíle, která vás připraví na celý den.

Také snídani si připravujete se záměrem dělat to efektivně a vybírejte si to, co je z hlediska výživy pro vás v danou dobu to nejvhodnější. Stanovte si, že snídaně vám dodá výživné látky nebo že vás posílí a že vám bude chutnat. Až budete v tomto duchu pokračovat, všimnete si, že se při jídle cítíte více omládlí, nasycení a svěží. Jídlo vám bude chutnat víc, než kdybyste si takový záměr neurčili.

Zazvoní-li telefon, rozpoznajte, že opět vstupujete do nového úseku. Když zvedáte telefon, zjistěte, kdo to je, a potom si jasně stanovte záměr dřív, než začnete mluvit. Nastupujete-li do auta a jedete do práce nebo kamkoli jinam, stanovte si záměr, že se z jednoho místo do druhého dostanete bezpečně, že se budete cítit povzbuzení a šťastní a že po cestě budete vědět, co jiní řidiči mají nebo nemají v úmyslu, abyste se tam, kam chcete, dopravili plynule, bezpečně a efektivně.

Když vystupujete z vozu, vstupujete do dalšího časového úseku. Takže se na okamžik zastavte a představte si, jak kráčíte z tohoto místa tam, kam máte v úmyslu jít. Představte si, jak se při chůzi cítíte dobře, a stanovte si za cíl, že budete vnímat vitalitu svého fyzického těla a jasnost svého myšlení a rozvíjet vizi nebo úmysl pro následující úsek, do něhož se právě chystáte vstoupit. Představte si, jak zdravíte sekretářku, zaměstnance nebo zaměstnavatele. Představte si, že jste těmi, kteří přinášejí dobrou náladu druhým, jsou vždy připraveni se usmát, přičemž poznáte, že nikdo z těch, s nimiž se setkáte, nemá vědomé záměry. Vy však víte, že když si vy budete vědomi svých záměrů, budete mít své životní zkušenosti pod kontrolou a nenecháte se strhnout zmatkem, záměry nebo vlivem druhých lidí.

Samozřejmě, vaše úseky nebudou přesně takové, jak jsme je v tomto příkladu uvedli. Nebudou ani každý den stejné. Zpočátku zjistíte, že si záměry nestanovujete tak rychle, jak byste chtěli. Pro některé z vás může být užitečnější a efektivnější, když s sebou budete nosit malý zápisník, zastavíte se a určíte si daný úsek a přitom si do zápisníku zapíšete seznam svých záměrů. Při psaní se budete nacházet v nejsilnějším bodě ujasnění a v nejsilnějším bodě zaměření. Na počátku tohoto *Zaměřování se na časový úsek* pro vás může být zápisník skvělou a velice cennou pomůckou.

V průběhu takového dne budete cítit, jakou účinnost a hybnou sílu má budování záměrů. Zjistíte, že se cítíte skvěle a že vás nikdo nemůže zviklat. Budete mít pocit, jako by nebylo nic, co byste nemohli dělat, mít nebo tím být, protože se budete znovu a znovu nacházet v pozici tvůrčí kontroly nad svými životními zkušenostmi.



Nebylo by hezké, kdyby...?

Kdy použít tento proces:

- Když zjistíte, že se přikláníte k něčemu negativnímu, a tudíž vyzařujete odpor, a chcete to zvrátit směrem k něčemu pozitivnímu.
- Cítíte-li se dobře a chcete se zaměřit konkrétněji na určité oblasti svého života, aby byly ještě lepší.
- Když chcete citlivě převést negativní nebo potenciálně negativní rozhovor do pozitivnějšího naladění vůči sobě nebo jemně vést někoho jiného.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Nebylo by hezké, kdyby...?* bude pro vás nejvhodnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(4) pozitivním očekáváním/přesvědčením

a

(16) ustrašeností.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Když řeknete „Chci, aby se stalo tohle, což se ještě nestalo“, aktivujete nejenom vibraci svého přání, nýbrž i vibraci jeho nepřítomnosti – takže se u vás nic nezmění. Často dochází k tomu, že i když nevyslovíte druhou část věty a řeknete pouze „Chci, aby se stalo tohle“, přetrvává ve vás nevyslovená vibrace, která vás i nadále udržuje ve stavu, v němž své přání neumožňujete.

Jestliže však řeknete „Nebylo by hezké, kdyby ke mně přišel předmět tohoto přání?“, docílíte odlišného druhu očekávání, které je mnohem méně rezistentní.

Když si položíte takovouto otázku, přirozeně to ve vás vyvolá pozitivnější reakci v očekávání budoucí možnosti. A tak tato prostá, nicméně účinná hra zesílí vaše vibrace a zlepší váš bod přitazlivosti, protože vás přirozeně nasměruje k věcem, které chcete. Proces *Nebylo by hezké, kdyby...* ? vám pomůže ve všech oblastech připustit věci, o něž jste žádali.

Nebylo by hezké, kdybychom s těmito přáteli strávili příjemnější chvíle než kdykoli předtím?

Nebylo by hezké, kdyby cesta probíhala dobře a my měli báječný výlet?

Nebylo by hezké, kdybych dnes měl/a skutečně produktivní pracovní den?

Předmětem přání by mohlo být i navázání skvělého vztahu. Například:

Nebylo by hezké, kdybych našel/a někoho velmi atraktivního, kdo by mne zbožňoval stejně jako já jeho?

Nebylo by hezké, kdybych potkal/a někoho, s kým bychom společně tančili při západu slunce?

Nebylo by hezké, kdyby existoval někdo, kdo hledá někoho stejně jako já?

Důvodem, proč je hra *Nebylo by hezké, kdyby... ?* tak důležitá a účinná, je, že když řeknete „*Nebylo by hezké, kdyby... ?*“, vybíráte si něco, co chcete, a stavíte se k tomu nenásilně a s lehkostí. Jinak řečeno, o nic nejde. Jedná se o velice jemnou vibraci.

Řekněme například, že chcete zhubnout. Zde jsou příklady otázek *Nebylo by hezké, kdyby... ?*:

Nebylo by hezké, kdybych narazil/a na něco, co by na mne účinkovalo?

Nebylo by hezké, kdyby se mnou můj metabolismus trochu víc spolupracoval?

Nebylo by hezké, kdyby se přání, která jsem měl/a tak dlouho, rozhořela naplno a ozářila mi cestu?

Nebylo by hezké, kdybych mohl/a poznat někoho, kdo objevil něco, co opravdu fungovalo a co by ve mně zase rozžehlo naději?

Nebylo by hezké, kdybych se mohl/a vrátit k tělesné váze, kterou jsem měl/a v tom a tom věku?

Nebylo by hezké, kdybych vypadal/a jako na tomto obrázku?

Vaše logika vám řekne: „Ale vždyť se o to snažím už dlouho. Kdybych věděl/a, jak na to, už bych to udělal/a.“ Tak byste ale protřečili svému vlastnímu přání. Udržovali byste se stále ve stejné

Požádej a je ti dáno

vibraci. Hrajete-li však hru *Nebylo by hezké, kdyby...?*, velká část této vibrace se rozptýlí.

Nebylo by hezké, kdyby mé fyzické tělo začalo být v souladu s mým snem?

Nebylo by hezké, kdybych zjistila, že je to mnohem snazší, než to kdy bylo?

Nebylo by hezké, kdybych začal/a být v energetickém souladu a všechno kolem mne by rovněž začalo být ve vibrační harmonii?

Nebylo by hezké, kdyby buňky mého těla spolupracovaly s mou mentální představou?

Nebylo by hezké, kdybych mohl/a mít ze svého těla dobrý pocit?

Nebylo by hezké, kdyby mé tělo začalo reagovat odlišně na jídlo?

Nebylo by hezké, kdybych získal/a větší inspiraci ke cvičení?

Nebylo by hezké, kdyby spalovací mechanismy mého těla začaly pracovat na vyšší obrátky a tento proces by se stal snadným, téměř hravým scénářem?

Nebylo by hezké, kdyby mé představy o jídle začaly být harmoničtější, a mně by chutnalo to, co je opravdu ve vibračním souladu s tím, co mé tělo chce a potřebuje?

Když budete nenásilně hrát tuto hru, začnete být v souladu s daným předmětem. Nebo můžete dotyčný předmět úplně odložit a už na něj nikdy nemyslet. To je však těžké, protože

vaše tělo takříkajíc jde všude tam, kam jdete vy. Jinými slovy, je obtížné dostat daný předmět z hlavy. A protože je obtížné dostat ho z hlavy, musíte se k příjemným myšlenkám *Nebylo by hezké, kdyby...?* téměř nutit.

Ještě jedna věc: Nečekejte, že se okamžitě dostaví výsledky. Vězte, že to nastane v pravý čas. Jde o to, že svým myšlením a chováním povzbuzujete své buňky, z nichž velkou část chcete zlikvidovat. Dojde tak k určité buněčné spolupráci, neboť všechny buňky jsou schopné kooperovat. Neobětují se; nepořádají předem jakési miniaturní pohřby buněk. Nevznikne zármutek ve stylu „Ach, ona se chystá zahubit čtvrtinu z nás“.

Dojde totiž k určitému kolektivnímu sjednocení. Vaše buňky se připravují. Ve stavu připravenosti se začíná dostávat do souladu všechno možné – i věci, které jste nebyli s to zorganizovat, ani když jste se o to snažili. Vaše tělo ví, co dělat. Začalo vyjadřovat aktivní souhlas a dostávat se se vším do souladu.

Takže až se budete věnovat nenásilné hře *Nebylo by hezké, kdyby...?*, přenechte zbývající část svého těla buněčnému vědomí. To znamená, že nemusíte vykonávat funkci potravinové inspekce ani kontrolorů fyzického cvičení – stejně jako nemusíte rozhodovat, co má dělat ta která buňka.

Ať toužíte po čemkoli, věci se v reakci na hru *Nebylo by hezké, kdyby...?* samy zorganizují. Kdykoli hrajete tuto hru a důvěřujete tomu, že se vše dostane do souladu, také se to do souladu dostane.



Ze které myšlenky mám lepší pocit?

Kdy použít tento proces:

- Chcete-li si uvědomit své skutečné pocity.
- Když stojíte před nějakým rozhodnutím a rádi byste se vydali tím nejlepším možným směrem.
- chcete-li vědět, jaké je vaše momentální *emoční nastavení*.
- Když si chcete uvědomovat svůj *emoční navigační systém*.

Pásmo současného emočního nastavení

Proces nazvaný *Ze které myšlenky mám lepší pocit?* bude pro vás nejpřínosnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

- (4) pozitivním očekáváním/přesvědčením
a
(17) hněvem.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Každý předmět se ve skutečnosti skládá ze dvou předmětů: z toho, co chcete, a z nepřítomnosti toho, co chcete. Když nepochopíte, že tyto dvě věci mají velice odlišné vibrační frekvence, budete se domnívat, že se zaměřujete na něco, po čem toužíte, zatímco se ve skutečnosti můžete zaměřovat na pravý opak.

Někteří lidé jsou přesvědčeni, že se zaměřují na zdravé tělo, a přitom se místo toho zaměřují na strach z nemocného těla. Někteří lidé jsou přesvědčeni, že myslí na zlepšení své finanční situace, zatímco se ve skutečnosti zaměřují na to, že nemají dost peněz.

Ale vzhledem k tomu, že *předmětem* jsou peníze nebo zdraví, domnívají se, že kdykoli se soustředí na tento *předmět*, myslí na to, co chtějí. Nežřídka se však stává, že tomu tak není. Lidé často říkají: „Chtěl/a jsem to odjakživa. Proč jsem se toho ještě nedočkal/a?“ Proto, že si neuvědomují, že každý předmět se ve skutečnosti skládá ze dvou předmětů: z toho, co chtějí, a z nepřítomnosti téhož. Například si myslí, že vzhledem k tomu, že mluvili o penězích, mluvili o tom, co chtějí. Ve skutečnosti se však zaměřovali na opak toho, co chtějí. Jaký je váš vibrační obsah, víte doopravdy pouze tehdy, když citlivě vnímáte, jaký máte *pocit*. Ale s určitou praxí se stanete mistry, kteří budou vždy přesně vědět, na co se zaměřují.

Proces *Ze které myšlenky mám lepší pocit?* vám pomůže vědomě určovat vibrační frekvenci vašeho momentálního myšlení. Tato hra je nejučinnější tehdy, hrajete-li ji sami, protože nikdo jiný nemůže opravdu vědět nebo chápat, z jakých myšlenek máte nejlepší pocit. V kontaktu s druhými jste často zmateni a nevíte, zda máte z nějaké myšlenky skutečně dobrý pocit, nebo zda se této myšlence věnujete pouze proto, že si myslíte, že někdo jiný chce, abyste se pro ni rozhodli.

Při zkoumání svých pocitů je důležité vzdát se cizích myšlenek, přání, názorů a přesvědčení.

Kdy hrát tuto hru?

Možnosti týkající se myšlenek, které můžete mít o bezpečtu předmětů, jsou neomezené. Vaše životní zkušenosti a právě prožívaný kontrast vám pomohou identifikovat ty předměty, na které se budete chtít zaměřit.

Tato hra pomáhá zvláště v případech, že jste prožili něco, co vyvolává značné množství negativních emocí.

Pokud připouštíte, že negativní pocit je indikátorem odporu a tento odpor či rezistence je jediným faktorem, který vám brání v dosažení toho, co opravdu chcete, pravděpodobně jste se rozhodli udělat něco pro to, abyste se zbavili odporu vůči nově aktivovanému předmětu.

Příklad hry Ze které myšlenky mám lepší pocit?

Tento proces funguje nejlépe, když si můžete na pár minut sednout a zapsat si své myšlenky na papír. Po čase, až tuto hru budete hrát dostatečně dlouho, bude úspěšně fungovat už jen tak, že si myšlenky necháte projít hlavou. Zapisování na papír však vytvoří mnohem účinnější zaměřovací bod, díky němuž snadněji ucítíte, kterým směrem se vybraná myšlenka ubírá.

Jak začít: V první větě stručně vyjádřete, jaký máte momentálně *pocit* související s určitým předmětem. Mohli byste popsat, co se stalo, nejpodstatnější však je vyjádřit svou emoci.

Pak napište druhou větu, v níž detailněji rozvedte, jak se cítíte. Pomůže vám to snáze rozpoznat jakékoli zlepšení při procházení procesem.

Pohádali jste se třeba se svou dcerou, protože vám nepomáhá s domácími pracemi. Nestará se ani o své osobní věci

a v jejím pokoji je strašný nepořádek. Zdá se, že vaše snaha udržet pořádek v domácnosti je jí lhostejná. Nejenže vám nepomáhá, ale vypadá to, jako by chtěla vaše úsilí přímo hatit. Takže napíšete:

[Dceřino jméno] mi úmyslně ztěžuje život.

Vůbec jí na mně nezáleží.

Ani ji nenapadne udělat svůj díl práce.

Jakmile napíšete několik vět, které vyjadřují, jaký máte doopravdy právě pocit, udělejte toto prohlášení: *Přijdu teď na nějaké myšlenky, které se týkají tohoto předmětu a z nichž mám o něco lepší pocit.* Až napíšete všechny myšlenky, zhodnoťte, zda z nich máte lepší, stejný, nebo horší pocit, než když jste začali. Napíšte tedy:

Nikdy mě neposlouchá. (stejný pocit)

Chci, aby byla zodpovědnější. (stejný pocit)

Neměla bych po ní uklízet. (stejný pocit)

Měla jsem ji lépe vychovat. (horší pocit)

Přála bych si, aby se mne její otec víc zastal. (horší pocit)

Uklizený dům je pro mne důležitý. (o něco lepší pocit)

Vím, že se jí toho hodně honí hlavou. (lepší pocit)

Vzpomínám si, jaké to bylo, když jsem také byla v pubertě.
(lepší pocit)

Vzpomínám si, jaká to byla roztomilá holčička. (lepší pocit)

Přeji si, aby to stále byla ta roztomilá malá holčička. (lepší pocit)

Nevím si s tím rady. (horší pocit)

Vždyť to nemusím vyřešit všechno ještě dnes. (lepší pocit)

Má přece spoustu jiných vlastností, které na ní miluji. (lepší pocit)

Vím, že život je důležitější než uklizený dům. (lepší pocit)

Mělo by být naprosto normální, že chci mít uklizený dům.
(horší pocit)

Je v pořádku, že chci, aby byl dům uklizený. (lepší pocit)
Nevadí, že jí teď na tom nezáleží. (lepší pocit)

Mějte na paměti, že neexistují správné ani špatné odpovědi a že nikdo jiný neví, která myšlenka ve vás vyvolává lepší, nebo horší pocit. Hodnota tohoto procesu spočívá v tom, že si začnete uvědomovat, jaké máte ze svých myšlenek pocity, a začnete obratněji zvládat výběr takových myšlenek, z nichž máte pocity lepší.

Mnozí by se mohli zeptat: „Ale jaký užitek budu mít z toho, že budu mít lepší pocity z dceřina lajdáctví? Mé myšlenky její chování nezmění.“

Chceme vám na to říci, že vaše myšlenky změni chování všeho a každého, kdo má s vámi co do činění. Neboť vaše myšlenky jsou totéž jako váš bod přitažlivosti, a čím máte lepší pocity, tím více se zlepšuje i každý a všechno kolem vás. V okamžiku, kdy se objeví pozitivnější pocit, změni se podmínky a okolnosti tak, aby odpovídaly vašemu pocitu.

Hra *Ze které myšlenky mám lepší pocit?* vám pomůže začít si uvědomovat, že vaše myšlenky nutně ovlivňují všechno kolem vás.

Abrahame, řekněte nám více o hře Ze které myšlenky mám lepší pocit?

„Přestanu někdy usilovat o něco lepšího?“ Ne. Když z rovnice odstraníte omezení časem či penězi a důvěřujete tomu, že vesmír je vaším spojencem v realizaci jakýchkoli vašich nápadů, necháte své nápady zrát. Dokud však cítíte omezení, snažíte se je neustále držet na uzdě.

Možná řeknete: „Ale naše současná finanční situace nám neumožňuje udělat všechno to, co bychom chtěli. Chceme přestavět kuchyň, pevně jsme se rozhodli se kvůli tomu příliš nezadlužit a hodláme to dodržet. Co tedy máme dělat s těmito explozivními myšlenkami?“ A my na to říkáme: *Musí se všechny nápady*

hmotně projevit teď hned? Nebo můžete začít tím, že se budete těšit z nápadu samotného?

Můžete říci: „Když tedy ne teď hned, potom chceme toto a toto udělat brzy.“ A tak se můžete začít radovat z rozrůstání nápadu. Pokud se však pustíte do časově omezeného plánu, nedostatek času nebo peněz se postaví energii do cesty, a vy se budete cítit bídně. Možná si dokonce budete přát, abyste si s tím nápadem nebyli nikdy nic začali. Potom byste si však mohli říci: „Hm, ale vždyť je před námi celý život plný kuchyní! Pro tuto chvíli jsme nejspokojenější s touto její podobou a v budoucnu ještě vykouzlíme spoustu dalších skvělých nápadů!“ Jednoho dne byste se například mohli přestěhovat a s ohromením zjistit, že v novém domě již jsou všechny věci, o které jste žádali. K tomu dojde, když budete mít dost peněz. Máte dost času. Jinými slovy, vesmír vše uspořádá v odpovědi na nápady, kterým dáte vzniknout a necháte je volně plynout.

Není na tom nic správného ani špatného

Dobrý způsob, jak k tomu všemu přistupovat, je následující: Máte-li z nějakého přání dobrý pocit, bude všechno dobré. Jestliže máte z nějakého přání nepříjemný pocit, vaše touha poněkud předběhla vaši víru. Vy však můžete situaci zklidnit slovy: „Vždyť to nemusíme udělat hned teď. Necháme si to na potom. Toho nápadu se nebudeme zříkat, protože víme, že je dobrý. Nehodí se sice k našim současným poměrům, ale jednou se bude hodit. Pro tento okamžik to takto stačí.“

Z jaké myšlenky máte lepší pocit? Mít novou kuchyň hned teď a zadlužit se, nebo si říci „Je to něco, na co se můžeme těšit.“?

Jerry a Esther procházejí podobným procesem pořád, protože Esther chce všechno a chce to teď hned. Neexistuje žádný důvod, proč by to *neměla* mít teď hned, kromě jednoho: vdala se za po-

žitkáře. On se nebojí, že mu dojdou peníze. Má strach, že mu dojdou nápady. Jinak řečeno, nechce zkonsumovat nápady příliš rychle. Přeje si každý pořádně vychutnat a získat z něj všechno, co může. Esther chce hned být na vrcholu. Sní nejprve třešničku na dortu, kdežto Jerry si ji schovává nakonec. Esther se bojí, že než by došlo na poslední sousto, už by na něj neměla chuť, takže sní třešničku jako první.

Jak Esther, tak i Jerry našli svůj vlastní způsob. Neexistuje žádný dobrý, nebo špatný recept. Řekli jsme Jerrymu, že nikdy nebude mít nedostatek nápadů, takže pokud chce, může hned přejít ke třešničce na dortu. On na to řekl: „Mně se líbí, že si to dělám po svém, prochází-li všechno vývojem. Čím více jsem do svých výtvorů zahrnut, tím větší z nich mám uspokojení.“ A my na to: „*V tom případě je to pro tebe ten pravý způsob. Na této věci není nic správně ani špatně. Jde o to, z čeho máš lepší pocit.*“

Ze které myšlenky máte tedy lepší pocit? Že se zadlužíte, nebo že raději počkáte? *Že počkáte na později.* Která myšlenka ve vás vyvolává lepší pocit? Když řeknete, že se spokojíte s něčím menším, nebo když řeknete, že je to součástí vašich budoucích zkušeností? *Když řeknete, že to je součástí vašich budoucích zkušeností.* Ze které myšlenky máte lepší pocit? Když na sebe budete mít zlost kvůli nmodernosti vaší kuchyně, nebo když si řeknete, že je to pro tuto chvíli dokonalá kuchyň a že se bude stále vyvíjet stejně jako vy sami? Ze které myšlenky máte lepší pocit?

Co ve vás vyvolává lepší pocit: ocenit něco, nebo zavrhnout? Z čeho je lepší pocit: když zatleskáte tomu, co jste udělali, nebo když se budete kritizovat, že jste se dost nesnažili?

Přemýšlejte o tom: *Ze které myšlenky máte lepší pocit?*



Uklízení nepořádku kvůli přehlednosti

Kdy použít tento proces:

- Prožíváte-li stres kvůli nepořádku.
- Máte-li pocit, že trávíte příliš času hledáním věcí.
- Když zjistíte, že se vyhýbáte domovu, protože jinde se cítíte lépe.
- Když máte pocit, že nemáte dost času na všechno, co potřebujete udělat.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Uklízení nepořádku kvůli přehlednosti* bude pro vás nejpřínosnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(4) pozitivním očekáváním/přesvědčením

a

(17) hněvem.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Neuspořádané prostředí může způsobit nepořádek i v bodu přitažlivosti. Jestliže vás obklopuje nedokončená práce, nezodpovězené dopisy, nedotažené projekty, nezaplacené složenky, zanedbané úkoly, nevytříděné stohy papírů a povalující se časopisy, katalogy a nejrůznější předměty, může to negativně ovlivnit vaše životní zkušenosti.

Vzhledem k tomu, že všechno v sobě obsahuje vibraci, a vy si pěstujete vibrační vztah se vším ve svém životě, má váš osobní majetek skutečně vliv na vaše pocity i na váš bod přitažlivosti.

Existují dvě hlavní překážky bránící v uklizení nepořádku: Za prvé, možná si vybavujete, jak jste něco vyhodili, a krátce poté jste zjistili, že to vlastně potřebujete. Takže nyní váháte vyhodit *cokoli*. Za druhé, uvědomujete si, že opravdu dobře uspořádat věci by vyžadovalo mnohem víc času, než tomu můžete věnovat. Pokaždé, když jste se snažili si uklidit, jste totiž uvízli v procesu třídění a skončili jste v ještě větším nepořádku, než když jste začali.

Proces uklízení nepořádku kvůli přehlednosti tyto překážky odstraňuje, protože je to třídící procedura, kterou lze provést mimořádně rychle, aniž byste se zbavovali cenných věcí, jež můžete později potřebovat.

Na začátku tohoto procesu si opatřete několik pevných kartonových krabic s víkem. Nejlépe stejné velikosti i barvy. Takto je bude možné úhledně srovnat a budou vypadat hezky. Navrhovali bychom vám, abyste začali minimálně s 20 krabicemi. Možná si jich budete chtít opatřit víc, až zjistíte, jak účinný tento proces je. Poříděte si také balíček kartotéčních lístků označených písmeny abecedy a přenosný diktafon.

Nejprve shromážděte krabice a umístěte jich pět nebo šest do prostřed místnosti, ve které chcete uklidit. Opatřete každou krabici číslem od 1 do 20, případně dále. Rozhlédněte se po míst-

nosti, zaměřte se na jeden předmět a položte si otázku: „Je tento předmět důležitý pro mou současnou zkušenost?“ Jestliže je odpověď ano, nechte jej tam, kde je. Pokud je odpověď ne, položte věc do jedné z krabic. Potom vezměte jiný předmět a pokračujte v procesu. Postupně se zaměřujete na všechny předměty v místnosti.

Velkou výhodou tohoto procesu je, že pro tuto chvíli se nebudete příliš věnovat třídění. Prostě s jeho pomocí odstraníte ze svého prostředí zbytečnosti.

Při ukládání jednotlivých předmětů do krabice nahrajte do diktafonu například toto: „Neotevřené balení kytarových strun, krabice číslo jedna.“ Nebo: „Starý mobilní telefon, krabice číslo dva.“ Máte-li otevřených současně pět nebo šest krabic, mohli byste provést obecné třídění. Všechny časopisy by třeba mohly přijít do jedné krabice, oblečení do další, různé drobné předměty do třetí. Nenechte se však strhnout k detailnímu třídění. Jednoduše vezměte předmět, určete, zda je nutný pro vaši bezprostřední zkušenost, a pokud ne, vložte jej do krabice. Pak nahrajte do diktafonu, jaký předmět to byl a do které krabice jste jej vložili. Později můžete přenést informace z diktafonu na kartotéční lístky. Neboli pod písmeno „A“ napíšete *angličák*, pod písmeno „B“ *baret*, pod písmeno „C“ *cepín*...

Vzhledem k tomu, že netřídíte věci důkladně, půjde vám tento proces velice rychle od ruky. Zjistíte, že se cítíte lépe, když je váš prostor zbaven nepotřebných věcí a vy se nebudete muset neustále bát, že něco nenajdete, protože si uděláte přesný záznam, kde co je.

Poté najdete někde ve svém bytě nebo v garáži stěnu, podél níž tyto úhledné krabice umístíte. Věřte, že z nich budete moci kdykoli vyndat všechno, co pro vás bude důležité. Budete-li potřebovat nerozbalené kytarové struny, vaše kartotéka seřazená podle abecedy vám prozradí, do které krabice jste je uložili.

Po několika týdnech, až si uvědomíte, že jste nepotřebovali nic dejme tomu z krabice číslo 3, byste mohli tuto krabici odstranit z domu. Odložte ji do nějakého úložného prostoru, nebo do-

konce vyhodte její obsah a uvolněte ji tak případně pro jiné povalující se věci. Pokračováním v tomto procesu se začnete uvolňovat díky vědomí, že nyní máte nad svým prostředím kontrolu.

Občas nám lidé říkají, že jim nepořádek nevádí, na což jim odpovídáme, že pro ně tento proces není nutný. Ale vzhledem k tomu, že každý kousek čehokoli má svou vibraci, téměř všichni se ve skutečnosti cítí lépe v prostředí, kde se nepovalují nepotřebné věci.

Abrahame, řekněte nám více o Uklízení nepořádku kvůli přehlednosti

Fyzické bytosti mají ve zvyku kupit kolem sebe hmotu. Většina z vás tyto předměty hromadí proto, že je to cesta k vyššímu skóre v dosahování věcí. Je to způsob, jak vyplňujete čas. Jinými slovy, žijete ve fyzickém světě a fyzické zhmotňování představ se pro vás stalo důležitým. Nicméně se poté utápíte v detailech svého zhmotňování.

Většina z vás spotřebuje spoustu času hledáním věci, nikoli proto, že máte příliš mnoho věcí k vytřídění. Hromadění hmoty je v protikladu ke svobodě, jež je vám všem vrozená. Mluvili jsme o smutku, z něhož máte pocit prázdnoty. Lidé se často snaží naplnit tuto prázdnotu *hmotou*. Koupí si další věc a přinesou si ji domů, případně si dají něco k snědku. Jinými slovy: existuje mnoho tvořivých způsobů, kterými se snažíte zaplnit toto prázdné místo. A tak vás chceme povzbudit: *Odstraňte ze svých zkušeností všechno, co pro vás ted' není nezbytné.*

Budete-li schopni projít své věci a vzdát se těch, které nenosíte, dejte stranou ty, jež nepoužíváte. Zbavte se jich a dopřejte svým zkušenostem čistší prostor. Budou pak do nich snadněji proudit věci, které jsou více v harmonii s vámi takovými, jakými jste teď. *Všichni máte schopnost přitahovat. Je-li však váš proces zanesen nechtěným harampádím, je přitahování nových věcí pomalejší, a vy skončíte s pocitem nespokojenosti nebo zdrcenosti.*

Představte si sami sebe v prostředí zbaveném zbytečné veteše

Jerry a Esther nedávno řekli, že když energie plyne rychleji, také jejich nápady docházejí naplnění mnohem rychleji. Ve výsledku to znamená, že jsou zaplaveni materiálem. Jinými slovy, materiál k nim přichází velice rychle. Materiál všeho druhu. A potom je třeba se s ním vypořádat. Musí být vytríděn nebo někam zařazen či odstraněn. Něco se s ním musí udělat.

Ještě nikdy nebylo tak důležité se v duchu zaměřit na představu prostředí, v němž žijete. Takže si představte, jak žijete v prostředí, kde panuje velká čistota, v prostoru s naprostým pořádkem. Představte si, že víte, kde každá věc je. Představte si, jak je uspořádáváte velice příjemným způsobem. Jenom si to představujte. Jde pouze o jedno: o *pocit* úlevy.

Esther si každou chvíli v duchu vybaví obraz své matky. Celé Estheřino dětství pracovala na plný úvazek. Jejich rodina měla velký pozemek. Estheřina matka kosila obrovský trávník. Tehdy nebyly žádné sekačky, přinejmenším oni nikdy žádnou neviděli. Esther si zkrátka pamatuje, jak její matka kosila trávu. Ze všeho nejvíc si vzpomíná na to, že když byl celý trávník posekán, umístili na něj rozstříkovač vody, matka si sedla na verandu, na všechno se dívala a vstřebávala to. Esther si sedla vedle ní, nasávala vůni čerstvě posekané trávy a měla pocit nesmírného uspokojení, který se na ni z matky přenášel.

Den, kdy se sekal trávník, byl pro Esther vždycky šťastný. Bylo cosi velice uspokojivého v matčině pocitu, že všechno je dokončeno, i v tom, jak tam seděla a naplno vše vnímala. Podobný pocit mají často Jerry a Esther na konci svých seminářů. Je to velice příjemný pocit, pocit z dobře vykonané práce, když všechno do sebe skvěle zapadá.

Když tedy něco chcete udělat, je důležité si předem navodit takovýto dobrý pocit. Jak se o to snažíte, energie se harmonizuje

a přichází i přehlednost, představy a pomoc, které z toho vytvoří vaší fyzickou realitu.

Vezmete-li při třídění pokaždé do ruky jenom jednu věc, můžete uložit nepotřebné věci do krabic již během jedné až dvou hodin a krabice poté z místnosti odnést. Vzhledem k tomu, že jste si na diktafon nahráli, kde co je, můžete si některý večer, když nebudete mít nic velkého na práci, záznam poslechnout. Na kartotéční lístek si přitom запиšte, že angličák je v krabici číslo 1, a až ho někdy budete potřebovat, můžete si v kartotéce najít, ve které z krabic se nachází.

Síla procesu *Uklízení nepořádku kvůli přehlednosti* tkví v jeho rychlém průběhu. Navíc v něm bude obsaženo méně rezistence, protože všechno, co chcete, budete mít i nadále po ruce. Budete mít totiž záznam, kde se co nachází.

U většiny lidí, kteří použili tento systém, jsme si povšimli, že jakmile něco uloží do krabice, zřídka kdy to ještě někdy potřebují. Jakmile si uvědomíte, že máte nějakou věc v krabici rok nebo dva a vůbec jste ji za tu dobu nepoužili, budete se cítit svobodnější, když ji budete chtít někomu dát nebo se jí jinak zbavit. Mezitím však bude váš život osvobozený od nepotřebného haraburdí, a tudíž po celou tu dobu také osvobozený od rezistence.



Peněženka

Kdy použít tento proces:

- Chcete-li do svých zkušeností přitáhnout více peněz.
- Toužíte-li zlepšit svůj současný pocit z peněz, abyste umožnili jejich větší příliv do vašeho života.
- Když chcete, aby vaše síly související s některým z vašich konkrétních přání proudily intenzivněji.
- Když máte pocit, že se vám v životě nedostává peněz.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Peněženka* bude pro vás nejpřínosnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(6) nadějí

a

(16) ustrašeností.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Ve vaší kultuře asi neexistují používanější vibrace než ty, které se týkají peněz, protože mnozí z vás chápou peníze jako prostředek k dosažení fyzické pohody a komfortu.

Hodně lidí se však zaměřuje na *nedostatek* peněz místo na jejich *přítomnost*, aniž by si to uvědomovali. I když si často stanovují věci, po nichž touží, ve skutečnosti si v nich sami brání, protože jsou zvyklí víc vnímat nedostatek peněz než jejich přítomnost. Tak se dostáváme opět k tomu, že každý předmět je ve skutečnosti dvěma předměty: tím, co se chce, a tím, čeho se nedostává.

Pro veškerou hojnost je přirozené, že do vašich zkušeností proudí snadno. Proces *Peněženka* vám pomůže vyzařovat vibraci, která je v souladu s přijímáním peněz, nikoli s jejich odpuzováním.

Proces je následující: Vezměte tisícikorunovou bankovku a vložte ji do peněženky. Mějte ji stále u sebe, a kdykoli držíte peněženku v ruce, vzpomeňte si, že je tam tisícikoruna. Mějte dobrý pocit z toho, že tam je, a připomínejte si často pocit zajištěnosti, který s sebou přináší.

Během dne si pak všimněte věcí, které byste si mohli za tisíc korun koupit. Když procházíte kolem vybrané restaurace, všimněte si, že kdybyste doopravdy chtěli, mohli byste se tam zastavit a dát si výtečné jídlo. Uvidíte-li něco v obchodním domě, připomeňte si, že kdybyste skutečně chtěli, mohli byste si to koupit, protože máte v peněžence tisícikorunovou bankovku.

Tím, že u sebe máte tisícikorunovou bankovku a hned ji ne-*utratíte*, získáte její vibrační výhodu pokaždé, když na ni jenom *pomyslíte*. Jinými slovy, kdybyste si vzpomněli na svých tisíc korun a utratili je za první věc, kterou byste spatřili, měli byste užitek ze skutečně dobrého *pocitu* z finanční hojnosti pouze jednou. Ale jestliže v *myšlenkách* utratíte těchto tisíc korun dvacetkrát nebo třicetkrát během jednoho dne, získáte užitek z vibrací takového *pocitu*, jako kdybyste utratili dvacet nebo třicet tisíc korun.

Pokaždé, když si uvědomíte, že máte možnost koupit si to či

ono, posilujete v sobě pocit, že jste na tom finančně dobře, takže váš bod přitažlivosti se začne měnit.

Nemusíte skutečně *mít* hojnost, abyste hojnost přitáhli. Musíte mít *pocit* hojnosti. Lze to říci ještě jasněji: *Jakýkoli pocit nedostatku hojnosti vyvolává rezistenci, která hojnosti brání.*

Utrácíte-li v myšlenkách tyto peníze stále znovu, uplatňujete vibraci Dobra, bezpečí, hojnosti a finančního zabezpečení. Na dosaženou vibraci reaguje vesmír tím, že se odpovídající hojnost hmotně projeví.

Jakmile dosáhnete onoho úžasného pocitu finanční hojnosti, začnou se dít zdánlivě zázračné věci. Peněz, které si momentálně vyděláváte, bude přibývat. Ve vašich zkušenostech se začnou objevovat různě vysoké částky peněz v podobě nečekaného zisku. Vašeho zaměstnavatele napadne zvýšit vám plat. U výrobku, který si budete kupovat, vám nabídnou slevu. Lidé, které ani neznáte, vám začnou nabízet peníze. Zjistíte, že vytoužené věci, za něž byste byli ochotni dát peníze, kdybyste je měli, k vám budou přicházet, aniž byste za ně museli utrácet. Budou vám nabízeny příležitosti, které vám umožní „vydělat si“ na veškerý blahobyt, o němž věříte, že je možný... Postupem času budete mít pocit, jako by se otevřela stavidla hojnosti. Budete se podívat, kde se ta hojnost tak dlouho skrývala.

***Mohl/a bych mít tohle. Mohl/a bych mít tamto.
Mohu si tohle koupit...***

Vzhledem k tomu, že prostředky k tomu skutečně máte, že nepředstíráte něco, co není, tok vašich financí nebrzdí žádná pochybnost ani jej nekalí nevěřícnost.

Je to prostý, nicméně účinný proces, který změní váš finanční bod přitažlivosti. Jak se bude zlepšovat vaše finanční situace, vaše tisícikorunová zásoba nebo úspora může vzrůst na deseti-

tisícovou, potom na stotisícovou, dále na milionovou a ještě víc. Ačkoli neexistuje žádný limit v tom, co vám může vesmír poskytnout, musíte mít z peněz dobrý pocit, abyste jim umožnili proudit do vašich zkušeností.

Máte-li umožnit, aby do vašich zkušeností proudilo potěšení z velké hojnosti, musíte nejprve mít z velké hojnosti dobrý pocit.

Abrahame, řekněte nám více o Peněžence

Mějte na paměti, že provádíte jakousi ekvilibristiku. Nemusíte tedy zastavit *všechny* myšlenky na nedostatek, protože vás napadají neustále; tento vliv vás obklopuje. Jediné, co musíte, je prostřednictvím svých myšlenek záměrně přesouvat energii na stranu hojnosti, víc se věnovat cílenému myšlení, vědoměji používat Nefyzickou energii na dosažení kýžené prosperity. Jak den plyne a vy si všímáte, na kolik věcí byste mohli vydat tisíc korun, cíleně používáte Nefyzickou energii ke zlepšení svého pocitu blahobytu.

Kdosi nám jednou řekl: „Abrahame, je vidět, že už jste dlouho nebyli ve fyzickém těle, protože tisícovka není zrovna moc velká částka.“ A my odpověděli: „*Nepochopil jsi to. Utratíš tisíc korun tisíckrát za den, celkem tedy milion korun. To určitě posílí tvůj pocit prosperity. Právě to, jak se cítíš, je tvým bodem přitažlivosti.*“

Někdo nám řekl: „Nedala jsem si do peněženky tisícikorunu, dala jsem si tam dlužní úpis.“ A my jsme na to řekli: „*Dlužnímu úpisu nemůžeš věřit, protože nepěstuje pocit prosperity. Pocit z dlužního úpisu je podobný jako jiný dluh, který s sebou neseš.*“

Proces *Peněženka* představuje další prostředek, jak věnovat cílenou pozornost tomu, z čeho máte dobrý pocit.



Obrtlík

Kdy použít tento proces:

- Když si uvědomíte, že věta, kterou jste právě pronesli, je pravým opakem toho, co chcete přitáhnout do svých zkušeností.
- Chcete-li vytvořit lepší bod přitažlivosti.
- Když se cítíte docela dobře, víte však, že byste se mohli cítit ještě lépe, a jste ochotni věnovat čas tomu, aby se tak stalo teď hned.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Obrtlík* bude pro vás nejhodnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(8) nudou

a

(17) hněvem.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Může se stát, že aniž byste o tom věděli, zaměříte se na vibrační opak toho, co ve skutečnosti chcete. Je to jako opačné konce tyče. Když zvednete tyč, zvednete oba konce. Proces *Obrtlík* vám pomůže více si uvědomovat, který konec tyče právě aktivujete: zdali konec týkající se toho, co chcete, nebo konec týkající se *nepřítomnosti* toho, co chcete.

Kontrastnost vaší časoprostorové skutečnosti je mimořádně užitečná. Kontrast vám pomáhá zaměřovat své myšlenky. Kdykoli víte, co nechcete, víte jasněji také, co chcete. Kdykoli víte, co chcete, víte též jasněji, co nechcete. Vystavení vlivu kontrastů zostřuje vaše zaměření a umožňuje zrod nových preferencí a přání. Právě tato cenná kontrastnost zajišťuje věčnou expanzi *Všeho, co je*.

Po procesu *Obrtlík* lze sáhnout tehdy, když se začne měnit vibrační návyk, neboť je to proces, jenž vám pomáhá jasněji definovat, co přesně chcete. Vibrace na jednom konci tyče se však obvykle velice liší od vibrace na jejím druhém konci, proto své vibrace nezměníte okamžitě pouze tím, že řeknete, co chcete.

Například jste-li nemocní, zcela jasně víte, že chcete být zdraví. Když nemáte dost peněz, víte velice jasně, že chcete víc peněz. Obrátíte-li svou pozornost k tomu, co *skutečně* chcete, a udržíte ji, začnete *podle toho* i vibrovat.

To, že si nejprve uvědomíte, co nechcete, vám pomůže určit, co chcete. Řeknete-li, po čem toužíte, vaše vibrace možná nebudou odpovídat vašim slovům. Jestliže však budete pokračovat v procesu *Obrtlík*, čili když se zastavíte a řeknete „*Vím, co nechci – co tedy chci?*“ pokaždé, když se vás zmocní negativní emoce, která vám pomůže poznat, že se zaměřujete na něco nechtěného, postupem času změníte své vibrace. Nakonec se zlepšená vibrace stane vaší převažující myšlenkou.

Chápejte proces *Obrtlík* jako postupnou změnu svého bodu přitažlivosti a radujte se z pozitivních výsledků, jež budou nutně následovat. Není možné, abyste důsledně věnovali pozornost tomu, co *skutečně* chcete, a nedostali to, protože *zákon přitaž-*

livosti zaručuje, že všechno, na co se převážně zaměřujete, poplyne do vašich zkušeností.

Abrahame, řekněte nám více o Obrtlíku

Nejdůležitější je zapamatovat si, že přitahujete své zkušenosti a že je přitahujete svými myšlenkami. Myšlenky jsou magnetické. Myslíte-li na něco, přitahujete další a další a další myšlenky, dokud se fyzicky nezhmotní vibrační podstata toho, čeho se týkaly.

Pokud jste někdy zažili (a my víme, že ano) to, co byste označili jako negativní emoci (třeba strach, pochybnost, frustraci nebo osamělost – existuje mnoho způsobů, jak popsat negativní pocit), pak se zabýváte myšlenkou, jejíž vibrační frekvence není v harmonii s tím, kde nebo kdo je vaše *Vnitřní bytost*.

Prostřednictvím všech vašich životních zkušeností, fyzických i Nefyzických, dochází vaše *Vnitřní bytost* neboli vaše *Totální já* k určitému poznání a chtění. Nacházíte-li se ve fyzickém těle, vědomě zaměření na myšlenku, která neharmonizuje s poznáním, k němuž došla vaše *Vnitřní bytost*, výsledkem bude vaše negativní emoce.

Kdybyste si „přeseděli“ nohu, tedy zabránili cirkulaci krve, nebo kdybyste si převázali ústa a nos šátkem a zamezili přístup kyslíku, poznali byste okamžitý dopad takového omezení. Když myslíte na něco, co není v harmonii s vaším vyšším poznáním, je to podobné. Proud životní síly, tj. *energie, která vychází z vaší Vnitřní bytosti a plyne do vašeho fyzického organismu*, je potlačován nebo omezován. Výsledkem je, že zažíváte negativní emoce. Dopustíte-li, aby to trvalo delší dobu, způsobí vám to poškození fyzického organismu. Proto říkáme, že nemoc je výsledkem umožňování negativních emocí.

Jelikož chápete, že pocíťování negativní energie ukazuje, že se nenacházíte v harmonii se svým vyšším poznáním, došli mnozí z vás až k tomu, že říkají: „*Chci se cítit dobře častěji a déle.*“ Na to

odpovídáme, že je to vynikající poznání, protože když říkáte „*Chci se cítit dobře*“, ve skutečnosti říkáte „*Chci se nacházet ve stavu pozitivního přitahování*“ nebo „*Chci být v takovém stavu, v němž mé myšlenky, při kterých se cítím dobře, jsou v harmonii s mým vyšším poznáním*“.

Obráťte se od toho, co je nechtěné, k tomu, co je chtěné

Mnohým z vás nedělá velké potíže cítit se dobře, jste-li v prostředí, kde kolem vás není mnoho negativních vlivů. (To platilo určitě v den, kdy jste se octli v tomto fyzickém těle.) Avšak vzhledem k tomu, že žijete v dimenzi, v níž je velice mnoho myšlenkových vlivů, je užitečné mít k dispozici některé postupy, které by vám pomohly dostat se ze stavu, v němž *nechcete* být, do stavu, v němž *chtete*. Právě takovým postupem je i proces *Obrtlík*.

Když cítíte negativní emoci, nacházíte se v pozici vhodné k určení toho, co chcete. Je tomu tak proto, že nikdy vám není jasnější, co chcete, než když zažíváte, co nechcete. Zastavíte-li se v daný okamžik a řeknete si: „*Tady je něco důležitého, jinak bych neměl/a tento negativní pocit; potřebuji se zaměřit na to, co chci*“, a potom obrátíte pozornost k tomu, co vlastně chcete, ve chvíli, kdy to uděláte, ustane negativní emoce i negativní přitahování. Jakmile skončí negativní přitahování, začne pozitivní přitahování. Vaše pocity se změni. Nebudete se už cítit nedobře, nýbrž dobře. *To je proces Obrtlík*.

Nikdy však nebudete ve stavu čistě pozitivní emoce nebo čistě pozitivní energie. Ve všem, co chcete, je automaticky i protiváha, kterou představuje nepřítomnost toho, co chcete. Je na vás, abyste udržovali myšlenky ve směru svých přání. Emoční vedení, které vychází z vaší *vnitřní bytosti* a cítíte je ve formě negativních nebo pozitivních emocí, vám pomůže poznat, na které straně rovnice se nacházíte. Myslete na to, co chcete, nebo na jeho nedostatek?

Jednou zatelefonoval mladý otec a zeptal se: „Abrahame, můj syn se pomočuje a je na to už moc velký. Nevím, co dělat.“ A my jsme mu řekli: „*Co se odehrává, když přijdeš ráno do jeho pokoje?*“ Odpověď zněla: „Vstoupím a podle typického zápachu v místnosti hned vím, co se stalo.“ Položili jsme mu otázku: „*A jaký máš v ten okamžik pocit?*“ „Cítím se zklamaný a potom dostanu vztek. Posléze se mne zmocní frustrace, protože je to tak pořád a já nevím, co s tím mám dělat.“

Na to jsme mu odpověděli: „*Aha, ty to pomočování neustále udržuješ „v běhu“.* Zeptal se: „Co mám dělat?“ A my mu položili otázku: „*Co v tu chvíli chlapci říkáš?*“ Odpověděl: „Řeknu mu, aby si svlékl promočené pyžamo a šel se umýt. Také mu řeknu, že je na to už velký; už jsme o tom mluvili předtím.“ Takže jsme mu doporučili: „*Až vstoupíš do dětského pokoje a pocítíš negativní emoci po zjištění, že zase došlo k tomu, co si nepřeješ, zastav se. Polož si otázku, co naopak chceš, aby se dělo, a na to se zaměř v myšlenkách dřív, než navážeš kontakt se svým synkem. Uvidíš zlepšení v tom, co bude dál.*“

Poté jsme se otce zeptali, co mu tato zkušenost pomohla poznat ohledně toho, co chce. Řekl: „Chci, aby se můj synek probouzel šťastný a suchý a pyšný na sebe, a nikoli zahanbený.“ Odpověděli jsme: „*Dobře. Když budeš myslet na tyto věci, pak to, co z tebe vzejde, bude v harmonii, a nikoli v disharmonii s tím, co chceš. Budeš také pozitivněji, účinněji ovlivňovat svého synka. Potom z tebe vyjdou slova jako například: „To patří k růstu. Zažili jsme to všichni. A ty rosteš velice rychle. Teď vezmi to mokré pyžamo a hup do vany.“* Tento mladý otec zavolał již po několika týdnech, a sdělil nám, že pomočování jeho synka pominulo.

Vidíte, jak je to ve skutečnosti prosté. Když máte špatný pocit, nacházíte se v procesu přitahování něčeho, co vás netěší. A to vždycky proto, že se zaměřujete na nepřítomnost něčeho, co chcete. Proces *Obrtlík* představuje vědomé rozhodnutí určit si, co chcete. Neradi bychom vyvolali dojem, že cítit negativní

emoce je něco špatného. Velice často jste právě negativní emocí upozorněni na skutečnost, že se nacházíte v procesu přitahování negativního. Negativní emoce je jako alarm. Je součástí vašeho navigačního systému.

Radíme vám, abyste si v žádném případě nevyčítali své negativní emoce. Zastavte se však hned, jak to bude možné, a řekněte si: „*Cítím něco negativního, což znamená, že se nacházím v procesu přitahování něčeho, co nechci. Co tedy doopravdy chci?*“

Velice jednoduchý proces *Obrtlík* tedy znamená, že si řeknete: „*Chci se cítit dobře*“. Kdykoli se cítíte špatně, zastavte se a řekněte: „*To, co chci, je, abych se cítil/a dobře*“. Budete-li tento postoj i vyzářovat, začnou k vám přicházet myšlenky na pozitivní straně rovnice. A jelikož jedna myšlenka přitahuje druhou a ta zase další a další, budete velice brzy vibrovat na frekvenci, která je v harmonii s vaším vyšším poznáním. Pak se budete skutečně nacházet v procesu pozitivního tvoření.

Myšlenky se spojují s myšlenkami, které se spojují zase s dalšími myšlenkami

Náš kamarád Jerry nám nabídl velice výstižnou analogii způsobu, jakým se vaše myšlenky spojují s dalšími myšlenkami. Popsal velkou loď, která připluje do přístavu. Má být přivázána lanem, které je velice silné, má v průměru asi 30 centimetrů a je příliš velké a objemné na to, aby se dalo hodit přes vodu. Místo toho hodí námořníci na břeh malé klubko uzlů, které je spojeno s o něco větším lanem, které je zase navázáno na ještě větší lano. A tak se přes velkou vzdálenost mezi lodí a souší dostane i velké lano. Právě takto se vzájemně spojují i vaše myšlenky, které navazují jedna na druhou.

Co se určitých předmětů týče, platí, že když nějaké pomyslné negativní lano táhnete poněkud déle, pak velice snadno přeho-

díte výhybku na negativní kolej myšlení. Stačí, abyste někde zaslechli nějaký negativní výrok, abyste si na něco vzpomněli nebo aby vám někdo něco navrhl – a už se řítíte do chaosu negativity. Někdy je proto těžké toto negativní lano prostě nechat být, neboť jste se ho drželi příliš dlouho. Pokud byste si však pokaždé, když pocítíte negativní emoci, uvědomili, že přitahujete negativitu, a dovolili byste, aby vašim převažujícím záměrem bylo cítit se dobře, zjistili byste, že se tohoto lana můžete pustit docela snadno.

K dispozici máte hned dva procesy, proces *Obrtlík* i proces *Kniha pozitivních aspektů*, aby vám pomohly rozpoznat (v počátečním, ještě mírném stadiu), že táhnete za konce onoho negativního klubka svázaných lan. Můžete toho ihned nechat a sáhnout po lanech pozitivních.

Když mluvíme o tom, jak se myšlenky spojují s myšlenkami, které se spojují zase s dalšími myšlenkami, jež se spojují s ještě dalšími myšlenkami, chceme poukázat na něco, čeho jste si možná nevšimli: „*Přejít od malé myšlenky na něco, z čeho máte dobrý pocit, k myšlence, z níž máte lepší pocit, a poté k další myšlence, z níž máte ještě lepší pocit, je mnohem snazší, než když se nacházíte ve stavu, v němž se cítíte špatně, a chcete přejít hned k dobrému pocitu.*“

Nesnažte se spasit svět – zachraňte sebe

Myšlenky jsou velice *přitažlivé* (což znamená, že k sobě přitahují další myšlenky). Jakmile vás napadne myšlenka, z níž nemáte dobrý pocit, je pro vás snazší zůstat zaměřeni na tuto myšlenkovou kolej, dokud se ve vás nenakupí velké množství negativní energie, než abyste se *obrátili* (jako na obrtlíku) opačným směrem.

Proto bychom vás chtěli povzbudit, abyste se co nejvíce cvičili v obracení na *Obrtlíku* záměru, který vám předkládáme. Jinými slovy, mnohem produktivnější je vstupovat do dne již s rozhod-

nutím hledat pozitivní aspekty, než ho prožívat, aniž byste věděli, co vlastně chcete, a čekali, dokud se vás nedotkne nějaký nelibý vliv, pocítili negativní reakci a poté se ji rozhodli *obrátit*.

Nesnažte se spasit svět. Zachraňte sami sebe. Potřebujete se zaměřit na to, co ve *vás* vyvolává dobrý pocit. Proces *Obrtlík* je nástrojem, který vám dodá to, co chcete. Je to proces, jehož pomocí se vědomě rozhodnete: „*Ano, hodlám hledat to, co chci, a už nebudu hledět směrem, kde se toho nedostává.*“

Obracení se je kontinuální proces, který se děje hodinu za hodinou, v každém časovém úseku, do něhož vstupujete. Je to proces, jehož pomocí se rozhodujete být pozitivní, způsob, jak se cítit dobře, i prostředek umožňující dostat to, co chcete.



Zaměřovací kolo

Kdy použít tento proces:

- Když si uvědomujete, že váš současný *vibrační bod přitažlivosti* není tam, kde chcete.
- Cítíte-li negativní emoci v důležité záležitosti a hledáte způsob, jak se v ní cítit pozitivně.
- Když se právě stalo něco, co vám není po chuti, chcete se nad tím zamyslet, dokud je to čerstvé, a toužíte změnit svůj bod přitažlivosti, aby se nic podobného už nestalo.
- Chcete-li dosáhnout úlevy.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Tento proces Zaměřovacího kola bude mít pro vás největší přínos, jestliže se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(8) nudou

a

(17) hněvem.

(Pokud si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Na základě vlastních životních zkušeností si lidé často přivlastňují taková přesvědčení, která je silou zvyku udržují na vibračních frekvencích, znemožňujících jim získat něco, po čem touží. Ačkoli jim tato přesvědčení nejsou ku prospěchu, neustále se k těmto nepříjemným skutečnostem vracejí a obhajují je slovy: „Ale vždyť je to pravda.“

Chceme vám připomenout, že jediným důvodem, proč se něco manifestovalo do fyzické, hmatatelné, definovatelné podoby, je vyvinutí dostatečné pozornosti vůči předmětu či stavu, který se materializoval. Avšak to, že někdo jiný vyvinul úsilí na vytvoření své pravdy, přece ještě neznamená, že to má něco společného s vámi nebo s tím, co vytvoříte vy.

Ve své snaze zdokumentovat fakta a události své doby se často, aniž to víte, udržujete ve vibračních vzorcích, které zajišťují, abyste „pravdu“ (nebo nějakou skutečnost, kterou zkoumáte) potvrdili svou vlastní životní zkušeností. To se však neděje proto, že je to nepopíratelná pravda, jejímiž jste svědky. Dochází k tomu proto, že ve svém vlastním zaměření jste s danou věcí dosáhli vibračního souladu, a tak vám *zákon přitažlivosti* dodá odpovídající zkušenost.

Občas nám někdo řekne: „Ale Abrahame, to přece nemohu přehlížet, neboť je to pravda!“ A my na to řekneme: *Je to pravda jenom proto, že z toho někdo pravdu udělal tím, že tomu věnoval pozornost.* Pochopte, že ve skutečnosti tím říkáte: „Vzhledem k tomu, že někdo jiný tomu věnoval pozornost a že se to na základě *zákona přitažlivosti* stalo jeho zkušeností, si myslím, že musím udělat totéž.“ Jinými slovy: „I když to nechci, jsem povinován/a to stvořit i ve své realitě čistě proto, že už to stvořil někdo jiný.“

Existuje mnoho věcí, které jsou pravda a po nichž skutečně *toužíte*. A existuje též mnoho věcí, které jsou pravda, a po nichž *netoužíte*. Chceme vás povzbudit, abyste věnovali maximální pozornost věcem, po kterých *toužíte*, a udělali z *těchto* úžasných věcí *pravdu* svých životních zkušeností.

Většina lidí však nevěnovala vědomě své myšlenky věcem, z nichž má dobrý pocit. A tak, aniž to ví, si pěstovala myšlenkový návyk, který nyní neustále opakuje.

Některé vaše myšlenkové vzorce jsou pro vás mimořádně důležité. Jiné však nikoli. Proto je proces *Zaměřovacího kola* určen k tomu, aby vám pomohl změnit vaše vibrační vzorce související s těmi konkrétními předměty, které vám neprospívají. Je to proces, jehož prostřednictvím se můžete doslova přimět, abyste měli takové myšlenky, které ve vás vyvolávají dobrý pocit – a tudíž i zlepšují váš bod přitažlivosti.

Doporučujeme vám, abyste tomuto procesu věnovali 15 až 20 minut pokaždé, když cítíte silnou negativní emoci ohledně něčeho, co se stalo, nebo kdykoli si přejete posílit svůj pocit, že vidíte věci jasně.

Zesílená negativní emoce vás pokaždé upozorňuje na vhodnou příležitost přesměrovat svou energii na nějaký jiný předmět, protože zažíváte něco, co vás uvedlo do zvláště zaměřeného stavu. Když tedy aplikujete proces *Zaměřovacího kola*, budete jakékoli zlepšení, jehož dosáhnete, schopni cítit výrazněji. Doporučujeme vám použít proces *Zaměřovacího kola* pokaždé, když si jste jasně vědomi něčeho, co si nepřejete.

V tomto procesu prohlásíte něco, co je v souladu s vaším přáním. Jinak řečeno, usilujete o soulad. A jak poznáte, že jste zvolili to správné prohlášení? Tak, že pocítíte úlevu. Toto prohlášení vás uklidní, způsobí, že se cítíte o něco lépe. Jakmile ho máte a umocníte jej tím, že na něj zaměříte svou pozornost, a pak si vzpomenete na něco, co s ním souvisí – to znamená, jestliže u takovéhoho mírného uklidňujícího prohlášení dokážete udržet pozornost přinejmenším 17 sekund, a tím umožnit, aby se k němu připojila další myšlenka – uvede to vaše nově prohlášené přesvědčení do pohybu.

Příklad procesu Zaměřovacího kola

Zde je návod, jak začít proces *Zaměřovacího kola*: Nakreslete na papír velký kruh a potom do jeho středu další, menší kruh o průměru asi pěti centimetrů. Posadte se a dívejte se na malý kruh. Vnímejte, jak se vaše oči na něj zaměřují.

Pak oči na okamžik zavřete a obraťte pozornost k tomu, co se stalo a co ve vás vyvolalo negativní emoci. Pojmenujte přesně to, co nechcete.

V tomto okamžiku si řekněte: *Vím jistě, co nechci. A co naopak chci?*

Pomůže vám, když se budete snažit určit nejen to, co nechcete, ale také jaký pocit naopak mít chcete.

Například:

Cítím se tlustý/á a chci se cítit štíhlý/á.

Cítím se chudý/á a chci se cítit bohatý/á.

*Cítím se nemilovaná/nemilovaný a chci se cítit milovaná/
milovaný.*

Cítím se nemocný/á a chci se cítit zdravý/á.

Cítím se bezmocný/á a chci cítit, že mám sílu.

Jako další krok zkuste napsat kolem vnějšího okraje velkého kruhu prohlášení, která jsou v souladu s tím, co *chcete*. Až najdete prohlášení, které se tomu dost blíží a hodí se k tomu, poznáte to. Jinak řečeno, ucítíte, zda vaše prohlášení není v souladu a strhává vás dolů, nebo zda je dostatečně blízko vašemu přání a můžete se k němu přimknout.

Proces *Zaměřovacího kola* je tak účinný proto, že výroky, které si zapíšete, jste si sami vědomě zvolili. Jsou to obecná prohlášení, o nichž jste již přesvědčeni, že jsou v souladu s vaším přáním. Příčina funkčnosti tohoto procesu spočívá v tak velké účinnosti *zákona přitažlivosti*, že když udržíte nějakou myšlenku byt' jen 17 sekund, další myšlenka, jí podobná, se k ní připojí. Když se tyto

dvě myšlenky sejdou, dojde ke vznícení, díky němuž budou vaše myšlenky ještě působivější.

Pravděpodobnost vytvoření čisté myšlenky je vyšší, když činíte obecné, nikoli konkrétní prohlášení. Účinnost procesu *Zaměřeného kola* tedy tkví v tom, že činíte obecná prohlášení, o nichž jste již přesvědčeni, a u každého z nich udržíte pozornost přibližně po dobu 17 sekund. To vám dává příležitost vyzářovat čistou vibraci, která je v rámci vašeho přání stále konkrétnější.

Řekněme tedy, že se připravujete na tento proces a víte, že vaším úmyslem je napsat „Mám ze svého těla dobrý pocit“ nebo „Mé koleno je zdravé“. Pokud však začínáte takto, pak vaše energie není v tomto případě v souladu, protože vaše prohlášení ve vás pouze vyvolalo nepříjemný pocit a prohloubilo vaše vědomí, že se ve skutečnosti *cítíte tlustí* nebo že koleno vás doopravdy *bolí*. Takže toto prohlášení je příliš konkrétní.

Jinak řečeno, je to jako snažit se vyskočit na vlak, který jede příliš velkou rychlostí. Jediné, co se může stát, je, že se od něj odrazíte. Umíte si představit, že se pokoušíte nastoupit na velice rychle se otáčející kolotoč? V této chvíli to není možné, ale pokud kolotoč zpomalí, už to možné bude. Potom může kolotoč zase nabrat rychlost. To už však na něm budete pohodlně sedět. Stačí tedy, aby „kolo“ zpomalilo. Zpomalte i vy otáčky svého přesvědčení, abyste mohli nastoupit. Jakmile tak učiníte, můžete zrychlit vibrace.

Nyní si zkuste na základě pokusu a omylu vybrat další prohlášení. Mohli byste říci něco jako: „Vím, že mé tělo reaguje na mé myšlenky.“ Je to mírnější prohlášení, o němž jste již přesvědčeni, ale pravděpodobně vás poněkud mate. Takže tohle také není dobrý výchozí bod. Pocitově hledáte něco jiného, a tak řeknete například: „Mé tělo je z větší části v pořádku.“ O tom jste skutečně přesvědčeni. Z tohoto prohlášení máte dobrý pocit. Jste schopni zůstat na kolotoči.

Napíšete-li to kolem velkého kruhu a zaměříte se na to, budete

z toho mít celkem dobrý pocit. Potom uděláte další prohlášení. Mohli byste třeba říci: „Věřím, že vesmír na nás reaguje na základě našich vibrací.“ Jste o tom naprosto přesvědčeni, takže toto prohlášení je na místě. Pak kupříkladu prohlásíte: „Toto tělo je pro mne velice dobré.“ Jste o tom přesvědčeni. Tohle prohlášení obstálo. Začínáte se cítit o něco lépe. Pocítíte mírnou úlevu. Už na sebe nemáte takovou zlost. Vaše vibrace se zvyšují.

Pokračujme tedy a dodejme procesu *Zaměřovacího kola* sílu. Když najdete myšlenky, z nichž máte dobrý pocit, zapisujte si je kolem obvodu svého většího kruhu. Představte si jej jako ciferník a začněte na místě, kde by bylo 12 hodin. Pokračujte směrem k jedné hodině, ke druhé hodině atd., až budete mít celkem 12 prohlášení, z nichž máte dobrý pocit.

I kdybyste chtěli změnit své myšlenky, nejste schopni na ně nějak „naskočit“, protože někdy víří příliš rychlým tempem. Proces *Zaměřovacího kola* představuje hledání myšlenky, která je dostatečně blízká stavu, v němž se právě nacházíte. Nemusíte skončit v mizérii, nýbrž se můžete postupně začít pohybovat směrem k tomu, jak se chcete cítit. Máte teď k dispozici úžasný nástroj vibračního přemostování.

Řekněme například, že se cítíte tlustí. Prošli jste zkušeností, která způsobila, že se tato myšlenka dostala ve vaší mysli do popředí. V souvislosti s ní pocítujete silně negativní emoci. Vezměte si papír, nakreslete doprostřed kruh a do kruhu napište: *Chci se cítit štíhlý/á.*

Zaměřte se na tento předmět svých tužeb. Snažte se najít myšlenky, které jsou v souladu s tím, jak se chcete *cítit*, myšlenky, z nichž máte dobrý pocit, když o nich přemítáte. Hledejte myšlenku, která vás nerozladí.

Mohu být opět štíhlý/á.

(Tato myšlenka je příliš daleko od toho, čemu skutečně věříte. Přestože byste chtěli, nevěříte jí. A také vnitřně cítíte, že jí nevěříte. Jelikož z tohoto prohlášení nemáte dobrý pocit, spíše vám jenom zkazí náladu.)

Mé sestry jsou štíhlé a krásné.

(Ani z této myšlenky nemáte dobrý pocit. Poukazuje na jejich úspěch a vám spíš připomíná váš neúspěch. Tato myšlenka vás deprimuje.)

Objevím něco, co bude fungovat.

(I když z této myšlenky máte o něco lepší pocit než z těch předchozích, stále z ní nemáte vysloveně *dobry* pocit. Vyzkoušeli jste mnoho věcí, jste však přesvědčeni, že jste neobjevili nic funkčního, a proto tato myšlenka pouze podtrhuje vaše minulé neúspěchy a kazí vám náladu.)

Vím, že existují lidé, kteří na tom byli stejně jako já a kteří našli fungující způsob řešení. (U této myšlenky možná konečně pocítujete úlevu. Skutečně se cítíte o něco lépe. Mějte na paměti, že nehledáte myšlenku konečného řešení. Tato myšlenka vás nestrhává dolů. Napište si ji na papír do pozice dvanácti hodin a hledejte další myšlenky, z nichž máte stejně dobrý pocit.)

Nemusím všechno zvládnout během dneška.

(To je další myšlenka, která sedí. Zapište ji do kruhu na pozici jedné hodiny.)

Najdu dietu, která funguje.

(Rozladující myšlenka.)

Necítím se dobře ve svém oblečení.

(Rozladující myšlenka.)

To bude prima, až si koupím nějaké nové oblečení. (2:00)

(Tato myšlenka sedí.)

Mé tělo se bude cítit svěžeji. (3:00)

(Sedí.)

Pocítím víc energie. (4:00)

(Sedí.)

Požádej a je ti dáno

Dostanu nové nápady. (5:00)

(Teď už jedete na kolotoči.)

Už vím o některých věcech, které pomáhají. (6:00)

(Ano, z toho je lepší pocit.)

Mám rád/a kontrolu nad svými zkušenostmi. (7:00)

(To sedí.)

Těším se, až tuto změnu provedu. (8:00)

(Sedí.)

Mám rád/a dobrý pocit.

(Tohle sedí. Napište to do kruhu na pozici devíti hodin.)

Mám rád/a dobrý pocit ze svého těla. (10:00)

(To sedí.)

Mám dobrý pocit ze svého těla. (11:00)

(Ano! Potom, co jste to napsali do pozice jedenácti hodin, výrazně zakroužkujte slova, která jste původně vepsali doprostřed svého *Zaměřovacího kola*. Všimněte si, že nyní cítíte bližší vibrační soulad s touto myšlenkou, zatímco před pouhými několika minutami jste jí vůbec nebyli blízko.)

Abrahame, řekněte nám více o Zaměřovacím kole

Možná jste slyšeli, jak říkáme, že váš bod síly je v přítomnosti. I když myslíte na minulost nebo na současný okamžik či na budoucnost, děláte to právě teď. Vibrujete teď. Puls tepe teď. K vibračnímu vyzařování dochází teď. Jakékoli tvůrčí napětí mezi přivoláváním životní síly a umožňováním proudění této síly skrze vás (tedy mezi přivoláváním a umožňováním) se děje právě tady a teď.

Zde uvádíme slovo, na které chceme, abyste se během následujících několika dní zaměřili. Stojíte na *novém* místě. Velice se nám

líbí novost místa, na kterém se právě nacházíte. A nyní vám chceme ukázat, jak stát na tomto *novém* místě a uvést do souladu vaši *novou* energii s *novým* přáním, které přinese *nové* a snadné výsledky.

Zaměřovací kolo je nejlepší nástroj, jaký jsme našli, aby vám pomohl přemostit určité přesvědčení tak, že bude v souladu s předmětem vaší touhy. Co tím myslíme? *Identifikujte své přání a potom aktivujte vibraci, která je s ním v souladu.*

Další příklad procesu *Zaměřovacího kola*

Začněte hledáním věty, která vás dostane na kolotoč. Napište věty, které jsou dostatečně blízké vašemu přesvědčení, takže vás nestrhávají dolů. Jestliže napíšete „Těší mne dělat daňové přiznání“, rozladí vás to. Když napíšete „Myslím právě na to, že vláda mne obírá o peníze a promrhává je neúčinným způsobem“, budete z toho rozmrzelí. Cílem je snažit se najít něco, co je v souladu s vaším přáním a máte z toho lepší pocit. Takže byste mohli napsat například něco ve smyslu: „Líbí se mi, když hezky zvládám život. Mám dobrý pocit, když se mi daří plnit povinnosti. Líbí se mi, když mám věci udělané včas. Miluji vědomí, že mám všechno v pořádku a dobře zorganizované.“

Tohle by však mohlo být pro vás příliš silné prohlášení. Sami uvidíte, jaký z něj budete mít pocit, a pak můžete říci, zda ob stojí, nebo ne. Zkrátka to na základě principu pokus a omyl budete stále zkoušet. Můžete například říci něco jako: „Vím, že existuje velice mnoho lidí, kteří se cítili stejně jako já a kterým se to podařilo zvládnout.“ To vás dostane na kolotoč! „Přestože současný daňový systém není dokonalý, představuje mechanismus, díky němuž naše vláda funguje.“ Rozladí vás to, nebo vás to dostane na kolotoč? „Každým rokem se mi to daří lépe a lépe. Zvládám věci stále příjemněji a nacházím způsoby, jak to udělat ještě příjemnějším. Mé daně jsou pro mne dobrým stimulem, jak si věci uspořádat a jak je vyřešit.“

Čím lepší pocit z něčeho máte, tím lépe vám to jde

Rádi bychom vám teď řekli následující: Nic jsme nevyřešili. Jinými slovy, nic se ve skutečnosti nezměnilo. Stále musíte platit daně. To, co vám však chceme nejvíce zdůraznit, je, že vy se právě teď nacházíte v odlišném stavu než předtím. Díky tomu vám budou věci jasnější než dřív. Také vzpomínky se vám začnou vybavovat snadněji než dosud. Na to, kam jste něco položili, si nyní vzpomenete rychleji. Jinak řečeno, všechny ty rozptýlené věci vašeho života, které jsou na hromadách a v krabicích a v pořadačích a v peněženkách – všechny tyto kousky informací, jež se nacházejí tady a tamhle – se shromáždí a uspořádají ve vaší mysli. Vaše Vnitřní mysl o vás totiž začne pečovat v takovém souladu, jaký nebyl možný, dokud jste si nenašli trochu času, abyste zharmonizovali svá přání se svou energií. Ať už je předmětem vaší pozornosti hrad, nebo knoflík, přivolává tento předmět životní sílu. A právě o pocit životní síly v životě jde. Důvod, proč ji přivoláváte, není důležitý. Je možné cítit stejně velkou radost při přípravě daňového přiznání, jako při plánování zaoceánské plavby.

Nemusíte tomu věřit, ale nedostatek životní síly nastane ve chvíli, v níž jste energii neumožnili, aby vámi proudila bez rezistence směrem k předmětu vaší pozornosti. Přivoláváte energii, jelikož chcete dělat to, co chcete, ale potom ji odkloníte, protože máte určité zvyky nebo děláte prohlášení, která jí brání v plynutí. Když vámi chce proudit energie, ale vy jí to nedovolíte, dá vám to pořádně pocítit. Jelikož proces *Zaměřovacího kola* způsobuje zaměření na konkrétní předmět na delší dobu než obvykle, váš bod přitažlivosti se mění, zatímco cíleně vyhledáváte myšlenky, z nichž máte dobrý pocit.

Když uplatňujete prostý, avšak účinný proces *Zaměřovacího kola* na různé předměty, s nimiž se v životě setkáváte, můžete efektivně zlepšit svůj bod přitažlivosti ve všem, co je pro vás důležité.



Nacházení pocitového stavu

Kdy použít tento proces:

- Když chcete zlepšit nějakou situaci.
- Když chcete víc peněz.
- Chcete-li najít lepší práci.
- Toužíte-li mít šťastnější vztah.
- Když chcete tělo, z něhož byste měli lepší pocit.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Tento proces bude pro vás nejvhodnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(9) pesimismem

a

(17) hněvem.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Jelikož všeobecně věnujete mnohem více pozornosti těm stránkám svého života, které právě teď zažíváte, vibračně u vás převažuje to, co zažíváte, místo toho, po čem toužíte nebo co si představujete. Jinými slovy, jestliže toužíte být štíhlí, ačkoli máte momentálně značnou nadváhu, aspekty vašich nynějších zkušeností pravděpodobně převažují nad vibracemi vašich vizualizací.

Lidé často říkají: „Tady se necítím šťastný/á. Přeji si, abych byl/a raději tamhle.“ Ale když se jich zeptáte, co je na tamtom místě tak žádoucího, obvykle vám spíš vysvětlí, co je špatného na *tomto* místě. I když užívají slova jako „chci být tam“ nebo „chci to, co je tam“, jejich vibrace obsahují mnohem víc z toho, co je *tady*, než toho, co je tam, kde opravdu být chtějí.

Tak jako by v duchu našeho příkladu s přístrojovou deskou ničemu nepomohlo, kdybyste si „smajlíkem“ přelepili indikátor stavu paliva signalizující, že nádrž je prázdná, nemělo by ani cenu používat šťastně vyznívající slova, jestliže se skutečně *necítíte* šťastní. *Zákon přitažlivosti* nereaguje na vaše slova, nýbrž na vibrace, které vysíláte. Je dost dobře možné, že užíváte všechna ta správně znějící slova zároveň, a přitom se nacházíte ve stavu silné rezistence vůči svému Dobru. Z čehož vyplývá, že slova, jež užíváte, nejsou důležitá. Záleží jen na tom, jak se *cítíte*.

Proces *Nacházení pocitového stavu* pomáhá nejvíce, když potřebujete dosáhnout vyzařování vibrací, které vám poslouží. Tento proces vám pomůže si uvědomit, co ve skutečnosti přitahujete. Používá se při něm představivost jako prostředek předstírání, že předmět své touhy již máte a že už nyní zažíváte jednotlivé okolnosti související s předmětem vaší touhy.

Když se zaměřujete na prožívání *pocitu* z toho, po čem toužíte, nemůžete přitom zároveň *cítit nepřítomnost* předmětu své touhy. S postupnou praxí mohou vibrace odpovídající tomuto předmětu převážit, i když se možná ve skutečnosti ještě nezhmotnil. Zkrátka budete vyzařovat vibrace, *jako by* se již zhmotnil, a potom se prostě zhmotnit *musí*.

Znovu opakujeme, že vesmír neví, zda vyzařujete vibraci proto, že zažíváte, co zažíváte, nebo proto, že si představujete, že něco zažíváte. V obou případech odpovídá vesmír na vibraci a hmotný projev se posléze nutně dostaví.

Řekněme například, že otevřete svou poštovní schránku a najdete druhou upomínku dalšího nezaplaceného účtu. Když otevíráte obálku, cítíte se velice nepříjemně, protože momentálně nevíte, z čeho účet zaplatíte. Je již dávno splatný, stejně jako několik dalších účtů. Dluh na vás těžce doléhá a vzbuzuje ve vás úzkost. „Chci víc peněz,“ řeknete. „Chci mnohem víc peněz,“ zopakujete ještě důrazněji. Budete však pronášet jen prázdná, planá slova, která nemají žádný dopad na váš bod přitažlivosti. Vaším bodem přitažlivosti totiž nejsou slova. Je jím vaše faktické vibrační vyzařování. To, jak se *cítíte*, je skutečným ukazatelem vašeho bodu přitažlivosti. Právě teď pulsujete emocemi, které jsou zcela v souladu s vaším stavem, jímž je skutečnost, že nemáte dost peněz.

Vaším cílem v tomto procesu je vykouzlit si představy, které způsobí, že budete mít vibrace, jež *umožňují* peníze. Vaším cílem je vytvořit si představy, z nichž máte dobrý *pocit*. Vaším cílem je nalézt „pocitový stav“ dostatku peněz, a nikoli jejich *nedostatku*.

Nyní byste si mohli vzpomenout na dobu, kdy jste měli víc peněz nebo jste přinejmenším necítili stres z množství složenek. Až vylovíte tuto vzpomínku z paměti, zkuste si vybavit co nejvíce detailů, abyste ji mohli procítit ještě intenzivněji.

Mohli byste předstírat, že máte víc peněz, než pro kolik máte rozumné použití. Předstírejte, že máte tolik peněz, že nevíte, kam je všechny dát. Představte si, že jich máte tuny v komoře i pod postelí. Vizualizujte si, jak jdete do banky s kbelíky plnými malých bankovek, které chcete vyměnit za bankovky velké. Představujte si, že s sebou vezete padesátikorunové, stokorunové a dvoustekorunové bankovky a měníte je na tisícikoruny a dvoutisícikoruny, pouze proto, abyste je mohli lépe uskladnit.

Můžete třeba simulovat situaci, v níž máte kreditní kartu s ne-

omezeným zůstatkem, kterou snadno za vše platíte. Je to jakási kouzelná karta, kterou používáte několikrát denně, protože je to velmi efektivní. Jednou měsíčně pak napíšete šek, který pokryje všechny poplatky. Tvarťe se, že poměr vašich peněz v bance k měsíčnímu zůstatku na této kreditní kartě je tak velký, že zaplacení poplatků nikterak neovlivní vaši zkušenost.

Čím častěji budete hrát hru *Nacházení pocitového stavu*, tím v ní budete lepší a tím víc vás bude bavit. Když předstíráte nebo si selektivně na něco vzpomínáte, aktivujete nové vibrace – a váš bod přitažlivosti se přesouvá. Když se přesouvá váš bod přitažlivosti, zlepšuje se i váš život, což se týká každého předmětu, pro nějž jste našli nový *pocitový stav*.



Zbavování se rezistence kvůli vypořádání se s dluhy

Kdy použít tento proces:

- Když chcete cítit úlevu, kterou představuje zbavení se dluhů.
- Když chcete vytvořit větší rozpětí mezi svým výdělkem a svými výdaji.
- Chcete-li mít lepší pocit z peněz.
- Když chcete zvýšit příliv peněz.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Zbavování se rezistence kvůli osvobození se od dluhů* bude pro vás nejpřínosnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(10) nespokojeností/podrážděností/netrpělivostí

a

(22) strachem/zármutkem/depresí/zoufalstvím/bezmocností.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Abyste se mohli pustit do procesu *Zbavování se rezistence kvůli osvobození se od dluhů*, pořídte si velký arch papíru s tolika sloupci, kolik máte měsíčně výdajů. Poté začněte u sloupce zcela vlevo a označte jej popisem vašeho největšího měsíčního výdaje. V případě, že je jím platba za váš dům, nadepište „Platba za dům“. Na první řádek pod nadpis napište částku, kterou za dům platíte. Zakroužkujte tuto cifru a na třetí řádek napište celkový nevyrovnaný dluh za váš dům.

Do druhého sloupce potom zapište svou druhou největší měsíční platbu, do třetího sloupce třetí atd. Nahoru nad všechny sloupce napište následující větu: *Přeji si dodržet slib vůči všem těmto finančním závazkům a v některých případech zaplatím dokonce dvakrát víc, než se požaduje*.

Pokaždé, když dostanete vyúčtování, vezměte svůj arch papíru se sloupci a upravte v případě nutnosti požadovanou minimální měsíční částku. Pokud zůstává stejná, napište stejné číslo.

Když pak přijde vyúčtování nebo když nastane doba provést platbu za kategorii, která je úplně vpravo na vašem archu se sloupci (neboli když máte zaplatit nejmenší měsíční částku), proveďte úhradu přesného dvojnásobku požadované sumy. Jakmile tak učiníte, zapište novou částku této nevyrovnané bilance.

Zpočátku se hraní této hry může jevit poněkud podivné. I když však nemáte dost peněz na zaplacení všeho, co jste povinováni zaplatit ve všech sloupcích, přesto stále zdvojnásobujte částku ve sloupci zcela napravo. Pociťujte radost z dodržení nového slibu, který jste si dali: co nejvíce se vynasnažit, abyste zaplatili všechno, co dlužíte, a v některých případech dokonce i dvakrát tolik.

Vzhledem k tomu, že se díváte na své finance novým způsobem, vaše vibrace se začnou okamžitě měnit. Když ucítíte být jen nepatrný záchvív hrdosti z dodržení svého slova, vaše vibrace se změní. Plníte-li svůj slib ohledně zdvojnásobení platby, vaše vibrace se začne posouvat. S tímto posunem, byť i malým, se začne měnit i vaše celková finanční situace.

Dokážete-li si vyhradit čas a uvedete do svého archu se sloupci skutečně všechno, co dlužíte, vaše nově zaměřená pozornost začne pozitivně aktivovat okolnosti týkající se peněz. Místo aby vás každé další vyúčtování obralo o odvalu, budete celí nedočkaví, až budete moci zapsat účtovanou částku na svůj arch. Současně s tímto posunem v přístupu i vibraci se začnou měnit věci také v obrazu vašich financí.

Dočkáte se přísunu peněz, které jste nečekali. Bezpracně se objeví výhodné koupě, takže peněz bude nakonec víc, než jste předpokládali. Vynoří se neobvyklé finanční příležitosti všeho druhu. *Uvědomte si*, že všechny tyto věci se dějí v reakci na vaši nově zaměřenou pozornost a na výsledný posun ve vašich vibracích.

Až se objeví peníze navíc, zjistíte, že se nemůžete dočkat, až zapíšete další platbu do sloupce zcela vpravo. Tento dluh bude záhy splacen a vy budete moci ze svého archu tento sloupec úplně vypustit. Sloupec po sloupci začne mizet prohlubováním finanční propasti mezi tím, co k vám přichází, a co odchází. Váš pocit finančního blahobytu selepší již první den hraní této hry. Budete-li ji brát vážně, vaše vibrace související s penězi se posunou tak významně, že brzy budete bez dluhů, jestliže si to budete přát.

Na dlužích není nic špatného. Pokud z nich máte špatný pocit, znamená to, že ve vašich vibracích týkajících se peněz existuje rezistence. Když se odlehčí břemeno, když se cítíte lehčí a svobodnější, odlehčí se i vaše rezistence. Octnete se v pozici umožňující proudění Dobra do vašich zkušeností.

**Abrahame, řekněte nám více o *Zbavování se*
*rezistence kvůli osvobození se od dluhů***

Jak jsme se již zmínili u procesu #17, vytvořit hrad je stejně snadné jako vytvořit knoflík. Jde jen o to, zda se zaměřujete na hrad, nebo na knoflík. Vytvořit knoflík může být stejně uspokojivé jako vytvořit hrad. Ale ať už je to hrad, nebo knoflík, když jej použijete jako objekt své pozornosti, přivolá k sobě životní sílu. Právě pocit životní síly je to, o co v životě jde. Důvod, proč jsme ji k sobě přivolali, není důležitý.

Co takhle vytvořit velice pozitivní tok finanční hojnosti? Zdokonalit se ve vizualizaci natolik, že se k vám peníze jen pohrnou? Utrácet, a dát tak příležitost více lidem? Jaký může být lepší způsob vydávání peněz než je dát zpátky do oběhu, aby daly práci většímu počtu lidí? Čím více utrácíte, tím víc lidí z toho má prospěch, tím víc lidí se dostane do hry a zkoordinuje se s vámi.

Vaší rolí je zpracovávat energii. Proto existujete. Jste bytostmi, kterými prochází energie. Jste těmi, kdo se zaměřují, kdo vnímají. Jste tvůrci. Ve vesmíru není nic horšího než vstoupit do prostředí velkého kontrastu, kde se snadno rodí přání, a nedovolit k těmto přáním plynout energii. To je opravdové promarnění života.

Neexistuje žádná důležitá a žádná podřadná práce. Existují pouze příležitosti se zaměřovat. Můžete cítit uspokojení z určitého úkolu stejně jako z kteréhokoli jiného, protože jste na *náběžné hraně myšlení* a bez ohledu na to, o co se snažíte, vámi proudí Zdrojová energie. Můžete se radovat z jakéhokoli snažení, při kterém se rozhodnete umožnit energii proudit. Nejde o volbu mezi *duchovním* a *materiálním*. Všechno, co souvisí s fyzickými zkušenostmi, v nichž se zhmotňují vaše přání, je duchovní. Je to všechno konečný produkt Ducha. Buďte Duchovním Já a tvořte o sto šest.

Váš finanční úpadek chudé nepozvedne

Popřemýšlejte nad tím, jaká byla ekonomika tohoto národa před několika stovkami let. Co se změnilo? Dovezly se sem snad suroviny z jiných planet? Nebo během delšího časového úseku víc lidí prostě identifikovalo více věcí, které chtějí, a nekonečná Nefyzická energie jim to dodala?

Nikdy jsme neslyšeli, že by někdo z vás řekl: „Už mi bylo tolik let dobře, že jsem se rozhodl/a být chvilku nemocný/á, aby některým lidem mohlo být lépe“. Víte totiž, že to, jestli je vám dobře, nebo ne, nemá nic společného s tím, do jaké míry se vede dobře ostatním. Neobíráte nikoho o jeho vlastní Dobro. Totéž platí o hojnosti. Lidé, kteří jsou ve vibračním souladu s hojností, která k nim a skrze ně proudí, tím nikoho o tuto hojnost nepřipravují. *Nemůžete nikdy dost zchudnout, abyste tak pomohli chudým lidem prosperovat. Pouze když se vám bude dařit dobře, budete moci něco nabídnout i druhým. Jestliže chcete druhým pomoci, buďte napojeni, naladěni a nastaveni, jak jen umíte.*

Važte si těch, kteří představují příklady blahobytu a pohody. Jak byste věděli, že prosperita je možná, kdyby o ní nikde kolem vás neexistoval žádný důkaz? To vše je součástí kontrastu, který vám pomáhá „pilovat“ vaše přání. Peníze nepředstavují podstatu štěstí, ale ani podstatu zla. Peníze jsou výsledkem souladu s energií. Nechcete-li peníze, nebudete je přitahovat. A my vám říkáme, že kritizování těch, kteří mají peníze, vás udržuje na místě, kam k vám to, co *doopravdy* chcete – blahobyt, pohoda, jasnost a Dobro – nemohou přijít.

Je-li vám téma peněz nepříjemné, když na ně myslíte, znamená to, že po nich silně toužíte, a tedy vám na nich velice, velice, velice záleží. Vaším úkolem je najít způsob, jak na ně myslet a mít přitom dobrý pocit. Stejně tak účinné je myslet na cokoli jiného a mít přitom dobrý pocit – a nechat to k sobě přijít. Nemusíte myslet

na peníze, abyste je k sobě nechali přicházet. Jenom prostě nelze myslet na *nedostatek* peněz a zároveň je k sobě pustit.

Úspěch spočívá v radosti, kterou cítíte

Velmi rádi vidíme, jak tleskáte úspěchu někoho druhého. Jste-li jím upřímně nadšení, jste na stopě vlastnímu úspěchu. Mnozí lidé si myslí, že úspěch znamená dostat všechno, co chtějí. My však říkáme, že to je to samé co smrt, jenomže nic takového neexistuje. Úspěch neznamena něco dokončit, nýbrž stále o něčem snít a cítit se pozitivně v odvíjejícím se procesu. Mírou úspěchu v životě nejsou peníze nebo hmota, ale množství radosti, kterou cítíte.

Můžete například říci: „Dívám-li se na úspěšné lidi – a tím míním bohaté lidi, ano, a míním tím šťastné lidi – vidím, že někdy jsou skutečně bohatí a zároveň šťastní. Když mluvím o úspěšných lidech, myslím tím *skutečně šťastné lidi*. Ty, kteří jsou opravdu radostní a těší se, jak prožijí svůj den. Všichni měli docela těžký start, což z nich zpočátku dělalo velké rebely. Potom našli způsob, jak se uvolnit ve svém přirozeném stavu Dobra.“ (Úspěch znamená šťastný život a šťastný život je prostě řetěz na sebe navazujících šťastných okamžiků. Většina lidí však šťastné okamžiky neumožňuje, protože je příliš zaneprázdněna usilováním o šťastný život.)

Místo abyste si hojnost „zasloužili“, „umožněte“ ji

Činnost nemá nic společného s hojností! Hojnost je reakce na vaše vibrace. Vaše přesvědčení je součástí vašich vibrací, takže věříte-li, že konání je součástí toho, co vám přináší hojnost, budete ji muset dosahovat skrze své činy. Byli bychom však rádi, kdybyste ze svého slovníku vymazali výraz *zasloužit si* a nahradili jej slovem *umožnit*. Chcete *umožnit* své dobro. Není to nic, co byste si

museli zasloužit. Jediné, co potřebujete udělat, je rozhodnout se, co byste chtěli zažít, a potom umožnit, abyste to dostali. Není to nic, o co byste museli bojovat nebo usilovat. Jste bytosti hodné Dobra, které vám po právu náleží.

Veškeré zdroje, které chcete nebo potřebujete, jsou vám kdykoli na dosah ruky. Musíte si jen stanovit, co s tím vlastně chcete dělat, a potom v představě cítit, jaké to bude, až to nastane. Není nic, co byste nemohli dělat, mít nebo tím být. Jste pozeňnané bytosti a přišli jste do tohoto fyzického prostředí tvořit. Kromě vašich vlastních protichůdných myšlenek vám v tom nic nebrání. Prostřednictvím svých pocitů vždy takové myšlenky identifikujete. Život má být zábava, máte z něj mít dobrý pocit! Jste mocnými tvůrci a jste na svém místě.

Víc si vychutnávejte, méně napravujte. Víc se smějte, méně plačte. Mějte víc pozitivních a méně negativních očekávání. Nic není důležitějšího, než abyste se cítili dobře. Prostě tak číňte a sledujte, co se stane.



Předejte to manažerovi

Kdy použít tento proces:

- Když máte pocit, že máte hodně práce.
- Chcete-li mít víc času na věci, které vás těší.
- Když se chcete stát efektivními tvůrci, kvůli čemuž jste se také narodili.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Předejte to manažerovi* pro vás bude nejvhodnější, pohybuje-li se vaše *emoční nastavení* někde mezi:

(10) nespokojeností/podrážděností/netrpělivostí

a

(17) hněvem.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Představte si, že vlastníte velký podnik a pracují pro vás tisíce zaměstnanců. Někteří pomáhají při výrobě a prodeji vašich výrobků. Jsou tam i ekonomové, účetní, poradci, výtvarníci a od-

borníci na reklamu. Jednoduše tisíce lidí, kteří pracují na tom, aby firma byla úspěšná.

A teď si představte, že osobně ani s jedním z těchto lidí nepracujete. Máte však manažera, který se jim věnuje, rozumí jim, radí jim a řídí je. Kdykoli dostanete nějaký nápad, sdělíte jej manažerovi. Ten řekne: „Hned se o to postarám.“ A to také udělá. Efektivně. Přesně. Právě tak, jak jste chtěli.

Možná si teď říkáte: „Zrovna takového manažera bych chtěl/a. Někoho, na koho bych se mohl/a spolehnout a kdo by pracoval v můj prospěch.“

A my vám říkáme: *Opravdu máte manažera, který takový je, ba ještě lepší. Máte manažera, který neustále pracuje ve váš prospěch a který se jmenuje zákon přitažlivosti. Stačí tohoto Vesmírného manažera požádat, aby vyskočil a udělal, co po něm žádáte.*

Většina z vás však tohoto manažera takto nevnímá. I když ho máte, nadále přebíráte odpovědnost v podstatě za všechno. Jako byste tím říkali: „Ano, vím, že existuje zákon přitažlivosti, ale veškerou práci musím stejně udělat já.“ My se však ptáme: *Dobrá, ale k čemu je pak zákon přitažlivosti?* Bylo by to stejné jako mít manažera, jemuž ročně platíte milion korun a který by se vás ptal: „Chcete ode mne něco?“ A vy byste odpovídali: „Ne, ne, kdepak! Mám radost už z toho, že vás platím za to, že nosíte titul manažera.“ Přitom se lopotíte a děláte všechnu práci za počítačové experty i za personál udržující v pořádku okolí budovy. Pracujete do úmoru a jste neustále vyčerpáni, zatímco váš manažer se opaluje někde na pláži.

Tohle byste přece nedělali, že ne? Nechali byste manažera pracovat. Delegovali byste na něj úkoly, kladli na něj požadavky a čekali byste, že je splní. Stejně tak se musíte postavit k zákonu přitažlivosti. Vzneste požadavky a očekávejte výsledky. Delegujete-li tímto způsobem své požadavky, děláte tak jediné dvě věci, které jsou zapotřebí při *záměrné tvorbě*: identifikujete předmět svého přání a umožňujete vesmíru, aby vám jej poskytl.

Stanovení cílů je tedy jako delegování požadavků Vesmírnému manažerovi. Dosažení vibrace *umožňování* je jako zůstat v pozadí a důvěřovat svému manažerovi, že vše zařídí a upozorní vás, když se od vás něco chce. Jinak řečeno, když bude třeba, abyste udělali další rozhodnutí, dozvíte se to.

Nedelegujete svůj život, vy ho tvoříte. Stáváte se vizionáři, kteří tvoří, nikoli vykonavateli. Přesto však zbude ještě mnoho věcí, které budete chtít udělat. V žádném případě vás nechceme odvádět od činnosti. Činnost je zábavná. V celém vesmíru není nic příjemnějšího než mít nějaké přání, s nímž jste ve vibračním souladu, a v tomto svém souladu se Zdrojovou energií být inspirováni k nějakému činu. To je maximální rozšíření procesu tvorby. V celém vesmíru není žádná činnost slastnější než ta inspirovaná.



Znovuzískání přirozeného zdraví

Kdy použít tento proces:

- Když se necítíte dobře.
- Byla-li vám byla sdělena zneklidňující diagnóza.
- Když cítíte bolest.
- Když se vás zmocnil neurčitý strach týkající se vašeho těla.

Pásmo současného *emočního nastavení*

Proces *Znovuzískání přirozeného zdraví* bude pro vás nejpří-
nosnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(10) nespokojeností/podrážděností/netrpělivostí

a

(22) strachem/zármutkem/depresí/zoufalstvím/bezmocností.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*,
vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční na-
vigační stupnici*.)

Tomuto procesu se věnujte vleže. Čím pohodlněji budete ležet, tím lépe. Zvolte si dobu, kdy budete mít k dispozici přibližně 15 minut a nebudete nikým vyrušováni.

Napište čitelně níže uvedený seznam. Jakmile ulehnete, pomalu jej přečtete.

- Je přirozené, aby mé tělo bylo v pořádku.
- I když já nevím, co udělat, aby mi bylo lépe, mé tělo to ví.
- Mám biliony buněk s individuálním Vědomím a ony vědí, jak dosáhnout své individuální rovnováhy.
- Když tato situace vznikala, nevěděl/a jsem to, co vím teď.
- Kdybych tenkrát věděl/a, co vím teď, k těmto okolnostem by nedošlo.
- Nepotřebuji pochopit příčinu této nemoci.
- Nepotřebuji vysvětlit, proč zažívám tuto nemoc.
- Musím se jen jemně a s konečnou platností oprostít od této nemoci.
- Nezáleží na tom, co ji nastartovalo, protože právě teď mění svůj kurs.
- Je přirozené, že mému tělu bude nějakou dobu trvat, než se dostane do souladu s mými zdokonalenými myšlenkami, týkajícími se Dobra.
- S ničím není třeba spěchat.
- Mé tělo ví, co dělat.
- Dobro je pro mne přirozené.
- Má Vnitřní bytost si je komplexně vědoma mého fyzického těla.

- Mé buňky žádají, co potřebují, aby se jim dobře dařilo, a Zdroj energie na tyto požadavky odpovídá.
- Mým úkolem je pouze relaxovat a zhluboka dýchat.
- Jsem schopný/á to dokázat.
- Jsem schopný/á to snadno zvládnout.

Nyní pouze ležte a užívejte si pohodlí, které skýtá matrace pod vámi. Zaměřte se na svůj dech: na nádech a výdech, na nádech a výdech... Vaším cílem je cítit se co nejpohodlněji.

Dýchejte co nejhluběji, ale tak, aby vám to bylo zároveň i příjemné. Nedělejte nic násilím. Nesnažte se, aby se něco stalo. Nemusíte nic dělat. Jenom buďte uvolnění a dýchejte.

Pravděpodobně začnete ve svém těle vnímat slabé, jemné pocity. Usmějte se a přiznejte, že Zdrojová energie specificky odpovídá na váš buněčný požadavek. Vnímáte probíhající uzdravující proces. Nesnažte se mu napomoci nebo ho zintenzivnit. Jenom relaxujte a dýchejte – a umožněte ho.

Pokud jste cítili bolest, když jste uléhali, postupujte stejně. Při bolesti vám však také pomůže přidání dalších vět do vašeho seznamu:

- Tento vjem bolesti je indikátorem reakce Zdroje na můj buněčný požadavek energie.
- Tento vjem bolesti je úžasným indikátorem toho, že pomoc je na cestě.
- Budu relaxovat v tomto vjemu bolesti, poněvadž chápu, že znamená zlepšení.

Můžete-li, poddejte se nyní spánku. Usmívejte se, neboť víte, že všechno je v pořádku. Dýchejte, relaxujte a důvěřujte.

***Abrahame, řekněte nám více
o Znovuzískání přirozeného zdraví***

Až příště pocítíte nepohodu, zastavte se a řekněte si: „Tento nepříjemný stav znamená pouze uvědomování si rezistence. Nastal čas se uvolnit a dýchat, uvolnit se a dýchat, uvolnit se a dýchat.“ Během několika sekund si můžete opět navodit příjemný stav.

Každá buňka vašeho těla má přímý vztah s tvůrčí životní silou a reaguje nezávisle. Když cítíte radost, všechny obvody jsou otevřené, takže lze naplno přijímat životní sílu. Když máte pocit viny, někoho obviňujete, cítíte strach nebo hněv, obvody jsou zablokovány. Životní síla nemůže účinně proudit. Ve fyzických zkušenostech jde o monitorování těchto obvodů a jejich udržování v co nejvíc otevřené pozici. Vaše buňky vědí, co dělat: přivolávají energii.

Neexistuje žádná situace či okolnost, kterou byste nemohli nějak modifikovat, stejně jako neexistuje žádný obraz, který byste nemohli přemalovat. V lidském prostředí existuje mnoho omezujících myšlenek, vyvolávajících zdání, že na takzvaně nevyléčitelných nemocech nelze nic změnit. My však říkáme, že „nezměnitelné“ jsou pouze proto, že vy tomu věříte. Nedávno se nás někdo zeptal: „Existuje nějaký limit ve schopnosti těla uzdravit se?“ My odpovídáme: „*Žádný neexistuje, kromě přesvědčení, které zastáváte.*“ Tentýž člověk pokračoval: „Proč si tedy lidé nenechají dorůst své končetiny, o něž přišli?“ A my odvětili: „*Protože nikdo doopravdy nevěří, že by mohly.*“

Ale co když mám nemocné miminko?

Často kladená otázka zní: „A co malé děti? Co když onemocní kojenci?“ Na to říkáme, že byly dokonce již v mateřském lůně vystaveny vibraci, která u nich zabránila umožňování jinak přítomného Dobra. Kdyby byly povzbuzovány k myšlence umožňující

Dobrobyť jakmile se narodí, bez ohledu na jejich bezbrannost by se jejich tělo, byť již zcela utvořené, regenerovalo do stavu plného zdraví.

Je pro vás přirozené být naprosto zdraví. Je pro vás přirozené mít hojnost. Je pro vás přirozené cítit se dobře. Je pro vás přirozené mít jasno. Není pro vás přirozené cítit zmatek, mít nedostatek nebo cítit nouzi či vinu. Není to přirozené pro vás jako bytosti, kterými skutečně jste. Nicméně se to zdá být jaksi přirozené v struktuře lidského myšlení, které většina z vás nabrala na své fyzické pouti.

Kdykoli cítíte fyzickou nepohodu jakéhokoli druhu, ať už ji nazýváte citovou, nebo fyzickou bolestí, znamená to *vždycky* totéž: „Mám touhu přivolávající energii, ale mé přesvědčení ji neumožňuje, takže jsem si v těle vytvořil/a rezistenci.“ Řešením, jak se pokaždé zbavit nepříjemného pocitu nebo bolesti, je uvolnění a dosažení pocitu úlevy.

Lidé se nás ptají: „Jestliže žádný zdroj nemoci neexistuje, proč je mezi námi tolik nemocných?“ Je tomu tak proto, že si našli mnoho výmluv, jak se udržovat ve vibračním nesouladu se zdravím. Nedovolují si být zdraví. Když k sobě nenechají proudit Dobro, jeho nepřítomnost vypadá jako nemoc. Dělá-li to dostatečný počet lidí, pak říkáte: „Ano ano, nějaký zdroj nemoci tam musí být. Takže tomu dejme nějakou nálepkou. Nazvěme to například rakovinou. Označme to těmi nejstrašnějšími názvy a začleňme to do našich zkušeností.“ My na to ale říkáme, že nic takové do vašich zkušeností nevchází. Stává se to pouze proto, že se lidé na základě pokusů a omylů i vzájemného ovlivňování naučí přebírat vzorce myšlení neumožňující Dobro.

Když k sobě nepustíte Dobro, objeví se ve stínech vašeho života, třeba v nemoci nebo nedostatku toho, po čem toužíte. Časem pak začnete být přesvědčeni, že to je realita, která má někde svůj zdroj. A poté si vytvoříte celé bloky informací, které vás mají chránit před oním „zlým zdrojem“, který však nikdy neexistoval.

Jestliže vám byla sdělena znepokojivá diagnóza

Jestliže je člověku stanovena diagnóza, kterou by raději neslyšel, mívá tendenci říkat: „Pane Bože! Jak jsem se jen mohl/a tak vzdálit od toho, co tolik chci?“ Na to říkáme, že k žádné dramatické události přece nedošlo. Byla to pouze řada drobností. Probíhá to asi takto: „Mohl/a bych si vybrat tuto myšlenku, z níž mám dobrý pocit. Nebo tuto myšlenku, z níž sice tak dobrý pocit nemám, ale vytvořil/a jsem si návyk na to, co ve mně vyvolává negativní pocity. Takže to, co mi brání v přijímání, je každodenní dávka nepřijímajícího rozpoložení.“

A v tom to všechno je! Nenechte se proto ničím vyděsit. Poté, co se určitým způsobem sladíte s energií, budete mít větší jasno v tom, co chcete. A co je nejdůležitější, i větší cit pro to, zda se nacházíte v přijímajícím rozpoložení, nebo jste zablokovaní.

Zdraví, které je umožňováno, nebo zdraví, které je odmítáno, spočívá jediné v nastavení mysli, v náladě, přístupu nebo zvolených myšlenkách. Výjimky neexistují, ať už jde o člověka, nebo o zvíře. Člověka či zvíře můžete stále znovu předělávat, a stejně si najdou další způsob, jak se vrátit k přirozenému rytmu své mysli. *Léčení těla znamená léčení mysli. Vše je psychosomatické. Beze zbytku a bez výjimek.*

Neexistuje nic, co by se nemohlo orientovat zpátky na Dobro. Vyžaduje to však odhodlání věnovat se v myšlenkách tomu, z čeho máte dobrý pocit. Dospěli jsme tedy k velmi smělému tvrzení: *„Jakákoli nemoc by mohla být vyléčena během několika dní, kdyby došlo k odpoutání se od ní a kdyby převládly odlišné vibrace. Doba léčení je pak dána tím, jak mnoho zmatku v tom všem nastalo. Jakýkoli neduh ve vašem fyzickém těle potřeboval mnohem delší čas na to, aby se mohl projevit, než jak dlouho trvá se jej zbavit.“*

Nemoc jako prodloužení negativní emoce

Fyzická bolest je pouze prodloužením emoce. Je to jedna a ta-
áž věc. Existují dvě emoce: dobrý a špatný pocit. To znamená, že
buď *jste napojeni* na svůj proud energie, anebo ho *neumožňujete*.
Nemoc nebo bolest je pouze prodloužením negativní emoce.
Necítíte-li již žádnou rezistenci, pak už o nic nejde.

*Je nutné mít nějaké konkrétní pozitivní myšlenky o svém těle,
aby bylo v takovém stavu, v jakém jej chcete mít? Ne. Je však nutné
nemít konkrétní negativní myšlenky. Pokud byste byli schopni už
nikdy na své tělo nemyslet a místo toho měli jen příjemné myš-
lenky, vaše tělo by se vrátilo do svého přirozeně zdravého stavu.*

Můžete žít pohodlně, radostně, pružně a zdravě tak dlouho,
dokud máte touhu, která skrze vás přivolává život. Lidé neumírají
proto, že jim vypršel čas. Umírají proto, že už neumožňují této
aréně, aby stimulovala jejich rozhodnutí. Lidé umírají, když už
nejsou rozhodnutí tu dál být, nebo se rozhodli být Nefyzičtí.

V těchto tělech byste mohli zůstat nekonečně dlouho

Říkáme tedy, že byste mohli dosáhnout toho, co považujete
za vrcholnou fyzickou kondici, a že byste si ji mohli udržet tak
dlouho, jak dlouho byste zůstávali fyzicky zaměřeni v tomto těle?
Odpověď zní: rozhodně ano. To však neznamená, že byste měli
dosáhnout svého vrcholu a téhož dne skočit ze skály. Znamená
to dosáhnout vrcholu a užívat si toho, jak je to báječné. Proč tedy
existuje i něco jiného než zkušenost, která by této možnosti odpo-
vídala? Protože téměř každý se dívá kolem sebe a vibruje v reakci
na to, co vidí. Jaké je tedy řešení? Méně se dívejte kolem. Víc si
představujte. A to tak dlouho, dokud vaše představivost nebude
tou nejdůvěrnější vibrací, jakou máte.

Mohli byste zůstat ve svých tělech donekonečna, kdybyste
umožnili, aby vaše prostředí i nadále produkovalo nová, pokraču-

jící, život přivolávající, ryzí a nerezistentní přání. Mohli byste být těmi, kdo se otevřeli víru a neustále vyhledávají nové věci, po nichž touží. Tato přání by skrze vás neustále přivolávala životní sílu. Jinak řečeno, žijete divoce, žijete radostně, žijete hlučně, žijete vášnivě... a v témž duchu se pak vědomě rozhodnete přejít jinam.

Smrt si každý volí sám

Do Nefyzického světa nepřecházíte proto, že by ten fyzický byl špatný, nýbrž proto, že máte pocit dovršení, a ohlížíte se po jiném výhodném místě. Smrt je odchod Vědomí. Je to jako přenesení pozornosti odsud někam jinam.

Každá smrt je způsobena kulminací vibrací bytosti. Výjimka neexistuje. Nikdo, ani zvíře ani člověk, nepřechází do Nefyzického světa, aniž by tomu odpovídaly jeho vnitřní vibrace. Každá smrt je vlastně sebevraždou, protože si ji každý volí sám.

Jste věčné bytosti, neustále promítané z Nefyzična. Někdy se promítáte do fyzické osobnosti. Dojde-li tato fyzická osobnost završení, zaměření se stáhne. Lze to popsat následovně: sedíte tady a někdy vstoupíte do filmu, někdy z něj zase vystoupíte. Jste to však pořád vy, ať už v daný moment ve filmu jste, nebo ne.

Zhruba řečeno, jste-li přesvědčeni, že něco je dobré, a uděláte to, prospěje vám to. Jste-li přesvědčeni, že něco je špatné, a uděláte to, bude to velice zhoubná zkušenost. Nemůžete udělat nic horšího, než se rozhodnout pro něco, o čem jste přesvědčeni, že je to nepatřičné. Proto si ujasněte každé rozhodnutí, a pak se z něj těšte, neboť většinu rozporů ve vibracích způsobuje právě váš vnitřní rozpor.

Rozhodněte se, co chcete, zaměřte na to svou pozornost a najděte „pocitové místo“ této věci. V tu chvíli tam budete. Není důvod, proč byste měli trpět nebo se čímkoli a k čemukoli namáhavě proboujovat.



Pohyb po emoční stupnici

Kdy použít tento proces:

- Když se cítíte špatně a nedaří se vám cítit se dobře.
- Když se vám nebo někomu blízkému stalo něco, co vás zrtilo (někdo zemřel, opustil/a vás partner/ka, zaběhl se vám pes atd.).
- Když se musíte vyrovnávat s krizí.
- Byla-li vám sdělena diagnóza obávané nemoci.
- Byla-li někomu, koho máte rádi, sdělena diagnóza obávané nemoci.
- Když vaše dítě nebo někdo vám velice blízký prožívá trauma nebo krizi.

Pásmo současného emočního nastavení

Proces *Pohybu po emoční stupnici* bude pro vás nejvhodnější, když se vaše *emoční nastavení* pohybuje někde mezi:

(17) hněvem

a

(22) strachem/smutkem/depresí/zoufalstvím/bezmocností.

(Jestliže si nejste jisti, jaké je vaše současné *emoční nastavení*, vraťte se k 22. kapitole a projděte si 22 kategorií na *emoční navigační stupnici*.)

Kontrast vašich životních zkušeností vám pomohl identifikovat vaše preference a přání. Ať už o nich mluvíte nahlas, nebo ne, Zdroj slyšel každou vaši preferenci i přání, bez ohledu na to, jak velké nebo malé se mohou zdát, a odpověděl na ně. Manažer zvaný *zákon přitažlivosti* vytvořil řadu okolností, událostí, dalších lidí a všeho možného tak, aby vám to napomohlo k vyplnění vašich přání. Jinak řečeno, požádali jste a je vám dávano, jenom to teď k sobě musíte nechat přijít.

Pamatujte: neexistuje žádný Nefyzický zdroj temnoty, nemoci, zmatku nebo zla. Existuje pouze proud Dobra, který k vám plyne neustále. A dokud nevysíláte žádný odpor, přijímáte Dobro naplno a vaše emoce vám pomáhají pochopit, do jaké míry tento proud umožňujete, nebo jste vůči němu rezistentní. Jinými slovy, čím lépe se cítíte, tím méně jste rezistentní; naopak, čím hůře se cítíte, tím rezistentnější jste.

Proces *Pohybu po emoční stupnici* vám pomůže – a to bez ohledu na to, kde se momentálně nacházíte, co vytváříte a jak se cítíte – snížit vaši rezistenci, a tudíž zlepšit váš stav *umožňování*. Každý pocit úlevy bude známkou uvolnění rezistence.

Chceme vám pomoci pochopit, že *záměrná tvorba* ve skutečnosti znamená *záměrně* dosáhnout určitého emočního stavu. Například:

- Když nemáte dost peněz, chcete jich mít víc. My však chceme, abyste pochopili, že vzdálenost, kterou musíte urazit, není vzdálenost mezi nedostatkem peněz a jejich dostatkem, nýbrž vzdálenost mezi pocitem nejistoty a pocitem jistoty. *Jakmile se v myšlenkách zaměřujete na to, co ve vás soustavně vyvolává větší pocit bezpečí, peníze prostě musejí přijít.*

- Když jste nemocní, chcete být zdraví, avšak vzdálenost, kterou překračujete, není vzdálenost od nemoci ke zdraví, nýbrž od strachu k důvěře. *Jakmile se věnujete myšlenkám, které ve vás vyvolávají větší pocit důvěry, zlepšení fyzického stavu musí nutně následovat.*
- Když nemáte žádného partnera a chcete nějakého najít, vzdálenost, již musíte ve skutečnosti urazit, je od pocitu osamocení k pocitu vzrušení nebo uspokojení. *Jakmile se věnujete myšlenkám, které ve vás vyvolávají pocit vzrušení nebo vzrušeného očekávání, dokonalý partner se nutně dostaví.*

Můžete například říci: „Chci nové auto.“ Ale vesmír slyší toto:
Nejsem spokojený/á se svým současným autem.

Stydím se za své současné auto.

Cítím se nespokojený/á, že nemám lepší auto.

Žárlím na svého souseda, který má mnohem lepší auto.

Cítím vztek, že si nemohu dovolit lepší auto.

Můžete například říci: „Chci být zdravý/á.“ Ale vesmír slyší toto:
Dělám si starosti ohledně svého těla.

Jsem se sebou nespokojený/á.

Bojím se o své zdraví.

Obávám se, že budu mít stejně špatnou zkušenost, jako měla má matka.

Mám vztek, že jsem se o sebe nestaral/a lépe.

Můžete například říci: „Chci si najít jinou práci.“ Ale vesmír slyší toto:

Mám vztek, protože můj zaměstnavatel mne nedoceňuje.

Cítím nudu.

Jsem nespokojený/á se svým současným platem.

Jsem frustrovaný/á z toho, že mi stále nerozumějí.

Je toho na mne moc, musím dělat příliš mnoho práce.

Všechno, co jste vy nebo někdo jiný kdy chtěli a nastalo to, existuje z jediného důvodu: předpokládali jste, že když toho dosáhnete, budete se cítit lépe. Jakmile vědomě identifikujete svůj momentální citový stav, snáze pochopíte, zda si vybíráte myšlenky, které vás přibližují vašemu cíli, anebo ty, které vás od něho oddalují. *Jestliže si jako svůj skutečný cíl stanovíte lepší pocit nebo emoci, potom všechno, co chcete, bude rychle následovat.*

Níže uvádíme základní seznam emocí (jenž se nachází rovněž ve 22. kapitole), začínající těmi, jež v sobě mají nejmenší rezistenci, a končící těmi, jež obsahují rezistenci největší. Emoce, které mají velmi podobnou vibraci, jsme uvedli na stejném řádku. Škála těchto emocí sahá od jednoho bodu krajnosti, v němž výrazně umožňujete působit své Zdrojové energii (zde se nacházejí pojmy jako *posílení* nebo *radost*), až po druhou krajnost, v níž najdete pojmy jako *deprese* nebo *bezmocnost*.

Výrazy označující tyto emoce nejsou úplně přesné, protože různé lidé vnímají jednotlivé emoce různě, ačkoli užívají k jejich popisu stejná slova. Vesmír však nereaguje na vaše slova, nýbrž na vaše vibrace, které jsou vždy doprovázeny vašimi emocemi.

Nalezení dokonale výstižného slova k popisu toho, jak se cítíte, tedy není pro tento proces podstatné. Důležité je prožívání emoce. Nalezení způsobů, jak tento pocit zlepšit, je však ještě důležitější. Jinak řečeno, v této hře jde právě o objevení myšlenek, které vám přinesou pocit úlevy.

Emoční stupnice vypadá asi takto:

1. Radost/poznání/posílení/svoboda/láska/ocenění
2. Vášnivé nadšení
3. Entusiasmus/dychtivost/pocit štěstí
4. Pozitivní očekávání/přesvědčení
5. Optimismus
6. Naděje

7. Spokojenost
8. Nuda
9. Pesimismus
10. Nespokojenost/podrážděnost/netrpělivost
11. „Zdrcenost“
12. Zklamání
13. Pochybnost
14. Obavy
15. Obviňování
16. Ustrašenost
17. Hněv
18. Pomstychtivost
19. Nenávist/zuřivost
20. Žárlivost
21. Nejistota/pocit viny/snížené sebehodnocení
22. Strach/smutek/deprese/zoufalství/bezmocnost

Tento velice účinný proces bychom uplatňovali takto:

Když si uvědomíte, že cítíte nějakou značně silnou negativní emoci, snažte se určit, jaká emoce to je. Vědomě myslíte na to, co vás obtěžuje, dokud nejste schopni stanovit, jaké pocity máte.

Vezmeme-li v úvahu dva krajní konce emoční stupnice, mohli byste si například položit otázku: *Cítím se silný/á, nebo bezmocný/á?* I když nebudete cítit ani jednu z uvedených emocí, budete schopni říci, jakou má váš současný emoční stav tendenci. Pokud tedy v tomto případě bude vaše odpověď znít *bezmocný/á*, zužte škálu, kterou berete v úvahu, a položte si otázku: *Je to spíše bezmocnost, nebo nespokojenost?* Je to více bezmocnost. A tak zužujte škálu ještě víc. *Je to víc pocit bezmocnosti, nebo obava?* Budete-li takto pokračovat (neexistuje správný nebo špatný přístup), budete moci nakonec přesně říci, co v souvislosti s danou situací cítíte.

Jakmile najdete své místo na emoční stupnici, bude vaším úkolem nalézt myšlenky, které vám poskytnou mírnou úlevu od toho,

co cítíte. Jak vám je, nejlépe poznáte, když své myšlenky budete vyslovovat nahlas nebo si je budete psát. Pokud se budete vyjadřovat s vědomým úmyslem navodit si úlevný pocit, začnete se zbavovat rezistence a budete schopni postupovat po stupnici směrem nahoru, na místo, kde se budete cítit mnohem lépe. Mějte na paměti, že zlepšený pocit znamená rozpuštění rezistence a rozpuštění rezistence znamená větší pocit *umožňování* toho, co doopravdy chcete.

Když tedy použijete emoční stupnici a začnete tam, kde jste, podívejte se na emoci, která právě odpovídá tomu, kde se podle svého přesvědčení nacházíte. Snažte se zformulovat několik slov, která vás dovedou do méně rezistentního emočního stavu.

Jedna žena se například ocitla ve stavu velké rezistence a bolesti kvůli smrti svého otce. Byl sice vážně nemocný a jeho smrt se dala očekávat, ale když pak skutečně nastala, upadla tato žena do hluboké *deprese*. Cítila se *bezmocná* a *zasažená zármutkem*, což bylo reakcí na to, že se zaměřila na smrt svého otce jako na nekontrolovatelnou.

Během dní předcházejících otcově smrti byla téměř stále s ním. Ve chvíli, kdy byla výjimečně někde jinde, upadl do bezvědomí a už se neprobudil. Když myslela na to, že tam nebyla a naposledy si s ním nepromluvila, zaplavil ji obrovský *pocit viny*. Ačkoli si neuvědomovala malé zlepšení svého pocitu, byl to pro ni velice důležitý vibrační posun. Její myšlenky se pak obrátily k velkému hněvu. Zaměřila se na ženu, která byla u jejího otce, když upadl do bezvědomí. Přímo na ni *zuřila*, že podala jejímu otci tak silnou dávku léků (aby se cítil lépe). *Obviňovala* ji za to, že ji zbavila možnosti si s otcem naposledy pohovořit.

V danou chvíli si to neuvědomovala, ale pocity viny, zuřivosti, hněvu a obviňování znamenaly pokaždé zmírnění její vibrační rezistence vyvolané zármutkem. Při obviňování se cítila lépe, vlastně o mnoho lépe. Alespoň mohla dýchat, a dokonce i spát.

Samozřejmě je vždy lepší, když můžete dosáhnout pozitivnějšího emočního stavu svým rozhodnutím. I když objevíte lepší pocity přirozeně a nevědomky – jako v zmíněném případě, *každé zlepšení vám skýtá přístup k něčemu ještě lepšímu.*

Jakmile se vám pomocí hněvu a obviňování uleví od dusivých pocitů bezmoci a zármutku, můžete se na vibrační stupnici posunout ještě rychleji. Ačkoli to může trvat víc dní, než se posunete alespoň o jednu vibrační úroveň, od (22) *zármutku* k (21) *pocitu viny*, k (18) *pomstychtivosti*, k (17) *hněvu* a k (15) *obviňování*, můžete se svým Zdrojem a s pocitem vlastní síly znovu navázat spojení rychleji, než to kdo postřehne.

Zde je příklad vědomých prohlášení, která mohla učinit zmíněná žena, aby se cítila líp:

Udělal jsem všechno, co jsem podle svého názoru udělat mohla, abych pomohla svému otci, ale nestačilo to.

(Smutek)

Tolik mi chybí. Nemohu unést, že už tu není.

(Smutek)

Jak jen utěším svou matku?

(Zoufalství)

Každé ráno, když se probudím, se má první myšlenka týká toho, že tatínek už tu není.

(Smutek)

Neměla jsem jít domů se osprchovat.

(Pocit viny)

Měla jsem tam zůstat, a mohla jsem se s ním rozloučit.

(Pocit viny)

Měla jsem si uvědomit, jak blízko je jeho odchod.

(Pocit viny)

Byla jsem tam ve dne v noci, pořád, a přesto jsem se s ním nestihla rozloučit.

(Zuřivost)

Ta žena, která tam byla s ním, velmi dobře věděla, co se děje.

(Zuřivost)

Jak by se jí líbilo, kdyby byla na mém místě a já bych jejímu otci způsobila koma?

(Pomstychtivost)

Viděla mnoho lidí umírat, a tak mě měla upozornit, že se to blíží.

(Hněv)

Myslím, že to věděla, a nechtěla, abych tam byla.

(Hněv)

Dala mu větší dávku léků, než potřeboval, jenom proto, aby si ulehčila práci.

(Obviňování)

Kéž bych se s ním byla mohla rozloučit!

(Zklamání)

Musím zařídit tolik věcí, ale nemám chuť dělat vůbec nic.

(Zdrcenost)

V životě jsem toho tolik zanedbala; potřebuji se sebrat a všechno si uspořádat.

(Zdrcenost)

Zdravotnický personál se chová necitlivě k rodinám nemocných a umírajících lidí.

(Nespokojenost)

Starají se víc o kyslíkové bomby než o to, jak se cítím.

(Podrážděnost)

Bude dobré, když budu trávit víc času se svou rodinou.

(Naděje)

Bude to dobrý pocit, až se vrátím ke svému pracovnímu rytmu v zaměstnání.

(Pozitivní očekávání)

Vím, že časem se budu cítit lépe.

(Pozitivní očekávání)

Nevím, zda se ještě někdy budu cítit stejně jako dřív, ale vím, že se časem budu cítit lépe.

(Pozitivní očekávání)

Je třeba udělat tolik věcí – chci toho hodně udělat.

(Pozitivní očekávání)

Těším se, až se budu moci upřímně usmívat a smát a až to tak budu opravdu cítit.

(Pozitivní očekávání)

Moc si vážím svého manžela. Pomáhá mi v tolika věcech.

(Ocenění)

Vážím si všech těch lidí, kteří se starali o mého otce a matku.

(Ocenění)

Vážím si svých sester. Všechny milujeme své rodiče a milujeme se i navzájem.

(Ocenění, Láska)

Když se to tak vezme, měli jsme a máme opravdu krásný život.

(Ocenění, Láska)

Smrt je součástí života.

(Poznání)

Vzhledem k tomu, že jsme skutečně věčné bytosti, neexistuje nic takového jako „smrt“.

(Poznání)

Tatínek neodešel, protože nic takového jako smrt neexistuje.

(Poznání)

Je někde, kde neexistuje smutek.

(Poznání)

Je na místě, kde je opravdu krásně.

(Radost)

Jsem moc ráda, že vím, že je někde, kde vládne maximální radost a porozumění.

(Radost)

Zbožňuji tuto úžasnou pozemskou zkušenost.

(Radost)

Jsem moc ráda, že vím, jak to všechno do sebe zapadá.

(Radost)

Jsem šťastná, že mým otcem byl tak úžasný člověk.

(Radost)

Všechno to bylo dobré.

(Radost)

Všechno to je dobré.

(Radost)

Mějte na paměti, že nemáte přístup k emocím, které jsou velmi vzdálené od vibrací, které momentálně vysíláte. I když strávíte celý den řečením o emoci, v níž jste ponořeni, druhý den se snažte stanovit odlišnou hodnotu, i když by to mělo znamenat jen malé zlepšení.

Jestliže je vaše negativní emoce pouze mírná, budete po emoční stupnici stoupat rychle. Jestliže se vás zmocnila teprve nedávno, budete po ní rovněž stoupat rychle. Jestliže zažíváte něco mimořádně závažného nebo je to něco, s čím žijete mnoho let, mohli byste strávit 22 dní stoupáním po této emoční stupnici, přičemž byste si každý den zvolili lepší emoci bezprostředně nad tou, již momentálně cítíte. 22 dní od *bezmocnosti* k *posílení* však není zas tak dlouhá doba, porovnáte-li se s lidmi, kteří se nacházeli ve stavu *zármutku*, *nejistoty* nebo *bezmocnosti* mnoho let.

Jestliže tedy chápete, že vaším cílem je dosažení lepšího pocitu, očekáváme, že vás tento proces osvobodí od znepokojujících negativních emocí, které jste zažívali celá léta. Zbavíte-li se nenásilně a postupně rezistence, kterou jste v sobě nevědomky nashromáždili, začnete zažívat zlepšení ve svých zkušenostech – ve všech dosud problematických oblastech svého života.

A ještě jedna věc na závěr...

Přístupujte k tomu všemu lehce. Máte tendenci brát život příliš vážně. Život vás má bavit, chápete?

Pozorujeme vás při utváření vašeho života a cítíme k vám pouze lásku a respekt za všechno, co jste. Jste tvůrci na *náběžné hraně*, kteří zprostředkují průchod úžasným kontrastům tohoto prostředí a docházejí k novým závěrům, které dále přivolávají životní sílu. Neexistují dostatečně výstižná slova, jež by vysvětlila cenu toho, co jste.

Velice si přejeme, abyste se vrátili do stavu sebeuznání a sebeúcty. Chceme, abyste cítili lásku ke svému životu, k lidem svého světa, a především k sobě.

Jste velice milováni.

A my jsme... pro tentokrát... skončili.

Slovníček

Bytost: Zdroj energie, který je zaměřený do určité perspektivy. Nefyzická bytost je Vědomí vnímající z Nefyzického úhlu pohledu. Fyzická bytost neboli lidská bytost je Nefyzická energie, jež vnímá prostřednictvím fyzické perspektivy.

Dobro: Univerzální přirozený stav dobrého pocitu.

Emoce: Fyzická, tělesná reakce na vibrační stav způsobená čímkoli, čemu věnujete pozornost.

Emoční navigace: Uvědomění si svého stavu přitažlivosti v důsledku toho, jak se cítíte, když věnujete pozornost různým věcem.

Emoční nastavení: Nejčastěji zažívaná emoce.

Energie (Nefyzická): Elektrický proud jako základ všeho, co existuje.

Esence: Situace, kdy máte souladné vibrační vlastnosti.

Chtění: Přirozená touha nebo přání zrozené z jakékoli srovnatelné zkušenosti.

- Já:** Jakýkoli bod uvědomění. Bod, z něhož plyne všechno vnímání.
- Kolektivní vědomí:** Všechny myšlenky, které kdy byly myšleny, existují. Všichni, kdo vnímají, mají přístup ke všemu, co je a co bylo vnímáno. Tento myšlenkový celek existuje jako kolektivní vědomí.
- Masové vědomí:** Spojené vědomí velkého celku vnímajících bytostí. Obvykle se vztahuje k fyzickému pozemskému uvědomování.
- Meditace:** Stav zklidnění mysli, a tudíž zastavení všech rezistentních myšlenek, které by bránily v umožňování vibračního souladu se Zdrojem.
- Náběžná hrana myšlení:** Stav uvolněného a cíleného zvažování nápadů s cílem nového objevu.
- Napojení:** Stav vibračního souladu s vaším Zdrojem.
- Navigační systém:** Srovnávací pocítování vlastního energetického stavu, když je člověk v souladu se svým Zdrojem nebo když s ním v souladu není.
- Nefyzické:** Věčné vědomí, které tvoří samotný základ všeho, co je fyzické, i všeho, co je Nefyzické.
- Proudění energie:** Plynutí elektrického proudu jako základ všeho, co existuje.
- Proud dobra:** Věčně expandující vibrační proud, z něhož plyne vše.
- Proud vědomí:** Věčně expandující vibrační proud, z něhož plyne vše.
- Receptivní rozpoložení:** Vibrační stav, bez rezistence, a tudíž v naprostém souladu se Zdrojem.
- Totální já:** Vy, v lidské podobě, ve stavu, kdy se cítíte dobře, a tudíž nevyzařujete žádnou rezistenci, která způsobuje oddělení od toho, kdo skutečně jste.
- Touha:** Přírozený výsledek života v kontrastním prostředí (což zahrnuje všechna prostředí).

Tvořivá životní síla: Elektrický proud jako základ všeho, co existuje.

Tvůrčí energie: Elektrický proud tvořící základ všeho, co existuje.

Tvůrčí proces: Elektrický proud tvořící základ všeho, co existuje, plynoucí k určitým předmětům nebo myšlenkám.

Umění umožňování: Proces záměrné volby předmětů pozornosti, s pozorností zaostřenou na to, jaký ve vás tento úhel pohledu vyvolává pocit. Záměrným vybíráním myšlenek, které ve vás vyvolávají dobrý pocit, dosahujete vibračního souladu se svým Zdrojem dobra.

Umožňování: Stav souladu s Dobrem, které plyne ze Zdroje. Zaměření pozornosti na věci, které ve vás vyvolávají vibraci, jež „umožňuje“ vaše napojení na přirozený zdroj Dobra. Tolerování se od umožňování velice liší. Tolerování znamená vidět to, co nechcete, cítit vibrační důkaz této perspektivy, ale vědomě nic nedělat. Umožňování je záměrné věnování pozornosti pouze tomu, co vyvolává vibraci v souladu se Zdrojem. Když jste ve stavu umožňování, vždy se cítíte dobře.

Vědomí: Uvědomění.

Vesmír: Svým způsobem měřitelná prostorová zkušenost.

Vibrace: Harmonická nebo neharmonická reakce čehokoli na cokoli.

Vibrační frekvence: Stav vibrace.

Vibrační harmonie: Soulad v úhlu pohledu.

Vibrační soulad: Soulad v úhlu pohledu.

Vnitřní bytost: Věčná část člověka, která vnímá všechno, co člověk kdy byl, a všechno, co momentálně je. Úhel pohledu, který je člověku vždy k dispozici, jestliže jej „umožní“.

Všechno, co je: Zdroj, z něhož všechno plyne, a všechno, co plyne z tohoto Zdroje.

Všechno je v pořádku: Základem *Všeho, co je*, je Dobro. Neexistuje jiný zdroj všeho než Dobro. Jestliže jste přesvědčeni, že zažíváte něco jiného než Dobro, je to jen proto, že jste si z nějakých důvodů zvolili perspektivu, která vás dočasně drží mimo dosah přirozeného Dobra, které neustále proudí.

Vy: Věčné vědomí, které vnímá ze širší, Nefyzické perspektivy vaši perspektivu fyzickou, a dokonce i buněčnou.

Zákon přitažlivosti: Základ vašeho světa, vašeho vesmíru a *Všeho, co je*. Věci se stejnou vibrací jsou k sobě vzájemně přitahovány.

Zákony: Trvale důsledné reakce.

Zákon záměrné tvorby: Cílené zaměření myšlenek s úmyslem cítit soulad s předmětem svého přání.

Záměrná tvorba: Zaměřování se na to, co máte v úmyslu, s vědomím svého vibračního stavu bytí a napojení na svůj Zdroj.

Zdrcenost: Stav, v němž se zároveň zaměřujete na to, co chcete, i na svou neschopnost toho dosáhnout.

Zdroj: Věčně expandující vibrační proud dobra, z něhož plyne všechno, co existuje.

Zdrojová energie: Věčně expandující vibrační proud dobra, z něhož plyne všechno, co existuje.

Životní síla: Konkrétně zaměřené věčné vědomí.

© autorech

Esther a Jerry Hicksovi byli nadšeni přehledností a praktičností slov, jež jim byla předána bytostmi, které samy sebe nazývají *Abraham*. Své fantastické zkušenosti s Abrahamem začali v roce 1986 sdělovat několika svým kolegům v zaměstnání.

Oni sami i lidé, kteří kladli smysluplné dotazy týkající se financí, tělesného stavu a vztahů, rozpoznali praktické výsledky, které se dostavily, a začali úspěšně uplatňovat Abrahamovy odpovědi na své situace. A tak se Jerry a Esther rozhodli, že umožní, aby bylo Abrahamovo učení k dispozici stále širšímu okruhu lidí hledajících odpovědi na otázku, jak lépe žít.

Jako svou základnu použili své konferenční centrum v San Antoniu, odkud od roku 1989 cestují přibližně do 50 měst ročně, aby tam prezentovali interaktivní workshopy *Umění umožňování* těm vůdčím osobnostem, které se sešly, aby se účastnily tohoto progresivního myšlenkového proudu. Přestože filosofii Dobra věnovali po celém světě pozornost myslitelé a učitelé *Náběžné hrany*, kteří včlenili Abrahamova pojetí do svých velice úspěšných

knih, skript, přednášek atd., nejvíce se tento materiál šířil od člověka k člověku, protože jednotlivci začínali objevovat hodnotu této formy duchovní praxe skrze své vlastní životní zkušenosti.

Abraham – skupina vyspělých Nefyzických učitelů – sděluje svou širší perspektivu prostřednictvím Esther Hicks. Jelikož na naší úrovni chápání promlouvají prostřednictvím řady laskavých, pozitivních, vynikajících, a přitom jednoduchých a srozumitelných pojednání vydaných tiskem i na zvukových nosičích, vedou nás k jasnému napojení na naši Vnitřní bytost a k povznášejícímu sebeposílení přicházejícího od našeho úplného Já.

Hicksovi již publikovali více než 600 knih, kazet, CD a videí autorského týmu Abraham-Hicks. Lze s nimi navázat kontakt prostřednictvím jejich interaktivních webových stránek:

www.abraham-hicks.com

