



INDIVIDUÁLNÍ NAVÝŠENÍ VIBRACÍ

Dělejte věci, které vás činí šťastnými!

Navýšení vibrací a expanze vědomí nejsou v zásadě nic složitého. Většina důležitých věcí v našem životě se děje, aniž bychom na ně cíleně mysleli nebo o ně usilovali. Například, stejně jako nemusíme vědomě ovládat své dýchání nebo svůj tlukot srdce, nemusíme se ani nikterak starat o nárůst svých vibrací či o tom neustále přemýšlet.

Na zvýšení osobních vibrací existuje jednoduchý recept: Buďte šťastní. Čím podivnější a potřeštěnější je vnější svět, čím více okolností na fyzické úrovni podléhá chaosu, tím důležitější je vytvořit si pro sebe časy a prostory, v nichž provádíme to, co nám dodává radost a činí nás šťastnými.

Pokud budete sledovat pouze zprávy v médiích, můžete propadnout strachu nebo pocitu, že se situace zhoršují, ba že se s tím nedá nic dělat. To však není pravda. Existuje něco, co lze dělat kdekoli a kdykoliv — můžeme zaměřit pozornost na to, abychom sobě i lidem okolo nás zprostředkovali chvíle radosti. Jakmile pocítíme radost, naše vibrace se přirozeně zvyšují.

Každý den bychom si měli vyhradit čas a dělat něco, co nás činí šťastnými — i kdyby to mělo být jenom na deset minut. Vůbec ne-

záleží na tom, co děláme. Byť je to jakkoliv nesmyslné; nic nemusíme vysvětlovat, ani své činy před nikým ospravedlňovat. Bez jakéhokoliv vysvětlování můžeme dělat něco, co nás baví, a v jakékoliv situaci jednoduše říci „ano“, nebo „ne“, aniž bychom jakékoliv své rozhodnutí museli nějak zdůvodňovat. Měli bychom si vzájemně důvěřovat v tom, že každý z nás má svůj dobrý důvod, proč něco dělá či nedělá.

Mnoho dospělých v naší kultuře dnes není opravdu šťastných. Několik z nich možná ano, většina však ne. Když cestuji vlakem, někdy se divím, jelikož skoro všichni vypadají tak smrtelně vážně, jako by zítra měl nastat konec světa. Sotva se někdo směje. Pravděpodobně byli přesto tito lidé jako děti šťastní. Je prokázáno, že děti se smějí mnohem, mnohem častěji nežli dospělí.

Tedy, i kdyby to mělo být jenom deset minut denně: Pravidelně se zabývejte tím, co vás činí šťastnými! Máte na to právo. Pokud vás to baví, můžete třeba hodinu pobíhat jen tak dokola v kruhu, bez jakéhokoliv smyslu. Hrajte si jako malé dítě, anebo jen tak radostí poskakujte. Provádějte cokoli, co vás baví. Nejde o to, aby to dokázala pochopit či ospravedlnit vaše mysl. Jde o to, aby to bylo něco, co vás právě teď obšťastní. Na tomto světě neexistuje zákon, který by vám zakazoval prožívat své vnitřní dítě, jež všichni stále nosíme v sobě.

Jsme-li šťastní, cítíme se ve svém životě dobře, a když nás něco baví, naše vibrace se přirozeně zvyšují. Důvěřujeme-li toku svého vlastního života, naše vibrace stoupají. Pokud přijímáme svůj život takový, jaký je, a nesnažíme-li se své vibrace pozvedávat uměle, naše frekvence vzrůstají. Jakmile získáváme nové znalosti a procházíme procesy učení, naše vibrace se navyšují. Jestliže ve svém myšlení, cítění a jednání rozpouštíme zastaralé vzorce, naše vibrace se zvyšují. Žijeme-li svým srdcem, svoji frekvenci navyšujeme. O zvyšování vlastních vibrací se tudíž nemusíme starat. Lidé mají vůbec tendenci dělat si příliš mnoho starostí. Mnozí z nás si myslí,

že něco může být pravdivé a dokáže fungovat pouze tehdy, pokud je to komplikované a obtížné, dlouho to trvá nebo je to drahé. Myslí si, že pokud je něco jednoduché a snadné, dá se to rychle udělat a nic to nestojí, pak na tom nebude něco v pořádku. Měli bychom si však zvyknout na to, že tento náš myšlenkový vzorec je zastaralý. V mnoha případech dnes již není platný; a v budoucnosti bude platit čím dále, tím méně. Teď totiž nežijeme plně ve staré energii, ale částečně i v energii nové. A v té je všechno mnohem lehčí.

Bud'te v srdci

Zvyšování vibrací není v zásadě nic složitého. Přesto může být užitečné, když zde zmíním několik skutečností. Níže uvádím pár konkrétních způsobů, jak lze zvýšit své vibrace. Na seminářích jsme prezentovali dlouhý seznam s více než třiceti položkami, který působil tak trochu jako úkoly, jež je třeba splnit. V určitém okamžiku jsem si však uvědomila, že se to dá takto i snadno přehnat a že tolik různých tipů není potřeba. V zásadě jsou všechny zde zmíněné body logické a rozumějí se samy sebou. Podívejme se na některé z nich blíže.

Například se tu píše: Bud'te v srdci. To je vlastně samo o sobě dost. Vůbec to není složité. Pokud jsme ve svém srdci, máme se fajn a jsme šťastní, naše vibrace samočinně stoupají. Navyšují se i tehdy, když se obklopujeme oblíbenými věcmi a lidmi, kteří nám dělají dobře. To je hlavní bod.

Následujte cestu své duše

Velmi dobrým způsobem, jak zvýšit vlastní vibrace, je následovat cestu své duše. Jakmile se vydáte cestou vaší duše a přijmete i naplníte procesy učení, jež vás potkávají, nic se nemůže pokazit.

Vaše duše pro vás vytvořila v současné inkarnaci určitý jízdny plán. Ví, kdy nastane pro tu kterou zkušenost ten správný čas. Tento plán zná i vaše duchovní vedení; a můžete se spolehnout, že se postará o to, abyste kráčeli cestou své duše. Váš duchovní tým je jako navigace, s jejíž pomocí se nakonec vždy dostanete do cíle — bez ohledu na to, zda zvolíte přímou trasu, nebo pojedete objížďkou. Pokud jste na své životní cestě zabloudili, vaše duchovní vedení zahlásí: „Obrat' se, prosím!“ A možná v určitém okamžiku poznamená: „Trasa se přepočítává.“

Na své životní cestě někdy narazíme na situace, jež jsou na první pohled nepřijemné. Znáte to, že? Někdy proděláváme zkušenosti, které momentálně nejsou líbivé, avšak později si v určitém okamžiku uvědomíme, že i navzdory tomu pro nás byly dobré. Buď si to uvědomíme uprostřed dané situace, anebo to vyjde najevo později. Nakonec má všechno, co se v našem životě děje právě teď, co se stalo dříve i co nastane v budoucnosti, svůj velmi dobrý důvod. Buď to uznáme již tehdy, když se to děje, nebo na to přijdeme později. Bez ohledu na to, kolik času to může trvat — v určitém okamžiku si uvědomíme, že všechno bylo ve skutečnosti dobré a správně přesně tak, jak se to stalo. Na každé životní situaci je vždy něco pozitivního. Jinak to ani není možné. Vše, co se vám kdy stalo, vesmír znal ještě předtím, než to vstoupilo do vašeho života. A vesmír to do vašeho života pustil. Tudíž to bude v pořádku.

Vesmír staví na zkušenostech. Každá naše minulá inkarnace byla strukturována přesně tak, abychom mohli prožívat a rozvíjet vše, co jsme potřebovali, abychom se dostali právě tam, kde jsme dnes. Celá naše minulost nás připravovala na přítomnost a přítomnost nás zase připravuje na budoucnost. Když jako duše plánujete svůj další život, přejete si například dostat se v určitém okamžiku do bodu X, abyste tam mohli zažít něco konkrétního nebo prodělat jistou zkušenost. Zároveň poznáváte, že by to nedopadlo dobře, kdybyste se okamžitě dostali do bodu X a měli tuto situaci zažít ve vašem současném stavu vědomí. Vyberete si tedy pro svůj příští život vše,

co budete mezitím potřebovat, až dosáhnete bodu X, kdy budete moci prodělat požadovaný zážitek. Pokud později dorazíte do bodu X, určitě všechno dobře dopadne, jelikož jste to přesně tak naplánovali.

To znamená, že kdykoliv se na své životní cestě potkáte s problémy či narazíte na překážku, můžete se spolehnout na to, že pomoc (náležité zkušenosti nebo potřebné informace, na nichž můžete stavět) buď odněkud přijde, anebo jste odpovídající zkušenosti získali již někdy v minulosti. Pokud vaše duše chce zažít něco konkrétního a vy jste si tuto zkušenost naplánovali na své duševní cestě, pak to určitě přijde a nic na světě tomu nezabrání. Může se však stát, že vyšší význam některých událostí a zážitků rozpoznáme s odstupem až později. Dříve či později ho však vždy najdeme. Z globálního úhlu pohledu to znamená, že pokud budou na světě lidé, kteří touží po tom, aby se podmínky na této Zemi změnily k lepšímu, tak se to stane. Otevřené jsou pouze otázky, kdy, jak rychle se to stane a co všechno se odehraje mezi dneškem a okamžikem změny. To zůstává otevřené, avšak jedna věc je jistá: Změna nastane.

Vykonávejte práci, kterou chce vaše duše

V souvislosti s cestou duše je důležitá rovněž otázka povolání. Nejenže si díky němu vyděláváte na živobytí, ale zaměstnává vás pět dní v týdnu. Proto je důležité, abyste si vybrali povolání, které odpovídá tomu, co chce vaše duše a co si naplánovala pro tuto inkarnaci. Může si to vyžadovat ve vašem vnějším životě novou orientaci, stojí to však za to. Nejdůležitější je vždy, abyste zůstali sami sebou a žili svoji duši.

Všichni jsme sem přišli, abychom na Zemi zanechali svoji individuální stopu. Nepřišli jsme, abychom zde jen chodili sem a tam jako nějakí dálkově ovládaní roboti.

Ani při této otázce na sebe netlačte, dopřejte si čas potřebný pro případnou změnu ve vašem profesním životě. Je dobré, že jste se o tom dozvěděli. A nyní se můžete rozhodnout, že se začnete krok za krokem vyvíjet novým směrem.

Rovnováha srdce a rozumu

Další způsob, jak zvýšit svoji vibraci, je odpouštět, milovat, být vděční a přijímat. Být laskaví k ostatním lidem a jiným živým bytostem, mít s nimi soucit, přijmout je takové, jací jsou, a odpouštět jim jejich nedostatky — to všechno okamžitě navyšuje vibrace.

Vše to jsou vlastnosti našeho srdce, nikoliv hlavy. Rozvíjejí se, jsme-li v srdci a nasloucháme-li mu. To ovšem neznamená, že bychom měli vyhodit svůj rozum z okna, neboť potřebujeme obojí: srdce i rozum. Jde o nalezení harmonické rovnováhy mezi oběma těmito energiemi. V každodenním životě je mnoho jevů, které musíme analyzovat nebo plánovat rozumem, a proto buďme rádi, že ho máme. Ale neměli bychom mu dovolit dělat všechno, co si zamane; spíše má být podřízen srdci. Rozum má tendenci nad vším hloubat a všechno zvažovat: „Dá se to vůbec?“, „Co kdyby ...“, „Ale ...“, „Mohlo by...“. Takové úvahy rozumu jsou někdy užitečné a důležité, mnohokrát nám však i stojí v cestě a brání naší spontánnosti. V závislosti na situaci bychom tedy měli svému rozumu někdy naslouchat, a jindy ne.

Bud'te optimisté

Dalším způsobem, jak zvýšit své vibrace je optimismus. Díváme-li se na události v životě pozitivně a optimisticky, pomáhá nám to navýšit vibrace. Je také dobré, když určité situace nevnímáme hned jako problém. Jestliže nějakou situaci v životě považujeme

za problém, je to hlavně tím, že máme pocit, že nás tato okolnost přemohla nebo že nemáme žádný plán, jak ji řešit a jak postupovat.

Ve skutečnosti žádné problémy neexistují; všechno to jsou jen situace. Zdali na ně pohlížíme jako na problém, je vždy otázka naší perspektivy a našeho vědomí. Jako problém vnímáme určitý stav pouze tehdy, je-li frekvence našeho vědomí na stejné úrovni či pod frekvencí onoho stavu. Avšak v okamžiku, kdy se nám podaří své vibrace zvýšit a pozvednout je nad vibraci dané okolnosti, situace sice zůstane ta sama, ale my na ni již pohlížíme z jiného úhlu. Přestaneme ji vidět jako problém, začneme ji vnímat jako příležitost.

Představte si například dům: Jste ve třetím patře a začne tam hořet. Dokud budeme v onom patře jen pobíhat a snažit se oheň uhasit, řešení nenajdeme. Pokud však vystoupáme do čtvrtého patra, možná tam objevíme hasicí přístroj. Tím jsme pro třetí patro našli řešení problému.

Být optimistou a myslet i jednat způsobem orientovaným na řešení nám pomáhá udržet si vibrace, jež jsou na vyšší úrovni než jakákoliv náročná situace. Možná, že okolnosti zůstanou stejné, ale my je vnímáme z jiné perspektivy a jednáme na jiném základě. Buď ihned rozpoznáme vhodné řešení, nebo máme aspoň jistotu, že se brzy objeví. Máme-li pocit, že daný problém nemá žádné řešení, nijak si nepolepšíme; a nezlepší se tím ani situace, ani nám samotným se nebude dařit lépe. Pokud jsme však přesvědčeni, že existuje pozitivní řešení, které je již tady, či se teprve objeví, je pro nás jednodušší zachovat se v situaci konstruktivně a činit správná rozhodnutí. Ač se daná situace nezmění, optimistovi se v ní bude dařit určitě lépe nežli pesimistovi. A to je dostatečný důvod pro optimismus.

Dalším dobrým důvodem, proč být optimistou, je, že optimista vidí smysl jak ve svém vlastním životě, tak i v životě obecně. A jakmile vidíme za událostmi smysl, také věříme, že lze svět zlepšit, a máme touhu něco měnit.

Svět se změní k lepšímu jenom tehdy, když my lidé nosíme v sobě naději a důvěru.

V novinách, v televizi, ba i na internetu se nám předkládá hlavně to špatné, což nás snadno může dovést k tomu, aby se z nás stali pesimisté. Avšak my optimisté víme, že podle kosmických zákonů všude, kde se nachází něco temného, musí být i něco světlého. Tato volba je tedy pouze na nás, abychom vědomě vyhledávali světlé události a umožnili jim vstoupit do našich životů.

Harmonizace Země a nebe

Vibrace si můžeme zvýšit i harmonizováním Země a nebe.

Osobní vibrace, jež vysíláme, sestávají z různých částí. Současně – ať si to uvědomujeme, nebo ne – ovlivňují naše vibrace i různé vnější faktory. Kromě toho každé místo, každý region, každá země, ba dokonce každá budova a místnost mají své vlastní vibrace, svoji vlastní energii. Místa, kde se zdržujeme, také ovlivňují naši osobní vibraci. Proto má smysl věnovat pozornost tomu, jaké vibrace jsou kolem nás, mají totiž dopad na naše vědomí. Koneckonců jsme samozřejmě vždy za své vibrace zodpovědní my sami, nikoliv naše okolí. Okolní prostředí nám poskytuje určité spouštěče, ale to, co se v nás tím spouští, je individuální a závisí na našich vzorcích či otiscích (na psychologických nebo vývojových stopách; pozn. redakce).

Pokud jde o nebe, možná jste si všimli, že v některých dnech to vypadá, jako by na obloze byla jakási mřížka z bílých pruhů. Jedná se o tzv. chemtrails. Jejich existenci nepovažuji za žádný výmysl. Vnímám je jako něco skutečného, co není dobré pro nás lidi ani pro Zemi. Již je to nějaký čas, co jsem takové mřížkovité útvary na obloze pozorovala od nás z domu a přemýšlela jsem o tom, jak by je bylo možné odstranit, aby se obloha pročistila a harmonizovala.

Na internetu jsem objevila spoustu tipů, všechny však byly příliš komplikované či příliš zdlouhavé, v některých případech i dost drahé, jelikož k tomu bylo nutné koupit nějaké věci. Pomyslela jsem si: Čisté a jasné nebe, jež je přirozené a neznečištěné, je přece přirozenou součástí rodového práva člověka. A všechno, co patří k rodovým a elementárním právům člověka by mělo být dostupné bezplatně a bez velkého úsilí. Pátrala jsem tedy dále, až jsem objevila tip na podomácku udělaný vír z devíti elementů, který nic nestojí a slibuje, že skutečně vyčistí oblohu.

Zašla jsem tedy do lesa, posbírala pár větví a postavila takový vír v naší zahradě. Rozhodla jsem se pro sedmiramenný vír, čili konstrukci složenou ze sedmi větví. Jakmile jsem položila na zem poslední větev, k mé obrovské radosti se obloha okamžitě vyjasnila, úplně se pročistila a neutralizovala. Kruh vybudoval energetické pole, jež rozpustilo bílé pruhy; obloha se vrátila ke své normální, temně modré barvě. Jakmile jsem viděla, že to funguje, pomyslela jsem si: „Dobře, problém je vyřešen,“ a věnovala jsem se jiným záležitostem.

Účinek trval přesně tři dny. Během této doby se bílé pruhy stále rozpouštěly a obloha zůstávala temně modrá. Po třech dnech to najednou přestalo fungovat a obloha znovu vybledla jako předtím. Nejprve jsem si to nedokázala vysvětlit, pak mi to došlo: Ten kruh vůbec nefunguje! Důvodem, proč se zdálo, že funguje, nebylo dřevo, tvar, velikost ani žádný jiný jeho aspekt. Důvodem byly pouze mé myšlenky, příčinou jen má víra. Když jsem kruh stavěla, představovala jsem si, jak harmonizuje nebe, a tím, že jsem tomu věřila, to fungovalo. Energetické pole, jež kruh vybudoval, a jeho schopnost rozpouštět bílé pruhy na obloze, existovaly pouze díky tomu, že jsem kruh budovala přesně s tímto záměrem.

Představme si, že máme před sebou sklenici vody. Můžeme pozorovat, že se voda mění v závislosti na tom, co jí řekneme. Totéž platí pro rostliny; také ony reagují na naše myšlenky a slova.

A stejné je to s nebem. Jakmile obrátíme na něco pozornost, vysíláme k tomu svoji energii. A k čemu vyšleme energii, to automaticky ovlivňujeme.

Účinek mého kruhu ztratil po třech dnech svoji sílu, neboť jsem od něj odvrátila svoji pozornost a předpokládala jsem, že dále bude fungovat automaticky. Je to jako nalít do auta určité množství paliva: Vozidlo bude jezdit tak dlouho, dokud budou pohonné hmoty v nádrži, pak se zastaví. Kruh „fungoval“ stejným způsobem — jenom pokud působila zbytková energie mé pozornosti, energie mých myšlenek. Samotný kruh neměl žádnou zvláštní sílu, působil jako jakýsi „zesilovač myšlenek“. Fungoval by stejně dobře, kdybych ho postavila maličký, v jiném tvaru, nebo kdybych ho nepostavila vůbec.

Můj postřeh z této zkušenosti je, že často se děláme menšími, nežli jsme. Myslíme si, že jsme tak malí a obloha je tak velká, ba natolik od nás daleko. Myslíme si, že nic neovlivníme. Přitom zapomínáme, jak silné jsou naše myšlenky a přesvědčení. Konstrukce prostě fungovala, jelikož jsem to chtěla. Ve srovnání s rozlehlým nebem máme možná malá fyzická těla, leč v našem vědomí je ukryta obrovská energie, jež je tak veliká, že si ji stěží dovedeme představit. Můj kruh mi ukázal, že – my lidé – máme v sobě mnohem více moci, nežli si sami připouštíme. Kdybych měla na začátku pochybnosti a myslela si: „No jo, nejspíš to stejně nebude fungovat...“, pak je vysoká pravděpodobnost, že by to opravdu nefungovalo. Poněvadž jsem tomu věřila a zaměřila na to svoji pozornost, fungovalo to. Jakmile jsme o něčem skálopevně přesvědčeni, všechny naše vědomé a nevědomé bloky se v souvislosti s touto záležitostí rozpustí. Potom je možná spousta věcí. Proto se říká, že víra hory přenáší.

