

MILOVAT SÁM SEBE

znamená

být



MILOVÁN

Věra Balková

Ukázka z knihy

Milovat sám sebe
znamená
být milován

www.psychologiechaosu.cz

Umění najít sám sebe

Štěstí také spočívá v umění být sám sebou. V podstatě v tom spočívá to největší štěstí, jakého můžeme dosáhnout. Být sám sebou znamená nemít žádný strach z toho, co si o nás kdo myslí, nemít strach z odsouzení za to, že děláme něco jinak než někdo druhý nebo většina. Být sám sebou znamená, nestavět kolem sebe ochranné zdi, ani sami před sebou a před svými strachy. Najít sám sebe znamená, vědět, čím chceme ve skutečnosti být, s kým chceme být, a proč. Osvobodit se od pout, s kterými jsme svázáni jenom proto, že nemáme odvahu k větším životním změnám. Naučit se nemít strach z vlastního selhání, a projevovat své emoce pravdivě a naplno. Naučit se být rád sám se sebou, naučit se přijímat nutné, občasné chvíle osamělosti, umět spočinout po nějaký čas v nezbytně nutné duchovní samotě. To vše je součástí cesty vedoucí k sebepoznání.

Pokud se vám podaří, napojit se na vlastní duši, záhy zjistíte, že ona sama se nikdy necítí být méněcenná, je si vždy a za každých okolností vědoma své vlastní hodnoty. Nikdy se necítí být osamělá, protože ví, že je propojena se vším jsoucím. Nikdy není bezmocná, protože ví, že je součástí mocné vesmírné energie tvoření. Nikdy nemá strach, protože je Láskou v čisté podobě. Strach je protipól lásky. Duše nemá strach

z fyzického světa, protože si je vědoma, že je součástí velké kosmické hry. Duše nikdy nemá strach ze smrti, protože ví, že ona sama je nesmrtelná. Duše ví, že je svobodná. Duše je dokonce propojená s ostatními lidmi kolem nás, proto jsou naše vztahy založené na zrcadlení. Často, aniž bychom to tušili, podvědomě hledáme v druhých lidech sebe, svůj vlastní obraz. Pokud bychom si to dostatečně uvědomovali, na úrovni duše, hledali bychom v ostatních bytostech jen to, co nás spojuje. Méně bychom se zaměřovali na to, co nás rozděluje. Duše ostatních lidí, pokud se zaměříme jen na to dobré v nich, jsou pro nás motivací k vyššímu pochopení sebe sama.

Být sám sebou spočívá také v umění napojit se na vlastní srdce, dělat věci srdcem, myslet a mluvit srdcem, při rozhodování následovat své srdce. Přenést velkorysost a moudrost svého srdce do úrovně hlavy. Poeticky řečeno: následovat hlas svého srdce, a dívat se na svět více srdcem než hlavou. A nenechat se nikým a ničím odradit. Nenechat se ovlivnit vůlí druhých lidí, a stát si za svým přesvědčením. K tomu ale samozřejmě patří dobrá intuice, víra ve vlastní úsudek a smysl pro zodpovědnost. Dokážeme-li se napojit na rezonance vlastního srdce, dokážeme se napojit také na vibrace,

na jemnohmotné esence, které vycházejí ze srdcí lidí kolem nás.

Najít sami sebe nikdy nedokážeme, pokud budeme lpět na tom, co od nás vyžaduje naše okolí, počínaje například podléháním všeobecně uznávaným ideálům krásy, módním diktátům, zastaralým dogmatům, uctíváním neexistujících ikon z nejrůznějších televizních seriálů nebo nespočetných sportovních klání. Tím pouze projevujeme, že nemáme dostatek sebeúcty. Budete-li například dobrovolně žít s člověkem, který vám vyčítá každý gram tuku na vašem těle, nebo si necháte diktovat, co máte jíst, a co ne, co máte dělat, a co ne, nikdy nemůžete být sami sebou. Pokud se nám podaří toto dopustit, znamená to, že si sami sebe nevážíme, nevíme, že sebeúcta znamená zbavit se všech strachů, které v sobě nosíme. S tím ale souvisí i to, že čím složitější vztah máme, čím více jsme nedůvěřiví, podezřívaví, nebo čím více nějakého člověka nesnášíme, tím je pro nás jakýkoliv negativní vztah příležitostí k pochopení sebe sama. Je příležitostí k pochopení životních principů, a archetypálních vzorců, jejichž jsme na kvantové úrovni všichni nedílnou součástí.

Být sám sebou je také zodpovědnost za sebe sama

Všechny naše představy a přesvědčení jsou metafyzické. Představy jsou energetickými paprsky, jsou tvořivými emanacemi. Naše přesvědčení určuje, co naše oči nakonec uvidí! Nevědomost, že každé energetické pole stvořené myšlenkami, přesvědčením a očekáváním dává následně vzniknout realitě, vede naše kroky vždy do neznáma. Stát se zodpovědným za vlastní život není ani tak v zodpovědnosti samé, jako spíše ve vědomém soustředění se a v odvaze zodpovědným se stát. Jeden pozemský život je velmi krátký metafyzický zážitek. Je projekcí pozemského metafyzického systému, který sám je projekcí systému multiuniverza.

Umění najít sám sebe spočívá v umění milovat sám sebe, spojit se s posvátnou pravdou o podstatě lidské, duševní energie. Jestli sami sebe milujeme, poznáme podle toho, jestli se sami se sebou nudíme nebo ne. Sebeláska spočívá v tom, přijmout občasné chvíle samoty s radostí, a být sám se sebou rád. Pokud jsme někde o samotě, ať už je to kdekoliv, nejsme přece nikdy tak docela sami, vždycky máme po ruce svou vlastní duši. O samotě je nerado, a neumí si se samotou poradit pouze naše ego. Samota je příležitostí k tomu, aby se naše ego přiblížilo k naší duši, a naopak duše k egu. Samota je příležitostí, aby naše ego dostalo šanci přestat se bát té druhé bytosti v nás: laskavé duše. Vznikne-li láska mezi naším egem

a vlastní duší, vznikne silný energetický potenciál, magnetismus, který k nám bude přitahovat lásku na všech úrovních. Potom se pocit osamělosti vytratí vždy, když budeme mít posvátnou příležitost být na okamžik o samotě: sami se sebou.

Projevená radost ze života k nám přitahuje spoustu přátel, hlavně v případě, že si uvědomujeme, že přátelství je dar. Pokud se nám ale přátel nedostává, a marně toužíme po upřímném kamarádském vztahu, rada je jediná: vysílejte ze sebe magnetismus radosti. Chcete-li mít přátele, a tím svůj život obohatit v mnoha různých směrech, sami buďte vždy přátelští, tím dáváte požehnání sami sobě i všem mezilidským vztahům. Nesmíme se ostýchat nabídnout přátelství lidem, kteří jsou nám sympatičtí a na energetické úrovni nám takříkajíc sedí.

Pokud se vám podaří najít sami sebe, a tím uskutečnit například změnu svých povahových vlastností, projevovat větší radost ze života, je třeba počítat s tím, že někteří lidé z vašeho nejbližšího okolí budou mít problém vaší proměnu přijmout. Pro někoho může být tato změna nepochopitelná. Například se nesmíří s tím, že již nad vámi nemají moc, s tím, že již nesdílíte jejich názory, nemohou vám zasahovat do života. Nesnesou pocit, že jste se osvobodili od jejich přímého vlivu. Buď to pro ně bude znamenat výzvu,

aby se ve svém duchovním vývoji také posunuli o kousek výš, anebo se vzájemně odcizíte. Není třeba se tím trápit, ani nikomu nic vnucovat. Zůstaňte věrní svým zásadám, nikoho nenuťte přizpůsobit se vaší proměně, s pozitivním přístupem se vztah vyřeší tak, jak má, každý si svou životní cestu vybírá sám. Každý má právo na vlastní sebevyjádření, ať už je jakékoliv. Podstata vnitřní duchovní cesty je pro každého z nás jiná, a je třeba jít dál, i za cenu rozloučení. Myslet si, že se nám podaří někoho změnit, pokud sám upřímně nechce, je sázka do loterie, která většinou nevyhrává.

Magnetismus radosti a slabé světlo naší duše rozsvítíme, když přiměřeně ztlumíme světlo našeho ega. Nemusíme světlo ega zcela vypnout! Stačí ubrat mu na intenzitě. A hlavně neoslňovat kolemjdoucí a samozřejmě ani sami sebe.