

PIERRE FRANCKH

Zákon rezonance



PIERRE FRANCKH

ZÁKON REZONANCE



Nakladatelství ANAG

Důležité upozornění:

Rady uveřejněné v této knížce byly autorem a nakladatelstvím pečlivě zpracovány a prověřeny, nemůže však za ně být převzata jakákoliv záruka.

Rovněž je vyloučena zodpovědnost autora, popř. nakladatelství a jeho zástupců za případné věcné škody či škody na zdraví a na majetku.

Všechna práva vyhrazena. Žádnou část knihy není dovoleno užít nebo jakýmkoliv způsobem reprodukovat bez písemného souhlasu držitele práv, s výjimkou krátkých citací nebo odkazů, které tvoří součást kritického zhodnocení.

- © Obálka hilden_design, Mnichov
- © Pierre Franckh, 2008
- © Originál German Language Publication
2008 by Koha Verlag GmbH, Burgrain, Germany
- © Překlad Mgr. Iva Wallnerová
- © Nakladatelství ANAG, 2010
ISBN 978-80-7263-621-1

OBSAH

Kým byste rádi byli?	6
--------------------------------	---

Část I.

OBJEVY, KTERÉ ZMĚNILY SVĚT. 9

Každá doba má svůj vlastní pokrok	10
Co je vlastně rezonance?	11
Jakým způsobem vysíláme svá přání?	13
Jak mohou naše přesvědčení změnit vnější svět?	21
Můžeme silou myšlenek ovlivnit své cíle?	28
Můžeme silou myšlenek ovlivnit DNA, která je vzdálená?	36
Jak naše přání najdou svůj cíl?	41
Jak nás splnění přání nalezne?	44
Jak působí afirmace?	49
Můžeme silou myšlenek vytvořit novou budoucnost?	53
Je možné silou myšlenek změnit hmotu?	63
Se vším propojení	67

Část II.

ÚČINNÉ ZPŮSOBY, JAK DOSÁHNOUT

REZONANCE S NAŠIMI PŘÁNÍMI. 75

V jakém rezonančním poli se nacházíte?	76
Když vám rezonanční pole brání v dalším rozvoji	80
Dar zrcadlových neuronů	89
Obklopte se polem rezonance.	97
Jak naše rezonanční pole reaguje na zprávy v televizi a v novinách?	102

Mozek je tvárný.	108
Síla afirmací.	113
Vytvořte si obraz svých přání.	118
Jak urychlit vytvoření rezonančního pole.	123
Využití léčivé síly zvuku.	128
Věnujte si pozornost a uznání.	132
Můžeme léčit silou myšlenek?	139
Síla přitažlivosti mezi dvěma duchovními partnery.	146
Jak vytvoříme rezonanční pole pro ideálního partnera? . . .	149
V rezonanci se sebou samým a svými skutečnými pocity ...	160
Jak využít sílu předsudků.	164
Můžeme pozitivním myšlením ovlivnit svět?	170
Jak můžeme změnit svá stará přesvědčení?	176
S každým odpuštěním přichází nový začátek.	183
Jak změnit minulost.	188
Nepřetěžujte se.	195
Poděkování.	199
Zde si napište vaše přání.	200

*Výjimečná síla
spočívající v zákonu rezonance
je nejspíš jedním z největších objevů pro náš život.*

*Pokud se naše přání dosud neplnila,
pokud naše touhy zůstaly nenaplněny,
pokud nám do života vstupovaly věci,
které jsme vůbec nechtěli,
byli jsme nešťastní,
a museli jsme skrývat porážky,
můžeme najít klíč v zákonu rezonance.*

*Pokud začneme chápat zákon rezonance
a porozumíme tomu, jak ho využít,
můžeme v našem životě uskutečnit cokoliv.*

KÝM BYSTE RÁDI BYLI?

*V životě neexistují žádná řešení.
Jen síly, které jsou v pohybu.
Musíme je vytvořit
a řešení budou následovat.*

ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY

Kdybyste mohli být tím, kým byste opravdu chtěli, kdo by to byl? Kdyby neexistovala žádná omezení, žádné překážky a kdyby nebyl nikdo, kdo by vám říkal, že vaše přání jsou přehnaná a zveličená, směšná a troufalá? Kdybyste tedy mohli být tím, kým byste opravdu chtěli, a všechny cesty a dveře byste měli otevřené, kdo by to byl?

Tato otázka mě zajímala již v mládí. Také pro mé přátele byla hodně důležitá otázka, kým by rádi byli. Žádný div. Byli jsme přece ve věku, kdy si volíme směr svého života.

Když jsem ale pokládal stejnou otázku dospělým, setkal jsem se často s nepochopením. Očividně existuje věk, kdy se člověk otázkou, kým by chtěl být, přestává zabývat.

U mě však tato otázka nikdy neztratila na důležitosti. Ještě dnes si ji kladu, a dokonce častěji než dříve. Neboť odpověď určuje můj život, formuje mé touhy, má rozhodnutí, mé úsudky a přesvědčení, můj rozvoj. Také mé okolí se podle toho mění - koneckonců, ovlivňuje celý můj život.

A přesto: Položím-li nyní tuto otázku *dospělým*, sklídím občas jen neporozumění. Mnozí považují už jen samotnou *myšlenku*, že by se nad tím zamysleli, za pošetilou. Většina lidí se tím vůbec nezabývá. Proč také? Pokud je člověk přesvědčen, že stejně nemůže nic změnit, je zbytečné o tom přemýšlet.

Je ovšem fatální, že právě *v důsledku* těchto svých přesvědčení není člověk schopen změnit svůj život, neboť tyto myšlenkové vzorce píšou scénář našeho života.

Díky novým objevům kvantové fyziky, kvantové biologie, moderní matematiky a epigenetiky" se stále důrazněji dostává do popředí názor, že je to síla našich vlastních přesvědčení, která nám umožní stát se tím, kým věříme, že se staneme: od zdraví po nemoc, přes odolnost imunitního systému, hospodaření s hormony, vlastní léčivé síly až po schopnost být šťastnými.

Opravdové hranice existují jen v naší hlavě. Jinak se před námi rozprostírá říše neomezených možností. A je úžasné, že s tímto tvrzením už nejsme odkázáni jen sami na svou víru a domněnky, protože teď je to doloženo i potvrzeno ze strany vědy, která naše mínění posílí a podpoří.

Výzkumy dokonce ukazují, že svými přesvědčeními ovlivňujeme nejen svůj *vlastní* život, nýbrž také celé naše okolí. Prostřednictvím síly našich myšlenek a pocitů můžeme ve svém životě provést všechny změny, které si přejeme.

S novým přístupem můžeme dokonce změnit i naši DNA, povzbudit vlastní léčebné schopnosti, vdechnout našemu životu štěstí a radost a dosáhnout všeho, co se nám zdá možné.

" Epigenetika se zabývá mechanismy, jež regulují genovou aktivitu.

Nemožné je pouze to, co za nemožné považujeme.

Možná jste v tomto okamžiku přesvědčení, že myšlenka neomezených možností je nereálná. To je vaše přesvědčení. Není na tom nic správného nebo nesprávného, nic dobrého ani špatného. Je to prostě vaše přesvědčení. A přesně podle toho se bude vytvářet a rozvíjet váš život. Co se však děje, když jsou vaše názory založeny na nesprávných skutečnostech a informacích?

Nejnovější vědecké poznatky jednoznačně prokázaly, že prostřednictvím našich myšlenek, pocitů a přesvědčení získáváme schopnost zvládnout cokoliv. Právě všechna tato naše emočně potlačená a skrytá přesvědčení jsou to, co vytváří nesmírné rezonanční pole. A všechno na tomto světě, co by s tímto rezonančním polem mohlo společně kmitat, je jím uchopeno. Nemůže dělat nic jiného než kmitat společně s ním.

Otázkou tedy je: Jaké rezonanční pole právě vytváříte? A touto otázkou se nyní budeme zabývat.

**Kdybyste mohli být, kým byste opravdu chtěli,
kým byste byli rádi?
A co vám v tom brání?**

ČÁST I

OBJEVY,
KTERÉ ZMĚNILY SVĚT

KAŽDÁ DOBA MÁ SVŮJ VLASTNÍ POKROK

*Co když se všechna vaše přesvědčení
zakládají na nesprávných skutečnostech a informacích?*

Tato první část knihy může představovat výzvu pro náš rozum, neboť ten až dosud vycházel ze zcela jiné podstaty reality. Nebuďte proto překvapeni, pokud se bude zpočátku bránit. Poznáte to podle toho, že následujícímu textu buď neuvěříte, nepochopíte ho, nebo ho jednoduše odmítnete.

Kterou reakci si váš rozum vybere, je nepodstatné. Důležité je vědět, že všechno to, co si nyní přečtete, je již dlouho vědecky prokázanou skutečností.

Pokud vás to uklidní, já sám jsem potřeboval poměrně dlouhou dobu, než jsem se s mnohými myšlenkovými modely dokázal vnitřně ztotožnit.

Nebuďte proto netrpěliví, když bude mít váš mozek s novými vědeckými poznatky trochu potíže.

**Každá doba má svůj vlastní pokrok a testuje nové hranice.
Na takových hranicích právě stojíme.**

Mimochodem, je velmi vzrušující mít možnost prožívat tuto proměnu vědomí. Neboť právě nové poznatky jasně vysvětlí podstatu zákona rezonance a rovněž to, jak můžeme efektivně využít postupy uvedené v knize *Jak si správně přát* ke splnění svých vysněných cílů.

CO JE VLASTNĚ REZONANCE?

*resonantia - ozvěna
rezonance - echo, odezva,
dozvuk, společné kmitání*

Zákonem rezonance rozumíme fakt, že všechno ve vesmíru spolu navzájem komunikuje prostřednictvím kmitání. Všechny věci a živočichové pro vás známém světě mají své vlastní kmitání - také všechny orgány a buňky našeho těla, stejně tak hmota. Když prozkoumáme energii kmitání hmoty, zjistíme, že různé objekty kmitají s různou frekvencí, některé ovšem mají frekvenci stejnou nebo podobnou.

Je to jako u klavíru: Rozeznáme-li jeden tón, rozkmitají se i všechny ostatní struny, které s daným tónem rezonují - rozpoznají ho a ladí s ním. Tyto tóny mohou být vyšší nebo nižší. Pokud se nacházejí v rezonanci, rozkmitají se.

**Ostatní lidé, věci nebo události se nemohou vzepřít
oscilačnímu poli, které v sobě vytváříme,
pokud rezonují s naší frekvencí.**

* ifc *

Musí a budou na ni reagovat.

Stejně jako všechny ostatní struny klavíru rezonující s rozeznělou strunou nemohou dělat nic jiného, než s touto strunou společně kmitat, nemohou se ani lidé, věci nebo události ubránit společnému kmitání, pokud se nachází na stejné vibrační hladině jako oni.

A jakou to má výhodu, když se druzí rozvibrují díky naší energii? V tuto chvíli se dostává do hry další základní pravidlo zákona rezonance:

Stejné kvality se vždy přitahují.

Všechno, co s námi rezonuje, je nevyhnutelně přitahováno do našeho života. To však pro nás nemusí být vždy pozitivní. Vibrace mohou být například natolik silné, že zničí hmotu. Operní zpěvák může jen pouhou silou svého hlasu rozbít sklenici. Jeho hlas vede energii prostorem ke sklenici, a když má přenášená energie stejnou vibraci, tedy tu stejnou přirozenou frekvenci jako molekulární struktura sklenice, může tím zátěž vzrůst natolik, že se sklo roztříští.

My pochopitelně nepraskneme jako sklenice. Takzvaná „negativní“ vibrační energie, kterou v sobě neseme, však může rozkmitat oblasti, jež nemáme rádi, nebo může přitáhnout do našeho života nepříjemné, či dokonce zdrcující události.

Proto je pro nás velice důležité, abychom přesně věděli, v jaké vlastní vibraci se nacházíme a jaké rezonanční pole vědomě nebo nevědomě vytváříme.

JAKÝM ZPŮSOBEM VYSÍLÁME SVÁ PŘÁNÍ?

*Je to smutná epocha, kdy je snadnější
rozbít atom než zničit předsudky.*

ALBERT EINSTEIN

Od nepaměti je srdce nejmocnějším symbolem lásky a zároveň sídlem našich pocitů. Když se však dostala ke slovu moderní věda a klasická medicína, chtěly nám namluvit, že srdce je pouze pumpa, díky které cirkuluje krev naším tělem. My, *normální lidé*, přestože nemáme k dispozici žádné vědecké protiargumenty, si však neústupně zachováváme své přesvědčení, že srdce je centrem našich citů. Dokládá to množství obrátů, jako například „umřela na zlomené srdce" nebo „sebral veškerou odvahu a zeptal se jí...". To znamená, že člověk má mít „odvahu", aby dosáhl svého cíle. Slovo „odvaha" znamená v latině také „mít srdce". Slovo „srdce" je zase naopak příbuzné slovu „víra".

Jak pravdivá je tato souvislost a jak moc se vědci mýlí, ukazují úžasné objevy z roku 1993, které však nebyly nikdy zveřejněny. Pro vědu bývá často těžké přiznat svůj omyl.

Institut HeartMath²¹⁾, který byl založen v roce 1991 a stal se za tu dobu díky svým revolučním objevům uznávaným na celém světě, prováděl základní výzkumné práce v oboru

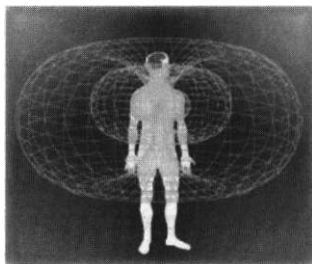
²¹⁾ Kdo by si chtěl podrobně přečíst o vzrušujících objevech, může tak učinit na webových stránkách HeartMath Institutu: www.hearthmathbenelux.com.

emoční psychologie a v oblasti vzájemného působení srdce a mozku. V roce 1993 byl například zkoumán vliv pocitů na lidské tělo. Přitom se vědci soustředili na tu část lidského těla, o níž předpokládali, že je za vznik pocitů zodpovědná: na naše srdce.

Již během prvních pokusů byla prokázána naprosto úžasná skutečnost a je nepochopitelné, že ji nikdo neobjevil už dávno. Srdce je obklopeno silným energetickým polem o průměru dva a půl metru!

Představme si to. Pole energie vytvářené srdcem je mnohem větší než energetické pole mozku!

Doposud vycházela věda z názoru, že největší dosah má elektromagnetické pole mozku. A teď bylo objeveno pole energie, které je podstatně větší a které je tak silné, že dalece přesahuje vlastní tělo. Dokonce se předpokládá, že pole energie vysílané srdcem má ve skutečnosti ještě podstatně větší dosah, než byl naměřený, neboť dnešní nedokonalé přístroje neumožňují podrobnější výsledky.



Tvar elektromagnetického pole lidského srdce. Toto pole obaluje nejen každou tělesnou buňku, ale rozprostírá se i kolem těla.³⁾

^v Z knihy: Greg Braden „Im Einklang mit der göttlichen Matrix“, se souhlasem vydavatelství KOHA

Poté, co opadl první úžas, vyvstala se ihned otázka, jaký hlubší smysl má toto energetické pole kolem našeho těla.

Doposud získané výsledky jsou překvapující:

**Elektrická a magnetická pole vysílaná naším srdcem
komunikují s orgány našeho těla.**

* ^S*

Lze dokonce dokázat, že existuje spojení mezi srdcem a mozkiem, jímž srdce signalizuje, které hormony, endorfiny nebo jiné látky mají být v těle vyrobeny.

**Mozek nejedná samostatně,
nýbrž na základě signálů našeho srdce.**

* sjc *

Je to tedy srdce, kdo uděluje veškeré pokyny! Ale jakým způsobem s mozkiem a s orgány komunikuje?

V další řadě pokusů bylo zjištěno, že všechny informace jsou předávány prostřednictvím *emocí*.

V našich emocích jsou obsaženy veškeré informace, kterými srdce sděluje mozku a tělesným orgánům, co naše tělo v daném okamžiku potřebuje.

A to ještě zdaleka není všechno. Při dalším výzkumu se zjistilo, že elektrické a magnetické pole našeho srdce je tvořeno nejen našimi emocemi, ale je dáno silou našich *přesvědčení*, v něž pevně věříme a podle kterých se vyvíjí náš život! To vše se znovu objevuje jako informace v energii vysílané naším srdcem a předává se dál nejen našemu

mozku a našim orgánům, ale také směrem ven, do světa. Ozvěnu této prastaré pravdy: „je to přání jeho srdce“, „přát si z celého srdce“ či „mluvit řečí srdce“ můžeme nalézt rovněž v mnoha jazykových vyjádřeních.

**Naše srdce je prostředníkem,
který přeměňuje veškerá naše přesvědčení a pocity
na elektrické a magnetické kmitání a vlny.**

* :5c*

A tyto elektromagnetické vlny nejsou omezeny jen na naše tělo, ale dosahují daleko do našeho okolí a reagují se vším, co nás obklopuje. Naše srdce překládá všechna naše přesvědčení, všechny emoce a představy do vlastní řeči - kódované řeči kmitání a vln - a tu pak vysílá.

**Naše přesvědčení jsou prostřednictvím elektrických
a magnetických vln, které naše srdce vysílá,
v interakci s okolním fyzickým světem.**

* ij:*

Jak velická je vysílaná energie, ukázaly výzkumy v Institutu HeartMath:

- elektrická síla srdečního signálu (EKG) je až 60x silnější než elektrický signál mozku (EEG),
- magnetické pole srdce je dokonce 5000x silnější než pole mozku.

Naším srdcem tedy vysíláme podstatně více energie než naším mozkiem.

Proč je důležité to vědět? Jednoduše proto, že díky tomu pochopíme, proč se některá přání vyplní zcela lehce, zatímco jiná se v našem životě neprojeví, i když jsme na jejich realizaci vynaložili spoustu úsilí a vizualizovali jsme si je podle našeho nejlepšího vědomí a svědomí.

Říkáme-li si stále afirmace nebo vytváříme-li si obrazy před naším vnitřním zrakem, aniž bychom byli o vyplnění našeho přání *pocitově přesvědčeni*, vysílá elektromagnetické vlny jen náš mozek, zatímco vlastní centrum pocitů - *srdce* - vyzařuje do světa naše *skutečné* přesvědčení, tvořené většinou pochybnostmi a strachy, a to s 5000x větší silou. Důsledky, které z toho plynou, máme jako na dlani: V našem životě se může *skutečně* splnit pouze to, *čemu věříme z celého srdce*. Posílíme-li naše přesvědčení silou emocí, bude vysílaná energie nesrovnatelně větší.

Pokud jsme ale smutní, deprimovaní nebo se cítíme na dně, můžeme si přát, co chceme. Síla neutěšených emocí vyzařovaná srdcem bude mnohem silnější než přání vysílané rozumem.

Současní i dřívější prorokové, mudrci a světoví učitelé nám znovu a znovu opakují, že se máme naučit „vidět srdcem“.

Srdcem můžeme změnit svět.

* ijc*

Výrok, že víra hory přenáší, jak nás učili duchovní mistři a jak je psáno i v Bibli, získává tímto hlubší a především vědecký rozměr.

„Budete-li mít víru a nebudete-li pochybovat, učiníte nejen to, co jsem já (*Ježíš*) učinil, ale i kdybyste této hoře řekli: Zdvihni se a vrhni se do moře!, stane se to. A věříte-li, dostanete všechno, oč budete v modlitbě prosit.“⁴

Jen pevná víra má sílu stvořit nové v našem světě.

To, čemu věříme, se realizuje, protože má nejsilnější měřitelnou energii vysílanou ze srdce.

* :Jc*

- Srdce signalizuje mozku, jaké hormony, endorfiny či jiné látky je třeba v těle vyrobit.
- Srdce je nejsilnější vysílač našeho těla, vytváří nejsilnější magnetické a elektrické pole, které máme k dispozici.
- Magnetické a elektrické vlny, které vycházejí z našeho srdce, jsou tvořeny našimi pocity a přesvědčeními. Je jedno, jestli jsou tyto vlny pozitivní nebo negativní, jsou vysílány do světa nesmírnou silou.

" Matouš 21:21-22 (Český ekumenický překlad):

Ježíš jim odpověděl: „Amen, pravím vám, budete-li mít víru a nebudete pochybovat, učiníte nejen to, co se stalo s fíkovníkem; ale i kdybyste této hoře řekli: Zdvihni se a vrhni se do moře!-stane se to. A věříte-li, dostanete všechno, oč budete v modlitbě prosit.“

- Srdce je prostředníkem, který naše přesvědčení převádí do kódované řeči vln a s obrovskou energií je vyzařuje.
- Neznamená to nic jiného, než že naše přesvědčení jsou vysílána směrem ven a podle zákona rezonance si hledají stejně kmitající energii.
- Stejně kvality se přitahují. Všechno, co s naší energií rezonuje, se uskutečňuje v našem životě. Stručně řečeno: V našem životě se realizují naše přesvědčení.

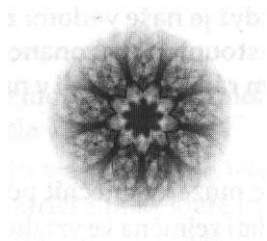
Pro splnění našich přání je nejdůležitější, abychom:

- každé přání přenesli z roviny rozumu do oblasti srdce,
- byli o jejich splnění stále přesvědčeni,
- byli vždy šťastně naladěni.

**Teprve když je naše vědomí zacíleno,
můžeme vstoupit do rezonance s věcmi,
které bychom rádi realizovali v našem životě.**

V našem světě se může uskutečnit pouze to, v co věříme z celého srdce. To platí zejména ve vztahu k tomu, co si myslíme *sami o sobě*. Náзор, který máme sami na sebe, určuje náš život. To samozřejmě také znamená, že naši sílu a moc můžeme použít ke změně až v okamžiku, kdy pochopíme, že pramení v našem nitru a nepřichází k nám zvenčí. Vnější svět tedy stále jen zrcadlí naše vnitřní vědomí.

*Nemusíme se učit,
jak můžeme využít
své myšlenky a schopnosti,
ale měli bychom se naučit přijmout fakt,
že to dokážeme.*



JAK MOHOU NAŠE PŘESVĚDČENÍ ZMĚNIT VNĚJŠÍ SVĚT?

*Člověk se může mýlit dvěma způsoby.
Může věřit něčemu, co není pravda,
nebo se může bránit uvěřit tomu, co pravda je.*

SÓREN KLRKEGAARD

Vyrostli jsme s vědomím, že jsme jeden od druhého oddělení. To v nás nutně vyvolalo pocit izolace a osamělosti. Myslíme si, že jsme „náhodně“ vydáni napospas věcem i událostem. Byli jsme my - a zbytek světa. Tento obraz světa se stal tak samozřejmým, že jsme se dále neptali - i když nám po emoční stránce nebylo úplně dobře. Náš život pak probíhal velmi často právě tak, že se nám naše mínění potvrdilo.

V posledních letech se však v důsledku poznatků moderní vědy tento pohled změnil. Dnes víme, že právě opak je pravdou. Nejsme od sebe oddělení! Vše je spolu propojeno a vzájemně se ovlivňuje. Tyto poznatky jsou velmi důležité pro soustředění energie našich přání, a proto bych se o tom chtěl krátce zmínit.

Změna začala v roce 1995 pokusy na Ruské akademii věd pod vedením Vladimíra Poponina a Pjotra Garjajeva. Výsledky jejich experimentů ukázaly něco neuvěřitelného

a byly tak překvapující, že pokusy byly poté zopakovány v USA a tam také nakonec zveřejněny

Vladimír Poponin a Pjotr Garjajev chtěli pomocí částek světla - tzv. fotonů - zkoumat chování DNA. Při těchto pokusech odčerpali z trubice veškerý vzduch, aby získali vakuum.

Víme ale, že ani ve vakuu neexistuje absolutní prázdnota. V každém prostoru zůstávají fotony (světelná energie), které je možné celkem přesně měřit speciálními přístroji. Tak to bylo také při tomto experimentu. Zpočátku probíhalo všechno podle očekávání. Fotony ve vakuu trubice se rozdělily naprosto neuspořádaným způsobem.

V dalším kroku byl do trubice vložen vzorek lidské DNA. A tehdy se stalo něco zcela překvapujícího: Částice v přítomnosti DNA změnily své uspořádání, DNA měla na fotony přímý vliv. Jako by nějakou neviditelnou silou uspořádala fotony v trubici do pravidelných obrazců. To dokazuje, že:

Lidská DNA má přímý vliv na fyzický svět.

* *

V konvenční fyzice nebylo nic takového nikdy pozorováno a v jejím tradičním chápání se vůbec nic takového nepředpokládá. Fotony se tedy chovaly způsobem, pro který zprvu neexistovalo žádné vysvětlení.

Mimochodem, už jen tento fakt byl dostatečně vzrušující. Avšak to, co následovalo, bylo prostě revoluční...

Když byla DNA z trubice opět vyjmuta, předpokládalo se, že se vzniklé uspořádání fotonů zase rozpadne a vrátí k původnímu chaotickému prostorovému rozložení. Stal se ale pravý opak! Fotony se chovaly, jako by DNA byla stále přítomna, a zachovaly si své uspořádané rozložení.

Tyto pokusy byly několikrát opakovány, byly překontrolovány použité nástroje, až bylo zcela jisté, že v trubici nezůstala po DNA ani stopa. Experiment byl mnohokrát ověřován s jasným výsledkem: Fotony a DNA byly stále ještě navzájem spojeny, i když se od sebe fyzicky oddělily. Zdálo se, že jsou spojeny polem, které kvantoví fyzikové nazývají kvantovým. Tento „prázdný prostor“ není však vůbec prázdný, je vyplněn polem, ve kterém se rozprostírají a pohybují miliardy informací ve formě vln.

Tento pokus je klíčový pro pochopení zákona rezonance. Uvedená série testů podporuje a zdůvodňuje teorii, že existuje kvantové pole, kde je všechno se vším propojeno. Zvláštní na tomto experimentu je skutečnost, že tato energie byla prokázána poprvé.

Pro tohle pole energie, které spojuje všechno se vším, existuje již dlouhou dobu řada pojmenování podle jejich objevitelů: kvantové pole, božská matrice, prahmota, kvantový hologram. Výjimečné na tomto energetickém poli je to, že se nepochybně, nám dosud známé formě energie.

**Toto energetické pole,
které vypadá, že funguje jako pevně utkaná síť,
představuje most
mezi vnitřním a vnějším světem.**

*** ∫ ***

Stejně jako zvukové vlny používají jako nosiče vzduch, potřebuje i námi vyslaná energie našich přesvědčení a přání prostředníka, aby byla přenesena do světa. K tomu jí slouží tato kvantová energie.

**Toto pole energie nám umožňuje
být ve spojení se vším a s každým
- vědomě či nevědomě.**

*** ∫ ***

Nehraje přitom roli, jak daleko od nás se příjemce nachází - může to být náš soused nebo člověk, který je zrovna na druhé straně zeměkoule. Rezonanční pole, které tvoříme a vysíláme, najde vždy toho správného - i když on sám o tom ještě vůbec neví.

Tak to udělala například Sabině. Prostřednictvím svého přání navázala energetické spojení se svým budoucím partnerem, ačkoliv ten o tom neměl ani tušení:

Ahoj Pierre,

v červnu tohoto roku jsem byla na tvém semináři ve Frankfurtu, a to, co se od té doby stalo, se sotva dá popsat slovy. Má přání, která jsem si zformulovala, se plnila jedno za druhým. Jen přání, které mi nejvíc leželo na srdci, totiž abych ještě našla životního

partnera, nenacházelo žádnou odezvu. Tak jsem se podle tvých rad rozhodla být šťastná a vděčná, jednak sama se sebou, a také s tím, co už mám.

Začátkem srpna jsem jela s oběma svými dětmi na dovolenou a zde se opět opakoval fenomén: plnila se přání, na která jsem už téměř zapomněla, a ještě k tomu jsem přitahovala milé a velmi zajímavé lidi i pro svůj obchod. Avšak „ten muž“ na sebe nechával čekat.

Rozhodla jsem se tedy, že urychlím průběh přání pomocí afirmací. Každé ráno jsem se půl hodiny usilovně koncentrovala na přání ohledně „mého partnera“.

A najednou stál vedle mě. Byla jsem právě na diskotéce a na cestě k baru, proběhl kolem mě jen proto, aby mi vysvětlil, že se se mnou musí okamžitě seznámit. K tomu si dal panáka na kuráž, ale v podstatě prý čekal už několik dní na příležitost, aby mě mohl konečně oslovit. Vlastně vůbec nevěděl, proč mě oslovuje, ale nemohl jinak, „něco“ hok tomu hnal.

Toto oslovení proběhlo jen mimochodem, protože někam spěchal, ale od prvního okamžiku mezi námi zavládla neuvěřitelná přitažlivost. Ukázalo se, že tento muž splňuje veškerá přání z mého seznamu a máme spolu tolik společného, že je to skoro až nemožné. Dnes si neumíme představit, že bychom žili jeden bez druhého.

Navíc to vypadá, že jsme i oboustranně připraveni se společně dále rozvíjet. Toto přání jsem - díky Tobě - ještě po semináři přidala do seznamu.

Tak dlouho jsem čekala na splnění přání svého srdce! A najednou je „on“ prostě tady.

Brzy se opět uvidíme na semináři, ale tentokrát s sebou přivedu ještě někoho...

S milými pozdravy

Sabině

Proč dál čekat na splnění přání svého srdce, když se můžeme energeticky naprosto jasně a aktivně spojit se svým cílem?

Sabině začala *jednoduše* věřit síle svých myšlenek a zachovala si ve svém srdci neochvějné přesvědčení. Díky kvantovému poli můžeme okamžitě navázat spojení se všemi a se vším. Musíme to jen udělat.

*Zákon rezonance říká vždy „ano”.
Vždy vás podpoří ve vaší víře.
Neodporuje vám.*

*Věříte-li například,
že váš život nic neznamená,
že nemá žádný hlubší smysl,
pak vám přesně tohle potvrdí.*

*Věříte-li, že vám přísluší hluboký
a opravdový vztah plný lásky,
peníze, vnitřní i vnější bohatství,
věříte-li, že váš život má
hluboký a všezahrnující smysl,
potvrdí se vám v životě právě tohle.
Podle zákona rezonance se nemůže
ve vašem životě uskutečnit nic jiného.*

*Pro energii je v podstatě bezvýznamné,
zdaje vaše přání morálně vysoce hodnotné
nebo naopak zavrženíhodné,
zda je pro vás užitečné, nebo vám v životě spíše překáží.*

*Energie se neptá po morálce a nehodnotí.
Energie jen stále reaguje na impulsy, které vysíláte.*

MŮŽEME SILOU MYŠLENEK OVLIVNIT SVÉ CÍLE?

*Fakta nepřestanou existovat
jen proto, že je ignorujeme.*

ALDOUS HUXLEY

Dávno víme, že naše pocity velmi silně působí na naše tělo. To už bylo dostatečně prokázáno i na poli vědy a medicíny. DNA je ale podle dosavadního pojetí nemožné změnit. Je to však pravda?

Institut HeartMath zkoumal v letech 1992-1995 účinek pocitů na naši DNA.

Vědci Glen Rein a Rollin McCraty k tomu přidali další výzkumy týkající se lidské DNA. Nejprve byla DNA pro tento pokus izolována v kádince. Ta byla následně vystavena silným a výrazným emocím, a to tak, že testované osoby prováděly různé duchovní a emoční techniky jako duchovní zklidnění, koncentraci na pozitivní pocity a soustředění na oblast srdce.

Výsledky byly naprosto ohromující a nedaly se ignorovat. Ačkoliv všichni vědci zpochybňovali možnost ovlivnit DNA, pozorovali něco, co by podle dosavadních fyzikálních zákonů nemělo vůbec nastat: Když testovaná osoba vysílala silné pocity, byly naměřeny významné elektrické

reakce. Testované osoby ovlivnily svými emocemi *molekuly* DNA v kádince.

Lidské pocity ovlivňují formu DNA.

* *

Pro náš rozum je to těžko pochopitelné. Podle dosavadního vědeckého pojetí jsme se učili, že DNA je neměnitelná. Narodíme se a nic, kromě zásadních a těžkých zásahů, ji nemůže ovlivnit, nebo dokonce změnit, v těle ani mimo něj. A nyní se zjistilo, že DNA je možné změnit a že reaguje dokonce na subtilní energetické kmitání!

V následujících pokusech šli vědci v Institutu Heart-Math ještě dále a zkoumali reakce DNA lidské placenty. To je ta nejčistší forma DNA.

Při tomto experimentu bylo 28 vzorků DNA rozděleno do kádinek a ty byly předány 28 vybraným osobám, které byly trénovány ve schopnosti vyvinout silné emoce.⁵¹

I v tomto testu bylo prokázáno, že DNA mění svou formu podle pocitů každé osoby: Jestliže daná osoba uznání, lásku nebo vděčnost, odpověděla DNA uvolněním a řetězce se otevřely, to znamená, že se celý řetězec DNA prodloužil. Když účastníci naopak vyvolali pocity beznaděje, strachu, zloby nebo stresu, DNA se zkrátila, a dokonce mnohé ze svých kódů vyřadila. Stažením reagovala na negativní pocity.

⁵¹ Výsledek testu byl uveřejněn v článku *Local and Non Local Effects of Coherent Heart Frequencies on Conformational Changes of DNA*.

Nyní také chápeme, proč nás negativní pocity mohou jednoduše *odstříhnout* od okolního světa. Když jsme špatně nebo nenávistně naladěni, cítíme se izolovaní a oddělení od proudu života. To také ve skutečnosti jsme. My se ovšem oddělujeme sami!

Toto vypínání kódů DNA bylo okamžitě ukončeno, když účastníci začali opět pociťovat radost, uznání, vděčnost a lásku. Tímto způsobem byly kódy - podobně jako při stisku vypínače - znovu jednoduše *zapnuty*.

Změny, které byly u DNA zachyceny, byly zároveň i mnohem větší a rozsáhlejší než například při působení elektromagnetů.

**Lidé, kteří jsou cvičeni v hluboké lásce,
mohou změnit formu své DNA.**

Následovaly pokusy s pacienty pozitivními na HIV a bylo zjištěno, že pocity uznání, vděčnosti a lásky posílily 300 000x jejich obranyschopnost - ve srovnání se stavem, kdy pacienti tyto pocity neměli.

Můžeme se domnívat, že zde leží klíč ke zdraví. Jak vidíme, lze jen doporučit, abychom se stále cvičili v pocitech radosti, lásky, vděčnosti a uznání, neboť tím se může síla naší obranyschopnosti až 300 000x zvýšit.

Kdybychom si zachovávali pozitivní emoce, mohli bychom se nejspíš před některými nemocemi i ochránit, protože si tak vytvoříme silný imunitní systém.

Nemůžeme však učinit ještě více? Můžeme třeba najít cestu zpátky k našemu zdraví? K tomu existuje bezpočet příběhů - jako tento od Sandry:

Milý Pierre,

mně se už splnila mnohá přání. Zde je jeden příběh, který se týká zdraví.

Trpěla jsem poruchou příjmu potravy, tzv. bulimií. Cítla jsem nutnost nacpat se spoustou jídla a následně ho zase vyzvracet, abych nepřibrala. Vedla jsem dvojitý život téměř 5 let, aniž by o tom někdo věděl. Navenek jsem dělala, že je mi dobře, nesmírně jsem se však styděla.

Jednoho dne mi někdo doporučil knihu o pozitivním myšlení, což nebylo nic jiného než „Jak si správně přát“. Okamžitě jsem se nadchla, protože jsem už předtím tušila, že já jsem jediná, kdo může tuto situaci změnit. Začala jsem tedy s pozitivními afirmacemi a autosugescí. Kromě toho jsem si stále představovala, jak jsem štíhlá, zdravá a přijímám komplimenty, že nám nadobrou postavu a pozitivní vyzařování. Chvilí to trvalo, ale byla to pro mě jediná cesta k úspěchu.

Můj život se od základu změnil. Všechno přišlo, jak to mělo přijít.

Nejprve jsem si musela zvyknout na pravidelné jídlo bez zvracení. Ze začátku se mi to moc nedařilo, až jsem nakonec vyloučila váhu ze svého života. Potom jsem zhubla během necelého roku 10 kg, a to natrvalo. Ještě dnes vážím svých vysněných 60 kg a můžu jíst, co chci, aniž bych přibrala. Tímto patří i má bulimie minulosti (a to bez cizí pomoci) a kromě toho jsem získala i svou vysněnou váhu.

S milým pozdravem

Sandra

Také já jsem v životě získal zkušenosti s vlastními léčivými silami, které by tímto způsobem, pokud bychom věřili klasické medicíně, nemohly vůbec fungovat. Bylo mi 20 let a trpěl jsem silnými bolestmi zad. Doporučili mě k vynikajícímu specialistovi.

Diagnóza po prvním vyšetření byla zdrcující: Trpěl jsem Bechtěrevovou nemocí, chronickým zánětlivým onemocněním páteře. Během několika let by moje záda úplně ztuhla. Nebyly žádné pochybnosti, všechny laboratorní výsledky to potvrzovaly.

Domluvili jsme se, že za týden, až pomine první šok, projednáme další terapeutické kroky. Bylo to jasné: Tato nemoc je neléčitelná, povolání herce mi dále neumožňovala. Během krátké doby by páteř ztuhla natolik, jako by byla jedinou kostí. A nejen to. Zároveň by se záda zkrivila, až bych se mohl dívat pouze na zem.

Uběhl týden - jeden z nejtěžších týdnů v mém životě. Tenkrát jsem ještě nevěděl nic o tom, *Jak si správně přát*, nebo o kvantové fyzice, nevěděl jsem, že člověk může silou myšlenek změnit DNA, věděl jsem jen jedno: „*Jsem zdravý. Moje záda jsou úžasná. Miluji svá záda. Jsem zdravý a plný síly. Jsem živý a pohyblivý.*”

Zamluvil jsem si tréninkové lekce na rok dopředu, ne proto, že bych měl pochybnosti, ale proto, že jsem se těšil, že jsem byl vyburcovaný, protože jsem věděl, jak je krásné být zdravý. Vůbec jsem nepochyboval: Můj život právě začíná! Smál jsem se vesmírnému vtipu, poděkoval jsem varovným příznakům, byl jsem nabuzený a cítil jsem sám sebe, vnitřně jsem cítil svůj život a byl jsem zdravý. Jsem

a byl jsem zdravý. Ve dne v noci, každíčkou minutu, dokonce každíčkou sekundu jsem se soustředil na zázrak, který se ve mně zjevil. K naprostému překvapení mého okolí. Nikdo si nedokázal vysvětlit mou náladu, mou šťastnou existenci, lásku ke všemu a ke všem. Tancoval jsem, zpíval, byl jsem spojený, byl jsem *jedno*. Byl jsem plný vděčnosti a uznání za svůj dosavadní život.

Nastal termín kontroly u lékaře, další vyšetření, další laboratorní testy. Lékař se divil směřujícímu se a dobře naladěnému pacientovi - a pak vybuchla bomba. Nevysvětlitelné! Nepochopitelné! Ještě nikdy to tu nebylo. Záměna vyloučena. Předě mnou stál koktající lékař. Revmatické onemocnění, páteř, napadený kloub křížové a kyčelní kosti, to bylo přece tak jednoznačné, a teď... Musíme provést nová vyšetření. Ale ani po třech dnech nenašel doktor, jeden z největších odborníků, žádné vysvětlení. Příznaky zmizely, jsou pryč, není nic vidět, nelze nic prokázat. Srážlivost krve zcela normální, žádné HLA-B27, žádná spondylitida, je mu to líto, ne, je samozřejmě šťastný, ale...

Skoro věřím, že by mu bylo milejší, kdyby vše probíhalo běžným strašným způsobem, aby *jeho* život dál běžel ve vyjetých kolejích. Pamatuji se, jak jsem ho ještě objal, abych ho utěšil a ujistil, že všechno dělal dobře, pak jsem políbil sestru a šel hrát tenis.

Dnes vím, co se tenkrát stalo. Jsem hluboce dojat z dárku, který jsem dal sám sobě, a ze síly vlastních myšlenek.

Odkud jsem tenkrát vzal tu jistotu? Nevím, ale při pohledu zpět vidím, že jsem tímto zážitkem získal neuvěřitelnou sebejistotu, která mi zůstala dodnes.

Tato zkušenost mě spolu s dalšími zážitky naučila,
že zdraví máme zcela ve svých rukou - víc, než si myslíme.
Jsem o tom pevně přesvědčen.

A co si myslíte vy?

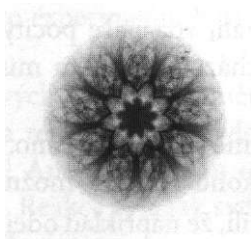
Naše víra je síla, která vše rozhodne.

Rozhodněte se a nasměrujte podle toho svůj život.

*** íjc ***

*Nejsilnější energie,
kterou máme k dispozici,
je láska.*

*„Zamilujte" se do svých přání!
Tím vytvoříte největší možnou energii.*



MŮŽEME SILOU MYŠLENEK OVLIVNIT DNA , KTERÁ JE VZDÁLENÁ?

*Problémy nelze vyřešit stejným
způsobem myšlení, jakým vznikly.*

ALBERT EINSTEIN

Poznatek, že můžeme silou myšlenek změnit naši DNA, hluboce otřásl myšlením mnohých vědců. Co když je svět vystavěn jinak a také funguje jinak, než jsme si doposud mysleli?

V následujícím pokusu, kterým se teď budeme zabývat, udělali vědci další podstatný krok. Začátkem 90. let v USA pro armádu zkoumali, zda naše pocity mají vliv na živé buňky, které se nacházejí na jiném místě, a to i ve velké vzdálenosti od těla.

Bylo to samozřejmě zpochybňováno, protože podle běžných fyzikálních zákonů to prostě možné není.

Lidé tehdy nevěřili, že například odejmuté orgány, kosti, kůže nebo tkáň mohou být dále spojeny s tělem, kterému byly odebrány.

V roce 1993 se v časopise *Advance* objevil článek, který popisoval vojenské pokusy. Zkoumalo se, zda je možné prokázat spojení mezi DNA a pocity testované osoby. Z úst testovaných osob byly odebrány vzorky DNA, které byly izolovány a přeneseny na jiná místa v budově. Přístroji, vy-

robenými speciálně k tomuto účelu, se měřilo, zda DNA bude reagovat na pocity dárce, i když se od něj nachází v určité vzdálenosti.

Pro vyvolání pocitů byly testovaným osobám ukazovány erotické fotografie, válečné scény, stejně tak komické situace i násilné akce. Byla použita celá škála pocitů, aby účastníci prociťovali ve všech emočních rovinách.

Ačkoliv většina vědců působení na DNA zpochybňovala, bylo pozorováno něco, co by podle známých fyzikálních zákonů nemělo vůbec nastat. Když testovaná osoba prožívala pocity, naměřili vědci výrazné elektrické reakce. DNA se chovala tak, jako by stále byla součástí těla dárce.

Gregg Braden napsal ve své knize „V souladu s božskou pralátkou“, že tyto pokusy dr. Backstera byly dále rozšířeny a prováděny s rostoucí vzdáleností mezi dárce a DNA. Při jednom z těchto experimentů byla vzdálenost dokonce 500 km.

Pomocí atomových hodin bylo měřeno zpoždění mezi vyslanými pocity a reakcí DNA a bylo zjištěno, že reakce proběhla *současně*. Ano, ve stejném okamžiku, bez sebe-menšího zpoždění. Reakce byla tak rychlá, jako by se DNA ještě nacházela v těle dárce.

**To, co cítíme, co si myslíme,
nebo o čem jsme přesvědčeni,
je ve stejné milióntině sekundy
zachyceno naší DNA.**

* íjc *

Je jedno, zda se rezonující DNA nachází těsně vedle nás nebo na druhé straně zeměkoule.

Dnes víme, že toto pole energie - pralátka, kvantové pole - je zodpovědné za přenos našich pocitů a přesvědčení. A to nejen rychlostí světla, ale ještě mnohem rychleji!

Dr. Jeffrey Thompson, který se na pokusech také podílel, formuluje tento poznatek takto:

**Neexistuje žádný bod, kde tělo končí,
ani žádný, kde začíná.**

* jc *

V této souvislosti byl proveden další velmi zajímavý pokus v Pavlovově ústavu psychologie v Moskvě, který potvrdil poznatky kolegů z USA. Krysí matce bylo odebráno šest mláďat, která byla rozmístěna na různá místa zeměkoule. Poté byly v samici vyvolány pocity paniky a strachu či radosti. Zjistilo se, že mláďata, ačkoliv se vyskytovala na zcela rozdílných místech světa, ihned reagovala na pocity své matky.

Pro vědce jsou tyto poznatky milníky na cestě do nové dimenze a k novému pochopení výstavby a působení lidských buněk. Pro mě je dalším zdůvodněním, proč „*Jak si správně přát*“ tak úžasně funguje.

Na začátku knihy jsme se dozvěděli, že DNA velmi silně působí na své okolí a že toto působení zanechává intenzivní a trvalý otisk. V minulých kapitolách jsme viděli, že *my* sami můžeme silou svých myšlenek a pocitů svou DNA ovlivnit.

To je naprosto fantastické. Pokud máme vliv na naši DNA, a ta se svým kvantovým polem může spojit se vším na tomto světě, přičemž vzdálenosti při tom nehrají žádnou roli, můžeme pomocí zákona rezonance přitáhnout do svého života vše, co si přejeme. A přesně to už děláme.

**Všechno, co je obsaženo v našem vnitřním světě,
nás potká také ve vnějším světě.**

To, co nás potkává ve vnějším světě, má jedinou příčinu - a tato příčina se nachází v našich myšlenkách. Pokud chceme dosáhnout výsledků, které si přejeme, měli bychom začít pozorovat a kontrolovat naše myšlenky, protože všechno, co si myslíme, vyvolává rezonanční pole.

- Všechno, na co často a trvale myslíme, co cítíme, nebo říkáme, zesiluje naše rezonanční pole. Proto každá myšlenka na ztrátu zesílí ztrátu a každé přesvědčení o zisku znásobí zisk.
- Proto všechno, co chceme ve vnějším světě změnit, můžeme změnit pouze změnou našeho myšlení.
- Uvědom si sílu stvoření, která je v tobě přítomna, a využij ji vědomě ke svému prospěchu. A ku prospěchu všech!

Příběh Sabiny je dobrým příkladem toho, jak silně mohou myšlenky našich přání působit na druhé, když je prožíváme v energii lásky.

Ahoj milý Pierre,

je to až neuvěřitelné, co všechno se mi s přáními už přihodilo.

Jannik, náš syn, je velmi živý tříletý divoch. Na začátku roku v záchvatu „bojovnosti“ upadl, přičemž si narazil horní ret. Krvácel, já jsem ho, jak se na matku sluší, ošetřila a ujistila, že se mu určitě nic vážného nestalo. Každá matka zná takové situace. Jannik se rychle uklidnil a rána za chvíli přestala krváčet. Proto mi bylo jasné, že je mu už zase dobře.

O pár týdnů později jsem si všimla, že jeho levý přední zub je mnohem tmavší než ostatní mléčné zuby, které zářily bělostí.

Domluvila jsem návštěvu u našeho zubaře. Ten Jannika vyšetřil, udělal rentgenový snímek a zeptal se mně, jestli si někdy v poslední době nenarazil ret. Okamžitě jsem si vzpomněla na tu malou nehodu. Lékař mi vysvětlil, že nerv „zásobující“ zub se při tomto pádu asi oddělil, proto zub tmavne. Nemám si ale dělat starosti, protože jakmile mu začne růst dospělý chrup, nový zub bude dorůstat normálně bílý.

Musíme si však ještě počkat, neboť jak každý ví, trvalý chrup začíná růst až ve věku 5-6 let. Pro mě to bylo ale tak dlouho! Začala jsem si tedy přát... Přála jsem si, aby se barva zubu „přeměnila zpět“ na zářící bílou. Pro každého, kdo se nechává vést jen svým rozumem, je to nemožná věc!

My jsme to však mohli přesně pozorovat: týden po týdnu byly vidět výrazné změny. Zub opravdu získával zpět svou původní barvu! Po zhruba čtyřech týdnech byl opět úplně bílý. Zavolala jsem našemu zubaři, abych se ho zeptala, jestli někdy ve své dlouhé praxi zažil něco podobného. Nemohl mi to uvěřit. Pro něj to bylo neuvěřitelné.

Dnes, po šesti měsících od pádu, není vidět žádný rozdíl: zub, který byl předtím tmavý, je teď bílý stejně jako ty ostatní.

Sabině

JAK NAŠE PŘÁNÍ NAJDOU SVŮJ CÍL?

*Chytrí lidé si sami vybírají zkušenosti,
které chtějí prožít.*

ALDOUS HULEY

Jak se dostanou naše přání a touhy tam, kam mají? A jak se to, co jsme si přáli, vrátí zpět k nám? Odkud vůbec příjemci našich přání vědí, jak nás mohou najít? Která část našeho těla přijímá informace a přivádí je do našeho vědomí? Jak můžeme toto nové vědomí začlenit do běžného života?

U odpovědi na tyto otázky hraje největší roli naše DNA. Ona je nositelkou našeho genetického kódu. Od objevení DNA se věřilo - a to jsem se ještě učil ve škole - že DNA je zaměstnána pouze tím, že s pomocí genetického kódu vyrábí uvnitř buněk bílkoviny. Udivující na tom však je, že téměř 90% DNA není k syntéze bílkovin zapotřebí, nýbrž... - a teď to přijde! - je využíváno hlavně ke *komunikaci*. To prokázali ruští vědci Vladimír Poponin a Pjotr Garjajev: DNA umí podstatně víc, než jsme dosud předpokládali.

DNA komunikuje se svým okolím.

* ^c *

Pánové Poponin a Garjajev ukázali, že DNA je předurčena právě k tomu, aby pracovala jako vysílač a přijímač.

A že to umí dobře, prokázali tito ruští vědci právě ve svých pokusech. Naše DNA komunikuje, a to nejen s námi, ale i s DNA jiných lidí. Dnes už víme, že naše DNA je schopna navázat kontakt se vším, co existuje.

A zde se dostáváme k dalšímu, velmi pozoruhodnému vědeckému objevu: komunikace naší DNA s DNA jiných lidí a jiných živých tvorů probíhá úplně jinak, než jsme doposud mysleli. Probíhá totiž v jiné, vyšší dimenzi, nezávisle na čase a prostoru. Byl pro to zaveden pojem *hyperprostor*.

Úžasný na této zvláštní výměně informací je fakt, že očitě nepodléhá jakýmkoliv omezením. Vzdálenost ani čas nejsou pro plynulou výměnu informací žádný problém. Neexistuje stopa po časovém zpoždění, ani atomovými hodinami nebyla změřena žádná prodleva.

DNA používá pro přenos zvláštní energetické kanály, tzv. „červí díry“ v tomto hyperprostoru. Jako první popsali tento obraz Albert Einstein a Nathan Rosen, a to již v roce 1935. Tohle pojmenování bylo zvoleno úmyslně, aby se zdůraznilo, že obě strany toho samého prostoru jsou spojeny tunelem.

Díky využití červích děr nehraje roli, jak moc je člověk, který je s námi v rezonanci, od nás vzdálen. Může ležet vedle nás v posteli, nebo žít na druhé straně zeměkoule. Může spát, nebo být vzhůru. Všechny informace, které vysíláme, projdou energetickým tunelem v hyperprostoru a dorazí v tentýž okamžik ke svému cíli, kde jsou touto s ní rezonující cílovou DNA zachyceny a zpracovány.

Jen na okraj musíme zmínit, že DNA tuto energii nejen přijme, ale také uloží. DNA tedy slouží jako informační banka. Přesněji řečeno, máme obrovskou databanku umístěnou přímo v našem těle.

JAK NÁS SPLNĚNÍ PŘÁNÍ NALEZNE?

Ještě zde musíme vysvětlit jednu otázku, a to jak nás energie, která s námi vstoupí do rezonance, může vůbec najít - vždyť existují miliardy různých DNA a každá z nich vysílá a přijímá. Jak nám může vesmír splnit naše přání, či spíše to, co si přejeme, cíleně předat?

Zprvė fungujeme stále jako vysílač. Své rezonanční pole si neustále programujeme svými myšlenkami - pozitivními nebo negativními. Dokud si svá přání a představy udržujeme - nebo spíše své strachy a obavy - naše rezonanční pole přitahuje pole stejně kmitající.

Dále nese každý z nás genetické *jméno* = *kód*. O tomto kódu jsme už slyšeli v souvislosti s kriminalistikou a testy otcovství. DNA každého jedince je právě tak jedinečná jako otisk prstu. Nezaměnitelným způsobem zanechává *genetický* otisk. Stejným způsobem se chová i po energetické stránce: *energetický* otisk naší DNA udá jasnou a jednoznačnou adresu.

Kmitání je tak precizní, že pro nás *vždy* najde vhodné řešení, jak ukazuje třeba příběh Anky. Kdo zná mou knihu „*Přejte si jednoduše, ale úspěšně!*“, četl Ančin pozoruhodný příběh, když si přála, aby se její malý syn opět uzdravil. Zde je další, stejně úžasný příběh.

Milý Pierre,

nejdříve srdečné díky za vydání knihy „Přejte si jednoduše, ale úspěšně!“⁶⁾. Co se týká mého tehdejšího příběhu, můžu ti napsat, že můj syn je dnes zdravý jako ryba a že neurodermitida nezanechala žádnou stopu.

Vrátila jsem se však z dovolené utrápená. Několik týdnů jsme cestovali s obytným vozem po Itálii. Ke konci dovolené jsme byli ve spánku vykradeni: peníze, doklady atd. - všechno bylo pryč.

Když jsme ráno krádež zjistili, byli jsme bezradní. Můj muž zuřil a já jsem byla jako omámená, protože jsem tomu nemohla uvěřit. Ještě nikdy mě nikdo neokradl!

Na místě, kde jsme parkovali, jsme se dozvěděli od ostatních lidí, kteří tam trávili dovolenou, že jsme byli zřejmě vykradeni jediní.

Otázka PROČ byla stále naléhavější. Kupodivu moje kabelka s mobilem a menší hotovostí ležela v dětské sedačce hned po ruce, ale zůstala netknutá.

Přála jsem si, aby všechno bylo zase dobré. Štěstí se dalo do pohybu.

Jeli jsme našim obytným vozem k policejní stanici - ani jedno místo na zaparkování! Naštěstí nám později rezervovali místo přímo u vchodových dveří a my jsme si mohli alespoň v klidu vypít kávu. Ačkoliv byla stanice přeplněná, dostali jsme s naším malým synem přednost. Úředník nám nedával žádnou naději, že bychom své věci ještě někdy uviděli. Když se nás zeptal, jestli jsme byli omráčeni, bylo mi jasné, jaké jsme měli štěstí. Omračující plyn by

⁶⁾ Každý, kdo zašle osobní „zážitek přání“, obdrží v případě otištění příběhu jako poděkování dva podepsané výtisky příslušné knihy.

Milý Pierre,

nejdříve srdečné díky za vydání knihy „Přejte si jednoduše, ale úspěšně!“. Co se týká mého tehdejšího příběhu, můžu ti napsat, že můj syn je dnes zdravý jako ryba a že neurodermitida nezanechala žádnou stopu.

Vrátila jsem se však z dovolené utrápená. Několik týdnů jsme cestovali s obytným vozem po Itálii. Ke konci dovolené jsme byli ve spánku vykradeni: peníze, doklady atd. — všechno bylo pryč.

Když jsme ráno krádež zjistili, byli jsme bezradní. Můj muž zuřil a já jsem byla jako omámená, protože jsem tomu nemohla uvěřit. Ještě nikdy mě nikdo neokradl!

Na místě, kde jsme parkovali, jsme se dozvěděli od ostatních lidí, kteří tam trávili dovolenou, že jsme byli zřejmě vykradeni jediní.

Otázka PROČ byla stále naléhavější. Kupodivu moje kabelka s mobilem a menší hotovostí ležela v dětské sedačce hned po ruce, ale zůstala netknutá.

Přála jsem si, aby všechno bylo zase dobré. Štěstí se dalo do pohybu.

Jeli jsme našim obytným vozem k policejní stanici - ani jedno místo na zaparkování! Naštěstí nám později rezervovali místo přímo u vchodových dveří a my jsme si mohli alespoň v klidu vypít kávu. Ačkoliv byla stanice přeplněná, dostali jsme s našim malým synem přednost. Úředník nám nedával žádnou naději, že bychom své věci ještě někdy uviděli. Když se nás zeptal, jestli jsme byli omráčení, bylo mi jasné, jaké jsme měli štěstí. Omračující plyn by

⁶¹ Každý, kdo zašle osobní „zážitek přání“, obdrží v případě otištění příběhu jako poděkování dva podepsané výtisky příslušné knihy.

mohl mít špatné následky pro našeho syna, kterému tenkrát bylo devět měsíců.

Večer před touto událostí jsme dostali od našich známých zprávu, že jsou „náhodou“ na dovolené jen pár kilometrů od nás. Na cestě k nim jsme zjistili, že nám ukradli i přebalovací kabelu našeho syna, včetně zdravotní knížky a prvních fotek. Přemohly mě slzy. Byla jsem zničená a vyhladovělá, přála jsem si jen klidný večer.

Naši přátelé nám sice nepomohli hotovostí, ale pozvali nás na úžasnou večeři. Syn dokonce celkem rychle usnul v kočárku a my jsme si užili opravdu klidný večer (vzhledem k prožitým událostem).

Když jsme se po dovolené vrátili domů a vyzvedli poštu, okamžitě mi padly do rukou dvě knihy. V tom okamžiku jsem věděla, že všechno, pro nás opravdu důležité, získáme zpátky. Poté, co jsem si ještě na první stránce přečetla, že právě můj dopis - příběh mého syna — byl pro tebe znamením, abys pokračoval v psaní své knihy, bylo to, jako bys mi poslal plno energie.

Dokonce otázka PROČ byla v tomto okamžiku zodpovězena. Můj muž vynaložil před dovolenou enormní úsilí, aby uzavřel vhodnou pojistku proti krádeži. No, nemusím asi psát, proč právě moje kabelka zůstala nedotčená...

Krátce před koncem roku jsem se sama sebe ptala, proč se mé přání zatím nesplnilo. Věřím, že můj muž vnitřně triumfoval, protože stále nechápal, že mám se svými přáními úspěchy.

O pár týdnů později, přesně jeden den před prvními narozeninami našeho syna, přišel dopis z oddělení ztrát a nálezů v Mnichově: všechny naše věci kromě hotovosti (která pro nás stejně nebyla důležitá) byly nalezeny! To nejdůležitější — první fotky na-

šeho syna — jsme měli zpátky! Dokonce i velmi cenná peněženka se nám vrátila.

Přání fungují! Trochu legrační, že ano?

Můj muž se mě jednou ptal, proč ti stále píše o svých úspěšných přáních. Moje odpověď je také pro tebe: VDĚČNOST!

Když jsem ještě neměla tolik zkušeností, nemohla jsem si udělat o univerzu žádnou představu. Jak mám poděkovat „něčemu“, co si vůbec neumím představit? Protože jsem však měla před očima tvou fotku, vyjádřila jsem svou vděčnost jednoduše tobě. Dnes už sice mám o univerzu dokonalejší představu, ale Tobě jsem stále nekonečně vděčná.

Srdečné pozdravy

Anka

*Řekni mi to
a já to zapomenu.
Ukaž mi to
já si to snad zapamatuji.
Nechej mě to udělat
a já se to naučím.*

LAO - C'

JAK PŮSOBÍ AFIRMACE?

*Na co dnes myslíš,
tím zítra budeš.*

BUDDHA

„*Jak si správně přát*“ není nic jiného než vhodná cesta, jak přeprogramovat náš vlastní kód. Ať už je to prostřednictvím pozitivních afirmací, autogenního tréninku, meditace, autosugesce nebo vizualizace - naše DNA stále přijímá a ukládá informace. Pro připomenutí: Neexistují žádné hranice. Jediné hranice existují v naší hlavě.

**Je to stále jen síla lidského přesvědčení,
která nás vede k tomu stát se tím, čemu věříme.**

Přejeme-li si například zdraví, nejde o to, abychom popřeli svou nemoc. Namísto toho chceme aktivizovat svou vlastní léčivou sílu. Při vizualizaci nahrazujeme nemoc myšlenkovými obrazy „zářícího zdraví“ a necháváme tuto energii působit na naše tělo, místo abychom jako doposud našemu tělu neustále vštěpovali že s ním něco není v pořádku.

Naše tělo reaguje na ty nejmenší myšlenkové impulzy. Myslíme-li na naše zdraví, můžeme své tělo na všech úrov-

nich podpořit k mobilizaci vlastních léčivých sil. To, co se mnohým zdá jako zázrak poté, co se znovu uzdravili, žádný zázrak ve skutečnosti není. Potvrzuje jen skutečnost, jakou sílu mají naše myšlenky.

Jak účinná může být koncentrovaná a zacílená energie, působivě ukazuje následující zážitek:

Milý Pierre,

protože se síla mých přání — a především mé úspěchy — roznesly v okruhu našich známých, zavolala mi jednoho dne moje kamarádka, která byla úplně na dně. Věděla sice o mých úspěšných přáních, ale nedokázala sama sebe přesvědčit, že to funguje. Požádala mě tedy v nouzi o pomoc.

Vyprávěla mi o své matce, která se z celkem zdravého člověka stala během pouhých několika minut „mrzákem“. Krevní sraženina, která se jí tvořila na páteři, utiskovala veškeré nervy řídící pohyblivost dolní části těla. Důsledek: Z minuty na minutu přestala chodit. Byla dopravena vrtulníkem do nemocnice, kde ji ihned operovali. Lékaři zkusili všechno, aby zabránili nejhoršímu. Operace byla dlouhá.

Poté, co maminka mé kamarádky procitla z narkózy, byly ihned provedeny testy, které měly jednoznačně ukázat, zda operace byla úspěšná. Podle ošetřujícího lékaře měla už těsně po operaci výrazně cítit vzruchy v obou nohách. Ale nedělo se nic, ani další dny po operaci. Lékaři potvrdili, že po tak dlouhé době od operace se už nic nemůže zlepšit; dokonce navrhovali smířit se se skutečností, že maminka stráví zbytek života v kolečkovém křesle.

Moje kamarádka byla se silami v koncích — a to nemluvím o tom, jak se cítila její matka.

V momentě, kdy mi zavolala, jsem byla přirozeně stavem její matky zdrcena, velmi mě to zasáhlo. V první chvíli jsem vlastně ani nevěděla, co ode mě chce - až mi přímo řekla, že si mám přát, aby její matka opět mohla chodit. Já jsem mezitím už měla „medicínský“ úspěch se svým synem. Vyslechla jsem ji a ujistila, že ještě téhož dne odešlu přání univerzu.

Ukončila jsem telefonát přesně v 15.30 hod. Hned poté jsem vyslala přání univerzu. Už v 19.15 hod. jsem dostala od své přítelkyně zprávu, že je právě v nemocnici - a její matka hrdě předvedla, že může pohnout pravou nohou!

Ani jsem nebyla překvapena. Věděla jsem přece, že moc přání je neomezená...

Dnes, čtrnáct dní po náhlém ochrnutí obou nohou, má maminka kamarádky prokazatelně cit až ke stehnům. Chodí teď na rehabilitaci a denně dělá pokroky - navzdory očekávání lékařů!

Monika

*Věda není schopna rozluštit
poslední hádanku přírody.
Nemůže proto, že je sama součástí přírody,
a tím i součástí hádanky,
kterou řešíme.*

MAX PLANCK

MŮŽEME SILOU MYŠLENEK VYTVOŘIT NOVOU BUDOUCNOST?

*Čas vůbec není takový, jakým se zdá.
Nepohybuje se jen jedním směrem,
budoucnost existuje zároveň s minulostí.*

ALBERT EINSTEIN

Můžeme silou myšlenek ovlivnit naši budoucnost? Jednoznačně ano! Můžeme - víc, než tušíme. Kvantoví fyzikové učinili vzrušující objev, kterým jednoznačně prokázali, že náš život můžeme skutečně kdykoliv zcela změnit a můžeme také cokoli uskutečnit.

Jak už víme, prostřednictvím svých myšlenek vysíláme energii. Přirozeně nevysíláme energii jen *my*, nýbrž i všichni ostatní lidé. Protože stejně kmitající energie se navzájem přitahují, logicky z toho vyplývá, že nejenom *my* si přitahujeme lidi a události, ale zároveň jsme i *my* sami - a to stejnou měrou - přitahováni jinými lidmi a událostmi. Předpokladem je, že se obě energie dostanou do rezonance, to znamená, že kmitají podobně.

Ted' se však na poli kvantové fyziky ukázalo, že se tzv. kvantové vlny - například naše myšlenky a přesvědčení - rozšiřují nejen *prostorově*, ale i *časově*. Rozšiřují se tedy nejen v prostoru, nýbrž i v čase (= časové vlny).

Existují tedy kvantové vlny, které běží z minulosti do budoucnosti, tzv. *normální* časové vlny.

Existují však také vlny energie - tzv. konjugovaně komplexní vlny, které se rozšiřují z budoucnosti do minulosti! To je velmi pozoruhodné.

Vlny, které běží do budoucnosti, nazýváme *nabídkové vlny*, a ty, které běží zpět do minulosti, označujeme jako *odražené vlny*.

Pokud na sebe obě vlny narazí, tedy přijde-li nám taková odražená vlna z budoucnosti naproti a setká se s námi vyslanou nabídkovou vlnou, moduluje jedna vlna druhou a jako výsledek vzniká tzv. *pravděpodobnost události*.⁷⁾

- Pravděpodobnost, že nějaká událost nastane, vychází podle kvantové fyziky „ze setkání *nabídkové* vlny z minulosti a, vhodné' *odražené* vlny z budoucnosti".⁸⁾

Abychom to lépe pochopili, můžeme to celé porovnat s funkcí faxového přístroje. Když pošleme faxovou zprávu, přístroj nejdříve naváže kontakt se zadaným přístrojem a vymění si s ním určité testovací signály. Teprve potom, až se oba přístroje shodnou na společné úrovni přenosu, dojde k výměně dat.

„Podobným způsobem spolu komunikují i minulost a budoucnost a při setkání vhodných signálů vytvářejí, na půli cesty, konkrétní událost vysoké pravděpodobnosti,

⁷⁾ To objevil už v roce 1980 matematik John G. Cramer, profesor fyziky na Washingtonské univerzitě v Seattlu v USA. Od té doby to bylo nejen potvrzeno a zdokumentováno, ale i dále rozvinuto.

⁸⁾ Z knihy: Jörg Starkmuth „Die Entstehung der Realität“

to znamená prožitou současnost. Dokazuje to, že nejen minulost ovlivňuje budoucnost, ale i budoucnost ovlivňuje minulost"!⁹⁾

Náš rozum to má při takových představách trochu těžké, protože čas pro nás vždy plyne lineárně, tedy z minulosti do budoucnosti. A teď to má fungovat možná i obráceně? Hypotéza Johna G. Cramerse byla dosud nejen mnohokrát potvrzena, ale teprve díky ní byly vyjasněny určité paradoxy na poli kvantové fyziky.

Budoucnost není méně reálná než minulost.

* *

Budoucnost už existuje „někde tam venku". Jinak by nemohla poslat žádné vlny zpět do minulosti - tedy do naší přítomnosti. I tvoje budoucnost už existuje - teď, v každé sekundě. Přesto ale ještě není předem určena, neboť každý z nás má možnost vybrat si různé druhy budoucnosti. Přesně vzato - podle nových vědeckých poznatků - jediné proto, že naše budoucnost již existuje, máme možnost vybrat si tu, která nám vyhovuje.

Jak to tedy funguje, když budoucnost již existuje? Není už pevně určená? Není, protože naše budoucnost je sice daná, ale existuje v nespočetných variantách.

Dnes jsou vědecké poznatky mnohem dále než v roce 1980, kdy John G. Cramer učinil svůj senzační objev. Tentokrát se ještě vycházelo z existence *jediné* reality. Na základě

" Z knihy: Jörg Starkmuth „Die Entstehung der Realität"

toho byla brána v úvahu pouze *jediná* možná budoucnost. Dnes však víme, že existují *různé paralelní budoucnosti současně*.

A tady to začíná být zajímavé ve vztahu k energii našich přání.

- Vycházíme z toho, že čas plyne lineárně, tedy tak, jak to cítíme my, nýbrž že se všechno odehrává současně.
- Minulost probíhá také v tomto okamžiku, právě tak jako přítomnost i budoucnost.

Naše vědomí přirozeně vnímá pouze *jeden* čas. Neznáme nic jiného. To nás nemusí udivovat, víme, že naše smysly jsou vlastně velmi omezené. Naše smysly vnímají pouze 8 % celkového světelného spektra. Celých 92 % skutečnosti, která nás v každém okamžiku obklopuje, neumíme našimi smysly vůbec zachytit, takže pro nás vlastně neexistují. Přesto ale existují. Protože jsme ale sami sobě „měřicím přístrojem“ - a to ještě ke všemu s velmi omezenou kapacitou - neumíme to pochopit a odmítáme to.

A přesto jsme obklopeni spoustou jiných *energií, kmitání, vln a informací*.

Vím, že nic nevím.

SOKRATES

*** .k ***

I když tento výrok byl vyřčen velmi dávno, platí dodnes. Samotný vedoucí výzkumného centra CERN v Ženevě¹⁰¹, které přišlo na 4 miliardy EUR, řekl v jednom z televizních rozhovorů, že my, dnešní, moderní lidé, můžeme vnímat ve skutečnosti jen 5 % naší reality a přes všechny vymoženosti techniky, které máme k dispozici, nevíme nic o 95 % reality, která nás obklopuje. Avšak v těchto 95 %, které neumíme zachytit, jsou skryty odpovědi na naše nevyjasněné otázky.

Tento vědec řekl, že gigantické výzkumné centrum ve Švýcarsku bylo postaveno, protože se předpokládalo, že je možné přiblížit se alespoň o další 1 % ke skutečnosti. Tedy 4 miliardy EUR za 1 % poznání!

¹⁰¹ V miliardovém projektu „Velkého hadronového urychlovače částic“ chtějí vědci v 27km dlouhém tunelu, umístěném 100m pod povrchem Země, zkoumat Velký třesk. Celý tento kruhový urychlovač musí být chlazen na -271°C. Teprve při této teplotě může 1800 speciálních supravodivých magnetů vyvinout pole potřebné síly. Tento nový superstroj elementární fyziky není nikterak nebezpečný, i když rychlá atomová jádra, která neváží ani miliardtinu gramu, mají zrychlující energii zhruba jako 800tunový nákladní vlak při rychlosti 100 km/hod. Pomocí měřicích přístrojů o velikosti domu - délce 46 m a výšce 25 m -se vědci pokusili zachytit a zakreslit všechna měření. A zase jde „jen“ o energii. To je ta jediná hádanka. Podle našich dnešních poznatků měla po velkém třesku zůstat pouze energie, ale žádná hmota. Nejdřív se měla stejným dílem vytvořit hmota a antihmota a ty se následně měly zase zcela zničit. „Otázkou tedy je: Proč tu vlastně jsme? Je to naprostá záhada“, říká mnichovský profesor fyziky Siegfried Bethke, který se na projektu podílí.

**V případě, že Bůh stvořil svět,
nebylo jeho hlavní starostí stvořit ho tak,
abychom mu porozuměli.**

ALBERT EINSTEIN

* íj: *

My tedy víme, že vlastně vůbec (nic) nevíme. Největší část naší reality pro nás zůstává uzavřena.

Přesto tato část existuje, přesto tato druhá strana bytí ovlivňuje naše vnímání, i když zatím nerozumíme tomu*jak*.

Úplně stejně je to s časem. Co se týká času, můžeme také rozpoznat zcela malý kousek reality. Našimi smysly a naším vědomím vnímáme jen pouhou přítomnost. Dnes však už víme, že minulost i budoucnost existují rovněž nyní, v této sekundě. Přičemž pojem „sekunda“ je zase jen vykonstruován, neboť čas vlastně neexistuje, a tedy neexistují ani sekundy.

**Lineární průběh času je pouhá představa,
kterou jsme si vytvořili.**

- Čas není lineární. Všechno se děje *současně*.
- Vše se odehrává současně, budoucnost může ovlivnit naši minulost.
- Neexistuje pouze *jedna* realita, ale *nekonečně mnoho* realit.

Protože neexistuje jen *jediná* realita, nýbrž *mnoho* různých realit, a protože se vše odehrává současně, působí na nás také zpětně mnoho odražených vln z budoucnosti. Tím je otevřeno mnoho možností z budoucnosti, které se mohou rozvinout z naší současné přítomnosti nebo z naší minulosti. Přesně vzato se naše přítomnost rozvíjí z nabídkových vln, které jsme vyslali v minulosti. Mohli bychom si to představit, jako bychom hráli v nějakém filmu, jehož konec je závislý na našich rozhodnutích. My sami máme ten „šťastný konec“ ve svých rukou.

**Každá možná budoucnost posílá signály zpět
a ty se setkávají s našimi nabídkovými vlnami.**

Ne všechny tyto vlny se k sobě hodí, ne všechny spolu rezonují. Pokud jsou si tvary nabídkových a odražených vln velmi podobné, dochází k tzv. modulaci. Jenom tehdy se uskuteční tzv. transakce, tzn. spojení naší minulosti - tedy toho, co jsme vyslali - a jedné z mnoha možností v budoucnosti. Jen tehdy nastane velmi vysoká pravděpodobnost, že se událost uskuteční.

Odkud ale přicházejí vlny z budoucnosti? Fred Alan Wolf, jeden z nejrenomovanějších fyziků, došel k následujícímu závěru: Každý člověk, který vědomě nebo nevědomě vysílá energii - tedy všechno, co vnímá, co si myslí nebo o čem je přesvědčen - vysílá způsobem, který jsme již popsali, své nabídkové vlny do budoucnosti - *ale současně také do minulosti.*

Přesně vzato se přirozeně jedná jen o *jednu* vlnu, která se kulovitě rozprostře, a to nejen v prostoru, ale i v čase. Zároveň jsou na cestě i odražené vlny z budoucnosti. Budoucí události vysílají tedy odražené vlny zpět do naší přítomnosti. Budoucnost ale existuje v nespočetném množství variant, „ve kterých znovu existují nesčetné varianty možností, a vysílá tudíž odražené vlny zpět do své minulosti (tzn. naší přítomnosti)".¹⁰

**Námi vysílané nabídkové vlny hledají
stejně kmitající odražené vlny z budoucnosti,
aby vytvořily vysokou pravděpodobnost
realizace události.**

* ijc *

Energie, kterou vysíláme, testuje všechny možnosti různých druhů budoucnosti a spojí se s takovou budoucností, jejíž tvar vlny nejlépe odpovídá tvaru naší nabídkové vlny.

Nabídková vlna proniká celou naší budoucností. Všechny možnosti jsou prozkoumány - nejen ty v následujícím okamžiku, ale i ty v příštím roce nebo desetiletí.

Zde objevila kvantová fyzika následující fenomén. Čím časově blíže je budoucí událost, tím větší je síla rezonance, tzn. čím časově blíže je mi událost, kterou v budoucnu očekávám, tím jednoznačnější je rozhodnutí, zda se uskuteční, nebo nikoliv.¹²

**Naše současné vědomí pevně určuje
všechny možné události v blízké budoucnosti.**

* III *

Leží-li očekávané události v časově vzdálenější budoucnosti, rezonanční síly sice ubývá, přesto ale naše současné vědomí jednoznačně stanovuje jasnou tendenci.

Protože existuje nekonečné množství stavů vědomí, které vysílají všechny možné druhy energií, můžeme se v budoucnosti setkat s každou z těchto možností - toto děláme, když naše nabídkové vlny komunikují s odraženými vlnami, a vytvářejí tak pravděpodobnost realizace události.

A tak jsme se ocitli přímo u našich přání, neboť když si něco přejeme, není to nic jiného, než že si přitáhneme jednu z těchto mnoha možností do našeho života.

- Když si přejeme, vysíláme nabídkovou vlnu.
- Tato vlna komunikuje s vlnou odraženou.
- Když jsme vytvořili pravděpodobnost realizace události, máme největší šanci, že se naše přání splní.

*Všechno, co je nám vlastní v našem vnitřním světě,
potká nás i ve vnějším světě,
neboť vnější svět jen zrcadlí
vnitřní svět našeho vědomí.*

*Teprve tehdy, až naše vědomí cíleně zaměříme,
můžeme vstoupit do rezonance s věcmi,
které bychom v našem životě
rádi uskutečnili.*

*Chceme-li získat výsledky,
které si přejeme,
měli bychom začít
pozorovat a kontrolovat
své myšlenky,
protože všechno to,
na co myslíme, nebo co cítíme,
VŠECHNO
vyvolává rezonanční pole.*

JE MOŽNÉ SILOU MYŠLENEK ZMĚNIT HMOTU?

*Jsmo to, co si myslíme.
Všechno, co jsme,
vzniká v našich myšlenkách.
Svými myšlenkami tvoříme svět.*

BUDDHA

V předchozích kapitolách jsme četli, jak silná a účinná je energie, kterou vysílá naše srdce. Dozvěděli jsme se, že čas ani vzdálenost nijak neovlivní schopnost našeho rezonančního pole dostat se do prostoru, kde se nachází podobně kmitající pole. Nyní víme, že síla myšlenek může mít účinek na naši i cizí DNA.

Tyto objevy se mohou zdát překvapující, působí však na náš život a na sílu našich přání ještě mnohem komplexněji, než vůbec tušíme. Intenzivní energie, kterou naše srdce vysílá, může mít dostatečnou sílu, aby ovlivnila nejen naše tělo, ale také atomy hmoty.

Abychom to lépe pochopili, uděláme si malou odbočku do světa atomů. Ten, kdo už dávno opustil školní lavice a ani nečetl žádnou knihu o „nové fyzice“, má pravděpodobně stále ještě v hlavě starý mechanický model atomu: Existuje jádro, kolem kterého obíhají protony a elektrony. V tomto modelu jsou tedy pevné částice.

Tato představa je ale již dávno překonaná. Mechanický obraz částic kroužících kolem sebe podobně jako malý slu-

neční systém byl díky novým poznatkům vědy změněn. Teď totiž víme, že se vůbec nejedná o částice, ale o koncentraci energie v různých zónách. Čím blíže se totiž elektronům a protonům či atomovému jádru přiblížíme, tím více jsou rozprostřené. Tyto pevné částice jsou složeny jen z vibrační energie. *Atom nemá žádnou fyzickou strukturu.*

Podobá se spíše malému rotujícímu setrvačníku, který vyzařuje energii. Tyto malé víry energie se nazývají kvarky nebo fotony.

**Neexistuje žádná pevná hmota,
existuje pouze energie.**

Tato energie je tvořena elektrickým a magnetickým polem.

Obraťme nyní pozornost k energii, kterou vysílá naše srdce. Jedná se o stejné pole energie: Energii atomu tvoří ta stejná silová pole, která vytváříme myšlenkami v našem mozku a pocity a přesvědčeními v našem srdci.

Atomy je možné změnit.

*** * ***

Poprvé objevil tento fenomén Pieter Zeeman již v roce 1896. Přišel na to, že *magnetická* síla může skutečně změnit složení hmoty.

V roce 1913 učinil Johannes Stark objev, že i *elektrické* pole může atom ovlivnit. Elektrické pole má tedy schopnost změnit atom stejně jako magnetické pole. To zna-

mená, že atomy mění své chování a tím mění i své hmotné projevy.

Víme, že energie našeho srdce může být natolik silná, aby atomy ovlivnila. To znamená, že my skutečně můžeme přeměnit každý atom světa. Při tom nehraje roli čas ani vzdálenost.

Zní to fantasticky, neboť nadále nejsme odkázáni jen na naši víru, ale víme také to, co bylo vědecky prokázáno - že máme přímý vliv na naše okolí.

Teď už pomalu začínáme rozumět tomu, jak mocný klíč ke splnění přání držíme sami v ruce. Tímto způsobem se mohou uskutečnit ty „nejnemožnější“ věci. Pro náš rozum to mohou být pořád ještě „nevysvětlitelné zázraky“, ale pro vědu a duchovní vůdce tohoto světa to už dávno není žádnou záhadou.

Milý pane Franckhu,

dnes se stalo něco neuvěřitelného! Už několik týdnů plánujeme, že koupíme dům. Prodáme kvůli tomu naše akcie. Včera jsme zažili šok: zhroutení burzy. Všechny akcie jsou v háji. Celou noc jsem nemohla spát, uvažovala jsem o tom, že si teď dům nebudeme moci dovolit apod. Potom jsem však vyslala přání, že naše akcie před prodejem stoupnou. Celou noc jsem strávila s touto myšlenkou.

Následující den mi volal můj muž, že akcie Volkswagenu z neznámých důvodů stouply. Během jediné hodiny jsme zvládli naše akcie prodat a připsat si zisk 5 000 EUR. Ještě toho večera akcie zase výrazně poklesly.

Posílám srdečné pozdravy - a děkuji!

Petra

*Odkryjte
své nejvnitřnější přesvědčení
a máte v ruce
klíč ke svému životu.*

SE VŠÍM PROPOJENÍ

*Štěstí ve tvém životě
závisí na povaze tvých myšlenek.*

MARCUS AURELIUS

Prostřednictvím energie našeho srdce, naší DNA a energie našeho mozku reprezentované silou našich myšlenek vysíláme neustále - ať chceme, nebo nechceme - navenek impulzy, které se setkávají s energií jiných lidí. Pokud se jejich energie nacházejí ve stejném rezonančním poli, nemohou dělat nic jiného, než s naší energií rezonovat. V opačném případě zůstanou naší energií nedotčeni. Současně jsme přirozeně také my přitahováni jejich energií, jestliže kmitá stejně jako ta naše. Jsme neustálými vysílači a přijímači.

Díky tomuto spojení se všemi ostatními můžeme úplně nově zamíchat karty svého života, protože tím získáme možnost změnit všechno. A je jedno, zda se chceme uzdravit nebo hledáme přátele, chceme do svého života přitáhnout hluboký milostný vztah nebo uspokojení prostřednictvím majetku. Protože jsme spojeni se všemi, přivede naše rezonanční pole, které v sobě vytváříme svými myšlenkami a svou vírou, k rezonanci také pole jiných lidí.

Jestliže použijeme tuto schopnost cíleně, otevírá se nám možnost přetvořit náš život podle naší vůle. Předpokladem ovšem je, že známe pravý obsah našich myšlenek a přesvěd-

cení. Tím se učíme vědomě je řídit, aniž bychom se nechali ovlivnit pochybnostmi nebo pocity méněcennosti.

Podstatné je hluboké přesvědčení v nás.

V našem životě se projevuje všechno to, čemu nejvíce věříme a na co nejvíce myslíme - je jedno, zda se chceme uzdravit nebo dosáhnout výjimečných úspěchů. O čem jsme přesvědčeni, to se uskuteční.

Pochopitelně se potvrzují i naše obavy, pokud jim v našich myšlenkách věnujeme energii.

Ať se tedy jedná o naše strachy nebo nejhlubší touhy, vždy hledejme základ naší reality v příčinné síle našich myšlenek, která podle zákona rezonance přitahuje do našeho života stejnou měrou všechno, v co doufáme, i to, čeho se bojíme.

Jdi, a jak jsi uvěřil, tak se ti staň.

JEŽÍŠ KRISTUS¹³¹

* *

Čím více věříme,

- že jsme odděleni ode všeho kolem nás,
- že jsme vydáni napospas okolnostem,

Matouš 8:13 (Český ekumenický překlad):

Potom řekl Ježíš setníkovi: Jdi a jak jsi uvěřil, tak se ti staň." A v tu hodinu se sluha uzdravil.

- že jsme oběti,
- že všechno je náhoda a náš život je jen nepřehledný chaos,
- že náš svět je nespravedlivý,
- že nemůžeme ovlivnit své nemoci,
- že nám v životě nic nepatří,
- že štěstí a smůla jsou rozděleny náhodně,
- že naše tělo je nám cizí,
- že nemáme žádný vliv na svou vlastní tvořivost,

tím více se posuneme právě směrem k tomuto úzkostnému životu.

Současně v sobě cítíme prázdnotu a osamělost, protože se oddělujeme od své osobní tvořivosti, která v nás dřímá, a tím se oddělujeme také od svého vlastního božství.

Není tedy divu, když východisko z této samoty hledáme v tom, že si život zahlcujeme povrchními věcmi. Upínáme se na cíle, které nás nikdy nemohou učinit šťastnými, protože se nás dotýkají jen na povrchu. Dokud se budeme dál oddělovat od své vlastní tvůrčí síly a nebudeme se považovat za tvůrce vlastního vesmíru, bude k nám náš život opravdu přicházet jako proud nepřehledných a zdánlivě náhodných událostí. Ale také zde jsme to *my*, kdo vdechuje našemu životu přesně tento obsah. *My* vytváříme stav, na který si tak hořce stěžujeme. Prvotní příčina leží v nás. Nic na tomto světě nemůže existovat bez téhle příčinné energie.

**Zákon rezonance říká vždycky „ano”.
Neustále tě utvrzuje ve tvé víře.**

Energie se neptá po morálce nebo užitku. Energie jen reaguje na námi vyslané impulzy.

Co to ve svém důsledku znamená? Je to poselství naděje:

**Můžeme kdykoliv vystoupit ze světa,
který jsme si do té doby vytvořili.**

Nemusíme udělat nic jiného, než trochu pozměnit svou perspektivu. Můžeme začít například tím, že na svůj život začneme pohlížet jinýma očima.

Klíč leží nejprve v tom, že pochopíme, jakým způsobem jsme spojeni se vším kolem nás, a porozumíme tomu, jak můžeme vědomě změnit naše rezonanční pole, abychom přitáhli do života ty zkušenosti, které si přejeme.

Tím, že se začneme považovat za součást tohoto světa a ne za nějakou jeho oddělenou část, učiníme první krok ke splnění přání a tužeb.

Od tohoto okamžiku se už nebudeme nepozorně odvádět jakýmkoliv negativním myšlenkám. Víme, že i tyto myšlenky vytvářejí rezonanční pole, jež se spojuje s ostatními a ovlivňuje náš život ve směru, který *ne* chceme.

**Když pochopíme, jakým způsobem
jsme se vším propojeni,
máme přístup k nejmocnější síle vesmíru.**

*

Změníme-li vzorce našeho myšlení, našich starých přesvědčení a mínění o nás samých, nebudou už lidé a události, kteří s námi doposud v tomto *negativním* poli rezonovali, schopni s námi dále reagovat, což znamená, že zmizí z našeho života.

Namísto nich si svými *pozitivními* myšlenkami přitáhneme do života nové zkušenosti a nové úrovně, které s námi budou v rezonanci.

Naprosto úžasně popisuje tuto proměnu myšlení příběh Marie, která řešila právní spor, táhnoucí se osm let - až do jednoho určitého dne:

Hledala jsem dárek pro přítelkyni a při tom jsem objevila Vaši knihu „Přejte si jednoduše, ale úspěšně!“. Okamžitě jsem na všechno ostatní zapomněla a vyšla z knihkupectví s přešťastným výrazem ve tváři. Cítila jsem nikdy nepoznané štěstí, že jsem konečně našla řešení mého problému!

Můj problém? No, měla jsem tu drzost obžalovat jednoho právníka. Trvalo to osm a půl roku! Ano, u prvního soudního stání jsem vyhrála, ale on to prostě nechtěl uznat. Tak nezaplátil.

Nevzdala jsem se a trvala jsem na tom, aby se pokračovalo, tak jsem podala novou žalobu - a s úspěchem!

Mého případu se ujal Zemský soud. Tím začalo snad nikdy nekončící období strachu. Nemohu ani říci, jaké obavy jsem prožívala.

A potom se na mě najednou rozpustile usmála tato kniha přání...

Okamžitě jsem poslechla všechny rady. Naštěstí jsem neměla žádné zábrany věřit v dobro. Neboť jak víme, naděje umírá poslední.

V den dalšího stání jsem si sedla do auta, klidná jako nikdy předtím. Jela jsem k soudu a celou cestu jsem si zpívala afirmace a byla jsem prostě šťastná.

Moje právnická byla úplně vyvedená z míry, když mě viděla tak uvolněnou. Řekla jsem jí s naprostým přesvědčením, že vyhráme, zůstala na mě jen němě zírat.

Pak už šlo všechno velmi rychle. Za čtyřicet minut to bylo za námi a my jsme mohly nechat bouchat láhve sektu. Představovala jsem si náhradu škody ve výši kolem 140 000 EUR — a? Dostala jsem vše do centu! Hurá! Protistrana nevznesla žádnou námitku.

Děkuji Vám srdečně za rady ve Vaší knize!

Maria

Maria byla přesvědčená o svém úspěchu, vysílala tuto energii bez jakýchkoliv pochybností, a protože přesvědčení jsou vysílána v 5 000násobné síle, bylo jí jasné, že se úspěch dostaví. Bez překážek, lehce a klidně.

*Než si začnete přát,
je na prvním místě vaše rozhodnutí,
jakým směrem se má váš život rozvíjet.
Každý směr je možný.
Každý.*

*Promyslete si tedy, kým byste rádi byli.
Potom zjistěte, kdo jste.*

*Pokud je mezi těmito dvěma osobami
velký rozdíl,
měli byste svou víru rychle
zacílit na tu osobu,
kterou byste rádi byli,
a už se nezabývat osobou,
kterou vůbec být nechcete.*

Zákon rezonance

- Existuje pole energie, které všechno se vším propojuje.
- Toto energetické pole komunikuje s naším rezonančním polem.
- Vlastní rezonanční pole si vytváříme svými pocity a energií myšlenek, především ale svými přesvědčeními.
- Tuto energii vysíláme prostřednictvím našeho srdce, naší DNA a našich myšlenek.
- Vzdálenost ani čas nehrají pro rezonanční pole žádnou roli.
- Díky zákonu rezonance jsme se vším a se všemi spojeni.
- Pokud někdo nebo něco s námi vstoupí do rezonance, nemůže dělat nic jiného, než na to reagovat.
- Všechno, co s námi vstoupí do rezonance, je nezadržitelně přitahováno do našeho života.
- Stejně tak jsme i my nezadržitelně přitahováni jinými rezonančními poli, která kmitají stejně jako naše rezonanční pole.

ČÁST II.

ÚČINNÉ ZPŮSOBY,
JAK DOSÁHNOUT
REZONANCE SE SVÝMI
PŘÁNÍMI

V JAKÉM REZONANČNÍM POLI SE NACHÁZÍTE?

*Dej pozor na své myšlenky
-jsou počátkem tvých činů.*

Z ČÍNY

V této části knihy se budeme zabývat praktickou stránkou toho, jak si přát. Najdete zde cvičení a vysvětlení, jak nejrychleji rozvinout správnou energii pro svá přání. Buďte si při tom vědomi toho, že jde vždy jen o to vytvořit pro vyslání energie přání to správné rezonanční pole, které je potřebné k jeho splnění. Když to dokážete, můžete dosáhnout čehokoliv na světě.

K tomu, abychom se dostali do rezonance se svými přáními, máme k dispozici spoustu různých možností. V následujících kapitolách si představíme ty, které mně osobně připadají nejjednodušší a které se mi v minulosti ukázaly jako nejefektivnější.

Nejlepší bude, když si z následujících technik vyberete ty, které vám přinášejí nejvíce radosti. Lehkost a radost jsou totiž nejdůležitějšími nosiči energie, aby se mohlo projevit to, co si přejeme. Pokud se budeme chovat vážně a křečovitě, nuceně si vytvoříme negativně vážné a křečovité rezonanční pole. Co do života přitáhneme, je jasné: křečovitou vážnost.

Ne všechny metody se napoprvé podaří a oblíbíte si je. Možná budete u některých cvičení cítit dokonce vnitřní odpor, smutek či pochybnosti. Možná se vám nepodaří uvěřit svým afirmačním větám nebo si na začátku nebudete umět vytvořit žádné silné vnitřní obrazy. To je úplně normální. Nebudte tedy kvůli tomu zklamaní nebo rozzlobení, neboť by to - podle zákona rezonance - váš stav jen posílilo.

Myslete vždy na to, že:

**Všechno, na co myslíte, co cítíte a čemu věříte,
přitahujete do svého života.**

Také není nutné skákat od jedné metody ke druhé nebo používat všechny současně. Pokud pro sebe objevíte jen jednu techniku přání, kterou budete moci provádět plni jistoty a důvěry, dosáhnete tím podstatně více, než kdybyste používali mnoho technik jen povrchně.

**Čím více radosti a veselí nám bude přinášet
naše technika přání,
tím rychleji se dostaví první výsledky.**

* 1\$:*

Předtím, než začneme s technikami přání, bychom si měli nejprve udělat malé vyhodnocení situace.

Měli bychom nejdříve zjistit, v jakém rezonančním poli se právě teď nacházíme.

Toto zjištění je poměrně jednoduché. Protože se v našem vnějším světě může nacházet vždy jen to, co existuje i v našem vnitřním systému, je naše bezprostřední okolí velmi dobrým ukazatelem toho, jaké rezonanční pole v současnosti vytváříme.

Proč bychom ale měli dělat takové vyhodnocení situace?

Pokud jsme obklopeni - pro nás - *špatnými* vibračními poli, můžeme se snažit o vytvoření optimálního rezonančního pole, jak chceme. Naše okolí nás bude stahovat zpátky tam, kde vlastně nechceme být, a naše nová rezonanční pole bude ničit. Všechno kolem nás bude každou minutu a sekundu upozorňovat na to, že jsme sami, opuštění, v chaosu, chudí, že neobstojíme, že jsme maminčini mazlíčci, absolutně neschopní apod.

**Rezonanční pole, které nás obklopuje,
nás s jistotou ovlivňuje mnohem účinněji,
než to může učinit jakákoliv energie přání,
kterou vytvoříme.**

* íjc *

*Naše rezonance je jako druh matrice,
která kmitá hluboko v nás.
Vysílá navenek informace,
které odpovídají našemu základnímu jádru,
a přitahuje to stejné do našeho života.*

*Můžeme tedy naše okolí použít jako
»vyhodnocovací«
systém.*

*Na tom, co prožíváme,
a na tom, co si »přitahujeme«,
můžeme vidět,
jak jsme v našem nitru »naprogramováni«.*

*Spojitost se všemi věcmi nám pomůže
pochopit samy sebe
a využít tento potenciál v náš prospěch.*

KDYŽ VÁM REZONANČNÍ POLE BRÁNÍ V DALŠÍM ROZVOJI

*Je jen jedna doba,
kdy je podstatné růst.
Ta doba je teď.*

BUDDHA

Jak víme, můžeme se ocitnout zcela pod vlivem *cizích* rezonančních polí. Známe to až příliš dobře z našeho každodenního života.

Stává se nám, že jsme klidně a přátelsky naladěni a stačí jediný člověk, který nás svou zlobou a nespokojeností strhne. Během několika sekund se najednou ocitneme v neuvěřitelně intenzivní hádce, která vzplane jako oheň v buši. Někdy u toho říkáme věci, které jsme vůbec říct nechtěli, a činíme předčasné závěry, které bychom s rozvážným úsudkem nikdy neučinili.

Často potom nechápeme, jak jsme se do takové hádky vůbec mohli nechat tak rychle vtáhnout, když celý den probíhal až do toho okamžiku klidně a harmonicky.

Řešení je úplně jednoduché. Ocitli jsme se prostě v zajetí rezonančního pole jiného člověka a nechali se jím ovlivnit. To znamená, že naše vibrační energie se té jeho přizpůsobila. Ať už jsme to chtěli nebo nechtěli, byli jsme ovlivněni cizí energií.

Když se na to ale podíváme trochu přesněji, zjistíme, že nám tyto energie vůbec nejsou cizí, protože pokud by v nás tato energie nebyla, nemohli bychom se jí nechat ovlivnit. Nerezonovali bychom s ní. Tyto *zdánlivě cizí* vibrace by nás ke kmitání vůbec nepřiměly.

**Pokud se necháme nakazit hádavým člověkem,
máme v sobě také potenciál hádky.**

* :Jc*

Můžeme být vším. Máme v sobě uložen základ všech emocí. Můžeme být přátelští, láskyplní, schopní empatie, vzteklí, zbabělí, závistiví, náladoví nebo pochybovační.

Když například potkáme člověka plného lásky a porozumění, staneme se také jemnými a láskyplnými a budeme tyto pocity vnímat hluboko v sobě. Obojí - vztek a soucit - jsou v nás již uloženy, jinak bychom se do těchto energií vůbec nemohli dostat.

**Záleží vždy jen na nás samotných, jaký vnitřní vibrační
potenciál chceme aktivovat.**

* :j: *

Máme to ve svých rukou. Známe přece i spoustu krásných možností, jak se můžeme nechat ovlivnit nějakou cizí vibrační energií. Když například vstoupíme do kostela, začneme se překvapivě chovat jinak - nejen proto, že se to od nás očekává, ale také proto, že se okamžitě naladíme na mírumilovné vibrace prostoru. Zachytíme je a staneme

se sami klidnějšími a mírnějšími. Někdy dokonce tenhle vnitřní klid pokračuje i potom, co vyjdeme ven a vrátíme se k běžnému životu.

Stejně je to i tehdy, když čteme duchovní a povznášející literaturu nebo slyšíme krásnou hudbu. Okamžitě zachytíme rezonance jiných lidí nebo tónů a přizpůsobíme se. Jediná *práce*, kterou jsme vykonali, byla ta, že jsme přišli.

Využijeme prostě existující rezonanční pole k tomu, že se přiblížíme energii, kterou si přejeme.

Často se však zdržujeme v rezonančních polích, která našim přáním naprosto odporují. Obklopujeme se lidmi, kteří nás svými pochybnostmi oslabují a přesvědčují nás o tom, že to, co si představujeme, nemůže nikdy fungovat. Není divu, že začneme pochybovat, když se ocitneme v rezonančním poli pochybovačů. Velmi často se toto děje povolna a nepozorovaně. Proto je dobré občas přezkoumat, zda se vůbec nacházíme v tom správném rezonančním poli, které *potřebujeme*.

Na jedné z mých přednášek mi jedna paní vyprávěla, že napsala knihu a chtěla ji propagovat s pomocí osobního manažera. Proto najala ženu, která sama byla úspěšnou autorkou a která jí měla pomoci najít vhodné nakladatelství. Tato žena ale na přednášce nevyzařovala ani špetku radosti a nadšení z toho, že napsala knihu. Působila spíš malomyslně, protože manažerka jí jasně řekla, že si v žádném

případě nemá namlouvat, že se hned její první kniha stane bestsellerem, že to prostě není možné. Ona sama musela napsat tři knihy, než se stala uznávanou autorkou.

Paní na přednášce chtěla slyšet můj názor na to, zda se má nechat touto ženou dále vést. Zeptal jsem se jí, zda ji tato manažerka podporuje, nebo spíše oslabuje.

Potvrdila mi, že se cítí sklíčeně. Moje další otázka byla, kdo koho tady platí (pochopitelně platila ona svou manažerku). A poté jsem pokračoval: „Proč platíte někoho, kdo vás odrazuje? Proč si nenajdete někoho, kdo vám dodá odvahy? Kdo vám dodá dostatek síly a nadšení, abyste překonala všechny překážky spojené s vydáním knihy?

„To je téměř jako bychom se v televizi dívali na příšerný pořad, který se nám vůbec nelíbí, a nepřestali se dívat jenom proto, že jsme zaplatili televizní poplatek“, řekl jsem.

**Když zjistíme,
že nám někdo nedělá dobře,
nic nás nenutí s tímto člověkem zůstat
a dál se vystavovat jeho destruktivní energii.**

* ✎ *

Často věříme, že bychom nenašli nikoho jiného, kdo by nás při uskutečňování našich plánů doprovázel, a mluvíme o štěstí, že máme na své straně alespoň někoho. To nám ale našeptává jen náš rozum, který není nastaven na „zázraky“. Rozum nás většinou utvrzuje pouze v našich pocitech méněcennosti. Chceme-li se z toho dostat ven, je nutné najít

si co nejrychleji nové, pozitivní rezonanční pole, abychom se stali většími a mohli dále růst.

Obklopte se lidmi, kteří vás motivují!

Obklopte se tedy jen lidmi, kteří vám věří, jsou přesvědčeni o vaší síle, vidí ve vás zázračný talent, rozpoznají ve vás potenciál, porozumí vašim představám a kteří umí tyto vaše představy podpořit.

Proč byste měli zůstat s lidmi, kteří vás brzdí ve vašem nadšení a nevěří vaší síle a kreativitě? Kdo nebo co ve vás říká, že to musíte vydržet? Náš život by měl plynout vesele a lehce, měl by být nesen pozitivní a silnou energií, která nás posunuje dopředu, pomáhá nám růst, abychom se překonávali a měli odvahu činit nové kroky. Často se ale obklopujeme lidmi, kteří nás blokují nebo nám brání v našem rozvoji, protože to už známe z minulosti. Možná vnímáte tento druh energie od našich rodičů, sourozenců, příbuzných či známých. V takové energii se - i když na nás má negativní vliv! - cítíme často jako „doma“.

Zůstaneme-li však vězet v tomto *důvěrně známém negativním* rezonančním poli, bude pro nás velmi těžké vytvořit nové rezonanční pole, které by nám umožnilo přitáhnout do našeho života pozitivní zkušenosti.

Paní na mé přednášce se už jen smála, když sama uváděla, že vběhla do slepé uličky. Najednou nechápala, proč

se touto ženou nechala tolik ovládat a proč jí za to ještě platila.

Možná jste na tom úplně stejně. Ne vždy rozpoznáme negativní rezonanční pole ihned, spíš až tehdy, když ho vědomě prozkoumáme a posoudíme.

Existuje velmi jednoduchá a rychlá cesta, jak vyjasnit kvalitu energií, které nás obklopují:

- Napište seznam jmen všech svých přátel, příbuzných a známých, s nimiž se často setkáváte.
- Potom si poznamenejte napravo ke každému jménu vlastnost, kterou na vás působí. Může tam být: „konstruktivní, tvořivý, pozitivně naladěný, podporující“, nebo také „stále kritizující, závistivý, žárlivý“ atd.
- Nepřemýšlejte ale dlouho. Pište spíše spontánně. První, co vás napadne, je vždy to správné. Budete-li dlouho přemýšlet, může se stát, že váš rozum opět zasáhne a pokusí se všechno zpochybnit.

Tímto způsobem můžete velmi rychle zjistit, zda vám lidé ve vašem okolí skutečně dodávají pocit síly, nebo vás spíše omezují a vyvolávají ve vás pocity méněcennosti.

Pokud vám odpovědi připadají těžké, zaměřte se na následující otázky:

- Je hlavní energie ve vašem okolí prospěšná pro vaše plány, nebo spíše překáží?
- Dodává vám vaše okolí sílu a energii?
- Cítíte se tam dobře a v bezpečí?
- Důvěřují vám?

- Podporují vás?
- Můžete vyjádřit svá přání?
- Pamatují ostatní na vaše dobro?
- Můžete se ukázat takoví, jací doopravdy jste?

Jsou-li vaše odpovědi spíše rozčarované, nedivte se. Pokud by to bylo jinak, byli byste přece už v jiném rezonančním poli a rozhodně byste do svého života přitáhli jinou energii a jiné lidi.

V dalším kroku půjdeme ještě o kousek dál:

- Označte lidi, kteří *nevěří* vaší síle a tvořivosti.
- Možná se také zamyslete, jak dlouho ještě chcete jiným lidem dovolovat, aby rozhodovali o vašem životě, aby snižovali vaši hodnotu nebo vás negativně ovlivňovali. Napište si na seznam číslo, přesný časový údaj: den, měsíc, rok, celý život. Na tom dobře poznáte, co je vašim vlastním životním plánem a jestli se v něm sami podporujete.

Na celém světě existuje jen jediný člověk, který to dovolí, a tímto člověkem jste vy. Jen vy vybízíte jiné lidi, aby vás podle libosti ovlivňovali. A je jen *vaše* rozhodnutí, jak s tím v budoucnu naložíte.

- Projděte ještě jednou všechny lidi, kteří vám pomáhají a podporují vás a kteří vždycky stojí na vaší straně. I když je jich jen málo, vždycky existuje na naší straně někdo, kdo nás bezpodmínečně podporuje. Přemýšlejte o tom. Možná jste na tohoto „přítele“ nebo tyto „přátele“ již zapomněli, nebo jste ve vašem životě upřednostnili jiné věci. Možná je on nebo ona už dávno na vaší straně a vy

jste to jen přehlíželi anebo jste považovali toto „přátelství“ za samozřejmé.

Potom se rozhodněte, že budete mnohem více pozornosti a času věnovat lidem, kteří jsou pro vás prospěšní a pomáhají vám posunovat se v životě kupředu.

**Obklopte se lidmi, kteří jsou vám nakloněni,
kteří vás uznávají a váží si vás.**

* ij: *

Pokud takové lidi ve svém životě zatím nemáte, využijte své myšlenkové rezonanční pole.

Buďte si vědomi, že existují lidé, kteří ocení váš veškerý potenciál.

Buďte si jistí, že tito lidé teď vstoupí do vašeho života.

Především však rozpoznajte svůj vlastní potenciál.

Začněte sami sebe pozorovat a milovat se a jednejte sami se sebou s naprostým uznáním. Čím cíleněji to provedete, tím rychleji změníte své okolí.

Nejrychlejší způsob, jak se dostat do vysněného rezonančního pole, je podporovat druhé v jejich přáních. Čím více člověk dává, tím více dostává zpět. Protože stejné kvality se přitahují, budete najednou obklopeni lidmi, kteří budou zrcadlit vaši vnitřní štedrost a budou vás podporovat.

Vydejte se na cestu rezonance.

* jic *

To samozřejmě neznamená, že musíte okamžitě opustit své přátele nebo rodinu, abyste splnili svá přání. Znamená to však, že se vydáte tam, kde se jiným vaše přání už vyplnila. Jinak se sice budete díky afirmacím nebo pomocí vizualizace stále zlepšovat a cílenými tělesnými cvičeními si zvýšíte vaši vibrační energii, ale vytvořené rezonanční pole se bude stále rušit a brzdit, až úplně zanikne, pokud se obklopíte výhradně lidmi, kteří nevěří ve splnění vašich přání a v potenciál vašich tužeb.

Negativní rezonanční pole nás mohou rušit v našem rozvoji.

* íj: *

A naopak - pozitivní rezonanční pole nás budou pozitivně ovlivňovat a přivádět k vibracím, které jsou pro náš rozvoj velmi potřebné. Je tedy samozřejmě vhodné využívat ve svůj prospěch taková rezonanční pole, která vás posunou kupředu ke splnění našich přání.

Svět je vám otevřený. Byl vám vlastně vždycky otevřený. Musíte jen pootevřít dveře, aby energie mohla proudit i dovnitř k vám. Zbytek zařídí rezonanční pole, stačí abyste byli otevření a připravení.

Vydejte se tedy tam, kde naleznete vyplnění vašich tužeb. Tam budeme totiž dvojnásobně odměněni: tím, že se přiblížíte svým přáním, dostanete na svou stranu další pomocníky - naše zrcadlové neurony.

DAR ZRCADLOVÝCH NEURONŮ

*Naše přání jsou tušením
schopností, které v nás dřímají,
předzvěstí, co jsme schopni dokázat.*

JOHANN WOLFGANG GOETHE

Už v roce 1990 objevili italští neurologové v čele s profesorem Giacomem Rizzolattim z univerzity v Parmě zajímavý fenomén. Přišli na to, že určité oblasti mozku ukládají vzpomínky na motorické průběhy pohybů a mohou je opakovat bez toho, že by samy musely tuto zkušenost zažít. Tyto mozkové buňky se aktivují již pouhým pozorováním dané činnosti.

**Náš mozek si ukládá dokonce vzpomínky
na průběhy určitých činností,
i když jsme je my sami neprováděli.**

Tento poznatek byl pro vědu naprosto nový a překvapivý. Uložené vzpomínky získané pozorováním nám později umožňují provádět podobné činnosti, přestože jsme je nikdy netrénovali, ani jsme se je neučili. I když by nám schopnosti k provádění takových úkonů měly úplně chybět, víme, jak se máme chovat.

Za tuto speciální schopnost je zodpovědná speciální skupina neuronů v našem mozku. Byly pojmenovány „zrcadlové neurony“. Aktivují se tehdy, když provádíme určitou aktivitu, například balancujeme na laně, nebo děláme nějakou jinou nezvyklou činnost. Také se aktivují tehdy - a to je zajímavé - když se jen *díváme*, jak někdo balancuje na laně nebo dělá něco nezvyklého. Tyto zrcadlové neurony nám tedy umožňují vnitřně napodobovat činnosti, které *vidíme u druhých*.

Samotná medicína toho mezitím velmi úspěšně využívá. Tak například pacienti po mozkové mrtvici se učí prostřednictvím filmů, v nichž jsou ukazovány denní činnosti (puštění vodovodního kohoutku apod.), jak mají tyto úkony opět sami provádět.

Právě takovou zkušenost, jež mě velmi ovlivnila, jsem získal jako mladík. Tenkrát jsem se snažil naučit hrát na kytaru. Měl jsem bohužel učitele, který mě nijak zvlášť neinspiroval, a tak jsem nedělal žádné významné pokroky. Potom jsem ale jednoho večera navštívil koncert španělského kytarového virtuóza Manita de Platas. Byl jsem nadšený. Naprosto fascinován jsem seděl v první řadě a nasával každý tón. Ještě tu noc jsem si melodie přehrával a byl jsem lepší než kdykoliv předtím. Bylo to, jako bych všechny techniky cvičil už dlouho.

Tenkrát jsem byl svým - přes noc získaným - talentem pro španělskou hudbu právě tak fascinován jako udiven. Dnes vím, že to byly zrcadlové neurony, které mi tuto schopnost propůjčily.

- Chceme-li zlepšit své schopnosti, potřebujeme jen intenzivně pozorovat druhé a získané poznatky zabudovat do světa svých zkušeností.
- Zrcadlové neurony nám pomohou dělat velmi rychlé pokroky.
- Tyto činnosti by se samozřejmě měly i zrealizovat. Zrcadlové neurony jsou jen „první krůčky“.

Někdy při pozorování dokonce úplně ztratíme odstup a jsme tělem a duší spojeni s danou činností.

Také za to jsou zodpovědné tyto zrcadlové neurony. Když se například ztotožníme s nějakým sportovcem, začneme s ním rezonovat. Bez toho, že bychom si toho byli plně vědomi, jsme vtaženi do děje, jako bychom ho sami prožívali. Když se situace stane pro našeho oblíbence kritickou nebo se zápas dostane do rozhodující fáze - například při boxu, šermířském turnaji nebo při pokutovém kopu při fotbale - napnou se naše svaly, zrychlí se nám tep a stejně tak i dech. Jsme rozčilení, zcela bez sebe, neovládáme své pocity, křičíme, vztekáme se, smějeme se, trpíme nebo já-sáme. Prožíváme tedy všechno tak, jako bychom sami stáli v aréně, i když sedíme doma před televizí a v ruce máme miskou brambůrků. Přesto je celé naše tělo vtaženo do akce.

Zrcadlové neurony nám tedy umožňují vcítit se do jiné osoby. Jsou zodpovědné za to, že hranice mezi námi a jinými osobami zmizí. Cítíme vnitřní soucit, nechuť či štěstí a tyto pocity můžeme pochopit a naplnit. Především ale získáme od těchto našich vzorů zkušenosti, jako bychom je sami prožili.

**Prožíváme-li v duchu činnost, kterou pozorujeme,
je nám později k dispozici jako vzpomínka.**

* ifc *

Síla vizualizace

V 80. letech převzal dr. Dennis Waitley velmi zajímavé vizualizační cvičení z programu Apollo. Vyzval sportovce olympijských her, aby si v myšlenkách představovali svůj závod a intenzivně ho prožívali. Aby se výsledky daly lépe vyhodnotit, byli účastníci pokusu napojeni na biofeedback. Udivující na tom bylo, že ačkoliv prožívali závod jen v myšlenkách, svaly to vnímaly jako opravdový závod a vykazovaly všechny reakce, jako by závod probíhal ve skutečnosti. Svalová aktivita byla totožná.

Tento poznatek o zrcadlových neuronech přijali mnozí dnešní sportovci za vlastní. Nazývá se to „mentální trénink“. Ještě dlouho před tím, než samotný závod začne, procházejí si v myšlenkách všechny pohyby v průběhu závodu, až se jim stanou druhou přirozeností. Vizualizují si a vyhodnocují tyto zkušenosti - ale jen v myšlenkách. Díky zrcadlovým neuronům je potom průběh závodu k dispozici během zlomků sekundy, téměř tak, jako by již dlouho probíhal, jako by se ho člověk již tisíckrát zúčastnil, a měl tudíž k dispozici mnohem více zkušeností, způsobů reakce a prozíravosti.

Přibývá sportovců, kteří si celý závod nechávají odehrávat před svým duchovním zrakem. Běžci na 100 metrů překážek stojí na startu, ale jejich mysl se už naplno účastní závodu. Jejich tělo vše prožívá, chystá každou buňku k boji a může toto kdykoliv znovu vyvolat.

Především je ale tělo připraveno převést celý zápas do skutečnosti tak, jak si ho sportovec v myšlenkách vytvořil.

Když se člověk ptá špičkových sportovců, jak se dokázali v takové míře po celou dobu motivovat a získávat stále nové síly, které bychom jim ani nepřisuzovali, říkají často to samé: koncentrovali se pouze na cíl, na to, čeho chtějí dosáhnout. Radostné očekávání cíle bylo už tak intenzivní, že všechny další kroky se zdály být malé a bezvýznamné. Byli tak dokonale spojeni s cílem a radostí z vítězství.

Musíme v sobě vybudit rezonanční pole „vítězství“.

* ♪ *

Čím intenzivněji se nastavíme na vytoužený cíl, čím intenzivněji „výhru“ promyslíme a necháme ji probíhat před svým vnitřním zrakem, tím dokonaleji rozvineme rezonanční pole, které vysíláme a které druzí přijímají. Tak si přitáhneme do svého života lidi, kteří nám pomohou k dosažení našich cílů. Kromě toho se celé naše tělo připraví na vytouženou událost.

Dále víme, že zaktivováním síly naší představivosti můžeme v mozku vytvořit jakousi „knihovnu neuronových propojení“.

Z tohoto pohledu pak pochopíme hlubší účinek vizualizace. Pokud se pomocí síly naší představivosti vědomě vžijeme do situace, kterou si přejeme, optimalizujeme tím naše rezonanční pole a posilujeme naše přesvědčení. Kromě toho aktivujeme naše zrcadlové neurony a máme ve správném okamžiku k dispozici mnohem více znalostí.

Pro náš mozek je to potom opravdu takové, jako bychom již v podobných situacích nasbírali dostatek zkušeností, jako bychom uměli ve správný čas vždy udělat ty správné věci a zapůsobit na sebe i na naše okolí jistotou, znalostmi a klidem. Naše tělo se cítí v bezpečí a není ani na sekundu překvapeno nebo přetíženo.

Já osobně jsem si už dávno navykl přehrát si v duchu schůzky a jednání, které považuji za důležité, včetně požadovaného výsledku. Tímto způsobem se stále cítím jistý a suverénní, umím rychle reagovat a s lehkostí ovlivňovat průběh děje.

Zrcadlové neurony jsou kromě toho zodpovědné i za jiné, velmi podstatné jevy. Zprostředkovávají nám další druh vzpomínek, které jsme už všichni sami poznali: Možná si vzpomenete na pocit, když jste se dozvěděli o lidech, kteří se z ničeho vypracovali k bohatství či uznání. Možná jste se tenkrát cítili na nějakou dobu velmi povzbuzení a motivovaní, a věřili jste, že to také zvládnete. Ano, i za tohle jsou zodpovědné zrcadlové neurony. Ukládají zkušenosti jiných lidí, o nichž jste slyšeli nebo četli a které obdivujete, jako vaše vlastní zkušenosti. Zjistilo se, že čím více se s někým identifikujeme a čím bližší je společná touha, tím intenzivnější je uložená zkušenost.

To nám nabízí nové možnosti řešení, které jsme předtím neznali. Příklady osobností jako Gándhí, Buddha, Ježíš, Martin Luther King, Matka Tereza, Nelson Mandela či jiné vůdčí osobnosti byly a jsou tak důležité pro náš rozvoj, protože inspirují naše vědomí a posunují nás správným směrem. Přesně to se odehrává, když čteme nebo slyšíme pří-

běhy splněných přání jiných lidí. Naše zrcadlové neurony nám pomáhají vnitřně napodobovat to, co slyšíme nebo vidíme, dokud se to i pro nás nestane realitou. Proto nám úspěšné příběhy pomáhají překročit naše vlastní omezení. Víme, že můžeme dokázat to samé.

**Naše zrcadlové neurony se aktivují už tehdy,
když se mentálně zabýváme tím,
jak jiní zvládli zdánlivě nemožné.**

* ✎ *

Chcete-li něco dokázat, prožijte si, jak to dokázali jiní lidé. Čtěte o tom, dívejte se na to, analyzujte to, učiňte jejich zkušenost vaší vlastní.

V jedné studii jsem četl, že nejoblíbenější četbou velmi úspěšných lidí jsou životopisy jiných úspěšných lidí. S tím, co teď víme o schopnosti neuronů se učit, nás to už neudivuje. Čím více čteme o úspěšných lidech, tím více *vlastních* zkušeností si ukládáme ve svém mozku. Najednou totiž víme, že všechno je možné. Omezení neexistují. Zdánlivé překážky jsou jen výzvou pro ještě větší kroky.

- Zabývejte se životy úspěšných lidí.
- Čtěte životopisy a dívejte se na filmy, které takové životní cesty popisují.
- Zabývejte se příběhy lidí, kteří se z nouze vypracovali k finanční nezávislosti.
- Zajímejte se o takzvané „zázraky“.

*Nestačí vědět,
je nutné to použít.
Nestačí chtít,
je nutné to udělat.*

JOHAN WOLFGANG GOETHE

OBKLOPTE SE POLEM REZONANCE

*Neztrácej čas
hledáním překážky,
možná, že žádná není.*

FRANZ KAFKA

Připravte se na navázání tělesného a emocionálního kontaktu se svými přáními! Abychom optimálně využili daru zrcadlových neuronů a zároveň mohli nechat rezonanční pole, která nejvíce potřebujeme, pracovat v náš prospěch, bude nejúčinnější, když se vydáme do blízkosti rezonančních polí, která odpovídají energii našich přání.

Chcete-li být bohatší, obklopte se lidmi, kteří už určitý majetek nashromáždili. Chcete-li mít šťastné a dlouho trvající partnerství, vyhledávejte blízkost párů, které spolu harmonicky a spokojeně žijí. Chcete-li vykonávat nějaké určité povolání, například lékaře, technika nebo jakékoliv jiné, obklopte se lidmi, kteří toto povolání vykonávají. Nejenže se vaše vlastní vibrační energie posune *žádaným* směrem a vy díky zrcadlovým neuronům získáte nové, dosud neznámé zkušenosti, ale kromě toho si - díky své vlastní přitažlivé síle - přitáhnete informace o tom, které kroky jsou pro vás nejlepší. Získáte poznatky, jež vás povedou dál. Poznáte lidi, kteří vás posílí v názoru, že vaše cíle jsou dosažitelné, tedy lidi, kteří vědí, že i vy si můžete vyplnit své touhy.

Máloco je stejně motivující jako úspěch druhých. Co zvládli jiní, můžete zvládnout také! A hlavně, lidé, kteří to již zvládli, budou rozumět vaší touze - koneckonců ji také kdysi měli. A tito lidé vás budou podporovat, vyzývat a - to je velmi důležité! - budou věřit ve váš potenciál. Ať už se má ve vašem životě realizovat cokoliv: Jdi tam, kde se to již podařilo splnit ostatním.

A tímto se opět ocitáme ve výchozím bodě předposlední kapitoly. Obklopte se lidmi, kteří vám věří. Najdete je nejlépe tam, kde již vaše přání byla vyplněna.

Pokud se chcete přestěhovat do apartmánu v nějaké lepší části města, zkuste tam více pobývat. Jděte tam na procházku, navštěvujte kavárny a obchody, procházejte se parkem, užívejte si atmosféru a prociťujte energii, která tam vládne. Nechejte se jí zachytit a prostoupit. Představujte si, jaké je to krásné, že tam bydlíte. Prohlížejte si byty, v nichž byste chtěli bydlet, i když si je ještě nemůžete dovolit. Postavte se na balkón a radujte se z té úžasné energie! Tato energie patří i vám!

Od tohoto okamžiku už nebude vaše radostné očekávání jen čistě obrazné, ale ucítíte ho i fyzicky. A velmi se tím pozmění i vaše rezonanční pole.

- Čím více se budete zdržovat tam, kam směřujete, tím rychleji vrostete do této role.
- Pokud naopak zůstanete vytrvale sedět tam, odkud chcete pryč, budete muset stále znovu a znovu bojovat proti vibracím, které vás obklopují. To znamená, že budete muset být mnohem silnější než vibrace, které vládnou ve vašem okolí.

- Podstatně jednodušší je dopřát si občas oddych a jít tam, kde se tato žádaná energie vyskytuje.
- Nechejte se touto novou energií ovlivnit. Pak vám i změny ve vašem životě připadnou lehčí, protože už budete ve spojení s radostným očekáváním.
- Následně se vám otevře mnohem více možností, jak získat informace a pokyny, které určí vaše příští kroky. Možná tam poznáte lidi, kteří vás pozvou, dají vám tip, nebo dokonce nabídnou svou pomoc.

**Nezvládnete-li opustit svůj myšlenkový vír
strachů a starostí,
opust'te prostě fyzicky na krátkou dobu místo,
které vás v těchto vibracích drží.**

* ějc*

Někdy člověk potřebuje jen několik hodin, aby načerpal dostatek energie, možná si někdy dopřejete celý týden.

Jak rychle se může náš vlastní horizont změnit, jsme už všichni zažili, například když se vrátíme z dovolené, jsme často plni nových nápadů, představ a poznání, které bychom rádi využili. Máme spoustu odvahy a odhodlání, ale za krátkou dobu toto nové nastavení zeslábne. Na dovolené jsme neudělali nic jiného, než že jsme změnili naše rezonanční pole - i když nevědomě.

Ale po krátké době se necháme opět zachytit starými vibracemi, obklopují nás v našem známém domácím prostředí. Někdy ještě sníme o naší dovolené a našich plánech, bohužel nesplněných. Jsme třeba i deprimovaní, že jsme do-

statečně dlouho nevytrvali. Ale místo toho, abychom se tím nechali demotivovat, měli bychom to využít jako další povzbuzení, jako důkaz, jak lehce se může naše rezonanční pole proměnit, když se vydáme na správná místa.

Promyslete si tedy, které přání byste chtěli realizovat jako první a která místa byste měli vyhledat, aby jste se pozvedli do správné vibrační hladiny energie.

Přitom vůbec nevadí, že to na první pohled může vypadat bláznivě. Chcete-li se vdát, vyzkoušejte si svatební šaty, projedte se autem, po němž pokukujete, i když si ho zatím nemůžete dovolit, prohlížejte si byty, v nichž byste rádi bydleli, nechejte si poradit v cestovní kanceláři a navštěvujte fóra na internetu, kde můžete najít energii svých přání. Prožijte si svá přání jako tělesnou zkušenost.

**Navazte tělesný a emocionální kontakt
se svými přáními.**

*To, u čeho selžou naše výpočty,
nazýváme náhodou.*

ALBERT EINSTEIN

JAK NAŠE REZONANČNÍ POLE REAGUJE NA ZPRÁVY V TELEVIZI A V NOVINÁCH?

*Každá informace, každé sdělení a každá zpráva
mají vliv na naši DNA a zanechávají
stopy v celé naší buněčné struktuře.*

Zprávy nejsou nic jiného než sbírka negativních sdělení. Dozvídáme se o nezaměstnanosti, povodních a klimatických katastrofách, o energetické krizi, krachu bank, útocích teroristů a možnosti, že se sami staneme dalším cílem. Přitom je to jen malý výběr ze zastrasovacích scénářů, s nimiž jsme večer co večer posíláni do postele. Poté, co jsou nám předloženy ty nejhorší zprávy, doplněné bezcitnými obrázky posbíranými z celého světa, moderátor se na nás usměje a popřeje nám dobrou noc.

Jak má tedy vypadat *dobrá noc*?

Zprávy v televizi a v novinách jsou těmi *nejlepšími* nosiči informací pro šíření a posilování strachu. Díky nim žijeme ve stálém pocitu ohrožení. Naše tělo je tím naprosto zahlcené. Cítíme se stále slabší a bezmocnější a brzy už nevidíme žádné další perspektivy. Když jsme pohlceni touto energií strachu, přitahujeme si do života další zkušenosti, které naše obavy potvrdí. Vzpomeňme si - stejné kvality se přitahují.

**Naším strachem si vytváříme přesně to,
čeho se obáváme.**

* iic*

Není úplně jednoduché vystoupit z tohoto kruhu, protože aktivací stresových hormonů se snižuje naše schopnost jasně myslet.

Veškeré informace a myšlenky při řešení problémů se realizují v předním mozku. Tam je sídlo rozumu a logiky. Reflexní aktivita má své místo v zadním mozku. Aby mohly stresové hormony v nouzi velmi rychle účinkovat a reagovat, dojde v předním mozku k zúžení cév a v důsledku toho už nejsme schopni jasně myslet. Kromě toho se tím utlumí centrum vědomého jednání. Tato aktivita se nachází v přední mozkové kůře. To znamená:

**Když jsme ve stresu, máme sníženou inteligenci
a snížené vědomé vnímání.**

Pod vlivem stresu nemůžeme jasně myslet a činit vědomá rozhodnutí. Je pro nás tedy podstatně těžší vymanit se z naší energie strachu a vytvořit pozitivní rezonanční pole. A to není všechno.

Když usneme se strachem a stresem, nejenže si bereme jejich energii s sebou do spánkového podvědomí, ale zároveň ji ukládáme do své paměti, protože - jak ukázaly výzkumy mozku - obsah paměti se ukládá *v noci*. To znamená, že když se prožitek odehraje ve spánku, intenzivněji

se zapíše do naší paměti. V důsledku toho se energie strachu stává naší pravdou. Co na první pohled možná vypadá neškodně, má dalekosáhlé důsledky.

Jak se dostaneme z tohoto kruhu? Jednoduše tak, že z něj vystoupíme.

- Zkuste, jak se budete cítit, když budete týden usínat bez televizních zpráv a budete mít čas najít svou vlastní pozitivní energii.

Už vás někdy napadlo, že politikové před volbami rádi šíří strach, aby nám následně mohli slíbit, že jen oni mají připravené optimální řešení a my si nemáme dělat žádné starosti? Vzpomeňte si na televizního moderátora, který nám ukazuje nejhorší obrázky světa, a poté nám přeje dobrou noc. Radši si popřejte sami dobrou noc. Váš život leží ve vašich rukou. A jen tam také patří.

**Jak vám pomohou jakákoliv úžasná rezonanční pole,
která si vytváříte, když je hned zase rušíte?**

* ijc *

Zprávy ale nejsou to jediné, čím naši energii přání stále omezujeme. Podívejme se na naše zvyklosti.

Na jaké filmy se například díváte? Máte rádi kriminální filmy, horory či thrillery nebo upřednostňujete dramata a tragédie? Prožívá váš filmový hrdina bezvýhodné situace, nemoci, smrt milovaných lidí nebo finanční krachy? Potom si uvědomte, že filmový průmysl dělá všechno pro to, aby zcela zaměstnal vašeho ducha. Opravdu dobrý

film vás může zaujmout jen tehdy, když vyjádří vaše pocity. Každý režisér a každý scénárista nechce nic jiného, než se dotknout vašeho citového světa. Proto filmoví producenti vydávají miliony a zaměstnávají celé týmy lidí, abyste mohli prožít to, co vám daný film nabízí. Náš mozek ale neumí rozlišovat mezi fantazií a realitou. Podvědomí ukládá tyto zkušenosti do paměti a uspořádává další informace na základě těchto nových zkušeností.

Zdánlivě jsme „jen“ 90 minut zapleteni v dramatu, ve světových válkách, v hladu a bídě, v boji o přežití. Děláme-li to častěji, zabýváme se těmito věcmi myšlenkově i emocionálně. Díváme-li se stále znovu na podobné filmy a sledujeme-li zprávy nebo zvláštní zpravodajství o velkých neštěstích nebo hladomorech, vytváříme si obrovské rezonanční pole nedostatku, chudoby, bídy, starostí a strachu.

Někdy - možná až příliš často - jsou pocity, které při tom vznikají, mnohem intenzivnější a dlouhodobější než pocity, které jsme si vytvořili našimi přáními.

Pokud tedy znovu a znovu:

- čteme knihy, v nichž se odehrávají dramata nebo jsou zabíjeni lidé, jen abychom cítili vnitřní napětí nebo „jsme knihou plně zaujati“;
- sledujeme filmy, které nás přivedou do rezonančního pole, jež bychom na vlastní kůži nikdy nechtěli prožít;
- často a intenzivně věnujeme pozornost zprávám, které nás šokují a vzbuzují v nás odpor, hnus a nechuť;
- vytváříme si stejné rezonanční pole i sami v sobě.

Zákon přitažlivosti působí a my se identifikujeme s něčím, čím vůbec nechceme být.

Abyste sami sobě ukázali, jak odlišně býváš život mohl probíhat, měli byste sobě a svému tělu věnovat týden naplněný prospěšnou energií:

- Mějte se dobře.
- Čtěte jen povzbuzující literaturu.
- Sledujte jen filmy dodávající odvalu.
- Poslouchejte povznášející hudbu.
- Setkávejte se s lidmi, které máte rádi.
- Pište láskyplné dopisy.
- Zapisujte si myšlenky do deníku.

Všechny vlivy, kterých si všimnete, ovlivňují váš rezonanční systém, vzbuzují ve vás různé emoce a pocity. Když posloucháte příjemnou hudbu nebo čtete povzbuzující knihy, bude vaše nitro i vaše mysl přátelštější, lehčí, vřelejší a klidnější.

**Rozvíjejte se tím směrem,
ve kterém najdete splnění svých tužeb.**

* Ý *

Čím častěji vše budete opakovat, tím rychleji se to zrealizuje. Za to jsou zodpovědné synapse v našem mozku.

*Dělat opravdové zázraky ve vašem životě
nepřísluší nikomu jinému než vám.*

*Všechno, co si přejeme,
všechny cíle, kterých bychom rádi dosáhli,
jsou v nás již uloženy.*

*Sami proto můžeme
s těmito vytouženými cíli
vstoupit do rezonance.*

*Pokud by to v nás nebylo,
potom by nás událost - ať je jakákoliv
- neuvedla do vibračního pohybu.*

MOZEK JE TVÁRNÝ

*Fantazie je důležitější než vědění,
neboť vědění je omezené.*

ALBERT EINSTEIN

Nejnovější poznatky získané při výzkumu mozku nás znovu udivily. Bylo totiž zjištěno, že náš mozek se může měnit. Proměňuje se tím, jakou činnost vykonáváme. Mění se nejen teoreticky, ale i fyzicky. Mění se podle toho, jaké máme myšlenky nebo jaké získáme nové zkušenosti.

V dlouhé řadě pokusů prováděly testované osoby po určité době neznámé činnosti a zjistilo se, že oblast mozku, která k tomu byla použita, se zvětšila podobně jako sval, jenž člověk trénuje, zatímco ostatní oblasti mozku ponechané ladem, se zmenšily. Mozek se v těchto místech opravdu zmenšil. Zároveň se vytvořily nové synapse, průtok energie v nich vzrostl a začaly se aktivovat nové, jiné automatické okruhy myšlení. Mozek má tedy schopnost zcela změnit svá propojení a vytvořit nová spojení neuronů, když po určité době děláme něco nového nebo nově myslíme.

**Během krátké doby se stanou
nové činnosti, nové myšlenky a nová přesvědčení
pravdivou skutečností.**

* ΛÍ*

Mozek se podle toho zařídí.

- Když po nějakou dobu myslíme na zcela určité věci nebo vykonáváme určité činnosti, zvětší se nám příslušná oblát v mozku.
- Jiné části mozku, které nějakou dobu nevyužíváme, se zmenší.

Příslušné neurony změni své funkce, aby nové, a tudíž důležité, elektrické signály - a tím i informace - mohly být přepřavovány rychleji a efektivněji.

Tato překvapující schopnost mozku, která mu umožňuje kompletní proměnu, byla vědci nazvána *plasticita*.

To, co je pro nás opravdu fascinující, je fakt, že ve kterémkoliv okamžiku můžeme pro svůj život stvořit novou realitu. Náš mozek reaguje na naše myšlenky a rozvíjí podle nich své neurony. Náš mozek se zcela nově prosítuje.

**Našeho ducha, a tudíž i naši budoucnost,
můžeme vyškolit v každém směru.**

* ífc *

Když tedy budeme po určitou dobu cvičit dosud nevyužívané oblasti, může naše budoucnost probíhat úplně jinak.

- Novým způsobem myšlení a jednání můžeme aktivovat nové nervové buňky mozku.
- Funkce neuronů se dokáží měnit a mohou vznikat nová spojení, zatímco nevyužívané oblasti - třeba ty, které sou-

visejí s našimi pochybnostmi a negativními myšlenkami
- budou stále menší a bezvýznamnější.

- Svůj život si můžeme zcela nově uspořádat.
- I svá přesvědčení můžeme úplně změnit, pokud po určité době zacílíme naše myšlení do nového „vytouženého“ směru.
- Když změníme svá přesvědčení, promění se celý náš život.

Ted už také rozumíme tomu, proč je tak důležité přezkoumat své zvyklosti nebo nějakou dobu opakovat určité chování. Například afirmace, o kterých budeme podrobně mluvit v příští kapitole, jsou v tomhle ohledu velmi důležité.

Náš mozek ale potřebuje nějakou dobu k tomu, aby se změnil. Když jsou nervové buňky záměrně nabuzeny, budují si také cíleně spoje ke svým buněčným sousedům, a to během minut. Staví si dokonce takovou „malou silnici“. Než se ale tato silnice stane „sjízdnou“, tedy než na ní může skutečně docházet k výměně informací, uběhne jeden den. Neurobiologové z Institutu Maxe Plancka objevili, že naše nervové buňky potřebují až 24 hodin k tomu, aby si vyměnily informace přes nově vzniklá kontaktní místa.

Vše nové, co se naučíme, potřebuje svůj čas. Během prvních osmi hodin se vytvoří prvotní jemné prosíťování. V následujících hodinách se rozhodne, zda budou tyto spoje dále budovány a udržovány, nebo ne. Pokud si ale chceme informace udržet, potřebujeme cílené opakování toho samého. Je to proces učení, který se v mozku projeví jen díky častému opakování. Jak se říká: Cvičení dělá mistra. To je i vysvětlením, proč bychom měli afirmace a pozitivní věty opakovat často.

**Jen důsledným opakováním nového,
požadovaného vzorce myšlení můžeme
vytláčit stará a nežádoucí přesvědčení.**

Ke svému údivu to zjistili i neurologové: Náš mozek může stará přesvědčení zase *zapomenout*.

Když se nová „cesta“ - v řeči neurologů pojmenována jako „spoj“ - napojí na kontaktní místo, které už mělo navázané jiné spojení, je velká pravděpodobnost, že nový spoj zatlačí ten starý.

Neurolog Valentin Nágerl z Institutu pro neurobiologii Maxe Plancka k tomu říká, že „tento jev by například mohl souviset s tím, že člověk zapomíná staré věci, když se učí nové“¹⁴.

Dříve naučené věci si také vybavíme rychleji než věci naučené nedávno. To by mohlo být důkazem toho, že se staré a vyřazené spoje nezruší úplně, nýbrž že se při zvýšené potřebě opět obnoví.

Tento poznatek nám zřetelně ukazuje, že jsme schopni záměrně a vědomě kdykoliv změnit svou životní koncepci. Je k tomu zapotřebí jen trochu času, trpělivosti a trvalé opakování požadovaného cíle - náš mozek si pak vybuduje nová spojení.

Tak tedy, co nového má vzniknout ve vašem životě?

¹⁴ Viz <http://Mw-uni.de/pages/de/news221768>.

*Všechna zformulovaná přání a afirmace
slouží k jedinému cíli:
přeprogramovat vlastní rezonanční pole.
Jde tedy vždy o to
zrušit staré, negativní vzorce
včetně jejich působení na náš život
a vytvořit nové, pozitivní rezonanční pole.*

SÍLA AFIRMACÍ

Změň se a změníš svět.

MALTÉZSKÉ PŘÍSLOVÍ

Afirmace jsou pozitivně formulované věty, které si stále opakujeme jako mantru. Jsou to tvrzení posilující naše životní cíle, ale zároveň mnohem více ovlivňující. S pomocí afirmací si nejrychlejším způsobem vytvoříme ideální rezonanční pole pro naše přání a cíleně přeprogramujeme náš mozek - především díky tomu, že se dají použít kdykoliv a kdekoliv.

Afirmace nám pomáhají nejrychleji transformovat naše myšlení.

Afirmace, na které velmi často myslíme nebo je vyslovujeme, putují do našeho podvědomí a mění celé základní nastavení stejně jako - teď už to víme - naši celkovou funkci mozku.

A v tom je jejich hluboký smysl. Rozum začíná rušit staré programy a zařazovat nové. Nahrazujeme tedy své doposud spíše negativní vzorce novými a pozitivními přesvědčeními. Nejpodstatnější na tom je, že svým afirmacím absolutně vě-

říme: Musíme je *cítit* se vším všudy. Protože do svého života přitahujeme *to, co skutečně cítíme a v co věříme*.

Způsob práce s afirmacemi:

- Každá afirmační věta působí jako povel vyslaný do našeho podvědomí.
- Afirmace mění naše stará přesvědčení.
- Tato nová přesvědčení jsou přijímána srdcem a DNA a právě tak i vysílána.
- Se všemi ostatními na tomto světě komunikujeme prostřednictvím našich přesvědčení. Tato komunikace probíhá bez prodlení a jakýchkoliv omezení na úplně samostatné úrovni - v tzv. hyperprostoru.
- Podle zákona rezonance je všechno, co vyhovuje vašemu novému přesvědčení, přitahováno do vašeho života.

Přání a afirmace nám tedy nejen pomáhají zaměřit naše podvědomí na cíl, nýbrž působí na celou naši bytost. My měníme svou víru podle svých přání a vysíláme ji do světa jako soustředěnou energii.

Které afirmace jsou ty nejlepší?

Tuto otázku nelze obecně zodpovědět. Pro každého je účinnější jiná věta, protože každý z nás má jiná přání, jiné touhy a cíle - a přirozeně také jiné bloky.

Najděte si prostě takové afirmace, které jsou pro vás nej příjemnější a u kterých cítíte nejmenší odpor. Každá afirmace by měla působit hřejivě a příjemně a dát vám pocit bezpečí. Pokud upozorujete, že roste váš strach nebo že si

nevěříte, obměňujte svou afirmaci tak dlouho, až ji budete cítit a říkat bez odporu.

**Afirmace na vás má působit lehce
a dát vám sílu.**

* ij: *

Pokud však zpozorujete, že vás naopak namáhá a vyžaduje od vás sílu, vraťte se v myšlenkách o krok zpátky. Když například vaše afirmace zní: „Mám nárok být bohatý“ a ucítíte, že na vás stále útočí pochyby a nejste vnitřně přesvědčeni o tom, že vám peníze přísluší, tak formulaci pozměňte. Třeba se pro vás lépe hodí věta „Být bohatý je dobrý pocit“ nebo „Mám rád peníze“.

Jakmile nějaké afirmace vyzkoušíte, rychle přijdete na to, kde se ukrývají vaše bloky a negativní názory.

Nejlepší je vybrat si takové afirmace, které se k vám hodí a mají pro vás největší sílu. Důležité je, abyste *cítili* pravdivost svých afirmací a aby vám přinášely *pocit štěstí*.

Například věta „Jsem hoden/a lásky“ připadá mnoha lidem neuvěřitelně těžká. Byli v dosavadním životě příliš dlouho přesvědčeni o opaku a také ostatní lidé jim to neustále zrcadlili. Než abychom tedy sami sebe zatížili touto příliš těžkou afirmací, vrhli se na pole rezonance a svými vlastními pochybnostmi vytvářeli rušivé opačné vlnění, můžeme se této větě krok za krokem přiblížit. „Mám se rád/a“ nebo „Mám se rád/a stále více“ mohou být výroky, které každý procitňuje podstatně silněji a které nevytvářejí žádný odpor.

Jak mám používat afirmace?

Jakmile si vyberete afirmace, které jsou pro vás nejlepší, můžete si je opakovat mlčky v hlavě nebo je můžete nahlas recitovat. Prociťujte v každém okamžiku důvěru, která tím ve vás vzniká.

Tyto věty svých přání můžete používat jako mantru, nebo je vyslovit jen jednou, když máte pocit, že jste svému přání už propůjčili dostatek síly. Pokud ale zpozorujete, že vaše myšlenky opět ovládly pochyby, věnujte se znovu těmto svým osobním formulacím přání a opakujte si je tak dlouho, dokud v sobě nebudete cítit sílu a klid. Tímto způsobem se znovu dostanete do rezonance se svými vlastními přáními a neponecháte žádný prostor pochybnostem.

Jak dát afirmacím ještě více síly

Energii, kterou vyzařujeme, můžeme ještě více posílit, když si vybrané věty budeme opakovat s úmyslem, že je vysíláme. Při afirmacích bychom tedy měli vždy myslet na to, že vysíláme energii. Stáváme se vysílačem, jsme vysílači. Vysíláme energii podobně jako rádio - prostřednictvím našeho srdce, naší DNA a našeho mozku - a každý, kdo je připraven tuto energii přijmout, ji zachytí.

Čím jasnější je energie, tím lépe může být zachycena. Čím lépe vaše formulace přání vyjadřuje to, co cítíte, a čím více se s ní můžete identifikovat, tím intenzivnější je vyslaná energie.

*Čím přesněji se v mysli zaměřujete na cíl,
tím jistěji se veškerá přání
ve vašem životě uskuteční.*

VYTVOŘTE SI OBRAZ SVÝCH PŘÁNÍ

*Nic se nestane, pokud není
na začátku sen.*

CARL AUGUST SANDBURG

Afirmace jsou velmi účinným prostředkem k tomu, jak se můžeme stále udržet v rezonanci se svými přáními. Existuje však ještě mnoho dalších možností, jak silou myšlenek vysílat tu *správnou* energii. Podstatné je jen to, že se se svými přáními identifikujeme a že se jimi zabýváme a udržujeme si tedy své rezonanční pole.

Proces přání funguje jako obrovský vesmírný vyhledávací stroj pátrající po podobných energetických polích. A protože stejné přitahuje stejné, přitáhneme si tímto způsobem do svého života vždy splnění toho, co si přejeme. Zároveň se tím, že se přáním věnujeme, připravujeme přijmout jejich splnění.

Čím déle a intenzivněji se svými přáními zabýváme, tím intenzivnější a déle působící je i energie, kterou navenek vysíláme a kterou zároveň posíláme i svému podvědomí. Vypadá to jako práce, ale ve skutečnosti na to nepotřebujeme vynakládat žádnou sílu. Do rezonance se můžeme dostat i *hravě*. Přesně vzato je dokonce úplně nejlepší, když jsme v okamžiku přání naprosto *uvolnění*. Čím lehčeji se nám to podaří, tím lépe.

Je mnoho možností, jak toho dosáhnout. Můžeme si například vytvořit obraz našich osobních přání, takovou koláž našich žádostí a tužeb. Ostatně je to i můj osobní favorit. Rozhodně je to způsob, jakým se rád udržuji v rezonanci.

- Vystříhněte si z novin a časopisů všechno, co byste chtěli ve svém životě mít - ať je to cokoli. Jsou k tomu vhodné všechny možné obrázky, kresby nebo fotografie, které zobrazují vaše přání. Ve věcech, které byste rádi měli ve svém životě, se neomezujte. Může to být počítač, kolo, dům, šaty nebo auto. Třeba je to více věcí najednou - byt, kolečkové brusle, kabelka, člun, dovolená, vysněný partner nebo peníze.
- Všechno, co byste chtěli mít ve svém životě, umístěte na tento obraz. Vytvořte opravdovou koláž. Můžete tam i sami něco nakreslit nebo napsat. Jaký formát zvolíte, je na vás. Podstatné je, že budete mít tento obraz - lépe řečeno svá přání - pořád před očima a budete se jimi zabývat. Pokaždé, když uvidíte to, co si přejete, začne vaše podvědomí jásat radostí. Začnete čím dál více přijímat to, co si přejete. Identifikujete se se svými tužbami. Stále více se svým cílům přibližujete. Už pro vás nejsou nedosažitelné. Najednou jsou tu, a vám to přijde samozřejmé. Protože byly už delší dobu vaší součástí, je přirozené, že je pocítíte i fyzicky, tedy naprosto reálně ve vašem životě.
- Pověste si tento obraz u sebe doma, abyste s ním byli denně v kontaktu.
- Možná k tomu ještě přibude něco nového nebo některé detaily vykreslíte mnohem konkrétněji.

- Čím více se na to váš duch a vaše představivost soustředí a čím více se tím budete zabývat, tím dříve si to přitáhnete do života.
- Čím více se vnoříte do pocitu radostného očekávání, tím silnější je vysílaná energie.
- Spojte se s tímto obrazem. Je to vaše zázračná budoucnost.
- „Šťestí“ vám patří.

Existuje přirozeně spousta možností, jak si tento obraz přání vytvořit:

- Můžete například nakreslit sebe do středu a kolem napsat pozitivní vlastnosti.
- Také bubliny vypadají vesele. Napište do nich všechny cíle a představy! Můžete zapsat všechny své *zjevné*, ale i *skryté* schopnosti.
- Na každého většinou udělá velký dojem, když s překvapením zjistí, kolik toho umí a kolik má pozitivních vlastností. Možná máte organizační talent nebo jste velmi komunikativní? Třeba si přejete osamostatnit se nebo se naopak zase začlenit do profesního života? Nakreslete nebo napište do této koláže všechno, co se vás týká a co byste chtěli uskutečnit.

Obraz přání je vaše naprosto osobní naprogramování vašeho rezonančního pole.

* i[i *

Už jsem se zmínil, že toto je pro mě zároveň i způsob, jak svá přání hravým způsobem stále udržuji ve svém rezonančním poli.

Není to ještě tak dlouho, co pro mě Michaela vytvořila koláž s bublinami, takzvaný *mind-mapping* (zmapování mysli). Napsala mé jméno do středu a kolem něj zapsala všechny moje cíle a představy. Tento obraz zavěsila na stěnu k mému psacímu stolu. Každý den jsem tento obraz viděl: v době, kdy jsem pracoval, četl knihu, přemýšlel nebo telefonoval. Někdy jsem ho zahlédl jen tak mimoděk, jindy naprosto cíleně.

Po necelých dvou letech jsem dosáhl všech svých cílů - i takových, které se mi tenkrát zdály velmi vzdálené. Každý den jsem byl více či méně (ne)vědomě se svými cíli ve spojení a něco ve mně se nově uspořádalo. Některé plány mi zpočátku dokonce naháněly strach. Nevěděl jsem, zda si je zasloužím. Dnes se pro mě staly naprosto samozřejmými.

Něco nejde úplně lehce. Čím méně síly vynaložíme, tím více jsme uvolnění. Čím jsme uvolněnější, tím více jsme v pozitivní rezonanci.

*Do žádané rezonance
se dostaneme jen díky uvolnění.
Jen tehdy napadají člověka geniální,
zázračné nápady.*

JAK URYCHLIT VYTVOŘENÍ REZONANČNÍHO POLE

*Dělej nejdříve to nutné,
potom to možné,
a najednou zvládneš i to nemožné.*

FRANTIŠEK Z ASSISI

Vzpomeňme si: Když si přejeme, je nejdůležitější naše přesvědčení. Když jsme o něčem přesvědčeni, vysílá naše srdce energii 5000x silněji než náš mozek a velmi usilovně pracuje na vytvoření rezonančního pole. Také naše DNA komunikuje se všemi kolem o tom, čemu v hloubi srdce věříme.

Co se ale stane, když nejsme o splnění našeho přání úplně přesvědčeni? Velmi často věříme, že si přejeme velmi intenzivně, podrobně a detailně, ale nepozorujeme, že si současně s tím vytváříme představy a obrazy omezení a negace svého přání.

Ale ani tyto obrazy nejsou nic jiného než tvůrčí proces. My vytváříme a projevujeme naše omezení. Přitahujeme si tyto nežádoucí věci do života. Vytváříme rezonanční pole nedostatku a tím si vtahujeme tyto věci do života.

Většinou se naše pochybnosti skrývají v otázkách jako například: „Kdy se to konečně splní?" nebo „Ještě se nic neděje. Dělán něco špatně?"

Dokud v sobě nesete obrazy a pocity pochyb či netrpělivosti, zaměstnáváte se nepřítomností svého přání a tak jí také dáváte více energie. Tím své přání omezujete. Sotva jste ho stvořili, voláte ho zase zpátky.

**Zabýváme-li se nedostatkem,
vytváříme rezonanční pole nedostatku.
Zabýváme-li se hojností,
budujeme rezonanční pole hojnosti.**

* íf. *

Někdy nám to připadá těžké, když máme být na 100 % a bez výjimky přesvědčení o tom, že se nám naše přání splní. Existuje úžasná metoda, jak rychle rozpoznat vlastní přesvědčení!

Začíná to tím, co už znáte:

- Nejprve napište na papír své současné přání.
- Následně si své přání - tak jako dosud - představte. Jak to vypadá, když se přání už splnilo?
- Pozorujte se u toho, jak lehké či těžké vám připadá vytváření obrazů. Možná budete cítit odpor a poznáte, kolik v sobě nesete pochyb a netrpělivosti, protože se přání přece ještě nesplnilo.

Abychom překonali tento stupeň, je velmi prospěšné dát našim představám tělesnou zkušenost. A to jde nejlépe s naší hrou na přesvědčovanou, kterou dělám velmi rád i na svých seminářích.

Tam pracujeme ve skupinkách po čtyřech. Když napíšeme své přání a představíme si ho v obrazech, vyprávíme druhým, co už *máme*. Nesdílíme tedy, co si *přejeme*, *nehkáme*: „Přeji si úžasné partnerství“, ale „*Mám* úžasné partnerství“. A vyprávíme ostatním o tom, jak je naše partnerství perfektní.

Tím, že to sdělujeme ostatním, manifestujeme naši energii podstatně důsledněji. Nejen, že přesvědčíme o našem současném stavu ostatní, ale i sami sebe.

Z čistě myšlenkové zkušenosti se stává tělesná zkušenost.

* ➤ *

Toto cvičení, které na mých seminářích podstatně urychluje energii přání, můžete dělat stejně dobře i sami:

- Tím, že vyličíte svá přání v nejkrásnějších a nejpestřejších obrazech, zesílí vaše představivost.
- Jděte bytem a vyprávějte svým imaginárním přátelům, jak se už vaše přání vyplnilo. Mluvíte plní přesvědčení, jak je to nádherné, příjemné a krásné.
- Nezabýváte se již nedostatkem nebo nepřítomností přání. Vnoříte se do svého světa hojnosti a tím se s hojností spojíte.
- Dejte pozor na to, aby váš hlas u toho zněl měkce a příjemně. Vaše tělo přijímá vibrace vašeho hlasu. Začínáte se identifikovat se svým přáním i na fyzické úrovni.

- Když si například přejete báječný partnerský vztah, vyprávějte svým imaginárním přátelům, jak je váš vztah už teď krásný, harmonický, bohatý, bezproblémový a žhavý. Povyprávějte, jak moc se spolu smějete, jak smyslné a romantické jsou vaše noci, jaké nacházíte porozumění apod. Všechno, co si přejete, se již splnilo a vy o tom vyprávíte v těch nejlepších barvách.
- Když chcete vytvořit rezonanční pole nového bytu, vyprávějte druhým, jak byste byt krásně zařídili, jak milí jsou vaši sousedé, jak jste šťastní v této lokalitě, jaký máte fantastický výhled z balkonu apod.
- Smějte se, těšte se, ukazujte celé své štěstí.
- Následně se ještě jednou v klidu posaďte a představte si své přání opět jako obraz. Jděte znovu do síly své představy.
- Prociťujte rozdíl oproti první představě. Daří se vám vytvářet obrazy lehčeji?
- Napadají vás další detaily? Objevuje se snad více barev, nebo dokonce pachy a vůně, které můžete vnímat? Nebo slova? Zesílily vaše pocity? Možná vás také napadne, že i vaše radost vzrostla.
- Pokud to tak je, povykládejte vašemu imaginárnímu příteli příště také o tom.

Čím častěji a intenzivněji to budete dělat, tím větší a silnější bude vaše rezonanční pole, které vytváříte, a tím rychleji nastane vytoužená událost.

Navíc to přináší radost. Co myslíte, jak často jsem chodil bytem a vyprávěl svým imaginárním přátelům, jak se mi přání už splnila? Již dlouho předtím, než jsem to pocítil fyzicky, procíťoval jsem radostné očekávání, viděl jsem

výsledek před očima a nechal tímto způsobem růst svá přesvědčení.

Pokud by váš rozum na začátku namítal, že vaše jednání je dětinské, nevšímejte si toho. Už brzy se budete společně radovat z výsledku a příště bude určitě nadšeně spolupracovat.

Být tvůrcem je hra s energií.

Čím hravěji to budeme dělat, tím úspěšnější budeme.

VYUŽITÍ LÉČIVÉ SÍLY ZVUKU

*Hudba promlouvá hlouběji
než všechna moudrost a filozofie.*

LUDVÍK VAN BEETHOVEN

Znalosti o rezonanci a jejím působení jsou prastaré. Již staří Egypťané, Platon i Pythagoras věděli, jakým způsobem zvuky působí. Pythagoras učil, že tóny a hudba jsou uspořádány v rytmických sledech a tyto vibrace mají jedinečný vliv na udržení zdraví lidí i zvířat. Mluvil o „hudbě sfér“ a vyvinul učení harmonie popisující výměnu mezi našim světem a nebeskými tělesy ve vztahu k našemu tělu.

Proto nás ani neudiví, že se dnešní věda velmi intenzivně snaží přijít na stopu tomu, jak zvuky a kmitání působí na naši trojici - tělo, duši a ducha.

Přírodovědec a lékař Hans Jenny například dokázal, že každá naše buňka má svou vlastní frekvenci a svou vlastní vibraci.

**Vlastní frekvenci a kmitání každé jednotlivé buňky
je možné změnit prostřednictvím tónů.**

*

Jsou tedy závislé na zvucích a tónech a rezonují s nimi. Tady si můžeme ihned uvědomit, jak celý náš systém

na hudbu reaguje. Když slyšíme krásnou, povznášející hudbu, každá buňka v našem těle rozkvetne do zářící krásy.

**Čím harmoničtější a čistší je hudba,
kterou posloucháme,
tím větší kouzlo a půvab cítíme,
když s ní rezonujeme.**

* ijc *

Tento univerzální zákon harmonie se odvozuje z vyšší harmonické stupnice. Harmonické tóny mají dané pořadí intervalů tónů. Vždy potom, když nastane harmonické kmitání, vznikají tyto vyšší harmonické tóny. Tón oktávy je například první harmonický tón a zároveň tón energeticky nejbohatší. Kvinta je druhý největší hudební interval. Tento interval se používá většinou v sakrální hudbě. Zvuk, který přitom vzniká, je základem univerzální harmonie.

Moderní věda teď objevila, že právě vyšší harmonické tóny jsou ty, které mohou lidem pomáhat naladit se na zdravé a léčící frekvenční zdroje.

Přesně vzato je lidské tělo srovnatelné s hudebním nástrojem. My máme právě tak ozvučné tělo, které se naladí na příslušnou frekvenci a podle ní mění svou podobu nebo své nastavení.

- Můžeme se velmi rychle zharmonizovat, když slyšíme příjemnou hudbu nebo nasloucháme tónům hudebních nástrojů.

- Tibetské mísy patří k těm hudebním nástrojům, které rychle zharmonizují celé naše tělo i duši.
- Když člověk není v klidu nebo v souladu se sebou samým, když se přepíná a cítí se unavený a napjatý, stačí často jen pár minut poslechu tónů tibetské mísy, aby se dostal do rovnováhy.
- Úžasné na tom je, že se na tenhle nástroj nemusíme učit hrát. Položíme misku na plochu dlaně a dřevěnou paličkou jedeme po okraji, až miska začne vibrovat.
- Velmi rychle uslyšíme nejen jeden tón, ale i mnoho jiných, tzv. vyšších harmonických tónů vibrujících současně. Během několika minut se celý náš systém naprosto nově nastaví. Co na některé působí jako zázrak, není nic jiného, než že se dostaneme do rezonance se svatým řádem a harmonií.
- Právě tak můžeme k našemu uvolnění použít ladicí vidličku. Přišlo se na to, že ladicí vidlička s různými frekvencemi může pomoci rozproudit kraniosakrální tekutinu. To je kapalina, která je v přímém spojení s naším nervovým systémem. To úžasné na jednoduché ladicí vidličce je, že působí na nevědomí. Nemusíte přemýšlet, nemusíte ničemu rozumět ani nijak reagovat, protože sám zvuk přeorganizuje naše rezonanční pole. Dostanete se do harmonie se sebou samými.
- Když nasloucháme zvuku ladicí vidličky, naše myšlenky a pocity se změní a celé naše tělo zaujme naprosto nový postoj. Aniž bychom museli namáhat mozek, jsme za chvíli v souladu se sebou samými.
- Veškeré disharmonie v našem těle se rozpustí a pomocí univerzální frekvence se uvedou do rezonance.

- Může se stát, že najednou získáme nové nápady nebo objevíme řešení problémů, na něž bychom dříve nepřišli.
- V tomto úplném uvolnění se můžeme podívat na své staré vzorce a zranění a uvolnit je.

Neexistuje nic, co na nás působí tak hluboce a co se nás tak silně dotýká, jako když vstoupíme do spojení s léčivými vibracemi. Možná máte chuť obstarat si ladící vidličku nebo tibetskou mísu. Jednoduše to zkuste - především pokud jste unavení nebo napjatí, vzteklí nebo často vyvedení z rovnováhy. Pak ladící vidličku rozezněte, naslouchejte tónu a čkejte, co se stane.

Použití zvuků a tónů je jednoduchá metoda, jak můžeme zvýšit vibrace našeho rezonančního pole.

VĚNUJTE SI POZORNOST A UZNÁNÍ

*Všechno závisí na způsobu myšlení.
Z myšlení všechno pochází, určuje se a tvoří.
Kdo špatně mluví nebo jedná, toho provází bolest,
stejně jako kolo provází podkovu tažného zvířete.*

BUDDHA

Existuje ještě jedna velmi jednoduchá a účinná možnost, jak si můžeme vytvořit své rezonanční pole. Čím vyšší jsou vibrace v našem rezonančním systému, tím jasnější a pozitivnější je energie, kterou vysíláme. Čím výše kmitáme, tím menší je možnost, že se prosadí pochybnosti, smutek či beznaděj.

Nejrychlejší způsob k vytvoření optimálního rezonančního pole je pochvala.

Pochvalte se!

Ono to není vždy tak jednoduché, jak to na první pohled vypadá. Normálně své vlastní výkony nezveličujeme, spíše skrýváme. Tak nás to koneckonců učili. Většina z nás byla upozorňována na to, že sebechvála smrdí. Mnozí slýchávali od malička rčení: „Nechval dne před večerem“, „Čím výše kdo leze, tím rychleji se svezí“, nebo „Pýcha předchází pád“. Tyto a mnohé jiné „rady“ byly základními kameny

naší výchovy. Všichni určitě známe spoustu takových vět, které nás omezovaly v naší radosti a sloužily k tomu, aby nás udržovali pod kontrolou.

Postupně jsme začali považovat tato pravidla za vlastní a sami se omezovali. Tenhle způsob chování se pro nás stal natolik normálním, že jsme svá měřítká časem uplatňovali i na druhé. Když je někdo velmi hrdý na svůj výkon nebo neomezeně projeví svou radost, nezřídka reagujeme stejnými větami, které jsme slýchávali. Nemůžeme se divit, protože jsme byli neustále vedeni k tomu, abychom byli sebekritičtí. Pokud jsme byli na svůj výkon pyšní, často jsme slyšeli, abychom to neříkali a nebyli domýšlivý nebo dokonce nafoukaní.

Nejsme tedy zvyklí sami sebe chválit.

**Svůj sebekritický pohled jsme si
mezitím tak vypracovali,
že nevěříme ani druhým,
když nás chválí.**

Neumíme být sami na sebe pyšní a rovněž druhým bráníme, aby nás uznávali. Co myslíte, jaké rezonanční pole si asi vytváříte takovým způsobem myšlení a jednání? Myslíte, že tak může člověk přitáhnout do života věci, na které by mohl být pyšný? Asi ne. Proto je čas zbavit se negativního chování vůči sobě - alespoň pokud chceme v budoucnu mít úctu a uznání.

Jak hluboce v nás vězí tento negativní postoj, se ukazuje na mých seminářích. Když účastníky požádám, aby vytvořili skupinky po čtyřech a vyprávěli druhým celou minutu o tom, co jim osobně na nich připadá výjimečné a hodné lásky, stane se většinou to samé: v první sekundě se člověk skoro lekne. Žádný div. Co všechno je na nás špatného, co je na nás příšerného, o tom toho víme spoustu a umíme o tom velmi dlouho a podrobně vyprávět - celý den, když to musí být. Když ale máme podat zprávu o tom, co je na nás úžasného a výjimečného, připadne nám to většinou velmi těžké.

Jakmile opadne první šok, většina lidí se začne smát. V tomto případě není smích nic jiného než druh obrany. Když se něčemu smějeme, nemusíme na to přistoupit a brát to vážně.

Poté, co smích odezní, začne většina trochu nejistě s cvičením. Mnozí účastníci dokonce vysloveně váhají. Není lehké vyzvednout své přednosti a sdělit je druhým. Za chvíli už ale zavládne v celém prostoru neuvěřitelná energie. Po první minutě někteří nechtějí vůbec přestat. Energie vibruje tak vysoko, že je občas těžké obnovit v místnosti zase klid.

Zúčastnění si vymění místa. Nyní další člověk vypráví ostatním, co je na něm báječného. Po každé výměně roste euforie. Ke konci jsou všichni tak nevázaní, že se jen smějí, navzájem si přisvědčují a ukazují zářící obličeje.

Co se stalo? Přece jsme si jen jednu minutu navzájem vyprávěli, co nám na nás připadá dobrého. Nic víc. Odkud tedy přichází tato euforie? Úplně jednoduše: je v nás

a vždycky tam byla, jen jsme na ni zapomněli. Někdy jsme ji dokonce sami před sebou zatajili. Nezřídka jsme ji také úplně vědomě potlačili.

Když tuto úžasnou energii uvolníme, cítíme se plní síly jako nikdy předtím. Osvobozena tryská tato energie nahoru, neboť je prostě úžasné, když můžeme ukázat, jací skutečně jsme.

Chcete-li si vytvořit rezonanční pole plné úcty a uznání, můžete si toto výše popsané cvičení udělat klidně i sami:

- Napište na papír nebo ještě lépe do sešitu všechno, na co jste pyšní.
- Vzpomínejte. Existuje tolik věcí, které se vám podařily.
- Vyzdvihněte všechny své přednosti.
- A potom se ještě jednou zamyslete. Na co ještě byste mohli být hrdí, kdybyste si to dovolili?
- Hluboce se nadechněte a vydechněte. Pomalu si svůj seznam pročtěte.
- Prociťujte, jak to na vás působí.
- Vnímejte sílu, která je ve vás ukrytá. Vnímejte svou nesmírnou sílu. Vnímejte, kolik radosti vám dělá být na sebe hrdí. Je úžasné, kolik jste toho dokázali.
- Doplnujte tento seznam, kdykoliv budete chtít. Noste ho s sebou, a vždy, když vás něco napadne, dopište to. Čím více se tím budete zabývat, tím více věcí vás v dalších dnech bude napadat.

Budete žasnout, kolik se vám toho v životě podařilo. Čím více vás toho napadne, tím lépe, neboť všechny tyto po-

znatky jsou váš současný i budoucí potenciál. Jste schopni čehokoliv, dokonce už dnes. Možná jste to jen pozapomněli, nevědomě jste se od této energie odpojili. Pokud se ale od ní odpojíte, už ji nemáme k dispozici.

Spojte se znovu s touto energií. Je to úplně jednoduché. V okamžiku, kdy si vzpomenete, kdy procítíte tuto úžasnou energii z minulosti v okamžiku, kdy si vyvoláte obrazy z minulosti, jste opět napojeni na veškerý potenciál svých schopností.

- Uvědomte si své dřívější úspěchy.
- Tento potenciál můžete znovu vyvolat v přítomnosti. Uděláte to tím, že se začnete chválit: „To jsem já. To všechno umím. Vše zvládnou.“
- Energie se stává silnější, když to vyslovujete nahlas - nejlépe před zrcadlem.

**Když sami sebe neuznáváme,
neuznává nás nikdo.**

Popsané cvičení má ještě pokračování. Dělán je velmi často na svých seminářích.

Spočívá v tom, že říkáme někomu *jinému*, co výjimečného na *něm* shledáváme. Sdělujeme svému protějšku, proč ho máme rádi, co na něm vidíme sympatického a co jsme na něm objevili pozitivního. I když se vůbec neznáme, vidíme na druhých lidech věci, které považujeme za pozitivní. Také toto cvičení způsobí něco pozoruhodného - už

po krátké době jsou okolo mě jen samé zářící a smějící se obličeje. Mnozí se z vděčnosti objímají. Najednou jsou si bližší.

Blížkost oživuje a přináší nadšení.

V těchto okamžicích se k sobě dokonce dostaneme tak blízko, že jsme šťastní. Během jedné jediné minuty se náš pohled kompletně změní. Potřebujeme jednu jedinou minutu, abychom procítili blízkost s cizím člověkem. Během krátké chvíle jsme prostě zvýšili vibrace našeho rezonančního pole.

I když jsme svůj pohled zamířili jednoznačně ven, rozšířilo se naše rezonanční pole. Proč je tomu tak?

My totiž nemůžeme vidět v ostatních nic jiného než to, co rezonuje s námi samotnými. Ve stejné chvíli, kdy chceme odhalit pozitivní vlastnosti u jiných lidí a zaměříme se na to, najdeme tyto vlastnosti energeticky i v sobě a vybudíme je. Když chválíme druhé, pozvedneme vibrační hladinu chvály sami v sobě.

Jinak to ani nejde, neboť nemůžeme vidět v druhých nic jiného než to, co je uloženo v nás samotných. Jen to, co rezonuje s naším vlastním kmitáním, můžeme rozpoznat v druhém člověku.

**Když rozpoznáme v druhých božský potenciál,
nevidíme nic jiného než sami sebe.**

- Pokud chcete zvýšit svou vlastní vibrační frekvenci, soustředte svůj pohled na to úžasné ve svém protějšku.

Vždy myslíte na to, že jde o hojnost! Nacházíme-li se v hojnosti - i když zprvu jen myšlenkově - vytváříme si rezonanční pole hojnosti. Stejně kvality se přitahují. Vysílaná energie hledá stejně kmitající energii, v tomto případě pole hojnosti.

- Chcete-li žít v hojnosti, vydejte se tam v myšlenkách; tím uznáte svou vlastní hojnost.

MŮŽEME LÉČIT SILOU MYŠLENEK?

*Ty jsi svou jedinou hranicí,
pozvedni se nad ni.*

HAFIS

Pokud bychom věřili nejnovějším vědeckým poznatkům, můžeme tuto otázku zodpovědět jednoznačným „ano“. Musíme k tomu však přistupovat s trochou opatrnosti. Bylo by fatální vzbuzovat falešné naděje. Protože abychom mohli jít touto cestou, musíme zohlednit mnoho faktorů.

Přesto už existují v medicíně obory, které se stále více zabývají působením našich myšlenek a pocitů na naše vlastní léčivé schopnosti. Ty jsou ostatně nesmírně efektivní, jak ukazuje všeobecně známý placebo efekt.

Existují ale také „přání onemocnět“, známá také jako nocebo efekt¹⁵⁾. To je možnost, jak pomocí myšlenek a přesvědčení poškodit své vlastní tělo a nechat ho onemocnět.

Na jedné z mých přednášek za mnou přišel muž a vyprávěl mi tento příběh:

Měl obchod s několika zaměstnanci. Jednoho dne byla u jedné z jeho spolupracovnic zjištěna rakovina prsu. Paní mu řekla s naprostým přesvědčením: „Na to umřu. Za rok jsem mrtvá.“ Nenechala se nikým a ničím přesvědčit, že rakovinu, kterou má, je možné vyléčit. Operace proběhla úspěšně,

¹⁵⁾ Latinsky: placebo = budu prospívat; nocebo = budu škodit.

ale ona si nenechala žádným argumentem vzít své přesvědčení. Přesně o rok později, na den poté, co vyřkla tento pro její tělo zničující ortel, v nemocnici opravdu zemřela. Působivý příklad, jak silná může být vlastní vůle, a to v každém směru.

Použití síly vlastních myšlenek je zatím velmi úspěšné v alternativní medicíně. Jako příklad mnoha těchto metod zmíním postup využívající biofeedback při migréně. U této metody se senzory měří tělesné funkce, například průtok krve v tepnách nebo svalové napětí. Naměřené hodnoty se ukazují na obrazovce počítače. Vždycky, když se pacient uvolní, změní se symbol na monitoru. Cílem je nechat zobrazit na obrazovce ten *správný* symbol - čistá *myšlenková* práce. Vědomé myšlení změní mozkové proudy, a to se ukáže na obrazovce.

Tímto způsobem se pacient učí silou myšlenek ovlivnit své tělesné procesy. Podle jedné studie, prováděné na univerzitě v Marburgu, je tato metoda stejně účinná jako jakýkoliv druh léků.

**Použijeme-li sílu svých myšlenek,
jsme v mnoha oblastech úspěšnější,
než bychom byli pomocí chemických přípravků.**

* ějc *

Takových experimentů bylo už provedeno mnoho. Medicína je se svými znalostmi teprve na začátku. Podle kvantové fyziky neexistují v této oblasti žádné hranice. Všechno je možné, dokonce i odvrácení těžkých, zdánlivě neléčitelných nemocí.

Jak účinná může být síla našich myšlenek při působení na naše tělo, ukazuje následující zázitek:

Ahoj všichni!

Onemocněla jsem rakovinou. Metastázy v celém těle, pomoc žádná. Lékaři mi vysvětlili, že když budu mít štěstí, budu žít ještě čtyři až šest měsíců; jen jsem si měla chemoterapii a ozařováním trochu zlepšit „kvalitu života“.

Po několika dnech, kdy jsem ušla do sebe“, jsem se rozhodla předpokládat - k naprostému překvapení mého okolí i mého muže, že moje doba uplynula, když to tak má být.

Nechtěla jsem zbytečně bídně trpět při chemoterapii. Přijala jsem svou nemoc, smířila se s ní a děkovala za život, který mi byl dosud darován. Nikdy předtím jsem to tak neprožívala. Můj život byla závodní dráha, práce nade vše. Náhle už tohle všechno nebylo důležité.

Zaměřila jsem se na léčení. Přestěhovala jsem se na venkov a chtěla využít zbytek času, který mi zbýval, abych si sama v sobě udělala pořádek. Začala jsem intenzivně žít svůj život, s vědomím, že každý den je darem. Nežila jsem už život svého muže ani život svého zaměstnavatele. Vzdala jsem se všech funkcí. Moje kamarádka lékařka mě na mé cestě mentálně podporovala.

Po roce metastázy zmizely, rakovina nebyla prokazatelná.

Kornelia¹⁶¹

¹⁶¹ Z knihy: Pierre Franckh „Wunschgeschichten für die Seele“ („Příběhy o přáních pro potěchu duše“, 2011, nakladatelství ANAG) - v tomto svazku naleznete mnoho úžasných příběhů přání dodávajících odvahu, které čtenáři a čtenářky knih Pierra Franckha sami zažili.

Jak dobře můžeme s vlastním tělem mluvit, jsem až příliš dobře vyzkoušel osobně:

Když mi bylo 17 let, měl jsem blond vlasy k ramenům. Byly mou pýchou a výrazem mé mladické revolty. Byla to doba Beatles a Rolling Stones, doba Woodstocku, Jimyho Hendrix a Doors. Existovali Byrds, Mamas a Papas, Beach Boys a já. Byl jsem jedním z mála v mém věku, kdo směl mít tak dlouhé vlasy. Ostatní mi záviděli a obdivovali mě. Hrál jsem na kytaru, měl hudební skupinu a žil jsem naplno svobodou květinových dětí.

A potom přišla katastrofa... Vlasy mi začaly vypadávat! Začínala se mi jednoznačně tvořit pleš, úplně typická plocha, která nejen vypadala příšerně, ale u mě jako „vůdce“ hnutí hippies působila dost směšně. Byl jsem zklamaný, k smrti nešťastný a zničený. Tajně jsem navštěvoval různá kadeřnictví v Mnichově, ale nikde bohužel nepřišli na to, proč vlasy padají. V jednom z kadeřnictví mi navrhli, že by bylo nejlepší nechat si vlasy za drahé peníze naimplantovat.

V Mnichově byla vlasová klinika, kde jsem se nechal několikrát vyšetřit. Pokaždé jen konstatovali, že se mi jednoznačně tvoří pleš. To je úplně normální, říkali lékaři. V mém věku však trochu brzy.

Noci jsem trávil v slzách a pochybách. Nemohl a nechtěl jsem prostě vzít na vědomí, že můj symbol hnutí svobody se má stát středem posměchu. Buhužel, nedalo se nic dělat.

Ale potom se to stalo:

Abych si něco přivydělal a mohl navštěvovat psychologické kurzy, které by pro mě jinak byly nedosažitelné, pomáhal jsem některým organizátorům při kongresech. Tak jsem

zažil na vlastní kůži psychologa barev Lüschera stejně jako Konrada Lorenze, Ericha von Dánikena a mnoho dalších. Tímto způsobem jsem se také seznámil s jedním šamanem, který upozoroval, že jsem najednou měl daleko méně nadšení a radosti. Žádný div, byl jsem v depresi. Ani moje matka, která mě stále utěšovala, mi nemohla s mými starostmi pomoci.

Když se mě šaman zeptal, co mě tak trápí, ukázal jsem mu kulaté místo uprostřed mé hlavy obklopené blond vlasy k ramenům.

Šaman se na mě podíval udivenýma očima. Nemohl pořád ještě pochopit, v čem je můj problém. „Tady“, křičel jsem se slzami v očích a ukazoval na holé místo na středu mé hlavy.

Šaman se jen zasmál a řekl: „Proč si se svými vlasy nepromluvíš?“

Tato otázka mi připadla naprosto nesmyslná jako nemožná a neměl jsem už žádnou chuť v hovoru pokračovat.

Příští den se znovu zeptal, jestli jsem mluvil se svými vlasy. Chtěl jsem rozčileně zareagovat, když jsem upozoroval, že to vůbec nemyslel jako vtip ale naprosto vážně. Pokývnul hlavou a řekl: „Můžeš mluvit se spoustou lidí. A jak jsem tě pozoroval, umíš mluvit velmi dobře. Proč nemluvíš sám se sebou? Proč věříš doktorům a specialistům víc než sám sobě? Nikdo na nás nemá větší vliv než my sami. Já bych zodpovědnost za své tělo nikomu jinému nepřenechal. Chtěl bych ji mít vždycky ve svých rukou, ale to je přirozeně tvoje rozhodnutí.“ Usmál se a věnoval se zase své práci.

Ten večer jsem začal mluvit se svými vlasy, i když jsem to zpočátku považoval za směšné. Řekl jsem jim, kde mají růst, a představoval jsem si, že se ten bezvlasý kruh uzavírá. Alespoň jsem si tím dodával odvalu.

Další den, v den svého odjezdu, se na mě šaman krátce podíval a uviděl v mých očích naději. „Dobře“, řekl, „začal jsi.“

„Ano“, odpověděl jsem a najednou mi to vůbec nepřišlo směšné.

„Výborně“, řekl, „ale mysli na to, že to je teprve začátek cesty. Jsou to tvoje vlasy. Nezapomeň. Je to jen mrtvá tkáň. Představ si, co teprve můžeš podniknout se živou tkání!“

Od toho okamžiku jsem každý večer a každé ráno mluvil se svými vlasy.

A najednou, o týden později, se objevilo na holém místě jemné chmýří. Za čtrnáct dní jsem už měl na tom kulatém ochmýřeném místě malého „ježka“. Asi měsíc jsem vypadal dost komicky, protože holé místo bylo zarostlé, ale nové vlasy byly ještě tak krátké, že trčely uprostřed hlavy do výšky jako strniště, zatímco okolní vlasy dosahovaly k ramenům. O půl roku později jsem si na celé to neštěstí ani nevzpomněl.

Dnes, v 55 letech, mám pořád ještě husté a silné vlasy. Pro mě to není nic zvláštního. Udiven jsem spíše skutečností, že jsem na celou událost úplně zapomněl. Z dnešního pohledu a se současnými znalostmi se to všechno jeví v jiném světle. Tenkrát jsem si myslel, že mi šaman trochu pomohl magickým kouzlem. Dnes vím, že mě jen naučil věřit vlastní magické síle.

A i když už neznám tvé jméno, milý šamane, mnohokrát ti děkuji za tvou úžasnou pomoc. Kdo ví, jak by bez tebe můj život probíhal.

Ačkoliv jsem na tento zážitek na dlouhou dobu zapomněl, zvykl jsem si tenkrát se svým tělem neustále komunikovat. Když si přejeme zdraví, není to vlastně přání, které jen jednou vyslovíme a potom zapomeneme, ale přání, kterým bychom se měli stále zabývat.

- Chceme-li se opět uzdravit, nestačí jen přát si zdraví, ale je nutné posílit silou myšlenek celé naše tělo. To je ten pravý katalyzátor pro naše přání uzdravit se.
- Podporujte se pozitivními myšlenkami. Potom odezní všechny sebedestrukční příkazy, které na vaše tělo do té doby působily. Všechny špatné vzorce myšlení z minulosti se rozpustí a budou nahrazeny novou zářnou silou. Tímto způsobem se rychle můžete znovu uzdravit a také zůstat zdraví, protože své tělo budete stále zásobovat novou, čerstvou a zdraví podporující energií.
- Představte si naprosto vědomě, jaké to je, když už jste zdraví. Představte si svým vnitřním zrakem, jak skáčete, jezdíte na kole, hrajete si s míčem, lyžujete, tancujete, cvičíte, plavete, běháte nebo se milujete s partnerem.
- Vše, co vám dělá radost, si vymalujte v nejživějších barvách. To velmi posílí a urychlí vaše vlastní léčivé síly, neboť se přivedete do rezonance se zdravou skutečností.

A v případě, že hledáte vhodné afirmace, podívejte se na mé webové stránky nebo si přečtete knihu „Prostě si to přejte, a to s lehkostí“. Tam jsem tématu zdraví věnoval celou kapitolu.

SÍLA PŘITAŽLIVOSTI MEZI DVĚMA DUCHOVNÍMI PARTNERY

*Když není jednota v podstatných věcech,
nemá smysl spřádat společně plány.*

KONFUCIUS

Šťastné a spokojené partnerství je asi - kromě zdraví - jedno z našich nejčastějších skrytých přání. Abychom si přitáhli do života ideálního partnera, platí samozřejmě i zde, že musíme vytvořit vhodné rezonanční pole.

Jak se vůbec muž a žena vzájemně najdou, dokonce i ze vzdálených kontinentů?

Naprosto jednoduše: rozhodující je síla přitažlivosti. Vzdálenosti přitom nehrají žádnou roli, ani třídní rozdíly, kulturní nebo jiné překážky.

Když dva lidé spolu vstoupí do rezonance, jsou všechny zdánlivé překážky překonatelné. Často jsou oba na tuto cestu už připraveni, aniž by to tušili, a jsou potom velice překvapení, když se se svým vysněným partnerem setkají.

**Když se dva lidé poznají,
poznají v první řadě sami sebe.**

Když vstoupíme do rezonance s jiným člověkem, existuje už jen absolutní blízkost. Nejsou zapotřebí slova, abychom si porozuměli. Být v rezonanci s jiným člověkem je to největší naplnění, které můžeme získat. Konečně jsme dorazili. Dorazili sami k sobě, neboť ve skutečnosti cítíme „jen“ sami sebe, dostali jsme se blíž „jen“ sami sobě. Ten druhý se pouze zrcadlí v nás samých. To, co označujeme jako lásku, je rozpoznáním lásky k sobě samému, je to splynutí nás a druhého člověka.

Každý pár, který se sejde, hledá od začátku to, co mají společné. Čím více toho naleznou, tím více věří, že patří k sobě, a tím více jsou si jisti, že jejich láska bude věčná.

Ve skutečnosti hledáme v druhém vždy sami sebe.

Cítíme-li se v zásadě stejní jako náš partner, nemohou nás rozdělit krize a ani rozdílné názory nezpůsobí trhliny ve vzájemném pocitu sounáležitosti.

Každé partnerství prochází krizemi, především tehdy, když trvá déle. Krize ale znamená také katarzi a uzdravení. V tom je její hluboký význam. Staneme se dospělými a budeme si léčit nevyřešené dětské záležitosti. To je pro partnerství mnohdy náročné a zatěžující. Ale pár, který je v rezonanci, v takové zatěžkávací zkoušce obstojí. Krizi

zvládnou společně. Nic na světě nemůže pocit sounáležitosti zpochybnit.

Pokud se ale sejde pár, který se *ne* nachází v úplné rezonanci, budou to mít oba nesrovnatelně těžší, protože nejsou spojeni silou absolutní přitažlivosti. A když se takový pár, který se nenachází v rezonanci, rozhodne pro společnou cestu, bude jejich cesta mnohem obtížnější. Oba cítí, že jim tato síla přitažlivosti chybí. A když chybí, často si myslí, že trpí nedostatkem lásky. Ve skutečnosti jim chybí stejně kmitající energie, odraz jejich vlastností.

Proč si do života hned nepřitáhneme našeho duchovního partnera?

Odpověď leží v nás samých. Často není naše rezonanční pole na duchovního partnera vůbec naladěno. Někdy dokonce upřednostňujeme úplně jiné druhy přitažlivosti. Jde nám více o sexuální uspokojení nebo o finanční jistotu nebo neumíme být sami či potřebujeme někoho jako společníka na cestování apod. Seznam může podle libosti pokračovat. Možná ještě nejsme vůbec tak daleko, abychom si dovolili připustit absolutní blízkost a odevzdání. Možná bychom v takové hluboké a zavazující lásce neobstáli. Možná bychom z ní měli strach, možná bychom měli obavy z hlubokého pádu, kdyby se naše láska zhroutila.

Nebud'te tedy sami k sobě nespravedliví. Prostřednictvím našich vztahů se učíme a s každou láskou se stáváme schopní větší lásky - až se jednoho dne odvážíme pozvat do života našeho duchovního partnera.

JAK VYTVOŘÍME REZONANČNÍ POLE PRO IDEÁLNÍHO PARTNERA?

*Lásku nemůžeme darovat, když ji nemáme;
a máme ji až tehdy, když ji darujeme.*

AURELIUS AUGUSTINUS

Být v *rezonanci* neznamená nic jiného, než být ve vzájemném *souladu*, tedy kmitat s někým nebo s něčím na stejné vlnové délce. Zákon rezonance vychází z toho, že to, co se odehraje mezi dvěma lidmi, může probíhat pouze oboustrannou výměnou.

Princip rezonance nemůže nikdy nastat jednostranně.

Když vysíláme energii, dostane se do spojení s energií, která kmitá podobně. A pokaždé, když se to stane, když jsme s někým jiným v rezonanci, cítíme se lehce, vesele, vzletně až euforický.

Když působí silné přitažlivé síly, zdaleka to ještě nemusí znamenat, že jsme našli toho pravého partnera, nýbrž jednoduše jen to, že zde existuje silná podobnost. Může to znamenat, že v *určitých* věcech stejně myslíme nebo cítíme, že jsme prošli stejnými zraněními či stejnými zkušenostmi, nebo že máme stejné smyslové touhy.

Když jsme v rezonanci, můžeme se někdy cítit k druhému natolik přitahováni, že nás to překvapí. Síla přitažlivosti může být dokonce tak silná, že už neovládáme své pocity. Přemůže nás to. *Nemůžeme* se od toho *odpoutat*. Síla přitažlivosti může být tak intenzivní, že se třese, pláče nebo jsme při pouhém pomyšlení na tu osobu sexuální vzrušení. Naše myšlenky se točí výhradně kolem ní. A potom, o několik týdnů později, už najednou necítíme nic. Žádná stopa po síle přitažlivosti. Kouzlo, které nás poutalo, náhle zmizelo a my se pomalu probouzíme. Někdy ani nerozumíme tomu, jak jsme ještě před několika dny viděli všechno jinak. Nežřídka o sobě dokonce začneme pochybovat nebo si dělat výčitky

Ve skutečnosti se změnilo naše rezonanční pole. Nebo se změnilo rezonanční pole té osoby a my s ní už společně nerezonujeme.

Jakmile se naše pozornost zaměří na jiné věci, znamená to, že se změníme, že společně kmitající rezonanční pole se rozplynou a my už k té osobě nic necítíme. Ale i ona s námi projde změnou, transformuje se tedy současně s námi.

A pokud se naše společné rezonanční pole zakládá pouze na momentálních myšlenkách a přáních a ne na hlubokých, trvalých hodnotách a přesvědčeních, nebude mít náš partnerský vztah dlouhého trvání. Proto je při hledání toho pravého životního partnera velmi podstatné, abychom vytvářeli správná rezonanční pole, aby působily takové přitažlivé síly, které nám přivedou partnera pro skutečný a hluboký láskyplný vztah.

Právě tento poslední bod má při naší volbě partnera zásadní význam, protože my musíme pochopit, že prostřednictvím svého rezonančního pole o tom už dávno komunikujeme s celým světem.

**Tvé rezonanční pole vypráví
všem ostatním všechno
- neustále a bez ptaní.**

Na neverbální úrovni neexistují žádná tajemství. Tichá výměna informací probíhá na všech úrovních. Tvé rezonanční pole komunikuje nejen o tvých vědomých záležitostech, ale také o těch nevědomých. A tak je to dobře, neboť jen tímto způsobem si přitáhneme ideálního partnera.

Ideální partner je pro nás takový, který se nejvíce podobá naší osobnosti, protože máme stejné cíle, stejná přání a touhy. Jiného partnera ani nechceme. To znamená, že struktura naší osobnosti předurčuje volbu partnera, a tím i obsah našeho vztahu. V našem vztahu najdeme tedy jen takového partnera, který nám v mnoha ohledech nejlépe odpovídá - v pozitivním i v negativním smyslu.

Když jsme se například v minulosti naučili, že je pro nás nejlepší, abychom hledali jen tělesnost bez přehnané blízkosti, přitáhneme si někoho, kdo přesně odpovídá tomuto vzoru. V tomto bodě docílíme se svým partnerem nejlepšího souladu. Co získáme, je zřejmě krátká aférka bez hloubky a důvěry. Více prostě nebylo „domluveno“. Na konci aférky nás tato zkušenost, kterou jsme si ovšem

sami vybrali, znovu posílí v tom, že větší blízkost by nás bývala ještě více zranila.

„Možná se člověk potom ocitne pod tlakem, protože partner požaduje více. Ale zranění z minulosti větší blízkost nedovolí. V konfliktu se pak člověk ocitne v takovém stresu, že buď narazí na své hranice a uteče, nebo překročí vlastní stín a připustí více blízkosti. V každém případě stále naráží na tento nedostatek, i když to vlastně vůbec nechce. Vzniknou hádky, nenávist a agrese. Nakonec je to „strach z blízkosti“, čím se člověk musí zabývat. Tak si naše rezonanční pole vybere přesně takovou osobu, která nás na tento nedostatek upozorní. Znovu a znovu. A to je celkem dost bolestivé.“¹⁷

Jak se dostaneme z tohoto kruhu? Rozhodně ne tím, že hledáme nového partnera, který nás má „zachránit“, nebo tím, že předstíráme, že jsme někdo jiný. To se nám může podařit jen na začátku. Být někým jiným je velmi náročné, takže jednoho dne vám dojde síla. Pravděpodobně budete dokonce naštvaní, že jste se museli tolik namáhat. Potom vás dostihne váš pravý charakter a vy se projevíte takoví, jací jste.

Spravedlivé na tom je, že vašemu partnerovi se daří stejně. Také on ukazuje na začátku své nejlepší stránky. Přirozeně ale ani tato *show* nemá dlouhého trvání, a náhle stojí proti sobě dva lidé, kteří jsou zklamaní, protože opět objevili to, čemu se chtěli vyhnout.

Z knihy: Pierre Franckh „Glücksregeln für die Liebe“ („Pravidla pro šťastnou lásku“, nakladatelství ANAG 2009).

**Jen takoví lidé se budou cítit vámi přitahováni,
kteří odpovídají všem vašim součastem.
Zrcadlí vám přesně to, co vysíláte.**

*** ifc***

Nyní asi už chápete, proč si stále přitahujete stejný druh lidí, stále na ně *narážíte*, zažíváte stejné zkušenosti. Teprve až změníte naše rezonanční pole, budete si schopni přitáhnout do života jiné partnery.

Nejlépe bude, když se podíváte, jaké rezonanční pole v tomto okamžiku vytváříte. Poznáte to celkem snadno. Předpokladem však je, abyste byli k sobě absolutně čestní, své rezonanční pole nemůžete obelhat.

- Přezkoumejte, jací lidé jsou v současnosti kolem vás. Potom uvidíte, jakou energii vysíláte.
- Přezkoumejte své myšlenky týkající se partnerství. Považujete partnerský vztah za úžasný nebo náročný? Obohacuje vás vaše partnerství nebo si myslíte, že vás omezuje?
- Jste opravdu otevření a připravení, nebo máte nějaké výhrady?
- Je něco, co už nikdy nechcete zažít? To jsou takové situace, které přitahujete, protože jste je ještě nepropustili. Stále je energeticky zadržujete ve svém okolí.
- Připadá vám lehké představit si společný život s partnerem? Nebo i tady se objevují rušivé obrazy? Tyto negativní myšlenky nebo obrazy jsou energie, které vysíláte nejsilněji, protože je tvoří vaše přesvědčení. Vzpomeňte si: srdeční centrum vysílá naše přesvědčení 5000x silněji než mozek myšlenky.

- Co jste připraveni v partnerství nabídnout? Mohli jste to nabídnout již v dřívějších svazcích? Směli jste to tedy prožít už v jiných vztazích? Když ne, možná po tom toužíte, ale nežijete tyto „kvality“ doopravdy. Potom vysíláte jen tento nedostatek.
 - Přemýšlejte, co vás dělá tím, kým jste. Podívejte se na své silné a slabé stránky. Začněte se vyrovnávat se svými slabými, a to stejné bude dělat i váš budoucí partner. Zároveň to znamená, že jste si svých slabín vědomi.
 - Do života si můžete přitáhnout jen takového partnera, jací jste sami. Jakmile tuto myšlenku přijmete, jste autentičtí a přitáhnete si do života protějšek, který vám odpovídá, takový, který se stejně jako vy nepotřebuje schovávat.
 - Jste skutečně člověk pro vztah nebo jen plníte úkol, který byste chtěli splnit, aniž víte, jestli to vy opravdu chcete?
- To nejlepší, co tedy můžeme udělat, je zacházet čestně s našimi stinnými stránkami, neboť naše rezonanční pole není tvořeno pouze našimi vědomými přáními, ale také těmi nevědomými.

Své stinné stránky můžete odhalit celkem rychle. Jednoduše najdete pokračování pro následující věty, a to bez dlouhého přemýšlení. To první, co vás napadne, je to správné.

- „Mám strach, že.
- „Nikdy už nechci zažít...”
- „Na partnerských vztazích se mi nelíbí, že...”
- „Nemám rád/a ženy/muže, protože...”

Vaše *strachy* nejsou nic jiného než *nevědomá přání*, a jak víme, disponují strachy podstatně silnější a vytrvalejší silou přitažlivosti. Také všechno to, co byste *už nikdy* nechtěli zažít, je zakotveno ve vašem emočním poli, stejně jako vaše přesvědčení o partnerství a vaše názory na druhé pohlaví. Toto všechno moduluje energii, kterou vysíláte.

Východisko z této negativní smyčky je jednodušší, než si myslíme, ale abychom to pochopili, podíváme se nejdřív na další, velmi důležitý aspekt našich stinných stránek.

**Naše stinné stránky tvoří vlastnosti,
které sami neumíme využít.**



Možná si toužebně přejeme konečně zažít hlubokou důvěru, neumíme ale důvěřovat sami sobě.

Potom bude nedůvěra to, co do partnerství přinášíme, a protože je nedůvěra v našem energetickém poli, přitahujeme si jeho prostřednictvím přesně takového partnera, který bude toto téma stále znovu otevírat - a to tak dlouho, dokud tato naše součást nebude uzdravena.

Naše stinné stránky tedy v podstatné míře určují základ našeho partnerství. Proto nejsou zpočátku naše přání - co všechno chceme v partnerství zažít - zdaleka tak důležitá.

Mnohem důležitější je otázka:

**Co jste připraveni do vztahu přinést?
Co můžete nabídnout?**

Pokud byste například chtěli, aby k vám váš budoucí partner byl vždy čestný, pak je na vašem seznamu přání určitě napsáno: „absolutní poctivost". To je vaše očekávání, s něčím menším se nespokojíte. Žádné podvádění, zamlčování, nevěry, lži, zapírání, žádná tajemství. Tak dobře. Ale to, co požadujete, musíte také sami splnit.

Položte si tedy otázku: Můžu to opravdu v partnerství nabídnout? Žádné podvádění, zamlčování, nevěry, lži, zapírání ani žádná tajemství? Odpovídá to mé představě o sobě?

Je to požadavek na vás samé. Jinak si možná přejete velmi mnoho, ale sami neumíte těmto nárokům vyhovět. Přejete-li si naprostou věrnost nebo úplnou čestnost, musíte ji stejně tak nabídnout. Tyto vlastnosti byste už měli mít v sobě.

Pravdou ale bohužel je, že mnoho z těchto „přání", které požadujeme, sami nemáme. Vždyť jinak bychom po nich netoužili.

**Když něco nemáme, nevytvořili jsme si pro to
to správné rezonanční pole.**

* ifi *

Potom v nás vibruje něco silnějšího. U partnerství je to náš opravdový charakter. On je tím nejsilnějším vysílačem, on vytváří naše největší rezonanční pole. Z tohoto důvodu dostaneme vždy jen to, co je blízké našemu opravdovému charakteru. Náš partner odpovídá našemu zrcadlovému obrazu, neboť to jsou vždy naše vlastní nevědomá přesvědčení, naše schopnost nebo neschopnost k vytvoření takového rezonančního pole.

Za partnera dostaneme vždy jen sami sebe.

* *

Dostaneme vždy přesně to, co jsme sami připraveni přinést.

Možná jste to už zpozorovali: nacházíme se v zajímavém kruhu. Na jedné straně nám chybí většina schopností, abychom v partnerství získali naplnění toho, co si přejeme. Na straně druhé ale partnerství potřebujeme, abychom se tyto chybějící kvality mohli naučit, protože jen v partnerství se můžeme o hodnotách, jako je věrnost, čestnost, péče, blízkost, důvěra, smyslnost, trpělivost apod., něco dozvědět, naučit a dále na tom stavět.

Je to paradox: Nemáme partnerství, protože nám chybí mnoho vlastností k tomu, abychom je vytvořili, a přitom partnerství potřebujeme.

Jak se z tohoto kruhu vymaníme? V podstatě zcela lehce. Většinou jsou nejjednodušší metody ty nejučinnější.

- Sepište svá přání, a to všechna! Bez výhrad. Seznam může být nekonečně dlouhý. Zařaďte tam každíčký sebemenší detail. Všechny vaše touhy, naděje, vaše tajné představy.
- Velký rozdíl je ale v tom, že si nepřejeme, aby náš budoucí partner všechny tyto „věci“ přinesl. Není to seznam požadavků na našeho budoucího partnera - ne, to je *plán našeho rozvoje*. Je to náš *potenciál*. Náš společný *cíl* v partnerství.
- Přejeme si partnera, který bude přesně takový, jako jsme my, rovnocenný ve všech svých příjemných stránkách, ale rovnocenný také ve všech svých nedokonalostech. Má ale být vybaven stejnou touhou *rozvíjet se* ve směru všech našich přání!

Tímto způsobem je pro nás partner rovnocenný. Bude mít stejná přání jako my a bude na nich chtít pracovat. Nebude od nás očekávat, abychom ho zachránili, nebo abychom vyrovnali jeho chybějící části; stejně tak to neočekáváme ani my od něj. Nepotřebujeme si dále oboustranně předstírat, že už to všechno umíme. To sníží tlak a očekávání. Můžete být takoví, jací jsme. Můžete být autentičtí.

A náhle se s partnerem nacházíme v dokonalé rezonanci, stejně vibrujeme, máme stejné cíle, stejné touhy, nepotřebujeme se schovávat. Víme, že ještě nejsme perfektní, ale jsme oba dostatečně silní, abychom se vydali na společnou cestu. Oba partneři v tomto bodě dozrají a vyspějí. Vědí, o co jde a na čem mají pracovat. Nikdo není vždy perfektní, to je naprosto v pořádku, ovšem neměl by to také očekávat

od partnera. Pouze takový vztah je plnohodnotný a má hluboký smysl.

Nejrychlejší cesta, jak přitáhnout do života úžasného partnera - člověka, který nám odpovídá, rozumí nám, je nám blízký, důvěrně známý a připravený zvládnout i těžké situace - je následující:

**Přejeme si takového partnera,
který nás bude provázet při našem rozvoji.
Rovněž my jsme připraveni provázet
našeho partnera při jeho rozvoji.**

Sami sobě se přiblížíme teprve tehdy, když poznáme, že všechno v nás není úplně bez chybičky, že nemusíme být geniální, výjimeční nebo dokonalí pro vztah, ale že smíme mít chyby. Teprve potom se k nám náš partner může dostat blíž. Předtím ho blízko k sobě vůbec nepustíme - ze strachu, že by mohl odkrýt všechna naše tajemství a odhalit pravdu. Tímto způsobem ho držíme v odstupu.

Teprve až se dostaneme blíže sami k sobě, pocítí náš partner důvěru a ukáže se takový, jaký je. Potom se i my dostaneme blíž k němu. Hra na schovávanou je u konce.

Konečně se můžeme ruku v ruce vydat se svým milovaným na společnou cestu a objevovat svět, protože nebudeme své síly už dále vyčerpávat v rámci partnerství. Život bude lehčí. Budeme se vyvíjet společně s partnerem, staneme se úžasným duchovním partnerem.

V REZONANCI SE SEBOU SAMÝM A SVÝMI SKUTEČNÝMI POCITY

*Pravé štěstí
nevzniká tím, že se zabýváme sebou samými,
ale tím, že směřujeme k hodnotnému cíli.*

HELEN KELLEROVÁ

Ve vašem světě se může dít jen to, co jste vy sami. Něco jiného nemůžete vůbec vnímat. Něco jiného byste nepřitáhli, ani se tím necítíte přitahováni.

Čím rychleji se dostanete sami se sebou do rezonance, tím rychleji se váš svět bude měnit takovým způsobem, jaký byste z dnešního pohledu možná ještě označili za zázrak.

Když nejsme v rezonanci s naší pravou podstatou, s našimi pocity, touhami a přáními, jsou naše touhy velmi často naplněny náhradním uspokojením. Pokud si svých tužeb nejsme vědomi nebo je zcela neakceptujeme, můžeme být dost často zneužití. Například touha po štěstí je potřeba, které mohou ostatní lehce zneužít. Vzniklo obrovské průmyslové odvětví, které si dalo za úkol zneužívat touhy lidí a vytřískat z nich kapitál. Atraktivní nákupní domy a nákupní střediska nás cíleně odvádějí od našich pravých, hlubokých přání, která nosíme v sobě, a hrají s námi divadlo, že své štěstí najdeme rychleji, když podlehneme jejich svo-

dům. Protože toto „štěstí“ je jen povrchní, jdeme z jednoho nákupního opojení do druhého, aniž bychom dosáhli cíle.

Jakmile se však ocitneme v rezonanci s našimi pravými pocity, je pro nás lehké rozpoznat, které věci a kteří lidé mohou náš život natrvalo obohatit. Už nenaletíme na klamné sliby, dokonce je ani z větší části nevnímáme. Naše vědomí tyto fiktivní nabídky kompletně vytřídí z našeho vnímání. Víme sice, že to všechno kolem nás probíhá, ale už nás to nepřitahuje. Jak se jen dostaneme sami se sebou do rezonance?

Prozkoumejte váš názor na následující otázky:

- Co potřebujete, abyste byli šťastní?
- Co potřebujete, abyste byli *skutečně* šťastní?
- Bez čeho nemůžete žít?
- Co máte na sobě rádi?
- Co o vás nesmí nikdo vědět?
- Co „musíte“ skrývat?
- Za co se stydíte dokonce sami před sebou?
- Za co se odsuzujete?
- Čeho se bojíte?

Všechny odpovědi ukazují vaše pravé touhy a obavy. Čím více je odmítáte, tím více jste vzdáleni sami sobě. Čím více si za nimi stojíte a přiznáváte je, tím jste autentičtější.

Stůjte při sobě - se všemi stránkami vašeho bytí.

My všichni máme své stinné stránky. Ale kdo je ohodnotí jako stinné? Možná můžeme právě tam nalézt své světlo. Možná se právě za nimi skrývá naše kreativita, léčení nebo náš způsob přežití.

Jste úžasní. Jste jedineční lidé.

* .k *

Ano, na své cestě jste přibrali i neužitečnou zátěž. Milujte se i s touto zátěží. Milujte se za zajižďky na své cestě. To vás dělá vámi. To vás dělá člověkem - báječným člověkem. Kdybyste se stali perfektními, byli byste osvícení a už byste dávno odešli na jiné místo. A zcela upřímně - koho zajímá dokonalý člověk? Dokonalí lidé jen vzbuzují v druhých pocity méněcennosti.

Čím více si budete stát za svými *stinnými stránkami*, čím rychleji je přijmete a vynesete je nahoru na světlo, tím úplnější bude váš pocit štěstí.

**Když si sami za sebou stojíte,
takoví, jací skutečně jste,
našli jste sami sebe.**

*** :J: ***

Vítejte v klubu nedokonalých! Když už nemusíme nic předstírat a tvrdit, jsou naše fiktivní boje u konce. Můžeme nechat všechny lidi takové, jací jsou.

Buďte jednoduše sami sebou. Neexistuje větší dar. Neexistuje větší dar, než jste vy. Stůjte si za všemi svými stránkami svého bytí.

JAK VYUŽÍT SÍLU PŘEDSUDKŮ

*Lidé s novými nápady
jsou považováni za blázny tak dlouho,
dokud své plány neuskuteční.*

MARK TWAIN

Často si klademe otázku, jestli můžeme svým rezonančním polem vědomě ovlivnit jiné lidi. Můžeme silou svých myšlenek přimět ostatní dokonce ke změně chování?

Před nedávnem byl v televizi uveřejněn velmi zajímavý průzkum: Do jaké míry mají předsudky vliv na budoucí jednání?

Přitom se zjišťovalo, jak úspěšné budou v tomto testu blondýny. Budou mít horší výsledky než ženy s jinou barvou vlasů? Potvrdí se předsudek, že blondýny jsou prostoduché, či dokonce úplně hloupé? Nebo budou mít stejné výsledky, nebo dokonce lepší? (Než budete číst dál, zkuste si sami odpovědět.)

Výsledek byl šokující a jednoznačný. Když dělaly test osoby, které nebyly žádným způsobem ovlivněny předem, skončily se stejně dobrým výsledkem jako všichni ostatní. A v chvíli, kdy byly hned na začátku testu uvedeny určité otázky, jako například „Jste blondýna, nebo bruneta?“, a dotazované ženy zakroužkovaly odpověď, vyvolalo to vzpomínku na všechny ty předsudky, které už člověk v životě slyšel nebo musel pocítit, a to ovlivnilo okamžité chování.

V tomto případě měly blondýnky, které byly na začátku konfrontovány s předsudky o sobě, opravdu horší výsledky než tmavovlásky nebo brunety, ale také dopadly hůře než blondýnky, které absolvovaly test bez počátečního „zpochybnění“.

Ještě horší vliv na lidi měly předsudky u testu, který se prováděl v Americe a kde museli černoši před začátkem testu zakroužkovat rasu. Tyto testované osoby ukončily test podstatně hůře než černoši, kteří u testu tuhle otázku nedostali.

Už jen upozornění na předsudky způsobí, že sami vběhneme do pastí, a to i tehdy, když výrok nebereme vážně, popíráme ho nebo proti němu bojujeme. Všechno to, co jsme po desetiletí pravidelně slýchávali, se v tomto okamžiku probudí. Znamená to, že rezonujeme s tímto předsudkem a podřídíme se mu.

**Vědomě i nevědomě se vždy přibližujeme tomu,
co o nás druzí říkají.**

Stejný výzkum zároveň potvrdil, že když jsou blondýnky posíleny v tom, co všechno dobře umí, provedou veškeré úkony s podstatně větším nasazením a lépe, než to bylo možné předtím.

- Pokud chceme obstát u zkoušek nebo testů, je podstatné, abychom si nejen my sami říkali, jak jsme dobří

a že všechno zvládneme, ale měli bychom kolem sebe mít lidi, kteří nás v tom podpoří.

- Nechejte se mentálně podporovat přáteli i rodinou.

Zjistilo se dokonce, že předsudky ani nemusí být vždy vysloveny nebo důrazně naznačeny. K tomu, aby se projevil účinek, stačí, že si to o někom *myslíme*.

Nedávno jsem četl o výsledcích jednoho průzkumu Institutu pro výzkum chování. V rámci experimentu jednomu chlapci zadali úkoly z matematiky. Před prvním testem bylo dohlížejšímu učiteli sděleno, že zkoušený mladík je matematický génius. Učitel byl vůči němu po dobu celého testu velmi vlídně vnitřně naladěný. Chlapec prokázal velmi dobrý výkon a jeho mozek, napojený na elektrody, pracoval velmi dobře.

Při druhém testu byl učitel matematiky vyměněn, chlapec se účastnil znovu. Tentokrát bylo učiteli řečeno, že chlapec má problémy s učením. Už když prošel dveřmi, aby usedl k testu, zjistily elektrody v jeho mozku bloky. Jen pouhý předsudek, který učitel matematiky chlapci přiřkl, způsobil v jeho hlavě měřitelný blok. Elektrody jednoznačně ukázaly, že chlapcův mozek najednou pracoval jen omezeně. A výsledky testu už nebyly tak dobré.

Předsudky nejsou nic jiného než silná, zacílená přesvědčení, která mají sílu ovlivňovat druhé lidi - pouze vysíláním energie.

Druhé lidi můžeme svým míněním o nich brzdít nebo podpořit.

Jak silně může toto mínění účinkovat, ukazuje test, který často dělám na svých seminářích. Je z kineziologie a rádi ho používají lektori mentálního tréninku ligových fotbalových mužstev, aby hráčům ukázali, jak silný vliv má jejich vlastní názor na ostatní spoluhráče.

Při tomto testu požádám jednoho člověka, aby přišel dopředu a zvedl vodorovně paži. Nejdříve zkouším sílu svalů. Tento člověk má držet silou svou paži nahore, zatímco já ji zkouším zatlačit dolů.

Podle toho, jak je v ten den „silný“, podaří se mu to lépe nebo hůře.

Následně se postavím za něj tak, aby mě neviděl, a ukážu účastníkům semináře, co si o něm mají myslet. Když můj palec ukazuje nahoru, mají si lidé v sále myslet o dané osobě to nejlepší a nejúžasnější, když ukážu palcem směrem dolů, mají si myslet jen to nejhorší.

To, co nastane, pokaždé všechny účastníky semináře uvede v úžas: ukazuje-li palec nahoru - nezapomeňte, že se to odehrává za zády zkoušené osoby - a všichni si myslí o tomto člověku jen samé pozitivní věci, zůstává paže pevně nahore a já ji ani při nejlepší vůli nezvládnou zatlačit dolů. Ukazuje-li palec k zemi, stačí jen dva prsty a paže klesá. Veškerá síla zmizela.

**Když o někom smýšlíme pozitivně, posilujeme ho.
Když o někom smýšlíme negativně, oslabujeme ho.**

* ✎ *

Tento poznatek se mezitím začal využívat i ve vrcholovém sportu.

Lektor mentálního tréninku ligového fotbalového týmu ukazoval v jednom televizním pořadu, jak silně působí na celkový výkon družstva to, co si jednotliví hráči o sobě myslí navzájem. Když spoluhráči někomu věří, že zvládne udělat kličku, nebo když jsou přesvědčeni, že se mu podaří projít s míčem a dát gól, projeví se to na jeho výkonu. Jen díky mínění ostatních získá více důvěry, síly a skutečně i schopností.

„Pozitivní“ předsudky jsou tedy jednoznačně přínosné, například když svému partnerovi věříme nebo když vyjádříme naprostou podporu svému dítěti. Ale i zde platí, že předstíráním ničemu nepomůžeme. Rezonanční pole nelze obelhat. Jen tehdy, když tomu opravdu věříme a jsme o schopnostech druhého přesvědčeni, může skutečně využít sílu, kterou mu tímto darujeme.

- Máme-li naprostou důvěru v síly svého dítěte, bude dítě také věřit svým schopnostem.
- Máme-li naprostou důvěru ve schopnosti svého partnera, zvýší to jeho důvěru ve vlastní potenciál.
- Ovšem pokud to jen předstíráme, zažijeme přesný opak.

Máme ve svých rukou, jak působíme na naše okolí. Ovlivňujeme je naším myšlením.

- Přemýšlejte, komu věnujete svou důvěru.
- Koho podporujete svými myšlenkami?
- Koho omezujete svým pohrdáním nebo nedůvěrou?
- Podívejte se na své okolí. Jaký podíl můžete mít na stavu v jakém je? Neodpovídá to třeba vaším nevědomým očekáváním?

Své okolí řídíme svými přesvědčeními a názory podstatně více, než si myslíme. Chcete-li v rodině prožívat harmonii, myslete na to, že stav harmonie je možný. Vysilejte tuto láskyplnou energii a uvidíte, že to lidem ve vašem okolí umožní reagovat jinak, než jak běžně dosud reagovali. Když změníte svůj názor na druhé lidi, mají tito lidé možnost ukázat i jiné stránky své osobnosti.

Hlavně ale změňte názor na vás. Stejně kvality se přitahují, stejně kmitající rezonanční pole se doplňují. A vy potom získáte právě tuto sílu a důvěru jako dar od ostatních.

Čím více dáváme, tím více dostáváme.

Proč tedy nezkusit *pozitivně* využít sílu předsudků?

MŮŽEME POZITIVNÍM MYŠLENÍM OVLIVNIT SVĚT?

*Kdybychom dělali všechno,
čeho jsme schopní,
nevycházeli bychom z údivu.*

THOMAS A. EDISON

Pomocí našich vlastních vibrací můžeme vylepšit i rezonanční pole druhých. Anebo můžeme jít ještě o krok dál? Můžeme silou vlastních přesvědčení zlepšit kvalitu nejen jednotlivce, ale i celé skupiny lidí? Odpověď zní jednoznačně: Ano!

Jak silné je naše myšlení a jak málo lidí je zapotřebí k tomu, abychom změnili celé své okolí, bylo už bohatě zdokumentováno. Uvedu zde jen dva pokusy, které vyvolaly dost velký rozruch.

V roce 1972 byla pod vedením Maharishi Maheshe Yogiho ve více než 24 severoamerických městech s více než 10 000 obyvateli provedena velmi zajímavá studie. Maharishi prohlásil, že násilí a vloupání podstatně klesnou, když se v každém ze zúčastněných měst bude pouze 1 % obyvatelstva věnovat meditační technice tzv. transcendentální meditaci. Tato meditace spočívá v naladění na vnitřní pocit míru. Maharishi vycházel z toho, že se vnitřní mír, který účastníci meditace v sobě vytvoří, následně projeví i v jejich okolí.

Výsledky byly více než překvapující: Ačkoliv se této studii zúčastnilo vždy jen 1 % obyvatelstva, bylo možné změnu jednoznačně změřit. Po dobu, během níž meditace probíhala, se ulice zklidnily. Bylo méně vloupání, méně násilí, a dokonce i nehod. I na pohotovosti v nemocnici bylo méně práce.

A to nejen v *jednom* městě! Tento výsledek byl zjištěn ve všech 24 městech. Nejednalo se tedy o žádnou výjimku. A i když se tyto výsledky nedají vědecky podložit, nemůžou se ani mlčky přejít. Tento fenomén je od té doby pojmenován jako „Maharashiho efekt“.

O pár let později byl prováděn podobný projekt „International Peace Projekt in the Middle East“ (Mezinárodní projekt míru na Středním Východě). Výsledky (absolutně překvapující) byly zveřejněny v „Journal of Conflict Resolution“ v roce 1988.

Také při tomto pokusu byly zúčastněné osoby, vyškolené v technice transcendentální meditace, požádány, aby si v meditaci navodily vnitřní pocit míru. Podmínky byly nesmírně těžké. Začátkem 80. let se spory mezi Libanem a Izraelem opravdu vyhrotily a šokovaly celý svět svou krutostí. A právě v této krizové oblasti se měl pokus uskutečnit. Účastníci projektu byli vždy v určitou dobu přivezeni do válečné oblasti, aby meditovali.

Výsledek byl naprosto šokující: Během doby, kdy účastníci meditovali a vyvolali v sobě vnitřní mír, se zredukoval počet případů i teroristických útoků. Dokonce se snížil počet dopravních nehod a v podstatné míře poklesl i příjem pacientů na pohotovosti.

Jakmile však účastníci meditaci ukončili, vrátilo se všechno zpět.

Při tomto pokusu byly brány v úvahu všechny okolnosti, které mohly výsledky ovlivnit. Byly zohledněny svátky, dny v týdnu, dokonce měsíční cykly. Pokusy byly prováděny i v dny, kdy byl počet útoků a nehod jednoznačně nejvyšší. Přesto vždy v době experimentu poklesl. Výsledky byly tak jasné a zřejmé, že vědci, kteří na pokusu spolupracovali, mohli bezpochyby určit, kolik lidí se daný den musí zúčastnit, aby se vnitřní mír, navozený v meditaci, mohl projevit i navenek.

Nejúžasnější na tom je, že je zapotřebí menšího množství lidí, než se předpokládalo. Stačí pouze vzorek 1 % z obyvatel, na které chceme zapůsobit. Zní to komplikovaně, ale je to úplně jednoduché. Na 1 milion obyvatel je to 100 osob. K ovlivnění města s 1 miliónem obyvatel je zapotřebí pouze 100 lidí.

K tomu, abychom ovlivnili veškeré obyvatelstvo světa, tj. zhruba 7 miliard lidí, stačí pouze 7 000 lidí.

Pokud by se jen malá část obyvatel naladila na vnitřní mír, projevil by se tento mír v *měřitelné formě* v našem okolí.

Kvantová fyzika a bioenergetika nám poskytují přirozené vysvětlení. Také výsledky těchto pokusů, probíhají delší dobu, ukazují, že se síla našich vnitřních přesvědčení násobí, když tuto ideu přijme celá skupina a vyzařuje ji navenek.

Naše přesvědčení mohou změnit svět.

Naše přesvědčení to činí neustále. I teď v této sekundě. Ale v co doopravdy věříme? Kolik z nás věří tomu, že na celém širém světě se všemi jeho komplikacemi a problémy, se všemi lidmi na Zemi, nemůžeme sami nic zařídit? Co zmůže jedinec vůči 7 miliardám?

Samozřejmě si to zpočátku můžeme myslet, ale měli bychom vědět, že i toto je pouze jedno z *přesvědčení*. A přesvědčení mají sílu změnit svět.

Když se připojíme k obecnému názoru, že problémy světa není možné zvládnout, že to s námi jde z kopce, že násilí bude stále přibývat atd., potom svou vírou přispíváme k takovému vývoji. Spolupodílíme se na výstavbě světa strachu, negativních postojů a očekávání.

- Nepřebírejte názory druhých a nepovažujte je pro sebe za správné, protože byste je roznášeli dále. Myslete svou vlastní hlavou.
- Pokud jste přesvědčení, že na světě můžete něco dokázat, brzy potkáte lidi se stejným přesvědčením.
- Myslete na to, že jen 100 osob stačí k tomu, aby změnila chování skupina 1 milionu lidí.

Jak silná může být skupina stejně smýšlejících osob, která si v určitou dobu přeje nebo myslí na pozitivní věci, můžete najít na mých webových stránkách. Tam je už delší dobu otevřeno fórum, kde si mohou lidé mezi sebou vyměňovat informace a názory. Už krátce po otevření přišel je-

den účastník s myšlenkou zavést pro všechny členy vlastní den přání, tedy okamžik, kdy všichni najednou myslí na svá přání a vysílají pozitivní energii. Vždy v pátek ve 20 hodin se všichni členové mentálně spojí a nechají působit svá společná přání. Následně si navzájem vyprávějí, co cítili jak se jim u toho vedlo. Výměna dojmů je pozoruhodná, úžasná a všech se hluboce dotýká. Všichni jsou šťastní, duchovně sladění a cítí tuto výjimečnou sílu navíc i tělesně. Tato rubrika je v podstatě také tou, která je nejčastěji navštěvovaná. Nechat vzniknout společné vědomí je rychlejší, než si myslíme.

Takže! Vy jste důležití!
Vy na tomhle světě něco dokážete!
Co přesně, to rozhodnete jen vy.

• % •

*Jako stopy v písku
v nás zůstávají otisky
našeho minulého života.*

*Ačkoliv ten, který je způsobil,
zanechává nové stopy už dávno někde jinde,
zůstávají tyto otisky stále v nás.*

*A my šije necháváme stále
v sobě, každý den,
bez toho, že bychom je brali na vědomí.
A ony i přesto určují naše myšlení, citění
a naše přesvědčení.*

*Místo toho, abychom tyto stopy
z naší duše vymazali,
žijeme s nimi dál:
v našich snech, touhách
a v nevědomých přáních.*

*Stojíme na svém vlastním jevišti
a nutíme své spoluhráče,
aby hráli podle našeho scénáře.
Scénáře, který se hodí do našeho světa
- i když není vlastně náš,
i když se nám vůbec nelíbí.*

*Jsou to otisky minulých časů,
které nechceme opustit.*

JAK MŮŽEME ZMĚNIT SVÁ STARÁ PŘESVĚDČENÍ?

*At' byl včerejšek jakkoliv komplikovaný,
můžeš dnes, teď hned, začít znovu.*

BUDDHA

Když se přání neplní, existuje většinou jiné nevědomé přání, které je silnější než to první. Toto jiné přání pracuje s jistotou proti tomu prvnímu, a to vytrvale a s podstatně větší silou. Opačné přání působící proti našemu přání se často skrývá ve formě pochyb nebo nějakého jiného pevného přesvědčení. Většina z těchto rušivých přesvědčení není vůbec naše vlastní. „Velmi často je to víra našich rodičů, prarodičů nebo sourozenců. Někdy také našich učitelů, přátel či známých. Nezřídka to bývají názory našeho faráře, lidí ze školky, ze školy, z televize, reklamy, časopisů... Jsou to většinou jejich přesvědčení a morální představy. Přesně vzato má každý, kdo hrál v našem životě nějakou významnou roli, podíl na našem způsobu myšlení. Před dlouhou dobou, když jsme přišli na svět, a přirozeně ještě dlouho předtím, než jsme vůbec začali myslet, nám bylo vštěpováno, kdo jsme a jak se máme na tomto světě chovat.“¹⁸⁾

Především nás učili, co je správné a co nesprávné, co má být považováno za krásné a co za škaredé, co je dobré a co špatné a jaké máme převzít morální zásady.

^m Z knihy: Pierre Franckh „Einfach glücklich sein“.

Naučili jsme se příliš brzy posuzovat a odsuzovat. To, co dnes odsuzujeme, se zakládá na morálce a žebříčku hodnot našich rodičů, známých, učitelů a přátel. Jsou to většinou dogmata a vize jako mnohé jiné, podle nichž se ještě dnes pokoušíme žít. Hodnotíme tedy nejen ostatní lidi, ale také sami sebe, a to většinou takovým způsobem, jakým nás viděli naši rodiče.

Tak tedy se přidávají k těmto dogmatům ještě ta, která si myslíme sami o sobě, například „Nikdy nic neudělám dobře. Věčně nemám peníze. Jsem smolař. Nejsem dost krásná. To mi nepřísluší. Stejně nic nezmůžu. Nevěřím, že z toho něco bude. Ostatní jsou mnohem lepší, chytřejší, rychlejší.”

Když člověk takto nebo podobně myslí, měl by se zeptat, kdo nám tyto věty od začátku opakoval tak dlouho, až jsme je převzali jako svou pravdu. Abychom se těmto starým - a dílem v nás nevědomě usazeným - myšlenkovým vzorcům dostali na kloub, je velmi užitečné, když si je napíšeme:

- Nejdříve napíšeme věty, kterými nám jako dětem něco vyčítali - tedy všechno to, co máme v paměti jako negativní, všechny ty příšerné demotivující a zraňující věty, které jsme jako děti museli poslouchat: „To neumíš. Nechej mě to udělat líp. Na to jsi příliš hloupý. Jak to vypadáš. S takovou se nikdy nevdaš.”
- Dejte si na čas. Každý zná takové věty, jednoduše si na ně vzpomeňte a запиšte je.

Seznam může být velmi dlouhý, ale nedělejte si starosti. Nejste sami, každý z nás má takový obsáhlý seznam. Ačkoliv

nás tyto výčitky zasáhly už většinou velmi dávno - někdy je to třicet, čtyřicet nebo i padesát let - je vždy velmi pozoruhodné, jak silně tyto výpovědi působí ještě dnes, i když jsme už dospěli a „zralí“. Působí na nás stále a ovlivňují náš život.

Samotné sepsání těchto vět umožní, aby na povrch vystoupily dlouho zapomenuté věci, o kterých jsme si mysleli, že je máme dávno za sebou. Při podrobnějším posouzení však velmi často poznáme, že jsou to právě tyto věty, které na nás stále hluboce působí. Jelikož jsme stejně jako tehdy - většinou zcela nevědomě - přesvědčeni o tom, že tyto nerozvážené a automatické výpovědi rodičů jsou pravdivé, přitahujeme si stále znovu do našeho života situace, které naši (domnělou) nedostatečnost potvrzují.

Také já jsem nechal vyjít na světlo mnoho takových tvrzení. Už první věta mé matky, když mě jako čerstvě narozeného držela v náručí, působila několik desetiletí. Sotva jsem přišel na svět, pozdravila mě - jak mi později trochu stydlivě přiznala - těmito slovy: „Nejkrásnější opravdu nejsi.“

Tato věta se před mnoha lety stala mou pravdou a zavinila mnohé mé pocity méněcennosti. Moje matka to určitě nemyslela zle, a přesto toto tvrzení určilo můj postoj. Stalo se mou pravdou. Když mě později ostatní viděli jako atraktivního, sexy nebo dobře vypadajícího, já jsem si to nemyslel. Když mě naproti tomu někdo utvrdil v mém mínění, bez výhrad jsem s ním souhlasil.

Nejste sami, kdo převzali od rodičů věty, které se staly vaší pravdou.

Může se stát, že se u psaní tohoto seznamu budete cítit smutní, unavení či malátní. Prožijte si všechny pocity, které se objeví. Všechny si je s sebou nosíte už velmi dlouhou dobu.

- Když napíšete všechny tyto věty, které určovaly váš život, začněte je přepisovat do pozitivního významu. Věty jako „To neumíš“, můžete například změnit na „Umím všechno, co chci“. „Nikdy nenajdeš muže“ na „Jsem dárkem pro každého muže“, „Přinášíš jen neštěstí“ na větu „Jsem dárkem pro každého v mém životě!“ „Jsi tlustý“ na „Miluji se takový, jaký jsem“.

Poté, co tyto věty pozitivně přeformulujete, začne se hluboko ve vás něco dít. Náš rozum se začne nově nastavovat. Učíme se, že existuje i jiná možnost než ta, kterou jsme předtím považovali za „pravdivou“.

Pokud si k tomu ještě položíme otázku: „Kdo nám to tenkrát řekl?“, často zjistíme, že člověk, který nám tyto věci vyčítal, to pravděpodobně vůbec nemyslel osobně, ale byl sám chycen do různých vzorců. Viděl jen sám sebe. Možná měl vlastní problémy, byl přepracovaný, netrpělivý, prožíval krizi ve vztahu, finanční těžkosti nebo byl úplně přetížen nějakou jinou situací. Dospělí, například naše rodiče, často jen opakuji věty, které sami slýchávali, když byli dětmi. Neměli k dispozici nic jiného než to, co sami dostali s sebou na cestu. A tak to prostě přenesli na své děti - tedy na nás.

My teď můžeme z tohoto kruhu vystoupit. Jakmile si uvědomíme, že se to netýkalo nás osobně, že v nás vůbec nerozpoznali naši dětskou kreativitu, zvědavost, živost

a náš potenciál, který jsme si v sobě nesli, že naši rodiče jen často kvůli svým vlastním starostem chtěli mít klid... Jakmile jsme schopni to vidět, bude pro nás mnohem lehčí se od těchto vět distancovat. K tomu nám pomůžou pozitivně přeformulované věty.

Nyní máme šanci tyto staré, negativní vzorce přetransformovat, doslova řečeno: vypustit je. Nejjednodušeji to jde, když k lidem, kteří nám tyto věty předávali, nechováme žádnou zášť a zlobu, a když tyto věty *plní lásky a vřidnosti* vrátíme zpět těm, kterým patří.

- Představte si před svým vnitřním zrakem, jak tento seznam negativních vět předáváte osobě, která vám je předhazovala, a jak se otáčíte a jednoduše ocházíte.

Měli bychom si při tom uvědomit, že lidé, kteří nám tenkrát tyto věty naočkovali, dělali to nejlepší, co uměli. Víc nebylo v jejich možnostech. To neznamená, že jsou dobří nebo špatní. Jsou to prostě lidé s chybami a omezeními. Tehdy to prostě neuměli lépe.

**Dokud v sobě nosíme hněv nebo vztek,
nemůžeme se osvobodit
od negativních vzorců a vět**

Proto je nejlepší zaměřit se na pozitivní věty:

- Prociťujte sílu a radost, která vychází z pozitivních formulací. Identifikujte se s nimi a uvidíte, jak se účinek ne-

gativních tvrzení stále více zeslabuje a jak se poznenáhlu z vašeho života vytrácí.

- Nejúčinnější je malý rituál, při kterém na bezpečném místě spálíte stará tvrzení, která jste napsali.
- Zatímco to budete dělat, procíťujte hluboko v sobě, jak propouštíte své staré vzorce, které již nejsou pravdivé. Nechejte všechny pocity, které ve vás v souvislosti s tím vzniknou, vystoupit na povrch a odplynout z vašeho života.
- Vzniklou prázdnotu naplňujte jen pozitivními afirmacemi. Soustředte se na ně.
- Vyslovujte je nahlas a zřetelně. Přijměte za svá nová přesvědčení. Čím více se vcítíte do jejich síly, tím silnější bude nově vytvořené rezonanční pole.

Svůj život můžeme změnit, někdy dokonce ze dne na den. Podstatné je, že této nové zkušenosti dáme čas a prostor. Měli bychom nově definovaná přesvědčení opakovat tak dlouho, až zakotví hluboko v našem podvědomí.

Změna nastoupí často mnohem rychleji, než se domníváme.

Jedna účastnice mi na semináři sdělila, že se její život kompletně změnil ještě ten večer, kdy jsme společně spálili stará tvrzení a vyměnili je za nová. Jejím starým tvrzením bylo, že není hodna lásky, a už vůbec není hodna, aby k ní byl jiný člověk milý a něžný. A tak žila v manželství, v němž jí její muž znovu a znovu právě tohle zrcadlil tím, že jí odpíral něhu.

Příští den mi se zářícíma očima vyprávěla, jak ji (aniž by mu řekla, jakou energetickou činnost na semináři vyvíjela) vzal večer po neuvěřitelně dlouhé době naprosto nečekaně do náruče, něžně ji hladil, a dokonce když plakala, ji držel dál v náručí. A ráno se probudila v jeho objetí.

Když změníme naše rezonanční pole, změní se i naše okolí. Nepotřebujeme k tomu žádná slova. Mnohem účinnější je změnit vlastní energetické rezonanční pole. Tím vyřešíme nejen naše vzorce, ale ovlivníme i způsob chování našich blízkých. A když se situace náhle změní, považujeme to za zázrak. Ve skutečnosti ale víme, že to žádný zázrak není. Stojí za tím naše vlastní připravenost a odvaha se změnit a transformovat.

S KAŽDÝM ODPUŠTĚNÍM PŘICHÁZÍ NOVÝ ZAČÁTEK

*Člověk je zodpovědný nejen za to, co udělá,
ale i za to, co neudělá.*

LAO-C'

„Odpoutat se není vůbec jednoduché“, říkají mnozí. Ano, souhlasím, ale často existuje pouze jediný důvod, který nám brání opustit staré vzorce - a to, že neumíme prominout.

Nemůžeme nebo nechceme - a už vůbec ne těm, kteří nás hluboce ranili. Už jen z tohoto důvodu nemůžeme nechat minulost v klidu. My chceme, aby ti, kteří nám to všechno způsobili, za to zaplatili. Špatná zpráva ale je, že oni to neudělají. Důsledky neseme jen my sami.

**Nedovolujeme si žít náš život,
dokud neodpustíme.**

To není ani dobré ani špatné. Žádný člověk nás nemůže nutit, abychom někomu něco odpouštěli. Platíme však za to vysokou cenu našimi emocemi.

Když například velmi často myslíme na zranění nebo nespravedlnost, které jsme utrpěli, a nezvládneme-li se od nich odpoutat, budeme v našem životě stále znova

zažívat podobná zranění a nespravedlnosti, protože si je podle zákona rezonance přitahujeme do života.

Skutečné působení těchto zranění musíme nést pouze *my*, i když to může vypadat nespravedlivě a myslíme si, že by za to měl pykat člověk, který nám je způsobil.

Pravděpodobně je ten, jemuž nemůžeme odpustit, dávno za horami. Možná už také všechno zapomněl, začal nový život a žije naprosto šťastně.

Když se neumíme od starých emocí oprostit a uchováme v sobě smutek a myšlenky na pomstu, platíme za to jenom my sami. Zůstáváme chyceni v tomto rezonančním poli a celé naše okolí se podle toho zařídí. Svět nám bude připadat nespravedlivý. Možná dokonce zažijeme ještě více nespravedlnosti, která naše negativní myšlení ještě posílí. Můžeme slyšet mnoho smutných příběhů, které nás posílí v názoru, že to není jen naše zkušenost, ale že život druhých probíhá stejně. Najdeme tedy mnoho stejně smýšlejících, protože... Ano, stejné přitahuje stejné.

Nakonec je to vždy naše vlastní rozhodnutí, jaké rezonanční pole, tedy jaké vnímání světa, si pro sebe chceme vytvořit.

Všichni známe lidi, kteří už léta či desetiletí, někteří dokonce celý život, nezapomněli nebo neodpustili. Tento postoj neschopnosti odpustit můžeme dokonce vyčíst z celkové fyziognomie člověka. Letité zahořknutí se vryje do tváře. Často tito lidé, zapadlí do svých myšlenkových kolejí, přehrávají stále stejné desky, které už nikdo nechce slyšet. Všichni známe takové lidi, kteří se stávají více

a více osamělejšími a straní se ostatních. Většinou se k jejich chmurným myšlenkám přidruží i nemoci.

Chcete se stát jedním z nich? Dobře, to nebylo vůči vám pěkné. Možná to bylo nespravedlivé až sprosté, hluboce zraňující, a třeba i zákeřné. Chcete ale těmto lidem stále - dnes až do konce života - dávat tolik moci nad vámi a vaším životem?

Odpuštění má vždycky co do činění s námi samotnými. Když nepromineme, rozhodneme se nejít dál! Zůstaneme stát a necháme druhé ovládat náš život. Možná jsou už dávno mrtví, nebo naopak žijí ve šťastném vztahu. Jen my jsme pořád chyceni ve smyčce nesmiřitelnosti.

**Dokud druhým neodpustíme,
budou mít stále moc nad naším životem.
Chcete to?**

Dokud jim neodpustíte a neuvolníte stará zranění, nebudou se v vašem životě dít žádné nové báječné věci. Zůstanete polapeni v rezonančním poli pomsty, smutku a budete si do života přitahovat jen podobné zážitky.

- Je proto velmi důležité, abychom se po určité době smutku (která nám pochopitelně náleží, neboť jen prostřednictvím smutku můžeme příslušné dojmy uvolnit) v životě narovnali, vykročili kupředu, pokračovali v nových plánech a minulosti už nevěnovali pozornost, neboť jinak bude určovat náš dnešní život.

Některá zranění jsou stará desetiletí, možná jsme už dokonce zapomněli prvotní důvod, přesto ale stále ovlivňují naše emoce. Velmi často jsou tyto pocity neohraňované a těžko uchopitelné. Potom je velmi důležité, abychom tato zranění, která jsme během života utrpěli, převedli do současnosti. To uděláme nejlépe tak, že si je napíšeme.

- Sepište všechna svoje zranění, která jste v životě prožili. Nebuďte překvapeni, když se tím, že je napíšete, uvolní spousta zablokované energie. Je možné, že znovu pocítíte vztek nebo smutek. Připusťte si to a nehodnoťte to.
- Napište každý detail. Možná to pro druhé nebylo důležité, ale pro vás to bylo velmi podstatné.
- Neomezujte se. Všechno, co vyjde na povrch, má své opodstatnění.
- Dopřejte si čas. Možná na to budete potřebovat více dní. Když se tím začnete zabývat, rozvolní se dlouho zasypané proudy vzpomínek.
- Buďte si vědomi, že každý člověk nasbíral nespočetné množství zranění. Nejste jediný.
- Projděte si nyní seznam v klidu. Mnohé z toho se pravděpodobně stalo velmi dávno a už jste to skoro zapomněli. Přesto vás to však neopustilo a určuje to váš život.
- Teď si položte otázku: „Komu z těchto lidí na seznamu bych chtěl ponechat moc nad mým životem? A komu bych mohl odpustit?“
- Označte lidi a události, které byste rádi ze svého života vypustili. Vypustit znamená stát se volným. S každým odpuštěním začíná nový začátek.

- Rozhodněte se, u kterého tématu byste se chtěli ještě zdržet. Buďte u toho otevření a čestní. Nemá žádný smysl něco si nalhávat. Rezonanční pole se nedá obelhat.
- Komu nebo co můžete odpustit, vypusťte ze svého seznamu. Jednoduše je nůžkami vystříhněte.
- Všechny pruhy papíru dejte do nehořlavé mísy a na bezpečném místě spalte. Představte si u toho, jak těm příslušným lidem děkujete za všechny ty poučné životní lekce. Vypusťte je ze života bez hněvu. Buďte vděční, že jste tyto zkušenosti získali. Stali jste se tím díky tomu zralejšími. Rozlučte se se svými „společníky na cestě“ plni lásky a náklonnosti a popřejte jim krásný život.
- Pociťujte, jak vás to osvobozuje, jak se nadechujete, jak se otevírají nové obzory.
- S tímto novým vědomím jděte spát.

Nebudte udiveni, když se v dalších dnech někdo z vaší minulosti ohlásí. Lidé cítí energeticky velmi rychle, když je člověk ze svého života pošle pryč. Berte to jako dobré znamení, jak účinná byla vaše práce. A možná to dokonce podpoří váš zájem o to věnovat se dalším lidem ze svého seznamu.

Čím rychleji odpustíte, tím rychleji se změní vaše rezonanční pole a do vašeho života začnou přicházet nové události a nabídky. Přijměte je, i když jsou nezvyklé nebo nové. Koneckonců máte teď konečně možnost jít novou cestou. A k tomu patří i nové kroky.

JAK ZMĚNIT MINULOST

*Kdo chce číst v budoucnosti,
musí zalistovat v minulosti.*

ANDRÉ MALRAUX

Minulost se - jak tvrdí mnozí - nedá změnit, budoucnost však ano.

Naše budoucnost ale z největší části pramení z naší minulosti. Bylo by tedy dobré, kdybychom mohli naši minulost alespoň trochu ovlivnit.

„Je to možné“, říkají kvantoví fyzici a už nám to také velmi působivě dokázali. Tyto nové poznatky zachytím v některé své další knize, ale na tomto místě vyzvednu jen jeden malý aspekt.

V podstatě již dlouho víme, že můžeme změnit naši minulost a vystavět z ní novou budoucnost, takovou, která je nám příjemná. Přesně vzato to dokonce děláme neustále. Bohužel měníme naši minulost v náš neprospěch, a tím negativně ovlivňujeme naši budoucnost. Jak je to možné?

Jak všichni víme, neexistuje absolutní pravda. Existuje pouze subjektivní pravda. Každý z nás si bude tedy stejný zážitek pamatovat naprosto jinak. Napoleon Bonaparte jednou řekl: „Historie je lež, na které se shodla většina lidí.“ Také naše vlastní vzpomínky jsou založeny na subjektivním vnímání minulosti, na nichž jsme se - se sebou sa-

mými - shodli. Nemusí odpovídat skutečné pravdě. Často byl průběh událostí zaznamenán pouze v naší představě. Možná jsme se v určitých okamžicích naší minulosti zranili, ztratili jsme odvahu nebo jsme se cítili odmítnuti a z tohoto pohledu jsme potom všechno posuzovali.

Kdo si píše deník, může tuto zkušenost vysledovat, neboť samotná vzpomínka na zážitek se změní, když ji člověk napíše. Někdy si to člověk přikrášlí nebo to chce prostě jen vidět jinak, než se to událo.

Vzpomínka se také změní, když zážitek stále znovu vyprávíme. Každým dnem získává trochu jiné zabarvení. Když o tom vyprávíme druhým, stává se krásnější a pestřejší. Přidáváme k tomu věty, které jsme údajně řekli, zapleteme do toho chytré argumenty nebo chování a stáváme se stále více malými hrdiny. Nebo naopak negativní věci, které se nám staly, malujeme v ještě drastičtějších barvách.

Nevědomě takto denně měníme naši minulost, naši vlastní osobní historii, neboť časem začneme našim vlastním slovům a naší verzi příběhu věřit.

S touto změněnou formou vzpomínek se dnes identifikujeme a rezonujeme s ní. Přijmeme ji a necháme, aby se stále více stávala naší vlastní *pravdou*. Toto - naprosto lidské - chování je nyní velmi důležité pro naši budoucnost.

John Wheeler, fyzik z Princetonu a kolega Alberta Einsteina, zjistil, že už pouhé *pozorování* věcí způsobuje změnu jejich chování. Došel k závěru, že už jen samotné pozorování působí tvořivě. Žádný div. Ke všemu, co pozorujeme, už máme předpojatý názor, pocit nebo přesvědčení. Hodno-

tíme, a toto hodnocení stačí k vytvoření rezonančního pole, prostřednictvím něhož vstupujeme do kontaktu se světem.

Když sledujeme náš život, naše výkony a kariéru, největší úspěchy a porážky, partnerské vztahy a vztahy k ostatním lidem, náš blahobyt či existenční nouzi, potom je to, jako bychom se dívali na odraz našich přesvědčení, prostřednictvím kterých jsme toto všechno nechali v minulosti vzniknout. Zároveň už vytváříme nový obraz - podle toho, jak to minulé zhodnotíme a posoudíme.

**Tím, že sledujeme naši minulost,
měníme naši budoucnost.**

* * *

Tento tvořivý proces bychom mohli samozřejmě provádět vědomě tak, že necháme minulost, aby se nově odehrála. Nebo jinak řečeno, tak, že ji v myšlenkách přetransformujeme.

Mohli bychom se například úplně vědomě znovu rozpočítat na kladné stránky nějaké situace: Co jsme se z toho naučili? Jak silnými jsme se díky tomu stali? K jakým dalším krokům nás to vedlo? Mohli bychom dnes vést tento život, který vedeme, kdyby tenkrát proběhlo všechno jinak? Byli bychom dnes tak silní a odolní?

Díky krizím a dramatickým situacím, které jsme překonali, se z nás staly úžasné osobnosti, kterými dnes jsme. Právě tato prožitá dramata nebo porážky nám často otevřely

oči a vedly nás dál, odkud jsme mohli odvážně a statečně podniknout další kroky.

Život bez porážek neexistuje. Život bez problémů a těžkostí existuje pouze v našem myšlení plném nároků. Staví nám do cesty spoustu překážek. Ale překážky nejsou nic negativního, i když máme sklon je takto posuzovat. Překážky nám pomáhají stát se silnějšími a mocnějšími. Jen ten, kdo překonal ve svém životě mnoho problémů a krizí, se umí relativně rychle postavit novým překážkám a s lehkostí je překonat.

Prožité krize pro nás představují velký potenciál.

*

Musíme je jen správně posoudit, abychom nezůstali ponoření ve starých zraněních, ale využili potenciál, který se díky tomu v nás rozvinul.

Teprve potom změníme naši vlastní historii, naši minulost, do malého úspěšného příběhu. Tato historie nebude vůbec vylhaná, bude odpovídat skutečnosti. Zvládli jsme to - jsme úžasní, výjimeční, velkolepí, vstali jsme a posunuli se kupředu. Když se podíváme na náš život z tohoto pohledu, poznáme, že jsme se pokaždé o něco více rozvinuli.

A náhle máme tento potenciál k dispozici. Rezonujeme s úspěchem našeho života. To znamená, že vysíláme náš potenciál úspěchu do univerza a podle zákona rezonance přitahujeme do svého života další úspěchy.

**Naše budoucnost se změní,
když změníme způsob posuzování naší minulosti.**

* .ᵼc *

- Poznejte, které schopnosti jste rozvinuli ze své minulosti.
- Podívejte se na své silné stránky, které jste získali překonáním krizí.
- Jaké nové cesty a schopnosti z toho vyplynuly?
- Co všechno byste nezažili, kdybys nepoznali v životě porážku?
- Napište všechno, co vás posílilo.
- Napište svůj vlastní malý úspěšný příběh. Napište úžasnou historii svého života. Jste hrdinou v této historii. Vykonali jste spoustu nemožného, zvládli jste znovu vstát a prokázat svou velikost. Překonali jste překážky a problémy.
- Buďte na sebe hrdí.
- Doplněte svůj úspěšný příběh pokaždé, když vás něco napadne. Zabývejte se tím.
- Čím více se budete svým příběhem úspěchu zabývat, tím větší bude vaše rezonanční pole úspěšného člověka. A takovým člověkem jste!

Minulost se tedy dá změnit, především s ohledem na to, co z ní uděláme. Naše budoucnost se tvoří ze způsobu, jakým posuzujeme naši minulost. Jaký užitek z těchto po-

znatků získáme, záleží výhradně na síle našeho vlastního rozhodnutí.

- Rozhodněte se teď, v tomto okamžiku, že si vytvoříte úplně nové rezonanční pole.
- Tato síla je ve vás, byla tam vždycky. Možná doposud dřímala a čekala, až ji probudíte.

*Když jste v rezonanci se svými
pravými přáními,
nepotřebujete bojovat
nebo používat přehnaně množství síly.
Jste nesení lehkostí a štěstím.
Jste v bezpečí ve své vlastní hojnosti.
Přesně to vám přísluší.*

NEPŘETĚŽUJTE SE

*Vše, co leží před námi i za námi,
není nic ve srovnání s tím, co je skryto v nás.
A pokud to, co je skryto v nás,
vyneseme na světlo světa,
budou se dít zázraky.*

HENRY DAVID THOREAU

Začněte svůj „nový život“ s klidem a láskyplnou trpělivostí a nepřetěžujte se. Přejděte k plánovaným změnám raději krok za krokem.

Začněte nejdříve s těmi změnami, které vám připadají jednoduché, protože tím získáte odvahu k uskutečnění plánů. Nikdy neztraťte z očí své cíle, ale nepovažujte za povinnost dosáhnout jich ihned. Když své budoucí záměry udržíte v myšlenkách stále živé, nemusíte vyvíjet žádný nátlak, a přesto se vám budou jednoduše samy ukazovat nové možnosti, otevírat dveře nebo se ve vaší blízkosti začnou objevovat lidé, kteří vám budou v záměrech nápomocní. Jsme-li v rezonanci s našimi přáními, budeme sice také vážit svá rozhodnutí a nové kroky, ovšem bude nám to připadat mnohem lehčí. Kdo si ale myslí, že musí vše změnit najednou, tomu se může stát, že si toho naloží přespříliš, protože do svých přání ještě nedorostl a nedokáže transformovaná rezonanční pole vědomě udržet.

Přirozeně můžeme všeho dosáhnout a všechno si do života přitáhnout, ale ne vždy je vysněný cíl tím, co nás učiní šťastnými. Někdy nebudeme stačit vlastním nárokům; někdy je to pocit méněcennosti nebo pocit, že nejsme milováni, který naše štěstí brzdí. Pokud ale jdeme krok za krokem, rosteme společně s našimi úkoly. Sami se dále rozvíjíme díky změnám, které na cestě prožíváme, a často dosáhneme vytoužených výsledků rychleji, než se nadějeme; a to i výsledků, které jsme dříve považovali za nemožné. Především jsme ale šťastní. Jsme šťastní na cestě k cíli a jsme šťastní, když cíle dosáhneme. V cíli nacházíme nové úkoly, protože jsme se mezitím více rozvinuli, a odkrýváme pro sebe nové, napínavé a větší vize pro další cestu.

Jsme stále v pohybu a budeme i nadále. Jedinou jistotou v našem životě je změna.

My však můžeme změny v našem životě ovlivňovat a řídit. Je to jako při řízení auta. Koneckonců nám přináší radost i jízda, nejen dosažení cíle. Jinak bychom během ní trpěli.

Máme-li radost, že jsme na cestě, a cítíme-li jistotu v řízení našeho života, můžeme ho vědomě směřovat, kamkoliv si přejeme.

- Abyste si vyjasnili, co chcete ve svém životě změnit nebo rozvinout, je velmi prospěšné napsat si všechny tyto věci nebo vlastnosti, kterých byste chtěli v životě dosáhnout.
- Think big! (Myslete velkoryse) - Neomezujte se, je jedno, jak „těžké“ nebo „nemožné“ mohou být změny, které si ve svém životě přejete.

- Napište všechno, a to tak podrobně a precizně, jak je jen možné, nejlépe natolik přesně, abyste si v sobě vytvořili své vnitřní obrazy.
- Pochopte svůj život jako celek.
- Myslete v cyklech: Kde chcete být za 10 let, za 20 let? Dávejte si ty nejkrásnější vize, jaké si umíte představit.
- Rezonanční pole, která si udržíme dlouhou dobu, vnás rozvinou obrovskou sílu. Myslete na dlouhodobé působení!

*Náš největší strach nepramení z toho,
že jsme nedokonalí.
Náš největší strach pramení z toho,
že jsme nesmírně silní.
Je to naše světlo, čeho se bojíme,
ne naše temnota.*

*Ptáme se sami sebe: „Kdo vlastně jsem,
že mohu být zářící, úchvatný,
obdařený a fantastický?“
Kdo vlastně jsi, že to nejsi?*

Jsi dítě boží.

*Děláš-li se malým, neslouží to světu.
Nemá to nic společného s osvícením,
když se sám zmenšuješ, aby ostatní kolem tebe
neztratili svou jistotu.*

*Byli jsme zrozeni, abychom žili
boží vznešenost, která je v nás.
Není jen v některých z nás,
je v každém člověku.*

*A když necháme rozzářit své vlastní světlo,
dáme tím nevědomě ostatním lidem svolení,
že to smějí dělat také.*

*Když se osvobodíme
od svého vlastního strachu,
osvobodí naše přítomnost ostatní
bez našeho přičinění.*

NELSON MANDELA

BÝVALÝ PREZIDENT JIHOAFRICKÉ REPUBLIKY, NÁSTUPNÍ ŘEČ 1994

PODĚKOVÁNÍ

Milí přátelé,

děkuji vám za úžasnou důvěru, kterou mi prokazujete svými e-maily a dopisy, a doufám, že si ji i nadále zasloužím.

Opravdový dárek vždy obdaruje oba. Vy mne obdarováváte bohatě. Velmi za to děkuji!

Více informací o mně a mé aktuální činnosti najdete na mých webových stránkách. Kdo by chtěl dostávat můj čtrnáctideník (zdarma), může se zapsat na mé domovské stránce nebo mi poslat krátký e-mail.

Tam najdete i obsáhlé fórum, kde si můžete vyměňovat informace. Přeji příjemnou zábavu.

www.pierrefranckh.de

Vlastní poznámky

• OříU U'' :

Vlastní poznámky

Vlastní poznámky

Publikace pro zdraví a volný čas

H. Aihara: Kyseliny a zásady

H. Aihara: Základy makrobiotiky

B. Barnaby: Tajemství za Tajemstvím

L. Dean: Zlatý tarot

R. E. Detzler: Cesta ke svobodě

R.E. Detzler: Duchovní léčení

R.E. Detzler: Osvobození duše

Louise L. Hay a přátelé: Pozitivní myšlenky pro každý den

M. Farber: Karmické karty

**P. Franckh: Jak si správně přát - 7 pravidel,
jak uskutečnit své sny**

P. Franckh: Jak si správně přát - KARTY

P. Franckh: Pravidla pro šťastnou lásku

P. Franckh: Prostě si to přejte, a to s lehkostí

P. Franckh: Přejte si jednoduše, ale úspěšně!

**J. Glanville-Blackburn: Nádherné mateřství
- jak je zvládnout, cítit se a vypadat
skvěle a přitom zůstat svá**

T.Grossman, R. Kurzweil: Fantastická cesta

G. Charley, L. Lidell: Zrcadlové karty

**S. Cholleti, A. R. Thiel: Chuť do života a životní síla
- 7 okruhů síly člověka**

S. Choquette: Ponaučení duše a poslání duše - Vykládací karty

Ivomir: The Black Book - Kniha života

A. Karmel: SuperRecepty pro kojence a nejmenší děti

A. Karmel: Vaříme pro kojence a batolata

- J. Kathan: Vše pro trochu lásky?
- W. Kavanagh: Něžné doteky
- Masáž a reflexologie kojenců a dětí
- F. J. Kinslow: Tajemství okamžitého léčení
- V. Kleplová, D. Pilná: Našemu sluníčku
- Bud'fit od narození po školu
- M. Lambert, S. Skinner: Feng šuej pro moderní život
- D. Linn: Čtyři kroky k osobní síle: Jak léčit svou minulost
a vytvářet pozitivní budoucnost
- D. Linn: Očista prostoru od A do Z - Jak očistit svůj domov
pomocí feng šuej a vnést do něj radost a požehnání
- D. Linn: Trénink duše - Za 28 dní objevíte své opravdové já!
- D. Lužná: Makrobiotické nedělní vaření
- D. Lužná: Vaříme pro děti podle makrobiotických zásad
a nejen pro ně
- D. Lužná, D. Vránová: Makrobiotický léčebný talíř
aneb nemoc není nepřítel I.
- D. Lužná, D. Vránová: Makrobiotický léčebný talíř
aneb nemoc není nepřítel II.
- I. Oulehlová, H. Špilková: Archandělé Atlantidy
- K. Machala: Kvašená zelenina pro zdraví a vitalitu
- Léčivé účinky, recepty, historie
- D. Mapel: Do srdce divočiny - Léčení a osobní transformace
s esencemi svobodně žijících zvířat
- S. McStravick: V proudu snů
- A. Mindell: Metadovednosti - spirituální umění terapie
- B. Mohr: Cvičebnice k objednávkám z vesmíru
- B. Mohr: Děti světla - KNIHA
- B. Mohr: Kosmické objednávky

- B. Mohr: Objednáváme si z vesmíru
- B. Mohr: Reklamace do vesmíru
- B. Mohr: Sex jako v sedmém nebi
- B. Mohr: Vesmírné karty - Karty pro objednávky z vesmíru
- B. Mohr: Vesmírný objednávkový servis
- B. Mohr, M. Mohr: Vnímej srdcem a potkáš svůj život
- B. Mohr, S. Stutz: Děti světla - KARTY
- I. Myslikovjanová: Astropsychologie a rodina
- S. Olivier: 10 jednoduchých kroků - jak se zbavit stresu jednou provždy
- P. Pelech: Český ráj - fotografie
- P. Pelech: Olomouc a zajímavá místa v okolí (fotografie s hist. výkladem)
- P. Pelech: Praha a zajímavá místa v okolí - fotografie
- G. K. Pieroth, P. Schneider: Pomoc z duchovního světa
- S. Rust: Když žirafa tančí s vlkem - Čtyři kroky k nenásilné komunikaci
- J. Sobotka: Aforismy, myšlenky i smyšlenky
- J. Sobotka: Aforismy o nich, o vás i o nás
- J. Sobotka: Aforismy z tehdy i nyní a možná i pro příště
- J. Sobotka, ilustrace J. Fixl: Čert Pepiáš, kouzelníci a čarodějové
- J. Sobotka, ilustrace J. Fixl: O čertu Pepiášovi
- P. Spurr: Jak porozumět dětským snům
- V. Strnadelové, J. Zerzán: Radost ze zdravých dětí
Preventivní i léčebná strava
pro celou rodinu

V. Strnadelové, J. Zerzán: Radost z jídla

**- Nejen makrobiotika očima lékaře
a pacienta**

**B. Tracy: Snězte tu žábu! - 21 rad, jak v co nejkratším čase udělat
co nejvíce**

A. Ulmicher: Princip kaktusu - Teorie hroší kůže

A. Vojnovská: Poselství květin

**R. B. Wagner: EFT - svoboda emocí - Jednoduchá technika
sebeléčení**

R. Zemek: Neznámé menhiry v Čechách a na Moravě

R. Zemek: Poznej své zdraví z jazyka a Co prozradí čtyři prsty

Vyplněnou objednávku zašlete prosím na adresu:

ANAG, spol. s r.o., p. o. box 78, 779 11 Olomouc 9, fax: 585 418 867

Publikace můžete objednávat také na **www.anag.cz**.

OBJEDNÁVKA PUBLIKACÍ

IČO. DIČ

Obchodní jméno

Jméno

Ulice a číslo

Obec. PSČ

Tel. e-mail

Datum. Razítko a podpis

na dobírku

převodním příkazem,

úhradu provedeme do 14 dnů

po obdržení zásilky

K zasílaným publikacím účtujeme poštovné (podle sazebníku České pošty) a balné (17-41 Kč).

PIERRE FRANCKH

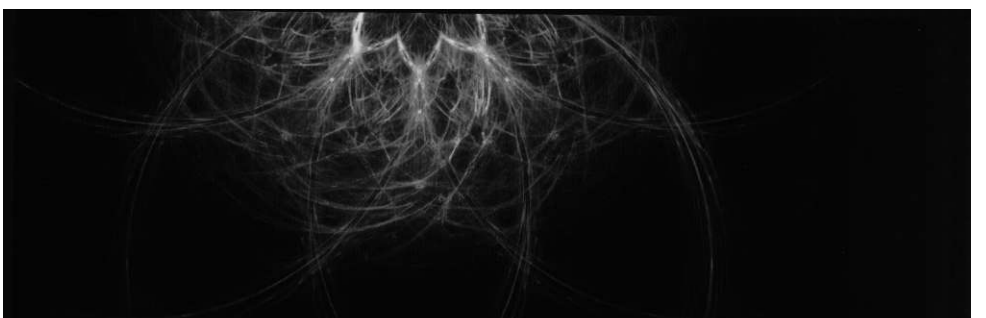
ZÁKON REZONANCE

Z německého originálu
Das Gesetz der Resonanz
přeložila Mgr. Iva Wallnerová

Vydalo nakladatelství ANAG
Odpovědná redaktorka Bc. Eva Podivínská
Sazba Vratislav Vávra

Tisk a vazba Těšínská tiskárna, a. s. Štefánikova 2, Český Těšín
ISBN 978-80-7263-621-1

ANAG, spol. s r. o.
Kollárovo nám. 698/7, 772 00 Olomouc, Město
tel.: 585 757 411, fax: 585 418 867
e-mail: obchod@anag.cz
www.anag.cz



Mohou se opravdu všechna přání splnit?
Jsou naše budoucnost a naše minulost jedno?
Můžeme silou myšlenek změnit i naši DNA?
Jsou zacílená přání „nabídkovými vlnami“
pro univerzum a vytvoří se nová skutečnost?

Díky revolučním poznatkům kvantové fyziky
se můžeme naučit, jak lze vědomě
ovlivnit příčinu a důsledek.
„Zákon rezonance“ působí na všechny.

Tato kniha spojuje dávné vědění
a poznatky moderní vědy – vědění, které je již
po tisíciletí zapsáno v dějinách naší evoluce,
ale až teď se stalo přístupným všem lidem.

Nechejte se unést do fascinujícího světa
vlastních možností!