

Klíč

*Odhalte tajemství zákona přitažlivosti
a získáte, po čem toužíte*

Joe Vitale





Věnováno Nevillu Goddardovi

*Jste mistrovské dílo vlastního života.
Jste jako Michelangelo vlastního života
a David, kterého tvoříte, jste vy sami.*

Dr. Joe Vitale
z filmu The Secret (Tajemství)



Obsah

<i>Krédo optimisty - Christian D. Larson</i>	7
<i>Předmluva - Bob Proctor</i>	9
<i>Poděkování</i>	11
Část I: Klíč	
Ztracené tajemství	14
Klíč	19
Jak funguje vesmír	22
Zákon přitažlivosti	26
Žádná zadní vrátka	31
Je vždy nutná aktivita?	36
Jak přitáhnout milion dolarů	41
Proč materiální věci?	45
Co si zasloužíte	48
Očekávejte zázraky	53
Přemýšlejte velkoryseji	56

Část II: Metody

Očistná metoda 1: Jste tady	60
Očistná metoda 2: Změna vnitřního přesvědčení	68
Očistná metoda 3: Odhalte své myšlenky	75
Očistná metoda 4: Hypnóza	79
Očistná metoda 5: Mám tě rád	88
Očistná metoda 6: Skončujte s problémy poklepaním	95
Očistná metoda 7: Nevilizujte.	100
Očistná metoda 8: Odpusť mi prosím	105
Očistná metoda 9: Vaše tělo mluví	110
Očistná metoda 10: Životně důležitý vzkaz.	119

Část III: Zázraky

Kurz zázraků - otázky a odpovědi	
Výňatek telesemináře Kurz zázraků	126
Manifestace peněz:	
Výňatky telesemináře Kurz zázraků	148
Co je kurz zázraků	154
Bonus: Emocionální svoboda 101.	160
<i>Bibliografie</i>	182
<i>O autorovi</i>	187
<i>Zvláštní nabídka</i>	188
<i>Rejstřík</i>	190

Krédo optimisty

SLIBTE SI, ŽE BUDETE:

Tak silní, že vám nic nenaruší mír v duši.

Všem vykládat o zdraví, štěstí a úspěchu.

Všechny přátele přesvědčovat, že v nich něco je.

Na všem vidět tu lepší stránku a naplňovat svůj optimismus.

Myslet jenom na to nejlepší, pracovat jenom pro to nejlepší a očekávat jenom to nejlepší.

Stejně nadšeni z úspěchu druhých, jako jste nadšeni z úspěchu vlastního.

Zapomenete na chyby z minulosti a budete se snažit o větší úspěchy v budoucnosti.

Pořád veselí a na každého živého tvora, kterého potkáte, se usmějete.

Věnovat zdokonalování své osoby tolik času, že vám nezůstane čas kritizovat jiné.

Natolik velkorysí, abyste se netrápili, natolik šlechetní, abyste se nezlobili, natolik silní, abyste se nebáli, a natolik šťastní, abyste si nepřipouštěli problémy.

Na sebe myslet jen v dobrém a tuto skutečnost budete hlásat celému světu – nikoli hlasitými slovy, ale velkými činy.

Žít ve víře, že celý svět máte na své straně, pokud dostojíte tomu nejlepšímu, co ve vás je.

*Krédo optimisty se poprvé objevilo v roce 1912 v knize Christiana D. Larsona *Your Forces and How to Use Them* (Vaše schopnosti a jak je využít). Zkrácenou verzi použila skupina lidí, kteří si říkají *Optimist International*. Působí po celém světě a soustředí se na šíření positivity po světě.*



Předmluva

Představte si velký zámek. Je silný a nedá se jen tak odemknout. A takový zámek vás drží tam, kde nechcete vůbec být. Přesto si určitě uvědomujete, že zámek se dá odemknout, a jestliže se tak stane, pocítíte svobodu, o níž jste dosud jenom četli. Sníte o tom, že žijete tam, kde chcete, užíváte si všeho podle svých představ, vyděláváte peníze, o kterých jste v hloubi duše věděli, že si je můžete vydělat, žijete tak, jak jste měli v úmyslu žít, a přispíváte na charitu tak, jak byste měli.

Dokud se tenhle mocný zámek neodemkne, drží lidi v psychickém vězení. Tohle temné místo na nikoho nebere ohledy, je omezující celou a limitujícím prostorem, kde se zabíjejí sny a utiskují chytrí, milující a ctižádostiví jedinci. Patří k nejsilnějším ze všech. Vidíte ho? Myslím, že vidíte.

Tento zámek je v mysli člověka. Je to paradigma.

Kniha, kterou právě držíte, představuje cestu ven... svobodu. *Klíč: Odhalte tajemství zákona přitažlivosti a získáte, po čem toužíte* od Joa Vitalea vám otevře svět možností a dá příslib naděje. Odpoví vám na neodbytnou otázku, proč nemáte bohatství, které byste měli mít a které byste si zasloužili. Poskytne vám seriózní, vyzkoušené a praktické strategie, jak odemknout tento zámek jednou provždy.

Pokud hledáte něco, co vám objasní, jak se mají dít věci ve vašem životě, a chcete se na to co nejlépe připravit, doporučuji, abyste tuto knihu přijali jako nového drahocenného přítele. Pečlivě si ji přečtěte. Ale nejdůležitější je, abyste s její pomocí odemkli místa ve svém nitru, která vás brzdí v rozletu.

Skoro čtyřicet let jsem pomáhal lidem a společnostem po celém světě otevírat tento tajemný zámek. Přečetl jsem tisíce knih na toto téma a strávil

více než čtyřicet let bádáním o motivech, proč se chováme tak, jak se chováme. Tuto knihu si musíte rozhodně přečíst celou - od začátku do konce.

Víte, Joa Vitalea znám. Znal jsem ho již v době, kdy hledal nepolapitelný Klíč. Sledoval jsem, jak ho našel. Sledoval jsem, jak se změnil jeho život a jeho svět. Na jeho objevu je nejúžasnější, jak zachytil každyčký krok. Joe, podobně jako velký astronom, mapoval své kroky, aby se o tyto úžasné pravdy mohl podělit s vámi i s každým, koho unavuje psychické vězení, v němž se možná nachází.

Joe Vitale je velice uznávaný učitel toho, jak odemknout skryté možnosti. Přečetl jsem všechny jeho knihy. Tato kniha asi bude považována za nejlepší. Je napsána čtivě a Joe v ní vysvětluje složité problémy tak, že jsou snadno pochopitelné, a co je nejdůležitější, i snadno proveditelné. Vyzve vás, abyste se nad sebou zamysleli, a to je základní rys jeho práce. Přinutí vás přemýšlet, smát se a možná i plakat. Poskytne vám však cenné rady, jak ten příšerný zámek překonat a nakonec odemknout.

Použijte tuto knihu, jak jsem vám poradil, a slibuji, že se pravidelně začnou dít zvláštní, ale úžasné věci ve všech oblastech vašeho života.

Odemyká celý nový svět - ukrývá Klíč.

Bob Proctor

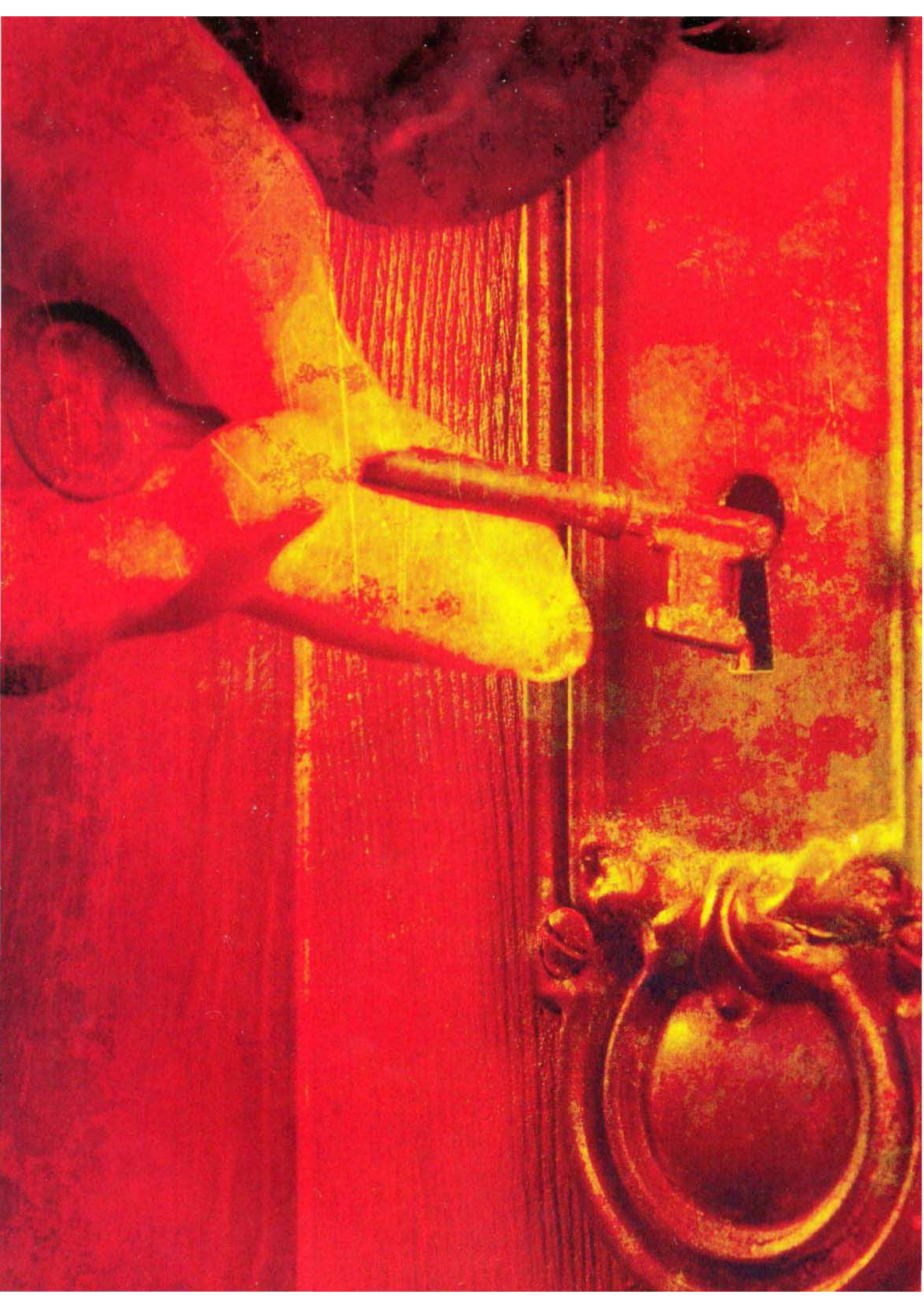
Autor bestselleru *You were Born Rich* (Narodili jste se bohatí)

Poděkování

Je to stejné jako se všemi knihami, které jsem napsal. Hodně lidí mě během psaní podporovalo a dodávalo mi odvahu. Na prvním místě to je Matt Holt, můj drahý přítel a šéfredaktor nakladatelství John Wiley & Sons. Bez něj by tato kniha zůstala jenom nápadem. Dále moje žena Nerissa, můj životní druh a velká láska, která je tady vždy pro mě a vždy se o všechno postará, abych mohl psát. Děkuji i Rhondě Byrnové, tvůrkyni filmu *The Secret*, která mě do tohoto nádherného filmu obsadila, a díky tomu se o mé práci mohli dovědět další lidé a koupili si mé knihy. Díky patří i blízké spolupracovnici Suzanne Burnsové, která mi usnadňuje běžný život, abych se mohl soustředit na psaní.

Poděkovat chci také blízkým přátelům za jejich podporu a rady. Patří mezi ně Bill Hibbler, Pat O' Bryanová, Jillian Colemanová-Wheelerová, Craig Perrine a Cindy Cashmanová. Za neustálou podporu svých projektů děkuji drahému příteli a spolubojovníkovi za světlo Marku Ryanovi. Nesmím zapomenout ani na nejdražší kamarádku Victorii Schaeferovou a dále Joa Sugarmana, Howarda Willse, Kathy Boldenovou, Marka Gitterlea, Scotta Lewise, Jeffa Sargenta, Johna Ropera, Ricka a Mary Barrettovi, Roopa a Deepaka Chariovi, Willa LaValleya, Scotta Yorka, Marka Joynera a Ann Taylorovou. Dále děkuji Cyndi Smasalové, trenérům zářáků a v neposlední řadě Marku Weisserovi, který si ve svém nabytém programu našel čas a přečetl si první verzi této knihy.

Mé díky patří také Bohu za to, že mi umožnil dělat to, co dělám. Jestli jsem na někoho zapomněl, což se pravděpodobně stalo, omlouvám se. Všechny vás mám rád.



Část I
Klíč

Každý kdo se vážně zabýval vědeckou prací libovolného druhu, zjistil, že nad vchodem do dveří chrámu vědy jsou napsána slova:

Musíte setrvat ve víře.

Max Planck

nositel Nobelovy ceny za fyziku za rok 1918



Ztracené tajemství

*Přesvědčení je určující rys našich zkušeností.
Neexistují žádné vnější příčiny.*

David Hawkins

I: Reality and Subjectivity (Já: Realita a subjektivita)

Přiznejte si to. Určitě jste se v životě snažili něco přitáhnout, něčeho dosáhnout či něco vyřešit, ale zatím se vám to nepodařilo.

Není to kvůli tomu, že byste se málo snažili. Přečetli jste návodné knihy, zhlédli filmy, jako je *The Secret* a *What the Bleep do We Know?* (Jaký signál známe?), navštívili různé semináře a další věci. Ale pořád narážíte hlavou do zdi, pokud jde o tu jedinou věc (nebo více věcí), kterou chcete. Vypadá to, že ji nedokážete přitáhnout.

Co to znamená? Proč některé věci můžete do života přitáhnout snadno, zatímco s jinými máte obrovský problém? Funguje opravdu zákon přitažlivosti, nebo nefunguje? Funguje opravdu vůbec něco?

Co je tedy ztracené tajemství, jak přitáhnout všechno, co si přejete?



Všechno ve vašem životě se děje, protože jste si to přitáhli. Včetně špatných věcí. Prostě jste je přitáhli, aniž byste si to uvědomili. Pokud

vezmete na vědomí duševní programování, které pracuje mimo vaše zkušenosti, můžete to změnit a začít přitahovat věci, kterým dáváte přednost.

Až se očistíte (stručně vysvětlím) od ukrytého přesvědčení, které vám nedovolí přitáhnout to, co si přejete, získáte to, co jiní možná považují za zázrak. Například:

- 🔑 Když jsem se očistil od problémů, které jsem měl kvůli nadváze, zhubl jsem čtyřicet kilogramů, zúčastnil jsem se šesti závodů fitness a změnil si tělo i život.
- 🔑 Když jsem se osvobodil od skrytého vnitřního přesvědčení spojeného s touhou po novém autě, přitáhl jsem dvanáct nových, včetně dvou BMW a úžasného, ručně složeného sportovního auta Francine, Panoz Esperante GTLM, které mám nyní.
- 🔑 Když jsem se očistil od toho, proč mi otekly lymfatické uzliny na prsou, mezi plícemi, což lékař považoval za smrtelné, uzliny přestaly bolet.
- 🔑 Když jsem se očistil od toho, proč jsem byl kdysi bez domova a posléze spisovatel, žijící ve zdánlivé chudobě, stal jsem se celebritou uváděnou na internetu, autorem více než třiceti úspěšných knih a zahrál jsem si ve skvělém filmu *The Secret*.

Je zřejmé, že právě odstranění vnitřních bloků je ztracené tajemství, jak přitáhnout všechno, co si přejete. Jak můžete vědět, jestli se potřebujete očistit právě teď? Pokud se na to musíte zeptat, nejspíš nejste čistí. Existuje rychlý způsob, jak to zjistit. Jen si pravdivě odpovězte na následující otázky:

- 🔑 Máte nějakou problematickou oblast v životě, která se vám pořád vrací?
- 🔑 Dali jste si někdy novoroční předsevzetí a nedodrželi je?



- 🔑 Jste zklamaní z metod, které slibují, že si pomůžete sami, ovšem ve vašem případě nefungují?
- 🔑 Nepodnikáte kroky, abyste získali to, co chcete?
- 🔑 Myslíte si, že něco váš úspěch sabotuje?
- 🔑 Viděli jste film *The Secret* a pořád jste nepřitáhli to, co chcete?

Jste-li k sobě úplně upřímní, víte, že existuje alespoň jedna věc, která, jak se zdá, tvrdošíjně odolává.

Třeba je to hubnutí. Zkoušeli jste různé diety a cvičili jste, ale váha buď zůstala stejná, nebo se rychle vrátila na předchozí úroveň. Připadáte si jako prokletí.

Nebo otázka vztahů. Pokoušeli jste se domluvit si schůzku, zkusili jste on-line služby, měli jste vztahy, a možná jste dokonce vdaní nebo ženatí, ale láska nevydržela. Něco se vždycky stane a milostný vztah zničí.

Možná jde o finance. Měli jste různá zaměstnání, ale žádné vás neuspokojilo. Nebo jste nenašli to správné povolání, přestože jste navštívili spoustu poradců a rozeslali množství životopisů. Vypadá to, že svět vás nepodporuje, abyste si splnili sny. Pořád jste na mizině nebo jen s bídou zaplatíte účty.

Nebo o zdraví. Třeba trpíte bolestí hlavy či máte něco horšího, jako je rakovina nebo nějaká svalová nemoc. Může to být alergie nebo úporný kašel či astma. Ať to je cokoli, připadá vám, že se nemůžete vyléčit, protože jste předurčení, abyste tu nemoc měli.

Pro všechny tyto záležitosti je společné, že si připadáte jako oběť. Máte pocit, že problém je sice váš, ale příčina leží někde jinde. Je to chyba šéfa,

sousedů, prezidenta, vlády, teroristů, znečištěného ovzduší, globálního oteplování, vaší DNA, nebo dokonce Boha.

Jaké je řešení?

Co je klíčem?



Já sám jsem tenhle pocit zažil, když jsem neměl střechu nad hlavou a trpěl jsem hladu. Připadalo mi, že mě svět dostal. Zlobil jsem se na všechny, rodiči počínaje a systémem konče, dokonce i na Boha. Nemyslel jsem si, že jsem si takový život zasloužil. Neustálé pachtění, abych měl co jíst, kde bydlet, obstarat si auto, to byly trýznivé a frustrující zážitky. Určitě to nebyla moje chyba. Byl jsem hodný chlapec. Zasloužil jsem si něco lepšího.

Stejnou zkušenost jsem udělal, když jsem se snažil zhubnout. Byl jsem obézní dítě, teenager, stejně jako většinu dospělého života. Nenáviděl jsem to. Obviňoval jsem rodiče kvůli stavbě těla. Obviňoval jsem učitele tělocviku, protože jsem si připadal ponížený. Měl jsem pocit, že jsem předurčený k tomu, abych zůstal tlustý, a ani trochu se mi to nelíbilo.

V obou případech jsem měl vracející se problém a nemyslel jsem si, že si za něj mohu sám. Obviňoval jsem vnější okolnosti. Tohle dělá většina z nás, když narazí do zdi a nemůže ji obejít. To není naše vina, pomyslíme si, to ta zeď. Mohli bychom být úspěšní ve všech ostatních oblastech, ale když jde o tu jedinou, která odolává, nejsme očištěni a nevidíme východisko.

Podstatou této knihy je fakt, že vždycky existuje východisko.

Já mu říkám Klíč.



Klíč je ztracené tajemství, jak přitáhnout všechno, co chcete. Myslím, že to je nejčistší možný způsob. Je to pravda. Je to realita. Je to vstupenka ke svobodě.

Když jsem neměl domov, musel jsem brát v úvahu svá přesvědčení. Zjistil jsem, že hlavní důvod, proč jsem nešťastný a musím o něco usilovat, je skutečnost, že jsem očekával, že to tak bude. Dospěl jsem k závěru, že si tvořím život podle autorů, kteří byli sebevrazi. Protože jsem chtěl být autor jako oni, myslel jsem, že je třeba být melancholický. Jakmile jsem změnil své přesvědčení, začal jsem přitahovat novou skutečnost. Našel jsem práci, vydělal jsem peníze a přišlo štěstí. Nyní je ze mě autor desítek knih a vystupoval jsem v úspěšných filmech *The Secret* a *The Opus*.

Co se stalo s úporným problémem, ze kterého jsem obviňoval ostatní?

Stejná věc se přihodila s mou obezitou. Teď jsem ve výborné kondici. Účastnil jsem se šesti soutěží fitness a vybudoval jsem si vlastní tělocvičnu. Trénoval jsem pod dohledem známých trenérů, například s Frankem Zanem.

Co se stalo s celoživotním problémem, z něhož jsem obviňoval DNA?

V obou případech jsem použil Klíč, abych se osvobodil.

A o tom je podstata této knihy. Je to příručka, jak přitáhnout nejdivočejší a nejúžasnější sny - bez ohledu na to, jaké jsou.

Potřebujete jedině - Klíč.



Klíč

Podvědomě potřebujete všechny své zkušenosti a dodáváte ostatním zkušenosti, které podvědomě požadují.

Susan Shumsky

Miracle Prayer (Módlitba za zázrak)

Na počátku dvacátého století napsal autor knihy *Science of Getting Rich* (Věda o tom, jak zbohatnout) Wallace D. Wattles ve svém výborném, ale méně známém eseji *How to Get What You Want* (Jak získat, co chcete):

Lidé neuspějí, protože si objektivně myslí, že dokážou něco udělat, ale podvědomě nevědí, že to dokážou. Je velice pravděpodobné, že vaše podvědomí je i teď ovlivněno pochybnostmi o vašich schopnostech uspět. A to je třeba odstranit, jinak nebudete mít sílu, když ji budete nejvíc potřebovat.

Wattles naráží na Klíč, díky kterému budete přitahovat, co chcete. Když si vaše vědomí myslí, že něco chcete, ale vaše podvědomí si myslí, že si to nezasloužíte (nebo si myslí něco podobně omezujícího), nedokážete získat, co chcete. Naopak přitáhnete to, o čem si myslíte, že nechcete. Ve skutečnosti přitáhnete to, o čem si vaše podvědomí myslí, že je pro vás správné. Máte-li přitáhnout to, čemu dáváte přednost, vaše vědomí a podvědomí musí být ve shodě.



Susan Shumsky v citovaném *Miracle Prayer* napsala: „Vaše vědomé smýšlení je to, o čem si myslíte, že tomu věříte. Zatímco podvědomé smýšlení a nejhlubší přesvědčení je to, čemu opravdu věříte.“

Ve vašem životě je v pořádku to, o čem se domníváte, že tomu věříte, ale spon podvědomě.

Celý Klíč je o tom, jak se očistit, aby mysl - vědomá i podvědomá - byla ve shodě. V předchozí knize *The Attractor Factor* (Síla přitažlivosti) jsem uvedl pročištění jako třetí krok v návodu, jak přitáhnout zázraky. Teď jsme na stejné stránce, proto mi dovozte těchto pět kroků ze jmenované knihy vyjmenovat:

- 🔑 Uvědom si, co nechceš.
- 🔑 Vyber si, co chceš.
- 🔑 Očisti se.
- 🔑 Ověř si, že vše proběhlo.
- 🔑 Až se objeví nějaký skvělý nápad, pusť se do něj.

Těchto pět kroků pomáhá lidem uskutečnit nejtajnější cíle a sny. Jestliže se těmito kroky řídíte, a přesto máte pocit zablokovanosti nebo marnosti a domníváte se, že své cíle, ať jsou jakékoli, nedosáhnete, může to být proto, že nejste dokonale očištěni. Může to být kvůli vnitřnímu boji: Část vaší osobnosti chce cíle dosáhnout, ale druhá část nechce. Podvědomí vám ruší vědomou touhu.

Dokonce i lidé, kteří viděli film *The Secret* desetkrát a někdy i stokrát, často mají pocit, že jsou v této sféře zaseknuti. Je to proto, že uvnitř mají na vyřčený záměr opačný názor. Jakmile se očistíte od všech omezujících přesvědčení, výsledky se dostaví téměř okamžitě.

Výraz „očistit se“ znamená, že se zbavíte vnitřních bloků, které omezují vaše touhy. Já těmto vnitřním překážkám říkám *protizáměr*. Podle mě nejlepší způsob, jak pochopit protichůdný záměr, je vzpomenout si na poslední novoroční předsevzetí.

Nejspíš jste si už někdy dali novoroční předsevzetí. Řekli jste asi něco v tom smyslu: „Budu pracovat venku každý den,“ či: „Přestanu kouřit,“ případně: „Vydělám si peníze prodejem uměleckého předmětu,“ nebo spoustu dalších věcí. Měli jste ten nejlepší úmysl, když jste předsevzetí vyslovili. Na sto procent jste věřili, že je dodržíte.

Ale co se stalo?

Do druhého dne jste možná zapomněli, kde je tělocvična. Nebo jste se znovu přejedli a pustili jste z hlavy závazek, že si vylepšíte stravovací návyky.

Stalo se, že protichůdné záměry převálcovaly vámi vyřčené závazky.

Očistit se znamená odstranit protichůdné záměry. Až se vám to podaří, můžete mít nebo být tím, co si jen dokážete představit.

Očištění je zapomenuté tajemství všech svépomocných programů.

Je to Klíč, jak přitáhnout, cokoli chcete.





Tak funguje vesmír

Pokud jste se dnes ráno probudili a cítili jste se spíše zdraví než nemocní, jste šťastnější než milion těch, kteří se nedožijí konce týdne.

Pokud máte v ledničce jídlo, máte se do čeho obléknout, střechu nad hlavou a kde spát, jste bohatší než pětasedmdesát procent tohoto světa.

Pokud máte v bance nebo v peněžence peníze, patříte mezi osm procent boháčů světa.

Pokud máte hlavu vzpřímenou, úsměv na tváři a skutečně jste spokojení, jste požehnaní, protože drtivá většina lidí může být, ale většina ne.

Neznámý autor



Dostali jste někdy nápad, co byste mohli vyrábět nebo jakou službu poskytovat, ale nic jste v tom nepodnikli? Možná to byla nová dětská hračka, nový šampon či jiná nová věcička, která by pomohla určité skupině lidí. Udělali jste s tím něco? A když ne, tak proč?

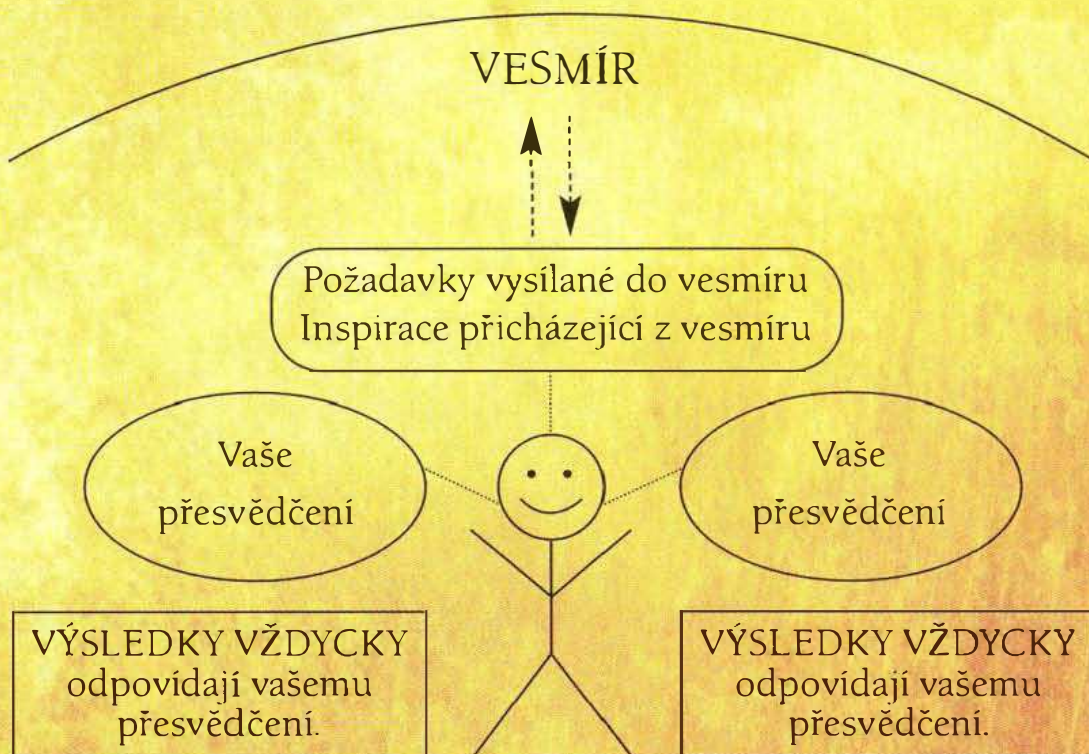
Podívejme se na otázku z druhé strany. Požádali jste někdy vesmír, aby pro vás něco udělal, ale nemělo to výsledek, který jste chtěli? Představovali jste si někdy něco, ale nezískali jste to? Jestli ano, co se stalo?

Dovolte, abych vám pro lepší pochopení Klíče vysvětlil, co se děje mezi vámi a vesmírem.

1. Vesmír - ať už budeme té supersíle říkat Bůh, život, nula, tao nebo cokoli co pro vás pracuje - neustále vysílá a dostává vzkazy. Posílá vám inspiraci. Dostává od vás požadavky.
2. Tento dialog je filtrován prostřednictvím vašeho přesvědčení, což je příčinou toho, zda něco podniknete nebo ne.
3. Výsledkem je to, co se stane na základě prvního a druhého kroku. Jak tyto výsledky přečtete, také závisí na vašem přesvědčení.

Jak je vidět na obrázku 1 (od Suzanne Burnsové), vesmír (nebo Bůh, život či jiný výraz, kterým označujete bezejmennou sílu) je připravený přijmout od vás požadavky a také se snaží poslat vám vzkaz. Tato komunikace je filtrována vaším přesvědčením. Konečný výsledek je to, čemu říkáte realita. Ale jestliže přesvědčení změníte, získáte jinou realitu.

Obr. 1



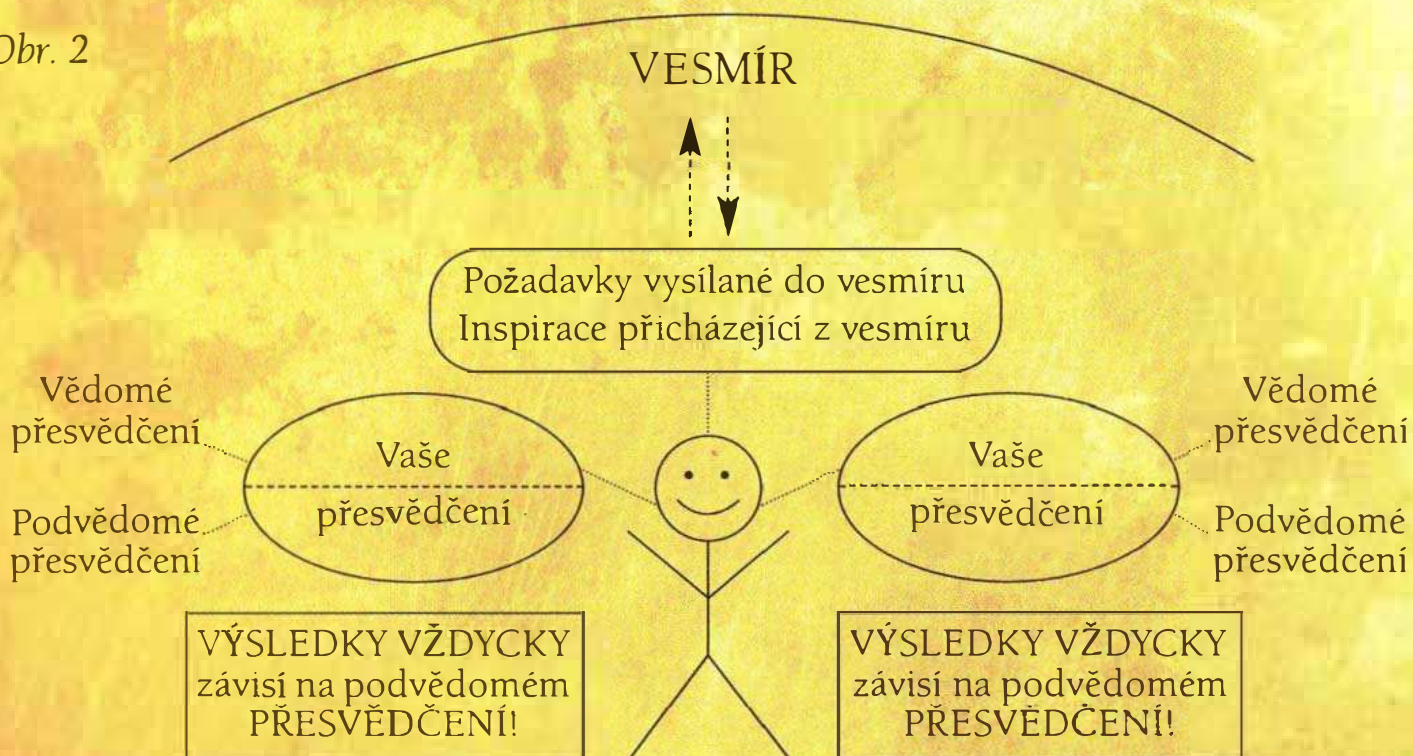


Například když dostanete nápad na nový výrobek, tento nápad je vlastně dárek od vesmíru. Poté co si nápad promyslíte, dojdete k nějakému závěru. Řeknete si například: Ale já nevím, jak to spustit. Nebo: Ale kde na to vezmu peníze? Popřípadě: Určitě už to napadlo někoho přede mnou. Všechny tyto závěry a pochybnosti tvoří vaše přesvědčení. A toto přesvědčení vám zabrání dát se do toho. Výsledkem je, že nový výrobek nebude.

Třeba později skutečně zjistíte, že už ho vyrobil někdo jiný. Proto s oblibou říkám, že vesmír má rád rychlost. Vesmír pošle nápad na nový výrobek nebo službu několika lidem současně, protože ví, že většina z nich si to rozmluví. Úspěšní jsou ti, kteří se do toho dají.

Ale co když požádáte vesmír o pomoc? Vesmír je tady stále, připravený naslouchat a plnit žádosti. Často se stává, že když se vám pokouší pomoci, postaví se vám do cesty vlastní přesvědčení. Například požádáte o radu, jak získat ideálního partnera. Vesmír vás slyší a snaží se vás dostrkat k tomu, abyste se připojili k určité skupině, kde byste mohli ideální

Obr. 2



osobu najít. Ale vy si to rozmluvíte asi takto: Už jsem se s nimi setkal dřív. Nebo: Nikdo mě nikdy nebude chtít, protože jsem moc (doplňte si podle svého). Vesmír se zase pokouší pomoci, ale vaše přesvědčení vám zabrání v úspěchu.

Je důležité vědět, že přesvědčení, která se vyskytují ve vašem světě, jsou většinou podvědomá. Přesvědčení je vědomé a také podvědomé. Ta uložená hlouběji mají větší sílu. Tato přesvědčení vlastně programují a řídí váš život. Očistíte se jedině tak, že odstraníte ta nejhlubší přesvědčení. Z tohoto pohledu vypadá způsob, jak pracuje vesmír, spíše jako obrázek 2.

Zkrátka žijete ve vesmíru, který tvoří přesvědčení. Chcete-li změnit své výsledky, musíte změnit své podvědomé přesvědčení. To je oblast, kde se musíte osvobodit. Opakuji znovu - *osvobodit se* je zapomenuté tajemství, jak přitáhnout všechno, co si přejete.

To je ten Klíč.





Zákon přitažlivosti

Nic nedokáže zastavit člověka, který má správný vnitřní postoj, aby dosáhl své cíle; nic na světě nedokáže pomoci člověku se špatným vnitřním postojem.

Thomas Jefferson

Než pochopíte Klíč, potřebujete pochopit jeden z méně známých zákonů vesmíru. Když se očistíte od veškerého omezujícího přesvědčení, které máte v sobě, vědomě zapojíte zákon přitažlivosti. Všechno jste si už do života přitáhli díky tomuto zákonu, jenže podvědomě.

Tento zákon byl poprvé uveden do světa v roce 1906. Popsal jej William Walker Atkinson v knize *Thought Vibration, or The Law of Attraction in the Thought World* (Vibrace myšlenky neboli Zákon přitažlivosti ve světě myšlenky). Napsal mimo jiné:

Učeně hovoříme o gravitačním zákonu, ale pomíjíme stejně úžasný projev - ZÁKON PŘITAŽLIVOSTI VE SVĚTĚ MYŠLENKY. Známe ten skvělý projev zákona, díky němuž se přitahují a drží při sobě atomy, ať jsou jakéhokoli složení. Známe sílu tohoto zákona, která přitahuje tělesa k zemi a drží obíhající světy na svých místech, ale zavíráme oči před mocným zákonem, jenž k nám přitahuje věci, po kterých toužíme nebo jichž se obáváme, a které nám vylepšují, popřípadě kazí život.

Pokud vyjdeme z toho, že myšlenka je síla – projev energie – jež má, podobně jako magnet, schopnost přitahovat, začneme chápat, proč se děje mnoho věcí, které nám dosud připadaly nejasné. Žádné studium neodškodní tak dobře studenta za jeho čas a námahu jako studium toho, jak pracuje mocný zákon světa – zákon přitažlivosti.

V současné době o tomto zákoně hovoří hodně lidí. Zákon přitažlivosti je popsán v úspěšném filmu *The Secret* a v mé knize *The Attractor Factor*. Vyučují ho mí drazí přátelé Jerry a Esther Hicksovi v knize *The Law of Attraction* (Zákon přitažlivosti). Je to základní psychologický zákon, zajišťující, že získáte více ze všeho, na co se soustředíte. Problém však je, že většina lidí se soustředí na to, co nechtějí, a následkem toho přitáhnou více takových věcí.

Z tohoto zákona neexistuje výjimka. Vím, že si přejete, aby nějaká byla. Ale není. Všechno v životě jste si přitáhli na základě zákona přitažlivosti. Jestliže je tento zákon pravdivý, a taky že je, pak samozřejmě neexistuje výjimka. Žádná.

Dovolte, abych vám to vysvětlil na vlastním příběhu.



Koncem ledna 2007 mě bolelo břicho. Skončil jsem na pohotovosti a potom mi vyoperovali slepé střevo. Uzdravil jsem se snadno a rychle. Ale jedna moje čtenářka mi poslala následující e-mail:

Je mi líto, že vám operovali slepé střevo, ale jsem z toho celá pryč – jak může génius, který napsal *Attractor Factor*, přitáhnout takový příšerný zážitek??? Podle toho, co učíte,



jste to přitáhl. Ale proč?? Soudím, že jste se musel nějak zmýlit... Doufám, že nám to vysvětlíte, až objevíte chybu, abychom se mohli vyvarovat podobných důsledků.

To byla upřímná otázka. Rozhodl jsem se odpovědět. Tady je, co jsem jí napsal:

Tak tedy jak to vidím já:

Ano, přitáhl jsem to.

Přitahujeme všechno v životě.

Neexistuje žádná výjimka.

Jenomže to přitahujeme podvědomě.

Nemáme tušení, co děláme. Jen se tak potácíme životem.

Včetně mě.

Když jsem si dělal průzkum pro další knihu *Zero Limits* (Žádné hranice), zjistil jsem, že naše vědomé myšlení v libovolném okamžiku neobsáhne o moc víc než 15 bitů informací. Podvědomí však obsáhne miliardy bitů informací. Větší operační systém je, jak vidět, naše podvědomí. Nejdůležitější v životě je probudit se. Být plně při smyslech. Chceme si očistit podvědomí od veškerého omezujícího nebo negativního programování, abychom dokázali být součástí božského proudění, které nám přináší kouzla a zázraky.

A jak to děláte?

V polovině ledna jsem byl jeden z vedoucích víkendového semináře zaměřeného na změnu života, nazvaného *Zero Limits*. Vycházel ze stejnojmenné knihy. Dr. Ihaleakala Hew Len už většinu odpřednášel a následně vedl dobrodružnou výpravu do naší duše. Cílem bylo zbavit se všeho, co nám překáží při spojení se zdrojem.

Zjistil jsem, že všichni musí projít nepředstavitelně velkou očistou. Včetně mě.

Provedl jsem očistu a pokračuji v tom neustále.

Po tomto historickém víkendu přestal můj hlavní počítač pracovat.

Stejně jako můj notebook.

A všechny mé hlavní stránky odvozené z www.mrfire.com se odpojily.

Žádné spojení a ve stejném týdnu se všechno pokazilo.

Tehdy jsem začal mít problémy s břichem.

V pondělí v noci jsem byl na cestě na pohotovost, aby mi odstranili bolavý apendix, ve kterém mi škubalo.

Co se stalo?

Řekl jsem, že mé tělo a život byly očištěny od všeho slabého nebo nefungujícího.

Také jsem řekl, že to byly vynucené prázdniny.

Jak Nerissa zdůraznila, jel jsem na plný plyn, zabýval jsem se spoustou projektů, cestoval jsem a jen výjimečně (přiznávám, že nikdy) jsem se nezastavil, abych si odpočinul a nabral síly.

Moje podvědomí se rozhodlo zastavit mě. Tím že vypnu-
lo mé počítače a potom i mě, přinutilo mě vzít si prázdniny.

To není ta opravdu důležitá část příběhu.

Ted' si prosím zapamatujte následující:

Nepovažoval jsem tyto zážitky - žádný z nich - za negativní.

Nikdy jsem se nezlobil, nebál jsem se, ani jsem necítil jiné negativní emoce.

Byl jsem nanejvýš zvědavý.

Viděl jsem tyto události jako interaktivní film, kde hraji hlavní roli.

Věřte mi, že bych nepřál operaci slepého střeva nikomu, ale nebyl to drastický zážitek, jak byste se mohli domnívat.

Během toho všeho jsem stále opakoval: mám tě rád a další očištné fráze (viz očištná metoda č. 5).



Prostě jsem pokračoval v očistě.
A všechno dobře dopadlo.
Musím přiznat, jak jen pár týdnů předtím mě napadlo, že je zvláštní, že mi je 53 a nikdy jsem nebyl v nemocnici ani jsem neprodělal operaci.
Také jsem napsal blog, který měl nadpis: „Už neexistuji.“ (Potom jsem to změnil na: „Jsem živý a v pohodě.“)
Mé podvědomí se rozhodlo dopřát mi tento zážitek.
Tím že jsem se na to soustředil, přitáhl jsem ho. V podstatě jsem si o to řekl.
Takže, přitáhl jsem si operaci?
Jak říkával Rocky: „Každopádně.“

Potřebujete být neustále bdělí. A protože si nejste vědomi toho, co dělá větší operační systém vaší mysli, musíte pokračovat v očistě.

Ale jak?

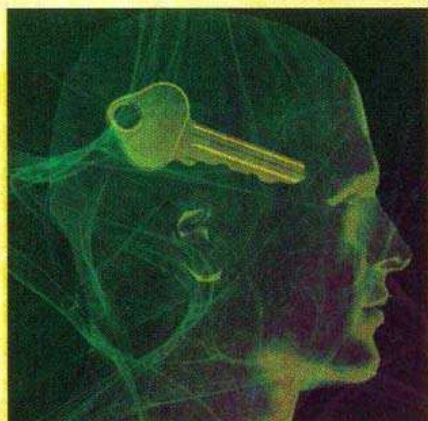


Žádná zadní vrátka

Kritiku nemá nikdo rád a nikdy neslouží pro dobro člověka. Je určena k tomu, aby podkopávala sebevědomí a zasévala nejistotu a pochybnosti v člověku, jemuž je určena.

Karen Casey

Change Your Mind and Your Life Will Follow
(Změňte své myšlení a život bude poslouchat)



Někdy se dívám na televizní stanici ABC, když dávají pořad *Boston Legal*. V epizodě z roku 2007 sedí herec William Shatner, který hraje sobeckého až maniakálního soudce Dennyho Craina, na židli, má zavřené oči a snaží se přitáhnout herečku Raquel Welchovou. Řekl, že přitáhne světový mír, ale myslel si, že „menší věc“, jako je přitáhnoutí známé herečky, bude jednodušší.

Strašně rád se dívám, když si na národní televizi dělají legraci z filmu *The Secret* a zákona přitažlivosti.

Přesně tak – byla to legrace.

Na konci pořadu Shatnerova postava přitáhne jednu z největších komiček všech dob Phyllis Dillerovou.

Shatner je zničený.




Myslí, že zákon přitažlivosti nefunguje.


Mumlá si: „Budu takové lidi žalovat.“


Co dělala Shatnerova postava špatně?


Proč nepřitáhla, koho chtěla?

Tady je můj komentář:

 Shatnerova postava sedí a soustředí se, prsty se dotýká čela a vypadá to, že má bolesti hlavy. Vůbec se netváří vesele. Zákon přitažlivosti funguje, když cítíte konečný výsledek toho, co chcete, a ne že na to jen myslíte. Denny Crain se tomu ani neblížil.

 Shatnerova postava vůbec nic nepodniká. Nic. Vezmeme-li v úvahu postavu, kterou hraje, jistě by mohl zvednout telefon a několikrát zavolat. Jistě by ho někdo z okruhu jeho vlivných známých mohl seznámit s Raquel Welchovou. Já bych se k ní mohl dostat, kdybych to opravdu chtěl.

 Shatnerova postava přitahuje toho, o kom si myslí, že ho nechce: Phyllis Dillerovou. Je to tak případné. Vždycky přitahujete, o čem si podvědomě myslíte, že je pro vás správné. V tomto televizním pořadu je Dillerová skutečně stará láska. Ztělesňuje pro něj sex nebo aspoň kdysi to tak bylo. Je to jako podle Freuda. Máte-li dostat, co chcete, musíte staré programy uvnitř odstranit. Dokud to neuděláte, nedostanete to, o čem říkáte, že to chcete. Dostanete to, co chcete podvědomě.

 Shatnerovo mumlání na konci o tom, že bude ty lidi žalovat, také co si odhaluje. Ukazuje, že Shatnerova postava je vlastně oběť, bezmocný člověk, dokud nenajde jedinou věc, kterou může manipulovat: právní systém.

Opakuji, že mám moc rád tuto epizodu z *Boston Legal*.

Nezapomínejte, že to byla legrace.

Pokud jde o zákon přitažlivosti, není v něm žádná výjimka – ani pro Willama Shatnera.

Ale podívejme se trochu hlouběji...



Kromě rozhovorů s Larrym Kingem v listopadu 2006 a v březnu 2007 jsem každý den dával rozhovory do velkých časopisů včetně *Time*, *Bottomline Personal* a *Newsweek*. Všichni chtěli vědět, jestli zákon přitažlivosti je opravdu zákon. Souhlasili, že gravitace existuje, ale nebyli si tak jisti přitažlivostí.

Lidé, kteří tvrdí, že přitažlivost není žádný zákon, například připouštějí. „Já vím, že gravitace funguje. Když hodím knížku z mrakodrapu, dopadne na zem. To potvrzuje gravitační zákon.“

Souhlasí.

Potom pokračují: „Když se snažím něco přitáhnout, někdy se mi to podaří a někdy ne. Takže to není zákon.“

Nesouhlasí.

A vysvětlím proč.



Prohlásíte-li, že jste se snažili něco přitáhnout, ale nepodařilo se vám to, je to stejné jako říct, že jste se pokusili shodit knihu z mrakodrapu tak, aby dopadla na určité místo, ale nepodařilo se vám to. A skutečnost, že jste netrefili konkrétní místo, podle vás znamená, že gravitace neexistuje.

Nebo jako tvrdit výsadkáři, že když nedopadl do červeného bodu na zemi, ale přistál mezi stromy, gravitace neexistuje.

Samozřejmě že gravitace existuje. Jenom nevíte, jak speciálně ji využít, abyste dostali to, co chcete.

A stejné je to se zákonem přitažlivosti.

Zaměříte-li se na přitáhnutí nového auta, ale místo toho přitáhnete moped, není to proto, že tento zákon neplatí. Je to proto, že jste přitáhli přesně to, co jste předpokládali. Ve skutečnosti jste pravděpodobně nečekali, že získáte nové auto. Možná jste měli pocit, že si ho nezasloužíte. Nebo že si ho nikdy nebudete moci dovolit. Ať už to byl pocit, jaký chtěl, zaměstnali jste jím zákon přitažlivosti.

Opakuji, že ze zákona přitažlivosti není žádná výjimka. Pro všechny, kteří odmítají uvěřit, to nejlépe vyjádřil William Walker Atkinson ve zmiňované knize *Thought Vibration*:

Před nějakou dobou jsem mluvil s jedním člověkem o schopnosti myšlenky přitahovat. Nevěřil tomu, že myšlenka mu dokáže něco přitáhnout, a podle něj všechno je pouze otázka štěstí. Dále prý zjistil, že ho neustále pronásleduje smůla a všechno, s čím začne, špatně dopadne. Tak to bylo a vždycky bude a on je o tom přesvědčený. Když začal s něčím novým, věděl dopředu, že se mu to nepodaří a že z toho nebude nic dobrého. Ne, ne. Z jeho pohledu na teorii přitažlivosti myšlenky nic není. Všechno je otázka štěstí.

Ten člověk neviděl, že svým tvrzením dal nejpřesvědčivější důkaz ve prospěch zákona přitažlivosti. Vždycky očekával, že věci dopadnou špatně, a taky se to pokaždé splnilo. Byl to výborný příklad zákona přitažlivosti – ale on nevěděl a jak se zdá, žádný argument ho nepřesvědčil. Neexistoval způsob, jak z toho ven. Vždycky čekal smůlu a všechno nasvědčovalo tomu, že měl pravdu a postoj *Mental Science* jsou nesmysl.

Krátce řečeno, všechno co máte, jste získali přitažením. V tomto zákoně nejsou žádné skuliny. Nejsou v něm žádné únikové cesty. Co máte, jste získali přitažením.

Jenom jste to udělali podvědomě.

Není třeba mít z toho špatný pocit nebo se trápit.

Obviňování nepomůže, důležitá je odpovědnost.

Hlavní je konečně se probudit.

Jak?

S Klíčem.





Je vždy nutná aktivita?

*Úspěch je slunce snažení
a opakuje se každý boží den.*

Robert Collier

Při využívání myšlenek z mé knihy *The Attractor Factor* nebo z filmu *The Secret* nemusíte vždy vyvíjet aktivitu. Dost často se to, co si přejete, dostaví, aniž byste cokoli dělali. Ale častěji musíte nějakou aktivitu vyvinout.

Když mi jednou ve středu večer zavolali z kanceláře Larryho Kinga, abych se následující den zúčastnil podruhé jeho pořadu, musel jsem se co nejrychleji dopravit na letiště v texaském Austinu a odtud do CNN v Los Angeles, abych vysílání stihl. Tady byla potřeba akce. Ale byla bez problému, protože byla součástí přirozeného procesu přitahování dalšího zázraku.

Já se dívám na akci jinak než většina lidí. V knize *The Attractor Factor* jsem popsal vše, co musíte udělat, abyste vykonali akci vnuknutou od Boha. Jestliže máte vnitřní puzení někam zavolat, koupit si knihu, zúčastnit se nějaké události nebo přijmout práci, určitě toto nutkání poslechněte. Začněte konat.

Vnuknutí vychází z té části vaší osobnosti, která je spojena s širšími souvislostmi a může vás dovést k naplnění vytčeného cíle. Pošle vám nutkání, ale konat musíte vy.

K aktivnímu přístupu mi dovoďte ještě jednu poznámku. Pokud máte jasno v tom, co chcete, a klidně uděláte cokoli, abyste toho dosáhli, potom aktivita, kterou vyvinete, vás nebude stát žádné úsilí.

Už jsem se o tom zmiňoval. Píšu obrovské množství knih a mnoha lidem to připadá jako práce. Pro mě to je bez námahy. Já skutečně pracuji, ale připadá mi to přirozené jako dýchání.

Existuje názor, že *The Secret* vyvolalo v mnoha lidech dojem, že aktivita není nutná. Je pravda, že v tomto filmu říkám: Vesmír má rád rychlost. Nic neodkládejte. Nerozmýšlejte se. Nepochybujte. Vyskytne-li se možnost, je-li nějaký impuls, máte-li vnitřní nutkání, konejte. To je vaše práce. To jediné musíte udělat.

Aktivita může nebo nemusí být nutná. Záleží na vás, co chcete. Častěji budete muset vyvinout nějakou činnost. Jeden ze vzkazů Klíče radí: Věnujte pozornost znamením a neklidu, pokud se zdá, že jsou součástí božího plánu.

Pokud poslechnete, zázrak se stane.



Následující příklad by měl vysvětlit, jak to myslím:

Byl jsem na vyšetření s oteklými lymfatickými uzlinami na prsou a dověděl jsem se, že by to mohlo být smrtelné. Tehdy jsem si vytkl cíl. Použil jsem to, co nechci (krok jedna podle *Attractor Factor*) - oteklé lymfatické uzliny - abych vyhlásil, co chci: žádné zdravotní problémy. Proto jsem si vytkl tento cíl: Mám v úmyslu odstranit a uvolnit oteklé lymfatické uzliny a být naprosto zdravý.

Lidé si většinou nějaký cíl vytknou, ale tím skončí. Nic pro jeho uskutečnění neudělají. Někdy už toto vytčení spustí vše potřebné, aby se nemoc vyléčila. Častěji však musíte konat. Může to být něco velkého, nebo



něco malého, ale obvykle musíte něco udělat, abyste přitáhli výsledek, který si přejete.

Já jsem měl tehdy vnitřní nutkání napsat některým přátelům, kteří by mi mohli pomoci. Nezapomínejte, že jsem neměl žádný logický důvod těm lidem psát. Možná jsem si to zdůvodnil, že potřebuji jejich morální podporu, ale ve skutečnosti jsem konal podle pošouchnutí z vesmíru. Vyvinul jsem činnost.

Mezi těmi, kterým jsem napsal, byl i Joseph Sugarman, prezident společnosti BluBlocker a autor mnoha knih, například *Triggers* (Spouštěče). K mému překvapení mi Joe odpověděl, že pracoval se skupinou vědců ze zámoří na přípravku, který skutečně léčí rakovinu a rozkládá nádory. Sice ještě nebyl na trhu, ale kdybych měl zájem, mohl by mi ho poskytnout. Neumíte si představit mou radost - a můj zájem. Okamžitě jsem mu řekl, že chci informace. Joe mi poslal zprávu, ve které mimo jiné stálo:

Tento výrobek je nová forma glutationu. Pokud glutation neznáte, měli byste ho poznat. Glutatione je antioxidant na přírodní bázi, o němž se hojně píše ve vědecké literatuře. Tyto studie potvrzují jeho schopnost léčit a podpořit imunitní systém. Hovořím zde o 70 000 studií. Je tu však problém.

Jak stárneme, naše tělo tvoří méně glutationu. Mnohem méně než dříve. A buňky, které zoufale potřebují dostat další glutation, začnou odumírat. Je to tím, že tělu chybí schopnost vyrobit ho dostatek, aby se zabránilo běžnému poškození, jemuž jsou vystavovány naše buňky a těla.

A jeho doplňování není účinné: Pokud se umělý glutation aplikuje injekcí, zcela se zničí v krvi, a po požití se zničí v žaludku. Jak využít plnou antioxidační schopnost

glutathionu, aniž by se zničil, než se dostane do buněk?
Aplikujte tu nejmenší možnou pilulku.

Protectus 120 je první „chráněný“ glutathion na světě. Stručně řečeno, je chráněný, když prochází žaludkem, a dostane se do buněk jako tukem rozpustná látka. A protože buňky rozpouštějí tuk, snadno absorbují Protectus 120 přímo buněčnými stěnami, podpoří imunitní systém a nastolí funkce, které jsme měli v mládí.

Pochopitelně jsem Joa požádal, aby mi lék okamžitě poslal, i když nebyl na trhu k mání. (Nyní se můžete dočíst o léku Protectus 120 na stránkách www.stemcellproductsllc.com/protected-glutathione.htm.) Za pár minut mi dal spojení na vědce, kteří ho objevili a vyvinuli. Během několika dní jsem měl lék doma. Okamžitě jsem ho začal brát.

Nic z toho by se nestalo, kdybych nezačal konat.

Ale tím jsem neskončil.



Také jsem oslovil léčitele, které jsem znal osobně nebo o kterých jsem slyšel. Opět jsem dostal vnuknutí kontaktovat je. Jeden z nich, Howard Wills, mě během několika telefonických hovorů léčil pomocí své léčivé energie. Další byla Ann Taylorová a ta mě hodinu léčila po telefonu. A John Roper se za mě modlil. Kathy Boldenová mě několikrát léčila na dálku. Také jsem navštívil

Roopu a Deepaka Chari v léčebném středisku v San Diegu. A nakonec jsem ještě kontaktoval lékaře, například Marka Gitterlea a konzultanta wellness a chiropraktika Dr. Ricka Barretta.



Podnikl jsem spoustu akcí. Připouštím, že některé vyprovokoval strach. Kdybych více věřil síle vyřčeného cíle, možná bych toho nemusel podnikat tolik. Ale udělal bych cokoli. Mé kroky byly vyprovokovány pošouchnutím vesmíru. Ano, věřím, že díky mému snažení přestaly být mé oteklé lymfatické uzliny nebezpečné.

Při používání Klíče dávejte pozor na vnitřní nutkání, které vás nutí, abyste něco udělali. Snažte se všemožně zjistit, zda vychází ze strachu nebo z lásky. Přejete-li si zůstat nečinní, je to známka, že nejspíš potřebujete něco udělat. Pokud použijete návod z této knihy, budete konat, cokoli je třeba, abyste přitáhli výsledek, který si přejete. Stane se to zcela přirozeně.

Nakonec si zapamatujte toto: Nemusíte vždycky dělat všechno nebo třeba jen něco, abyste přitáhli výsledek, který si přejete. Musíte však chtít udělat to, co se pro vás vynořilo. Vůle něco podniknout signalizuje, že jste očištěni. A v tomto případě se objeví výsledek, jaký si přejete (nebo něco ještě lepšího).

To vám slibuje Klíč.



Jak přitáhnout milion dolarů

„Jsem úplně spokojená, ale chci víc!“

Britta Alexandra, aka Miss Bootzie



Jak už jsem se zmínil dříve, vesmír (Bůh nebo jak tomu říkáte) vysílá nápady do duchovního světa několika lidem současně. Ví totiž, že ne všichni se nápadu chopí. Do jisté míry je to sázka.

Osoba, která začne jednat nejrychleji, je první na trhu a obvykle nejvíc vydělá. Získá největší odměnu a získá ji jako první. Stejný nápad mohou uskutečnit i další a ještě uspějí, ale obecně platí, že kdo přijde s novým nápadem první, vydělá nejvíce peněz.

Uvedu příklad, jak to funguje:

Zavolal mi přítel, ale byl jsem hodně zaneprázdňený. Nechal mi vzkaz, že vymyslel výrobek, který vydělá milion dolarů. A stručně mi ho popsal.

Zde je pointa:

V době, kdy mi nechával vzkaz, já už jsem tento nápad uskutečňoval.

Jak je vidět, vesmír poslal stejnou myšlenku jemu, mně a nejspíš několika dalším. A když se nápad dostal ke mně, začal jsem na něm pracovat. Hned. Já jsem ho začal uskutečňovat, zatímco ostatní, včetně mého kamaráda, o něm pořád ještě přemýšleli.



Zopakuji, co jsem řekl už dříve: Peníze mají rády rychlost. Vesmír má rád rychlost. Jakmile vás něco napadne, konejte.

Brzdou okamžité akce je váhání, kterého je třeba se zbavit. A na to potřebujete Klíč. Až přestanete váhat, budete vědět, co máte dělat, a hned s tím začnete.

Je třeba říct, že kamarád se vůbec nezlobil, když se dověděl, že už pracuji na stejném nápadu, který dostal i on. Věděl, že může svůj výrobek klidně vyrobit. Také věděl, že ho není na světě nedostatek. Podpořil mě a já jsem podpořil jeho.

Je to případ, kdy nikdo neprohraje, a pokud se budete řídit Klíčem, budete se s ním setkávat neustále.



Tady je další příklad:

Minulý víkend mě můj chiropraktik doktor Rick Barrett (má stránky www.healedbymorning.com) viděl s taškou z měkké kůže, která připomínala elegantní sedlovou tašku, a prohlásil, že by chtěl taky takovou. Jenže já jsem ji koupil už více než před rokem za 150 dolarů a pochyboval jsem, že bych sehnal ještě jednu. Člověk, který mi tašku prodal, prodával přezky k páskům a pásy. Tašky byla jednorázová akce. Ale řekl jsem si, že zjistím, jestli bych nemohl jednu přitáhnout pro doktora Barretta.

Myslel jsem na tašku aspoň jednou nebo dvakrát denně. Říkal jsem si, že chci najít člověka, od kterého jsem si ji koupil. Ale nechal jsem to být a dělal jiné věci.

Avčera jsem dostal zničehonic e-mail právě od muže, který mi tašku prodal. Jen si ověřoval, jestli jsem dostal pásek a sponu, které mi poslal jako dárek. Napadlo mě, jak je úžasné, že mi právě teď napsal, když jsem o něm neslyšel dobrého půl roku. Využil jsem hned příležitosti, odpověděl mu a pochopitelně jsem se zároveň zeptal na kožené tašky.

Okamžitě mi odepsal, že už je neprodává. Ale podíval se do skladu a našel tam dvě tašky různých velikostí. Nabídl se, že mi pošle obě zdarma.

Napsal: „Jste správný chlapík s faktorem přitažlivosti a mám pocit, že vám je musím dát.“

To mě ohromilo.

Jsem si však vědom toho, že takhle faktor přitažlivosti funguje, když je člověk uvnitř čistý. Prohlásíte, co byste rádi měli, bez dalších dodatků. Jen to jakoby nic vyšlete do světa. A když vám vesmír poskytne příležitost, konáte. Tak to je.

A všimněte si zde metody, kdy nikdo neprohraje, umocněnou na druhou:

Dr. Barrett dostal možnost vybrat si ze dvou různých tašek tu, kterou chtěl, a já jsem získal další tašku navíc.

A člověk, který mi daroval dvě tašky?

Poslal jsem mu krabici dárků, například *The Missing Secret* na DVD, DVD *Humbug*, mou poslední knihu *Buying Trances: A New Psychology of Sales and Marketing* (Nákupní horečka: Nová psychologie prodeje a marketingu), a pár dalších překvapení.

Kromě toho se mu dostalo určité publicity, protože vám sděluji jeho jméno a webovou stránku: Rob McNaughton na www.robdiamond.net.



Tak funguje zákon přitažlivosti: Když jste vnitřně svobodní, dostanete, co chcete, nebo něco ještě lepšího, než co jste si vědomě přáli. Ale pokud vnitřně svobodní nejste, přetrvávají ve vás limitující, obvykle stále stejné bloky.

Včera v noci dávali v televizi slavný akční film *Smrtonosná past 2* s Bruceem Willisem. Hlavní hrdina, který sotva přežil boj s teroristy v prvním díle, tentokrát sotva přežil střet s padouchy ve druhém díle. V jednom okamžiku se Bruce Willis ptá: „Proč zrovna mně se pořád dějí takové věci?“ A já mu nahlas odpověděl: „To ten faktor přitažlivosti, brácho.“

Dokud nepoužije klíč, aby se očistil, bude přitahovat stejné věci a nikdy si neuvědomí, že je magnet.

Pokud člověk není vnitřně svobodný, je z toho výborný film, ale špatný život.



Proč materiální věci?

Odpuštění je magnetická síla přitahující dobro.

Catherine Ponderová

Čtenáři se občas diví, proč lidé, kteří čtou mé knihy nebo zhlédnou film *The Secret*, chtějí přitáhnout nové auto, nový dům, nebo dokonce štěstí. Někomu to připadá sobecké.

Pravda je, že tolik lidí je nešťastných, nemocných a naprosto zničených, že využití Klíče k získání auta, domu, práce nebo štěstí, je to nejlepší, co mohou v dané chvíli udělat. A přesně to by také měli udělat. Není to tak moc sobecké, protože je to krok k vlastní realizaci.

Někdy slyšíme, že ti, kdo využívají zákon přitažlivosti, se příliš soustředí na materiální věci. Nechápou, že materiální a duchovní je totéž. Jste fyzická osoba, ale vaše podstata je duše. Všechno co chcete, je symbol - zdánlivě konkrétní skutečnost, kterou v té chvíli tvoří energie. Tou energií je duše. Materiálno a duchovno jsou dvě strany téže mince. Chtít něco materiálního je první krok, abychom si uvědomili duchovno v té věci, uvnitř vás a všech věcí kolem.

Vím, že v určitém bodě upřete zraky výše. Až dokážete získat auto nebo dvě auta, více peněz, lepší vztah, začnete své touhy rozšiřovat. Uvědomíte si, že všechno je možné. Budete chtít pomáhat ostatním, a dokonce celé zeměkouli. Existuje spousta lidí na světě, kteří dělají právě toto: Využívají zákon přitažlivosti k léčení rakoviny, AIDS, chudoby a dalších problémů.

Vhodný příklad je Oprah Winfreyová. Otevřeně přiznává, že využívá zásadu z filmu *The Secret* a provádí důležitou práci v zemích třetího světa.



Další je Larry King se svou nadací na pomoc kardiakům. Mistr světa těžké váhy v boxu George Foreman se zase stará o centra pro mladé.

Také mnoho učitelů z filmu *The Secret* vykonává záslužnou práci.

Jack Canfield chce přeměnit politiku. Lisa Nicholsová jezdí do Afriky pomáhat tamním lidem. Já se snažím bojovat proti bezdomovectví a chudobě, což jsem obojí zažil. Také pomáhám lidem (spolu s trenérem fitness Scottem Yorkem) na stránkách www.yourbusinessbody.com vylepšit si podnikání stejně jako tělo.

Existují lidé, jejichž jména jste nikdy neslyšeli, kteří využívají zákon přitažlivosti, aby pomohli, kde je třeba. Cynthia Mannová je autorkou kampaně *Red Lipstick*, která má vydělat peníze pro ženy s rakovinou, aby si mohly nechat udělat různé zkrášlující zákroky. Známa komička Tammy Nerbyová namlouvá na pásky pozdravy a poděkování pro vojáky v zámoří, aby věděli, že je lidé doma milují.

A tak bych mohl pokračovat dále.

Vzhledem k tomu, že větší problém je, když se člověk cítí jako oběť, tyto věci se nedají vyléčit přes noc. Naštěstí jsou na světě skvělí lidé, kteří se těmito problémy zabývají a využívají myšlenky filmu *The Secret* a knihy *Attractor Factor*, aby je pomohli odstranit.

Kromě toho, když se učíme, jak přitáhnout něco materiálního, potvrzujeme si, že to funguje. Pokud nemáte práci a použijete Klíč, abyste ji získali, prokázali jste, že to funguje. Pokud vám před domem nestojí auto a použijete návod z této knihy, abyste ho získali, pak nové auto je pádný důkaz, že jste se naučili, jak si vytvořit novou realitu. Tyto materiální věci dokazují, jak pokračuje vaše probouzení.

Uvádím, co je důležitější:

Nezabývejte se tím, co dělají ostatní, ale položte si otázku, co děláte vy.

Jak pomáháte světu?

Které projekty jste vytvořili nebo podporujete?

Jak přispíváte ke zlepšení života na Zemi?



Až začnete přemýšlet o tom, co chcete pro sebe, přemýšlejte i o tom, co chcete pro svět. Tohoto dobrodružství se účastníme společně. Co přitáhnete, mohlo by pomoci světu, pokud to činíte s tímto vědomím. Vyzývám vás, abyste přemýšleli komplexněji, než jste přemýšleli dosud, a zahrnout do toho ušlechtilé věci. Nemusíte

být zrovna matka Tereza, ale můžete být tichý anděl, který dělá dobré skutky ve svém vlastním světě.

Jak říkal Mahátma Gándhí: „Buďte změna, kterou chcete vidět na světě.“

Jste změna?

Budete změna?

Kdy?



Co si zasloužíte

Nikdy se nespolehejte na společnost jako model funkčního chování.

Dr. Bruce Goldberg

Karmic Capitalism (Karmický kapitalismus)

Většina lidí si stěžuje, že nemá dost peněz.

Sledují účty, sledují své potřeby, sledují své šekové knížky a potom vypadají vyděšeně.

Jak zaplatí účty?

Jak nakrmí rodinu?

Jak můžou přitáhnout víc peněz?

Jsem si jistý, že tyto pocity znáte. Všichni jsme na tom někdy tak byli. Možná že jste v té situaci právě teď.

Film *The Secret* a mnoho učitelů v něm nabízí vyzkoušené metody, jak přitáhnout peníze a další materiální věci. Zřejmě to funguje, jak je vidět ze svědectví tisíců lidí, kteří teď mají peníze, ač původně tomu tak nebylo.

Někdo si stěžuje, že film se soustředí jen na peníze nebo materiální věci. Říkají, že to je jako samoobsluha. Říkají, že to je sobecké.

Zažili jste osvětový program v práci?

Peníze jsou špatné.

Když se staráte o sebe, je to špatné.

Materiální věci nejsou duchovní.

Všimněte si prosím toho rozporu. Když chcete peníze a současně říkáte, že soustředit se na ně je špatné nebo sobecké, odstrkujete je.

Dělají to dokonce i fanoušci tohoto filmu. Někteří z těch, kteří využívají zákon přitažlivosti, aby se dostali z dluhů nebo si mohli pořídit nové auto, přitahují jenom tolik peněz, aby si nemuseli myslet, že jsou sobci. V tomto bodě podvědomě přeruší zázrak, který se stal. Potom začnou kritizovat také film.

Je to divná věc.

Za prvé lidé se rvou, aby získali peníze, ale potom se bojí a užírají se kvůli nim.

Skutečně se naučí, jak přitáhnout peníze, získají je, ale začnou si stěžovat, že peníze nejsou duchovní.

A teď dobře poslouchejte! Nebyli to stejní lidé, kteří chtěli peníze na prvním místě? Proč byly peníze dobré, když je neměli, a špatné, když je konečně vydělali?

Za vším je jejich přesvědčení. Dosáhli na práh toho, co si zaslouží.

Můj otec sázel v loterii. Ale když jackpot dosáhl sto milionů dolarů, přestal hrát. Podle jeho názoru je taková suma moc velká a tolik peněz člověka zničí.



Opět máme co do činění s přesvědčením. Je to práh toho, co si člověk zaslouží.

Nějaký chlápek volal jednou své manželce a podal mi telefon. Chtěl, aby ji hvězda filmu *The Secret* překvapila. Vzal jsem si telefon, představil jsem se a slyšel, jak vykřikla. Mluvila s celebritou. Byla celá pryč vzrušením. Ale potom se mě začala vyptávat, co dělám, abych zachránil svět.

Ta žena opustila postoj fanynky filmu *The Secret* a využila to, co znala, aby vyjádřila svůj kritický postoj. Nic jiného nechtěla.

Co se stalo?

Napsal jsem blog na www.blog.mrfire.com. Někdy píšu o jednom ze svých oblíbených aut, které se jmenuje Francine. Je to Panoz Esperante GTLM 2005, ručně složené exotické luxusní sportovní auto. Mám Francine rád. Ale ne všem se líbí, když o něm píšu. Jeden člověk, který pravidelně čte můj blog, mi napsal:

Rozčiluje mě, když píšete o všech svých autech, ale teď chápu, že jste prostě jen zmáčkl můj „knoflík“. Ten uvnitř mě. Nemá to nic společného s vámi ani vašimi auty. Nebyl jsem v pohodě, co se týče bohatství, a tak jsem nerad viděl, když se jím chlubilí ostatní. Teď si užívám, když mluvíte o Francine. Děkuju, že jste mi pomohl zbavit se vnitřních limitů.

Tento čtenář si uvědomil práh toho, co si zaslouží. Jakmile se tak stalo, dokázal se snadno posunout na novou úroveň.

Následuje další příklad: Mnoho učitelů ve filmu *The Secret* dodává výrobky a služby, aby vám pomohli dosáhnout svých cílů. Když je vaše mysl otevřená, poděkujete jim za jejich služby. Když je zavřená, říkáte, že jen prodávají.

Takže prodávají, nebo slouží?

Platí obojí nebo nic. Podle toho, čemu věříte, a kde máte hranici toho, co si zasloužíte. Jestliže si myslíte, že využívají výhodu, kterou nad vámi mají, říkáte tomu prodávání (protože si myslíte, že prodávání je něco špatného). Pokud si myslíte, že vám pomáhají, říkáte tomu služba (protože víte, že služba je dobrá věc).

Opakuji, že všechno závisí na tom, čemu věříte, a zvlášť na tom, o čem si myslíte, že si zasloužíte. Toto přesvědčení tvoří práh, kterého se zbavíte, pokud použijete očistné metody, popsané v této knize.

To mi připomíná otázku jednoho terapeuta, který říkával pacientům:

„Jak dobře to můžete vystát?“

Většina z nás to nemůže vystát moc dobře.

„Co si budou myslet sousedi?“

„Co si bude myslet moje rodina?“

„Jestli to bude moc dobré, jistě se stane něco špatného.“

„Nezasloužím si, aby věci byly moc dobré.“

„Jestli to bude moc dobré, nebude trvat dlouho a zase na tom budu špatně.“

„Jestli budu šťastný, neudělám nic pro to, abych spasil svět.“

Tohle všechno jsou omezující přesvědčení.



Můžete mít úžasný život. Opravdu skvělý. Ale velice často dosáhneme úrovně komfortu a nepřekročíme ji. Proč? Můžou za to naše vnitřní limity. Může za to práh toho, co si zasloužíme.



Můžete se oklamat rozumovým zdůvodněním a kritikou týkající se filmu *The Secret*, mé osoby, ostatních lidí, světa a tak dále, ale v konečném výsledku omezujete vlastní dobro.

Stále všem připomínám, že jakmile dokážou bez problémů využívat Klíč, nebude toho mnoho, co by nemohli mít, dělat nebo být. Ve skutečnosti pochybuji, že vůbec existují nějaká omezení. Jediné limity, které vás brzdí, pramení z vašeho momentálního chápání skutečnosti. A jak neustále posunujete pomyslnou laťku co nejvýše, posunují se i limity. Vaším cílem by stále mělo být štěstí, čemuž já říkám duchovní probuzení. Jediným omezením na této cestě jste vy sami.

Tak co, jak se s tím vyrovnáte?



Očekávejte zázraky

*Když se něco stane, věříte tomu.
A víra v něco způsobí, že se to stane.*

Frank Lloyd Wright

Tato kniha odhaluje a popisuje deset osvědčených způsobů, jak se očistit a probudit, abyste mohli vědomě využít zákon přitažlivosti. Každá metoda je postavena tak, abyste ji bez problémů provedli sami, aniž byste potřebovali další knihy, učitele či něco jiného. Nevadí, když si vezmete k ruce další knihy a využijete učitele, ale já jsem tuhle knihu napsal tak, aby posloužila jako samostatná pomůcka. Chci, aby se stala průvodcem na cestě k osobní proměně.

Můžete ji číst podle vlastního uvážení. Já vám radím, abyste si ji nejdřív přečetli od začátku do konce, jako by to byl román. Tak nejlépe pochopíte její smysl. Potom se můžete podle potřeby libovolně vracet. Věřte si. Užijte si to. Já vyznávám zásadu: dělej, co je zábavné. Pokud bude třeba dělat i méně zábavné věci, podívejte se na ně z jiného pohledu nebo si najděte někoho (kdo si myslí, že to je zábavné), aby to udělal za vás. Ale práci týkající se vašeho osobního rozvoje nemůžete nechat na jiných. Můžete si však vybrat libovolnou metodu, která vás v dané chvíli osloví nejvíce. Máte z čeho.

Než pokročíte v Klíči dál, dovolte, abych vám dal jednu radu. Budete-li na této dobrodružné cestě do světa magie a kouzel potřebovat podporu, podívejte se na program *Miracles Coaching* (Kurzy zázraků), jak je popsán na www.miraclescoaching.com. Opakuji, že moje kniha je napsána tak, abyste v ní našli všechno, co potřebujete. Při čtení však možná zjistíte, že určitá podpora proces přeměny urychlí. (Například Alan Deutschman



v knize *Change or Die - Změň se, nebo zemřeš* - uvádí, že první krok na cestě k trvalé změně je pořídit si podpůrný tým.)

Než začnete s metodami zde popsány, sepište si to, co byste rádi byli, dělali nebo měli. Je to důležité. Jakmile zformulujete svůj cíl, uspořádáte si myšlenky, abyste ho mohli začít naplňovat. Zapojíte tak zákon přitažlivosti.

Někdy se dějí kouzla. Kromě jiného si uděláte pořádek ve vztahu k vesmíru (nebo jak říkáte síle, která nás všechny přesahuje), což vám začne přinášet to, co si přejete, a dostane vás do situací, které vám pomohou přitáhnout, co chcete. Také vám to v průběhu přitahování toho, co si přejete, přinese něco, co vám pomůže odstranit překážky.

Žádné kouzlo, i když to tak často vypadá. Naopak je to využití přírodních zákonů vesmíru k tomu, jak se vypořádat se zkušeností, kterou chcete přitáhnout.

Nezapomínejte přemýšlet velkoryse. Když jsem psal předchozí knihu *Life's Missing Instruction Manual* (Návod jak žít), použil jsem jako motto oblíbený latinský citát ze 16. století *Aude aliquid dignum*, což volně přeložené znamená Pokuste se o něco záslužného.

Takže kdybyste se mohli o něco pokusit, co by to bylo?

A než si to rozmyslíte, vezměte v úvahu toto: V knize *The Greatest Money-Making Secret in History* (Největší tajemství všech dob, jak vydělat peníze) doporučuji: Myslete jako Bůh. Co to znamená? Kdybyste měli možnost udělat, být nebo mít cokoli, co byste udělali? Pamatujte si, že Bůh nemá žádná omezení. Kdybyste mysleli jako Bůh, dělali byste si z něčeho starosti? Vymlouvali byste se na něco? Přemýšlíte-li o životě, který byste chtěli přitáhnout, základem je předstírat, že jste Bůh.

Co si tedy přejete?



Napište si to sem nebo do deníku:

*Způsob, jakým nahlížíme na svět,
tvoří svět, který vidíme.*

Barry Neil Kaufman



Přemýšlejte velkoryseji

Jestliže nevíte, že nemůžete, pak můžete. Jestliže nevíte, že můžete, pak nemůžete.

Gene Landrum

The Superman Syndrome (Syndrom Supermana)

Dovolte, abych vás trochu popíchl. Prohlédněte si svůj seznam cílů a tužeb a zeptejte se sami sebe, jestli jste byli upřímní. Je něco, co opravdu chcete, ale nenapsali jste to? Možná jste se domnívali, že to není možné, nebo jste nevěděli, jak toho dosáhnout.

Je důležité přemýšlet velkoryseji, než jste kdy přemýšleli. Myslete na druhé! Často platí, že cíle mají větší váhu, když zahrnují pomoc jiným. Jinými slovy, chtít více peněz pro sebe je dobré, ale chtít více peněz pro sebe a svou rodinu, je ještě lepší.

Peter Ressler a Monika Mitchellová-Resslerová citovali ve své knize *Spiritual Capitalism* (Duchovní kapitalismus) Alberta Einsteina, který údajně řekl: „Lidská bytost bere sebe, své myšlenky a pocity jako něco odděleného od toho ostatního - jako druh zrakové iluze svého vědomí. Tato iluze funguje jako vězení - omezuje naše touhy a city pouze na několik nejbližších lidí. Naším úkolem musí být osvobodit se z tohoto vězení tím, že rozšíříme okruh soucitu a zahrneme do něj všechny lidské bytosti a veškerou přírodu.“

Na velkých ideálech není nic špatného - například na touze po míru na zemi, po tom nakrmit hladovějící nebo ubytovat bezdomovce. Na první pohled se to může zdát nemožné. Ale já věřím na zázraky. Věřím, že všechno je možné - bez výjimky. Třeba nevíte, jak něčeho dosáhnout,

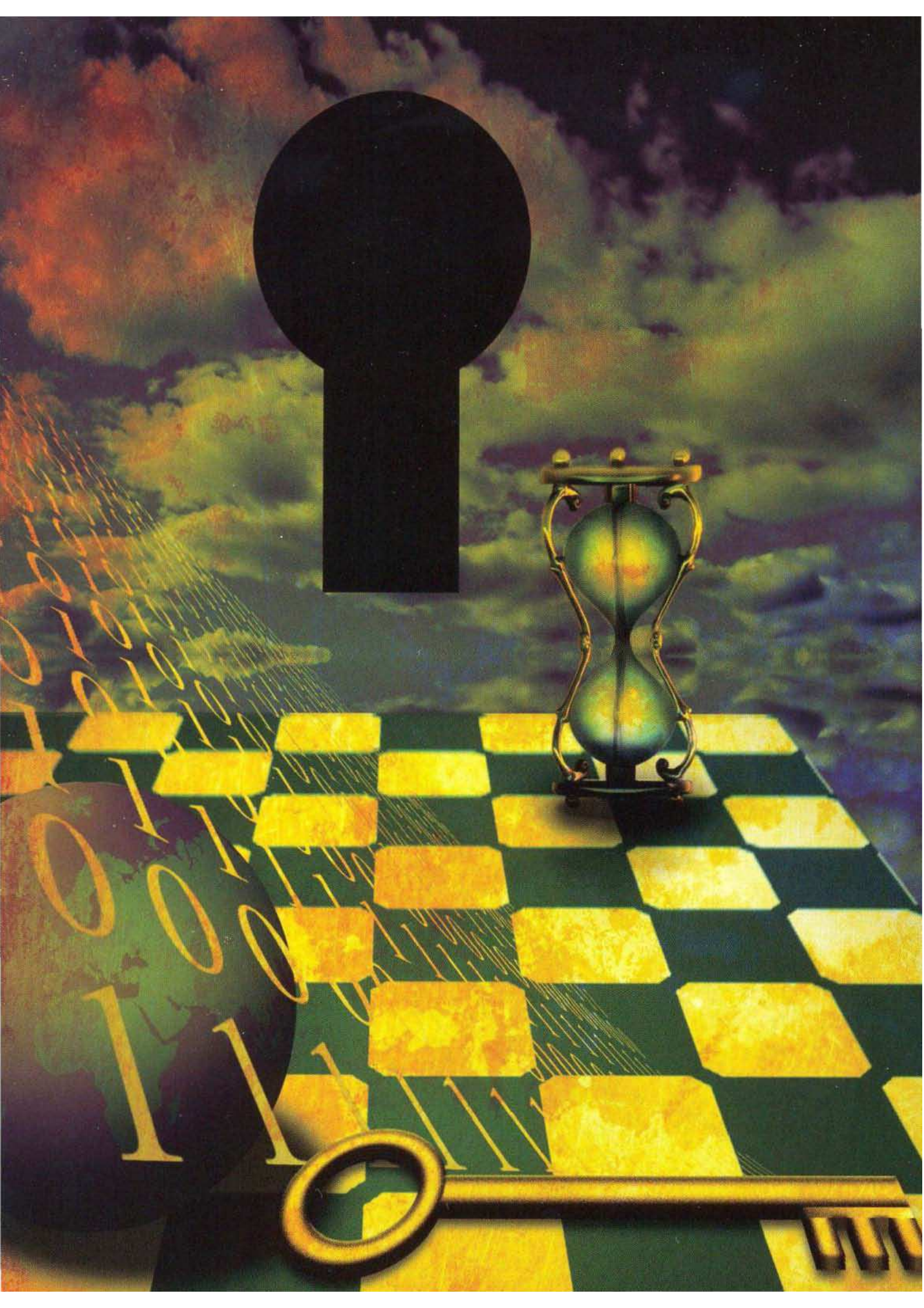
a možná to zatím ještě nikdo neudělal. Vám se to však může splnit. Možná jste ti praví, kteří tento problém vyřeší – pojmenujte ho.

Na následující řádky napište své naprosto upřímné cíle. Opakuji, nepřemýšlejte o tom, jak něčeho dosáhnete. Jakmile své záměry vyslovíte, začnete přemýšlet o možnostech, jak je přitáhnout. Až dokončíte očistná cvičení z této knihy, budete dobře připraveni, abyste přitáhli zázraky.



Napište si sem nebo do deníku své nejmělejší cíle:

Pěkné čtení a čekejte zázraky!



Část II
Metody

*Tento koncept vesmíru jako světa čisté myšlenky
vnáší nové světlo na mnoho situací, s nimiž jsme se
v moderní fyzice setkali.*

Sir James Jeans
fyzik, matematik, astronom



Očistná metoda číslo 1

Jste tady

Štěstí závisí více na vnitřních dispozicích mysli než na vnějších okolnostech.

Benjamin Franklin



Jednou jsem jel do Austinu v Texasu, abych se sešel s lidmi, kteří vedli mé programy *Miracles Coaching* (Trénování zázraků) a *Executive Mentoring* (Školení manažerů). Měl jsem pár vzrušujících novinek, o které jsem se s nimi chtěl podělit, a nějaké překvapivé zprávy jsem se dověděl tam.

Dopoledne mi telefonovali z pořadu *Today* a chtěli informace o mé chystané knize *Zero Limits*. Je docela dobrá, ale ne tak dobrá jako zprávy, které přišly později.

Při obědě jsem rozdál nedávno dokončenou bibliografii mého dosud vydaného díla - zatím 45 stran knih, elektronických knih, audio nahrávek, videí, softwaru, cvičení a dalších - úplný seznam toho, co jsem dosud vytvořil. To množství dokumentů udělalo dojem i na mě.

Ale to nebyla ta nejdůležitější zpráva dne.

Na obědě se spolupracovníky jsem řekl něco v tom smyslu, že se s nimi chci o svou inspiraci podělit. Na bílou tabuli na stěně jsem napsal tečku a dal ji do kroužku.

„Jste tady,“ řekl jsem.

Vysvětlil jsem jim, že bílá tabule je jako plánek v obchodním středisku, kde jsou uvedeny všechny obchody, a malý čtvereček vás informuje: „Jste tady.“

„Kam se chcete vydat?“ zeptal jsem se.

„Nahoru,“ odpověděl kdosi.

„Nahoru z bílé tabule,“ přidal se další.

„To je všechno správné,“ pokračoval jsem. „Chcete jen jít nahoru. Chcete víc prodávat, lepší výsledky a větší bohatství. Je to tak?“

Všichni souhlasili.

Udělal jsem na tabuli další tečku - nad tou první - a taky jsem ji dal do kroužku.

„Tohle znamená, kam chcete jít,“ řekl jsem.

Poté jsem položil klíčovou otázku: „Jak se dostanete z místa, kde jste, do místa, kam chcete?“

Na chvíli bylo ticho, ale potom začali odpovídat: „Přímo,“ „Udělám vždycy jednu věc,“ „Budu víc obvolávat lidi kvůli prodeji,“ a tak dále.

„To všechno je správně,“ souhlasil jsem. „Jsou to praktické odpovědi. Ale chci, abyste přemýšleli v duchu filmu *The Secret* a mé knihy *Attractor Factor*.“

A ještě jsem dodal: „Prozradím vám, co je podle mě největší tajemství, jak projevit, co si přejete.“



Mlčeli, protože si nebyli jisti, kam tím vším mířím.

„Chce někdo vědět, jaké je to tajemství?“ zeptal jsem se.

Všichni se začali smát. Jasně že to chtěli vědět.

Nejdříve jsem ukázal na tečku „Jste tady“ a řekl jsem: „Tajemství jak získat to, co si přejete, spočívá ve schopnosti dostatečně ten okamžik ocenit. Pokud jste za něj vděční, potom všechno další vytryskne okamžitě ven. Dostane se vám inspirace, jaké kroky podniknout, a tak se dostanete nahoru. Jediný způsob, jak se dostat k vyšší tečce, je žít ve stávajícím bodě s vděčností.

Všichni to slyšeli už dřív, ale chtěl jsem, aby si to opravdu uvědomili.

Potom jsem jim vyprávěl o mé havajské kamarádce Bootzie, která je autorkou mé oblíbené věty: „Jsem naprosto spokojená, ale chci víc.“

A to je klíč k úspěchu, vysvětlil jsem jim.

Chtít víc, aniž byste víc potřebovali.

Pokračoval jsem dál o tom, jak být vděčný, což je dovede k vyšším bodům. Většina z nás není zrovna teď šťastná, myslíme si, že štěstí přijde, když se dostaneme k dalšímu bodu. Jenže vtip je v tom, že když se dostaneme k dalšímu bodu, nebudeme šťastní. Hledáme další bod na plánku. Využijete to, že nejste šťastní, abyste se posouvali vpřed. Jenže v tom to není.

Budte šťastni hned teď.

Potom přijdou zázraky, které hledáte.

Tato skupina dostala můj vzkaz. Podali mi ruku. Usmívali se. Uviděl jsem světlo v jejich očích. Odcházeli lehkým krokem.

Následující část je opravdu zajímavá.

Bezprostředně po tomto setkání jsem měl telefonát. Volala mi moje asistentka Suzanne. Skoro nikdy to nedělá a věděla, že jsem na setkání. Proto jsem se domníval, že to bude něco důležitého.

Zvedl jsem telefon a k velké radosti jsem se dověděl, že lidé od Oprah Winfreyové chtějí můj *media kit*.

A musím ho dodat do půlnoci.

Lidé od Oprah mě chtějí jako hosta do jejího programu.

Oprah!

Jen si to představte. Byl jsem v té chvíli šťastný. A když jsem šťastný, následující chvíle mě za to odmění. A protože jsem v té chvíli šťastný, vyvolá to další radost.

Můžete to udělat stejně. Možná vám nezavolají od Oprah Winfreyové, ale dostanete to, co je pro vás správné. Tohle všechno jsem vysvětlil v knize *Zero Limits*. Podstata tohoto poselství je následující:

Musíte jen přijmout ten bod a říct: „Jsi tady“ a udělat to, co vám říká, abyste udělali.

Až vám zazvoní telefon, vezměte ho.





Podstata tohoto kroku spočívá v tom, že byste měli cítit vděčnost. Zdůrazňuji, že tato metoda může být důležitá při vaší očistě, abyste mohli zažít zázraky, které hledáte.

Během telefonického semináře jsem dělal rozhovor s Robertem Ringem. Je autorem mnoha bestsellerů, například *Winning Through Intimation* (Vítězství podle pokynu) a *Looking Out for Number 1* (Být připravený na jedničku). Souhlasil, že vděčnost je vstupenka k úspěchu.

Vysvětlil jsem, že pokud dokážete cítit vděčnost za cokoli, třeba za pero, tuto knihu či ponožky, můžete změnit stav svého nitra. Až toho dosáhnete, začnete přitahovat víc, abyste mohli být za co vděční.

Když jsem se zúčastnil pořadu Larryho Kinga *Live* poprvé, můj kamarád Jack Canfield, spoluautor série *Chicken Soup for the Soul* (Kuřecí polévka pro duši) a *The Success Principles* (Principy úspěchu), tam řekl, že spisovatel John DeMartini nevstane ráno, dokud neuroní slzu vděčnosti. Jen si představte, jak mu musí být skvěle, když začne den s takovým vynikajícím pocitem.



Strávil jsem část minulého dne v San Antoniu se svým drahým přítelem. Mluvili jsme dlouze o životě a spiritualitě. Řekl jsem mu, že většina lidí není v této chvíli spokojená. Očekávají nový byznys, nové auto, nový dům, zvýšení platu a neuvědomují si, že ta síla, ten opravdový zázrak, je přímo tady.

Hledání správného „tématu“ je velká iluze. Není na něm nic špatného, pokud si uvědomujete, že to je součást hry života. Většina lidí však si myslí, že jim přinese trvalé štěstí. Ale nepřinese. Jakmile vytčený cíl dosáhnete ne-

bo ho přitáhnete, zatoužíte po něčem dalším. Budete honit příští okamžik. Je dětinské být v současnosti, a přitom si přát víc. Žádná potřeba. Žádná vazba. Žádná závislost. Jen vděčnost za to, co je, zatímco očekáváte víc.

Vyprávěl jsem kamarádovi o filmu Adama Standlera *Click*. Jeho podstatu spočívá v tom, že Adam se snaží zrychleně projít životem. Podaří se mu to, ale ke konci si uvědomí, že život ztratil.

Snažím se ze všech sil, abych na to nezapomněl. Pořád si to připomínám. Taky se učím. A snažím se zůstat tady, v přítomné chvíli. Vím, že když zůstávám, příští chvíle se o sebe postará. Pokud se plně účastním přítomnosti, budoucnost je stejně dobrá a často mnohem lepší.

Vlastně když zůstanete v současnosti, přitáhnete víc dobrých věcí v životě a víc je oceníte. Zásadní je žít současností a být za to vděčný.

Tato očistná metoda spočívá v tom, že zůstáváte tady a teď a jste vděční. Pokud to tak je, přitáhnete ještě víc věcí, za které budete vděční. To je důležité tajemství Klíče, jak přitáhnout víc z toho, co chcete.

Třeba vám připadá, že musíte platit moc účtů, že zažíváte příliš mnoho bolesti, nebo se bojíte projevit za něco vděčnost. Vždycky však existuje něco, co si zaslouží vděčnost. Vždycky. Je to otázka volby. Mohli byste být vděční za tuto knihu. Za střechu nad hlavou. Za přátele. Za židli. Za život. Začněte, kde chcete, protože pocit vděčnosti je nejrychlejší cesta, jak přitáhnout zázrak.

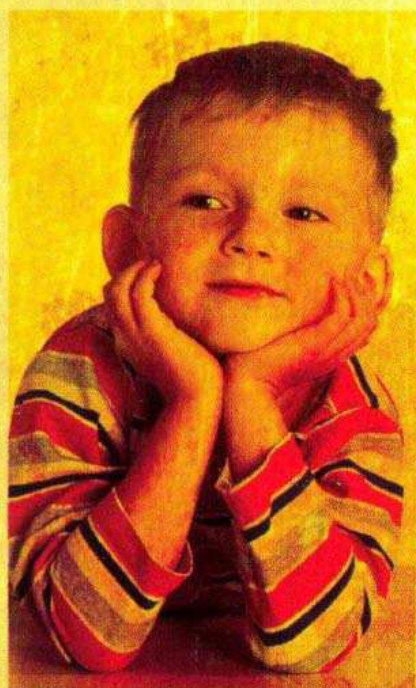
Pocit vděčnosti vás vlastně přivede k poznání, že zázrak už se děje právě teď. Jak řekl Sokrates: „Ten kdo není spokojený s tím, co má, nebyl by spokojený ani s tím co by chtěl mít.“





Následující příběh vám možná pomůže pocítit vděčnost právě teď:

Asi před třemi roky mi Kevin Hogan, autor knihy *The Science of Influence* (Věda účinku) a mnoha dalších, vyprávěl o malém chlapci Kirkovi, se kterým se náhodou setkal. Tohle dítě trpělo následky cévní mozkové příhody, která ho postihla pár týdnů po narození. Zřejmě se to dětem stává častěji, než bychom předpokládali.



Kevin mě požádal o pomoc při sbírání peněz na lékařskou péči a operace, a já jsem pomohl. Díky tomu se Kevin může trochu hýbat a hodně smát. Kirk mi prostřednictvím matky poslal mailem několik zpráv, že mě má rád, a fotografie. Každá mi vykouzila na tváři úsměv. Onehdy jsem dostal jednu a chvíli jsem si ji prohlížel. Viděl jsem Kirkův nakažlivý šťastný úsměv a měl jsem pocit, že jsem vtažený do milující duše dítěte.

Je to dobrý pocit pomoci někomu s tak božskou povahou, kdo vypadá šťastný, že je tam, kde je – žádné stížnosti, žádné brblání, žádná zahořklost.

Kdo ví, proč někdo jako Kirk přišel na svět a má neustálé zdravotní potíže? Je to karma? Reinkarnace? Nebo...?

Možná je to boží zkouška pro nás – ne pro Kirka, který je šťastný jako Buddha v této chvíli – ale zkouška pro vás a pro mě. Vypadá to, že jeho situace je výzva pro nás. To my máme dospět, ne Kirk.

Přiznávám, že nevím, proč to je. Ale vím, že když něco zažiju, přitáhl jsem to a je na mně to léčit. Proto plním svůj úkol. Pomáhám Kirkovi hledat dárce pro jeho léčebný fond a tím, že o něm píšu na svém blogu a ve svých knihách jako právě teď (Kirkova webová stránka je www.amazingkirk.com).

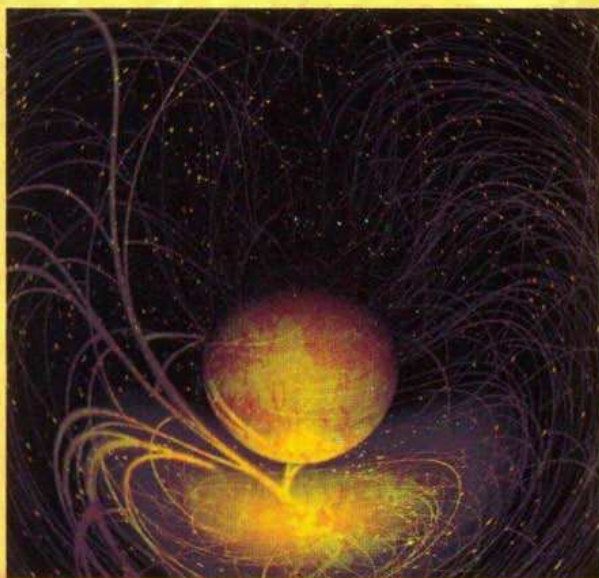


Očistná metoda číslo 2

Změna vnitřního přesvědčení

Možná se to zprvu nezdá, ale lidé jsou vlastně nešťastní, protože to chtějí nebo protože si to vybrali.

Bruce Di Marsico



Žijete ve vesmíru řízeném přesvědčením. Čemu věříte, to dostanete. Ale jestli to tak je, jak změníte své přesvědčení, abyste změnili své výsledky?

Jeden z neúčinnějších nástrojů k dosažení očisty, s nímž jsem se kdy setkal, je jednoduchý proces kladení otázek. Říká se tomu možnost volby. Jeho autorem je Bruce Di Marsico a popularizátorem Barry Neil Kaufman, který napsal *To Love Is to Be Happy With* (Milovat znamená

být šťastný). Nikdy jsem se s Brucem nesetkal, ale s Barrym jsem studoval. Také jsem studoval s dalšími Brucovými studenty, včetně Mandy Evansové, autorky *Travelling Free* (Svobodné cestování).

S Mandy jsem pracoval přes třicet let. Kdykoli jsem se cítil „nečistý“, domluvil jsem si s ní lekci možnosti volby. Pomohla mi zbavit se omezujícího přesvědčení o penězích, o zdraví a o vztazích. Když mi zemřela žena, zavolaal jsem Mandy. Když jsem si chtěl vylepšit příjmy, zavolaal jsem Mandy.

Mandy je skvělá a metoda, kterou používá, aby pomohla mně i ostatním, je skutečný dar. Jde o jednoduchý proces kladení otázek, založený na lásce. Slouží k tomu, abyste zjistili, proč nejste šťastní.

Když nedostanete, co chcete, je to doprovázeno emocí. Říkejme jí zlost, pocit marnosti, žal, deprese, smutek, vztek nebo cokoli jiného. Všechno jsou to variace slova nešťastný.

A Mandy pomáhá lidem objevit důvody jejich pocitů. Až to zjistí, uvolní se. Když se uvolní, jsou svobodní. A od té chvíle jsou možné zázraky.

Požádal jsem Mandy, aby vám svou metodu objasnila. Napsala mi toto:

Jak použít metodu kladení otázek, chcete-li zjistit, proč nejste šťastní

Mandy Evansová
© 2007

Ve svém životě můžete zlepšit úplně všechno. Vztahy počinaje a financemi konče. Stačí objevit skrytá přesvědčení, která vás brzdí. Jakmile zjistíte, jaká to jsou, můžete se jich ptát, abyste zjistili, jestli pořád ještě platí.

Od bolestných emocí, jako je ochromující strach, hněv nebo pocit viny, se osvobodíte tím, že je objevíte a zbavíte se svých přesvědčení, která je vyvolávají a udržují.

Místo abyste se celí vyřízení snažili změnit okolnosti a situace, můžete změnit přesvědčení, která vás drží zpátky.

Omezující a poráženecké přesvědčení je důvodem toho, že nejste šťastní, či vám nedovolí pochopit a poslechnout



touhu, kterou chováte v srdci. Ovlivňují všechny cíle, o něž se snažíte, a dokonce i sny, které si dovolíte mít. Přesvědčení, která blokuji štěstí, omezují nejvíce a jsou nejporaženečtější.

Ale když jste šťastní a očištění, konáte a volíte z možností, jež vedou odlišnou cestou, než kterou se vydáte pod tíhou zlosti a strachu. Na konci úplně odlišného „výletu“ se dostanete na jiné místo.

Používám metodu kladení otázek, abych pomohla lidem najít a odstranit přesvědčení, která jim blokuji štěstí, kreativitu a úspěch. Klíčový prvek této metody je kladení otázek a odpovídání na ně – určitý druh rozhovoru sama se sebou.

Než začnete, přijměte se takoví, jací jste. Pokud se budete hodnotit, až budete zkoumat své pocity a přesvědčení, nedokážete se vidět jasně nebo si říct pravdu. Nespěchejte. Zjistěte co nejvíc o svých pocitech a přesvědčeních. Po každé otázce následuje odpověď.

Je lepší, když si odpověď zapíšete. Máte-li deník, můžete si tam celý průběh zaznamenat.

Musíte být ochotni podstoupit jistý zmatek. Jak se mění přesvědčení, vaše verze skutečnosti se rozbije a přemění – chtělo by se říct konečně. Otázky a odpovědi někdy létají kolem. Dávají větší smysl, když se zeptáte na své pocity a své přesvědčení.

Šest základních otázek této metody, které můžete odpovědět, abyste se očistili:

- 🔑 *Co znamená váš pocit, že nejste šťastní? Nebo například rozzlobený, vinný, utrápený? Otázka vám pomůže zjistit specifické rysy svých pocitů a co znamenají.*
- 🔑 *Proč jste nešťastní? Naše důvody pro to, že se cítíme špatně, se liší od toho, kvůli čemu se cítíme špatně. Naše důvody spočívají v přesvědčení.*
- 🔑 *Čeho se bojíte, že by se stalo, kdybyste kvůli tomu nebyli nešťastní? Tato divná otázka vám pomůže odhalit strach nebo obavu, které máte z toho, že ten pocit zmizí. Často se zdráháme vzdát se nějakého pocitu, i když je bolestný.*
- 🔑 *Věříte tomu?*
- 🔑 *Proč tomu věříte?*
- 🔑 *Čeho se bojíte, že by se stalo, kdybyste tomu nevěřili? Někdy se držíme dávných přesvědčení, i když nás omezují nebo kvůli nim nejsme šťastní. Čeho se obáváte? Pořád vám připadají reálné?*

Následuje příklad rozhovoru, který jsem dělala sama se sebou. Stačily pouhé tři otázky, aby se změnily mé pocity a můj život. Věděla jsem, že mám hrozné výčitky kvůli lidem hladovějícím po celém světě. Začala jsem druhou otázkou.

Proč se kvůli tomu cítíš tak hrozně?

Odpověď: Připadá mi, že se o to nikdo nestará. Je to tak nedůležité.

Čeho se bojíš, že by se stalo, kdyby ses necítila tak hrozně?



Odpověď: Nic bych s tím nedělala.

Věříš tomu?

Odpověď: Nevěřím. Jakmile jsem si položila tuhle otázku, věděla jsem, že čím hůř jsem se cítila, tím méně jsem dělala. Vlastně když jsem se cítila opravdu špatně, nechtěla jsem o tom vůbec přemýšlet, tím méně něco dělat.

Okamžitě se mi ulevilo. Teď víc konám, dávám víc peněz a hledám způsoby, jak situaci změnit.

Kdyby mě někdo požádal, abych shrnula všechno, co jsem se naučila během celého života, a dala jen jedinou užitečnou radu, zněla by asi takto: Vždycky se ptejte, proč jste nešťastní. Nikdy se nesmiřujte se špatným pocitem.

Štěstí je velká výhra ve hře života, a vy si ji můžete dovolit.

Buďte šťastní.

Mandy Evansová

www.mandyevans.com



Pojďte si zkusit Mandynu metodu, jak změnit emoci, kterou možná prožíváte právě teď. Myslete na něco, co jste chtěli být, dělat nebo mít. Jestli jste to zatím nepřitáhli, jaký z toho máte pocit? Uchopte tuto emoci a pracujte s ní následujícím způsobem:



Kvůli čemu jste nešťastní? Nebo například rozzlobení, provinilí, ustaraní. Tato otázka vám pomůže zjistit podrobnosti o svém pocitu a o tom, co znamená.



Proč jste kvůli tomu nešťastní? Naše důvody pro špatný pocit se liší podle toho, kvůli čemu ten špatný pocit máme. Důvodem je naše přesvědčení.



Čeho se bojíte, že by se stalo, kdybyste kvůli tomu nebyli nešťastní? Tahle divně znějící otázka vám pomůže odhalit strach nebo obavu, které máte kvůli tomu, že ten pocit může zmizet. Často se zdráháme zbavit se pocitu, i když je bolestný.



Věříte tomu?



Proč tomu věříte?



Čeho se bojíte, že by se stalo, kdybyste tomu nevěřili? Někdy se držíme dávných přesvědčení, i když nás omezují nebo způsobují, že nejsme šťastní. Čeho se obáváte? Pořád vám připadají reálné?

V tomto bodě byste se měli cítit mnohem svobodnější. Pokud pořád ještě něco přetrvává nebo vypluly na povrch nové emoce, jednoduše si celý proces zopakujte. Metoda kladení si otázek velice osvobozuje a usnadňuje proces uvolnění zadržované energie a omezujících přesvědčení. Až se osvobodíte, využijte Klíč, abyste přitáhli všechno, co chcete.

Očistná metoda číslo 3

Odhalte své myšlenky

Kdybychom všichni pracovali s předpokladem, že co je přijímáno jako pravda, je skutečně pravda, byla by malá naděje na pokrok.

Orville Wright



Klíč je celý o tom, jak se očistit od skrytých myšlenek či přesvědčení, jež přitahují, co si nepřejete. Například jste si řekli, že chcete přitáhnout partnera, ale pořád přitahujete nějaké nesprávné. Možná jste si řekli, že chcete přitáhnout skvělý domov, ale stále se stěhujete po smetištích. Možná jste si řekli, že chcete výbornou práci, ale pořád přitahujete zaměstnání, která nejsou podle vašich představ.

Vlastně přitahujete přesně to, o čem si myslíte, že si zasloužíte a co očekáváte. Zásadní je změnit toto skryté duševní spojení, abyste přitáhli více z toho, co byste rádi.

Zjistil jsem, že pomocí prostředků na odhalování vnitřních přesvědčení je možné odkrýt zasutá přesvědčení, která řídí váš život. Přesvědčení jsou podvědomá, ale s pomocí správné metody je lze vytáhnout na povrch. Další účinný a osvědčený nástroj, který vám pomůže odhalit vlastní myšlenky, je z oblasti poznávací psychologie.

Požádal jsem Dr. Larinu Kaseovou, aby mi pomohla objasnit a předvést, jak funguje. S Larinou jsem napsal e-knihu *How to End Self-Sabotage for*





Aspiring E-Book Authors (Jak skoncovat se sebeničením snaživých autorů elektronických knih, www.endselvesabotage.com). Uvádím původní článek, napsaný jen pro vás.

Pět kroků, jak se očistit s poznávací terapií


Dr. Larina Kaseová


Poznávací terapie, jejímž průkopníkem je Dr. Aaron Beck, má za sebou čtyři desetiletí dlouhý výzkum. Je to účinný způsob, jak odstranit všechna omezující přesvědčení. Klíčové složky poznávací terapie jsou myšlenky, pocity, chování a biologické reakce. Všechny tyto charakteristiky vzájemně působí, aby určily vaši náladu a vaše činy. Podělím se s vámi o pět jednoduchých kroků k využití poznávací terapie k očištění.


 Určete své neodbytné, nepříjemné nebo rušivé myšlenky. Napište si je. Připomíná to chytání motýlů do sítky. Myšlenky jsou rychlé a prchají a my si je vlastně ani neuvědomujeme. Když identifikujete své myšlenky, zlepšší se vaše uvědomění a můžete pak pracovat na tom, abyste je změnili. Pokud bude obtížné chytit myšlenky, věnujte velkou pozornost změnám své nálady. Jakmile zaznamenáte změnu v náladě, zeptejte se sebe sama: „Co mi to jen přišlo na mysl?“ Poznáte silnou myšlenku, s níž budete pracovat.

 Přistupujte ke svým myšlenkám, jako když nezávislá porota hodnotí důkazy. Místo abyste předpokládali, že vaše myšlenky jsou pravdivé, shromažďujte důkazy podporující jejich platnost. Vezměte si list papíru a rozdělte ho na tři sloupce. První nadepište *Emocionální*

myšlenka, druhý *Důkaz, že myšlenka je správná*, a třetí *Důkaz, že myšlenka není správná*. Vepište do sloupců důkazy pro a proti emocionální myšlence. Je to jako prohlížet si motýla ze zvědavosti a nehodnotit ho.

 Provedte pokusy s chováním, abyste podpořili pravdivost myšlenky. Jestliže například myšlenka byla „Vždycky řeknu něco hloupého, když mluvím na veřejnosti“, vyzkoušejte si, co je na tom pravdy – promluvte před větším množstvím lidí. Je pravda, že vždycky řeknete něco hloupého? Tento krok vám také pomůže získat praxi v tom, čeho se bojíte. Díky tomu pro vás časem budou tyto situace jednodušší a zvýšíte si sebevědomí, když se obávaný výsledek nedostaví.

 Určete, co je pravdy na původní myšlence. Využijte k tomu shromážděné důkazy a výsledky pokusů s chováním. Zamyslete se nad tím, do jaké míry je pravděpodobné, že se strach objeví. Nejspíš zjistíte, že vaše nepříjemná myšlenka se pravděpodobně neuskuteční. Je-li možnost, že se splní, zeptejte se sami sebe, jak byste si s ní poradili. Uvidíte, že jste vynalézaví, a dokážete se s touto výzvou vyrovnat, pokud se před vás postaví.

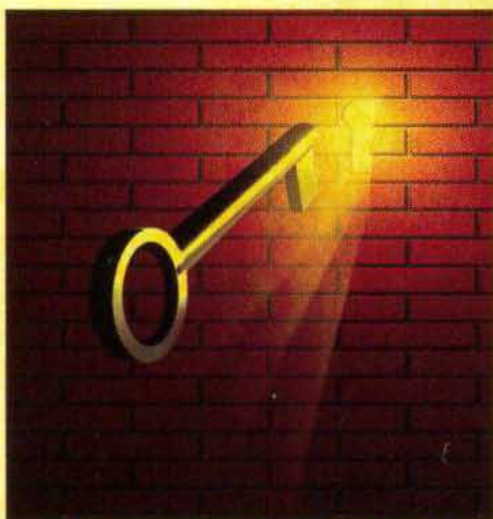
 Uvědomte si, že nepříjemné a omezující myšlenky nejsou nutné. Nepomáhají vám. Myšlenky vám neublíží, tak se netrapte. Nezapomínejte, že čím víc si nepřejete něco zažít, tím pravděpodobněji to zažijete. Jestliže se pokusíte nějakou myšlenku potlačit, tím spíš se bude vracet jako písnička, která vám pořád zní v uších. Nemyslete na nepříjemné věci, ale ani je neodhánějte. Když se v budoucnu vrátí, prostě je nechte, ať samy odejdou. Nechte motýly letět. Teď jste svobodní.

Očistná metoda číslo 4

Hypnóza

Existuje něco, co víte, ale vy nevíte, že to víte.
Jakmile zjistíte, co už víte, ale nevíte, že to víte,
potom můžete začít.

Milton H. Erickson



Jeden z nejučinnějších očistných prostředků je jednoduchý jako to, co právě děláte – jako čtení.

Čtení knih, které rozšiřují mysl, napomáhá uvolnit omezující přesvědčení. Ať čtete *The Secret* Rhondy Byrnové, klasiku Clauda Bristola *The Magic of Believing* (Kouzlo víry), *The Dark Side of the Light Chasers* (Odvrácená strana hledačů světla) od Debbie Fordové, *The Law of Attraction* (Zákon přitažlivosti) od Jerryho a Esther Hicksových, *The Success Principles* (Principy úspěchu) od Jacka Canfielda nebo další knihy, například moje *Zero Limits* nebo *The Attractor Factor*, vždycky zjistíte, že si můžete zařídit jinou realitu.

V uvedených knihách najdete informace, jak se očistit. Naučí vás věřit na zázraky. Ale také pracují s vaším podvědomím – posílají mu zprávu o naději a nových možnostech.

V podstatě je to proces, kterému říkám hypnotické vyprávění. Psal jsem o tom v jiných knihách, například v *Hypnotic Writing* (Hypnotizující



psaní) a *Buying Trances* (Nákupní horečka). Protože jsem hypnoterapeut, znám hodnotu dobrého příběhu, který se vám dostane do vědomí a změní přesvědčení. To se děje snadno a bez námahy. Stačí jen se uvolnit a číst.

Jeden z nejlepších hypnotizérů na světě je Mark Ryan. Vytvořili jsme společně sadu DVD spojených s příběhy, které vás změní během sledování filmu (můžete si o tom přečíst na www.subliminalmanifestation.com). Požádal jsem Marka, aby napsal nějaký hypnotický příběh jen pro vás. Opakuji, že stačí si ho přečíst. Nemusíte myslet. Nemusíte si dělat poznámky. Nemusíte dělat nic jiného než přečíst si následující:

Supertajemství, jak se očistit

Mark J. Ryan

Tajemství: Začněte ze současné úrovně přesvědčení.

V životě jsem měl spoustu aut, většinou byla ojetá. Všiml jsem si, že po mnoha letech nakupování automobilů jsem s nimi měl nutně problémy. Odstranil jsem problémy, jezdil jsem s autem, jak nejdéle to šlo, co nejvýhodněji jsem ho prodal a koupil si jiné.

Protože jsem před lety opravoval auta, poznal jsem, že nastal čas generální opravy, a tedy i čas auto prodat. Jedno auto mělo najeto spoustu kilometrů a za pár měsíců jsem ho chtěl dát pryč. Začalo selhávat, skoro jako by vědělo, že ho prodám. Nechtěl jsem už ty problémy řešit a uvažoval jsem, že ho prodám levněji, než jsem původně plánoval. Jednoho dne jsem uslyšel tichý hlásek, který mi našeptával, že je třeba, abych problémy vyřešil, a ne je přehodil na příštího majitele.

Investoval bych do změny dynamiky chodu ve vesmíru?
Jaký by to mělo smysl?

Věděl jsem, že při takovém obchodu přijdu o peníze. Byla by to pro mě finanční ztráta, ale z jiného pohledu by to byla investice ve vztahu k mým spoluobčanům a k vesmíru.

Rozhodl jsem se získat od vesmíru něco na oplátku... a investovat.

Utratil jsem asi tisíc dolarů za opravu a nové pneumatiky jsem za tisíc dolarů prodal. Když ten chlápek přijel koupit auto, v nádrži byla dost velká díra.

Ukázal jsem mu tu díru a řekl mu, že to odstraním. Chtěl si auto hned odvézt, a tak jsem slevil na 750 dolarů. Kupec měl z toho obchodu velkou radost, hlavně když jsem mu ukázal účet za opravy, které jsem nechal udělat.

Pamatujte si tenhle příběh, protože vám povím ještě jeden. Objevil jsem úžasný způsob, jak se očistit poslechem tohoto malého hlásku uvnitř, stejně jako jsem to udělal s prodejem auta.

Asi čtrnáct let jsem bydlel v domě, který vlastnila naše rodina víc než sto let.

A chtěl jsem pryč.

Miloval jsem ten dům kvůli všem nádherným vzpomínkám, které mám z doby, kdy tady žila moje babička. Ale měl konstrukční problémy a spoustu drobností, které bylo třeba opravit. A já se tím nechtěl zabývat.



Vynakládal jsem velké úsilí, abych se přestěhoval do Kalifornie. Chtěl jsem se dostat pryč z oblasti dlouhé zimy v severní části státu New Yorku a pryč od problémů s domem. Byl jsem v Kalifornii mnohokrát za obchodem a na dovolené, ale nikdy jsem si nemyslel, že se tam přestěhuji.

Jednoho dne jsem ležel v pokoji nahoře, doléhala na mě tíha všech problémů a ten tichý hlásek se mě zeptal, co bych dělal s domem, kdybych tady delší dobu nebyl. Nemyslel jsem tím připravit dům pro jiného člověka, který by tady žil, ale jak bych vylepšil podmínky pro člověka, který tady žije právě teď - neboli pro sebe.

Chvilku jsem s tím nápadem bojoval. Ani jsem o tom nechtěl přemýšlet. Báł jsem se totiž, že by mě myšlenka na úpravy mohla natolik zaujmout, že by mě napadlo setrvat na místě, odkud jsem se chtěl původně odstěhovat.

Vypadá to jako paradox, ale věděl jsem, že mám-li si v budoucnu pořídit vysněný dům v Kalifornii, potřebuji zjistit, co cítím v současnosti, co mám v současnosti, a pochopit, co by mi chybělo ke štěstí tam. Potřeboval jsem být šťastný tady a teď, ve svých současných podmínkách, v současném domě.

Mnoho z nás přemýšlí o tom, co nechce. Žádáme, aby něco zmizelo. Žádáme, aby nás něco zbavilo současných problémů, protože hledáme únik.

Vesmír samozřejmě ví, že to není to, co opravdu chceme. Ví, že přemýšlíme o úniku odněkud, ale nepřemýšlíme o tvorbě něčeho nového. A nejsme úplně čistí.

Myšlenka na únik jen vyvolá nové situace, ze kterých také budeme chtít uniknout.

Pocit, že jsem tam, kde to mám rád, tam, kde jsem v této chvíli naprosto spokojený, mi přinese další místa, která budu mít rád. A na oplátku vytvoří novou, ještě lepší skutečnost.

Na velký linkovaný žlutý papír jsem napsal sedm věcí, které by mi zajistily klid v současném domě a zase bych ho měl rád. (Kdoví, možná se dům snažil, abych mu dal, co potřebuje, než mě nechá jít.)

Jak jsem začal psát ten seznam, měl jsem pocit, jako by se mi něco uvnitř otevřelo – něco velice světlého a jasného – a cítil jsem radost, že jsem v tomto domě. To uzavřené a těžké, co mě nutilo k úniku, se nyní otvíralo. Moje mysl se otevřela novému pocitu lásky k tomuto domu v této chvíli.

Čím víc jsem se na tento pocit soustředil, tím větší otevřenost jsem cítil. Napadaly mě věci, které jsem nedokázal vyřešit. Například zadní část střechy.

A právě potřeba vyřešit problémy, na místě, kde jsem, mě vedla k vyšším cílům. Ne vysněný dům v Kalifornii.

Asi za rok jsem ten velký linkovaný žlutý papír našel. Divíl jsem se, co jsem to tam napsal. Potom jsem si uvědomil, že vůbec poprvé, co si zapisuji své cíle a záměry, každý ze sedmi úkolů byl splněný. Úžasné na tom bylo, že to vypadalo, že byly splněny bez námahy. Kdykoli jsem potřeboval s nějakou prací pomoci, objevila se správná osoba a pomohla.



Stěny na přední verandě potřebovaly oškrábat a znovu vymalovat. Jednoho dne se mě zeptal poslíček: „Ryane, kdy budeš malovat verandu?“ A já na to: „Až najdu někoho, kdo to udělá.“ Nabídl se, že verandu za padesát dolarů vymaluje. Ať koupím barvu. Jedna věc hotová. A když tam byl, vymaloval také garáž a kůlnu za dalších dvě stě padesát dolarů - velice výhodný obchod.

Jindy se u mě zastavil kamarád a všiml si, že na střeše jsou třeba vyměnit šindele - další bod mého seznamu. Udělal mi nabídku. Tolik peněz jsem neměl, ale jeden příbuzný se nabídl, že mi půjčí. Takže jsem se dal do opravy střechy.

Při odstraňování šindelů odhalil velký problém na zadní straně domu. Všekazy zničili trámy, protékala jimi voda a tvořila se černá plíseň. Museli jsme rychle konat - zadní část strhnout a postavit znovu.

Další peníze, které jsem neměl. Ale udělal mi cenu, která byla poloviční, než bych zaplatil každému jinému.

Seznámil mě s plánem opravy a měl představu, že to bude ještě lepší než předtím. Poslouchal jsem v úžasu, jak popisoval - skoro slovo od slova - obraz, který jsem měl v hlavě téměř rok. Věděl jsem přesně, proč tam je.

V podstatě přiznal, že měl pocit, jako by ho ke mně někdo poslal, aby mi pomohl. A poslechl, protože cítil, že když se očistí pro budoucnost, smíří se s minulostí. Věděl, že když mi pomůže, bude za to odměněný.

Odstranění ukryté černé plísně ze zadní části našeho domu mělo další výhody. Po dvou letech téměř neustálých

nemocí mi začalo být lépe. Vesmír to věděl a vyléčil mě, jakmile jsem začal konat.

Jak jsem četl seznam na žlutém papíru, pochopil jsem tajemství. Pochopil jsem, co jsem udělal jinak než dřív.

Dům vypadal jinak a taky jsem se tam jinak cítil. Sousedé mě za tu změnu chválili.

Jeden můj dobrý kamarád by se mohl přestěhovat do Hollywoodu, kde by měl mít vlastní televizní pořad. Zeptal se mě, jestli nemám zájem přestěhovat se k němu, jestli odjede do Los Angeles. Můžete hádat, co jsem odpověděl.

Má přítelkyně se chtěla už delší dobu přestěhovat někam do tepla. Domluvila se s otcem svého dítěte, že si vyberou nějaké místo společně, aby mohli vychovávat syna oba. Už měsíce se dohadovali, kde by to mělo být. Žádné místo, které vybrala, se mu nelíbilo. Právě včera s ní mluvil o přestěhování do Kalifornie. Když se zeptala kam, řekl, že má zvláštní puzení přestěhovat se na jih do San Franciska - do místa, kam jsem se chtěl přestěhovat já. Nikdy mu neřekla o našich rozhovorech a připadalo jí úžasné, že ho to táhlo na stejné místo, o kterém jsem uvažoval já.

Kalifornie volá! Prozradím vám tajemství: Všechno, co vás očistí, existuje uvnitř vaší reality právě teď.

Co by vám udělalo radost právě tady a teď, tam kde zrovna sedíte? Popustěte uzdu fantazii.

Má to ještě jednu velkou výhodu. Přidejte si ji k tomu, co už ve vaší realitě existuje. Co můžete podniknout, aby



realita tady a teď byla co nejlepší? Co můžete udělat, abyste zlepšili realitu pro jiného člověka, který přijde do vašeho prostředí – ať je to auto, domov, každodenní práce nebo pořadí ve frontě v bance? Důležitější je, co můžete udělat, abyste si prostředí zlepšili pro sebe.

Ještě jedna myšlenka nakonec: Pokud necháte svůj kalifornský sen, aby pročistil realitu teď a tady, nezapomeňte, že vesmír opravdu ví, co chcete. Když jsem nechal svůj kalifornský sen, aby se zaměřil na realitu v mém současném světě, byl jsem mnohem čistší pro to, co jsem chtěl v Kalifornii a jak jsem se skutečně chtěl cítit, až tam budu.

Místo abych si utvořil kalifornský sen jako únik, budoval jsem si lásku k současné realitě. A budováním lásky – a dáváním této lásky současné realitě – si tvořím realitu, která vyvolá ještě víc lásky. Skutečný sen neexistuje bez lásky.

Problémy s autem jsem nepřenesl na nic netušícího kupce, ale odstranil jsem je. Měl jsem auto, které jsem s dobrým pocitem prodal. Tím že jsem auto vylepšil z lásky, připravil jsem si východisko pro manifestaci lásky v dalším životě.

Použijte v současné realitě jako motor lásku. Co nejvíc se osvobodte, abyste tuto lásku vyjádřili správným způsobem. Potom se váš největší sen postará o to, jak se v něm stanete hlavní postavou.

Příběh Marka Ryana je silný. Než si ho uložíte do podvědomí, dovoluji vám vyprávět svůj krátký příběh:

V dubnu 2007 ke mně Mark na pár dní přijel. V pohodě jsme si povídali a přitom jsme přeskakovali z jednoho tématu na druhý. Dobře jsme se bavili a vyprávěli si historky, často s doutníkem a skotskou.

Jednoho dne jsme se vydali navštívit další kamarády. Ani jeden z nás neznal přesně cestu. Mark se mě se smíchem zeptal: „Viděl jsi tu epizodu ze Star Treku: Příští generace, kde se Jeana-Luca Picarda ptají, kudy jít, když zabloudí na nové planetě?“

„Ne,“ odpověděl jsem. „Ale mám tenhle seriál rád. Přibliž mi to.“
„Jean-Luc prohlásil, že by měli jít nahoru na kopec a zahnout doleva.“
„Jo?“

„No, ta žena, co s ním byla, uměla číst jeho myšlenky a řekla: „Nemáš tušení, kde jsme, vid’?“

Usmál jsem se a Mark pokračoval.

„Jean-Luc říká, že je kapitán a musí se tvářit sebevědomě, dokonce i když neví.“

Mám rád ten příběh. Zbytek dne jsem dělal rychlá a sebevědomá rozhodnutí, dokonce i když jsem neměl tušení, co se stane nebo co dělám. Ten den byl díky tomu mnohem zajímavější a já byl výkonnější.

Když Mark telefonoval s kamarády, kteří se ptali, kdy přijedeme, řekl jsem: „Dorazíme k nim v 18.23.“

Neměl jsem tušení, kdy k nim dorazíme. Ale když jsem se tvářil, jako bych to věděl, měl jsem větší kontrolu nad svými zkušenostmi. Můj život se stal velikým dobrodružstvím a já byl na lodi kapitán.

A skutečně, dorazili jsme k přátelům daleko dřív, než jsme čekali. Našli jsme správnou cestu. Provoz byl příznivý. A přijeli jsme dřív, než nás čekali - někdy kolem 18.23.



Očistná metoda číslo 5

Mám tě rád

Jsme součet svých zkušeností, což znamená, že jsme zatíženi minulostí. Když v životě prožijeme stres nebo strach, po pečlivém prozkoumání bychom zjistili, že jeho příčinou byla vlastně nějaká vzpomínka.

Marrnah Simeona



Před třemi lety jsem se dověděl o havajském léčiteli, který pomohl vyléčit celé oddělení duševně nemocných vězňů – aniž by je viděl v ordinaci. Později jsem se s ním setkal, studoval jsem u něj a napsali jsme spolu knihu *Zero Limits*. Jeho metoda účinně odstraňuje veškerá přesvědčení, která člověka omezují. A přitom je velice jednoduchá.

Doktor Ihaleakala Hew Len mě naučil, že jednoduchá věta *Mám tě rád* určená vesmíru (Bohovi, životu, Taovi nebo jak chcete říkat té supersíle, v níž se všichni nacházíme) dokáže odstartovat léčbu. Tato metoda založená na modlitbě nebo prosbě pochází z havajského náboženství *ho'oponopono*. Nebudu popisovat podrobně celou metodu, protože jí je věnována kniha *Zero Limits*. Ale dovoluji, abych vás seznámil s tím, jak funguje, abyste mohli tuto očistnou metodu použít hned teď.



Základní předpoklad je, že veškerá vaše činnost pochází z nějakého vnuknutí nebo vzpomínky. Vnuknutí je signál přímo od Boha. Paměť je program ve vašem podvědomí. Každý vychází z paměti prakticky neustále. Úkolem je odstranit tyto vzpomínky, abyste místo nich mohli konat na základě vnuknutí od Boha.

Jinými slovy, jak reagujete na slova v této knize, je nejspíš reakce ovlivněná pamětí. Pokud se mnou nesouhlasíte, je to proto, že máte v mysli starý program, který moje psaní odmítá. Pokud se mnou souhlasíte, je to možná tím, že máte starý program, který je v souladu s tím, co říkám. Ať je to, jak chce, nejste moc objektivní a čistí, protože si nesete zátěž. A ta zátěž je paměť. Abyste ji očistili, možná potřebujete říct: *Mám tě rád*.

Podle doktora Hewa Lena prosté úsloví *Mám tě rád* určené Bohovi zahájí očištný proces. Ta slova zamíchají pocity uvnitř vás. Stejná slova slyší Bůh, který potom sešle dolů signál *vyčistit všechny vzpomínky* tím, že jste v přítomné chvíli naprosto čistí a připraveni.

Jestli se s tímto názorem setkáváte poprvé, možná vám nedává velký smysl. Je to proto, že vaše paměť je v konfliktu s tím, co vám teď sděluji. Váš model světa možná neodpovídá tomuto novému modelu. Pokud jste teď z toho zmateni, prostě to vezměte na vědomí a řekněte Bohovi (opakuji znovu, nebo tomu, co tím myslíte): *Mám tě rád*.

Současně s vámi já řeknu: *Mám vás rád*, a proto jsem to napsal.



Metoda doktora Hewa Lena zahrnuje odstranění všech vzpomínek nebo negativních věcí, abyste dokázali vidět změnu uvnitř sebe, a dokonce uvnitř ostatních. Zdá se to divné, ale když odstraňujete negativní věci u sebe, zmizí také u ostatních.



Podstata je mít rád problémy. Děláte to tím, že neustále opakujete: *Mám tě rád*. Můžete také použít tři další výroky (*Promiň, Odpusť mi prosím a Děkuji*), ale určitě postačí tři prostá slova *Mám tě rád*. Dělám to tři roky a můj život je úžasný. Žiji ve skoro neustálém stavu blaženosti.

Jakmile jsem se tuto metodu naučil, začal jsem ji požívat na všechny problémy, které se objevily. Provozoval jsem ji v dopravní zácpě, při telefonování, před diváky, v horkém metru, při kouření doutníků, při chůzi, čekání ve frontách, při bolestech, vyvolání vzpomínek a tak dále. Jen výjimečně jsem říkal ta tři slova nahlas, a ne jen v duchu. *Mám tě rád* mě provázelo v mysli jako ozvěna. Změnilo mi život - ze života s obavami na život se zázraky.

Protože jsem praktický metafyzik a podnikatel, také jsem chtěl vědět, zda tato šílená metoda bude fungovat na obchod a další záležitosti. Kdykoli jsem psal článek nebo obchodní dopis, poslal jsem mu lásku. Kdykoli jsem psal další knihu - například *Zero Limits* nebo tuto - stále jsem v duchu opakoval *Mám tě rád*.

Zaznamenal jsem, že mé e-maily a články čtou miliony lidí. A kniha *Zero Limits* se zařadila mezi bestsellery půl roku předtím, než vyšla. Objednalo si ji takové množství lidí, že se dostala na seznam bestsellerů na Amazon.com.

Ale nepřestal jsem to zkoušet.

Chtěl jsem si být jistý, že tato metoda funguje i na ostatní, nejen na mě, a naučil jsem ji své nejbližší přátele. Bill Hibbler, který se mnou napsal *Meet and Grow Rich* (Přidejte se a zbohatněte), byl skeptický. Ale půjčil si signální výtisk *Zero Limits*, přečetl si a začal mít rád své výrobky a seznam předplatitelů. Řekl k tomu toto:

„Prodej od 1. do 4. ledna se zvýšil o 41,39 % oproti 1. až 4. prosince. Během čtyřdenního období v lednu jsem nikomu neposlal nabídku ani

jsem neměl žádnou novou reklamní akci. Jen jsem se očistil při čtení tvé knihy za jeden den.“

Bill mi dál řekl, že zaznamenal zvýšený prodej na stránkách , které vůbec nepropagoval.

Jak je to možné?

Jak může sebeočista mantrou *Mám tě rád* ovlivnit vaše obchody?

Vypadá to, že vně nic neexistuje. Celý svět je průmětem toho, co cítíte uvnitř. Takže když cítíte lásku, přitáhnete lásku. Protože láska obsahuje vděčnost, přitáhnete víc věcí, za které pocítíte vděčnost. To je podstata mé knihy *Attractor Factor* a pochopitelně filmu *The Secret*. Dostanete, co cítíte.

To je vše.

Hluboko v srdci si myslím, že vy (já) jen chceme lásku. Jako i všichni ostatní. Když si v duchu řeknete *Mám tě rád*, očistíte se a vyzařujete energii, kterou ostatní cítí. Výsledek je: větší prodej.

Pořád jste skeptičtí?

Podívejte se na to takto:

Přestože vám celá metoda připadá naprosto bláznivě, co vám udělá, když si při telefonování psaní mailů, cestování a dalších činnostech budete opakovat *Mám tě rád*? Kdyby nic jiného, budete mít lepší pocit.

Vyzkoušejte to a uvidíte.

Mimořádně, mám vás rád.



Zde je příklad toho, jak tento proces funguje:

Když jsem zjistil, že mám oteklé lymfatické uzliny na prsou, které by mohly znamenat rakovinu, nejdřív jsem propadl panice. Onkolog, ke kterému jsem šel na prohlídku, mi to vykreslil v černých barvách. Chtěl mi udělat okamžitě biopsii, a ani mi neřekl o dlouhodobých možných následcích, které by tato věc mohla způsobit. Zmínil jsem se dříve v této knize, že jsem zavolal o pomoc blízkým kamarádům, léčitelům a dalším. Dali mi rady a já jsem mnoho z nich vyzkoušel. Ale také jsem prováděl očistnou metodu *Mám tě rád*.

Jak jsem ležel doma v posteli a v duchu dokola opakoval *Mám tě rád* pořád dokola Bohu, najednou jsem dostal nápad. Zdálo se mi, že tato zdravotní výzva, byl možná dar. A jestli to je pravda, přemýšlel jsem, co by mi přinesl. Spousta lidí potvrdila, že rakovina nebo jiné vážné onemocnění je probudily a posílily. Přemýšlel jsem, jestli oteklé uzliny pro mě opravdu znamenaly dar.

Ležel jsem, v duchu opakoval: *Mám tě rád* a představoval jsem si oteklé uzliny na prsou. Viděl jsem obrázek z přístroje, takže jsem věděl, jak vypadají. Když jsem si je představil, začal jsem s nimi mluvit. Zeptal jsem se: „Co mě chcete naučit?“ a „Co mi chcete říct?“

Skoro okamžitě se mi vybavila má žena. Zemřela před třemi lety. Byli jsme manželé přes dvacet let a byla moje nejlepší kamarádka. Když jsem si na ni vzpomněl, vybavila se mi její podoba a řekl jsem: *Mám tě rád*. Bylo mi smutno. Když zemřela, plakal jsem každý den celý rok. Potom jsem plakal občas a pomalu to pominulo. Ale pořád mi chybí.

Měl jsem pocit, že oteklé uzliny jsou symbolem mého spojení s ní. Skutečný obrázek uzlin vypadal jako malý tvor, který visí uvnitř mého těla. Byla to skvělá metafora toho, co jsem měl v hlavě. Nenechal jsem manželku definitivně odejít. Část mého já ji držela v sobě.

Opakoval jsem v duchu: Mám tě rád. Přitom mi vytanuly na mysl další fráze jako: Promiň, Odpusť mi prosím. Pokračoval jsem v tom a uviděl jsem obrázek, jak se uzliny zmenšují a zmenšují, až nakonec úplně zmizely.

Asi po dvaceti minutách očistné metody jsem se cítil čistý. Nemohl jsem sice prokázat, že oteklé uzliny splaskly, ale někde uvnitř jsem věděl, že to je pravda. Měl jsem je rád, slyšel jsem jejich vzkaz a nechal jsem je jít. Pozdější vyšetření uzlin potvrdilo, že už nejsou nebezpečné.



Hned druhý den jsem potkal učitele ze školy ze San Antonia. Pracoval s dětmi, které potřebovaly zvláštní péči. Četl *Zero Limits* a na základě toho praktikoval meditaci *Mám tě rád*. Vyprávěl mi, že jeden žák byl v těžkém útlumu. Jenom zíral, z pusy mu vytékaly sliny a nereagoval.

Učitel se rozhodl nepracovat s chlapcem, ale sám se sebou. Seděl ve třídě a několik minut tiše opakoval: *Mám tě rád* a myslel při tom na to dítě.

Potom za ním šel a zeptal se ho, jestli bude počítat. Chlapec se na překvapeného učitele podíval a odpověděl: „Zkusím to.“

A žák potom seděl v lavici a počítal asi třicet minut. Byl to nevidaný pokrok. Učitel touto událostí vylepšil očistnou metodu. Místo aby pracoval se studentem a měnil ho zvnějšku, pracoval na sobě. Jakmile s tím skončil, změnilo se i dítě.



Zázrak této jednoduché metody.



Hned teď myslíte na něco nebo někoho, co nebo kdo vás frustruje. Mohl by to být zdravotní problém. Mohl by to být spolupracovník, se kterým nevyhází. Nezáleží na tom, co to je. Vyberte si cokoli a udělejte toto cvičení.

Až budete mít tu osobu nebo věc pevně zakotvenou ve vědomí, v duchu opakujte: *Mám tě rád*. Můžete svůj výrok směřovat Bohu. Ať už věříte, že to funguje, nebo ne, důvěřujte tomuto procesu a pokračujte. Stačí jen opakovat: *Mám tě rád*. Pocítíte lásku a začnete tu věc nebo osobu měnit.

Nezapomínejte, že nikdo nemusí vědět, že něco takového děláte. Jak by Dr. Hew Len možná řekl, není žádné „venku“. Všechno je uvnitř vás a vychází to z vašeho vztahu k Bohu. Jediné, co musíte udělat, abyste tento vztah očistili, je pronést tři slůvka.

Udělejte to hned teď a svou zkušenost si zapište sem nebo do deníku:

Očistná metoda číslo 6

Skončujte s problémy poklepáním

Všechny negativní emoce vznikají kvůli poruše energetického systému v těle.

Gary Craig



Před lety jsem trpěl ataky paniky. Byly nečekané a nepříjemné. Než jsem zjistil, že si je vyvolávám podvědomě, snažil jsem se jich zbavit různými způsoby. Jeden z nejlepších nástrojů, jak se očistit od strachu, je tak snadný, až se to zdá nemožné.

Naučil mě ho používat Roger Callahan. Metodu nazval *Thought Field Therapy* (TFT, terapie myšlenkového pole). Je autorem audio a video setu s názvem *Eliminate Fear of Public Speaking* (Zbavte se strachu z veřejného vystoupení). Tato terapie spočívá v poklepávání prsty na určitá místa obličeje, hrudníku a ruky a během toho se opakují určité fráze. Sice jsem nevěřil (ale určitě jsem doufal), že jeho metoda bude fungovat, ale přesto jsem to zkusil. K mému překvapení to fungovalo. A pořád funguje. Pokaždé.

Začal jsem studovat TFT a její odnože *Emotional Freedom Techniques* (EFT, technika emoční svobody). Nyní tuto metodu vyučují stovky instruktorů a provozují ji tisíce lidí. Jedním z nich je Brad Yates.



S Bradem jsme připravili seminář *Money Beyond Belief* (Neuvěřitelné peníze) (www.moneybeyondbelief.com). Lidé se podle něj učili provádět tuto jednoduchou metodu poklepávání, která je měla očistit od podvědomé víry týkající se peněz. Také byl hostem na mém semináři na téma jak přitáhnout nové auto (www.attractanewcar.com). Dále Brad pomohl lidem, aby se zbavili vnitřních limitů, které jim brání přitáhnout si nové auto. Brad je mistr EFT, a proto jsem ho požádal, aby vám vysvětlil, co můžete právě teď udělat s tím, co vás blokuje:

Očista s EFT

Brad Yates

www.brad.yates.net

Při manifestaci přání se často přehlíží očista. Většina učení o zákonu přitažlivosti, říká, že se máte soustředit na to, co opravdu chcete, pozitivně se naladit a nechat zákon působit.

Mnoho lidí však čeká a čeká a jsou stále frustrovanější, že se nic neděje.

Problém je, že 80 až 90 % myšlení probíhá podvědomě. Možná že občas zaměříme pozitivní energii na to, co si přejeme – skutečně jsme s tím ve vibrační harmonii – ale většinu času jsme vystaveni vlivu vnitřních myšlenek a pocitů o tom, co můžeme nebo bychom měli mít. Jestli chcete vědět, s čím jste ve vnitřní harmonii, zapátrejte, co máte. Pokud to není to, co říkáte, že chcete, potom většinu času nejste ve vibrační harmonii s tím, co říkáte, že chcete.

Neznamená to však, že to pro vás nefunguje, což je dobrá zpráva. Zákon přitažlivosti stále pracuje pro vás. Znamená

to, že vaše přesvědčení je v konfliktu s tím, co chcete, a je třeba ho očistit.

Existuje mnoho metod, jak odstranit podvědomá přesvědčení, která vás omezují. Po pořadu Oprah Winfreyové o filmu *The Secret* se Jack Canfield zmínil o několika z nich, včetně doporučené techniky emoční svobody. Užívá se k odstranění nepříjemných pocitů emocionálních i fyzických. Je jednoduchá, účinná a obvykle velmi rychlá a funguje na bázi spojení mysli a těla. Asi nejdůležitější je, že ji můžete provozovat sami. Stále víc lidí považuje EFT za neocenitelnou pomůcku při aktivaci zákona přitažlivosti vědoměji – odstraněním podvědomých konfliktů.

Technika emoční svobody vychází ze starověké čínské medicíny. Využívá stejné energetické dráhy neboli meridiány, jaké známe z akupunktury. Negativní emoce – například ty, které nám brání přitáhnout, co vědomě říkáme, že chceme – jsou způsobeny poruchami v tomto energetickém systému. Poklepáním na klíčové body uvedeme energii do rovnováhy a odstraníme bloky. Je to také nejnadanější způsob omezení stresu, jaký jsem kdy objevil.

Vesmír má neomezené bohatství – můžeme mít, cokoli si přejeme. Pravděpodobnost, že zažijeme něco, co si přejeme, závisí na tom, jak se tomu bráníme. Většinou se bráníme bohatství, protože se buď bojíme, že to pro nás není bezpečné, nebo se bojíme, že si to nezasloužíme. Často je to kombinace obou.

Uvádím několik návrhů, jak začít používat EFT, abyste se zbavili limitujících přesvědčení. Stačí přiložit dva prsty a stisknout určité body, kde jsou meridiány nejvíce stimulovány. První je bod *karate-chop* na hraně druhé ruky.



Další body jsou:

- 🔑 okraj obočí
- 🔑 koutek oka
- 🔑 přímo pod okem
- 🔑 přímo pod nosem
- 🔑 přímo pod ústy (vršek brady)
- 🔑 spojení klíčních kostí
- 🔑 deset centimetrů pod podpažím
- 🔑 vršek hlavy

Chcete-li dostat více informací o tom, jak provádět EFT, včetně grafu a audio instrukcí, navštivte www.moneybeyondbelief.com. a klikněte na EFT.

Zavřete oči, zhluboka se nadechněte a zeptejte se sami sebe: Jak bezpečné je pro mě mít _____ (například nové auto, dům)? Sledujte své pocity a myšlenky o tom, proč byste to neměli mít. Odpor ohodnoťte body od nuly do deseti.

Poklepejte si na různé body na ruce (bod *karate-chop*) a řekněte: „I když mi nepřípadá bezpečné mít to, mám se velice rád a uznávám se.“

Potom si poklepejte na různé body a řekněte: „Není pro mě bezpečné mít to.“

Zhluboka se nadechněte a zjistěte, zda je váš odpor menší. Opakujte vše, dokud nepocítíte úlevu.

Nyní ohodnoťte body od nuly do deseti, jak moc cítíte/věříte, že si zasloužíte mít to, co chcete, a proveďte stejné cvičení a přitom řekněte: „I když nemám pocit, že si zasloužím mít to, mám se moc rád a беру se.“

Možná vás napadne: „Proč bych to měl chtít říkat? Měl bych se přece soustředit jenom na to pozitivní.“

Tak se vás ptám: Když rozlijete něco na podlahu, bylo by moudré nevšímat si toho, a nadále se jen soustředit na to, kde je podlaha čistá? Mohli byste opravdu odstranit nepořádek ze svého vědomí, kdybyste ho nevymetli? Správně, vymeťte ho a buďte svobodní, jděte, kam chcete, aniž byste předstírali, že tam nic není.

Až odstraníte limitující přesvědčení, nastane harmonie vibrací s tím, co opravdu chcete, i když se o to vědomě nepokoušíte. A tento stav bude trvat většinu času.

Dovolte nakonec ještě jednu věc: EFT může být velice účinná ve spojení s jinými očištnými metodami. Já jsem ji dokonce spojil s *ho'oponopono* a poklepáním na různé body doprovázeným těmito slovy: „Omlouvám se, odpusť mi prosím, díky, mám tě rád.“ Zkuste to také.

Chcete-li si zajistit hlubší pohled do svého nitra při odstraňování bloků pomocí EFT vyzkoušejte *Money Beyond Belief* (napsali jsme společně s Joem) www.money-beyondbelief.com. I když si zrovna nepřejete víc peněz, můžete ji aplikovat i na jiné věci. To co blokuje peníze, často blokuje i všechno ostatní, z čeho jste si ještě nedovolili radovat se. Zasloužíte si bohatství - tak si ho dovolte.





Očistná metoda číslo 7

Nevillizujte

Svět je zhmotnělá lidská fantazie.

Neville Goddard



Nevillizace říkám jednomu z nejučinnějších nástrojů na přitažení toho, co si přejete, a odstranění všeho, co tomu stojí v cestě. Vytvořil jsem tenhle termín, abych složil hold Nevillu Goddardovi, mystikovi z Barbadosu, který často přednášel a napsal spoustu knih, například *Your Faith Is Your Fortune* (Víra je tvé bohatství), *The Power of Awareness* (Síla uvědomění) *Immortal Man* (Nesmrtelný člověk) a *At Your Command* (K vašim službám).

Neville věřil, že si tvoříme realitu pomocí fantazie. Chceme-li něco ve svém životě změnit, použijeme novou zkušenost, kterou si představíme. Neville zdůraznil, že představivost sama o sobě nestačí. Je třeba udělat další dvě věci. Musíme cítit konečný výsledek, a mít pocit, jako by se to již stalo.

Lidé si většinou myslí, že co vidí v duchu, nejspíš se stane. Chcete-li proces manifestace zrychlit, musíte se vcítit do toho, jak by to vypadalo, kdybyste už kýženého dosáhli. Jinými slovy uvidět nové auto, které chcete,

je jedna věc. A představovat si, co byste cítili, kdybyste ho už měli, je něco úplně jiného. To druhé urychlí zákon přitažlivosti.

V roce 1969 Neville řekl:

„Pohlížejte na určitou situaci jako na něco vně a zapletete se do jejích stínů - každý kdo reaguje na vaše imaginární konání, působí jako stín. Jak může nějaký stín ovlivnit váš svět? Ve chvíli, kdy předáváte druhému schopnost působit, převedli jste na něj schopnost, která správně patří vám. Ostatní jsou jen stíny, nesoucí svědectví o pochodech, které se uskutečňují ve vašem nitru. Svět je zrcadlo, které navždy odráží, co se děje ve vašem nitru.“

Neville tvrdil, že vnější svět je prostá projekce vnitřního světa. Změňte vnitřní svět a změníte i vnější. Chcete-li něco přitáhnout, udělejte to ve vnitřním plánu své bytosti. Udělejte to s pomocí fantazie a vcítění.



Jak to funguje:

Když mi zavolali, abych se zúčastnil televizní show Larryho Kinga *Live* na CNN, chopil jsem se příležitosti. Ale přiznávám, že jsem byl nervózní. Budu vystupovat živě v televizi, budou mě vidět miliony lidí. Zaplavily mě strach a pochybnosti. Co když řeknu něco hloupého? Co když budu koktat? Co když budu mít okno? Co když se zakuckám? Co když se Larrymu nebudu líbit? Co když se mnou diváci nebudou souhlasit?

Seděl jsem v letadle z Texasu do Los Angeles a bál jsem se. Uvědomil jsem si, že čím víc jsem si představoval a cítil jsem, co nechci, tím víc jsem to přenášel do reality. Měl jsem užít zákon přitažlivosti na to, co jsem nechtěl, aby se stalo.



Co jsem měl dělat?

Potom jsem si vzpomněl na Nevilla. Vytáhl jsem zápisník a pero a začal jsem psát, jak jsem si přál, aby televizní pořad probíhal. Viděl jsem se s Larrym Kingem a popsal jsem své pocity a zážitky, jako by se to již stalo. Zachytil jsem představu písemně, co nejkompexněji to šlo, dodal jsem jí energii a emoce a začal jsem věřit, že to tak opravdu bude vypadat.

Zabralo mi to jen pár minut. Skončil jsem a přečetl jsem si několikrát, co jsem napsal. Pokaždé jsem se usmíval. Když jsem přijel do hotelu, položil jsem si zápis vedle polštáře a často jsem se na něj podíval. Ten kousek rukopisu se stal prubířským kamenem, který mi připomínal konečný výsledek, který jsem si přál. Četl jsem si ho znovu, měl jsem radost, že pořad probíhá tak, jak jsem to popsal, a uklidnil jsem se.

Když jsem si toho večera sedl před Larryho Kinga a rozsvícené kamery, byl jsem klidný a sebevědomý. Odpovídal jsem na jeho otázky, smál jsem se, a dokonce jsem Larryho překvapil, když jsem oznámil, že se chystá pokračování filmu *The Secret*. Vytvořil jsem nový zážitek tím, že jsem ho „nevillizoval“.

Můžete to zkusit také. Základem je napsat scénář toho, co chcete, aby se stalo, ale napsat to, jako by se to již stalo. Představte si, že si děláte do deníku zápis o konci dne, kdy jste přitáhli svůj cíl. Vyvolejte si dobré pocity. Dopřejte si tu radost. Toto jednoduché cvičení naprogramuje událost tak, aby probíhala podle vašich představ.

Například co kdybyste chtěli nový dům? Wallace Wattles ve své knize *The Science of Getting Rich* (Věda, jak se zbohatnout), píše: „Žijte v duchu v novém domě, dokud nezíská fyzickou podobu. V duševní říši se hned radujte z věcí, které chcete.“

Wattles pokračoval touto radou: „Je třeba vidět věci, které chcete, jako by opravdu byly pořád kolem vás. Vidět sebe, jako byste je měli a používali.“

Wattles i Neville vám radili, abyste užívali svou představivost a tvořili budoucnost, jakou chcete. Ale musíte se do toho vcítit, a ne to brát jako fantazii. Myslím, že tohle je další chybějící tajemství, jak přitáhnout to, co si přejete. Příliš mnoho lidí užívá fantazii a zapomíná přidat ke svým představám sílu emoce. Vcítění urychluje proces přitažlivosti. Proto máte sklon přitahovat věci, které buď milujete, nebo nenávidíte. Intenzivní emoce šlapou na plyn.



Neville jednou řekl: „Právě teď hrajete roli. Jestli se vám nelíbí, můžete ji změnit. Mohli byste hrát roli člověka bohatšího, než jste byli před čtyřicetimi hodinami. Je to jen role pro vás, kterou hrajete, jestliže po tom toužíte.“

Roli, kterou hrajete, změníte tak, že si ji přehrajete a procítíte. Představte si, jak chcete, aby se nějaká situace stala, ale vciťte se do ní, jako by se to již stalo. Pomůže vám to zjistit, co máte vykonat, abyste začali přitahovat požadovaný výsledek.

Neville napsal v *The Power of Awareness*:

Musíte předpokládat, že se pocit vyplněného přání nenaplní, dokud vaše domněnka nebude mít příchuť reality. Musíte předstírat, že jste již zažili to, po čem toužíte. To znamená, že musíte předstírat pocit splnění své touhy, dokud vás neovládne a nenaplní všechny ostatní myšlenky mimo vaše vědomí.

Udělejte to hned teď - napište podrobný scénář, aby vypadal jako skutečný a abyste měli pocit, jako by se to již stalo. Nezapomeňte, že událost

Očistná metoda číslo 8

Odpusť mi prosím

Neptejte se sebe, co svět potřebuje. Ptejte se sebe, co vás probere k životu, a potom to udělejte. Svět potřebuje aktivní lidi.

Howard Thurman

Pokud si připadáte v některé oblasti života zaseknutí, pokud nepřitahujete auto, dům, práci, partnera ani nic jiného, co si moc přejete, mohlo by to klidně být vyvoláno malou ochotou odpouštět.

Možná jste neodpustili jinému člověku. Možná jste neodpustili sobě. Na tom nezáleží. Tím jak jste zablokováni v minulých emocích, vzpomínkách nebo přibězích, blokuje si energii a schopnost přitáhnout to, co si přejete.

Musíte hned odpustit.

Já jsem s tím bojoval. Báł jsem se, že kdybych někomu odpustil, nepoučil bych se z lekce, kterou mi dali, a znovu by mě to pohltilo. Ale když jsem se nad tím zamyslel, uvědomil jsem si, že to bylo jen mé přesvědčení. Nebyla to skutečnost. Nebyla to pravda.

Vzpomínám si, že mi jeden klient dlužil hodně peněz. Neplatil a bylo jasné, že o to, co mi měl zaplatit, přijdu. Tehdy jsem se považoval za oběť. Myslel jsem, že můj klient a vlastně celý svět mě chce dostat. Přečetl jsem spoustu historických knih o loupeživých rytířích a o tom, že přežijí jen ti nejlepší, a proto jsem nabył dojmu, že pokud se ze mě nestane chamtivec a lotr, nebudu mít v podnikání úspěch. Ale odmítal jsem se



stát něčím, co se mi nelíbilo. Odmítal jsem stát se jedním z nich. Tak jsem žil se svou bolestí a vztekem.

Pochopitelně že to škodilo jenom mně. Klient, který mi dlužil, mou bolest necítil. Neměl jsem tušení, jestli cítil vůbec něco. Zášť ochromovala pouze a jedině mě.

Začal jsem číst svépomocné knihy a používat některé očistné metody, o kterých jste tady už četli, a postupně jsem pochopil, že bych se mohl svého vzteku zbavit. Mohl bych klientovi odpustit. Mohl bych odpustit sobě.

Udělal jsem to. A - možná to uhadnete - můj klient se najednou vynořil a dluh zaplatil. Ale neodpustil jsem mu proto, abych dostal peníze. Odpustil jsem mu, zapomněl jsem a nechal to být.

Podívejme se na to podrobněji, abyste pochopili odpuštění a sílu jeho očistné metody.



Odpustit jinému člověku je trochu sobecké. Když někomu říkáte: odpouštím ti, zároveň tím vyjadřujete, že na něj máte určitý vliv. Jste jako král nebo královna a odpuštěním byste ho „osvobodili“ od svého vzteku. Jenže to není odpuštění. Možná to je jistá forma manipulace.

Ještě účinnější je, když se omluvíte těm, kterým jste ublížili. Jak příklad poslouží televizní pořad *My Name is Earl*. Je o bezvýznamném zloději, který pochopí, že když dělá správné věci, správné věci se dějí. Napsal si seznam lidí, kterými kdy ublížil. A potom se snažil udělat něco, čím by své špatné skutky zrušil.

Před dvaceti lety jsem udělal něco podobného. Napsal jsem seznam lidí, kterým jsem patrně ublížil. Zašel jsem za nimi, zaplatil jsem jim dluh, pokud jsem jim dlužil, vrátil jsem náradí nebo věci, pokud jsem si je od nich půjčil, a za své chování jsem se omluvil. Snažil jsem se ze všech sil, abych měl vyřízenou minulost. Byl to nádherný pocit.

Také vím, že je rozdíl mezi tím, když vám odpustí ostatní, nebo když vy odpustíte druhým. Nejúčinnější forma odpuštění je ta, když odpustíte sami sobě. Můžete ji vyzkoušet hned teď.

To váš přístup k situaci nebo osobě byl chybný. Ne někoho jiného. Je možné, že jste udělali něco, co byste raději vzali zpět. Ale konflikt vyvolal váš názor na ně. Když svůj názor pomínete, osvobodíte se. Často se stává, že když se osvobodíte, ten druhý udělá, co jste si po celou dobu přáli. Vaší motivací však musí být odpuštění.



Klidně bychom tomu mohli říkat radikální odpuštění. Je to pochopení, že se nic špatného nestalo. Možná to za špatné považujete. Ale z pohledu božího na svět, co se událo, to se událo. Je to pryč. Je to hotové. Je to minulost. Pokud i dále někoho nebo odsuzujete, odčerpáváte si energii, kterou byste mohli využít při přitahování toho, co si přejete.

Colin Tipping, autor knihy *Radical Forgiveness* (Radikální odpuštění) píše:

Tradiční odpuštění znamená nechat minulé věci být. A to je správné, pokud odejdou. Pokud ale věříme, že se stalo něco špatného, pořád myslíme na sebe jako na oběť, bez ohledu na to jak moc se snažíme odpustit. Vypadá to jako



boj mezi dvěma protichůdnými energiemi: potřebou odsoudit a touhou odpustit.

Z Tippingova pohledu radikální odpuštění znamená, když připustíte, že se nestalo nic špatného ani negativního. Vlastně co se stalo, nestalo se vám, ale kvůli vám. Stalo se to proto, aby vám to pomohlo se probudit a vyrůst. Byla to součást plánu, abyste se dostali tam, kde jste nyní. A z této pozice si můžete přitáhnout zázraky.

Je třeba odpustit.

Ale jak to udělat?

Pouhé pronesení slov *odpouštím si* možná nevyvolá posuny ve vašem nitru, které hledáte. A nepotřebujete někomu říkat, že mu odpouštíte, protože on neudělal nic špatného. Jenom prostě prováděl vlastní program a společně jste vytvořili situaci, která má podpořit váš růst. Vlastně byste té druhé osobě měli poděkovat.

Ptám se znovu: Jak si odpustíte?

Ocituji ze své knihy *Zero Limits*, abyste viděli, že stačí jediné – požádat Boha, aby vám odpustil za chyby v úsudku. Lze jednoduše říct: prosím tě, odpusť mi nebo promiň. Nepotřebujete to říkat nahlas. Nepotřebujete to ani cítit. Až v duchu zopakujete tyto věty, určené Bohu (ať tím myslíte cokoli), zahájíte proces uvolňování zadržené energie ve vašem nitru.

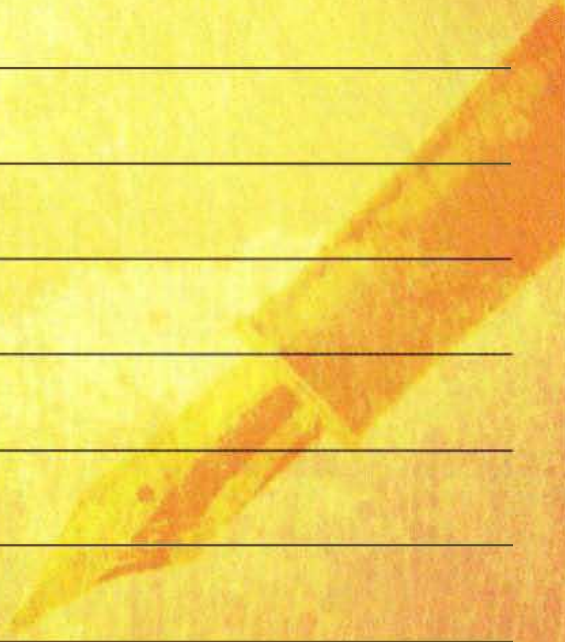
Není to nic složitého. Nemusíte chápat, jak to funguje. Pracujete na úrovni duše, abyste uvolnili vnitřní vazby, které jsou vyvolány vašimi názory.

Snažte se a uvidíte. Řekněte: *Promiň a Odpusť mi prosím své představě Boha*. Potom mlčte a dovolte tichu, aby vás osvobodilo.



Možná byste mohli sepsat lidi nebo události, které vyžadují odpuštění. Můžete je napsat sem nebo do deníku.

A nezapomeňte si odpustit.





Očistná metoda číslo 9

Vaše tělo mluví

Máte-li něčeho docílit, je třeba, aby se do toho zamilovala vaše mysl.

William Walter Atkinson



Když jsem byl v pořadu Larryho Kinga podruhé, zeptal se mě: „Mohou myšlenky z filmu *The Secret* pomoci narkomanovi?“

„Ano,“ odpověděl jsem. „Tisícům lidí už pomohly.“

„Ale narkomanovi?“ trval na svém Larry. „Narkomanovo tělo je pořád závislé, ne?“

Vysvětloval jsem, že mysl není v mozku, ale v celém těle. Mozek je operační systém nebo kontrolní systém, ale mysl tam není. Vaše mysl je doopravdy v celém těle. Výsledkem je, že ukládáte vzpomínky a emoce v těle. Osvobodte tělo a osvobodíte mysl. Osvobodte mysl a osvobodíte tělo.

„Změňte svou mysl a změníte své tělo,“ řekl jsem Larrymu.

Neměl jsem příležitost své odpovědi v tomto pořadu víc rozvinout. Díky knihám, jako je tato, a lidem jako Jennifer McLeanové, která napsala následující článek, si můžete vyčistit tělo/mysl od všech nánosů. Jennifer

používá k léčbě tři metody: craniosakrální, polaritu a Reiki. Praktikuje tyto způsoby léčení už patnáct let (www.healingrelease.com).

Očista od zbytků starých bloků energie

Jennifer McLeanová

Techniky, které zde uvádím, vás nasměrují k inteligenci těla, díky níž odhalíte myšlenky, které ulpěly ve fyzickém energetickém systému. Ty vám brání uskutečnit své sny a projevují se jako bolest (fyzická, duševní i spirituální).

Tělo často uchovává bloky jako myšlenky a emoce, které se hromadí ve tkáních, a je třeba je odhalit, poznat a uvolnit. Energie, kterou tělo zadržuje, je často důsledek nevyřešeného traumatu. Toto trauma může být způsobeno fyzickým, emocionálním, duševním nebo spirituálním zraněním, ale podle mých zkušeností je to jejich kombinace, pokud nejsou zastoupeny všechny typy. Například fyzické trauma může být závažné, například autonehoda, nebo drobnější, když třeba kopnete bratra a poraníte si prst u nohy. Nejdůležitější je myšlenka schovaná za akcí nebo myšlenka, která se objevila, když jste trauma utrpěli. Také záleží na tom, kde tato myšlenka uvízla v těle. Když je myšlenka a emoce za fyzickým blokem energie odhalena, poznána a s vděčností uvolněna, proběhne přirozená léčba inteligence těla, která znovu navodí v těle rovnováhu, zdraví a volný průchod. A tehdy se otevře brána novým možnostem.

Často jsem sama u sebe i při práci s klienty zažila, že když jsem se „procházela“ tělem a „ptala se“ buněčné struktury



a emocí, které jsou v těchto strukturách zadržovány, blok se snadněji uvolnil. Pracovala jsem například s vizualizací a prožíváním pocitů bohatství, radosti, vztahu a tak dále a zaznamenala jsem různé výsledky. Když jsem vzala stejné pocity do těla a zeptala jsem se těla, kde by mohly přežívat, uviděla jsem cestu k pochopení a/nebo uvolnění jak bloku, tak pravdivého pocitu - fyzického i duševního - co jsem si přála.

Cesta tělem - Techniky léčivého uvolnění

Přirovnávám tyto techniky ke kvantové fyzice a „efektu pozorovatele“. Podstata spočívá v tom, že budete svůj energetický systém brát tak, jak se projevuje. Sledujete-li pohyb energie a vzorce bloků a uvolnění, tělo ví, že se tomu věnujete, a změní a přeorganizuje se do nového systému nebo vzorce obnoveného zdraví a rovnováhy. Je to aktivní dialog.

Vy: Ahoj, tělo, ukaž mi, co mi chceš ukázat, a já ti slibuju, že budu pečlivě naslouchat.

Tělo: To je bezvadné, že jsi tady. Slyšelo jsem tvou žádost o bohatství/vztah/svobodu/zábavu/štěstí (atd.), a hochu, určitě mám něco, co ti k tomu můžu předvést.

Už to začalo: Tato technika a slova, která budete za okamžik číst, abyste vše pochopili, jsou plná odpuštění, lásky a vyrovnanosti. Jakmile začnete číst, proces je zahájen a tělo se připravuje přijmout ho.

Metoda 1: Léčba pomocí traumatu

Nejdříve si o ní přečtěte a potom ji vyzkoušejte.

1. krok - Najděte si střed

Zaujměte pohodlnou polohu - vleže nebo vsedě, opřete se zády. Několikrát (alespoň třikrát) se zhluboka nadechněte, abyste si okysličili tělo a uvolnili se. Každý nádech by měl trvat alespoň deset sekund. Nádech začíná hned pod pupkem, který se první zvedne (můžete si tam položit ruku a kontrolovat to), potom se zvedne hrudník a nakonec lehce ramena. Představte si, že poslední hluboký nádech plní nejvrchnější část plic. Na konci nádechu byste měli mít pocit, že dáváte ramenům a krku vnitřní masáž.

Nyní, v tomto bodu uvolnění, se vydejte dovnitř svého těla a najděte místo, které vám připadá jako váš střed. Nechte se unášet dovnitř těla jako perla klesající pomalu a lehce ve vodě. Kde se perla zastaví, tam je střed. Najděte nejklidnější bod v tomto středu. Jestliže vám myšlenky těkají, zabalte je jako kousky látky a odložte je stranou.

2. krok - Dívejte se, všímejte si, vciťte se, hovořte

Jakmile jasně cítíte střed, jděte tam, odkud se ozývá fyzická bolest. Jděte k napětí a/nebo neklidu v těle. Tato bolest žádá, abyste našli její příčinu, a je nejdůležitější pro to, co chcete oslovit.

Když říkám jděte do, myslím tím zaměřte pozornost na to místo ve svém těle. Představte si, že máte oči uvnitř těla a dokážete vidět uvnitř místa s napětím a bolestí. Nejdůležitější část této techniky je dojít do inkriminovaného místa a prohlédnout si ho. Jak vypadá? Někdo vidí objekt (skleněný, hranol, krabici, dům, hračku atd.). Pro někoho to je určitá emoce (zlost, pocit zmaru, zmatek atd.).

Až soustředíte veškerou pozornost na to místo uvnitř těla, prohlédněte si ho zblízka a začněte vnitřní dialog.



Podrobně si popište, co vidíte a cítíte na místě napětí a bolesti. Všimněte si, jestli se mění, a pokud ano, změnu sledujte. (Vzpomeňte si na efekt pozorovatele. Vaše tělo je šťastné, že vás vidí uvnitř, a chce vám něco ukázat. Použijte řeč symbolů, již budete rozumět.) Zeptejte se:

- 🔑 Proč jsi (ta věc, kterou sledujete) tady?
- 🔑 Jaký máš smysl?
- 🔑 Chceš mi ukázat něco zvláštního? (Všimněte si, jestli se to mění, a zeptejte se, proč se to mění.)
- 🔑 Jak mi ten (tvar, pocit, zvuk, dojem) slouží?
- 🔑 Z čeho pocházíš (událost, nepříjemný rozhovor, fyzické zranění, urážlivá příhoda atd.)? (Zvláštní poznámka: Pokud jde o traumatizující událost, nevracejte se k ní, jenom vezměte na vědomí vzpomínku. Vraťte se k tomu, co sledujete. Už víte, že napětí a bolest jsou výsledkem konkrétní příhody.)
- 🔑 Mám to uvolnit? Pokud ano, co pro to mám udělat? (Nehledáte typ odpovědi, jako například „více cvičte“ nebo „zhubněte“. Odpověď je spojená s objektem, který sledujete. Jak vypadá uvolnění problémového místa a co přitom v té chvíli cítíte v těle?)
- 🔑 Existuje něco, co mi pomůže uvolnit tě (tu věc, kterou sledujete)? (Jsou pomůcky, které vám pomohou; požádejte o radu, pomoc, nástroje atd.)

Sledujte změny, které nastanou během rozhovoru s tím objektem uvnitř. Posune se, změní a dostane se do rovnováhy. Až nastane posun, možná ho pocítíte jako velký povzdech, mohou se objevit slzy nebo smích. Často se uvolní teplo a někdy je cítit tepání. Důkazem posunu energie je také škrundání ve střevech. To všechno jsou způsoby uvolnění energie.

Až se to, co pozorujete, posune a uvolní, sledujte zbytek těla. Cítíte napětí někde jinde? Je to jako loupání cibule - uvolnění na jednom místě otevře možnost pro jinou, která měla pravděpodobně vztah k zablokovanému místu, aby se také uvolnila. A ta další oblast může být spojena s jinou částí těla. Jděte do dalšího místa, které vás volá, a cvičení zopakujte.

Doporučuji vám zakončit toto cvičení technikou *ho'oponono* Joa a Dr. Hewa Lena. Poděkujte a omluvte se za zážitek, který vedl k bloku, a mějte rádi osobu, která ten blok vytvořila (to jste vy), i osobu, kterou jste se stali a jež se nyní dokáže uvolnit.

Příklady

Poté co jste se s touto technikou seznámili a cítíte se příjemněji, uvedu několik příkladů, jak tato technika může vypadat.

Bolela mě záda vlevo dole. Prováděla jsem dýchací techniky a našla jsem klid ve středu svého těla tak, že jsem šla odtud do místa bolesti v zádech. Soustředila jsem se do místa bolesti, které vypadá tmavé a nevábné. Připadá mi rozzlobené a zároveň neurčité. Vidím směs červené a černé. Když si to prohlížím, vidím, že tlusté střevo je těžší, pohybuje se a mění. Ptám se místa na zádech, proč to tam je. Co mi potřebuje ukázat? Odpoví mi neurčitě a mám pocit, že se ke mně obrací zády. Znovu mluvím: Jsem tady. Poslouchám. Už tě nepřehlížím, co pro tebe můžu udělat? Přemění se ve smutek a prozradí, že zlost a frustrace ukrývají smutek. Ptám se, co je ten smutek, proč je tady a jak mi prospívá. Řekne mi, že jsem mnohem víc, než co ukazuji vnějšímu světu. Že pokaždé když zachovávám smutek, ale necítím ho, objeví se v mých



zádech bolest a napětí. Je to barometr, zda se chovám přirozeně.

Zkušenost dalšího klienta: Marcia si před pěti lety poranila kotník a nikdy se jí zcela nevyléčil. Šla dovnitř těla a hovořila s kotníkem. Kotník řekl, aby se nejdříve podívala na koleno. Šla ke kolenu a cítila obrannou energii, která vypadala jako fyzický čtvercový blok – tvrdý, studený a kovový. Marcia se zeptala, co to je a proč to tam je. Začalo to barevně svítit a kotník se rozbolel. Krabice se změnila na ložnici, kde spala, když jí bylo pět. Bratr ji tak zlobí, až se bojí, že jí něco udělá.

Uviděla krabici jako tvrdý, studený a kovový pocit vůči bratrovi. Řekla, že pětileté děvče koplo bratra tak silně, až si narazilo prst u nohy, kotník a koleno. (Úplně na tuto historku zapomněla.) Také se dověděla, že tento obranný, ale agresivní postoj, který má pořád uložený v tkáních jako buněčnou paměť, jí nedovolí přiblížit se mnoha lidem a novým příležitostem, které jí život přináší. Ta krabice je tam pořád, takže se zeptala, jestli existuje nějaký prostředek nebo pomůcka, které by ji odstranily. Dostane sbíječku, kterou použije ke zničení bloku. Potom silný vysavač a vysaje všechny zbytky. Zůstává ve volném čistém prostoru, který má naplnit světlem.

Celá noha se během čištění a vysávání uvolní a je rovnější a silnější. Kotník přestal bolet. Jakmile se tato historka odstranila z buněk, život se jí otevřel. Zaujala méně obranný postoj ve vztazích a byla otevřenější.

Užívejte tuto techniku každý týden nebo klidně denně.

Metoda 2: Využití negativního zážitku

Všichni máme historky. Někdy o nich vyprávíme. Někdo – rodiče, přátelé, šéf – „vám ublížil“. Vyprávíme ty negativní historky, protože je máme často pořád uložené v sobě. Staré negativní vzpomínky vytvoří bloky, které brání průchodu energie v našem těle a chovají se jako velké kameny v řece našich životů – zpomalují průtok energie. Když je tok energie zablokovaný, jsme nemocní, a trpíme fyzickou nebo duševní bolestí a únavou (ztráta paměti atd.). Nedostatečný průchod brání volnému průtoku energie.

Je možné staré historky vyjasnit, projít každý okamžik a všimnout si, co cítíme a jak se to projevuje na našem těle. Tělo je výborný diagnostický nástroj, který odhaluje různé dysfunkce chování.

- 🔑 Vyprávějte si negativní příběh nebo příběh, kdy jste byli obětí, ale máte na to jenom jednu dvě minuty.
- 🔑 Při pozorování těla zevnitř podle předchozího návodu jste se naučili, jak se při tom cítí vaše tělo. Cítí to? Kde v těle máte negativní emoci? Zjistěte to.
- 🔑 Nyní si řekněte: „Nechci to už nikdy cítit.“
- 🔑 Potom se zeptejte sami sebe: „Co chci cítit?“ Napojte se na solar plexus a oblast srdce, abyste určili, co si přejete cítit.
- 🔑 Posuňte nový pozitivní pocit z mysli (většina z nás se domnívá, že tam pocity vznikají) do těla. Co zažíváte s novou pozitivní energií, kterou jste si přáli? Jaké máte pocity v těle? Jaké máte pocity v těle, když zažíváte klid, radost, sebedůvěru, bohatství? Kde v těle cítíte tu nádhernou energii? Zůstaňte ve svém těle a užijte si novou pozitivní energii.



- ❶ Posuňte ji do další úrovně a popište život s těmito pocity. Využijte pocit zakotvení, který jste objevili ve svém těle, a promítněte ho do příběhu, do vizualizace života a uvědomte si ten pocit, když jste ve skutečné shodě s pozitivní energií.
- ❷ Vezměte příběh o tom, co si přejete, zpátky do těla a prožijte ho.

To je zákon přitažlivosti v akci. Když vyprávíte staré historky a pořád se v duchu považujete za oběť, posilujete tuto energii a přitahujete jí více. Využijte toto cvičení, abyste se posunuli blíž k tomu, co opravdu chcete.

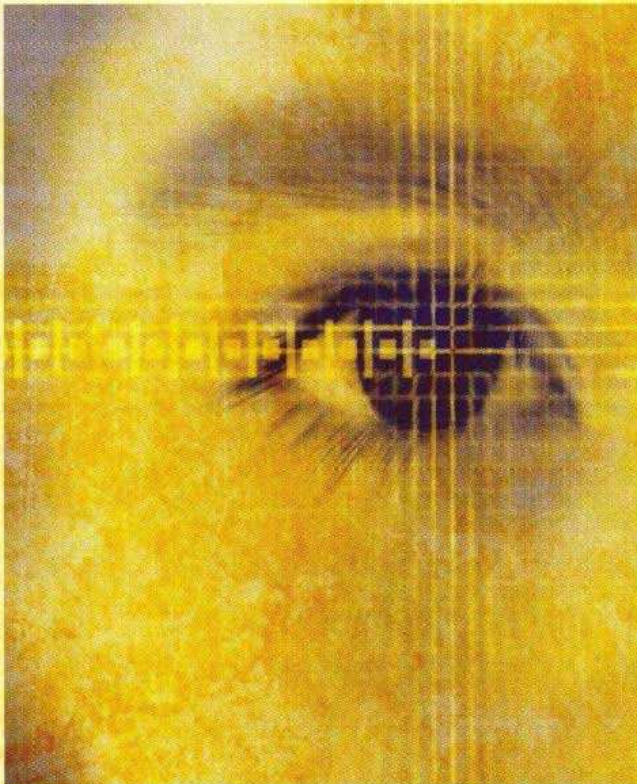


Očistná metoda číslo 10

Životně důležitý vzkaz

Tělo je materializovaná mysl.

Lester Levenson



Asi před dvaceti lety jsem se dověděl o očistné metodě, kterou užívám dodnes. Naučil jsem ji pár dalších lidí a také oni ji stále používají. V této kapitole vám popíšu, jak ji dělat, abyste ji měli v záloze, až se budete potřebovat očistit.

Metoda sama je jednoduchá. Z vlastní zkušenosti vím, že když nejste očištěni, cítíte to. A není to příjemný pocit. Může se projevovat jako zlost, pocit zmaru, netrpělivost, neštěstí, deprese, smutek, apatie nebo další emoce vyvolané omezeným množstvím energie.

Takový pocit člověka sráží. Tentýž pocit vás však může zase pozvednout – a dokonce k vyššímu stupni uvědomění a větší schopnosti přitáhnout, co chcete.

Jak to funguje:

- 🔑 Máte pocit, který se vám zvlášt nelíbí. Opakuji, že to je nějaká varianta neštěstí. Někteří lidé řeknou: „Nejsem nešťastný, ale mám



vztek.“ Ano, vztek je samozřejmě forma neštěstí. Vyberte si popis, který se pro vás hodí.

- 🔑 Sedíte a nechte ten pocit, aby se projevilo. Daleko častěji se chceme zbavit emocí, které se nám nelíbí. Snažíme se utopit je v alkoholu nebo je zahnat jídlem. Možností úniku je velká spousta. Někdo chodí běhat, jiný nakupuje. Někdo sedí a mračí se, jiný hází věcmi. Navrhuji nedělat nic, jen sedět. Víím, že to není pohodlné, ale je to cesta ke svobodě.
- 🔑 Popište ten pocit. Když vás bolí hlava, neberte si prášek, ale nechte ji bolet. Soustřeďte na bolest pozornost tím, že si ji popíšete. Jak je velká? Jak je široká? Jakou má barvu? Jak je hluboko? Na tyto otázky nejsou žádné správné ani chybné odpovědi. Ptáte se na ně, abyste se soustředili na bolest nebo jiný pocit. Přitom se stane něco úžasného. Bolest nebo jiný pocit začnou mizet.
- 🔑 Nakonec se toho pocitu zeptejte, co se vám snaží říct. Psal jsem o tom v jiných částech této knihy. Emoce je tady z nějakého důvodu. Je to lekce, kterou je třeba se naučit. Využijte toho a už nikdy nebude třeba tento zážitek opakovat. Já jen zůstanu v klidu, zavřu oči, soustředím se na ten pocit – i kdybych se ho bál – a nechám ho k sobě promlouvat. Možná vám to připadá jako nějaká hra, ale odpovědi, které dostanete, mohou představovat rozdíl mezi bolestí a slastí, neúspěchem a úspěchem.

Tyto čtyři kroky jsou snadné. V podstatě jen dovolíte utkvělému pocitu, aby zůstal tak dlouho, než uslyšíte vzkaz, který pro vás má. Až vzkaz dostanete, budete očištěni. Je to snadné.



Nyní uvedu příklad, jak jsem nedávno tuto očistnou metodu použil:

Jsem celoživotní člen Společnosti amerických kouzelníků (Society of American Magicians - SAM). Před setkáním místní organizace SAM mě požádali, abych předvedl nějaké kouzlo. Ukazovat kouzla rodině nebo přátelům je jedna věc a předvádět něco profesionálním kouzelníkům je něco úplně jiného.

Dostal jsem příšerný strach. Začal jsem se toho setkání děsit. Tři dny jsem se snažil vybrat kouzlo, které by dokázalo překvapit kvalifikované kouzelníky. Nic co jsem vymyslel, mi nepřipadalo vhodné. Dokonce jsem nelitoval peněz a šel jsem si koupit další kouzelnické pomůcky - až jsem měl v pokoji pro hosty věcí za desítky tisíc dolarů.

Celou dobu jsem byl nešťastný a vymýšlel jsem, jak se z toho setkání vyvléknout. Nemusím tam chodit, říkal jsem si. Nikdo mě neplatí. Je to jen pozvání, které mohu přijmout nebo odmítnout.

Ale řídím se pravidlem - pokud se něčeho bojím, musím to udělat.

Když jsem se takto rozhodl, musel jsem se vypořádat se svými pocity. Byly chmurné. Připadal jsem si nemocný. Začalo mě bolet levé ucho. A dostával jsem se do mírné deprese.

To nebylo dobré.

Potom jsem si vzpomněl na tuto očistnou metodu, které říkám životodárná zpráva. Spočívá v tom, že chcete pochopit, co se vám emoce snaží dát. Věděl jsem, že až to pochopím, budu čistý.

Bál jsem se. Cítil jsem strach v těle. Nelíbilo se mi to. Mohl jsem si vybrat, že ho budu ignorovat, potlačím, pohřbím nebo spoustu dalších úniků. Místo toho jsem si vybral, že si s ním sednu. Dovolil jsem strachu, aby tu byl. Žádný názor. Žádná výzva. Žádné hry.



Po několika minutách ticha, kdy jsem pouze prožíval ten pocit strachu, jsem si najednou vzpomněl, jak jsem poprvé telefonoval jednomu kouzelníkovi. Byl jsem dítě, bylo mi asi tak dvanáct. Dostal jsem telefonní číslo kouzelníka v jednom velkém městě nedaleko od mne a zavola jsem mu. Měl jsem se představit opravdovému kouzelníkovi, někomu kdo dělal to, o čem jsem já jenom snil.

Kouzelník zvedl telefon, ale plakal. Právě se dověděl, jenom pár minut předtím než jsem zavola, že mu zemřela matka. Neměl jsem tušení, co na to mám říct. Byl jsem dítě. Neznal jsem společenské konvence. Nevěděl jsem nic o smrti. Netušil jsem, co mám říct. Pokud si vzpomínám, prostě jsem řekl na shledanou a na celý zážitek jsem zapomněl.

Ale moje podvědomí nezapomnělo. Ten první dotek s opravdovou magií pokazilo můj vztah ke kouzelníkům na zbytek života - až do dne, kdy jsem dovolil svým emocím, aby se projevily.

Pocit strachu, který jsem zaznamenal, mi řekl toto: „Čekáš, že všichni kouzelníci si budou myslet, že se objevíš ve špatnou dobu a říkáš špatné věci.“

Jakmile jsem dostal tuto životodárnou zprávu, strach zmizel. Prostě se vypařil. Víckrát se neobjevil. Bylo to, jako bych potřeboval podívat se na zážitek z dětství očima dospělého a zjistit, že co se stalo, není pravda navěky. Když jsem to nechal být, byl jsem čistý.

Pokud vás to zajímá, šel jsem na setkání kouzelníků, přednesl jsem velice neformální řeč o magii a marketingu. Také jsem předvedl účinek čtení myšlenek. Plný sál ocenil mé vystoupení, nepřestávali mi tleskat, smáli se mým vtipům a po skončení za mnou přišli a blahopřáli mi.

To je pravá magie. A pramenila z toho, že jsem poslouchal zprávu obsaženou v mých emocích.

Na následující volné místo nebo do deníku popište emoci, kterou možná máte, nebo jste nedávno měli, a projděte následující čtyři kroky.



Jaký je to pocit?



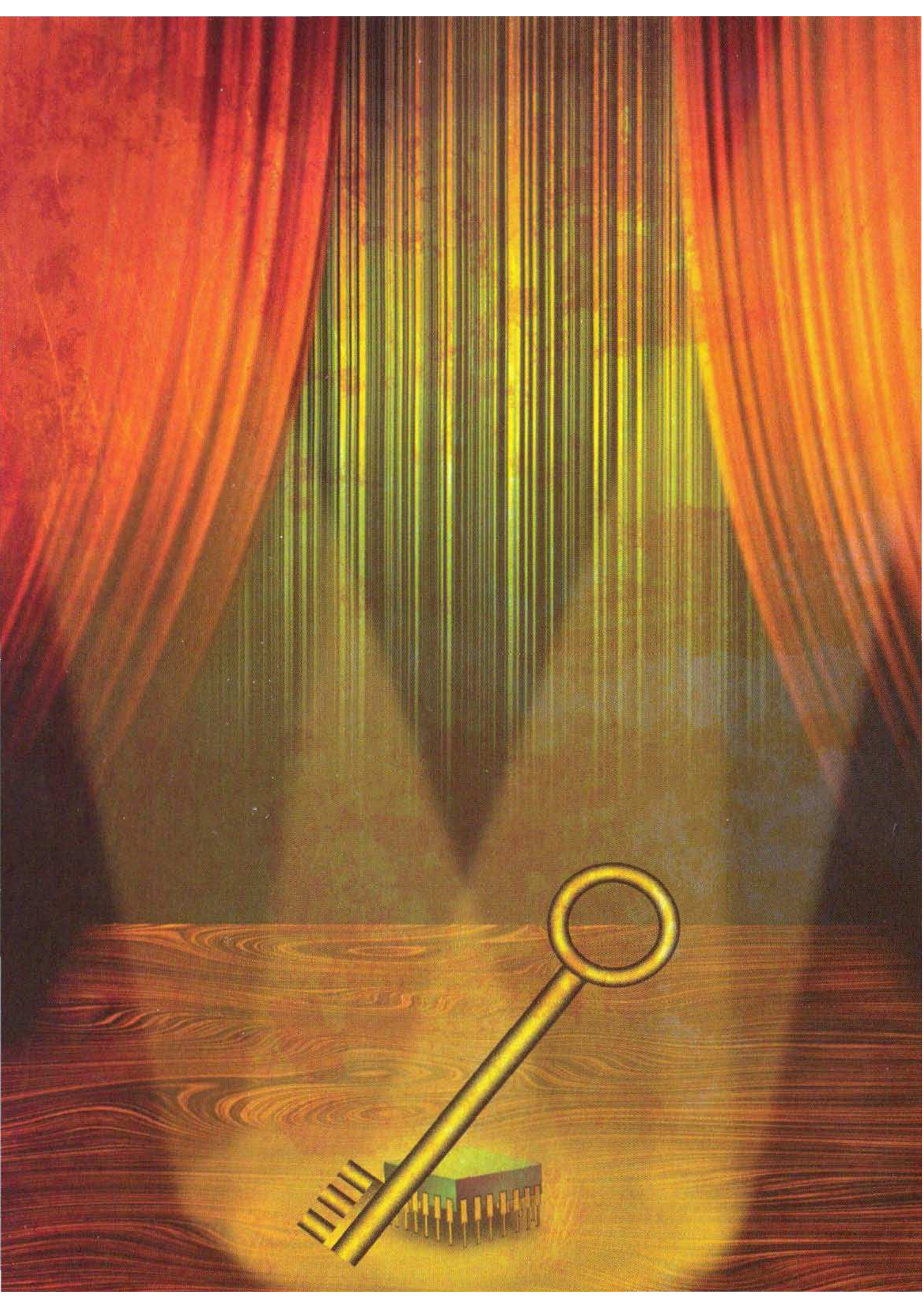
Dokážete jen tak sedět s tím pocitem pár minut?



Jak byste ten pocit popsali? (Jak je velký? Kde je? Jakou má barvu? Jak je hluboký?)



Co vám ten pocit vzkazuje? (Jestli chcete, sepište si to. Vaše odpovědi budou možná důležitější, než si myslíte.)



Část III

Zázraky

*Opravdu spíš projde velbloud uchem jehly,
než vědec projde dveřmi.*

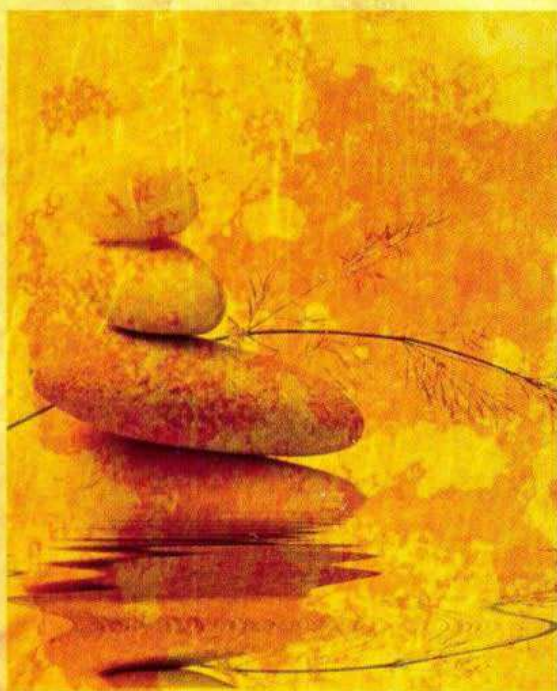
sir Arthur Eddington, fyzik



Kurz zázraků – otázky a odpovědi

Výňatek telesemináře Kurz zázraků

LEE: Jsem Lee Follender. Jsem jeden z trenérů zázraků Joa Vitala a jsem nadšený, že tady dnes jsem. Tentokrát zkusíme něco trochu jiného, než co jsme dělali dříve. Chtěl jsem vám poskytnout nějaké informace o důvodech.



Během semináře jsme si všimli, aspoň já určitě, že když někdo položí otázku, velice snadno si v ní najdu i něco pro sebe. Například se zeptá podobně, jako bych se zeptal já, nebo mi připomene něco, na co jsem se ptal v minulosti. Tento druh synchronizace chybí, když někdo vede na určité téma monolog a my jen posloucháme. Zdá se mi, že dialog je užitečnější, protože jsme vzájemně propojeni na osobní, a tedy hlubší úrovni. Proto vás všechny zvu, abyste se stejným způsobem zapojili i do naší dnešní večerní návštěvy.

Asi si dokážete představit, že během práce s klienty i při kontaktu s naším týmem instruktorů se objevují hodně náročné otázky. Proto jsme se rozhodli uvést je společně s otázkami, které jste nám na vyzvání poslali pro Joa. Dnes večer vám chceme poskytnout zajímavý pohled na práci, kterou děláte, když si tvoříte život plný zázraků. Ať už jste nováčci v této konverzaci, nebo jste se jí už dřív účastnili, myslím, že široká škála otázek, které jsme vybrali, by vám měla opravdu pomoci.

Takže ať jste začátečník a zahajujete svou cestu, nebo jste zkušený cestovatel, pohodlně se usadte a já mezi nás pozvu Joa Vitala.

Víme, že jsi tady, Joe. Je to tak?

JOE: Jistě, jsem tady. Ještě jsem neodešel.

LEE: Tak dobře. Položím ti první otázku. Otázka číslo jedna: Jsi uprostřed dne a najednou se vynoří limitující přesvědčení. Uvědomíš si, že jsi našťvaný. Co uděláš?

JOE: To je výborná otázka, protože to se mi stalo zrovna dneska. Stačí se jen podívat zpátky a uvidím, co jsem dělal. A první věc, co jsem dělal - uvědomil jsem si to.

Vím, že když s tím pocitem bojuji, dodávám mu sílu. Vlastně jenom pokračuje proces uchování té věci v mém vědomí a ona se na mě přilepí jako lepidlo.

V takovém případě si říkám: Tak o to jde. Je to negativní přesvědčení. Důležité je cítit to, protože v opačném případě můžete konkrétní emoci pohřbít. Ze zkušenosti vím, že ji pohřbíte zaživa, ale ona se objeví znovu. Najednou vypluje a může to být v nevhodnou chvíli. Možná se budete zlobit nebo se rozpláчете. Možná jenom v nevhodnou dobu nastane výbuch emoce, protože jste ji původně necítili.

Takže když vidím nebo cítím emoci, rozpoznám ji a dovolím jí, aby tady byla. A přiznám, že ji opravdu nechci. Jestliže se v té chvíli vyskytne něco, co mě rozesmutní nebo rozzlobí, jsem radši, když to zmizí. Jestliže si ten stav uvědomíte a řeknete si: Jo, je tady, a na okamžik se do něj vcítíte - opravdu to trvá jen chvíličku - když proti němu nebudete bojovat, zmizí. Rozpustí se. Vypaří.



Dále dělám to, že se uchýlím k lepší myšlence. Protože když se objeví negativní přesvědčení, kdo ví, odkud se vzalo? Mohlo se mi dostat do vědomí. Třeba jsem to někdy dřív četl nebo slyšel. Nebo jsem ji dostal mailem. Bůhví co to bylo. Ale ať to bylo cokoli, je to v pořádku. Potom sáhnou po myšlence, která mi připadá lepší. Je to něco jako moje motto - sáhnout po myšlence, která se zdá dobrá.

Přesvědčení, které vás obtěžuje, vezměte na vědomí, vciťte se do něj, označte si ho a nechte být. Sáhněte po vhodné alternativě. Sáhněte po jeho opaku.

V knize *The Attractor Factor* píšu, že první krok je pochopit, co nechcete. O přesvědčení, které vás právě napadlo, nejspíš nestojíte.

A druhý krok podle této knihy je zvolit si, co chcete. Nejlépe to uděláte tak, že jednoduše přesvědčení, které se vám nelíbí, otočíte. Možná jste v sobě objevili podobné přesvědčení, jako *nikdy není dost*, případně si další doplňte sami. Nikdy není dost peněz, dost jídla, dost lásky, dost (doplňte si sami). Takže existuje společné přesvědčení, že nikdy není dost. Opačná myšlenka by mohla znít - je víc než dost peněz, aby vystačily pro všechny lidi, je víc než dost peněz pro mě, abych zaplatil účty, když jsou splatné, nebo dokonce před splatností. Nejdůležitější je najít lepší přesvědčení. Vybíráte si. Máte kontrolu. Tak to bych dělal a taky to dělám.

LEE: Dobře. Výborně. To je opravdu v dané chvíli lepší, než abyste byli odkázáni za nějakou myšlenku nebo přesvědčení.

JOE: V minulosti jste byli obětí. Od této chvíle už nemůžete být. Právě jsem vám řekl, jak to změnit. A teď se probouzíte. Máte na výběr, a to je na tomto rozhovoru i celém programu krásné. Nyní si můžete vybrat. Berete si zpátky svou sílu a to je radost.

LEE: Skvělé. Druhá otázka - jak je to s dětmi? Přitahují si, to co mají?

Myslím věci jako kolika, plyny nebo závažné problémy jako vrozené vady nebo něco podobného?

JOE: Ano. Tato otázka se objevila. Je zajímavá. Lidé se dívají na film *The Secret*. A jestli ho ti, kteří nás teď sledují, neviděli, ať si na něj zajdou. Nebo navštíví internetové knihkupectví Amazon. Jistě je k mání i v kamenných obchodech. Také se můžou podívat na stránky www.TheSecret.tv. Mluvila o něm i Oprah. Věnoval se mu i Larry King. Byl jsem v jeho pořadu. Hovořila o něm i Ellen DeGeneresová. Psal o něm *Time*. Taký *Newsweek*. Jak vidíte, kolem tohoto filmu se udělal velký poprask po celé zemi, možná i po celém světě. Film pojednává o zákonu přitažlivosti. Skeptici a lidé, kteří jsou upřímně zvědaví, se ptají.

LEE: Jasně.

JOE: A ptají se i na děti. Jestli taky přitahují ty věci. Když se rodí nevinní, proč existují děti, které šest týdnů po narození trpí záchvaty? Přitáhli si je? Já se domnívám, že ano. Jako my všichni přitahujeme věci na úrovni podvědomí.



Když máme nehodu v autě, když se nám cokoli stane, kroutíme hlavou a řekneme si, to je hrozné a že za to může někdo jiný. Že to nemůže být pravda. Skutečnost je taková, že jsme si to přivolali na úrovni podvědomí. Jedno z hlavních témat těchto dní je, že my všichni, včetně mě, stále víc zapojujeme vědomí.

Připadá mi, že co se děje dětem, jako by bylo naprogramované. Vezmeme-li si dvojčata - vychovávají je stejní rodiče, chodí do stejných škol, do stejných náboženských



zařízení a dělají společně různé věci, ale mohou mít velmi rozdílnou povahu. Zdá se, že tak přišla na svět.

Proto se domnívám, že děti přicházejí na svět naprogramovaní určitým způsobem. Částečně v tom hraje roli osobnost, částečně genetika a částečně fyzické zkušenosti. Nevím, kde to začíná. Myslím, že se na to všichni můžeme ptát Boha nebo Buddha či někoho jiného, protože já to nevím. Já se domnívám, že všichni přitahujeme všechno, včetně dětí, ale děláme to podvědomě.

LEE: Chápu. Pokud je to pro někoho nové (a možná je na příjmu někdo nový; myslím, že jsme mluvili k někomu, kdo nás začal poslouchat teprve dnes)...

JOE: Ano.

LEE: ...jak začínáš?

JOE: Jak začínáš? No, já s oblibou začínám tak, že si pohrávám s myšlenkou, jaký život by se mi líbil. Mám tuhle otázku moc rád. Nebo jak dobrý by měl být? Co speciálně byste rádi v životě změnili?

Když tuto otázku položím, chci, aby se lidé zamysleli o možnostech. Nechci, aby mysleli na problémy.

Pro mě všechno začíná tím, že je třeba zaměřit se na to, co chcete.

Jak se píše v knize *Attractor Factor*, objevuje se ve filmu *The Secret* a občas to říká i Oprah - světem hýbou cíle, které si lidé stanoví.

Proto povzbuzuji lidi, aby si stanovili cíle. A těmi cíli myslím, aby ti, kteří nevědí, udělali prohlášení o tom, jaký by měl být konečný výsledek. Například ti, kteří si chtějí vylepšit postavu, si stanoví, že za určitou dobu dosáhnou určité váhy. Nebo že si chcete pořídit

konkrétní auto či zaujmout konkrétní pozici v konkrétní společnosti. Popřípadě že chcete dosáhnout zvýšení platu nebo konkrétní částku za měsíc. Já hovořím obecně, ale vy můžete v duchu užívat speciální termíny.

Jakmile si vytyčíte cíle - prohlásíte, co chcete, a pohráváte si s možnostmi, jaký život byste si přáli - vydáváte se na cestu ke splnění stanovených cílů. Na životě mi připadá úžasné a magické, že když si určíte cíl, vaše tělo a mysl se nejdříve sladí, aby ho mohly naplnit.

Rád uvádím příklad s koupí nového auta. Koupíte si volkswagen. Než jste si ho pořídili, zahlédli jste ho jen občas. Teď ho vidíte skoro pořád. Až vás napadlo, že je to invaze volkswagenů. Vaše mysl je ve střehu, protože jste se na auta této značky soustředili.

Jakmile se zaměříte na určitý cíl, vaše mysl a tělo se vydají tím směrem. Je to základní psychologické pravidlo. Dostanete víc toho, na co se zaměříte.

Jak se zdá, bráno metafyzicky se svět sám a veškerá energie sladuje, aby splnila váš cíl a připravila situace, které vám v tom pomohou.

Kde začnete, závisí na vašem cíli. Co chcete? Jaký chcete mít život? Jak dobrý snesete? Co chcete opravdu změnit? A opakují, zaměřujete se na možnosti, ne na problémy. Zaměřujete se na výsledek a jak ho chcete dosáhnout. Mě to hodně vábí. Tam všechno začíná.





LEE: Dobře. Jasně. Na to navazuje další otázka, kterou jsme dostali: Proč to trvá tak dlouho? Někdy se zdá snazší přitáhnout negativní věci než pozitivní. To jsou dvě otázky, ale v podstatě jsou hodně podobné.

JOE: Souhlasím. Výborná otázka. Obě jsou výborné. Mohl bys mi připomenout tu první. Zapamatoval jsem si jen druhou.

LEE: Proč to trvá tak dlouho?

JOE: Dobře. Proč to trvá tak dlouho? Minulou neděli jsem měl příspěvek na schůzi organizace *World Wellness*. (Máte-li zájem, přečtěte si na <http://themissingsecret.info>) Deepak Chopra tam vystoupil v sobotu večer. Já jsem mluvil v neděli dopoledne a měl jsem plný sál, který je jen ke stání. Ve skutečnosti tam lidi seděli na zemi a venku stála stovka nebo možná víc dalších. Nedostali se dovnitř, protože tam bylo narváno.

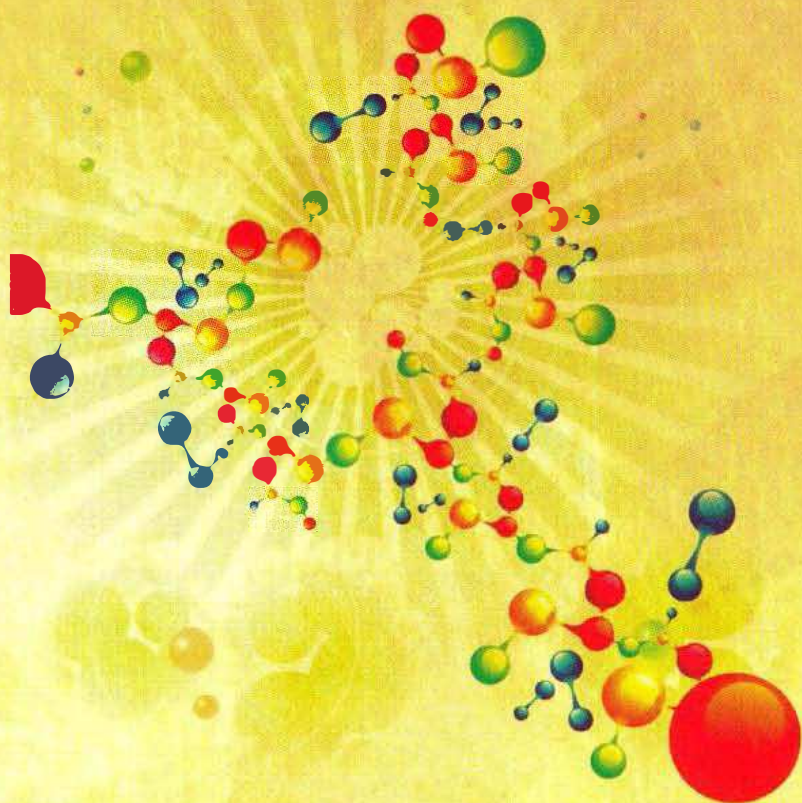
LEE: Byl jsem tam. Bylo to úžasné.

JOE: Byl jsi tam? Díky. Nevěděl jsem, že jsi tam byl. Viděl jsem tě potom, ale nevěděl jsem, že jsi byl uvnitř.

LEE: Jo. Jasně.

JOE: Takže, uvedu část příspěvku. Je to velice jednoduché. Skládá se ze tří kroků a rád bych je zopakoval hned teď, protože jsou pro tuto otázku důležité.

Řekl jsem, že vesmír, kterému můžete říkat Bůh, životní energie, životní síla (nebo jak chcete; víte, co myslím touto silou – je větší než my všichni, kteří jsme tady, a je moudřejší a silnější), posílá a přijímá informace a energii nepřetržitě. To je první věc, kterou je třeba si zapamatovat. Vysílá a přijímá.



Druhá věc je, že co vysílá a co přijímá od vás, se filtruje vaším přesvědčením. To je moc důležité. Energie, která přichází, je velice čistá, ale zasahuje vás a vy máte víru, co je pro vás možné, víru o podstatě skutečnosti. Máte přesvědčení o vlastní hodnotě. A výše uvedená energie prochází a filtruje se přes vaši víru.

Třetí krok je dosažení výsledků – když výsledky posuzujete, filtrujete svou interpretaci těchto výsledků zase vírou.

Pokud se něco nestane tak rychle, jak byste chtěli, nejpravděpodobněji je problém v oblasti vaší víry.

Já jsem toho názoru, že nic není nemožné. Nevím, možná jsou věci, které jsme ještě neudělali, ale podle mě nic není nemožné. Třeba jen zatím nevíme, jak to udělat, ale můžeme odhalit způsob, jak na to.

Pokud se něco neděje, mohlo se to zadrhnout kvůli přesvědčení. Například: Nevěřím, že je to možné, nezasloužím si to, stálo by mě to moc peněz, až by to nastalo, a musel bych platit daně.

Opakuji, já tvořím přesvědčení. Vyzval bych všechny, kteří poslouchají, aby se nad tím zamysleli. Pokud prohlásíte, že chcete konkrétní výsledek, ale máte pocit marnosti, je to asi signál, že chováte přesvědčení, kvůli němuž se zatím nenaplnil. Navrhuji, abyste si pohráli s následující myšlenkou: Jestli mám opravdu přesvědčení,



které by zpomalilo celý proces, co by to mohlo být? Nějaká odpověď vyplyne na povrch. Je možné, že až se to projeví, bude vám to připadat šílené.

V nedělním vystoupení jsem řekl, že mé příjmy se pomalu zvyšovaly a v jisté chvíli jsem dosáhl určité úrovně, kdy se zdálo, že už to víc nebude. Celý dlouhý rok se mé příjmy ustálily. Tak mě napadlo: Proč to je? Měl jsem jasný cíl. Věřím, že Bůh mě poslouchá a snaží se mi pomoci. Dělán všechno, co je v mých silách, ale zdá se, že jsem narazil na překážku v cestě. Proč se vše zpomaluje? Proč neberu víc peněz? Zapátral jsem po svých přesvědčeních a uvědomil jsem si, že mi je nepříjemné, abych vydělal víc než mí rodiče. A vzpomínám si, že když jsem to dopověděl, možná si taky vzpomeneš, že lidi souhlasně zamručeli.

LEE: Jo, jasně.

JOE: Musel jsem se na to přesvědčení trochu podívat. Taky jsem o tom hovořil v neděli. Jak víš, řekl jsem, že rodiče pro nás chtějí to nejlepší. Možná vždycky nevědí, jak to vyjádřit, ale dělají, co umějí. Napadlo mě, že otec by byl pyšný, kdybych vydělal víc peněz než on. Jakmile jsem pochopil, že bych mohl pomoci jemu nebo někomu z naší rodiny, popřípadě jiným lidem a věcem, stejně jako sobě, podařilo se mi tu bariéru odstranit. A to je důležité - jediná překážka bylo moje přesvědčení.

LEE: A myslíš, Joe, že se třeba toto přesvědčení vůbec nevztahovalo k věci, které chceš dosáhnout?

JOE: Ano. To je pravda.



LEE: Pravda? Mohlo by se zdát, že s tím vůbec nesouvisely?

JOE: No, asi máš v hlavě nějaký příklad. Co tě napadlo, co by bylo užitečné říct?

LEE: Tak například chci mít úspěch v podnikání a chci, aby se mé obchody rozšiřovaly.

JOE: Hm.

LEE: A řekněme, že se to neděje. Moje limitující přesvědčení by mohlo být - nejsem sympatický člověk.

JOE: Jo, jasně.

LEE: Opravdu?

JOE: Jasně.

LEE: To nemá nic společného přímo s mým podnikáním.

JOE: Jasně že ne.

LEE: Prodávám nemovitosti nebo pojištění.

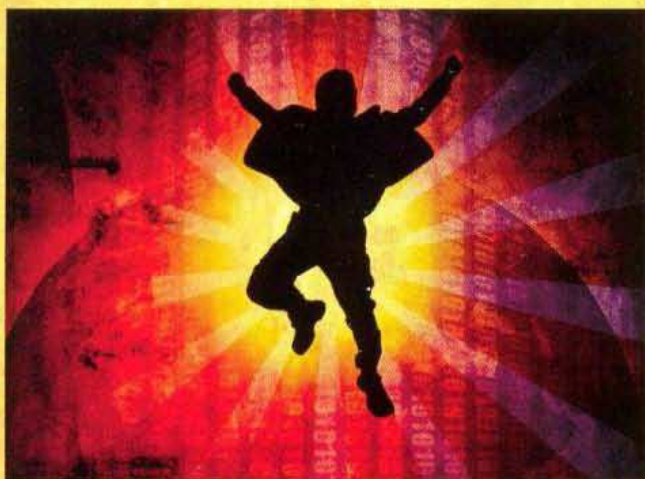
JOE: Jo.

LEE: Ale kdybych uvěřil, že nejsem sympatický, potom zřejmě by za mnou nechodili zákazníci.

JOE: A o svém přesvědčení možná nemáš ani tušení, dokud nezačneš poslouchat podobné semináře, nezúčastníš se programu Kurzy zázraků nebo ti někdo nepomůže to pochopit.



A chci, aby všichni věděli, že to dělám taky. Možná se na mě díváš a říkáš: Joe udělal tohle všechno a má tolik knížek, a takovou skvělou kariéru. Ale stejně jsem se nezbavil limitujících přesvědčení, která postupně vyplouvají na povrch. A pořád jdu dopředu a pořád na něco narážím a pořád pracuji s trenéry, protože vím, že žiji ve světě řízeném přesvědčeními, z nichž většina je podvědomých.



Můžete se na ně zeptat sami. Mluvil jsem o tom minulou neděli a během tohoto semináře vás seznámím s některými metodami. Sám se ale často obracím na trenéra nebo někoho, kdo je objektivní, nemá stejná přesvědčení jako já, abych si svá přesvědčení uvědomil. A jakmile se tak stane, často tato přesvědčení zmizí.

LEE: Tohle nás přivádí k jiné otázce, kterou jsem položil – proč to vypadá, že jednodušší je přitáhnout negativní věci než pozitivní?

JOE: To ano.

LEE: Víš, co tím myslím?

JOE: Ano. Obecně platí, že všechno v životě přitahují právě emoce. Většina lidí cítí intenzivní nenávist, zlost nebo pocit marnosti. Přitahuje pak spíš věci, které se k tomu hodí, protože se na takové negativní emoce soustředí. Pokud dokážete vyvolat intenzivní emoce lásky a vášně na to, co opravdu chcete, pak to přitáhnete.

Mám oblíbený příklad, kterému se možná budete smát. O svých nových autech jsem totiž mluvil v neděli. Šlo o to, že jsem byl blázen do těch aut, a teď je miluji. Je ironií, že pracuji doma a moc nejezdím. Když už se někam vypravím, letím. Takže mám tři krásná auta

a žádným nejezdím. Mám je moc rád, a myslím, že přišla do mého života, protože je mám rád. Přišla tak snadno, protože je mám rád. Přitáhla je láska.

Velice často se lidé víc zaměřují na věci, co nemají rádi, a vydávají na ně spoustu energie. A přitom kdyby se tato energie dostala ven, mohla by přitáhnout víc toho, co by si přáli.

LEE: Proč se některé věci manifestují rychleji než jiné, přestože se o ně snažím stejně? Myslím, že s tím souvisí tvoje předchozí odpověď. Řekni nám o tom něco víc.

JOE: Dobře. Myslím, že se vrátíme k první části poslední dvojotázky, kdy jsem říkal, že o věci máme nějaké přesvědčení. Může se zdát, že zákon přitažlivosti funguje někdy rychleji a někdy pomaleji. Když se na to podíváme hlouběji, zjistíme, že jediná překážka je naše konkrétní přesvědčení.

A pochopitelně nevím, kdo byl ten člověk, který otázku položil, v jaké žije realitě ani jaká má přesvědčení. Připomenu svůj nedělní referát a celou koncepci, že k nám přicházejí informace od Boha a vybízejí nás dělat různé věci. Také nám posílá informace, znamenající, že když si vytknete cíl, který odejde do bodu nula, přímo k Bohu, ať už mu říkáte jakkoli. A to vám přinese výsledek. Zdá se, že tento vzorec funguje. Jediné, co celý proces zpomalí, zcela zastaví nebo vrátí, jsou vaše vnitřní přesvědčení. Pokud vám uvnitř přežívají limitující nebo sabotující přesvědčení či si myslíte, že si to nezasloužíte, vše se zpomalí.

LEE: Mám další otázku, která je velmi podobná a podle mě se vztahuje k limitujícímu přesvědčení. Někdo napsal, že mu připadá, jako by jedno limitující přesvědčení odkrývalo další. Končí to někde?

JOE: No...



LEE: Jako by někdo chtěl odpověď na všechna limitující přesvědčení.

JOE: To jo. Domnívám se, že to souvisí. Chci říct, že jste se dostal na místo, kde žádná přesvědčení nejsou. Mám zkušenost, že jich existuje mnoho a že se stále vynořují. Ale nemusíte si žádná kupovat. Když jste na tom začal pracovat, setřesete je, aniž by vás napadla. Všechna se vynoří, stačí nechte je odejít. Je to skoro jako meditace, kdy vám přijde na mysl přesvědčení, jako vás momentálně napadne myšlenka a vy je sledujete, jako když mrak přechází po obloze. Nejste přesvědčení. Nejste myšlenka. Nejste mrak. Nejste ten, kdo to sleduje. A nevíte, jestli to někdo zaznamená, protože pořád bojují s tím jedním. Ale kdybyste zjistili, že jste obloha, a ne mrak, zajistili byste si navždy totální klid.

LEE: No to se mi líbí. To je úžasné.

JOE: Zopakuji to pro sebe, když ne pro někoho jiného.

LEE: Jo, prosím.

JOE: Jestli zjistíte, že jste obloha, a ne mraky, budete mít navždy klid – mraky jsou myšlenky, které jdou kolem, obloha je část vás, která si je prohlíží. Jestli dokážete sledovat to, co se děje, stane se z vás uvolněná osoba žijící v klidu, která může manifestovat, co chce.

LEE: Je to úžasné a vede mě to k další otázce, a ta další otázka...

JOE: Souhlasím.

LEE: ...je: Co znamená být čistý, a jak vím, zda jsem čistý? Mluvíme s klienty často...

JOE: Jo.

LEE: ...ve školicím programu o očistě a co jsi právě řekl, mi připadá, že je...

JOE: Jo.

LEE: ...o tom. Protože to je ta obloha.

JOE: Přesně tak.

LEE: Hm.

JOE: Jak se očistit, je chybějící tajemství. A o tom jsem měl referát minulou neděli. Nazval jsem ho *Chybějící tajemství*. Bylo to celé o očištění.

Tvrdím, že očistit se je chybějící tajemství skutečně každého svépomocného programu. Možná najdete výjimku nebo dvě, ale paušálně ten krok nevysvětlují nebo nevědí, jak s ním zacházet. Hovořil jsem o tom, že být čistý nebo se očistit znamená, že nemáte žádné skryté přesvědčení, které by vám překázelo na cestě k dosažení libovolného cíle. Jestliže snadno manifestujete věc, kterou si přejete, poznáte z toho, že vám v cestě nestojí žádná přesvědčení.

LEE: Aha. Takže to znamená...

JOE: Ano.

LEE: ...klid.

JOE: Ano.

LEE: Nebo nic v cestě.

JOE: Nic v cestě. Jestli se například... snažíte soustředit na zdraví, na bohatství nebo na vztah, vytkli jste si cíl a provedli jste opatření ohledně své víry, a přesto máte pocit marnosti, nejste čistí.



LEE: Správně.

JOE: Pocit marnosti je signál, že stále ještě máte v cestě jedno nebo dvě přesvědčení. Stejným signálem je i netrpělivost, zlost, smutek, žal, pocit neštěstí, a další neradostné pocity. Když jste čistí, buď jste svého cíle dosáhli velice brzy, nebo víte, že se záhy splní, a nemáte uvnitř žádný nepříjemný pocit.

LEE: Říkám si, věnuješ tomu tak velkou pozornost?

JOE: Myslím, že ty ne. Pokud to je zábava, můžeš se vracet zpátky ke svému cíli a říkat si: Nebylo by skvělé mít tento konkrétní vztah nebo nebylo by skvělé mít tolik peněz? Pokud je to legrace, můžeš svůj záměr upravit. Ale pokud budeš upravovat, protože si myslíš, že musíš, nebo ho chceš posílit, mohlo by se skrýt přesvědčení, které ti říká, že jsi neudělal ještě dost práce nebo že nevěříš, že to opravdu funguje. Mohlo by to znamenat, že máš nějaké negativní přesvědčení.

LEE: Chápu to tak, Joe, že pokud zjistím, že jsem pozitivní, jsem zábavný, něco mě nadchlo, pravděpodobnost, že jsem čistý...

JOE: Ano.

LEE: ...je hodně velká.

JOE: Naprosto.

LEE: Tak fajn.

JOE: To jsou klíčová slova. Často užívám výraz hravý nebo dětinský. Víš, když půjdeš do obchodu, podíváš se dovnitř, uvidíš kytaru a napadne tě: To by byla zábava, kdybych na ni uměl hrát. Ale nepotřebuješ to, nepřejíš si to zoufale, nejsi z toho nešťastný, nejsi na tom závislý, je to jenom zábava, není to otázka života a smrti, mít nebo nemít ky-

taru. Ale když se na ni podíváš a řekneš si: Bylo by fakt bezva mít ji, jsi nejspíš na nejlepší cestě mít kytaru druhý den nebo tak nějak.

LEE: Skvěle. Je tu další věc, která se týká toho, když nejsme čistí. Někdo se ptá: Když jsem často našťvaný na jednu osobu a mám podezření, že jde o omezující přesvědčení, ale nemůžu se k němu dostat, jak to mám vyřešit?“

JOE: Jo. To je výborná otázka. No, poslouchal jsem Deepaka Chopru, který měl referát v sobotu večer. Stojí za to si ho poslechnout. Trochu hůř je mu rozumět. Je to Ind. Lékař. Vychází z historického prostředí starověkého hinduismu. Ale říkal, a já s ním souhlasím, že venku není nic. Všechno mimo vás je iluze, včetně ostatních lidí.

LEE: Správně.

JOE: A že všechno je zrcadlo. Všechno odráží tvá přesvědčení. A to je opravdu síla. Možná je těžké to napoprvé přijmout, ale...

LEE: Jo.

JOE: ...mysl expanduje a život se transformuje, když to opravdu přijmeš. A tvrdí, že pokud existují prvky v další osobě, které tě opravdu štívnou, jsou ti odporné, zlobí tě, ať to je cokoli, nejspíš máš tytéž prvky v sobě a taky se ti nelíbí. To je fakt těžké přijmout.



Deepak mluvil o ženě, která k němu přišla na seminář a lezla mu na nervy. Připadal si jako kluk. Ta žena je nevychovaná, netrpělivá, odporná. Měl celý seznam. A později si pomyslel: Měl bych si vzít



k srdci své učení. Tak sepsal všechny špatné vlastnosti, které viděl na té ženě. Potom zavolał svého mluvčího a řekl: „Přečtu ti seznam vlastností a chci, abys mi řekl, jestli je máš.“ Všechny vyjmenoval – odporný, nevychovaný, netrpělivý a tak dále. Přečetl celý seznam a na druhém konci telefonu bylo dlouho hrobové ticho. Lekl se a napadlo ho, že by to měl ještě ověřit.



Zavolał manželce a přečetl jí stejný seznam. Ticho na druhém konci prý bylo ještě delší v případě mluvčího. Bylo to tak, že prvky, které neměl rád u druhých, neměl rád ani u sebe. A z toho plyne, že očišřující přesvědčení je na tobě, ne na druhé osobě. Můžeš dokonce poděkovat té druhé osobě, osobně nebo v duchu, když si děláš seznam věcí, které se ti nelíbí a potom říct: „Dobře, jak mě to ovlivní? Jaká je tato část mé osobnosti, kterou jsem nikdy nepřiznal?“

líbí a potom říct: „Dobře, jak mě to ovlivní? Jaká je tato část mé osobnosti, kterou jsem nikdy nepřiznal?“

LEE: To je tak skvělé a připomíná mi to Dr. Hewa Lena a jeho metodu ho'oponopono.

JOE: Přesně tak.

LEE: Spočívá v odpovědnosti za všechno, co se v mém životě objeví. Já jsem si tu osobu vytvořil před sebou, abych se mohl vypořádat se vším, co mám v sobě...

JOE: Jo.

LEE: ...co mě rozčiluje.

JOE: Ano, je to přesně tak. A pro ty, kteří jsou tady noví a neznají Dr. Hewa Lena ani ho'oponopono...

LEE: To je má další otázka.

JOE: Dobře. Takže, je to delší vyprávění a povím vám zkrácenou verzi. Dotyčný pracuje v psychiatrické léčebně pro odsouzené šílence a pomáhal léčit celé oddělení pacientů, kteří museli být spoutáni nebo pod sedativy, protože byli hodně nebezpeční. Léčil je pomocí havajské metody nazvané ho'oponopono. A já jsem se ji od něj naučil. Setkal jsem se s Dr. Hewem Lenem, pracovali jsme spolu ve workshopech a napsali jsme spolu knížku *Zero Limits*. Pokud chcete pochopit, v čem tato metoda spočívá, podívejte se na stránku www.ZeroLimits.info. Tam se dovíte celý příběh a pochopíte, co dělal. Můžete si to udělat hned. Ale je to pořád stejné. Vypadá to, že venku není nic.

LEE: Přesně tak.

JOE: A je to do jisté míry divné, ale pro mě je to každodenní realita. Musím se dívat na všechno, co se v mém životě objeví – a nestarat se, zda je to dobré, špatné nebo indiferentní – jako na projekci z mého nitra. Tady se vrátím ke svému sobotnímu referátu. Energie do mě vstupuje, a jak mnou prochází, je filtrována mými přesvědčeními. Potom se podívám ven a vidím výsledky, a ty nejsou vůbec reálné. Jsou odrazem mého přesvědčení. A když se mi ty výsledky nelíbí, musím se zaměřit na své přesvědčení. Změním-li přesvědčení, dostanu jiné výsledky.

LEE: Páni. To je skvělé. Mám další dvě otázky.

JOE: Dobře.

LEE: Jedna zní: „Přitahuji všechno, co si přeji...“

JOE: Dobrá, dobrá.

LEE: Líbí se ti.



JOE: Ano.

LEE: ...a já chci věci pro jiné lidi.

JOE: Ano.

LEE: Jak zařídím, aby se to těm lidem splnilo, zvlášť když to odmítají...

JOE: Ano.

LEE: ...co jsem se naučil?

JOE: Jasně. Tady jsou dvě úrovně. Tahle otázka se mi moc líbí. Taky se mi líbí, odkud ta osoba pochází, protože to je ušlechtilá péče o život a o zemi, a to rád slyším.

LEE: Můžu ti říct jednu věc, než budeme pokračovat?

JOE: Jistě.

LEE: Chci, abys věděl, že tuhle otázku mi položili skoro všichni mí klienti.

JOE: Opravdu?

LEE: Opravdu to udělali. Máš ty nejlepší zákazníky.

JOE: To rád slyším.

LEE: Všichni to chtějí vědět.

JOE: To znamená, že mají otevřená srdce. Chtějí změnit svět, nejen sebe.

LEE: Jo, to je pravda.

JOE: První věc je, že nemůžeme omezit svobodnou vůli jiného člověka. Musíme lidem dovolit, aby byli tam, kde jsou. A věř mi, rád bych změnil spoustu lidí, ale také si musím připomenout druhou část toho, co říkám. Druhá část výroku je, že oni jsou projekce mé osoby.

LEE: Dobře.

JOE: A zpět k metodě Dr. Hewa Lena. Víte, když Dr. Hew Len pracoval s těmi duševně nemocnými pacienty, neměnil žádného z nich. Prošel si jejich spisy a byl znechucený, protože někteří byli vrazi a násilníci nebo spáchali velice odporné věci. A jak se díval do jejich spisů, viděl, že se něco v něm objevilo, a provedl na sobě proces ho oponopono. Poté se změnilo oni.

To je podstata - celý svět máte v sobě. Když vyléčíte sebe, vyléčí se i svět venku. Nemusíte jít a špinit se s ostatními. Nemusíte jim stát tváří v tvář. Nemusíte si myslet, že vzdorují. Je to vlastně váš odraz. Je to určitá část vašeho vzdoru.

Protože jsem Dr. Hewa Lena několikrát zmínil, dovolte, abych vám řekl, co dělal (povím vám to zkráceně a opakuji, pokud se chcete dovědět víc, podívejte se na www.ZeroLimits.info). Dr. Hew Len se v podstatě dívá do svého nitra a říká tomu, čemu já říkám Bůh (může to být vesmír, životní energie nebo jak chcete nazývat tu velkou energii), *Mám tě rád, Promiň, Odpusť mi prosím a Děkuji*. Berte to jako mantru. Berte to jako modlitbu. Říkejte tomu, jak chcete - báseň - ale stále opakujte *Mám tě rád, Promiň, Odpusť mi prosím a Děkuji*.

Neříká to jinému člověku. Neříká to nahlas. Většinou se ani na toho druhého člověka nedívá. Říká to větší síle, jejíž jsme všichni součástí. Říká to větší energii. A neříká to sobě. Říká to potichu a opakovaně. *Mám tě rád, Promiň, Odpusť mi prosím a Děkuji*. Tím se snaží odstranit ta přesvědčení uvnitř sebe, která napomáhají tomu, co vidí v druhé osobě.



A protože je schopný to dělat (navazuje to na očistu přesvědčení, o které jsem také hovořil ve svém referátu minulou neděli), oslovuje Boha, když říká: *Koukni se, nevím, odkud ta přesvědčení pocházejí. Omlouvám se za ně. Mám tě rád. Odpusť mi prosím všechno, co se možná objeví, aby se mi toto dostalo do vědomí. A děkuji. Odpusť mi prosím. Mám tě rád, děkuji. Promiň, jen mi prosím odpusť. Děkuji a mám tě rád.* Stačí to opakovat, já občas změním pořadí, a můžete dělat, co chcete. Myslím, že když jenom budete opakovat *Mám tě rád*, můžete oslabit negativitu, se kterou jste se možná setkali.

Zásadní je, že nemůžete změnit jiné lidi. Mají svobodnou vůli. Ale pracujete se svým nitrem, a co na druhé straně uvidíte, včetně lidí, je stejně projekce.

LEE: Jo. To je výborné. To je výborné. Jasně. A moje poslední otázka zní: „Slyšel jsem výraz *protizáměr*.“

JOE: Ano.

LEE: Co to znamená a jak se dovím, jestli ho mám?

JOE: Jsem za tuto otázku rád. Mluvil jsem o tom v neděli a myslím, že odpověď na ni máme na stránce www.miraclescoaching.com. Občas o ní mluvím na svém blogu. A jestli jste můj blog nečetli, doporučuji, abyste se tam podívali, protože tam píšu skoro každý den a jsou tam obvykle nové pohledy, tipy a zdroje, a všechno je zadarmo. Jděte na www.mrfire.com a vlevo uvidíte adresu mého blogu.

Takže protizáměry. Když to vysvětluji, rád se vracím k 1. lednu, Novému roku. Nepochybně jste si dali nějaké předsevzetí. Možná to děláte každý rok, a pokud jste si je nedali letos, určitě jste to udělali někdy v minulosti. Novoroční předsevzetí může znít: Budu chodit každý den cvičit, přestanu se přejídat, přestanu kouřit, budu častěji chodit na rande. Nevím, co to bylo, ale dali jste si nějaké

novoroční předsevzetí. Měli jste ten nejlepší úmysl. Již jsem hovořil o tom, jak jsou předsevzetí mocná. Máte ten nejlepší úmysl jít cvičit. Ale už 2. nebo 3. ledna zapomenete, kde tělocvična je.

Co se stalo? Říkám, že jste měli protizáměr. Měli jste ukryté přesvědčení, které bylo silnější než váš záměr. Váš záměr byl: Budu mít lepší kondici, budu chodit cvičit. Ale to bylo odsunuto stranou, protože ukryté přesvědčení, kterému říkám protizáměr, řeklo: Nebudu chodit cvičit, nebudu mít lepší kondici. Důvod může být jakýkoli.

A právě tyto protizáměry musíte odstranit. Proto užívám všechny ty techniky. Proto pořád používám trenéra. Proto si myslím, že jestli chceme na světě pokročit dopředu, musíme vědět, jaké protizáměry omezují naše přesvědčení. Jsou negativní.

Většinu času nevíme, jaké jsou, ale s trochou zkoumání a trochou pomoci je můžeme odhalit, posvítit si na ně a nechat je odejít. Pokud chceme pokročit dopředu na světě, tyto věci musíme odstranit, protože jediná věc, která brzdí náš postup dopředu, jsme my a naše přesvědčení. Žijeme ve vesmíru řízeném vírou. Změňte víru a zaručíte si lepší výsledky.

LEE: Změňte víru a dostanete lepší výsledky. To se mi líbí.

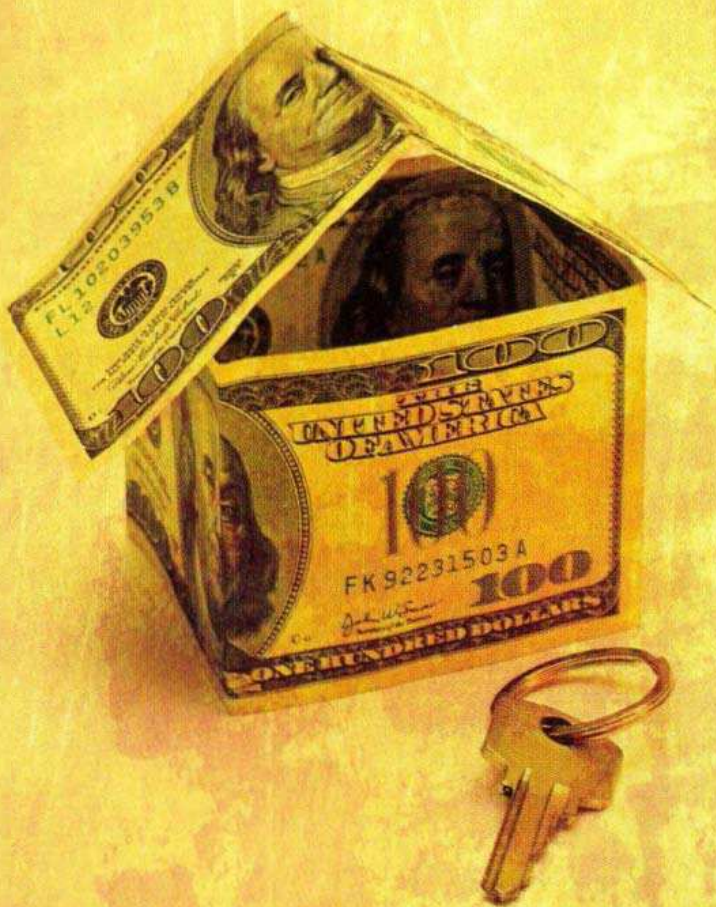
JOE: Mně taky. Bůh prováže každého, kdo poslouchá. Naplňte své sny.

Dvě DVD s mými prezentacemi o *Missing Secret* jsou popsána na <http://themissingsecret.info>. Mohlo by vám to pomoci pochopit pojmy z této knihy, o kterých se hovoří i v přepisu tohoto telesemináře.



Manifestace peněz

Výňatky telesemináře Kurz zázraků



Často dostávám otázku na manifestaci peněz. Uvádím zde své odpovědi.

Peníze samy o sobě jsou jen papír nebo kov. Je to kov a papír, na které se tisknou umělecká díla. Naše peníze působí tak mysticky. Dostali jsme je ve jménu Boha, kterému věříme, čehož si pár lidí všimlo a pár lidí tomu věří, a také máme pyramidu, která je velice stará a plná symbolů, které lze interpretovat mnoha způsoby. Myslím, že peníze jsou úžasné jako umělecké dílo. Ale samy o sobě jsou bezcenné. Peníze nejsou nic. Jen papír.

To my jsme jim dali smysl.

Moje rada zní - začněte přemýšlet o penězích jako o penězích ve hře Monopoly. Je to zábava. Je to součást hry. Neurčují, zda jste šťastní nebo nešťastní, zda jste hodnotní nebo k ničemu. Nemá to s nimi nic společného.

Já osobně jsem nikdy neusiloval o peníze. Nikdy jsem se na peníze nesusoustředil. Soustředil jsem se na rozkoš, na zábavu, na správné věci a možná jsem po očku sledoval, jestli dostanu zapláceno za to, co dělám, protože peníze se tak snadno rozdávají. Víím, že lidé si neváží věcí, pokud nestanovíte jejich cenu. Existuje spousta marketingových triků - všechno

už bylo objeveno. Pravda je, že peníze samy o sobě jsou nic. Jsou bezvýznamné. Je to papír. Smysl jim dáváte vy.

Z hlediska zákona přitažlivosti není dobré cítit potřebu, oddanost nebo závislost týkající se peněz, protože potom tyto pocity vysíláte, což způsobí nerovnováhu. Budete-li peníze vytlačovat, část vašeho já bude říkat *Chci peníze, chci peníze, chci dělat velké věci s penězi*. A potom jiná část vašeho já bude říkat *Nechci peníze, protože peníze jsou zlo a boháči dělají špatné věci, a to by znamenalo, že jsem hamoun*. A tak jedna část vašeho já říká - vydělávej, a druhá část - nevšímej si peněz. Co se stane? Zrušíte to a nezáskáte žádné.

Já vám radím - a je to složitá otázka, která skutečně potřebuje vedení, abyste ji dobře zvládli - dívejte se na peníze jako na peníze ve hře Monopoly. Není to těžký úkol. Opravdu ne. Skutečně si myslím, že s nimi můžete dělat různé věci. Jsou prostředkem směny, ale je to proto, že jsme si domluvili tento význam. Samy o sobě nemají kouzelnou moc. Tu máte jen vy a záleží na vás, na co se zaměříte. Ne na penězích.

Pokud vám mám dát další radu týkající se peněz - soustředte se na to, co máte rádi, protože všichni na světě chtějí lásku, chtějí milovat a být milováni. Když se soustředíte na to, abyste otevřeli své srdce ostatním, kteří po tom touží, získáte peníze. Přijdou jako vedlejší produkt, jako vedlejší účinek. Nepřijdou jako něco, na co jste se přímo soustředili.

Vím, že na první pohled, zvláště pokud to slyšíte poprvé, to zní divně. Možná si pomyslíte: Bože, ten Joe je blázen. O čem to mluví? Takhle to přece nefunguje. A já vám říkám, že to takhle funguje.

Dám vám příklad z trochu vzdálenější minulosti ohledně přesvědčení, které jsem nabyt. Pamatujte si, že jsem řekl: *který jsem přijal*. Vědomě jsem si vybral to přesvědčení, že čím víc peněz utratím, tím víc získám. To nemá žádnou logiku. Když to řeknu účetnímu nebo bankéři, odpoví: „Ale, Joe, když utatíš peníze, budeš mít méně.“



Ale já vycházím z výkladu, jak to funguje. A tak utrácím peníze, a jakmile je utratím, začnu se rozhlížet a přemýšlet: Odkud se desetinásobná částka vzala? Ochotněji nakupuji a utrácím peníze: Očekávám, že dostanu další peníze, protože je utrácím, a že vždycky přijdou a bude jich tolik, abych mohl přispět ostatním. Můžu pomoci jiným lidem – pomohl jsem rodině i přátelům. A samozřejmě si taky dělám radost – dopřávám si například drahá auta, i když jich mám dost a pracuji doma. Vlastně skoro nikam nejezdím.

Všechno je možné, když berete peníze jako neutrální věc a nebudete se posuzovat podle nich. Posuzujte se podle uspokojení se sebou samými.

Další výňatek z téhož semináře

Otázka zní: „Zdá se, že veškeré mé cíle se týkají peněz. Je to v pořádku? Musím říct, že jiné situace v mém životě jsou neuvěřitelné. Peníze jsou a vždycky pro mě byly důležité.“

Nejdřív ahoj, je fantastické, že celý tvůj život je neuvěřitelný. To je bezvadné. Ne každý tohle může říct. Myslím, že je to skvělé. Blahopřeji. Blahopřeji, že většina situací v životě je neuvěřitelná. To je skvělé prohlášení – vidět, slyšet, žít, být ten, kdo to může říct.

Takže zajímáš se o finance. Je to v pořádku? V naprostém. Nemyslím, že na tom je něco špatného. Myslím, že peníze nejsou zlo. Peníze nejsou špatné. Lidé je mohou užívat, jako užívají nástroje, na některý ne moc ušlechtilý účel. Peníze jsou naprosto v pořádku. Jestli chceš peníze, abys přežil, chceš je pro dobro, které jejich prostřednictvím můžeš udělat, a chceš je poskytnout rodině a přátelům, tak je to všechno naprosto úžasné.

Já se dívám na vesmír, jak jsem řekl ve filmu *The Secret*, jako na obrovský katalog, který si prohlížíme, a vybereme si, co chceme. Takže pokud chcete peníze, můžete o ně samozřejmě usilovat.

Opakuji, že já jsem se nikdy na peníze nesoustředil. Pochopitelně mám peníze rád. Přicházejí do mého života. Chci je. Mám je rád. Užívám je. Je to úžasný nástroj. Je úžasné mít peníze. Je neuvěřitelná věc mít je. Ale není to můj zájem, nesoustředil jsem se na ně. Možná že ostatní podnikatelé nebo lidé, kteří vydělávají miliony nebo miliardy, to berou jinak. Pokud jde o ně, nejsem si jistý.

Skutečně věřím, že se musíte bavit. Dívám se na některé své hrdiny, kteří vydělávají víc peněz než já. Richard Branson, známý magnát a miliardář, říká, že se baví. Je otevřený všemu v životě. Zkouší nejrůznější věci a chystá let raketou.

Vlastně tvoří raketu, která vezme lidi do kosmu. A myslím, že to bude stát 100 000 dolarů. Nedělá to pro peníze. Dělá to proto, že to je výzva a zábava. Kvůli tomu se na to zaměřil.

Dále si vezměte Donalda Trumpa. Donald Trump je milionář. Pokaždé když o něm čtu, nikdy neříká, že se snaží vydělat peníze. Říká: „Miluji byznys.“ Vyjadřuje svou lásku pomocí obchodu. Vydělává při tom peníze a pochopitelně občas nevydělá. Má dluh, přijde o nějaký majetek a má horší časy. Ale opakuji, nesoustředí se na peníze. Jeho zájem nebyly peníze. Jeho zájem byl dělat to, o čem si myslel, že je zábava, co v jeho případě byl byznys.

Richardu Bransonovi jde o dobrodružství a přijímá výzvu.

Pro mě je to něco, co mě nadchne.





Právě jsem napsal knihu o staré havajské technice léčení, které mě úplně fascinuje. Jmenuje se *Zero Limits*.

A *Zero Limits* má obrovský vliv na můj život právě nyní. Víc než co jsem dělal dřív, a tak jsem do té knihy dal srdce i duši. Samozřejmě jsem měl spoustu práce se všemi dalšími projekty, s jejím uvedením na trh, cestováním a dalšími věcmi, ale byl to můj zájem.



A když jsem se soustředil na svou lásku a vášeň, peníze se o sebe postaraly. Pokud se můžete přestat zajímat o peníze (Kurz zázraků v tom může pomoci), soustřeďte se víc na neuvěřitelný život, který již vedete. Čím víc se zaměříte na lásku, na svou vášeň a na své srdce, tím pravděpodobněji některý z vašich dalších zájmů, například finance, zmizí. Rozplynou se a začnou se objevovat peníze. Jednoho dne se rozhlédnete a řeknete: „Nevím, odkud to přichází, ale získal jsem neuvěřitelnou sumu peněz.“

Shrnutí

-  Peníze samy o sobě jsou jen papír nebo kov. Je to kov a papír, na které se tisknou umělecká díla. Ale samy o sobě nemají žádnou cenu. To my jsme jim přisoudili smysl. Ať znamenají cokoli, záleží na tom, jaký význam jim dáte. Musíte se soustředit na sebe, ne na peníze.
-  Radím vám začít myslet na peníze jako na peníze ve hře Monopoly. Je to zábava. Součástí hry. Ale neurčují, zda jste šťastní, nebo ne, zda jste hodnotný člověk nebo ne. Peníze s tím nemají co dělat. Richard Branson, známý boháč a miliardář, říká, že se jen baví. Donald Trump říká: „Miluji byznys.“ Soustředí se na děláni toho, o čem si myslí, že je zábava, což je v jeho případě podnikání.
-  Já nikdy neusiluji o peníze. Nikdy jsem se na ně nesoustředil. Soustředím se na nějakou rozkoš, zábavu, otvírám srdce druhým, snažím se dělat správné věci a možná jedním okem sleduji, jestli za práci dostanu zapláceno, protože je tak snadné jen tak je rozdat. Jenže vím, že lidé si neváží věcí, které dostali zadarmo.
-  Z hlediska zákona přitažlivosti byste neměli mít pocit potřeby, oddanosti, závislosti na penězích, protože potom

tyto pocity vysíláte, což vyvolá pocit nerovnováhy. Odsuňte peníze stranou.

🔑 Soustředte se na to, co máte rádi - všichni lidé na světě potřebují lásku. Chtějí milovat a být milováni. Když otevřete srdce lidem, kteří o to stojí, přestanete řešit peníze. Přijdou jako vedlejší produkt, jako vedlejší efekt. Nedostaví se to jako to, na co jste se přímo zaměřili.

🔑 Všechno je možné, když berete peníze jako neutrální a nedovolíte, aby vaše sebeúcta a vlastní cena závisela na penězích. Měla by plynout z toho, jak jste spokojeni sami se sebou.

🔑 Když jsem se soustředil na to, co mě zajímá, peníze se začaly starat samy o sebe.

Jestliže se chcete přestat zajímat o peníze (trenér zázraků vám v tom pomůže), soustředte se spíše na ten neuvěřitelný život, který již máte. Potom další zájmy jako finance zmizí a peníze se začnou objevovat. A jednoho dne se rozhlédnete kolem sebe a řeknete: „Nevim, odkud se berou, ale dostal jsem neuvěřitelnou sumu peněz.“





Co je kurz zázraků

Jestliže opravdu věříte ve vlastní já, musíte se vyzkoušet – předpokládejte, že jste nyní bytost, jakou jste toužili být.

Neville Goddard

Asi před patnácti lety jsem si slíbil toto: Kdykoli si všimnu, že nejsem čistý, okamžitě s tím něco udělám. Tehdy sáhnu po jedné z očištných metod, se kterými jste se seznámili v této knize. Obvykle to stačí. Ale připouštím, že občas mám pocit, jako bych uvízl v tekutých píscích vlastní mysli. A tehdy volám o pomoc.

Během doby jsem si vybudoval vztahy s lidmi, jimž říkám trenéři zázraků. Věděl jsem, že to na mě funguje. Vypracoval jsem program, podle něhož mohou využít trenéry zázraků i ostatní.

Jak víte, zažil jsem rozdíl, jaký nastane, když je člověk čistý. Když jsem v minulosti přemýšlel o svém vysněném životě – kde se zázraky dějí každý den – řekl jsem si: Jen brzdi. Z koho si tu dělám legraci? Jak by to bylo možné? Žil jsem na ulici.

Teď už vím a vy také, že zázraky se mohou dít a dějí se. A vím, že klíčem k tomu, jak se k nim dostat, je očištění. Pro někoho z vás to je opravdová výzva. Vlastně tři výzvy:

- 🔑 znát způsob, jak se očistit
- 🔑 být čistý
- 🔑 zůstat čistý

O tom je tato kniha. V ní jsem se s vámi podělil o deset metod, jak se očistit a zůstat čistý.

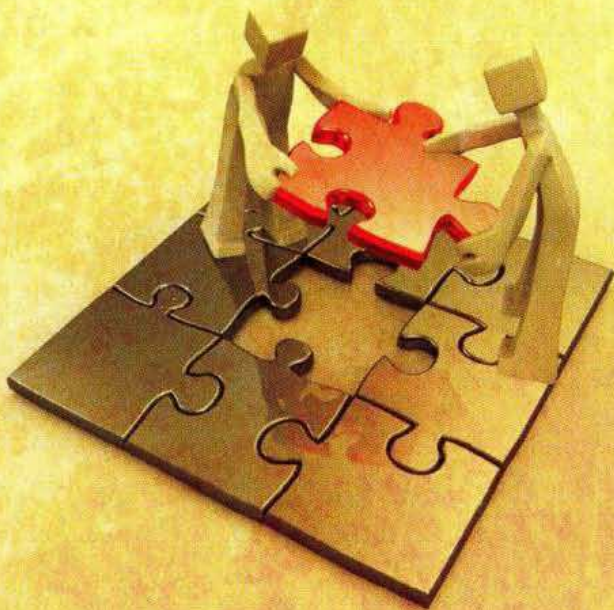
Ale objevil jsem ještě jednu věc, která může podstatně změnit průběh očisty. Je to jako se spoustou jiných záležitostí v životě - celý proces očištění a následné setrvání v tomto stavu je mnohem snazší, když se vám dostane menší pomoci.

Říkáme tomu kurz zázraků a jeho podstatou je, že máte v procesu očištění partnera.



Mnoho lidí mi klade otázky, jak se očistit a zůstat čistý a jak to úspěšně dělám každý den já. Musím říct, že pomoc od trenéra zázraků pro mě znamenala obrovský rozdíl.

Zásadní přínos toho, že se očistíte a zůstanete čistý, spočívá v tom, že jste neustále připraveni na zázrak a nemáte v cestě žádné překážky. Ověřil jsem si, že mnohokrát vyplavaly staré vzpomínky a minulá přesvědčení, bez ohledu na to, co jsem dělal.



Občas jsem ani nevěděl, co mi stojí v cestě. Připadalo mi, že jsem nikdy nedostal, co jsem chtěl. Dokázal jsem jenom myslet na to, jak bych se zbavil věcí, které jsem nechtěl, a myšlenek, co bych měl nebo neměl dělat. Zní vám to povědomě?

S trenérem pro mě bylo mnohem jednodušší vyčistit minulé vzpomínky a limitující přesvědčení, které mě brzdily. Proto jsem vytvořil program *Kurz zázraků*.



Kurz zázraků je jedinečný způsob, jak úspěšně tato nepříznivá přesvědčení odstranit. Je tu někdo, kdo vám pomůže vidět je. A v tom je ten rozdíl. Někdo z vnějšku dokáže vidět to, co je pro vás neviditelné – dokud si nepromluvíte s trenérem.

Jak kurzy zázraků fungují?

Často slýchám: „Joe, vím, že kurzy zázraků fungují, ale jak fungují? Proč jsou tak účinné?“ Kurz zázraků se skládá ze čtyř součástí, a proto je tak účinný:

- 🔑 Programový plán a struktura
- 🔑 Metodika kurzu zázraků
- 🔑 Kvalifikace trenéra
- 🔑 Přizpůsobení programu

Podívejme se na všechny součásti – fungují ve shodě, aby vám pomohly dostat se nad to, co jste schopni uskutečnit bez pomoci.

Programový plán a struktura

Struktura, kterou jsme navrhli pro tento program, tvoří pevný základ pro zázraky:

Čas: Lekce většinou probíhají jednou týdně po dobu tří až šesti měsíců. Tento časový rozvrh umožňuje, aby hluboce zakořeněná limitující přesvědčení vyplula na povrch, byla odstraněna a abyste si hlouběji osvojili zákon přitažlivosti. Mezi jednotlivými lekcemi je vám navíc trenér k dispozici prostřednictvím mailu.

Práce v terénu: Cvičení a studium mezi lekcemi mají největší podíl na úspěchu kurzu zázraků, protože zázraky se dějí na jevišti života. V rámci těchto cvičení klienti vedou rozhovory, které zapojí jejich srdce a mysl.

Snáze pak dokážou změnit staré způsoby myšlení a jasněji si uvědomí nové možnosti do budoucna. Lidé často o práci v terénu říkají: „Už tohle stálo za to, zaplatit si tenhle program.“ Takovou to má moc.

Zpětná vazba: Je důležité mít zpětnou vazbu, když v praxi aplikujete, co se učíte v kurzu zázraků. Někdy úplně stačí, když se dovíte, že jste na správné cestě. Zbavíte se pochybností a konáte.

Odpovědnost: Když jsem připravoval tento program, přišel jsem na to, že za vaši velikost je částečně odpovědný proces tvorby zázraků.

Program kurzu zázraků předpokládá, že za tuto velikost zodpovídáte sami, i když vy si to nemyslíte. Podle dohody, kterou uzavíráte s trenérem, i podle toho, co si slíbíte během programu, vás trenér (pochopitelně laskavě) volá k zodpovědnosti.

Dále platí, že trenér je odpovědný za váš úspěch. Proto s vámi potřebuje mluvit o tématech, která by za jistých okolností mohla být nepříjemná. Tato úroveň odpovědnosti - při nejlepší vůli nezajít daleko - je jeden z největších darů, které vám kurz zázraků může dát.

Pokud si někdo přeje vypořádat se s nepříjemnými věcmi a vyprávět mi o tom, co se dá těžko řešit, vím, že jsem dostal skutečného partnera.

Plán programu: Tento program má velkou výhodu, že každá lekce vychází z předchozích sezení. Díky tomu vše pochopíte nejen intelektuálně, ale můžete získat i praktické fyzické zkušenosti, které přicházejí, když se zbavíte limitujících přesvědčení. Mám zkušenost, že když to nastane, cítím se lehčí. A právě lehkost a čistota vám přivolávají do života zázraky.

Výborné je, že hloubka a šíře programu dovolují začátečníkům i lidem, kteří už nějakou dobu zákon přitažlivosti studovali, získat mistrovství při odstraňování věcí, jež je brzdí.



Metodika kurzu zázraků

Při tvorbě programu jsem čerpal z mnoha různých zdrojů: *The Attractor Factor*, *The Secret*, *Zero Limits* a tajemství manifestace zázraků, které jsem nepublikoval - zatím. Věřím, že tento program je tak účinný díky různorodosti metod. Naši klienti vyzkoušeli, otestovali a nakonec předvedli, že metodika kurzů zázraků skutečně tvoří zázraky, jak slibuje.

Kvalifikace trenéra

Trenéři zázraků jsou zkušení a pocházejí z nejrůznějších prostředí. Každý absolvoval školení a dostal ode mne osvědčení. Jejich kvalifikace je zárukou, že klienti dosahují rychlého pokroku.

Přizpůsobení programu

V televizi dávali pořad *To je tvůj život*. Lidé tam vyprávěli o někom, kdo pro ně něco udělal, a chtěli, aby za to byl odměněn. V tomto případě jde o váš život a vaše zázraky, a proto si zasloužíte odměnu. A té se vám dostane ve formě zázraku.

Váš trenér zázraků je zde, aby vám pomohl zajistit kouzelný život. On nebo ona převezmou zodpovědnost za to, jaký uděláte pokrok, co chcete dosáhnout, za další tréninky, způsob učení a další faktory. Tak je zajištěno, že jde opravdu o váš program.



Například informace mohou být podle vašich potřeb přenášeny buď v různém pořadí, nebo na různé úrovni. A váš trenér může položit důraz na zásady nebo věci, na které jiný klient není připravený nebo o ně nemá zájem.



Všechny tyto faktory – struktura, metodika, kvalifikace a přizpůsobení, plus obětavost trenérů zázraků – stejnou měrou pomáhají dosáhnout těch nejlepších výsledků.

Kdo je trenér zázraků?

Odpověď na tuto otázku je důležitá. Když jsem pracoval s trenérem, bylo pro mě zásadní, že on nebo ona byli inteligentní, měli soucit, starali se o druhé a měli bohaté zkušenosti v různých sférách. Proto trenéři zázraků, kterým dám osvědčení, prošli mnoha obory a dostali se k trénování zázraků různými cestami. Jsou to spisovatelé, malíři, obchodníci, špičkoví manažeři, marketingoví experti a učitelé. A všichni se zavázali, že budou předávat celoživotní zkušenosti druhým.

Postupem času jsem zjistil, že všechny úžasné a zázračné věci se mohou dít díky mistrovství trenéra zázraků a odpovědnosti klienta, který touží dojít k pozitivním výsledkům.

Máte-li v úmyslu prožít zázraky a chcete partnera, aby vám pomohl odstranit minulost a vytvořit zázračnou budoucnost, vyzkoušejte kurz zázraků.

Pro více informací se podívejte www.miraclescoaching.com.



Bonus: Emocionální svoboda 101

Nechte odejít nechtěné myšlenky a pocity.

Peter Michel

www.emotionalfreedom101.com

Co jsou pocity?

Pocity jsou programy (jako počítačové) uložené myslí jako *pro* přežití. Všechny jsou však vlastně *proti* přežití, protože jsou to programy založené na minulosti a udržují nás v činnosti z pozice minulých úprav, místo aby dokázaly reagovat v dané chvíli. Snižují naši odpovědnost – naši schopnost reagovat a rozpoznat. Zažíváme-li intenzivní pocity, můžeme klidně sedět na kolejích, když přijíždí přímo na nás vlak, a my ho přehlédneme. Naše pocity se mohou opakovat. Všechny tyto programy vycházejí z jednoho místa: z touhy, pocitu nedostatku.

Kde se nacházejí?

Pocity jsou v myslí, nicméně se objevují v těle jako pocity energie. Tělo je nástavba (nebo zhuštění) naší myslí a navyklého myšlení. Nic v těle se nemůže objevit, dokud někdy předtím nevznikne myšlenka téhož. Je to stejné jako s tělem, které vidíme ve snu. Ve snu je tak reálné, ale když se probudíme, uvědomíme si, že tělo ve snu bylo opravdu jen v naší myslí. Totéž platí pro snění ve dne, které se pro tolik z nás často stává „denní“ můrou kvůli špatně řízeným emocím.

Tělo je jako počítačový výstup myslí. Tak dokážeme rozeznat stav své myslí podle toho, jak se cítí naše tělo. Je v napětí, nebo uvolněné? Cítí se

dobře, nebo špatně? Cítíte strach a svírání v žaludku nebo na prsou, nebo víru v mysli a srdci a klid v těle? Dýcháte zrychleně, mělce, nebo dlouze, pomalu, zhluboka a uvolněně?

Čí jsou?

Patří vaše pocity rodičům? Sousedům? Dítěti nebo partnerovi? Čí jsou pocity, které zažíváte v těle? Pochopitelně jsou vaše. To je moc dobře. Znamená to, že když se vám nelíbí, můžete s nimi něco udělat.

Proč máme pocity?

Pravděpodobně chcete být šťastní. Chcete se cítit svobodně. Chcete mít hojnost a klid.

Když se zbavíte naprogramovaných negativních pocitů, uklidníte mysl, omezíte sabotující naprogramování, přitáhnete k sobě bez námahy hojnost a přivoláte si štěstí, které vás nikdy neopustí.

V každém okamžiku také potlačujeme a podporujeme své chybějící a limitující pocity jako počítačové viry nebo je uvolňujeme a vypouštíme ze systému mysli a těla a dovolujeme tělu a mysli, aby fungovaly bezchybně jako superpočítač. Výběr je v každém okamžiku jenom na nás.

Příčinou skoro všech nemocí je stres. Všechno pramení z limitujících pocitů v těle a mysli. Destruktivní vztahy pocházejí z toho, že negativní pocity postrádající lásku jsou potlačovány a později se obrátí proti vašim přátelům, rodině a partnerovi.

Co byste tedy měli dělat? Zažít víc nedostatku, nemocí a disharmonie? Nebo je uvolnit a zažít víc dostatku, zdraví a lásky?



Kdy se zbavíme nechtěných pocitů?

Se svými pocity se můžete vypořádat v jediném okamžiku - právě teď.

Přestože mysl skáče dopředu a dozadu v tom, čemu říkáme čas, můžete se vypořádat se svými pocity pouze v přítomnosti. Když jste tady teď, můžete naložit se svými pocity jako s energií.

Třeba si řeknete: Obrátím se na ty pocity později. Ale kolikrát „později“ nikdy nenastane? Tak proč nenechat nechtěné pocity odejít hned teď, v okamžiku, kdy je zažíváte, a nevláčet se s nimi?

A co pozitivní pocity?

Proč bychom se jich měli chtít zbavit?

Neexistují pozitivní nebo negativní pocity. Existuje jenom emocionální energie, která se označuje jako pozitivní nebo negativní.

Ale v zájmu této knihy připusťme, že pozitivní a negativní pocity existují.

Uvolníte-li negativní pocity, budete svobodnější, lehčí a šťastnější, že odcházejí.

Uvolníte-li pozitivní pocity, budete svobodnější, lehčí a šťastnější, že se množí.

Takže když provádíte emocionální uvolnění pozitivních i negativních pocitů...

Negativní pocity ubývají.

Pozitivní pocity přibývají.

Dobré, ne?

Prostě odstraňujete poklop na svém pravém já, což je samo štěstí.

Pocity zakrývají pravou přirozenost člověka. Nutí vás neustále vyhlížet z dokonalé a celostní bytosti, kterou stále jste.

Myšlenky a pocity se někdy mění. Jsou v říši *jevů*. Přicházejí a odcházejí jako počasí. Uvolnění vás dovede za omezený *jev* do říše *poznáního*, což je základní stav bytosti (*witness consciousness*). Myslíme čisté já, když někomu řekneme: „Já jsem...“ – mluvíme o sobě.

Přemýšleli jste někdy o tom, kdo jste jako toto čisté „já“, které se nespojuje s jinými věcmi? Je to čisté jádro, které se nikdy nemění, nic se ho nedotkne, stále šťastné, stále v klidu a stále svobodné. Tato bytost jsme my.

Lester Levenson řekl: „Nejjednodušší způsob, jak se spojit se sebou (Bohem), je prostřednictvím pocitů v srdci *já* nebo *já jsem*. Nic dalšího není třeba. Tyto pocity jsou *vlastní já*, skutečné *vnitřní vlastní já*. Ve chvíli kdy něco přidáte, jako *jsem dobrý nebo špatný, bohatý nebo chudý, velký nebo malý* nebo *jsem to*, vnutíte *já jsem* nějaká omezení a vytvoříte ego.“

Veškeré pozitivní pocity jsou v podstatě vlastní bytí, které zakoušíme, když se zbavíme příkrovu (pocitů), který nás zahaluje. Když odhodíme své emoce, mysl se zklidní a uvědomíme si tento přirozený pocit *vlastního já* (štěstí). Často však připisujeme toto štěstí nějaké osobě, nějakému místu či nějaké věci. Myslíme si, že *nás udělali šťastnými*. Ve skutečnosti byla uspokojena určitá touha, a když se tak stalo, mysl se zklidnila a zažili jsme úžasný pocit v celé bytosti. Potom jsme usoudili, že tento pocit vyvolala nějaká věc, osoba nebo nějaký úspěch. *Jsem tak šťastný, že ho (ji) miluji. Jsem tak šťastný, že mám tolik peněz. Jsem tak šťastný, že mám nové auto (práci, odměnu, slávu atd.).*








Pro lepší pochopení uvádím krátký příběh. Je o psovi, který našel kost. Pomyslel si: Mňam, to je šťavnatá kost. Vzal ji do zubů, rozkousal ji a měl plnou tlamu ostrých kousků. Byla to suchá kost. Ty úlomky mu pořezaly dásně, až mu tekla krev. Když ochutnal vlastní krev a přiřadil ji ke kosti, pomyslel si: No to je jistě šťavnatá kost. Ta mě jistě neporaní. Potom kousal dál ještě silněji, cítil víc vlastní krve, větší bolest a zase přisoudil chuť krve kosti. Nepřipomíná vám to něco?

Opravdu chceme vlastní krev, své čisté tiché vědomí po identifikaci s limitující myšlenkou, pocitem, formou. Pokud jsme v tichém prostoru bytí, nemáme žádné pocity. Pocity se probouzejí, jenom když se vracíme do mysli a myslíme si: To vypadá skvěle (být oproštěn od bolestného myšlení). Mysl nikdy nemůže pochopit mír našeho skutečného já. Má na starost stále určovat nějaký stav (jsem šťastný, jsem smutný atd.). Označuje věci a hodnotí. Ve chvíli, kdy označujeme a hodnotíme, už nikdy nezískáme zkušenost z přítomné chvíle. Je to jako dívat se na jahody na obrázku, místo abychom se do nich zakousli a ochutnali jejich sladkou šťávu.

Jak vypadá pocit?

Pocity mohou mít formu mnoha tělesných vjemů. Patří k nim:

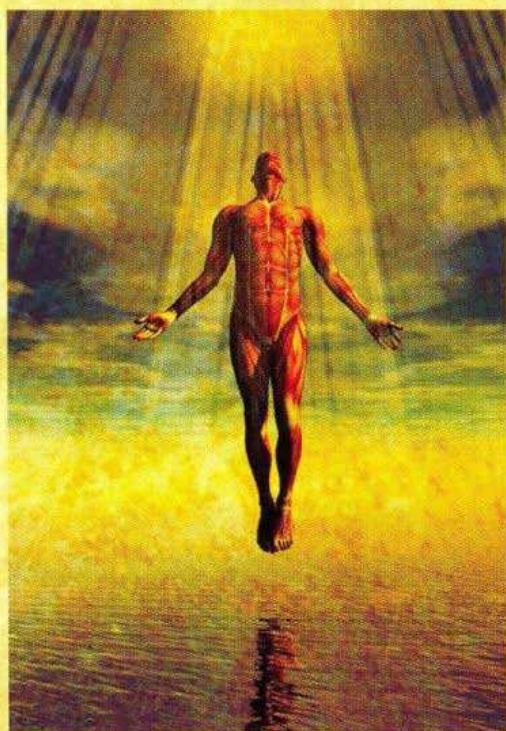
-  energie
-  teplo
-  píchání
-  tlak
-  vlny

- 🔑 svědění
- 🔑 bolest
- 🔑 zívání (pohybující se energie)
- 🔑 napětí
- 🔑 napjatost/svírání
- 🔑 svírání
- 🔑 stahování
- 🔑 blýskání
- 🔑 tíha
- 🔑 znecitlivění

Jak uvolníme své pocity?

Existuje mnoho různých způsobů, jak uvolnit nechtěnou myšlenku nebo pocit. Tento příspěvek zkoumá sedmnáct z nich. Je jich však mnohem víc.

Jaký je nejlepší a nejrychlejší způsob emocionální očisty?



Existuje technika *Release*[®], která se vyučuje v *Abundance Course*[®]

Experimentálně se vyučuje ve třídě, doma na základě CD nebo podle knihy. Já nedoporučuji výuku této techniky podle knihy, protože když si ji jen uložíte do hlavy, nemůžete čekat, že vám přinese velký užitek. Doprovod vyškoleného trenéra je nezbytně nutný, abyste z toho získali maximum. Nicméně kniha může být zdrojem dalších informací, pokud se tuto techniku budete učit ve třídě nebo z audio nahrávek. Díky tomu získáte schopnost okamžitě odstranit nechtěné pocity.



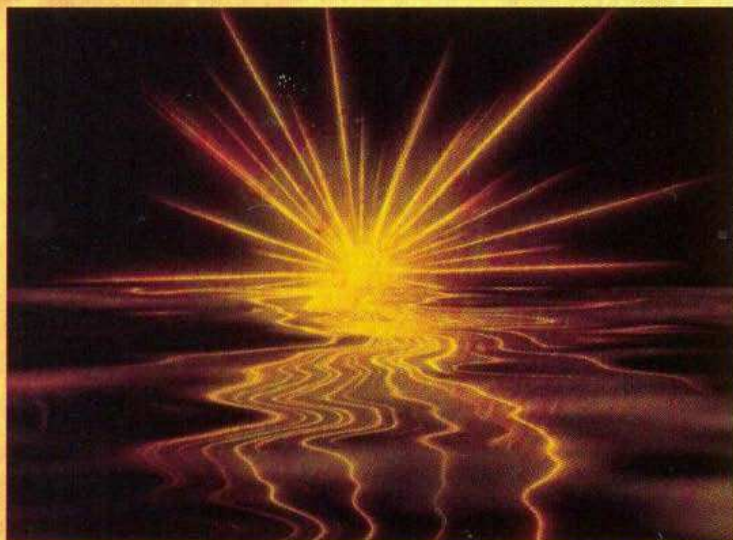
Většina technik obsažených v tomto příspěvku není součástí *Abundance Course*, ale všechny byly vyzkoušeny. Jsou velice účinné při uvolňování překážek a nechtěných emocí, které vyvolávají utrpení a zatemňují nám úsudek.

Buď jsem je osobně objevil, nebo jsem se jimi zabýval v době, kdy jsem zkoumal emoce a naši schopnost nechat je libovolně odejít. Snažím se vždycky se za věc zaručit, kde je to třeba. Pochopitelně možná existují techniky, které jsem se učil už dávno, kdy si nedokážu vybavit člověka, který mě ji učil. V takovém případě mě prosím omluvte, jestli ji správně neoznačím. Vítám vaše příspěvky na poli odstraňování emocí.

Není moc důležité, jaký způsob odstraňování emocí se použije. Důležité je, aby byl praktický. Jak dobře fungují.

Jenom odstraňují emoce jednu po druhé, nebo útočí na kořeny všeho negativního, na nedostatek a omezení? Technika *Release* napadá kořeny. Jako jediná, které znám, umožňuje lidem určit ty kořeny, odhalit jak pracují, a rychle se jich zbavit a nesnažit se je pochopit.

Proč je třeba napadnout původce pocitů v samých kořenech?



Jestliže nenapadnete původce pocitů v samých kořenech, budete si stále znovu vytvářet další a další negativitu, nedostatečnost a limity. Pokud zaútočíte na původce negativních emocí v samé podstatě, uklidníte si mysl daleko rychleji, než ony mohou zregenerovat. Nakonec bude vaše mysl úplně klidná.

Jak klidná? Popisuji to jako klid, když jste na tiché ulici uprostřed prázdnoty zasypané čerstvým sněhem ve tři ráno. Všude je klid. Všude je jas. To je přirozený stav čistého uvědomění si, který nastává, když se mysl zklidní.

Viděli jste někdy talíře na poličkách s pružinami, které bývají v kavárnách? Vezmete si jeden talíř a vyskočí další. Odeberete ho a vyskočí další. A tak dále. Naše pocity se chovají podobně, jen talíře (pocity) nikdy neskončí, pokud jsou jejich kořeny stále na místě. Pokud odstraníte kořeny, je to jako když odstraníte stoh talířů. Dostanete se pak na místo vnitřního klidu daleko rychleji a pocity se nebudou tak rychle obnovovat.

Jak se z této zprávy co nejvíce poučit

Zaznamenate-li nějaký problém, nechtěnou myšlenku nebo nechtěný pocit, nalistujte si seznam sedmnácti technik s cvičením na jejich odstranění, a vyberte si tu, která vám připadá nejvhodnější.

Tento seznam je vlastně taková pohotovostní brašna, kde najdete způsoby, jak se uvolnit. Není to vyčerpávající průvodce, ale nabízí některé úžasné a různorodé přístupy.

Všichni se neuvolní podle stejného návodu. Někdy mysl odmítá některý přístup, ale další jí pomůže odstranit negativní pocity (programy *protipřežití*). Přijme ho, protože si myslí, že nás chrání. Ale když se podíváte, kolikrát vám destruktivní emoce sabotovaly život, zdraví, finance a vztahy, rychle zjistíte, že to zase nedalo tolik práce. Naopak vás kvůli strachu a negativitě nutilo soustředit se na to, co v životě nechcete, a proto jste přitahovali víc toho, co nechcete. Tyto techniky obracejí nepříznivý postup a umožní vám odstranit negativní emoce a zaměřit se na to, co si přejete, a následně to přitáhnout.



Otázky a odpovědi

Jak poznám, jestli jsem opravdu očištěný?

Změřte si to. Než se začnete uvolňovat, často pomůže, když si změříte intenzitu pocitu na škále od 0 do 10: 0 znamená, že jste naprosto klidní a uvolnění, 10, že jste silně napjatí. Až projdete uvolňovacími kroky, znovu si přidělte body. Měli byste zaznamenat, že jich je citelně méně.

Budete-li stav bodovat před cvičením a po něm, zaznamenáte, že se skutečně uvolňujete. To je důležité, protože mysl se bude snažit vás přesvědčit, že už se nic neděje, abychom to vzdali. Tato stupnice vám dá alespoň základní informaci o tom, zda se objevil nějaký posun.

Připadám si jako zaseknutý. Co s tím?

Myslete na to, že chcete změnu nebo se toho zaseknutí zbavit. Pohne se to.

Nic necítím. Jak můžu uvolnit to, co necítím?

To nemůžete. Potřebujete nejdřív mít ten pocit, abyste ho mohli nechat odejít. Nemusíte ho cítit naplno, ale potřebujete ho dostat do vědomí.

Často své pocity dlouho potlačujeme, že zapomeneme, jak vlastně vypadají. Často jsme moc potlačeni. To je překážka, která zakrývá a chrání naše pocity. Prostě jen uvítejte i sebemenší pocity. Zaznamenejte je a nechte je odejít. Chcete, aby se změnily. Posunou se a uvolní hlubší pocity pod sebou, které byly potlačeny. Až tyto pocity vyplynou, uvolněte je, jak je popsáno.

Co když si léčím duševní problémy?

Není to náhrada léčby, ale může často působit jako účinný doplněk. Poradte se s lékařem, než začnete tato cvičení dělat. Některá z nich dodávají velké množství duševní energie, což by pro váš duševní

stav nemuselo být dobré. Pokud berete léky, zeptejte se lékaře, jestli vám je může snížit, protože léky často potlačují pocity, a to by bylo na škodu, když se snažíte pocity odstranit.

Když se zbavím nějakého pocitu, zdá se, že se vynoří nějaký hlubší. Naše pocity jsou často uloženy ve vrstvách jako cibule. Odstraníme jednu vrstvu a pod ní je další. Jen pokračujte a budete lehčí a lehčí. Nejrychleji se všemi vrstvami prokoušete pomocí techniky *Release*. Naučí vás, jak zasáhnout kořeny všech vrstev, což snadno odstraní větší objem emocí.

Techniky

Jste připraveni?

Začněme.

Pro každou vám dám podrobný příklad očištění. Některá se opakují, ale opakováním se rychleji naučíte základní postup vyladění momentálního stavu energie nebo vjemu pocitu, a nebudete o tom muset přemýšlet.



Emocionální svoboda 101: 17 způsobů jak se okamžitě zbavit nechtěné myšlenky nebo nechtěného pocitu

I. Uvítejte pocit

Uvítání pocitu je opak toho, když se mu bráníte.

Přitom se zbavíte odolnosti, kvůli které se pocity potlačují a ukládají.



Zde je jednoduchý návod, jak pocity uvítáte:

1. Skloňte hlavu a přiložte si ruce na břicho nebo na prsa. Lépe budete ten pocit vnímat.
2. Zaznamenejte ten pocit v těle.
3. Pocit ohodnoťte body od 0 do 10.
4. Vítejte pocit, jako byste u dveří vítali kamaráda. Jenom mu otevřete a nechte ho vejít, pozvěte ho do svého vědomí a přivítejte ho tam.
5. Jakmile přivítáte pocit, který jste si původně nepřáli, zjistíte, že se zmenší nebo zmizí (protože jste ho přestali odmítat).
6. Znovu pocitu přidělte body od 0 do 10. Zmenšil se? Pokud ano, míříte správným směrem. Pokračujte dál, až dospějete k nule. Jestliže se nezmenšuje, projděte všechny kroky znovu nebo zkuste něco jiného.

II. Ponořte se do svých pocitů

Ponoříte-li se až k jádru nějakého pocitu, stane se jedna nebo dvě věci: Pokud je to negativní pocit - hněv, žal, strach - rozpustí se skoro okamžitě.

Pokud je pozitivní - klid, láska, vděčnost - posílí se.

Tohle cvičení je dost podobné jako předchozí:

1. Skloňte hlavu a přiložte si ruce na břicho nebo na prsa. Lépe budete ten pocit vnímat.
2. Zaznamenejte ten pocit v těle.
3. Pocit ohodnoťte body od 0 do 10.
4. Uvědomte si ten pocit v těle, ponořte se do jeho vjemu. Přiveďte vědomí až do jádra pocitu a podívejte se, co tam je.
5. Co je uprostřed pocitu? Jak to cítíte?
6. Pokud se tam opravdu ponoříte a nebudete o tom jen přemýšlet, všimnete si, že začíná slábnout nebo mizet (nebo je úplně pryč),

až nebude doslova nic, co by pocit drželo pohromadě. Drží ho tam jediná věc - váš odpor. Jak hledáte jádro pocitu, pocit si uvědomujete a vědomí pocity rozpouští.

7. Znovu si přidělte body od 0 do 10. Je jich méně? Pokud ano, míříte správným směrem. Pokračujte až k nule. Jestli body neklesají, projděte všechny kroky znovu, nebo zkuste něco jiného.

Až budete stoprocentně přijímat své pocity, projdou bez námahy a vy budete otevření a svobodní.

III. Zvětšete pocit mentálně (Zdvojnásobte ho)

Proč byste měli chtít mentálně zvětšovat nebo zdvojnásobovat nějaký pocit?

Protože při tom se rozpouští.

Kdysi jsem pracoval na klinice zabývající se celostní medicínou, která je největší na východním pobřeží. Ředitel kliniky, který se zabýval akupunkturou a orientální medicínou, mi jednou řekl, že křeče v namoženém svalu na noze se zbavíme tak, že „ji popadneme a vymačkneme ji pryč“. Vysvětlil mi, že když se nacházíte ve stavu jang (napětí) a odpovíte na to větším množstvím jang (větší napětí), změní se ve stav jin (uvolnění). Zkusil jsem to a skutečně to funguje. A funguje to dobře i s pocity. Na stejném principu.

Jak tento postup aplikovat na pocity:

1. Skloňte hlavu a přiložte si ruce na břicho nebo na prsa. Lépe budete ten pocit vnímat.
2. Zaznamenejte ten pocit v těle.
3. Pocity ohodnoťte body od 0 do 10.
4. Nechte ho, aby se zvětšil nebo zdvojnásobil.
5. Mentálně pocity zvětšujte a zvětšujte a zvětšujte.
6. Až se zvětší, zjistíte, že zeslábl nebo se rozpustil.
7. Znovu přidělte pocitu body od 0 do 10. Je jich méně? Pokud ano,



míříte správným směrem. Pokračujte až k nule. Jestli body neklesají, projděte všechny kroky znovu, nebo zkuste něco jiného.

Tato technika funguje ze dvou důvodů:

1. Podle kvantové fyziky nemohou dvě věci zaujímat ve stejnou dobu stejné místo. Když se pokoušíte mít pocit a větší pocit na stejném místě ve stejnou dobu, zruší se navzájem a zmizí.
2. Rozpustí se nesnášenlivost. Jakmile necháte pocit, aby zesílil, už vám nebude vadit a to umožní, aby vyplaval na povrch, prošel a bez námahy se rozplynul.

IV. Nechte pocit odejít - přejte si, aby odešel

Nemáme-li nějaký pocit nebo myšlenku rádi, obvykle s ní bojujeme. Od-mítáme je a přejeme si, aby odešly. Jenže tím si je udržujeme.

Když si přestanete přát, aby se nechtěný pocit změnil, nebudete ho už chtít ovládat či se ho zbavit, změní se nebo se rozplyne a zanechá za sebou větší volnost. Energie tohoto vašeho přání umožní pohyb energie bloku nebo ztuhlosti.

1. Skloňte hlavu a přiložte si ruce na břicho nebo na prsa. Lépe budete ten pocit vnímat.
2. Zaznamenejte ten pocit v těle.
3. Pocit ohodnoťte body od 0 do 10.
4. Všimněte si, jak se vám ten pocit nelíbí a jak ho chcete nechat zmizet.
5. V této chvíli si dovolte přání, jak pocit změňte nebo jak se ho zbavíte.
6. Zjistíte, že se okamžitě oslabí jeho intenzita nebo se zcela změní.
7. Znovu pocitu přiřaďte body od 0 do 10. Je jich méně? Pokud ano, míříte správným směrem. Pokračujte až k nule. Jestli body neklesají, projděte všechny kroky znovu, nebo zkuste něco jiného.

Tím, že si přejete změnu nebo kontrolu, v mysli zůstává „svazující změna“ a připadáte si jako zaseknutí.

Přestanete-li chtít změnu, všechny myšlenky nebo pocity se posunou.

V. Mějte rádi

1. Skloňte hlavu a přiložte si ruce na břicho nebo na prsa. Lépe budete ten pocit vnímat.
2. Zaznamenejte ten pocit v těle.
3. Pocity ohodnoňte body od 0 do 10.
4. Všimněte si všech pocitů nelásky, které možná chováte vůči svým pocitům.
5. Rozhodněte se, že budete mít rádi, to co cítíte.
6. Mějte rádi sebe a své pocity:
 - a) Řekněte pocitu: Mám tě rád.
 - b) Mějte ten pocit rádi.
 - c) Mějte rádi sebe stejně jako pocit.
7. Řekněte: Ano (přijměte/schvalte) každé myšlence a každému pocitu, které se objeví.
8. Znovu pocitu přidělte body. Je jich méně? Pokud ano, míříte správným směrem. Pokračujte až k nule. Jestli body neklesají, projděte všechny kroky znovu, nebo zkuste něco jiného.

Čtyři aspekty lásky jsou: dovolení, přijetí, schválení, ocenění. Vyberte si jeden (nebo víc) a věnujte ho svým pocitům.

Odpor je univerzální „zmrazovač“ pocitů.

Dovolení, přijetí, schválení a ocenění „rozpouští“ zmrazené pocity a umožňuje volný pohyb energie.

Láska jako univerzální „rozmrazovač“ rozpustí zatvrzelé, uvízlé a limitující pocity stejně jako cukr horký čaj.



Toto cvičení vám umožní znovu nabýt energii, kterou jste podvědomě vyplývali, když jste odmítali bojovat s negativními pocity.

VI. Važte si neustále nechtěných pocitů

Toto cvičení je velice podobné jako předchozí. Zaměřte se na ocenění a vděčnost konkrétnímu pocitu.

1. Skloňte hlavu a přiložte si ruce na břicho nebo na prsa. Lépe budete ten pocit vnímat.
2. Zaznamenejte ten pocit v těle.
3. Pocit ohodnoťte body od 0 do 10.
4. Projevte vděčnost myšlence nebo pocitu – řekněte Děkuji ti.
 - Proč mu máte být vděčný? Protože na určité úrovni se domníváte, že vám nějakým způsobem slouží – možná si s nimi připadáte v bezpečí. To nám však mohou zajistit jenom pozitivní pocity. Negativní pocity k nám přitahují další negativitu. Takže pokud cítíme vděčnost nějakému pocitu, dostáváte se do positivity. Nelze být současně blažený i stresovaný.
 - Nemůže být zároveň vděční a negativističtí. Proto se negativita musí rozplynout.
5. Znovu pocitu přidělte body. Je jich méně? Pokud ano, míříte správným směrem. Pokračujte až k nule. Jestli body neklesají, projděte všechny kroky znovu, nebo zkuste něco jiného.

VII. Odhodte pocit

Je to nejjednodušší a nejrychlejší způsob, jak se zbavit každé nechtěné myšlenky nebo pocitu.

Zkuste toto:

1. Uchopte tužku.
2. Sevřete ji v ruce.

3. Svírejte ji silně a položte si ruku s tužkou na břicho nebo na prsa, kde obvykle vnímáte emoce.
4. Cítíte napětí v ruce svírající tužku, až je to skoro nepříjemné.
5. Takto svíráte své pocity.
6. Natáhněte ruku před sebe, pořád držte tužku, a otočte ji dlaní k zemi.
7. Uvolněte prsty a nechte tužku spadnout.
8. Vidíte, jak snadno spadne? Stejně snadno okamžitě odpadne každá nechtěná myšlenka nebo nechtěný pocit.

Pocity nás nikdy nedrží. To my držíme je. Pocity chtějí plout jako energie. Jenže my je omezujeme v pohybu, protože je chytáme. Nechte je proto plout a odejít.

VIII. Vědomě srovnávejte

Nikdy bychom se vědomě nezranili ani neomezovali. Ale podvědomě to děláme skoro každý den.

Tím že z podvědomí děláme vědomí, rozlišujeme (vidíme, co děláme) a během toho spontánně uvolňujeme vše, co pro nás není dobré.

Právě rozlišování umožňuje odstranit nechtěné pocity. Když vědomě srovnáváme, ukazuje se, že naše pocity nás nedrží a že máme na výběr - pocity si držet nebo je nechat jít.

Následují otázky o tom, jak rozlišujete. Je to cvičení, využívající mysl, aby zrušila své limity.

Až odpovíte na všechny, řekněte si, které si vyberete v dané chvíli.

1. Když myslím na ...(vložte problém nebo situaci, která vyvolává stres), mám pozitivní, nebo negativní pocity? *Vědomě vyberte pozitivní.*
2. Jsem volný, nebo svázaný? *Co si vyberete?*
3. Je to láska, nebo strach? *Co si vyberete?*
4. Je to víra, nebo pochybnosti? *Co si vyberete?*



5. Je to hojnost, nebo nedostatek? *Co si vyberete?*
6. Je to jednota, nebo rozdělení? *Co si vyberete?*
7. Je to klid, nebo vyrušování (strach)? *Co si vyberete?*
8. Je to uvolnění, nebo sevření? *Co si vyberete?*
9. Jsem s tím člověkem/pocitem/problémem spojený, nebo je oddělený? *Co si vyberete?*
10. Říkám ano, nebo ne ... (hojnosti, sobě, svobodě, cíli atd.)? *Co si vyberete?*
11. Vítám to, nebo odmítám? *Co si vyberete?*
12. Jsem otevřený, nebo uzavřený? *Co si vyberete?*
13. Jsem uvolněný, nebo sevřený? *Co si vyberete?*
14. Byl bych radši volný, nebo svázaný? Šťastný, nebo nešťastný? V klidu, nebo vystrašený? *Co si vyberete?*
15. Tlačím, nebo svírám; přijímám věci a nechávám je, jak jsou? *Co si vyberete?*
16. Dávám něco druhým a životu, nebo chci, aby oni dávali mně? *Co si vyberete?*
17. Jsem uvnitř hlučný, nebo tichý? *Co si vyberete?*

IX. Buďte jako obloha

1. Podívejte se na oblohu.
2. Vidíte po ní plout oblaka, nebo je jen otevřená a rozlehlá?
3. Všimněte si, jestli obloha drží mraky (ptáky, letadla, družice atd.), nebo se je snaží odstrčit pryč. Buďto něco dovoluje, nebo odmítá. Obloha je zkrátka otevřený prostor.
4. Vnímejte rozlehlost a otevřenost oblohy.
5. Všimněte si, co ve vás tato otevřenost vyvolává - hlubší, širší a větší stav uvědomění.
6. Pokud se objeví myšlenka nebo pocit, sledujte je, jak procházejí kolem jako oblaka. Prohlížejte si je a na nic nemyslete, ani se jich nechtějte zbavit. Jen je nechte plynout kolem.
7. Vracejte se k pocitu otevřenosti ve svém nitru, která je stejná jako otevřenost oblohy.

Nemůžete vidět něco vně sebe, co nemáte uvnitř. Proto je neomezenost oblohy stejná jako neomezenost prostoru, který vidíte v sobě.

X. Nechte to odplynout

Naše mysl nás často zatáhne do myšlenkových proudů, které připomínají spěchající řeky. Nemusíme však s nimi plout.

Až si příště všimnete, že vás vtahují nechtěné myšlenky nebo pocity, zkuste toto:

1. V duchu si klekněte vedle spěchající řeky, do bezpečí suchého břehu.
2. Vnímejte smršť pocitů ve svém nitru.
3. Odhoďte tyto pocity do spěchající řeky.
4. Nechte je, aby rychle odpluly.
5. Nechte myšlenky, pocity a starosti, aby rychle odpluly do moře a rozpustily se v jeho velikosti jako sůl.
6. Znovu si představte, jak klidně a tiše sedíte na břehu, bez rozčilujících emocí.
7. Pokud se vyskytnou další emoce, taky je zahodte do spěchající řeky a nechte je odplout do moře. Pokračujte v tom, dokud nebudete mít ve svém nitru naprostý klid.

XI. Přestaňte mít výhrady vůči sobě a svým pocitům

Většina z nás je stále nespokojená se sebou a svými pocity. Je to stejné, jako když máte zlomenou nohu a boucháte se do ní holí. Nepomůže to. Bolí to a zranění se zhoršuje.

Když se objeví nechtěný pocit, zkuste toto:

1. Hledejte energii nespokojenosti.
2. Přivítejte ji.



3. Nechte odejít veškerou energii nespokojenosti, pocitu nebo myšlenky.
4. Opakujte to znovu a znovu a znovu, dokud tato energie nezmizí.
5. Každý den si všimněte nespokojenosti se sebou a nechte ji odejít.

Nemůžete pokročit a mít se rád, pokud máte stále vůči sobě výhrady. Je to stejné jako jet v autě se zataženou brzdou. Není možné mít se rád, když k sobě máme výhrady. Většina z nás to však má ve zvyku.

Až tato energie zmizí, budete volní a můžete výrazněji pokročit k energii spokojenosti.

XII. Pochvalte se

Bezvýhradně se pochvalte - už jen proto, že dýcháte a žijete.

Co znamená pochválit se? Znamená to, že se máte rádi a uznáváte se.

Jestliže je to pro vás obtížné, vraťte se k předchozímu cvičení a zbavte se dalších výhrad. Jinak jedete se zataženou brzdou.

Následující postup jsem se naučil od Kama Bahkshi, který ovládá techniku *Release*:

1. Začněte náprstkem pochvaly - jenom trošičku. Nalejte si ji na hlavu a nechte vsáknout.
2. Až se vsákne, dopřejte si ještě víc - kalíšek na vejce. Přijměte to.
3. Potom ještě víc - šálek na kávu.
4. A ještě víc - vědro.
5. A ještě - plnou vanu.
6. A ještě víc - vodopád energie uznání.
7. Potom jezero pozitivní, milující, pochvalné energie.
8. A nakonec - celé moře pochvaly.
9. Plujte jako houba v moři čisté pozitivní pochvaly a uznání.
10. Nasávejte ji všemi buňkami. Naložte se do ní.

Možná se celý postup naučíte zpaměti a budete to opakovat každý den se zavřenýma očima. Je to velice účinné cvičení pro zdraví, štěstí, hojnost a svobodu.

XIII. Vznášejte se jako balonek

Tuto metodu jsem se naučil, abych se zbavil bolesti hlavy. Je velice účinná (od té doby mě hlava nebolí). Lze ji použít na každou bolest, ale také proti nechtěným myšlenkám a pocitům.

Zde je postup:

1. Uvědomte si všechny nechtěné pocity (nebo bolest) v těle.
2. Představte si bolavé místo jako jasně červenou energii.
3. Naberte tu energii do jasně červeného balonku a zavažte ho provázkem.
4. Nechte ho vylétnout ze svého těla a myslí.
5. Sledujte, jak odlétá výš a dál, je menší a menší, až úplně zmizí.

XIV. Nechte pocit vypařit

To je další technika „rozpuštění“.

1. Představte si své nechtěné pocity a myšlenky jako vodu.
2. Nechte je vypařit se jako páru na horkém chodníku.
3. Jak se vypařují, dopřejte si pocit otevřenosti, který se ve vás rozhostí.
4. Uvolněte se.

Hrozba negativních pocitů se může zdát velice reálná, ale není to nic než přelud, jako se horko nad rozpálenou pouští nebo nad silnicí může jevit jako voda. Není to žádná skutečná látka. Nechte nechtěné pocity vypařit a rozplynout se jako přelud, což ve své podstatě jsou.



XV. Průtok řid'te ventilem

Potlačené pocity tvoří v našem nitru energii. Když vzniká, potřebuje další energii, aby se dala stlačit a řídit (mějte ji pod kontrolou). Jakmile tlak poleví, uvolníte se.

Jak tlak uvolnit:

1. Skloňte hlavu a přiložte si ruce na břicho nebo na prsa. Lépe budete ten pocit vnímat.
2. Zaznamenejte ten pocit v těle.
3. Pocit ohodnoťte body od 0 do 10.
4. Představte si ten pocit, jako byste měli stlačenou vodu v žaludku nebo na prsou.
5. Představte si nad tou energií vodovodní kohoutek nebo ventil.
6. Otevřete ventil a nechte pocit vystříknout ven.
7. Můžete ventil otevřít nebo zavřít, podle toho, jak chcete průtok omezit.
8. Nechte pocity vytékat, dokud nejste v nitru úplně očištěni.
9. Znovu pocitu přidělte body od 0 do 10. Je jich méně? Pokud ano, míříte správným směrem. Pokračujte až k nule. Jestli body neklesají, projděte všechny kroky znovu, nebo zkuste něco jiného.

XVI. Vypusťte třeba jen jedno procento

Někdy nás ochromí představa, jak se uvolní potlačené pocity. Nezapomeňte, že nepotřebujete vypouštět všechny pocity najednou. Ať vás nezahltí.

Zkuste toto:

1. Zjistěte, zda pocit není příliš intenzivní.
2. Vypusťte ho jen z jednoho procenta.
3. Nechte uvolnit jedno procento pocitu (můžete ho taky pustit nebo použijte některou jinou metodu).

Nakonec se zbavíte víc než jednoho procenta pocitu a zjistíte, že jste mnohem lehčí a svobodnější.

XVII. Soucitně pocit obejměte

Každý potřebuje lásku a soucit. Dokonce i pocity. Všechny potíže jsou způsobeny nedostatkem lásky. Láska a soucit léčí.

Zkuste soucitně přistupovat i ke svým pocitům:

1. Skloňte hlavu a přiložte si ruce na břicho nebo na prsa. Lépe budete ten pocit vnímat.
2. Zaznamenejte ten pocit v těle.
3. Pocity ohodnoťte body od 0 do 10.
4. Teď byste mohli ten pocit láskyplně obejmout, jako matka a otec objímají dítě, které něco bolí.
5. Uklidněte ten pocit.
6. Ztotožněte se s bolestí nebo zármutkem pocitu.
7. Jak s ním budete soucítit, bude se neustále zmenšovat, až zcela zmizí.
8. Přidělte pocitu znovu body od 0 do 10. Je jich méně? Pokud ano, míříte správným směrem. Pokračujte až k nule. Jestli body neklesají, projděte všechny kroky znovu, nebo zkuste něco jiného.

Tuto bonusovou část mi poskytl Peter Michel. Použil jsem ji s jeho laskavým svolením. Chcete-li se seznámit s jeho knihou, která obsahuje více než 50 očištných metod, podívejte se na: www.emotionalfreedom101.com.



Bibliografie

- Atkinson, William Walter. *Thought vibration, or The Law of Attraction in the Thought World*. Chicago: New Thought Publishing, 1906.
- Behrend, Genevieve, Vitale, Joe. *How to Attain Your Desires by Letting Your Subconscious Mind Work for You*. Garden City, NY: Morgan-James Publishing, 2004.
- Behrend, Genevieve, and Vitale, Joe. *How to Attain Your Desires, Vol. 2: How to Live Life and Love It*. Garden City, NY: Morgan-James Publishing, 2005.
- Braden, Gregg. *The Divine Matrix: Bridging Time, Space, Miracles, and Belief*. Carlsbad, CA: Hay House, 2006.
- Bristol, Claude. *The Magic of Believing*. New York: Pocket Books, 1991.
- Byrne, Rhonda. *The Secret*. New York: Atria Books /Beyond Words, 2006.
- Callahan, Roger. *Tapping the Healer Within: Using Thought-Field Therapy to Instantly Conquer Your Fears, Anxieties, and Emotional Distress*. New York: McGraw-Hill, 2002.
- Canfield, Jack, Switzer, Janet. *The Success Principles: How to Get from Where You Are to Where You Want to Be*. New York: Harper Collins, 2006.
- Casey, Karen. *Change Your Mind and Your Life Will Follow*. New York: Conari Press, 2005.
- Coates, Denise. *Feel It Real! The Magical Power of Emotions*. N .p.: Denise Coates Publishers, 2006.
- Cornyn- Selby, Alyce. *What 's Your Sabotage?* N. p.: Beynch Press, 2000.
- Deutschman, Alan. *Change or Die: The Three Keys to Change at Work and in Life*. New York: ReganBooks, 2007.
- Di Marsico, Bruce. *The Option Method: Unlock Your Happiness with Five Simple Questions*. Walnut Grove, CA: Dragonfly Press, 2006.
- Dworskin, Hale. *The Sedona Method. Your Key to Lasting Happiness, Success, and Emotional Well-Being*. Sedona, AZ: Sedona Press, 2003.

- Eker, T. Harv. *Secrets of the Millionaire Mind: Mastering the Inner Game of Wealth*. New York: Harper Collins, 2005.
- Ellsworth, Paul. *Mind Magnet: How to Unify and Intensify Your Natural Faculties for Efficiency, Health and Success*. Holyoke, MA: Elizabeth Towne Company, 1924.
- Evans, Mandy. *Travelling Free: How to Recover from the Past*. Encinitas, CA: Yes You Can Press, 2005.
- Ford, Debbie. *The Dark Side of the Light Chasers*. New York: RiverHead Books, 1998.
- Gage, Randy. *Why You're Dumb, Sick and Broke... and How to Get Smart, Healthy & Rich*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2006.
- Gilmore, Ehryck. *The Law of Attraction*. Chicago: Eromlig Publishing, 2006.
- Goddard, Neville. *Immortal Man: A Compilation of Lectures*. Camarillo, CA: DeVorss & Company, 1999.
- Goddard, Neville. *The Law and the Promise*. Camarillo, CA: DeVorss & Company, 1984.
- Goddard, Neville. *The Power of Awareness*. Camarillo, CA: DeVorss & Company, 1983.
- Goddard, Neville. *Your Faith Is Your Fortune*. Camarillo, CA: DeVorss & Company, 1985.
- Goddard, Neville, Vitale, Joe. *At Your Command*. Garden City, NY: Morgan-James Publishing, 2005.
- Goldberg, Bruce. *Karmic Capitalism. A Spiritual Approach to Financial Independence*. Baltimore, MD: Publish America, 2005.
- Harris, Bill. *Thresholds of the Mind: Your Personal Roadmap to Success, Happiness, and Contentment*. Beaverton, OR: Centerpoint Research, 2002.
- Hawkins, David. *Devotional Nonduality*. Sedona, AZ: Veritas Publishing, 2006.
- Hawkins, David. *I: Reality and Subjectivity*. Sedona, AZ: Veritas Publishing, 2003.
- Hawkins, David. *Transcending the Levels of Consciousness*. Sedona, AZ: Veritas Publishing, 2006.



- Hicks, Jerry, Hicks, Esther. *Ask and It Is Given: to Manifest Your Desires*. Carlsbad, CA: Hay House, 2004.
- Hicks, Jerry, Hicks, Esther. *The Law of Attraction: The Basics of the Teachings of Abraham*. Carlsbad, CA: Hay House, 2006.
- Hogan, Kevin. *The Science of Influence*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2004.
- Holmes, Ernest. *Science of Mind*. New York: Tarcher, 1998.
- Joyner, Mark. *Simpleology: The Simple Science of Getting What You Want*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2007.
- Kaa, Sri Ram. *2012: You Have a Choice!* Tijeras, NM: TOSA Publishing, 2006.
- Kaufman, Barry Neil. *To Love Is to Be Happy With*. New York: Fawcett, 1985.
- Kennedy, Dan. *No B.S. Wealth Attraction for Entrepreneurs*. N.p.: Entrepreneur Press, 2006.
- Kristof, Aziz. *The Human Buddha: Enlightenment for the New Millenium*. New Delhi, India: Kristof, 2006.
- Landrum, Gene. *The Superman Syndrome: The Magic of Myth in the Pursuit of Power; The Positive Mental Moxie of Myth for Personal Growth*. N.p.: iUniverse, 2005.
- Lapin, Rabbi Daniel. *Thou Shall Prosper: Ten Commandments for Making Money*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2002.
- Larson, Christian D. *Your Forces and How to Use Them*. London: Fowler, 1912.
- Larson, Melody. *The Beginner's Guide to Abundance*. N.p.: Booklocker.com, 2007.
- Levenson, Lester. *No Attachments, No Aversions: The Autobiography of a Master*. Sherman Oaks, CA: Lawrence Crane Enterprises, 2003.
- Levenson, Lester. *The Ultimate Truth about Love & Happiness: A Handbook for Life*. Sherman Oaks, CA: Lawrence Crane Enterprises, 2003.
- Lipton, Bruce. *The Biology of Belief: Unleashing the Power of Consciousness, Matter and Miracles*. N.p.: Mountain of Love, 2005.
- Loisicr, Michael. *Law of Attraction*. Victoria, Canada: Losier

- Publications, 2003.
- McTaggart, Lynne. *The Intention Experiment: Using Your Thoughts to Change Your Life and the World*. New York: Free Press, 2007.
- Oates, Robert. *Permanent Peace*. Institute of Science, Technology and Public Policy, 2002.
- Ponder, Catherine. *The Dynamic Laws of Prosperity*. Camarillo, CA: DeVorss & Company, 1985.
- Proctor, Bob. *You Were Born Rich: Now You Can Discover and Develop Those Riches*. Toronto, Canada: Life Success Productions, 1997.
- Ray, James Arthur. *The Science of Success: How to Attract Prosperity and Create Harmonic Wealth through Proven Principles*. N.p.: Sun Ark Press, 1999.
- Ressler, Peter, Ressler, Monika Mitchell. *Spiritual Capitalism: How 9/11 Gave Us Nine Spiritual Lessons of Work and Business*. New York: Chilmark Books, 2007.
- Ringer, Robert. *Looking Out for 1*. New York: Fawcett, 1985.
- Ringer, Robert. *Winning Through Intimidation*. New York: Fawcett, 1984.
- Scheinfeld, Robert. *Busting Loose from the Money Game: Mind-Blowing Strategies for Changing the Rules of a Game You Can't Win*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2006.
- Shumsky, Susan. *Miracle Prayer: Nine Steps to Creating Prayers that Get Results*. Berkeley, CA: Celestial Arts, 2006.
- Sugarman, Joseph. *Triggers*. Las Vegas, NV: Delstar Publishing, 1999.
- Tipping, Colin. *Radical Forgiveness: Making Room for the Miracle*. Marietta, GA: Global 13 Publications, 2002.
- Tipping, Colin. *Radical Manifestation: The Fine Art of Creating the Life You Want*. Marietta, GA: Global 13 Publications, 2006.
- Vitale, Joe. *Adventures Within: Confessions of an Inner World Journalist*. N.p.: AuthorHouse, 2003.
- Vitale, Joe. *The Attractor Factor: Five Easy Steps for Creating Wealth (or Anything Else) from the Inside Out*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2005.
- Vitale, Joe. *Buying Trances: A New Psychology of Sales and Marketing*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2007.



- Vitale, Joe. *The Greatest Money-Making Secret in History*. N.p.: 1st Kooks Library 2003.
- Vitale, Joe. *Hypnotic Writing*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2007.
- Vitale, Joe. *Life's Missing Instruction Manual: The Guidebook You Should Have Been Given at Birth*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons 2006.
- Vitale, Joe. *The Seven Lost Secrets of Success*. Hoboken, NJ: John Wiley & SonS, 2007.
- Vitale, Joe. *There's a Customer Born Every Minute: P.T. Barnum's Amazing 10 „Rings of Power“ for Creating Fame, Fortune, and a Business Empire Today - Guaranteed!* Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2006.
- Vitale, Joe, Ihaleakala Hew Len. *Zero Limits: The Secret Hawaiian System for Wealth, Health, Peace, and More*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2007.
- Vitale, Joe, Hibbler, Bill. *Meet and Grow Rich*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2006.
- Wattles, Wallace D. *How to Get What You Want*. Publisher unknown.
- Wattles, Wallace D. *The Science of Getting Rich*. New York: Penguin/Tarcher, 2007.
- Wilber, Ken. *Quantum Questions: Mystical Writings of the World's Greatest Physicists*. Boston: Shambhala, 2001.
- Wojton, Djuna. *Karmic Healing: Clearing Past-Life Blocks to Present-Day Love, Health, and Happiness*. Berkeley, CA: Crossing Press, 2006.

O autorovi

Dr. Joe Vitale, jedna z hvězd filmu *The Secret*, je prezident *Hypnotic Marketing Inc.*, prezident *Frontier Nutritional Research, Inc.*

Je autorem mnoha knih, které jsou zde uvedeny, včetně bestsellerů *The Attractor Factor*, *Life's Missing Instruction Manual* a audioprogramu *The Power of Outrageous Marketing*.

Také napsal *The E-Code*, *There's a Customer Born Every Minute*, *The Seven Lost Secrets of Success*, *Hypnotic Writing*, *Your Internet Cash Machine* a *Buying Trances*. Též je spoluautorem *Meet and Grow Rich* a *Zero Limits*. Všechny vyšly v nakladatelství Wiley & Sons.



Joe kdysi neměl střechu nad hlavou a žil v chudobě, ale nyní je považován za průkopníka internetového obchodu. Pomáhal lidem stát se milionáři a pomohl vytvořit impérium online.

Díky účinkování v *The Secret* a úspěchu svých knih *The Attractor Factor* a *Zero Limits* je známý jako svépomocný guru. Často ho nazvali buddhou internetu.

Jeho hlavní stránka je na www.mrfire.com.



Zvláštní nabídka

Kdo další potřebuje trenéra zázraků?

Nakonec jste díky Kurzu zázraků Joa Vitalea překonali překážky ve svém nitru, které vám nedovolují dosáhnout vytčené cíle.

Teď potřebujete být čistí, abyste si přitáhli vše, co si přejete. Pokud ve vás přetrvávají nějaké protizáměry - ať už vědomé nebo podvědomé - nepodaří se vám to. A jestliže ano, budete to jen dočasné.

Takže jak se očistíte? Jak se překážek zbavíte a budete rychle postupovat za vším, co se snažíte přitáhnout?

Můžete použít 10 očištných metod z této knihy, ale přejete-li si rychlejší výsledky, možná by se vám hodil trenér zázraků. V takovém případě se podívejte na webovou stránku kurzu zázraků - www.miraclescoaching.com.

Úspěch nezávisí na okolí jedince. Kdyby závisel, všichni lidé ve stejné lokalitě by byli úspěšní a úspěch by byl zcela záležitostí vnějšího světa. Jenže vidíme, že lidé, kteří se vyskytují prakticky ve stejných podmínkách, jsou různě úspěšní a neúspěšní. Z toho plyne, že příčina úspěchu musí spočívat uvnitř jedince a nikde jinde.

Wallace D. Wattles





Rejstřík

- Abundance Course*®, 165
 akupunktura, 97
At Your Command
 (Goddard), 100
 Atkinson, William Walker,
 26, 34, 110
Aude aliquid dignum, 54
- Barrett, Rick, 42, 43
 Beck, Aaron, 76
 BluBlocker, 38
 bolest, 16, 106, 111, 113,
 114, 115, 117, 120,
 164, 165, 179, 181
Boston Legal (televizní
 pořad), 31, 33
Bottomline Personal, 33
 Branson, Richard, 151,
 152
 Bristol, Claude, 79
 Britta, Alexandra, 41
 Bůh, 23, 41, 54, 89, 132,
 134, 145, 147
 Burnsová, Suzanne, 11, 23
*Buying Trances: A New
 Psychology of Sales and
 Marketing* (Vitale), 43,
 80, 187
 Byrnová, Rhonda, 11, 79
- Canfield, Jack, 46, 64, 79,
 97
 Casey, Karen, 31
Click, 65
 CNN, 36, 101
 Collier, Robert, 36
 Craig, Gary, 11, 95
 Crain, Denny, 32
 craniosakrální metoda, 111
- čínská medicína, 97
- DeGeneresová, Ellen, 129
 DeMartini, John, 64
 deprese, 69, 119, 121
 Deutschman, Alan, 53
 Di Marsico, Bruce, 68
 Dillerová, Phylis, 31, 32
 disharmonie, 161
 duše, 9, 28, 45, 66, 108
- Eddington, Arthur, 125
 efekt pozorovatele, 112
 EFT
 viz Emotional Freedom
 Techniques, 95, 96, 97,
 98, 99
*Eliminate Fear of Public
 Speaking* (Callahan),
 95
 emoce, 29, 74, 95, 102,
 103, 110, 111, 113, 119,
 122, 127, 136, 163,
 166, 167, 175, 177
 emocionální svoboda 101,
 3, 160, 169
 energie, 27, 39, 45, 74,
 108, 111, 112, 114, 117,
 119, 131, 132, 133,
 137, 145, 160, 162,
 164, 165, 168, 169,
 172, 173, 175, 178
 Erickson, Milton H., 79
 Evansová, Mandy, 68
Executive Mentoring
 (program), 60
- faktor přitažlivosti, 43, 44
- Follender, Lee, 126
 Fordová, Debbie, 79
 Foreman, George, 46
 Francine, 15, 50
 Franklin, Benjamin, 60
 Freud, Sigmund, 32
- Gándhi, Mahátma, 47
 glutation, 38
 Goddard, Neville, 100,
 154
 Goldberg, Bruce, 48
 gravitační zákon, 33
- Hawkins, David, 14
 Hew Len, Ihaleakala, 28
 Hibbler, Bill, 11, 90
 Hicksovi, Jerry a Esther,
 27
 ho ʻoponopono, 88, 99,
 115, 142, 143, 145
 hojnost, 161, 176, 179
*How to End Self-Sabotage
 for Aspiring E-Book
 Authors* (Kase, Vitale),
 76
How to Get What You Want
 (Wattles), 19
Humbug (DVD), 43
Hypnotic Writing (Vitale),
 79, 187
 hypnóza, 3, 79
- Change or Die*
 (Deutschman), 53
*Change Your Mind and
 Your Life Will Follow*
 (Casey), 31

- Chicken Soup for the Soul* (Canfield), 64
Chopra, Deepak, 132, 141
- iluze, 56, 64, 141
informace, 38, 60, 79, 126, 132, 137, 159
inspirace, 62
- jang, 171
Jeans, James, sir, 59
Jefferson, Thomas, 26
jin, 171
- Karmic Capitalism* (Goldberg), 48
Kaseová, Larina, 76
Kaufman, Barry Neil, 55, 68
King, Larry, 33, 36, 46, 64, 102, 110, 129
Kirk, 66
klíč, 1, 2, 9, 10, 11, 13, 17, 18, 19, 20, 21, 25, 26, 40, 42, 46, 52, 74, 75
klid, 83, 115, 117, 138, 139, 160, 161, 167, 170, 176, 177
konflikt, 107,
Krédo optimisty, 2, 4, 5
Kurz zázraků, 3, 53, 126, 135, 148, 152, 155, 156
- Landrum, Gene, 56
Larson, Christian D., 5
láska, 11, 16, 32, 86, 90, 91, 94, 137, 149, 151, 152, 153, 161, 170, 173, 175, 181
lěčba pomocí traumatu, 112
- Levenson, Lester, 119, 163
Life's Missing Instruction Manual (Vitale), 54, 187
limity, 52, 166, 175
Looking Out for No. 1 (Ringer), 64
- magie, 53, 123
manifestace, 86, 96, 148
manipulace, 106
Mannová, Cynthia, 46
matka Tereza, 47
McLeanová, Jennifer, 110, 111
Meet and Grow Rich (Hibbler, Vitale), 90, 187
Mental Science, 35
Michel, Peter, 3, 160, 181
Miracle Prayer (Shumsky), 19, 20
Miracles Coaching, viz kurzy zázraků
Miss Bootzie, 41, 62
Mitchellová-Resslerová, Monika, 56
Money Beyond Belief (seminář), 96, 99
My Name is Earl (televizní pořad), 106
- negativní emoce, 97
Nerbyová, Tammy, 46
neville zovat, 104
Newsweek, 33, 129
Nicholsová, Lisa, 46
- očištění, 70, 76, 139, 154, 155, 169
Optimist International, 5
- Panoz Esperante GTLM* 2005, 50
peníze, 9, 18, 21, 22, 24, 46, 48, 49, 54, 81, 84, 96, 99, 106, 148, 149, 150, 151, 152, 153
Planck, Max, 13
pocit, 16, 17, 20, 34, 35, 43, 65, 66, 69, 71, 72, 73, 83, 84, 91, 93, 98, 100, 103, 107, 113, 114, 115, 116, 117, 119, 120, 122, 123, 124, 133, 136, 139, 140, 152, 154, 163, 164, 165, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 179, 180, 181
pocit zmaru, 119
polarita, 111
Ponderová, Catherine, 45
pozitivní energie, 96, 117
poznávací psychologie, 75
poznávací terapie, 76
pravda, 18, 37, 75, 77, 92, 93, 105, 123, 129, 134, 144
Protectus 120, 39
protizáměr, 21, 146, 147
přesvědčení, 3, 15, 18, 20, 23, 24, 25, 26, 49, 51, 68, 69, 70, 71, 73, 74, 75, 76, 79, 80, 88, 97, 99, 105, 127, 128, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 146, 147, 149, 155, 156, 157
- radikální odpuštění, 107
Red Lipstick (kampaň), 46
Reiki, 111
Release®, 165
Ressler, Peter, 56
Ringer, Robert, 64



- Roper, John, 39
 Ryan, Mark, 80
 Shatner, William, 31
- Shumsky, Suzan, 19
 Simeona, Marrnah, 88
Smrtonosná past 2, 44
 smutek, 69, 115, 119, 140
Society of American Magicians, 121
Spiritual Capitalism (Resslerová, Ressler), 56
 Standler, Adam, 65
 strach, 39, 69, 71, 73, 77, 88, 101, 121, 122, 160, 170, 175, 176
 Sugarman, Joseph, 38
- šťěstí, 60, 72
- Taylorová, Ann, 39
 teleseminář, 126, 147, 148
The Attractor Factor (Vitale), 20, 27, 36, 46, 61, 79, 91, 128, 130, 158, 187
The Dark Side of the Light Chasers (Ford), 79
The E-Code (Vitale), 187
The Greatest Money-Making Secret in History (Vitale), 54
The Law of Attraction (Hicksová, Hicks), 27, 79
The Magic of Believing (Bristol), 79
The Missing Secret (DVD), 43
The Opus, 18
The Power of Awareness (Goddard), 100, 103
- The Science of Getting Rich (Wattles), 102
The Science of Influence (Hogan), 66
The Secret (film), 11, 14, 15, 16, 18, 20, 27, 31, 36, 37, 45, 46, 48, 50, 52, 61, 79, 91, 97, 110, 129, 130, 150, 158, 187
The Seven Lost Secrets of Success (Vitale), 187
The Success Principles (Canfield), 64, 79
The Superman Syndrome (Landrum), 56
There's a Customer Born Every Minute (Vitale), 187
 Thought Field Therapy (TFT), 95
Thought Vibration, or The Law of Attraction in the Thought World (Atkinson), 26, 34
 Thurman, Howard, 105
 Time, 33, 129
 trauma, 111
Travelling Free (Evans), 68
 trenér zázraků, 153, 158, 159
 Triggers (Sugarman), 38
 Trump, Donald, 151, 152
- vděčnost, 64, 65, 66, 91, 170, 174
 vědomí, 15, 19, 56, 80, 89, 94, 99, 103, 114, 127, 128, 129, 146, 164, 168, 170, 171, 175
 vesmír, 23, 24, 25, 26, 38, 39, 54, 59, 68, 81, 88, 147
 vibrační harmonie, 96
 Vitale, Joe, 126, 127, 187
 vnitřní harmonie, 96
- využití negativního zážitku, 116
- Wattles, Wallace D, 19, 102, 103
 Welchová, Raquel, 31, 32
 wellness, 39
 Willis, Bruce, 44
 Wills, Howard, 39
 Winfreyová, Oprah, 45, 63, 97
Winning Through Intimation (Ringer), 64
 witness consciousness, 163
 World Wellness (organizace), 132
 Wright, Frank Lloyd, 53, 75
- Yates, Brad, 95, 96
Your Faith Is Your Fortune (Goddard), 100
Your Forces and How to Use Them (Larson), 5
Your Internet Cash Machine (Vitale), 187
- zákon přitažlivosti, 2, 9, 14, 26, 27, 31, 32, 33, 34, 35, 44, 45, 46, 49, 53, 54, 79, 96, 97, 101, 118, 137, 149, 152, 156, 157
 zámek, 9, 10
 zázrak, 15, 19, 37, 49, 64, 65, 94, 155
Zero Limits (Hew Len, Vitale), 28, 60, 63, 79, 88, 90, 93, 108, 143, 151, 158, 187
 zkušenost, 15, 19, 119, 127, 130, 157, 159
 zlost, 69, 113, 115, 119, 136, 140