

Nikola Birešová



Duše - duši  
Řekni mi proč?

# Duše - duši

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.pointa.cz](http://www.pointa.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)

● ■ pointa

Nikola Birešová

**Duše - duši – e-kniha**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2024

Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

  
**ALBATROS MEDIA**

*Duše - duši*  
*Řekni mi proč?*

Nikola Birešová



2024

● ■ **pointa**

## Knihá s Pointou

Nakladatelská online služba a komunita Pointa mění způsob vydávání knih a zapojuje čtenáře do dění.

Jak to u nás funguje? Autor na Pointu přichází s rukopisem a najde si knižní kolegy od grafika až po korektorku. Práce na knize ale začínají až o něco později. Pro její zrod je zásadní předprodej. S jeho pomocí získává autor od čtenářů menší finanční částky a celkový obnos pak použije na vydání i veškeré náklady, které jsou s ním spojené. A jak už vyplývá z předchozích vět, právě čtenáři jsou pro Pointu a její autory stěžejní.

Čtenář si na Pointě může procházet rozpracované projekty, číst si ukázky, debatovat s autory, a co je nejdůležitější – může knihu podpořit v předprodeji. Bez pomoci čtenářů by u nás knihy nemohly vycházet.

O té, kterou právě držíš v ruce, už je rozhodnuto. Podívej se na Pointě i na další knihy, jejichž osud můžeš ovlivnit.

**[www.pointa.cz](http://www.pointa.cz)**

Duše - duši. Řekni mi proč?

© Nikola Birešová

ISBN tištěné verze 978-80-7691-362-2

ISBN e-knihy 978-80-7691-522-0 (1. zveřejnění, 2024) (epub)

ISBN e-knihy 978-80-7691-523-7 (1. zveřejnění, 2024) (mobi)

ISBN e-knihy 978-80-7691-512-1 (1. zveřejnění, 2024) (ePDF)





# I. Úvaha o krutosti

V životě přijdou okamžiky, kdy se necítíme dobře a nechápe-  
me proč. Pokládáme si otázky: Proč právě já? Čím jsem si to,  
já duše, zasloužila? Co tak špatného jsem udělala, že se mi to  
stalo, že se mi to děje?

Někdy pláčeme, nebo máme pocit, že jsme všechny slzy vy-  
plakali, nebo uvnitř křičíme tak, že nám srdce puká nad tím  
vším, co v sobě nosíme. Nebo se skrze ten smutek ani nemů-  
žeme nadechnout. V noci nemůžeme spát pod tíhou myšlenek,  
které nám připomínají, co se nám v životě děje. Tápeme a ne-  
můžeme se vyznat ani v tom proč, a ani sami v sobě.

Často se lidé ptají, zda existuje Bůh, a pokud ano, proč dovolí  
tu bolest, krutost.

Vezměme si kupříkladu hada a malou myšku, která právě  
poprvé ve svém krátkém životě porodila mladé. Vystlala jim  
noru (domov) vším měkoučkým, co kde našla. Ten den, kdy  
přiváděla na svět svá první mláďata, své myší děti, byl pro ni  
náročný a vyčerpávající, ale pískot novorozeňat jí dodával sílu.  
Hned o ně začala pečovat, pilně je olizovat, aby byla suchá a ne-  
prochladla. Začala je krmit. Každý den to bylo stejné. Jen na  
okamžik si celá vyčerpaná vyběhla ven, aby se najedla. A vtom  
se příplížil had, mladé jí zabil a snědl. Myš se vrátila do nory  
a hned ucítila, co se stalo, hledala své děti, pískotem je volala,  
ale nic, ani hlásek nazpět.

Ten had byl hladový. Kdyby se tohoto činu nedopustil, zahy-  
nul by. Ale co kdyby ten had nebyl on, ale ona a čekala vlastní  
mláďata? Pro záchranu svých dětí a sebe sama by vzala život  
jiných dětí. Je to stále krutost?

Co taková slonice, jež týden stojí nad svým mrtvým mlá-  
dětem a žalostně pláče? Nebo štěně, které přetváříme ve svůj

---

vlastní obraz? A v budoucnu se stane odrazem našich emocí. Vychováváme-li zvíře v agresi, nebude přece mírumilovným a láskyplným, ale agresivním, plným strachu. Obrana = útok. Jaký pán, takový pes.

Zamysleme se, máme toho málo společného, co se cítit týče, se zvířecí říší? Někdo by řekl, že to je koloběh života. Jiný by to považoval za hloupé přirovnání.

Dobře, podívejme se na to jinak. Co kdybys ty byl tou myší a had ti pozřel tvé děti? Co by to v tobě vzbudilo? Nenávist, zlobu, strach, smutek, bolest. Není to také krutost? Není krutost prostě jen krutost, a co to vlastně je „krutost“? Kdo nazval krutost krutostí? A není krutost prostě jen zakořeněný strach? Matka, která novorozeně zabalí do deky a odhodí je?

Pojďme v čase nazpátek. Jedné rodině se narodilo dítě, malá rozkošná holčička. Ovšem její maminka nebyla tak docela připravená na mateřství, samotné její dětství nebylo dobré. Otec ji bil, hojně holdoval alkoholu a týral i její maminku. Jak tedy měla pečovat o právě narozené dítě, když sama jako dítě žila ve strachu, křiku, násilí, bez odvahy vzepřít se? Nikdo jí neukázal, jak milovat a pečovat o druhé. A teď se to od ní očekává. Drží to své dítě v náručí a říká si, že to nějak dopadne, a sama vychovává svou dceru tak, jak byla zvyklá, tak, jak to viděla u svých rodičů.

Výchova byla náročná, i manželství se dost podobalo životu její matky. Moje maminka si dávala sklenku vína, a tak to taky povedu, třeba to budu snášet lépe. Sklenka ke sklence a do dvou let už to bylo více než jen jedna sklenička, více než víno. Začala svou dceru vychovávat tak jako její maminka, její dcera žila přesně ten samý život jako ona sama a před ní její vlastní matka. Za pár let už to byla slečna, zanedlouho žena. Žena, která sama čekala dítě. Prožívala ty samé pocity jako její babička, i maminka a sama čekala holčičku. Měsíc běžel za měsícem a hlavou se jí honilo tolik myšlenek, tolik strachu, co ji vnitřně svíral. Tak velké pocity strachu snad nezažila ani v dětství.



Co bude dál? Jak to zvládnou? Rodiče mi vždy říkali, že jsem hloupá a nic nedokážu. Jak mám zvládnout výchovu dítěte, jsem přece k ničemu.

Ten večer porodu... ten, kdy měla přivést na svět své dítě v objetí strachu, nenávisti k celému světu, bez naučené lásky, dítě porodila. Dívala se na něj a chtěla ten okamžik vymazat ze svého života, jako by nebyl, jako by se to nikdy nestalo, jako by nikdy nebyla těhotná. Prostě šlo o zlý sen a ona se každou chvilku probudí a bude to pryč.

Nestalo se to!

V ten moment, plná beznaděje a strachu, zabalila dítě do deky vyběhla ven do nedalekého parku, kde ho pohodila. Vrátila se domů, ráno se probudila a realita se pro ni stala snem. Už ani nevěděla, zda se jí to skutečně jen nezдалo. Nechtěla nad tím ani přemýšlet, vymazala to. Bylo to pryč.

Je toto krutost? Kdo byl vlastně doopravdy krutý? Ta, co se zbavila dítěte, nebo její rodiče? Či snad rodiče té, co porodila dceru, která pak své dítě vychovávala v krutosti a bez lásky, jež pak samo porodilo dítě a to zahodilo?

A had, který snědl myšce její malé myšky? Bolest a krutost. Koho za ně vinit? Boha? Nejsme sami tvůrci bolesti a krutosti? Nejsme to my sami, kdo tento pojem vytváří? Bůh nám dal svobodnou vůli. Podstatu. Chtěli jste tvořit, tak tvořte, říká s otevřenou náručí. Hle, jste tvůrci. A po smrti se nás zeptá, co jsme tedy vytvořili? Co mu řeknete? Stvořil jsem...

Co takhle: „Přetvořil jsem krutost v lásku.“?

Pojďme ten příběh trochu pozměnit. Mluvme o té ženě, která zabalila své dítě do deky a umlčela ho. Vymazala ho ze svého života. Představme si, že zjistila, že je těhotná. Čeká dítě. Dostavily se obavy a strach, co bude, jak to zvládne. Rodiče jí od mala říkali, že je k ničemu, nic neumí, co s ní bude, až vyrostete, když nic nedokáže? Je hloupá a líná. A teď bude sama matkou. Položí své ruce na své břicho a plná beznaděje a strachu se slza-

---

mi v očích tiše zašeptá: „Já to dokážu, nic se neboj, já se o tebe postarám a budeš mít lepší život, než jsem měla já. Vychovám tě v lásce a nikdy ti nebudu tvrdit, že jsi hloupé dítě anebo že nic nedokážeš.“ V onen moment se krutost, která byla po generace zakódována do linie života, mění v lásku. A láska plodí jen lásku. Tak jako násilí plodí jen násilí.

To malé děťátko vyrostlo a v dospělosti říkalo: „I když jsme neměly moc peněz, maminka mne milovala a snažila se mi dát to nejlepší, co mohla, naučila mne, jak mít ráda, a teď mám ráda i já vás.“

Všechny ty maminky dělaly pro své děti to nejlepší, jak mohly a uměly, přestože to tak nevypadá. Jak můžeme po někom chtít něco, co neumí, co ho nikdo nenaučil, nikdo mu neukázal? Kdo je tu vlastně viník a kdo poškozený? Koho bychom měli soudit? Kdo by měl být odsouzený? Jsou nějakí viníci? My utváříme naši podstatu, to my sami formujeme, čím jsme a kdo jsme. My jsme svobodná vůle, jsme tvůrci sama sebe, svého já. Nebo ti snad někdo stojí za zády a ty se jako robot necháš bezmocně ovládat? Vždyť můžeš říci stop, takhle to nechci, to nejsem já, já jsem já a ne ty.

Necháváme se strhnout okolím. Věcmi, co nám kdo kdy řekl, ať to byli rodiče, učitelé či přátelé. Rodiče nás přesvědčovali, že to nedokážeme, a tak si v dospělosti tuto zakotvenou myšlenku připomínáme a bojíme se, utváříme strachy a nedůvěru v sebe sama, ve své bytí, ve svou podstatu, ve své já. Pověděl snad někdy někdo tvým rodičům, když byli malí, že to nedokážou, a tak pak tuto zakotvenou myšlenku přenesli na tebe, aniž by si to uvědomili? Oni sami žili s myšlenkou, že to nedokážou, ve strachu ze selhání. Tak kdo je tady tvůrce tvého já? Můžeš říct, že rodiče, ano, částečně ano, ale jen na tobě nyní záleží, jak s kódy svých rodičů naložíš, zda si je ponecháš a přijmeš je za vlastní, nebo budeš sám sebou. Přijmi svou podstatu, svobodnou vůli a začni žít svůj vlastní život,

teprve pak se staneš tvůrcem svého já. Nebo budeš, stejně jako generace před tebou, žít z kódu někoho jiného?

## Kódování

Pojďme si říct, co je to kódování a o jak silný nástroj jde. Pojďme si připomenout, jak a proč se nám některé věci dějí a proč opakujeme činy svých rodičů. A nejen činy, ale i slova. Pojďme si říct, kdo je viník a kdo oběť. A kdo jsi vlastně ty.

**Čím méně zkušeností člověk má, tím více kódu vstřebává a přijímá za vlastní.**

Kdysi jsme se učili péct chleba, pečovali o semínka různých plodů, aby nám z nich vyrostla pro naše potřeby důležitá plodina. Učili jsme se, jak pečovat o dobytek, protože byl podstatný pro naši existenci. Učili jsme se tvořit a vědomosti se předávaly z generace na generaci. Například o bylinách, které léčily všelijaké nemoci. Museli jsme znát les a jeho plody. To vše bylo potřeba k tomu, abychom fungovali jako celek. Starší předávali zkušenosti mladším. Panovala úcta ke všemu živému a člověka k člověku. Dnes si pro chléb chodíme do supermarketu. Nepřemýšlíme o tom, kdo, jak a za jakých podmínek ho vyrobil, prostě jen jdeme. Bez myšlenek. Zato plní kódů. Co to takové kódy jsou a jakou moc mají?

- Co je tvé a co rodičů?
- Co zůstane tvé, pakliže odstraníme kódy rodičů?
- Co rodiče říkají, jak se chovají, co dělají stejně jako ty?
- Co z toho všeho opakuješ po svých rodičích?
- Bereš a upíráš sám sobě svobodnou vůli a potlačuješ svoji podstatu bytí?
- Co je podstata bytí?

- Kdo jsi ty?
- Proč jsi zde?
- Kdo za všechno může, kdo způsobil, že se věci opakují, vracejí se?
- Proč se cítím tak, jak se cítím?

```

#define DEBUG 1
/* We use standard printf(3) for debugging.
 * We use macros that "must" be true when debugging.
 */
#define DEBUG_STATEMENT(e) e #define DEBUG_PRINT2(x1, x2) \
printf("%d %d\n", (x1), (x2)) #define DEBUG_PRINT3(x1, x2, x3) \
printf("%d %d %d\n", (x1), (x2), (x3)) #define DEBUG_PRINT4(x1, x2, x3, x4) \
printf("%d %d %d %d\n", (x1), (x2), (x3), (x4)) #define DEBUG_PRINT_PLEDED_PATTERN(p, s, e) \
if (debug) print_partial_line(p, s, e) #define DEBUG_PRINT_STRING(w, s1, sz1, s2, sz2) \
if (debug) print_double_line(w, s1, sz1, s2, sz2) /* Print the fastmap in human-readable form.
 * The fastmap was a range = 0; unsigned i = 0; while (i < (1 << BITWIDTH)) {
 * for (i = 1; while (i < (1 << BYTEWIDTH) && fastmap[i] == 0) {
 * printf("%d\n", i); } } putchar('\n'); } /* Print a compiled pattern
 * starting at the START pointer into it and ending just before the pointer
 * end. (start, end) unsigned char *start; unsigned char *end; unsigned
 * char *pend = end; if (start == NULL) { printf("(null)"); return; }
 * while (p < pend) { switch ((ire_opcode_t) *p++) { case H_CHARACT:
 * mcnt = *p++; printf("exactn/%d", mcnt); do { putchar(*p); } while
 * (p < pend); case start_memory: mcnt = *p++; printf("/start_memory/%d",
 * mcnt); case stop_memory: mcnt = *p++; printf("/stop_memory/%d",
 * mcnt); case duplicate: mcnt = *p++; printf("/duplicate/%d",
 * mcnt); case charset_not: { register int c; printf("/charset%02d",
 * *p); assert (p + *p < pend); for (c = 0; c < *p; c++) {
 * printf("%c", c); putchar('/'); for (bit = 0; bit < BYTEWIDTH;
 * bit++) { printf("%c", (c * BYTEWIDTH + bit)); } p += 1 + *p; }
 * case endl: printf("/endl"); break; } } printf("/on_failure");
 * return; } } #endif /* DEBUG */

```

## Hod kamenem, kdož jsi bez viny

Představme si opět matku, otce a zrovna jim narozené dítě. Malou duši, která vklouzla do malého tělíčka a je závislá na ochraně a péči svých rodičů. Lásku záměrně nezmiňuji, jelikož ne každý rodič je schopný lásku dát, jak jsme si již dříve vysvětlili. Je třeba si uvědomit, že již od cirka čtvrtého měsíce nás dítě vnímá, poznává naše hlasy, ale i nálady a pocity. Pakliže je maminka, jež dítě očekává, šťastná, i miminko si spokojeně hoví v bříšku a je šťastné. Takové děti většinou po narození krásně prospívají. Hezky spí a jí, jsou klidné, je jim zkrátka dobře.

Jiné je to u dětí, jejichž těhotná maminka žije v obavách, strachu a ve stresu. Takový porod pak může být těžký a narozené miminko je plačtivé, špatně spí, a tím se rozvine další proces či cesta právě narozeného děťátka. Tím, jak je miminko nervózní a často pláče, špatně spí, začne být maminka ještě vyčerpanější, celý svět se jí jeví beznadějně, v únavě a slzách. A co vidíme? Pláče dítě i matka. Oba jsou nervózní a vyčerpaní. Je tu shoda pocitů.

Už v onen moment kódujeme novorozeně strachem. Já pláču a nikdo nepřichází, a když přijde, zlobí se.

Pojďme na chvílku malinko odbočit a říct si něco o energiích a jejich síle. Každý z nás a vše kolem nás vytváří energii. Kdybychom se mohli podívat přes kouzelné brýle a energii vidět, vypadalo by to, jako by kolem nás byla záře, takzvané aurické pole neboli aura. V této záři, která zaplňuje naše těla obíhá kolem nich, plavou naše a cizí energie. Proč cizí? Protože kupříkladu kódy našich rodičů nejsou naše (je potřeba si uvědomit, že i ony kódy jsou energie), a aby toho nebylo málo, při kontaktu (stačí, aby někdo stál vedle nás) se na nás lepí i energie jiných lidí.

Představte si, co to dělá s plodem miminka v bříše maminky, když má kupříkladu špatnou náladu nebo se bojí. Miminko okamžitě nasává do svého aurického pole tyto pocity a pouští

---

je až do podvědomí a vědomí, kde se zakódovávají. A není se pak čemu divit, když maminka žila v nějakém strachu, že miminku se nechce na svět. Vám by se chtělo? Neřekli byste si: „Já raději zůstanu tady, tady to znám a jsem zde v bezpečí, ten svět tam venku mě děsí.“?

Takže nejen, že nás od malička kóduje okolí, ale nasáváme i tyto energie, jež nás ovlivňují. A záleží na našem okolí, jaké energie to jsou, protože my jako děti nejsme ještě natolik silní, abychom mohli prohlásit: „Já to nechci, mně se to nelíbí.“ Pokud to vyslovíme, co se stane? Nastává vysvětlování, někdy i něco horšího. „Co jsi to řekl? Ty jsi drzý, já tohle povědět mým rodičům, už mám pár na zadek,“ a podobně. Od mala se v nás potlačuje svobodná vůle, naše podstata, a vytváří se strach, a aby toho nebylo málo, máme tady kód rodičů, který jim dali jejich rodiče, a oni jej přesouvají dál a dál. A to ještě není vše!

Děti jsou na energie extrémně vnímavé. Jsou to takové houbičky, které nejenže nás ustavičně pozorují, nechají se námi dobrovolně ovládat a manipulovat, jelikož je již od malička učíme, že jsou naším majetkem, ale ještě ke všemu nasávají naše kódy a energie, ať už pozitivní, nebo negativní. Rodiče prohlašují: „To nepůjde, to nedokážeš.“ nebo „Co jsi to zase udělal?“ „Musíš pozdravit každého, vždy a všude.“

„Maminko, a proč mám zdravit dvacetkrát denně?“

„Je to slušnost, to se musí.“

„A proč se to musí? Mně se ta paní nelíbí, proč ji mám zdravit?“

„Protože ti to říkám a hotovo. Neodmlouvej.“

Ve škole se musíme hlásit, když něco chceme říct. Proč? No přece abychom se nepřekřikovali, budeme proto dělat toto gesto – ruku nahoru – jinak vás nevidím a neslyším. Nebylo by lepší si vysvětlit, co je to vzájemná tolerance a úcta jeden

k druhému, a diskutovat společně již od mala? Vždyť děti toho mají tolik co říct a chtějí se o to podělit. Komunikovat. Není komunikace prvopočátek všech vztahů? Jak partnerských, tak pracovních či přátelských?

A určitě vás napadnou i jiné kódy, jež nás posléze v dospělosti brzdí. Bojíme se projevit svůj názor. Bojíme se komunikovat. Bojíme se, že nás nikdo nebude vnímat, že budeme nezajímaví. Potlačované emoce z dětství z nás dělají bytosti plné strachu a nízkého sebevědomí. A především bytosti, které neumí komunikovat, což se poté odráží na vztazích. Bojíme se projevit své JÁ, svou podstatu.

Otázka je, zdali máme podstatu a své já.

Rodičům nikdo neříkal „mám tě ráda, mám tě rád“, a tak to ani oni neříkali svým dětem. Většina citů a emocí se vyjadřovala křikem. „Podívej, už máš zase roztrhané kalhoty.“ Zeptejte se svých rodičů, kolik věcí, co říkali nebo říkají vám, jim říkali jejich rodiče. Najdete šedesátiprocentní shodu, to znamená, že 60 % vaší osobnosti je kódem vašich rodičů (prarodičů, praprarodičů atd.). Kde je tedy podstata osobnosti? V těch 40 procentech? Ba ne, nezapomeňte na učitele ve školce a ve škole. To je taky kódování. Ubereme tedy další nemalá procenta. A ještě okolní vliv během dětství a dospívání, to dělá minus dalších pár procent. A tady zbylo nějakých 10 % vaší podstaty. 10 % věcí, které jsou vaše vlastní. Vaše vlastní myšlenky. 10 % vašeho JÁ.

Není to málo? Čí život vlastně žijete? Jsou energie a kódy, v nichž žijete, opravdu vaše? Kdo vlastně jste? Jsou ty emoce, jež cítíte, vaše, nebo jde o pocity někoho jiného?

Představme si, že to vše dáme pryč a zůstane jen naše podstata. Kdo doopravdy jsme? My a jen my. Bez kódu jiných. Kým byste chtěli být? A kým nejste?

Máte strach z lásky? Strach ze zklamání? Strach, že vám někdo ublíží? Nevěříte si? Bojíte se, že to nedokážete? Bojíte

---

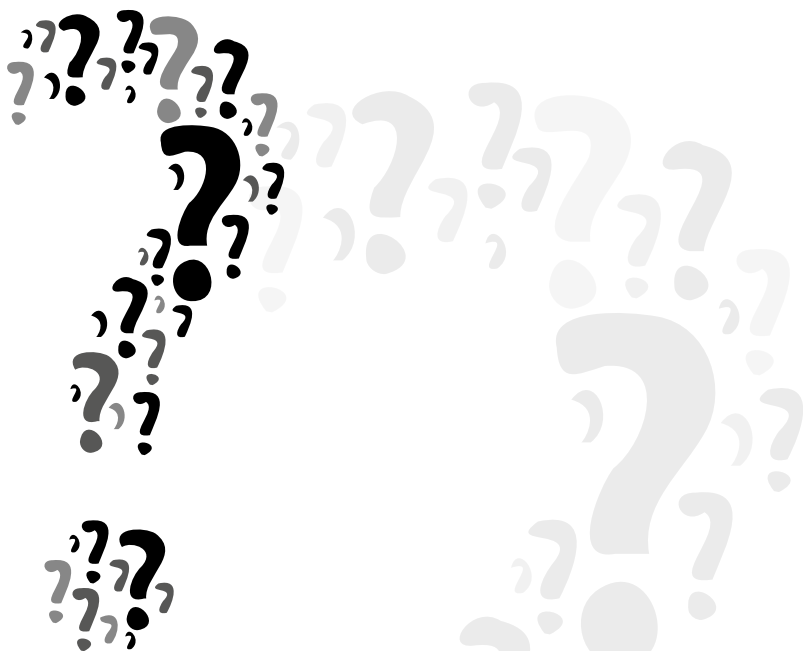
se, že nejste dostatečně dobří nebo hezcí? Posmíval se někdo vašim rodičům, že nejsou dobří nebo hezcí? Vaše nízké sebevědomí a strachy se vám vryly tak hluboko, že jste sami uvěřili, že nejste dobří nebo hezcí?

Připomínám, nezapomínejme na energie, ve kterých je toho vepsáno mnohem více, doslova vyryto, a které do sebe nasáváme od svých rodičů a okolí. My jsme odrazem jejich životů. Dovolme si být sami sebou, vezměme si nazpět naše procenta. Řekněme si a připusťme si „to nejsem já“. Stačí málo. Uvědomme si fakta a dokažme říct dost. Já jsem úžasná a krásná duše, dokonalá a jedinečná. Přece se není čeho bát, nemusím dělat to, co dělat nechci. Mám sebedůvěru. Proč by ne, když jsem tak úžasná a jedinečná bytost. A pokud mne někdo nechce přijmout takového, jakým jsem ze své čisté podstaty, nemusí.

Pokud někdo chce žít jako nakódovaný počítač a není připraven objevit své krásné duševní já, nevádí. Protože uvědomit si svou podstatu, na to musí duše dozrát. Nejdříve se učíme sedět, poté se postavíme na nohy a až pak uděláme první krok, ale vše chce svůj čas.

Jsi připravena, milá duše, opustit staré a začít objevovat své vnitřní já? Svléci ze sebe energii jiných a tvořit vlastní? Odkódovat kódy jiných a najít v té hromadě jiných životů sama sebe? Nikdo nemá právo ti podsouvat svou bolest, své myšlenky a prožitky ze svých životů. Ty máš ten svůj. I přesto, že to dělali tak, jak je to naučili, a dělali to nejlépe, jak mohli, rozluč se s tím, protože to jsou oni a ne ty. Ty jsi ty. Ty jsi duše a sama zodpovídáš za své myšlenky a činy. Nezapomeň, máš svobodnou vůli a neměla by ses s nikým dělit o svou podstatu, měla bys vytvářet podstatu sobě vlastní. Protože každá bytost je jedinečná a je vlastníkem své jedinečné podstaty, svého života. Žij svůj život a ne život jiných a jejich kódů. Oprosti se a začni hledat sama sebe.





Tak kdo vlastně jsi?

- Dovoluji si...
- Dovol sám sobě... být krásný.
- Dovol sám sobě... být jedinečný.
- Dovol sám sobě... si důvěřovat.
- Dovol sám sobě... mít se rád.
- Dovol sám sobě... být úspěšný.
- Dovol sám sobě... být usměvavý.
- Dovol sám sobě... žít v klidu a beze strachu.
- Dovol sám sobě... mít rád své okolí a vše, co je v něm.
- Dovol sám sobě... být tolerantní vůči svému okolí, a především sám k sobě
- Dovol si... radovat se.
- Dovol si... chtít a žádat.
- Dovol si... být šťastný.

---

Jestliže vám někdo říká: „Ty to nedokážeš,“ pak pochybuje sám o sobě a ne o vás. Zrcadlí sám sebe a své já se vším, co v něm je, aniž by si to uvědomoval.

Jestliže vám někdo říká: „Nejsi hezký,“ on sám se necítí být hezkým. Myšlenky jsou odrazem našich kódů a přetvářejí se ve slova. A tato slova mohou být nebezpečná pro ty, kdo naslouchají. Ale ten, kdo má srdce čisté, má čisté i myšlenky, a taková slova se přetvářejí v diskuzi a komunikaci, která může povznést naše duševní učení, myšlení a otevřít nám svět plný pochopení, harmonie a klidu.

Budme uvážliví ve svých myšlenkách, slovech a činech, jelikož i my formujeme a tvoříme naše okolí.

*Myšlenkami tvoříme pocity, a tím i sebe sama.*



## Odřenyiny na duši

Není bolesti bez křivdy, ale kdo může za onu křivdu? Kde byl počátek oné křivdy? Pakliže je ve vašem okolí někdo, ať už rodiče či lidé vám blízcí, můžete jim povědět pár hezkých slov, obejmout je a dát jim pocit lásky a bezpečí. Ukázat jim, jak je to krásné.

Co se stane v ten moment, kdy obejmeme takového člověka, který objímání nebyl naučen? Takový člověk, co to neumí, sám nebyl v dětství objímán, ač po tom toužil. Vždyť objetí je láska a bezpečí, pocit sounáležitosti. A pokud mu to v dětství nebylo dopřáno, uzavřel se sám do sebe. Má strach mluvit o svých vnitřních pocitech, jelikož nebyl nikdo, kdo by ho chtěl poslouchat, natož mu naslouchat. A tak si toto přenáší do dospělosti. A jelikož se tento pocit bezpečí nestal jeho součástí, trápí se sám nad svými vnitřními pocity a nechce své okolí zatěžovat svými problémy. Protože má naučeno, že pocity jsou hloupost. Věty typu: Tvoje starosti bych chtěla mít. Počkej, co tě čeká, až budeš dospělý, to přijdou opravdové starosti. Mě taky nikdo neposlouchal, když jsem byla malá. Jdi si hrát a neotravuj. Silní kluci / silné holky nepláčou. Přestaň, nebo ti dám na zadek, abys měl/měla důvod k pláči. atd... Takhle bychom mohli pokračovat do nekonečna.

Když nám bylo smutno, ať už nad rozbitou hračkou nebo nad ztrátou někoho či něčeho anebo prostě jen tak, protože jsme měli špatný den a chtělo se nám plakat, za kým jsme si šli pro utěšení? V koho jsme měli takovou důvěru, abychom se mu svěřili s tím, co nás trápí, čeho se bojíme nebo že potřebujeme s něčím pomoci? Kdo nám byl nejlepším přítelem? Rodiče? Myslím si, že toto se povedlo jen málokomu, moci rodičům s důvěrou povědět, že jsme něco pokazili a potřebujeme zachránit, pomoci. Ojmout v nejistotě, v hledání sama sebe.

Ani naše rodiče objímání nikdo nenaučil, nic z toho, co nám dali nebo nedali oni sami. Jak můžeš dát něco, o čem nevíš,

---

že je? I oni si vyslechli slova: „Tvoje starosti bych chtěla mít,“ a podobně. A přitom si sami v dětství procházeli stejnými pocity jako ty.

Pokud takovou duši obejměš, co se stane? Jako první přijde šok (musí ten pocit přijmout a mozek ho potřebuje zpracovat) - co se to stalo? Co se to děje? Vždyť to není normální! Říká si mozek v ten první okamžik. Cítíme, jak je tělo dotyčného doslova v křeči. Pak přichází druhá fáze (to je příjemné), mozek se zamýšlí a nastupuje uvolňování energie - aurického pole - přičemž nastupuje podvědomá vzpomínka na dětství, jak to bylo příjemné, když nás třeba někdo objal, když jsme to zrovna potřebovali, nebo dětská touha po obejmutí. Dostavuje se pocit uvolnění a zvláštní pocit radosti. Když se pak takovému člověku podíváme do tváře, má v očích výraz překvapení a koutky úst jsou malinko zvednuté, jako by se usmíval.

Až se příště znovu setkáte, bude chvilku přemýšlet, zda objetí přijde znovu, a tajně po něm toužit.

Po té první zkušenosti bude jeho mozek ještě okamžik zpracovávat, co se stalo a co je to za zvláštní pocit. Ale jelikož je tento pocit zakořeněný v podvědomí, nebude si ho moci tak dobře vysvětlit. Jelikož podvědomí máme uzavřené do té doby, dokud si neprojdeme stádiem učení sama sebe a znovu ho neotevřeme. Je v něm vepsáno absolutně vše, ale bohužel si jej do dvou let uzavíráme, jelikož nám ho začínají přebíjet situace a kódy okolo nás a nikdo nám nikdy neřekl, že nějaké podvědomí existuje a že ho má každý.

Vezměme si kupříkladu situaci, kdy jdeme po ulici a usmíváme se. V takovém případě se i lidé okolo nás usmívají, neboť na ně přenášíme svou pozitivní náladu (ta i spoluvytváří aurické pole pozitivní nálady). Když se však mračíme, co se stane? Zákon akce a reakce. Opět přenášíme energii na své okolí. Takovou sílu máme.