

Líbí se vám váš život? Nebo je nezajímavý, nudný, těžký či někdy postrádáte jeho smyslnost? Přijde vám občas vaše žití poněkud ploché a prázdné, i když máte pocit, že vám nic až tak zásadně nechybí? Hledáte, co by vám pomohlo vyplnit jakýsi vnitřní smutek, zvednout náladu a zmírnit nespokojenost?

text: Mgr. Blanka Demčáková
foto: Shutterstock.com



Dobrodružství není nikde venku, dobrodružství je v nás!

Jak si vytvořit život plný neobvyklých a vzrušujících zážitků?

Už nedočkávkě čekáme na léto. Blíží se čas dovolených, odpočinku a dobrodružství, víc než v kterémkoliv období roku. Co nám vlastně evokuje slovo „dobrodružství“? Tento pojem v sobě nese jakési DOBRO i součinnost spolupráce, a u toho nesmí chybět ani vnitřní svoboda. Co se stane,

když se spojí dobro v nás s tím nejvyšším dobrem? Že jste dosud nad tím takto nikdy neuvažovali? ☺ Náš život je totiž velké dobrodružství, pokud ho tak jen vnímat chceme!

Kooperace s DOBREM

Asi většina lidí si přeje být dobrým člověkem. Chceme šířit DOBRO a být jeho spojenci. Rozdílně si však tento pojem

už představujeme. Za dobré pokládáme většinou to, co je nám blízké. Proto i naše „dobré“ názory mnohdy způsobují druhým mrzutost a bolest. Rozdáváme dobré rady a bolí nás, když je druzí nepřijímají, a cítíme se odmítnutí. Jak se už říká: „Vždyť já ti chci jen dobře,“ zapomínáme však přitom na to, že: „Co je dobré pro jednoho, není pro druhého.“ I když jde o stejnou věc, někdo se potřebuje naučit více mlčet, někdo

zas aktivně projevit.

O kom tedy můžeme říci, že je dobrý člověk (když už tedy víme, že to není ten, co rozdává „dobré“ rady? ☺ O takovém, v jehož blízkosti se můžeme cítit dobře. Mnoho lidí vnímá, že dobrý člověk je pracovitý člověk, výkonný člověk, hodný člověk, užitečný člověk. Asi každý se snažíme být v životě nějak užitečný. Pracujeme, ať už doma nebo v zaměstnání, namáháme se a snažíme, co to jen jde, někdy až do roztrhání. Kolikrát jsme si už řekli: „Tak s tímto už nadobro skončuji,“ ten můj život je taková honička. Pokud chceme být užitečným člověkem, nestačí být pracovitým, ale šťastným! Největší odměnou pro Stvořitele je totiž naše radost.

Můžeme být dobří a přitom nešťastní? Kdybychom se řídili v životě našimi vlastními dobrými radami, byli bychom šťastnější. Naše štěstí se nedá popsat, pouze vyzařovat! Radost a vnitřní mír, ty žijí aktivně uvnitř. Druhým můžeme nabídnout to, aby se v naší blízkosti cítili dobře. Svým nitrem můžeme druhé pozvedávat, dodat jim pocit bezpečí, povzbuzení, podpory, víru i klid, ale nejdříve tím musíme být naplněni. A čím chceme naplnit druhého člověka, když jsme unavení, mrzutí, ztrhaní, neodpočatí...? Vždyť tyto stavy nemůžou působit dobře na nikoho z nás, a už nejméně prospívají právě nám.

Proč tak dobrý člověk onemocněl? No právě proto, aby se nejdříve osvobodil od neštěstí a neprospívajících vlastností. Vše se totiž děje pro naše nejvyšší dobro, i když to zrovna nepřipouštíme nebo nechápeme. Nemoc se neobjeví znenadání, my sami jsme na ni totiž už několik let zodpovědně pracovali a připravovali půdu na to, aby se mohla projevit. Je to něco, co nedokážeme předpokládat ani předvídat. Jsme zastaveni vyšším dobrem.

Hledači vlastních chyb – nejsme tak dobří, jak bychom si přáli! Jsme se sebou nespokojeni. Co všechno jsme mohli jen odělat lépe! V čem všem jsme pochybili! Věřte, že kdyby to šlo lépe, tak bychom to udělali. Chybí nám duchovní nadhled – změna pohledu na sebe, druhé i situace, přijetí a uznání toho, že cokoli se stalo, bylo to právě pro naše nejvyšší dobro, abychom se poučili a stali se zas o něco lepšími. ☺ Nebudme „strachoputi“, protože odvážně si přiznat chybu je základem sebepoznání a prvotním impulzem k naší proměně.

Hledejme DOBRO, mějme čas na podstatné věci, protože být dobrý znamená jít stále vpřed ve zdokonalování sebe sama. Hledejme aktivně cestu vzhůru, k duchovnímu světu, odkud pochází naše podstata. Osvojme si pojem dobra z toho nejvyššího hlediska a žijme tak. Nezanedbávejme to nejpodstatnější – účel svého života. Snažme se být dobří a ne zanedbaní. Hledejme

vedení, směr a pomoc. Zdržujeme se vlastními omezeními, hranicemi a klademe si pod nohy překážky. Je důležité naučit se stát na vlastních nohách a mít zodpovědný a nesobecký přístup k životu – nebýt lenivý a nespolehat se na jiné v něčem, o čem víme, že bychom to měli uskutečnit my sami. Ať naše vůle sílí, abychom byli schopni změnit náš přístup k životu, k sobě samým i k ostatním. Přijmeme svoji svobodu teď a s uvědoměním, že můžeme vykonat cokoli, po čem toužíme a co v hloubce duše považujeme za dobré a správné.

Možná se nám zdá, že jsme obklopeni mnohými těžkostmi a že naši situaci způsobil negativní stav naší mysli. Nejsme

NĚCO a nedá pokoj, dokud to nenajde. Cítíme touhu a nějak stále nevíme PO ČEM? Většina si tento stav vyhodnotí jako špatné období, které už brzy přejde. Zkouší a vyhledává různá dobrodružství, hlavně ať se něco děje a rychle to prázdno vyplňujeme nějakou další potřebou nebo chvilkovým potěšením. Postačí ale tuto nespokojenost naplnit něčím jenom z hmotného světa? Můžou změnit pouze vnější okolnosti vnitřní stav člověka a dovést ho k naplnění a trvalému štěstí?

Ozývá se a na zvonek zvoní, zas a znovu, naše já. Ani to netušíme, ale jsme totiž ve vězení = ve tmě své nevědomosti. A kde není světlo, není ani život a pohyb. Až když

Nezanedbávejme to nejpodstatnější – účel svého života. Snažme se být dobří a ne zanedbaní. Hledejme vedení, směr a pomoc. Zdržujeme se vlastními omezeními, hranicemi a klademe si pod nohy překážky.

svobodní, abychom mohli povznést své vědomí a myslet laskavým, pozitivním, konstruktivním způsobem, který nám přinese uspokojení. Volba je vždy v našich rukou. Skutečné štěstí je ukryto právě ve schopnosti jeho vnímání.

Mnoho lidí vyhledává adrenalinové, vzrušující zážitky, protože je ještě neobjevili v sobě. Možná se budete divit, ale lze je prožívat např. i při každodenně se opakujících cestách do práce či do obchodu. Naším vnitřním nastavením vnímejme, co jsme dosud prohlíželi, nebudme zahleděni jenom do sebe a svých myšlenek, prožijeme bděle každou maličkost, reagujeme na druhé autenticky a ne automaticky. Pokud cestujeme v dopravním prostředku, všimněme si, kde to jsme a s kým tam jsme, co se tam děje. Objevujeme dobro v člověku, kterého vidíme možná i každý den. Vnemejme jeho naladění. Teď a tady v našem nitru, to je to jediné místo, kde objevíme, že probíhá to pravé bohatství a neviditelné dobrodružství.

NEKLID + NENAPLNĚNÍ = NEMOC dnešní doby

Dnešní doba toho nabízí opravdu mnoho, ale i přesto, že dosáhneme viditelných výsledků (prostor k bydlení, auto, chata, rodina, dobré vzdělání, skvělá práce, dostatek peněz) a dopřejeme si zážitků dle libosti (lukrativní dovolené, adrenalinové okamžiky), i přesto se v nás objevují vnitřní stavy nespokojenosti, zoufalství, či dokonce těžké deprese. Cítíme jakési prázdno, naše duše totiž touží po naplnění, hledá

odhrneme závěsy, prohlédneme a začneme se na život dívat svým vnitřním zrakem, vnímající sílu světa neviditelného, otevřeme tím kliku dveří zevnitř, abychom se mohli stát (ze své omezenosti vnímání vyššího) vnitřně svobodnými. Postupně se začneme prosvětlovat, poznávat, jak s touto energií vědomě pracovat, a tím náš život začne nabývat i větší smysluplnosti. Až když se staneme skutečnými realisty a budeme plni touhy nejenom po hmotném, ale i po vyšším neviditelném, až teprve potom k nám můžou přijít odpovědi na základní životní otázky: Odkud jsem přišel? Proč jsem vlastně tu? Jaký smysl má život, když vlastně zemřu? Co je mým úkolem a životním cílem? Je smyslem jenom práce, rodina a hmotné záležitosti? Z čeho pramení moje nenaplnění? Co se se mnou stane, až tu nebudu? A mnoho dalších dotazů, které nás nutí hrábnout si do svého nitra a být k sobě upřímní. Bez poznávání a uvědomění si odpovědi na základní životní otázky toho dosáhnout nelze. Žádné nablýskané auto, milénka, honosný dům nebo skákání padákem týden co týden, nám tuto prázdnotu nezaplňují a neprosvětlí naše nitro pocitem štěstí natrvalo. Máme totiž aktivně hledat to, co postavíme za základ a smysl našeho života. Chtějme dát víc tomu, kdo nám ten život dal.

Digitální DETOX

Žrouti naší pozornosti – mobil, notebook, facebookové sdílení. Podléháme technickým vymoženostem, které nám méně slouží a více ubírají svobody. Pokud si nehlídá-

ALTERNATIVNÍ MEDICÍNA CZ

Zpravodajský a poradenský server



Praha - Svatovítská 578/18 606 909 540

www.AlternativniMedicina.cz

Pomáháte rádi ostatním ke zdraví?

Rádi vás přivítáme mezi nás.

www.VasePrilezitost.cz

ZDRAVÉ MARMELÁDY

Lahodné a plné výživných látek

Zpracované bez vaření a bez chemie

Pro děti i rodiče, pracující, sportovce i důchodce

Antioxidanty a vitamíny pro každý den

NOVINKY



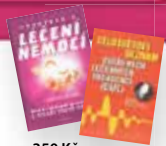
www.ZdravaMarmelada.cz

FREKVENCE PRO ZDRAVÍ

Zbavte se zdravotních potíží pomocí frekvencí.

Frekvence likvidují mikroorganismy v řádu minut. Více informací v knize:

www.Revoluce-v-leceni-nemoci.cz



350 Kč

200 Kč

www.CAFL.cz

FREKVENČNÍ GENERÁTORY NA LIKVIDACI VIRŮ A BAKTERIÍ



Plazmový generátor RPZ 14

Bezkontaktní likvidace virů, plísňů a bakterií

Cena s přepravními náklady 138 000 Kč

Doprava, zaškolení a podpora v ceně

www.PlazmovyGenerator.cz



Quantum Harmony

Programovatelný frekvenční generátor pro bezkontaktní likvidaci mikroorganismů

Rozměry: 313 x 218 x 54 mm

Rozsah: 0 - 2 MHz, váha 3 kg

Cena 188 000 Kč Pro CR a SK 122 000 Kč

www.QuantumHarmony.cz



Super Ravo Zapper PC

Plynulý posun frekvencí

740 pamětí pro programy

Cena s příslušenstvím 13 500 Kč

V ceně CAFL + kniha Dr. Clark

Pronájem 2 500 Kč / měsíc

www.Super-Ravo-Zapper.cz



F-SCAN COMPACT 37 000 Kč

Frekvenční analýza (100 pamětí)

350 pamětí pro programy

Pronájem 5 000 Kč / měsíc

www.Fscan.cz

ZAPPER CENTRUM ČR s.r.o.

Praha - Svatovítská 578/18 606 909 540

TECHNICKÁ PODPORA PO-PÁ 9-17

720 103 309

ZKŮŠENOSTI V OBORU PŘES 7 LET

TÍSECE SPOKOJENÝCH ZÁKAZNÍKŮ

SPOLUPRÁCE S VÝROBCI A KLIENTY

FINANCOVÁNÍ BEZ NAVÝŠENÍ

MNOŽSTEVNÍ SLEAVY

FINANCOVÁNÍ BEZ NAVÝŠENÍ

www.Zapper-centrum.cz

▼ INZERCE

me jasné hranice, život trávíme ve světě online. V tomto světě se můžeme cítit bezpečněji, protože nemusíme řešit sebe i ty kolem sebe. Vůbec nám to ale neprospívá, navozujeme si totiž do svého života tzv. počítačový „režim spánku“. Virtuální svět vládne a nemáme čas na to podstatné, opravdový kontakt s lidmi a sami se sebou. Potřebujeme občas tzv. digitální detox – čas bez obrazovek a displejů, aby nám neunikala naše podstata i realita.

Pokud nám přijde naše jídlo (život) mdlé, máme tendenci si přidávat koření – až extrémně žijeme životy nereálných, neobvyklých a nadsazených televizních tenovel či počítačových her, hledáme vzrušení ve chvílkových vnějších událostech, jsme závislí na adrenalinových zážitcích. Jenom z koření však dobré jídlo nikdy nenašíme! Základem jsou kvalitní suroviny, z kterých vzniká pokrm, tj. náš vnitřní život – morální hodnoty, smysl, cíl a vnitřní naplnění. Pokud nám schází výživný základní pokrm, koření je nám na nic a zbytečné. Nikdy nebude chutnou náhražkou za zdravé jídlo. Bude to vypadat navenek a naoko lákavě a krásně, ale nenasytíme se a pocit hladu (neklidu) bude přetrvávat a vyvolávat neustále další honbu za něčím dalším k dosažení vnitřní harmonie.

Držení se na vodítku

Duchovní zrání je možné jen prožitím všeho, co nám přichází v životě do cesty. Ale z velké opatrnosti a strachu se raději přimkneme k vodítku, které je do nás jakoby vrostlé a stalo se naší přirozeností. Nežijeme svobodně a autenticky. Udělejme si revizi svého života, podívejme se na něj s odstupem, přiznejme si realitu. Řídíme si ho dle svého, nebo se necháváme omezovat? Uvědomění je prvním krokem k nápravě. Neochuzujeme se o veliké množství nových podnětů, nedovolme, aby náš život zevšedněl, nabral stereotyp a nudu, a my byli tak donuceni vyhledávat chvílkový adrenalin venku. Nenechme si zlomit křídla, ale roztáhněme je k duchovnímu rozletu.

Hledejme za okolnostmi vnějšího dění vzkazy pro nasměrování našich životních rozhodnutí a dalších kroků. Nenasazujeme si „neviditelná vodítka“, tj. různá omezení, nežijeme ve „vězení“, tj. nečinnosti, a zažívaných postojích beze změn, bez vnitřní svobody. Za vším a za každým okamžikem se totiž skrývá něco nového, nepoznaného, vzrušujícího a neobvyklého. Odtáhněme závěsy v naší duši, abychom prohlédli a začali vnímat a koukat na svět tak, jako bychom každý okamžik viděli vždy poprvé.

Vysvobodíme se z vlastního vězení

Vnitřní svoboda se projevuje jakožto sebe-důvěra, žít v pravdě a nezávislost na dění. Svoboda znamená i osvobození od život-

ních iluzí a pout, dokonce i od tělesných věcí, a vstup do duchovních rozměrů zkušenosti.

Svoboda se může taky projevat jako žízeň po široké škále zážitků a dobrodružství. Pokud jsme nezávislí, nalzáme tyto zážitky v reálném světě, pokud jsme nejistí, prožíváme je prostřednictvím knih, filmů a příběhů jiných lidí. Na zážitcích si můžeme dokonce vypěstovat i závislost, jen abychom unikli nudě.

Svoboda a zodpovědnost jdou spolu ruku v ruce. Pokud se nám zdá, že nás někdo omezuje, zpátky nás vlastně nedrží nikdo jiný nežli my sami. Převezměme zodpovědnost do svých rukou a nevbuzujeme dojem oběti. Máme se naučit a pochopit, že otroctví člověka je stavem mysli. Někdo se cítí jak za mřížemi i v těch nejlepších podmínkách. Když o sobě pochybujeme, obáváme se, že můžeme být omezováni, a to jak ze strany lidí, tak okolností.

Na své životní cestě jsme vlastně takoví badatelé a dobrodruzi a jsme tady, abychom vyzkoumali, co obnáší skutečná svoboda. Vnější svoboda je vždycky relativní a obvykle omezená, avšak svoboda vnitřní ohrožena být nemůže. Uvědomujme si, že jsme byly vždycky svobodnými bytostmi a že jen my sami máme podíl na existenci jakékoli závislosti či omezení v našem životě, jež tu ovšem byly pro naše dobro a poučení.

Objevujeme nepoznaná zákoutí svého nitra, poznáváme naše přednosti a vlohy, ať slouží k nejvyššímu dobru všech. Dobro je v každém z nás, jenom mnozí na něj už zapomněli. Jsme na tomto světě proto, abychom do něho přinášeli dobro, vyzářovali lásku, světlo a moudrost pro všechny duše, které to potřebují.

Staňme se dobrodruhy v plném nasazení. Je čas, abychom využívali své schopnosti naplno a abychom mohli kdykoliv říct, to byla tedy „jízda“ hodná hrdosti a obdivu. Probudme dobro v nás, nebraňme se nepoznanému, nemějme strach něco zkoušet a přesvědčit se, co to nám i druhým přinese. Zkusme to. Konejme. Skutků s dobrými úmysly není nikdy dost.

Proč si z dneška neudělat speciální den a nevidět ve všem to nejlepší? Vzdávejme za vše vděk a zjistíme, že jedna nádherná věc nás povede k další, dokud celý náš život nebude jedno velké a krásné dobrodružství. Přeji samé dobré dny, máme na to mnoho důvodů ☺.

Mgr. Blanka Demčáková

Terapeut osobnostního rozvoje: poradenství, typologie osobnosti, přednášky a semináře, tel. 604 300 189. www.perlapoznani.cz

