Teal Scott:

Jak zjistit co vlastně chcete

(přepis)

Dnes budeme mluvit o tom, jak přijít na to, co vlastně chcete. Vaše tužby totiž nepomáhají k růstu je vám samotným, ale i celému Vesmíru. Každý den si tvoříme nějaké preference. Pro většinu z nás je to podvědomý proces. Ale ti, kdo jsou v životě nejšťastnější dokáží z těchto podvědomých procesů udělat procesy *vědomé*. Lidé, kterým se dostává toho, co chtějí, si totiž nejprve museli uvědomit, co to *něco* vlastně je.

Pro to, proč se vám nedostává odpovědi, když si říkáte, "já nevím, co vlastně chci", existuje důvod. Vy totiž nemůžete rezonovat na stejné frekvenci jakou má vaše otázka a zároveň se rovnou naladit na odpověď. Pokaždé, když se soustředíte na, "Já nevím, co chci. Co vlastně v životě potřebuji? Co mám dělat?" tak tím příchod dané odpovědi znemožňujete. Doslova jí totiž bráníte tím, že aktivujete vlastní "nevědění". Proto se musíte nejprve naladit na to, co *už víte* a potom zjistíte i ten zbytek.

Nejrychlejším způsobem, jak tohohle dosáhnout, je představit si, jaké by to asi bylo, všechny odpovědi už dávno mít. Takže když třeba ztratíte své klíče, tak jaké by asi bylo zase je najít? A když nevíte, co chcete, tak jaké by asi bylo *vědět*, co chcete? Jaké by to asi bylo vědět, co je vaším cílem/smyslem?

Budete-li se zaměřovat na svůj vnitřní monolog, který panikaří, tak tím jen zesílíte vědomí toho, že *nevíte*, co chcete. Přesuňte proto své myšlenky k tomu, že byste to třeba vědět mohli. A nebo se vůbec té potřeby něco znát zkuste zbavit, protože stejně nemůžete nikdy nic pokazit. Během života totiž docházíme, ať už o tom víme nebo ne, k určitým preferencím, A tyto preference způsobují rozpínání Vesmíru, které je vlastně tím pravým důvodem, proč tu vůbec jsme. Takže ať už vědomě víte nebo nevíte, co chcete, Vesmír už to nějak zpracuje a tím se rozpíná.

Zkuste si zahrát hru o tom, *co nechcete*. Spousta z vás možná neví, co chce, ale určitě vůči něčemu cítíte odpor nebo rezistenci. No a ty nejsou ničím jiným, než vaší pozorností upřenou na to, co nechcete.

Takže se zaměřte na to, co nechcete… a pak si zahrajte hru na protiklady. Zkuste to, co se vám nelíbí otočit a najít k tomu pravý opak. Ale pozor, odpověď nemusí být vždycky úplně přímočará. Tak např. když řeknete, "Nechci bý nemocná," opakem nutně nemusí být, "Chci být zdravá," ale třeba, "chci svému tělu důvěřovat natolik, že bez ohledu na to, co se mu děje, tak je vždy v souladu se zdravím."

Pořádně se zamyslete nad tím, *proč* vám určité věcí vadí. Na tohle je velmi dobré moje cvičení zaměřené na bytostná přesvědčení, které ukazuji ve videu “práce se stínem”. Pokud se vám podaří do detailu pochopit, proč se vám nelíbí to, co se vám nelíbí, tak získáte mnohem lepší představu o tom, co že je to to, co vlastně chcete.

Zkuste si představit, jak by se co mohlo změnit. Takže když třeba začínáte z pozice, “Nemám rád svojí práci,” zamyslete se nad tím, jaké by to bylo, kdyby se věci začaly postupně zlepšovat… A až si to budete vizualizovat, položte si otázku, co by bylo ještě lepší? Uvidíte, že budete hned mít novou představu! Potom se zeptejte, co by bylo *ještě lepší?!* Pokračujte v tomto cvičení tak dlouho, dokud se nedostanete k tomu vůbec nejlepšímu možnému scénáři. *Ten* je totiž tím, co opravdu chcete.

Pro to, abyste neomezovali Vesmír v jeho možnostech je nejlepší pracovat s *podstatou*, nikoli s detaily. Místo toho, abyste se soustředili na detaily svého současného povolání a skrze ně se snažili zjistit detaily povolání příštího, zaměřte se na své pocity. Jak se kvůli své práci cítíte? Jste plní nápadů… nebo jste znudění? Jste šťastní… a nebo naštvaní? Máte pocit bezmoci? Na tom, proč se cítíte, jak se cítíte, nezáleží. Chcete zkrátka jen identifikovat své negativní emoce. Ty potom můžete použít k tomu, abyste zjistili, jak byste se cítili raději.

Chciete mít spoustu nápadů. Chcete být nadšení… chcete mít pocit, že jste v práci k něčemu dobří. Nebo byste možná rádi práci, při níž byste měli více času na svojí rodinu. A nebo práci, která vám dá více volnosti. Máte v zaměstnání pocit nejistoty? Potom byste asi rádi pozici, na níž “budete v bezpečí”. Dalo by se říct, že to je takové cvičení naruby. Díky přesnému rozpoznání toho, co nechcete, si můžete uvědomit co naopak chcete. A jakmile tohle víte, můžete se na to zaměřit.

Mějte tu odvahu a zeptejte se sami sebe, “Co opravdu chci?!”

Většina z vás, kdo si tuto otázku kladete, žije život, v němž je vám někdo neustále dokazuje, že věci se rozhodně neodvíjí do toho, co chcete, ale od toho, co “byste měli”. Odjíví se od toho, aby byli spokojení hlavně ti ostatní. Nic ale nemůže být dál od pravdy. Pokud opravdu máte podobný život, potom je ale velmi pravděpodobné, že jste si otázku, “co chci?” ani nikdy nepoložili.

Zkuste si představit, že na světě neexistují žádná omezení. Předstírejte, že je tenhle Vesmír přesně takový, jaký byste ho chtěli ve svých nejdivočejších představách, že je to něco jako Disneyland.:-)

A teď si vezměte kus papíru a napište na něj: "Já chci..."

A tou druhou rukou, než kterou normálně používáte, začněte psát všechno, co vás napadne. Napiště cokoli, co vám přijde na mysl bez jakékoli cenzury. Je úplně jedno, jestli to zní jako blbost. Až budete hotoví, tak si na konci stránky položte následující otázku:

"Kdybych v tomhle životě mohl být nebo dělat cokoli, ale naprosto cokoli, co by to bylo?"

Až uděláte všechna tahle cvičení, o kterých jsem teď mluvila, zeptejte se sami sami *proč* chcete to, co jste zjistili, že chcete. *Proč* je jednou z nejcennějších otázek ve Vesmíru. Přivádí nás totiž k podstatě toho, po čem toužíme. A možná budete překvapení, co to ve skutečnosti je.

Tak např... začnete tím, že si řeknete, "Chci jinou práci."
Když se zeptáte *proč*, odpověď může být, "Protože se chci živit něčím, co mě baví."
A na to se můžete zeptat, "Poč byses chtěl živit něčím, co tě baví?"
Odpověď bude třeba, "Protože ze sebe chci mít dobrý pocit."
"Chci ze sebe mít dobrý pocit" je v tomto případě vaším bytostným přáním.

Podařilo se vám zredukovat vaše tužby na jednu základní, kterou je, "Chci ze sebe mít dobrý pocit". Napiště si seznam úplně všeho, díky čemu se cítíte dobře. Z čeho jste nadšení a co vám dělá radost. Zahrňte tam ty největší i nejmenší věci, takže všechno od toho, jak rádi se cítíte zamilovaní až po to, jak je to fajn, když vám sedí boty.

Když si dáte tu práci a zaměříte se na to, jak se cítíte a na věci, s nimiž je vám dobře, přiblížíte se blíže k odpovědi na otázku, "co vlastně v životě chci."

Vaše poslání je totiž vždy v souladu s tím, co děláte rádi a s nadšením.

Zamyslete se nad tím, co komu závidíte. Závist je totiž dobrým ukazatelem toho, co byste sami chtěli. Když někomu něco závidíte, tak je to

proto, že se domníváte, že takovou věc sami nemůžete nikdy mít, to ale nic nemění na tom, že to zkrátka chcete.

Zaměřte se na ty lidi ze svého okolí, kteří vám připadají nejšťastnější, protože to také souvisí s tím, co si definujete jako žádoucí a co vám připadá, že je v souladu s vašimi touhami.

Když nevíte, co chcete, můžete mít pocit, že jste v jakémsi mrtvém bodě. Nikam se neposouváte, protože nevíte, jestli byste radši to nebo ono a tím pádem nikam pořádně nesměřujete. Byť se to nezdá, tak právě *tohle* je ten správný okamžik pro další krok. Vesmír si nedělá starosti s tím, jestli něco pokazíte, protože to vy ve skutečnosti nemůžete a pokud vyvinete alespoň nějakou aktivitu, chytíte se příležitosti, která se vám zdá alespoň trochu dobrá, tak už jen tím se dávají věci do pohybu. No a jakmile se věci hýbou správným směrem… jakýmkoli směrem, bude pro vás mnohem snažší rozlišit, co vlastně chcete a co ne.

Tak třeba; chtěli byste jiné zaměstnání. Pokud se díky tomu, že si hledáte novou práci, cítíte dobře, tak si jí hledejte a taky ji vezměte! A teprve až ze své nové pozice vám bude jasnější, jestli takovou práci vlastně chcete nebo ne právě *to* vám pomůže přiblížit se tomu, co chcete od života jako celku.

Hlavně se nezacyklete v tom, co všechno byste nemuseli zvládnout. Ve skutečnosti totiž žádnou chybu udělat nemůžete, protože všechno se neustále nějak vyvíjí. Není nic, co byste nemohli změnit. Takže když uděláte rozhodnutí, které se vám postupně přestane líbit, můžete ho změnit jako mávnutím proutku.

Při hledání toho, co chcete a co ne, se nesmíte bát *zkoušet*. Během života si musíte *dovolit* zeptat se sebe sama, po čem vlastně toužíte a musíte své odpovědi dovolit, aby se měnila. Život na této i na jiných planetách se neustále vyvíjí. Pořád se měníme a pořád rosteme. Vesmír byl totiž vytvořen k tomu, aby se rozpínal. Takže to, co chcete dnes, nemusíte chtít zítra a pokud chcete být šťastní, tak je tohle potřeba přijmout. Nikdo z nás nedohlédne až na samotný konec věcí. To proto, že on nikdy nestojí na místě. A přesně tak to náš Vesmír chce. Protože jak jdeme svým životem, činíme různá rozhodnutí a směřujeme svou energii k tomu, po čem toužíme, tak tím, jak dosahujeme svých přání, neustále svou cílovou čáru posouváme. Pokaždé, když uděláme krok směrem k cíli, tak ho tím posouváme dál a dál. S tímhle je potřeba se

smířit… protože během svého života nikdy nic “nedokončíte”, ale také v ničem nemůžete udělat chybu.

Zdroj/Bůh nevychází se stavu dokonalosti, který byste se měli snažit nějak dohnat. Naopak! *Vy* mu skrze každou svou zkušenost říkáte, čím se má stát. Vy jste tím, co způsobuje jeho rozpínání a to bez ohledu na to, jestli si to uvědomujete nebo ne. Opravdu nemůžete nic zkazit!

Důvodem, proč vám chci pomoct zjistit, co byste chtěli, není to, že tady máte nějaké poslání, které když nenaplníte, tak je po všem. Dělám to proto, že Vesmír se rozpíná úplně nejvíc, když máme z něčeho radost. Když zjistíte a děláte to, z čeho máte radost, když žijete v souladu s radostí, dostáváte se do nové perspektivy. Proto lidé, kteří vědí, co chtějí rostou rychleji než ti, kdo to neví. Nicméně Vesmír se nevyhnutelně rozpíná dál tak jako tak.

Spousta z vás ví, že říkám, že zabývat se tím *jak* Vesmír funguje, není vaše věc.:-) Když říkáte věci jako, “Chci lásku, ale jenom v podobě osoby jménem Brad,” tak tím Vesmír blokujete, protože mu říkáte *jak* vám má dodat to, co chcete. A co kdybych zašla ještě dál a řekla vám, že dokonce i požadováním lásky nebo peněz, už určujete ono *jak*… To proto, že na světě neexistuje nic, co by se nedělo pro jeden jediný účel a tím je pocit štěstí. Takže co kdybyste si určili za cíl právě *tohle*? Co když *štěstí* je to, co opravdu chcete a všechno ostatní už je jen tím “jak”? Co když Vesmír ve skutečnosti ví mnohem líp, než vy sami, *jak* by k vám mělo štěstí dojít?

Proč z toho máme takový strach? Schválně, jak často se někoho zeptáte, co by v životě chtěl a on vám odpoví, “štěstí”? Je to téměř nevyhnutelná odpověď, protože samozřejmě že všichni chceme být šťastní. Tak proč se tedy tolik bojíme udělat si ze štěstí svůj hlavní cíl? To proto, že jsme všichni víceméně přesvědčeni, že když řekneme, že ze všeho nejvíc chceme být šťastní, Tak nás sice Vesmír učiní velmi šťastnými, ale také třeba chudými… Velmi šťastnými, ale také velmi osamělými.

Vesmír nás velmi dobře zná. Jenomže v nás existuje jistá nedůvěra, která s ním rozhodně není v souladu. Když řeknete, že chcete štěstí, tak Vesmír ví naprosto přesně, co je potřeba udělat, aby vás do takového stavu dovedl. No a štěstí pro většinu z nás nevypadá jako chudoba nebo osamělost. Má podobu hojnosti a spousty lidí, se kterými je vám dobře. Když se proto zaměříte na štěstí jako na svůj cíl… nijak tím Vesmír neomezujete v tom *jak*

vám ho má přinést. On vám ho přinese v podobě všech věcí, které v současné době hledáte a s nimiž si štěstí spojujete.

Věta, "Jediné, co chci, je být šťastný," zní jako jasná odpověď. Pokud si z ní ale uděláte životní cíl, potom můžete mít pocit, že to zkrátka nejde. Ale já vám tady dnes říkám, že tento cíl, je tím, co umožní všem kusům skládačky zapadnou do sebe. Tento cíl, *je svatý grál.*

Takže až si příště budete představovat vše, co byste chtěli, Odprostěte se od toho, *jak* to má vypadat… od toho, že máte ten obrovský dům a hromadu peněz nebo od toho, že vás lidé berou takové, jací jste. Místo toho si představte, jaké by bylo, být opravdu šťastný. Pokud to znamená vzpomenout si na dobu, kdy už jste někdy šťastní byli, pak to udělejte. Zkuste se zkrátka do toho stavu znovu dostat a pak už jen sledujte, jak se Vemír bude moct přetrhout, aby vám to všechno přinesl.

V průběhu věků si spousta duchovních tradic udělala z touhy svého nepřítele. Když se na tato učení podíváte… uvidíte, že vznikla v kastovních společnostech. Ve společnostech, v nichž když se narodíte do určitých podmínek, tak už se z nich nemůžete nijak vymanit. A když podobné kolektivní přesvědčení začne převládat, potom je 10x snažší udělat si z touhy nepřítele a nebo si říct, že tím, co chcete je raději nechtít nic. Důvodem je přesvědčení, že to, co chcete stejně nemůžete nikdy mít. Tak ale náš Vesmír nefunguje.

Nemusíte si z touhy dělat nepřítele. Ona totiž není tím, kvůli čemu trpíme. Podstatou našeho utrpení je právě ona víra, že se nám nemůže dostat toho, po čem toužíme. Je to přesvědčení, že nelze žít spokojený život, protože se naše hranice toho, co chceme, stále posouvá. A ona je to pravda. Touha jde ruku v ruce s touhou další. Existují dva způsoby, jak se dostat od toho, kde jste nyní, k tomu kde byste být chtěli.

1) Chápu, že v okamžiku, kdy něco chci, tak už to existuje a jakmile se na to naladím, tak se to musí promítnout do mé fyzické reality.

To se vám ovšem nepodaří, pokud si budete dál myslet, že to, co chcete, nikdy mít nemůžete.

2) Řekněte si, že chcete to, co *máte nyní*.

Protože jakmile se smíříte se svou přítomností, kruh se uzavírá a vy se spojíte se svým vyšším já.

Úplně nejlepší je v životě praktikovat oba tyto postupy. Nejdůležitější ale je, abyste nepřetávali chtít! Protože tak je naprogramovaný sám život. Díky touze se Vesmír rozpíná a dokonce i když říkáte, že žádnou touhu mít nechcete, tak už i to je touhou samo o sobě.

Neberte proto svá přání tak vážně. Ona vás totiž přestanou trápit jakmile přestanete řešit, že si pokaždé přejete něco jiného. Jakmile přestanete řešit, jestli s nimi žijete v souladu… jakmile si začnete užívat samotný proces dosahování svých přání, tak vaše touhy přestanou být vaším nepřítelem.

Zjistěte, co chcete. A pochopte, že v okamžiku, kdy to víte, tak se na to můžete naladit a ono se vám to vyjeví. Na tom, že něco chcete, není nic špatného. Je to naopak životně důležitá věc. Tak se přestaňte bát a jděte zjistit, co vlastně chcete.