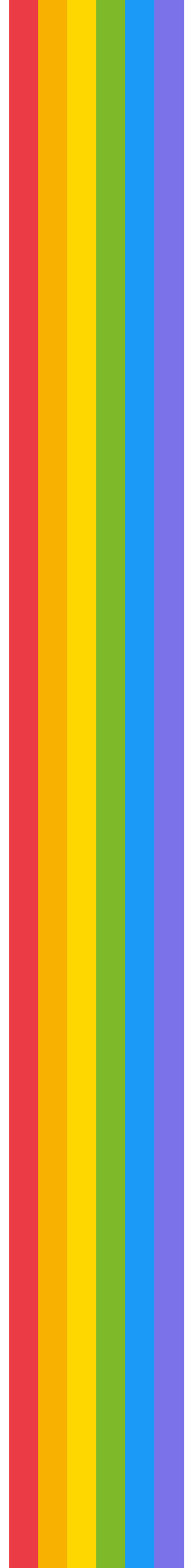


Lehce.  
Snadno.  
Hravě.

Změna  
programů  
v hlavě.





# Lehce. Snadno. Hravě. Změna programů v hlavě.

Jak bloky vznikají a jak je zrušit.

[jana@tancimzivotem.cz](mailto:jana@tancimzivotem.cz)

úvod

Jsmo předurčeni a stvořeni **být šťastní.**

Užít si život.

Dělat, po čem toužíme.

Mít vše, co chceme.

Hrát si v tomto světě.

Zkoušet různé možnosti.

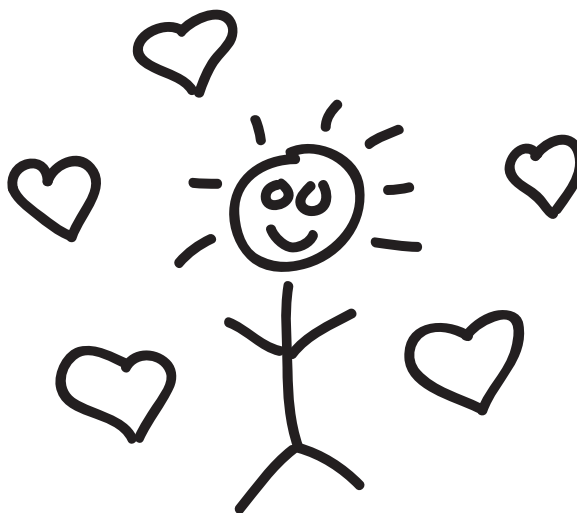
Během našeho vývoje jsme na to mnohdy zapomněli. Zvykli si na různá trápení a teď hledáme zase cestu zpátky.

K sobě.

K té původní lehkosti

a radosti.

**K životu.**



Co je to  
blok?

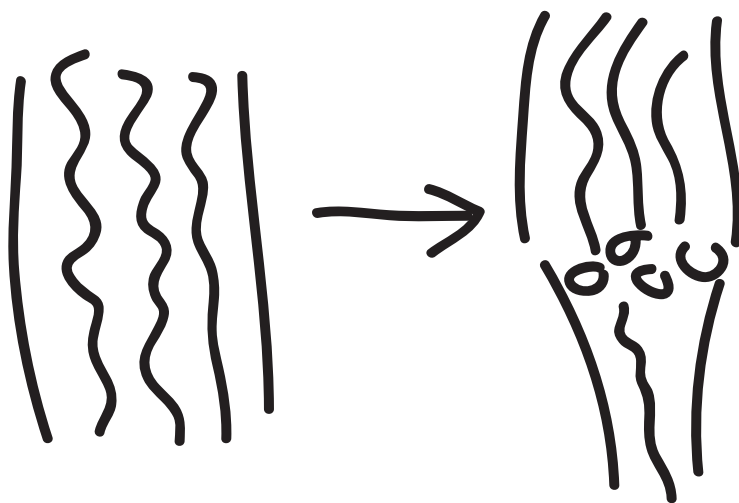
kapitola první

Blok je přerušení přirozeného proudu.

Překážka, která brání toku.

V tomto případě proudu světla, lásky, vědomí, prány...

Následkem toho se věci nedějí, jak původně měly. Díky nedostatku „světla“ máme větší či menší tmu našeho vědomí a věcem přestáváme rozumět.



Jak se  
projevuje  
v našem  
životě?

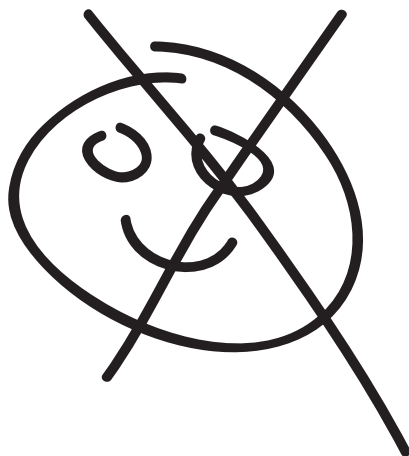
kapitola druhá



Díky bloku věci nefungují, jak mají. V životě se to projevuje potížemi v dané oblasti, stálým návratem myšlenek k tématu.

V zablokované oblasti se začínají množit potíže a opakované nepříjemné situace. Nedostatek peněz, partnerů, pocitů lásky, zdraví...

Neustále se nám to téma tlačí do života, protože my doopravdy chceme situaci někde uvnitř zase napravit.



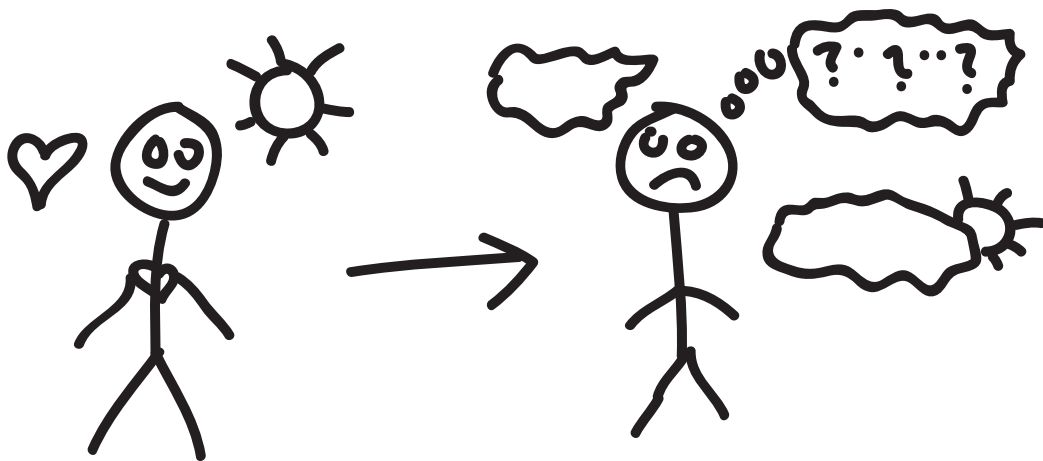
Nic se nám neděje naschvál.  
Situace k řešení si přitahujeme my.

Podvědomě o ně prosíme, abychom je mohli co nejdříve napravit.

Občas na chvíli od řešení utečeme (např. rozchodem, nemocí, ignorováním...), ale po oddechu se věci vrátí, třeba s jinými hráči ve hře (partnery, dětmi, šéfy, úrazem...).

A zase řešíme.

Až se jednou **rozhodneme** tuto záležitost **vyřešit**.



# Jak blok vznikl?

kapitola třetí

Stalo se to tím, že jsme **uvěřili** nějakému bludu, iluzi. Často ve velmi ranném věku.

Něčemu, co jsme slýchali hlavně od těch, kteří pro nás byli velkou autoritou. Rodiče, naši nejbližší, lidé ve škole, v kostele, kamarádi...

Mnohá přesvědčení jsme si vymysleli sami.

Jako přirozenou reakci na složité a nevyřešené situace. Něco jsme si **mysleli**. Vypustili jsme do světa myšlenku, která se nám zdála pravdou.

Zase mě zbije...

Jsem k ničemu...

Nechci být jako ona...

Je zlý...

Nenávidím ho...

Jsem špatný...  
Nikdo mě nemá rád...  
Musím se o ni starat...  
Bojím se, že umře...  
Nechci se narodit...  
Nechtějí mě...  
Bude to těžké...  
Život je trápení...  
Musím těžce dřít, abych nás uživil...  
Zabal si krk, jinak tě ofoukne...

A podobně.

Základ bloku je **myšlenka**.

Ale ne každá myšlenka je blokem přeci, namítnete. Jistě! Je potřeba ještě palivo a náboj, aby se z myšlenky stal blok.

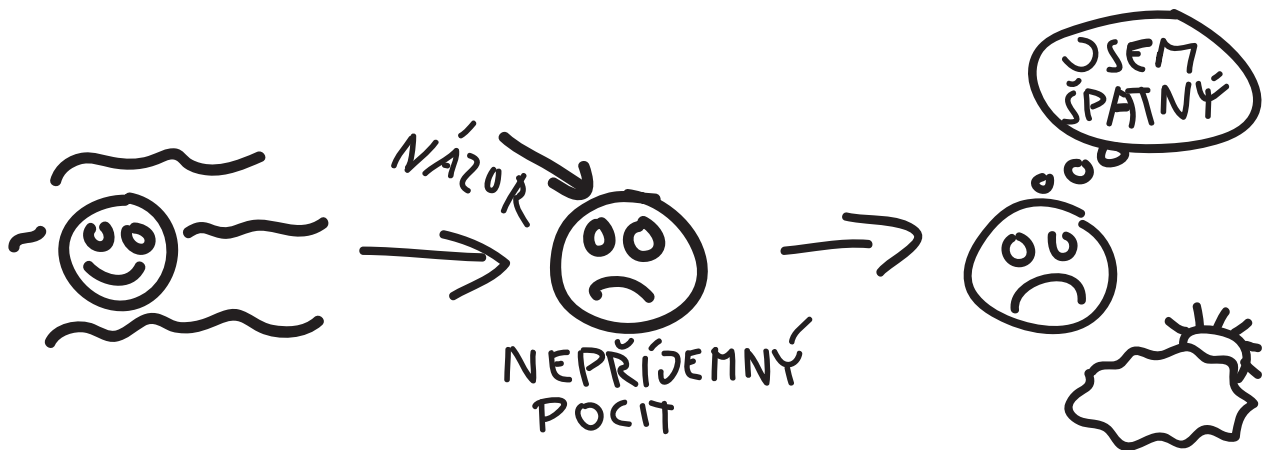
A tím je **emoce**.

Ta obrovská síla, která hýbe tímto světem. Je náš **nástroj tvoření**. Původně k nádhernému tvoření našeho života.

Ale my jsme nechtěně vytvořili blok. V situaci pro nás neřešitelné, v bolavých a nepříjemných emocích jsme věc nevypovídali, nevybrečeli či nevyvztekali do konce a ta původní emoce teď stále znovu tvoří v našem životě situace, kde blok můžeme odžívat.

**Shrnutí:** Blok je myšlenka s emocionálním nábojem.  
Se „záporným“, vytvořeným z nepříjemného pocitu.

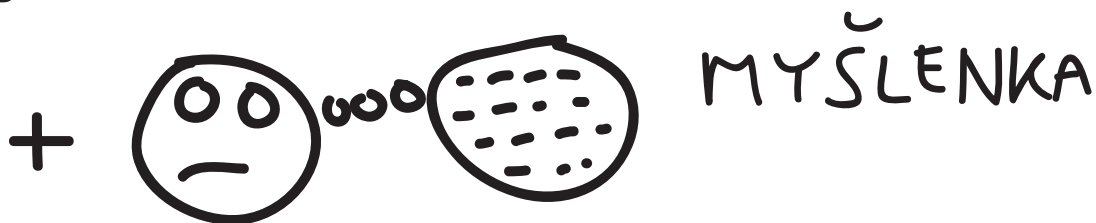
Tvoření, které chceme, je myšlenka s pocitem příjemným. Ten znáte z „pozitivního myšlení“ a návodů k němu.





# EMOCE

STRACH ZLOST NECHUŤ  
↓ LÍŤOST ↓ RADOST ↓



Co se dělo  
po vzniku  
bloku?

kapitola čtvrtá

Abychom bolest necítili a mohli se zase smát (což je nám přirozené a jako děti jsme to věděli), zatlačili jsme blok do podvědomí.

A tam jej máme a znovu a znovu zažíváme v různých kulisách. Život nám potvrzuje naši iluzi, začíná to vypadat, že vše je „pravda“.

Nikdo mě nechce...

Lidi jsou zloději...

Svět je krutý...

Musím utéct...

Nevydržím to...

Dokud nám nedojde, že to tak být nemusí. Chceme znovu udělat cestu pro čisté bytí, radost ze života. Návrat do původního božského stavu.

# Jak blok zrušit?

kapitola pátá

Je jistě mnoho cest.

Vybrat si musí každý podle sebe, kam je přitahován.

Ale vždy na začátku stojí **rozhodnutí**.

Vyřešit to. Vyléčit. Být zase šťastný...

Pak většinou posílá ihned vesmír nabídku, jak to udělat.

Nechej se vést.

Jednou z cest, pro mě úžasnou a velmi funkční, je **metoda RUŠ**.

Pracuje se tak, že se klientovi pomůže vrátit se do situace, kdy blok vznikl (nebo ho poprvé v tomto životě prožíval).

Tam si dovolí konečně situaci naplno prožít. A tím dojde k „vypuštění emoce“.

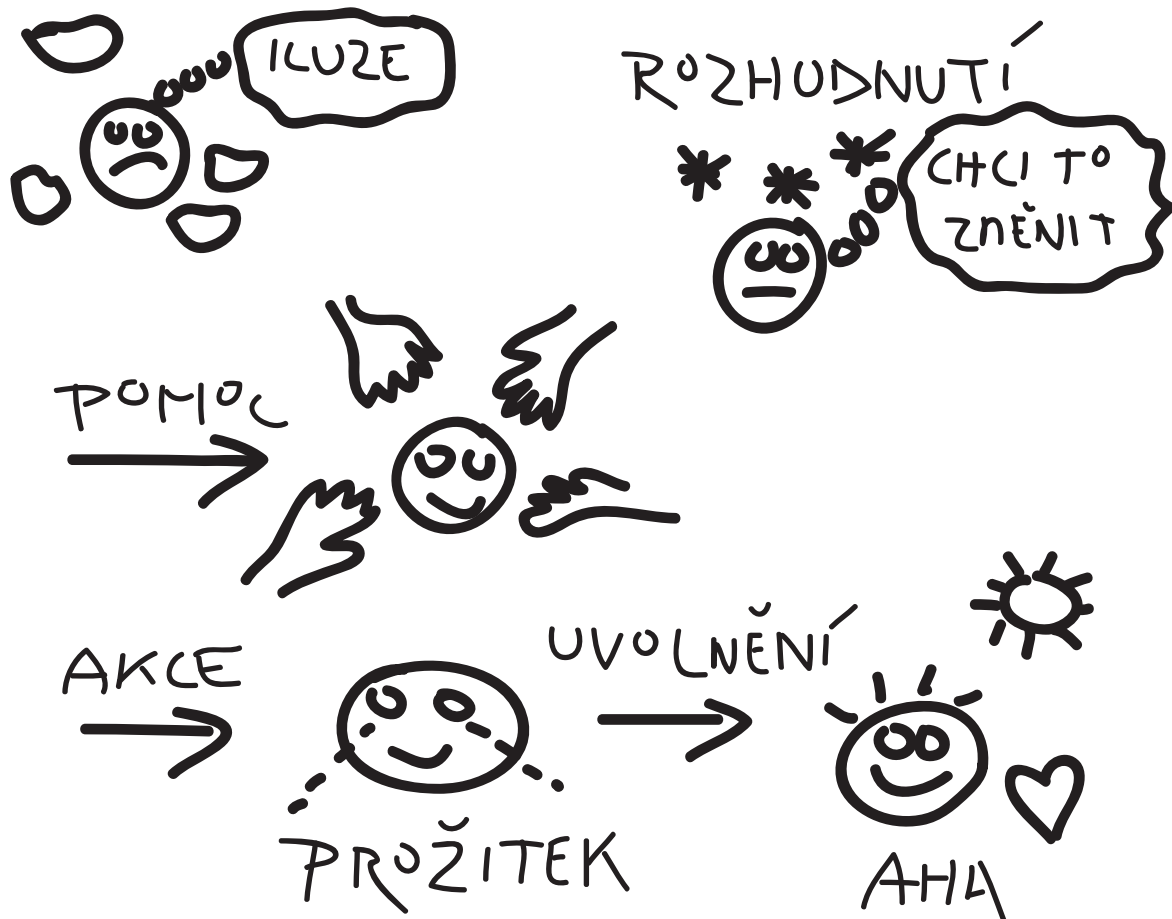
Myšlenku už nemá co držet při životě. Náboj se vylil, odstranil. Tímto blok mizí. Neboť bez emoce už myšlenka není blokem...

Je to jasná, logická a efektivní metoda.

Výsledek je úleva.

Neustále vracející se nepříjemné pocity už jsou pryč.  
Najednou je možno vnímat vše dobré, co předtím  
bylo, jako clonou, zastřeno.

Výsledkem je místo pro **život**. Uvědomění, jak jsem  
hodnotný a ostatní také.



Pochopení. Přijetí. Odpuštění.

Přátelé, takto jednoduché to je.

Hledání iluzí je někdy zábavné a příjemné. Jindy je to detektivní příběh.

Často se u něj pláče, ale je to většinou v té oblasti pláč poslední. Vystřídán smíchem a úlevou.

Když nazřeme, v co jsme věřili. Když zRUŠíme to nefunkční a svobodně nahradíme programy novými a pozitivními. Podle našich přání či odevzdání se božskému proudu. Života v souladu s touhou naší duše.



V této fázi nám budou fungovat mnohem lépe všechny úžasné techniky tvoření šťastného života:

Meditace.

Afirmace.

Bytí v přítomném okamžiku.

Pozorování krásy.

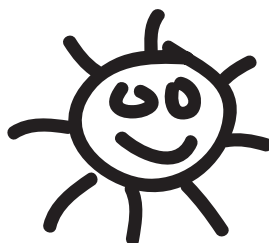
Plnění přání.

Naslouchání intuice.

Pozitivní myšlení...

To je blaženost, pohoda, štěstí, radost a tak má život přeci vypadat.

Hodně štěstí, lásky a vědomého bytí do našich dnů.



Jana



Na případné dotazy ráda odpovím na  
[jana@tancimzivotem.cz](mailto:jana@tancimzivotem.cz)

Najdete mě na stránkách  
[www.tancimzivotem.cz](http://www.tancimzivotem.cz)





## Jana van Coppenolle

Jsem dlouholetá terapeutka metody RUŠ. Pořádám kurzy břišních tanců a meditací pro harmonii a sebepoznání. Vše mám vyzkoušeno na vlastní kůži. Ráda kráčím cestou poznání a jsem šťastná, když ji mohu sdílet s ostatními.