**Jak si tvoříme své životy**

„Vše vzniká a existuje pouze díky síle. ... Musíme předpokládat, že za touto silou stojí vědomá a inteligentní Mysl. Tato Mysl je zdrojem všeho.“ Těmito slovy popsal Max Planck, otec kvantové teorie, univerzální pole energie, jež spojuje vše ve vesmíru.

*Co nám brání v tom, abychom byli šťastní?* Pravděpodobně každý touží být ve svém životě šťastný. Mnoho z nás má zdánlivě vše, co k tomu může potřebovat, ale pocit štěstí se nedostavuje. Za tímto nedostatkem jsou naše prastaré i novější události, které nám způsobily stres, trauma či bolest a my jsme se potom začali dívat na život skrze tyto zkušenosti. S tímto děním také prostřednictvím principu zrcadlení vytváříme realitu svého života. Chceme-li, ať se něco změní v našem vnímání sebe sama a tím i života a vnější reality, musíme prolomit kruh a nabídnout k odrážení něco jiného. Zní to jednoduše, že? Jenže zdání klame, protože změnit způsob, jakým na sebe nahlížíme, je ten nejobtížnější úkol, před jaký kdy budeme postaveni.

Pro rozpoznání vzorců, které nás oddělují od harmonického vnímání sebe samých, druhých lidí a situací v životě, nám předkové zanechali skvělý klíč: sedm starověkých zrcadel vztahů.

Zrcadlo přítomného okamžiku nás informuje o tom, co sami vysíláme do okolního světa. Velmi často to, co nám ve vztazích vadí, co se nám nelíbí a co nám způsobuje nějaké problémy, pouze odráží naše vlastní vnitřní postoje či chování, případně ukazuje to, co bychom chtěli dělat, ale nedovolíme si to. Pokud nás někdo okrádá, nebo nerespektuje, ukazuje se, že my sami okrádáme sebe, nebo na nějaké úrovni někde bereme to, co nám nepatří. Pouze to nepovažujeme za špatné.

Příklad: Někomu vykradou auto a vezmou pouze jeho oblíbená CD, u kterých relaxuje. Ukáže se, že si již dlouho nedopřál čas si je pustit a doma v klidu relaxovat. Obecně se okrádá o čas pro sebe ve svém životě. - Šéf v práci nás stále opravuje a nevěří, že se nám něco může podařit bez chyby. Ukáže se, že my sami se bojíme, máme strach z chyb a nevěříme, že se nám věci v životě podaří dotáhnout. Také nevěříme druhým a raději vše děláme sami, abychom neudělali chybu...

Jak se tedy naučit měnit naše postoje a tím i kvalitu našeho života a vztahů? Pokud cítíte vnitřní potřebu a máte chuť udělat ve svém životě opravdové a trvalé změny, je třeba toužit po pochopení toho, co se nám v našich životech děje, a na základě toho se snažit změnit své vlastní postoje ve vnímání sebe i vnějšího světa a tím následně své vztahy a životní situace. To je pravděpodobně to nejlepší ponaučení nebo odpověď na zásadní otázku.

A ještě zde máme zdroj informací našeho článku. Je to mezinárodní asociace Inspirála, která spolupracuje se šiřiteli této staronové „technologie“ poznání s vědcem Greggem Bradenem (USA), Silvanem Paoluccim (Itálie) a Jitkou Třešňákovou (ČR).