



Gabriela Urválková

Štěstí doručeno.cz



<http://stesti-doruceno.webnode.cz>

Slyšte hlas svého srdce!



“S událostmi, s nimiž tě osud spojil, se hled’ srovnat a lidi, s nimiž tě osud sloučil, miluj, ale opravdově!”

Markus Aurelius Antonius

Dobrý den. Jsem Gábina Urválková.

Pár dní přemýšlím, jak mám napsat slova, která nosím na srdci. Jak to mám udělat, abyste mi naslouchali. Vím, že v dnešní době je na internetu v knihovnách a časopisech mnoho informací, znalostí a moudrosti.

Nechci vám měnit život, to nemám v žádném případě v úmyslu. Jediný, kdo vám může změnit život jste jen a jen vy sami.

Chci vám jen povědět svůj příběh.

Možná vám můj příběh pomůže změnit váš život. Nebo možná sami usoudíte, že nemáme společnou řeč, pak stačí listy papíru s mým příběhem zmačkat a zahodit do koše.

Považuji proto za slušné se vám nejprve představit a vyprávět svůj příběh.

Potom uvedu pár rad, kterými se v životě řídím.

Následně uvedu literaturu, kterou mám nejraději a považuji za velmi zajímavou.

Nakonec se sami můžete rozhodnout, zda mi budete dál naslouchat a důvěřovat.

Nechci vám radit, co a jak máte v životě dělat.

Jen možná vím, jak se teď cítíte, protože jsem taky prošla úspěchy a nezdary.

Vím, jak je těžké hledat řešení, pomoc a pochopení.

Celý můj příběh začíná jednoho krásného a teplého srpnového odpoledne roku 1999.

Tenkrát jsme jezdili kousek za město na báječnou chalupu. Sedět v přírodě, popíjet kávičku a dívat se, jak krásně svítí sluníčko, je naprosto báječný pocit. Bohužel to báječné srpnové odpoledne se všechno zvrstlo.

Seděli jsme s manželovou mamkou a popíjeli kávičku, básnili o životě.

Mamka svůj život moc lehký neměla. Brzy po vyučení si našla manžela a hned po svatbě se začala starat o čerstvě narozeného synka. Čas běžel a do rodiny přišla i malá dceruška. Občas to v životě chodí, manželství moc šťastné nebylo. Nakonec nevydrželo a mamka a její exmanžel dalším životem kráčeli odděleně. To sobotní odpoledne za svitu sluníčka jsme seděli na chalupě. Mamka začala vzpomínat na svůj život, vyprávěla své životní příběhy již dávno zapomenuté a zaprášené. Vyprávěla, že vždy dělala vše, aby byla v životě šťastná a bohužel se jí někdy moc nedařilo.

Je naprosto přirozené, že člověk se musí s někým podělit o své starosti, problémy i radosti, ale tento rozhovor začal být dost zvláštní. Chvilí povídala a já měla pocit, že touží ze sebe dostat úplně všechno co měla na srdci. Tiše jsem ji poslouchala a snažila se ji pochopit.

Jenže po chvílce mi došlo, že mamka se loučí, že nebude s námi dlouho, že se chystá opustit tento svět. Ta hrozná myšlenka mi projela celým tělem jako blesk. Najednou jsem její slova přestala vnímat a přemýšlela, co to bylo za pocit, který mi oznámil tu hroznou zprávu. Nemohla jsem se vzpamatovat. Bylo to tak neskutečně skutečné, že mi běhal mráz po zádech a naskakovala husí kůže. To sobotní odpoledne mi mamka dovyprávěla svůj příběh a obě jsme se vrátily zpátky do všedního života.

Na hroznou myšlenku a zvláštní sobotní pocit jsem se snažila zapomenout, ale moc se to nedařilo. S časem jsem na to postupně zapomínala. Léto a podzim se překulil a v kalendáři se objevil měsíc leden roku 2000.

Jedno páteční odpoledne mi zazvonil telefon a v tu chvíli jsem přesně věděla, jaká zpráva na mě čeká. Zvedla jsem sluchátko a manžel mi oznámil, že mamka zemřela. Začaly se mi klepat ruce a běhal mi mráz po zádech. Předtucha se stala skutečností a mamka již nebyla mezi námi, opustila nás ve věku 48 let. Nemohla jsem se s touto hroznou zprávou smířit. Postupně jsem se začala obviňovat, že za to můžu já, že jsem její smrt přivolala. O mých tušeních a pocitech jsem nikomu nedokázala říct. Postupně jsem si vzala do hlavy, že vše co se stalo, byla moje vina.

Čas pomalu plynul a mě nezbývalo, než se vyrovnat se skutečností. Bylo to hodně těžké, ale musela jsem žít dál. Tajně jsem doufala, že tento zvláštní pocit mě již nikdy nepotká.

Bohužel osud rozhodl jinak.



Psal se červen roku 2009. Mému otci lékaři diagnostikovali vadu na srdci. Podstoupil lékařská vyšetření a měl být dále v nemocnici operován. Do stanoveného data operace odpočíval doma a těšil se ze svých vnoučat. Četl tolik oblíbenou filosofii - Senecova učení. Můj otec byl velmi vzdělaný člověk. Nedával nikdy najevo, kolik toho ví a zná. Neměl potřebu svému okolí sdělovat své vědomosti. Lidi nikdy nepoučoval, uznával jejich vědomosti a znalosti. Nikdy nedal najevo, že je může strčit do kapsy. Jeho moudrost a znalosti jsem vždy obdivovala. Při jedné odpolední návštěvě se ale všechno změnilo. S otcem jsme se rozloučili a já

nastupovala do auta. Otec mi mával z okna. V ten okamžik jsme si dívali do očí a tělem mi proběhl opět ten zvláštní hrozný pocit, ta hrozná zpráva, že táta se loučí, opouští tento svět, že to nebude trvat dlouho. Sedla jsem do auta a klepaly se mi ruce. Nemýlila jsem se. Ten pocit byl úplně stejný jako s mamkou. Vrátila jsem se domů a hrozně brečela. To nemůže být pravda, ne tentokrát se nic nestane, všechno dopadne dobře.

Vše, co jsem se za ta léta po mamčině smrti snažila vymazat z hlavy, bylo zpátky. Nic nezmizelo, vůbec nic. Naopak to ještě bylo daleko horší. Vůbec jsem nevěděla, co mám dělat. Nemohla jsem dělat nic, jen jsem mohla doufat, že všechno bude v pořádku. Věřila jsem, že vše se zase v dobré obrátí.

V tom okamžiku jsem si nebyla jistá vůbec ničím. Otec podstoupil operaci a lékaři nám ho domů poslali v hodně špatném stavu. Po pár dnech jsme otce museli do nemocnice odvést znovu. Ležel tam a lékaři se snažili napravit své chyby. Po pár měsících jsme ho vzali opět domů.

Během pár měsíců z člověka, který tolik miloval život a své knížky, se stala troska. Jeho váha klesla o několik kilogramů a jeho jiskry v očích byly pryč. Nechtěla jsem připustit, že je to konec jeho životní cesty. Bohužel pár dnů po jeho šedesátých narozeninách svůj boj o život vzdal. Pár měsíců po tom, co mi mával z okna a vzkazoval, že se se mnou loučí. Bylo mi strašně. Na mysl mi přicházely další výčitky, že jsem neudělala dost na jeho záchranu, že jsem jeho odchod zavinila.

Myšlenky na mamku a otce, se mi neustále vracely a já se vinila z jejich odchodů. Nikomu nepřeji zažívat tyto pocity. Čas pomalu běžel a špatné vzpomínky pomalu odcházely v zapomnění. Opět jsem doufala, že je všemu konec. Bohužel moje prosby nebyly vyslyšeny.



V kalendáři se objevilo září roku 2012 a ten hrozný a naprosto stejný pocit přišel znova do třetice.

Bylo sobotní ráno a já, krmila svého malého synka v jídelní židličce. Celým tělem mi projel stejně zvláštní pocit, jako s mamkou a později stejně jako s otcem. Ten pocit, ale tentokrát nemluvil o smrti, ale říkal - i jiná cesta je možná.

Strašně mě to vyděsilo, co to má znamenat? Kdo půjde na jiný svět tentokrát? Vyděsilo mě to tak strašně, že jogurt a lžička pro malého mi vypadla z ruky. Když jsem se uklidnila, věděla jsem, že tentokrát ten pocit nemohu přehlédnout. Pokud se to stalo jednou, podruhé, do třetice by nemělo smysl pochybovat, že se nic nestane. Co to všechno znamená?

Do této chvíle, jsem své hrozné předtuchy a pocity s nikým neřešila, ale teď jsem věděla, že musím, že nemohu ponechat nic náhodě.

Během pár minut se mi celý můj život, všechny lidi, které jsem v životě potkala, začali skládat do hromady. Musela jsem sama sobě říct, že čím jsem v životě prošla, nebyla jen nějaká náhoda. Postupně se mi vybavovala na mysl slova mamky. Jak chtěla žít krásný a spokojený život. Chtěla pečovat o rodinu, děti, vařit, péct a starat se o svůj dům. Chtěla být jednoduše šťastná, jen bohužel šťastných dnů v jejím životě nebylo tolik, kolik by si zasloužila.

Pak si mi vybavila slova otce. Byl velmi sečtělý, věděl snad všechno. Nikdy jsem ho na ničem nenachytala, že by nevěděl. Žil si svůj život mezi knížkami a celý svět mu byl naprosto ukradený.

Často jsme spolu řešily témata o morálních hodnotách lidstva. O Einsteinových teoriích. O filosofii a matematice a fyzice. Často mi otec vyprávěl o tom, že ma-

terialismus mi bere svobodu mysli. O mayském kalendáři, o mayském učení. Témat bylo neskutečně moc, ale tyto hodiny byly neuvěřitelně příjemné a osvobuzující.

Bohužel pár let se naše názory rozcházely. Já chtěla dům, peníze a děti, dobrou práci, která by mi dávala status společenského postavení. Honila jsem se od rána do večera, abych ušetřila nějaké peníze a mohla si koupit víc věcí a krásný dům. V tomto se mnou otec nesouhlasil. Nesouhlasil s mým materialistickým pohledem na svět. Dál si stál za svým názorem, že jsem úplně pitomá a že jednou zjistím, že měl pravdu, že materialismus nám brání žít šťastný a spokojený život.

Nyní musím uznat, že měl pravdu a hodně velikou.

Všechny tyto vzpomínky se mi honily hlavou. Vzpomněla jsem si na téma, které jsme řešili poměrně často a mnoho let. A mé myšlenky začaly směřovat k 21. prosinci 2012. Toto datum a mayskou kulturu jsme v našich úvahách probírali dávno před tím, než se o tomto datu začalo mluvit veřejně.

Mé myšlenky se rázem soustředily k tomuto datu. V tuto chvíli se mi opět rozklepaly ruce, začala třást kolena a z očí se mi valily slzy jako hrachy. To bylo to proklaté datum.

Toto zjištění jsem nemohla ponechat náhodě. I kdybych váhala, jak chtěla, pořád jsem věděla - poprvé mamka a stalo se, podruhé otec a stalo se. Pochybovat o tomto datu nemělo žádný smysl, všechno musí mít nějakou souvislost.

Jenže co mám dělat, jak to mám zjistit, nemohu tady jen tak čekat a přemýšlet, že to všechno nějak dopadne. To nešlo jen tak hodit za hlavu a smířit se skutečností a s pocity, které mě potkaly již třikrát.

Vzpomněla jsem si, že otec těsně před smrtí chtěl sehnat knížku *Sám a sám* od Byrda. Děj se odehrává na jižním pólu. Polárník Byrd se rozhodl přezimovat

sám na předsunuté základně několik měsíců. Poznat sám sebe, ověřit si své schopnosti.

Najednou jsem věděla, že tuto knihu musím sehnat, že tam bude nějaké vodítko, nějaké mapa, cesta, vzkaz...

Jak jsem knihu opět měla v ruce, začala jsem číst. Autor knihy mě nutil hluboce přemýšlet o smyslu života, o lidském pokolení. Jelikož má hlava byla stále plná myšlenek na otce, moje noci bez spánku jsem trávila venku na zahradě a pozorovala noční oblohu. Vnímala jsem ticho, klid a tu harmonii. Pravidelný pohyb hvězd na obloze.

V tu chvíli mi došlo, že na naší krásné planetě se jednoduše něco zvrtilo.

Není tu klid, štěstí, pohoda, není tu řád. Jednoduše se ženeme za něčím, někam a vlastně vůbec nikam.

Přestali jsme si uvědomovat přítomné okamžiky. Spokojenou rodinu, milující a šťastné lidi kolem nás, svítící sluníčko, noční oblohu, teplý čaj na plotně, dobrou polívku, lyže v předsíni. Vnímat jen štěstí a spokojenost. A uvědomit si svůj význam v tomto obrovském celku.

Bylo to hluboké zamyšlení a v tuto chvíli jsem musela myslet na otcova slova, materialismus mi bere svobodu mysli. Kolik toho jeden člověk za život vlastně dokáže zvládnout.

Vždyť ani velký Einstein by nepředložil světu jeho velkou teorii relativity, kdyby nestudoval poznatky lidí, kteří žili před ním. Studoval filosofii, matematiku, fyziku, ale hlavně čerpal od lidí, kteří žili před ním a pracovali bez ohledu na výsledek.

Bez ohledu na finanční prospěch dělali práci, která je bavila a uspokojovala, našli svou vášeň a nadání. Svě práce publikovali, i když možná v životě se jim nedostalo tak velké uznání, jaké by právem zasloužili.

Byli to lidé, kteří překročili své omezení, omezení své doby. Možná bez lidí, kteří udělali něco navíc, bychom zde nestáli. Při pozorování noční oblohy si člověk uvědomí, jak malý je jeho život a o to větší by měli být jeho činy, jeho práce.

Byly to nádherné okamžiky pozorování. Čas pomalu běžel a já četla další literaturu, které mi přicházela pod ruku. A stále pátrala po příčině, proč se mi dějí takovéto věci. Postupně jsem dostávala odpovědi, kterým jsem se snažila porozumět.

Pomalou se blížila zima a s tím kritické datum 21. prosince 2012. Do té doby jsem se tak zabrala do studia knížek, že jsem přestala vnímat čas.

S blížící se zimou, jsem si plně začala uvědomovat toto datum a dostávala strach. Stále jsem nevěděla, co to datum má znamenat. Stále mi přicházela na mysl předešlá dvě znamení. Bála jsem se. Bála jsem se smrti.

Ne smrti jako takové ale toho, že nejsem ještě připravena. Ještě nechci zemřít. Mám malé děti. Akorát jsme dokončili dům. Vše, pro co jsem žila, bych najednou v jeden malý moment přišla. Uvědomovala jsem si, že znát datum své smrti je to nejhorší, co se může v životě stát.

Nikdy na to člověk není připraven, ať je mu dvacet, padesát, nebo sto. Toto je věc, na kterou člověk nemůže být připraven nikdy. Nakonec jsem se smířila sama se sebou a věřila, že osud už to nějak zařídí, jestli přežijeme nebo ne.



21. prosinec jsme naštěstí přežili bez ztrát a já v té chvíli přehodnotila svůj život. Člověk nikdy na smrt není připraven, ale má udělat vše proto, aby to tak bylo.

Každý den dělat věci, které má rád, dělat práci, kterou má rád, potkávat se s lidmi, které má rád. A vážit si každého dne, kdy se probudí a řekne si, jsem zdravý a živý a mám kolem sebe rodinu a štěstí.

Stále jsem myslela na mamku, bylo jí pouhých 48 let, když zemřela. Mně je necelých čtyřicet, co když mám před sebou pouhých osm let, uvidím své děti vyrůstat, uvidím je jít maturovat, uvidím jejich děti? Kolik dostanu času já?

Kolik mi ještě osud dá času? A jak chci ten zbytek času strávit? Teď mám jasno - krásně, efektivně a hlavně šťastně.

Postupně jsem se smířila sama se sebou a přijala znamení, která mi byla oznámena jako fakt, který nelze zvrátit. Byla to znamení, která mi osud poslal, abych si uvědomila, co mám dělat, jak se mám zachovat, jak žít.

Děkuji otci a mamce co mě naučily a za věci, které mi dovolili pochopit. Že mi ukázali cestu, mou životní cestu.

Určitě se vyplatí vnímat znamení, která k vám přicházejí. Je to intuice a ta již nějakým způsobem ví, co máte dělat. Je to jediná holka, která vám nelže.

Plně si uvědomit svou vlastní smrtelnost. To je faktor, který mění pohled na vlastní život.

My jsme pouhý smrtelníci a naše činy se mohou stát nesmrtelnými.



Dlouho jsem přemýšlela o takových jménech jako Michael Faraday, Dmitrij Ivanovič Mendělejev, Alexander Fleming, Albert Einstein, Isaac Newton, Henry Ford, Steven Jobs, Bill Gattes, Lavoisier, James Clerk Maxwell, Sokrates, Seneca a mnoho dalších.

Toto jsou lidé, kteří šli za hranici vlastního nepohodlí. Dělali práci, která dávala jejich životu smysl.

Položme si otázku:

Co by se stalo, kdyby tito lidé nešli za hlasem svého srdce, nevystoupili z řady, padli na kolena při prvním neúspěchu. Nevěřili sami sobě.

Měli bychom dnes internet, počítače, penicilin, periodickou tabulku?

Kde bychom byli?

Na stromech nebo úplně někde jinde?

Co udělali tito lidé? Nedbali na své okolí. Poslouchali pouze hlas svého srdce a svou intuici. A jejich práce se stala nesmrtelná.

Možná při cestě do knihovny zjistíte, že také můžete sdělit světu něco důležitého. Něco zázračného.

Něco, co pomůže k dalšímu pokroku. Je důležité si uvědomit, že to za nás opravdu nikdo neudělá. Jestli chcete světu něco důležitého říct dnes, udělejte to. Co když někde na světě stojí někdo, kdo vaši pomoc potřebuje.

Řekněte to ještě dnes.

Uvědomme si, že jako lidstvo spolu procházíme historií, již od dob Egypta, možná ještě dřív. Takže předpokládám, že hodně dlouhou cestu máme ještě před sebou. Nevím kam až máme dojít. To neví teď asi nikdo z nás.

Vím však jedno - pokud světu neřekneme, že musí žít ve vzájemné harmonii a porozumění, možná již nedojdeme nikam. Možná naše děti nezjistí, jak velkého celku jsme vlastně součástí.

Možná nepoletí na jiné planety.

Možná život lidského pokolení se zastaví.

A jestli ti lidé, kteří žili před námi, udělali něco navíc, abychom my zde mohli dnes stát, musíme udělat to samé pro další pokolení.

Převezměme ještě dnes, svou zodpovědnost za to, že se spolehneme sami na sebe a budeme se učit, a tak předávat poselství pro další pokolení, aby konečně zavládl na zemi klid. A naše děti a děti jejich dětí mohly žít ve vzájemné harmonii a klidu.

Dejme si každý z nás závazek, že setřeme slzy z očí všech ustrašených, nešťastných a nemocných dětí. To je naše budoucnost.

To je další vývoj lidstva.

Ukažme dětem, že ani my se nebojíme žít své vlastní životy. Dejme jim příklad, aby i ony dokázaly poselství předávat dál.

Možná jednou díky nám zjistí, jak velký vesmír opravdu ve skutečnosti je.

Udělejme každý dnes něco navíc, pro lepší budoucnost, nejen pro tu naši ale i pro ty malé nenarozené ratolesti, které přijdou po nás a zaujmou naše místa. Staňme se jejich velkými učiteli.

Uvědomme si, že vnější úspěch nic neznamená, pokud není provázen úspěchem vnitřním. Je obrovský rozdíl mezi duševní pohodou a pouhým dostatkem.

Sebeovládání a soustavná péče o své vlastní tělo, duši i mysl jsou základem, abychom mohli prožít život podle svých snů.

Jak se můžeš postarat o jiné, pokud se neumíš postarat sám o sebe?

Jak můžeš činit dobro, když se dobře necítíš?

Nemůžeš nikoho mít rád, pokud nemáš rád sám sebe!

Všichni bychom měli poznat stav dokonalosti, který je vlastně naším přirozeným stavem.

Investujme do sebe samého - to je ta nejlepší investice, jakou můžeme kdy udělat. Nejenže pozvedneme vlastní životy, ale pomůžete zlepšit životy i všech kolem sebe.

Jak se nám to může podařit?

Jen tehdy, když se nám podaří, mít rádi sami sebe. Můžeme pak milovat ostatní.

Jen tehdy, když otevřeme své vlastní srdce, můžeme se dotknout srdcí těch kolem sebe. Budeme-li stát nohama na zemi, cítit se na živu, máme daleko větší naději stát se lepším člověkem.



Sedm rad tajemství spokojeného a šťastného života:

1. Udržujte v pořádku svou mysl.

Nenechávejte si hlavu zaplevelit různými nesmysly a dogmaty. Zastavte se a zhodnoťte svůj život.

Dělám to každý večer, zhodnotím den. Jen stačí si na půl hodinky sednout a probrat si sama se sebou den. Co jsem udělala dobře a co špatně. Chtěla bych takto prožít den, kdyby byl můj poslední? Pokud vaše odpověď je ne, zřejmě bude ve vašem životě nějaká chyba.

Nikdy jsem si to neuvědomila, ale když jsem se podívala na svůj život za posledních dvacet let - na ten každodenní zápas o kus žvance a placení složenek a strachu o svou budoucnost, úplně mě to vyděsilo. Jestli takovýhle život vedu dvacet let, tak pokud sama něco neudělám, tak dalších dvacet let bude můj život naprosto stejný. Nelze nic odkládat, on to za vás opravdu nikdo nevyřeší, záleží pouze na nás, jaký život chceme žít. Stačí jen zhodnotit den a udělat vše pro to, aby ten zítřejší den byl lepší.

Je to těžké, musíte si dát závazek, závazek sami sobě. Chápu, že je to těžké udělat, ale jde to.

Rada: K tomu, abyste opravdu mohli prožívat život naplno, musíte svou mysl pečlivě střežit a nechat si dovnitř pronikat jen ty nejkvalitnější informace. Nemůžete si dovolit luxus negativních myšlenek. Osvojte si pozitivní přístup ke světu a ke všemu, co se v něm nachází. Dovolte vaší mysli vychutnávat zázračný tanec života.

Veškerý úspěch v životě, ať jde o materiální nebo duchovní, začíná v té šestikilové věcičce, co vám sedí na ramenou.

Vysvobodte se z vězení své vlastní minulosti a staňte se architekty vlastní budoucnosti.

2. Nežijte ze vzpomínek, ale začněte žít ze své představivosti.

Přestaňte poslouchat ten váš vnitřní hlas, který vám neustále našeptává, že nemůžete být úspěšní a že krásný a spokojený život není pro vás.

Přestaňte poslouchat ten temný hlas, který vás svádí z cesty. Poslechněte jen ten krásný a světlý hlas, který vás nikdy nezklame, poslouchejte vaši intuici. Je to jako vodičko, jako váš životní kompas, který vám vždy ukáže správný směr, správnou životní cestu. Jen lehce vnímejte malé okamžiky, které k vám přicházejí.

Jednoduše poslouchejte své vlastní tělo, co vám v daném a malém okamžiku říká. Tak můžete zažívat okamžiky, o kterých se vám doposud ani nesnilo.

Seberte odvahu a oprašte vaše sny.

Rada: Každý den poděkujte, co vám život dal. Poděkujte i za prohry a pády, kterými jste prošli. Byli to jen lekce, jen zkoušky k tomu, aby, jste nakonec dostali to, co si opravdu zasloužíte.

3. Pamatujte, že slova jsou vyslovená síla.

Citát: Jsi-li inspirován něčím velkým, nějakým mimořádným úkolem, všechny tvoje myšlenky překročí vlastní stín, tvoje mysl přesáhne svá omezení, tvoje vědomí se rozvine do všech stran a ty se ocitneš v novém, kouzelném světě. Skryté síly, vlohy a nadání ožijí, ty objevíš svoje nové já, které je mnohem větší, než jsi kdy snil.

Úspěch začíná vždy uvnitř vlastního srdce.

Hranice vlastního života jsou tam, kde si je sami vytvoříte.

Kvalita vašeho života závisí na bohatství vašich myšlenek.

Ironií osudu je, čím méně se budete soustředit na výsledek, tím rychleji se dostaví.

Buďte trpělivý a žijte s vědomím, že všechno, co hledáte, najdete, pokud na to budete připraveni a budete to očekávat.

4. Základem jakéhokoliv mentálního výkonu je soustředění.

Plně se soustřeďte na nový úkol. Jakmile úkol dokončíte, můžete přistoupit k úkolu dalšímu. Plně se soustřeďte a spokojte se jen s tím nejlepším, to ostatní je podružné.

Co je tím, co v životě hledáte? Chcete se stát lepším otcem, matkou a žít vyrovnaný a prospěšný život? Nebo toužíte po vzrušení a zábavě?

Přemýšlejte o tom.

Co je věčná spokojenost? Co je věčné štěstí? Co je věčná radost?

Tajemství štěstí je jednoduché. Najděte si to, co doopravdy děláte rádi a dejte do toho veškerou svou energii.

Najděte svoji vášeň a věnujte se jí.

Jakmile jednou soustředíte svou energii na to, co milujete, do vašeho života vstoupí hojnost a veškeré tužby se naplní.

Jen pozor vaše vášeň musí pomáhat, nebo být prospěšná druhým.

Citát: Viktor Frankl ... Úspěch, stejně jako štěstí, není možné vytvářet. Musí vyplynout. A to se stane pouze jako vedlejší efekt osobního odevzdání se něčemu, co je větší než já sám. Jakmile se vám jednou podaří nalézt své poslání, celý svět ožije. Každé ráno se budete probouzet s nevyčerpatelnou zásobou energie a nadšení, všechny myšlenky soustředěné na svůj cíl. Nebude mít čas na zbytečnosti, a proto nebudete plýtvat cennou silou své mysli zaměřené na nicotnosti. Přirozeně se oprostíte od zvyku dělat si starosti a stanete se mnohem produktivnějšími. Vypěstujete si rovněž hluboký smysl pro vnitřní harmonii, budete vedeni k tomu, abyste splnili svůj úkol. Je to nádherný pocit, mám jej moc rád.

Najděte v sobě odvahu, žít vlastní život a přestat žít život někoho jiného. Jedině tak najdete cestu k vnitřnímu osvobození.

5. Skončujte s pragmatismem a začněte dělat to, co jste vždycky chtěli.

Zkuste objevit, co je vaším pravým posláním tady na zemi a seberte odvahu se do toho pustit.

Znám lidi, kteří celý život dělali práci, která je nebavila, a nakonec zjistily, že je baví hrát divadlo, malovat nebo třeba uklízet. Tak jednoduše šli a změnili svůj život a nová práce je začala bavit a naplňovat. Našli nový smysl života a přestali se trápit. Chce to jen odvahu. Dnes jsou úspěšní a šťastní, ale museli jednoho dne říct dost a vydat se do neznáma.

Dnes jsou rádi, že to udělali, že udělali ten první krok a řekli sami sobě, že začnou nový život.

Záleží pouze na vás, jestli chcete jet ve starých kolejích, nebo zkusit něco, o čem jste již dlouho snili.

Vše záleží pouze a pouze na vás a na vašem rozhodnutí, udělat první krok.

Pokud jednou uděláte první krok, věřte, že se z nové životní cesty již nikdy nebude chtít vrátit zpátky.

6. Meditujte, odpočívejte.

Najděte si každý den pár minut pro sebe. Chvilí si sedněte a odpovídejte si na otázky. Je tohle život podle mých představ? Je toto život jaký chci doopravdy žít? Jsem šťastný?

Jen si v klidu sněte a nebojte se snít velké sny. Vaše sny nikdo nevidí. Jsou jen vaše. Tak se nebojte popustit uzdu své fantazii. Budete zažívat nádherný a osvobozující pocit a nakonec uděláte vše proto, abyste neprožívali tu krásu pouhých pár minut denně ve svých snech, ale sen vám dodá sílu k tomu, abyste mohli váš sen žít dvacet čtyři hodin denně. A večer uléhat s pocitem dobře vykonané práce a s pocitem radosti a štěstí.

7. Učte se být lepším člověkem.

Být jednoduchý a dělat jednoduché věci je vlastně docela složité.

Čtěte moudré knihy. Věnujte každý den čtení alespoň půl hodiny. Věřte, že problémy, které máte dnes vy, nejsou nic nového. V knížkách jsou všechny odpovědi, které potřebujete znát.

Vždycky, když mi bylo mizerně a měla jsem pocit, že mě svět nenávidí, jen jsem četla.

A všechny mé starosti a problémy se rázem rozplynuly a staly se malichernými.

V dobách Karla IV. také měli starosti a museli je řešit. Možná měli daleko větší starosti, než my máme teď. Nakonec také všechno vyřešili – museli. Pracovali pro nás, abychom mohli žít v krásné a šťastné zemi.

Když jsem se chtěla toulat s knížkami Jožky Rakoncaje, bylo mi dobře. Zdolávat Himalájské velikány chce taky velkou odvahu a nadšení. Když nemáte odvahu a nadšení, nemáte v sobě pokoru a vnitřní sílu, hora vás nikdy nepustí nahoru, nikdy vás nepustí na vrchol. Na vrchol vždy dojdou jen ti nejsilnější, nejmoudřejší, pokorní a vytrvalí.

Když dokážete dojít až na vrchol, tam máte rozhled a věřte - vydržet tu vichřici na vrcholu, chce také sílu, moudrost a znalosti. Když tyto znalosti nemáte, může se vám stát, že jednoho dne foukne silný vítr a rázem se ocitnete dole v údolí. V údolí většinou svítí sluníčko, ale není tam tak krásný výhled.

Učte se znát sami sebe a naučte se znát i sílu větru.

Nezapomeňte, že každý okamžik života je malý zázrak.

Pro začátek stačí, když se budete usmívat. Najednou se vám vše bude zdát mnohem krásnější.



Malý výčet mé oblíbené literatury:

Při každém čtení pamatujte na slova: Oba čteme knihy velmi čile, kde ty čteš černé, tam já bílé.

Knihy jsou knihy a slova jsou jen slova.

Z knížek dostanete vždy jen to, na co jste připraveni.

Ty knížky, které čtete, nejsou o autorovi, ale o vás, o vás samotných, o vašem myšlení, o vašem postoji.

Oblíbená literatura :

Edice, Robert Kiyosaki

Proroctví, Robert Kiyosaki

Bohatá žena, Kim Kiyosaki

Mnich, který prodal své ferrari, Robin S. Sharma

Ekonomie dobra a zla, Tomáš Sedláček

Edice, Napoleon Hill

Útěchy, Seneka

Mark Dzirasa 21 dnů, Jaroslava Timková

Jak myslí Steve Jobs, Leander Kahney

Umění války, Sun - c

Milionový email, David Kirš

Webové stránky, Alice Kirš

Hovory k sobě, Markus Aurelius Antonius

Jak mluvit, aby vás poslouchali, Sonya Hamlinová

Hovory s Janem Masarykem, Viktor Fischl

Edice, Dale Carnegie

Čtyřhodinový pracovní týden, Timothy Ferriss

Všechno o znameních, Andrea Homolová

Numerologie v praxi, Vladimír Škach

Tajemství numerologie, Michela Chatellierová

Astrologie pro každého, Jitka Saniová

Kniha Vyššího vědomí, Ken Keyes, Jr.

Osudy moudrých, Jan Halada

Ztracený symbol, Dan Brown

Šifra mistra Leonarda, Dan Brown

Edice, Erich von Daniken

Elita zabijáků, Michael Smith

Skryté dimenze života, M.Mihulová, M. Svoboda

Další vzdělávací semináře a internetové vzdělávací programy, webové stránky a další knihy.



Na závěr si odpovězte na otázku: Jaký byl váš život za posledních deset, dvacet, třicet let? Pokud něco neuděláte jinak, tak pravděpodobně bude váš život dalších deset, dvacet nebo třicet let úplně stejný.

Pohled na vlastní budoucnost vám dá okamžité rozhodnutí něco ve svém životě změnit, dá vám velkou sílu na vytváření vlastní budoucnosti. Běžte a udělejte změnu, udělejte dnešní změnu a ta vám dá sílu k tomu, abyste prožili krásnější zítřek.

Dejte veškerou svou sílu a energii a prožijte nový začátek.

Držím vám palce a přeji hodně odvahy.

Změna není jednoduchá, ale za tou zdí můžete prožít život jako v ráji.

Mějte se rádi a pomozte lásku rozdávat dál, dovolte vesmíru, aby se rozesmál a osušil slzy z tváří smutných dětí.

Dovolte to sami sobě a najděte odvahu. I na vašich činech záleží.

Dovolte si na konci života říct, že váš život měl smysl, že po vás zůstaly rozesmáté tváře.

Dejte svému životu jiný rozměr.



Příběh není v žádném případě smyšlený. Smrt není téma, o kterém bych chtěla žertovat.

Děkuji manželově mamce za všechno co, pro nás udělala.

Děkuji tátovi, který mě učil být lepším člověkem a měl se mnou trpělivost, když jsem nesouhlasila s jeho názory.

Děkuji všem, kteří položili základ k lepší budoucnosti a kteří věřili v dobré skutky.

Děkuji všem, kteří dobře pracovali bez ohledu na výsledek.

Děkuji všem, kteří jsou ochotni tuto cestu následovat - třeba nyní nebo až někdy příště, až přijde jejich čas. Až pochopí, že jsme stvořeni kvůli sobě navzájem a že si máme pomáhat a učit se jeden od druhého.

Přeji všechno krásné na vaší životní cestě! Vše, co vás na té cestě potká, přijímejte s pokorou a pochopením!

To jen život zkouší vaši sílu a vytrvalost.

Nevzdávejte se !!!!

Cesta ke štěstí je dlouhá, ale určitě stojí za to po ní vykročit stačí jeden krok a nová cesta se před vámi ukáže sama.

Říká se, že když je žák připraven, učitel se vždy dostaví. A věřte tomu, že vaším největším učitelem je váš život.

Ty lekce, které jste dostali, neúspěchy a pády a naopak prožité štěstí a radost - to jsou okamžiky, ze kterých se učíme žít lepší život a krásnější život.

Rada na závěr:

Milujte se a množte se!

A společně projděme dějinami se vztyčenou hlavou a otevřeným srdcem.

Jedno pravidlo si dobře pamatujte:

Není nic vznešeného na tom být lepší než jiní lidé. Vznešenost je v tom: být lepší než jsi byl sám včera.

Nezáleží na tom, co si o vás myslí jiní lidé. Důležité je, co si o sobě myslíte vy sám. Nestarejte se o jejich úsudek, pokud cítíte, že to, co děláte, je správné. Můžete dělat cokoli, pokud je to správné podle vašeho nejlepšího svědomí a vašeho srdce.

Nikdy se nestyďte udělat správnou věc. Učiňte rozhodnutí o tom, co je dobré, a pak se jej držte. A hlavně nikdy nepropadejte zlovyku poměřovat svou hodnotu hodnotami jiných lidí.

Každou vteřinu, kterou strávíte přemýšlením o snech jiných lidí, se okrádáte o svůj vlastní čas.

Držím vám palce a přeji hodně radosti na vaší životní cestě!

V Brandýse nad Orlicí 22.3.2012

Gabriela Urválková

urvalkova@gmail.com

<http://stesti-doruceno.webnode.cz>

<http://gabriela109.blog.cz/>

<http://www.facebook.com/gabina.urvalkova>



Tento text můžete posílat svým přátelům, ale není možné ho upravovat.

Autor: Gabriela Urválková