



4. BRÁNA

Čarovlásky

KOUZELNÁ SKŘÍŇ

Vybírám si nové šaty

Podíváme se na klíč, podle kterého si vybíráme své „šaty“.

Ty šaty jsou naše myšlenky, které nás svým způsobem oblékají. Díky nim jsme těmi, kterými právě teď jsme. Šaty jsou jen šaty, stejně jako myšlenky jsou jen myšlenky. Můžeme je změnit! Nejsou s námi napořád, nejsou dané ani neměnné. Každý den děláme volby, které více, či méně utváří náš život a naši osobnost.

Mnohdy se stane, že si i chceme koupit nové oblečení, ale stejně přijdeme z obchodu s něčím, co je velmi podobné tomu starému. Lidský mozek totiž volí podle určitých šablon a naučených vzorců. Na vše nové řekne v první chvíli NE.

Proto se musíme učit volit vědomě. Zkoumat svoje rozhodnutí a uvědomovat si, zda opravdu chceme to, co volíme. A vědomě si volit to, co doopravdy chceme.

Pojďme se tedy podívat na svůj způsob myšlení, na náš výběr šatů.

Respektive na to, čemu o sobě věříme a jaký je náš klíč, podle kterého si vybíráme způsob života.

KOUZELNÁ SKŘÍŇ

Podle čeho si vybírám?

Zapište si odpovědi na následující otázky:

- Jaký mám v tuto chvíli názor na svět okolo sebe?
- Jaký negativní či nepříjemný pocit zažívám nejčastěji?
- Jaká myšlenka mě napadne jako první ve chvíli, kdy se objeví nějaký problém?
- Co si o sobě v tu chvíli myslím? Čemu o sobě věřím?
- Co v sobě touto myšlenkou posiluji?
- Čím, resp. jakým chováním si děti v mé rodině zaslouží pochvalu?
- Čemu by o sobě musela nějaká žena věřit, aby měla milostné vztahy jako já?
- Čemu by o sobě musela věřit, aby měla stejný okruh přátel jako já?
- Čemu by o sobě musela věřit, aby měla stejnou kariéru, jako mám já?
- Co se podle mě stává lidem, jako jsem já?

Podívejte se na odpovědi a zkuste si uvědomit a popsat klíč, podle kterého si vybíráte své šaty (myšlenky).

KOUZELNÁ SKŘÍŇ

Jakou cenu platím?

V této části se podíváme na cenu, kterou platíme za své šaty.

Kolik tě stojí tvá víra? Zapiš si odpovědi do svého deníku:

- Jaká je cena za mou víru? Co všechno ztrácím a o co mě okrádá v emocionální sféře mého života?
- Co všechno ztrácím a o co mě okrádá v materiální sféře mého života?
- Co všechno ztrácím a o co mě okrádá v oblasti zdraví?
- Co všechno ztrácím a o co mě okrádá v oblasti vztahů?
- Co všechno ztrácím a o co mě okrádá v oblasti spokojenosti a radosti ze života?

Otázka pro dnešní den zní: **Sednou mi moje šaty? Opravdu je stále chci?**

Pokud se necítíme dobře, musíme něco změnit. Pokud nezměníme své myšlenky o sobě samé, nezmění se ani náš život!

KOUZELNÁ SKŘÍŇ

Oblékám si nové šaty

V poslední části cvičení si oblékneme nové šaty a vyrazíme ven!

Co to znamená? „Oblékni“ si svou novou víru jako nádherné nové šaty a naciť se na své nové Já.

Představ si, že ses ocitla v novém městě, v novém prostředí, možná i v jiné společnosti. Někde, kde jsi nikdy předtím nebyla a kde tě nikdo nezná.

Záleží na tom, jakou část sebe sama lidem ukážeš, co o sobě řekneš, jak se budeš chovat a taky jak budeš vypadat. Pojd' se uvolnit a zahrát si malou hru. Oblékni si nové šaty a prožij v nich vědomě celý den.

Vyber si pro tuto chvíli jedno téma. Jaké by to bylo, kdybys uvěřila, že:

- Jsi ta nejvíce sexy žena na světě?
- Jsi ta nejvíce laskavá žena na světě?
- Jsi ta nejvíce odvážná a autentická žena na světě?
- Jsi tvůrčí génius?
- Můžeš vybudovat skvěle fungující impérium?
- Budeš mít vždy a na všechno dostatek odvahy, síly, nápadů a peněz?

KOUZELNÁ SKŘÍŇ

Své šaty mohu kdykoli změnit

- Tě rodiče naprosto bezpodmínečně milují a ve všem podporují?
- Máš ty kolem sebe přátele, učitele a jinak blízké a nápomocné lidi?
- Máš dokonalé tělo?
- Máš milujícího partnera, který je tu vždy pro tebe?
- Svým myšlením, chováním a konáním můžeš učinit svět lepším místem pro život?
- Na tvém názoru lidem záleží?
- Dostaneš vždy a všechno, po čem toužíš, nebo něco ještě lepšího?
- Jsi stejně vzácná a dokonalá, jako jsou tvoje děti, rodiče, partner, učitelka, kamarádka, idol...?

A s těmito novými šaty se teď vydej na procházku. Kam to bude, to je na tobě!

Prožij svůj pohádkový den. Možná jsi byla Popelka, která v kouzelném oříšku našla krásné nové šaty. Teď vypadáš jako vzácná princezna a jdeš na ples.

Na místo, kde tě nikdo nikdy neviděl. Nikdo neví, že jsi Popelkou, pokud jím to sama neřekneš či neukážeš.