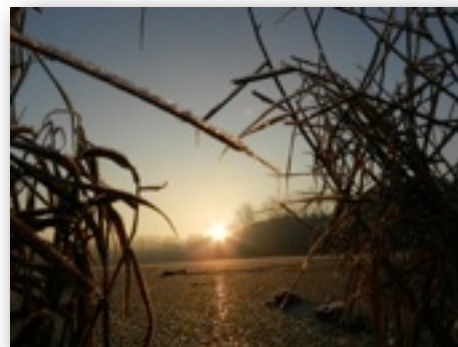


Članek jan 2012

HeartConnection - nov začetek z notranjim mirom, stabilnostjo in močjo

V tem članku bomo odgovorili na naslednja vprašanja:

- V kakšnem času se nahajamo (ne samo začetek novega leta, tudi začetek novega obdobja v zemeljski zgodovini)?
- Kako se izogniti spomladanski utrujenosti?
- Kako se najbolje pripraviti na čas, ki prihaja?
- Kaj je pomembno v tem novem času, katere aspekte ojačati in katere odvreči?
- Kako pomeni biti srčni bojevnik - kako najti mejo med biti pasivna šleva brez hrbtenice in biti agresiven grabežljiv sebičnež?
- Kakšno vlogo ima povezava s srcem v tem novem obdobju?



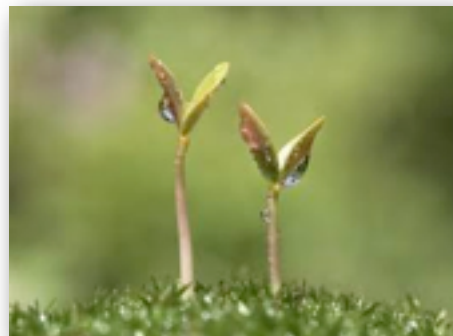
Začenjamo novo leto, toda letošnje novo leto je nekaj posebnega, saj ne gre za običajno novo leto, ampak hkrati za začetek novega zemeljskega obdobja z letom 2012. Res je, da se je prihod novega obdobja čutil že v letu 2011, toda razvoj dogodkov se odvija vedno hitreje in bomo spremembe v letu 2012 čutili še močnejše. Zato je pomembno, da se prilagodimo na nove okoliščine, na nove frekvence na novo realnost. Če se prilagodimo in vidimo širšo sliko in pomen, potem nam bo lažje, ne bo trpljenja, mogoče bo bolečina in napor, toda bolečina in napor ob razumevanju, da gre za spremembo na bolje, ni trpljenje. To lahko primerjamo s selitvijo v novo stanovanje, kjer je prisotna bolečina ob zapuščanju starih stvari in napor pri selitvi in prilagajanju na nove stvari. Toda čeprav boli in je naporno, se pri selitvi zavedamo, da gremo na bolje in da stara šara iz stanovanja pač ni več uporabna, ne glede na to, koliko spominov in navezanosti nas povezuje z njo. Čeprav boli in je naporno, čutimo veselje, navdušenje nad novim, čutimo ponos in dostojanstvo, ker se premikamo naprej, ne pa stagniramo.

Energetsko novo leto se začne že 22. decembra, ko Sonce spet začenja pridobivati na moči. Konča se zimsko čiščenje svoje notranjosti in se začne polnjenje svojih notranjih rezervoarjev moči do začetka februarja, ko morajo biti rezervoarji moči že tako polni, da se energija začenja prelivati v zunanji svet. V tem trenutku rastline pričnejo brsteti.

Če želijo rastline začeti novo obdobje rasti brez "spomladanske utrujenosti" morajo čez zimo počivati in si obnoviti energijo. Ker smo tudi ljudje del narave, velja tudi za nas, da si moramo preko zime vzeti čas za naš notranji svet, postaviti stvari na svoje mesto, počistiti našo notranjost (občutke, podzavest, misli, um,...) in si nabrati novih energij, da lahko uspešno brstimo in poženemo, ko pride pomlad. Če pa obdobje teme (zima) preživimo v divjanju in naglici, osredotočenosti navzven, namesto navznoter in tega časa ne izkoristimo za počitek in notranje čiščenje in obnove energije, potem nas čaka



spomladanska utrujenost. Zakaj obstaja samo spomladanska utrujenost, ne pa tudi poletna? Zato ker je pomlad letni čas, ko potrebujemo največ energije, da se spet premaknemo, da spet poženemo in vzbrstimo naše ideje, aktivnosti, da se spet poženemo v tek. Premik iz mirovanja v gibanje potrebuje največ energije, najmočnejši poriv. Enkrat ko se že premikamo, je lažje. Sedaj v januarju imamo še vedno čas, da si nabereмо novih moči, kajti kot že omenjeno v članku dec 2011 (praznična številka) brez obnove notranjega, ženskega dela tudi zunanji moški del nima prave podpore in stabilnosti, kar se kaže v pomanjkanju energije, spomladanski utrujenosti, nejasnosti in zmedenosti skozi celo leto.



Prihaja čas velikih sprememb na bolje. Toda spremembe, četudi na bolje, pomenijo, da je treba spustiti nekatere stvari (stvari, osebe, odnose, pristope, način razmišljanja,...), ki niso več uporabne, ki ne delujejo več v tem času. Če se zavedamo, da spuščamo nekaj neuporabnega in nekoristnega, zato da bomo prejeli nekaj boljšega, potem ni težko izpustiti. Če pa smo nasedli pompu, da 2012 prinaša katastrofe, konec sveta in še kaj, potem ne bo lahko spuščati stvari, ko se bodo rušile ali nas zapuščale. Ob vsakem takem dogodku (npr. ko bomo izgubili staro službo, da bi dobili boljšo ali ljubljeno osebo, s katero nimamo več skupnih točk ali zunanji vir varnosti, ki je lažen vir varnosti...) bomo res mislili, da je konec sveta, da se vse sesuva,... čeprav temu ni tako. Toda če si prepričan, da prihaja konec sveta, da je strah upravičen, potem si boš dokazal, da je res tu sodni dan in da se ob takem času spodobi trpeti in biti prestrašen.

Če pa po drugi strani dovoliš, da ti življenje (srce, bog, duša, vesoljna inteligenca,...) vzame, kar ni več koristno in ti prinese, kar najbolj potrebuješ, bo življenje vsak trenutek bolj polno, smiselno, veselo, globoko, srečno in izpolnjujoče.

Kot primer lastnosti, ki jih je v novem letu dobro ojačati, je sodelovanje, izpustimo pa lahko sebičnost in tekmovalnost, kajti prihajamo v dobo obilja, kjer ne gre več za preživetje, pač pa za višjo kakovost bivanja, kjer je potrebno sodelovanje, ne pa tekmovanje.

Toda za življenje ni mogoče napisati navodil in pravil ali priročnika, v katerega bi lahko pogledal in ugotovil, ali nekaj, s čimer imaš opravka v tistem trenutku, izpustiti, ali pa se za tisto boriti in zaščititi. Če ti vzamejo nekaj, kar ti pripada. Če te obdolžijo nekaj, česar nisi storil, ali če stvari same od sebe ne gredo tako, kot si želiš, potem ni dovolj, če samo pasivno sprejmeš, kar se je zgodilo, češ, je že dobro za nekaj. Najprej si je treba vzeti čas in mir in si dovoliti videti širšo sliko in pomen dogodka, začutiti s celim telesom, s srcem, ne pa zgolj presojati na podlagi logičnega razmišljanja ali zgolj na podlagi čustev. Pravo sliko dajo občutki. Čustev ne enačimo z občutki. Občutek je glas našega srca, duše, boga v nas,... Čustvo pa naša



trenutna želja in razpoloženje, ki pogosto izvira iz neke stare bolečine, ki se je trenutno spet obudila. Čustva nas vodijo v nekaj, kar bi to bolečino olajšalo, toda pogosto to ni v naše najširše dobro.

Ko začutiš realnost, narediš vse, kar je v tvoji moči, da vpletenim predstaviš tvojo stran zgodbe, resnico, tako kot jo čutiš ti. Nato pustiš, da se stvari razpletejo svojo pot. Lahko se razpletejo na tak ali drugačen način. Kakor koli se razpletejo, si miren, ker veš, da si naredil vse v tvoji moči. Mogoče površnemu opazovalcu zgleda, da se ni izteklo dobro, da se ti je zgodila krivica. Če pa pogledaš širše, opaziš, da se je razpletlo zelo dobro, da si dobil taka ali drugačna darila od tega razpleta. Ta darila so lahko zelo različna. Lahko te je življenje postavilo v težke okoliščine, da ti pokaže, kako velika je v resnici tvoja moč in kako sposoben si. Na ta način spoznaš, da si močnejši kot si mislil. Lahko pa ti življenje pokaže, da tista družba/okolje ni primerno zate, da tam ni napredka zate. V vsakem primeru se stvari razpletejo v najvišje dobro vseh udeležениh, če si le dovolimo videti širšo sliko. Temu pristopu pravim srčni bojevnik. Njegova lastnost je, da neustrašno sledi svojemu srcu, toda po drugi strani ve, kdaj se ustaviti, kdaj bi pomenilo, da s svojim nadaljevanjem v tisto smer želi nekaj izsiliti. To je umetnost presoje, zlate sredine, poslušanja srca...



Torej je skrivnost v tem, da se ponovno povežemo s svojim srcem.

Načinov je veliko, kot en zelo učinkovit način povezave s svojim srcem se je izkazala Srčna povezava ali HeartConnection (www.HeartConnection.si).

Vabljeni na privatno seanso, da ponovno vzpostavite svojo povezavo s srcem. Svoj termin si lahko rezervirate na aleksander@heartConnection.si.

Če pa želite zvedeti več o Srčni povezavi (HeartConnection) in o praktičnih vajah ter napotkih, vam je na voljo HeartConnection delavnica.

Več o delavnici na www.heartconnection.si/delavnica.html.

Za vas
Aleksander Lah

