

Kedy sa príliš angažujeme

Aký je rozdiel medzi láskyplnou ochotou a dovolením zneužívať našu dobrosrdečnosť? Kedy je z našej strany pomoc nezištná a kedy ide o nevedomú potrebu pohladať ego či staré zranenie duše z absencie lásky? Pozrime sa spolu na prípady, kedy si nastaviť hranice a nenechať sa využívať, kedy pomáhať a kedy dovoliť tomu druhému riešiť svoju karmu bez nás.

Jeden z duchovných zákonov hovorí, aby sme neradili, ak sa nás nepýtajú a iniciatívne neriešili namiesto iných problémy, ktoré sa nás netýkajú. Iný zákon zas hovorí, že ak nás niekto poprosí, musíme mu pomôcť. No tu je kameň úrazu, resp. často vidím nepochopenie tohto vesmírneho zákona. Ukážme si na príklade jednotlivé spôsoby pomoci. Kedy je to zdravé a kedy už nežiaduce a čo v takom prípade robiť.

Pomoc bez opýtania

Základnú tézu si zopakujeme veľmi stručne: Ak nás niekto nežiada o pomoc či radu, nezasahujeme. Môžeme svoju iniciatívu ospravedlňovať akokoľvek, napríklad častý argument je: keby vedel, že potrebuje pomoc, spýtal by sa. Veď preto mu chceme pomôcť, lebo ani nevie, že koná zle... a podobne. Medzi nevedomým a osvieteným stavom je aj úsek spirituálneho ega, kedy si človek myslí, že je najmúdrejší a vidí, ako by sa situácia dala riešiť inak – podľa neho lepšie. Áno, je pravda, že už rozozná možnosti, voľbu medzi tmou a svetlom, no takýto človek ešte nedosiahol vyššiu úroveň, kedy už chápe aj to, že každý má svoju cestu, ktorou si musí prejsť. Aj cestou zretia do úrovne, aby dokázal poprosiť o pomoc. Dnes, ak vidím človeka, ktorý ani netuší, že by sa veci mohli robiť inak, väčšinou vôbec nereagujem. V prípade, ak sa to nejakým spôsobom týka aj mňa, robím jedine: položím nevinnú otázku a ani nečakám, aby dotyčný odpovedal. Spýtam sa, napríklad: Počuj, a vie vlastne ten kamarát, čo všetko preňho robíš? Alebo ešte jednoduchšie: Ozaj, a prečo to robíš, ak ťa o to ani nepožiadala? Bez výčitky či hodnotenia v hlase. Len ľahký zvuk neutrálneho záujmu. Po týchto otázkach ho nechám s vlastnou odpove-

dou, nečakám, že mi to vysvetlí a už vôbec ho nepresviedčam o tom, čo jeho aktivita v energetickej rovine znamená. Ak moja nevinne položená otázka nenarazí na uši, ktoré ju majú počuť, potom jeho čas nedozrel a v tom prípade to nie je moja starosť. Ak sú jeho uši zrelé, srdce otvorené a zacíti, že za otázkou je niečo viac, na základe čoho sa začne pýtať, potom mu vysvetlím ako fungujú energie. No bez toho, aby som ho presviedčala, nútila k iným postupom, či akokoľvek ovplyvňovala. Jednoducho len hovorím o svojich skúsenostiach, resp. ako to vidím ja.

Vypýtaná pomoc

Podme sa však pozrieť na situáciu, keď vás niekto požiada o pomoc. Napríklad vybaví niečo, čo by mohol aj on sám, ale evidentne je pohodlnejšie, aby ste to vyriešili zaňho vy. Vždy sú nato nejaké dôvody: ty máš viac času, poznáš sa s dotyčnou osobou, alebo máš už tým skúsenosti a podobne. A tu je potrebné spozornieť. O akú pomoc som požiadaná? Naozaj je to vec, ktorú bez mojej pomoci nevie dosiahnuť, alebo som len využívaná? Chceme pomôcť z čistého srdca a chápem tok energií, že ak dám, musím vedieť aj prijať, alebo je to len náplasť na moje zranené srdce, ktoré nezažilo lásku od rodičov a teraz zbieram kvapky prejavy vďačnosti, lebo ak niečo vybavím, cítim sa milovaná a potrebná, keď ma chvália? Môžem pomôcť, lebo mám dostatok času, a chcem to pre tú osobu spraviť, alebo musím odsunúť svoje iné aktivity len preto, lebo si neviem nastaviť hranice a povedať nie? Kým sa nenaučíme nastaviť si hranice a rozoznať manipuláciu a využívanie od čistoty srdca, je dobré nereagovať spontánne, ale pozastaviť sa a prehodnotiť celú situáciu.

Nezištná pomoc

Nezištná pomoc je nepodmienená, čiže keď dávame bez toho, aby sme očakávali, že od daného človeka čokoľvek dostaneme späť. Dokonca ani slovíčko ďakujem. Takto pracujú anjeli. Pomáhajú, no keďže nemajú ego, ani nečakajú vďačnosť. Na druhej strane, ak prejavíme vďaku a vyšleme zo srdca svoju lásku k nim, anjelov to posilňuje – a nám sa presvetľuje energetika (ale to je už téma na iný článok).

Túžba po ocenení

Pozrime sa na príklad, kedy nás požiadajú o pomoc a evidentne sa nechávame využí-

vať, aj keď v naivite našej čistoty si to ani nevšimneme. Napríklad, slečna Iveta sa chce spojiť s pani Betkou. Anna sa pozná aj s Betkou, aj s Ivetou. V prípade, ak Iveta má dostupné kontaktné údaje na Betku, ale namiesto toho, aby jej napísala alebo priamo zavolala, radšej poprosí Annu, aby jej u Betky vybavila, čo potrebuje – to hraničí lenivosťou a zneužívaním Anninho času. Ak Anna opakovane vybaví Ivetke, či ďalším svojim priateľom podobné prípady, ide buď o naivitu Anny, ktorá nerozozná manipuláciu a využívanie, alebo to robí nevedomo-cielene, aby bola chválená, keď danú situáciu vyrieši.

Kedy je pomoc nezištná a tok energie plynulý?

Z mojich skúseností by mali platiť všetky nižšie uvedené body súčasne:

- ♥ ak ma niekto požiada o pomoc a je v mojej moci to spraviť,
- ♥ ak sa stíšim a spýtam sa svojho srdca, či to naozaj chcem spraviť pre daného človeka – nie pre odmenu, ani pre vďaku, ale jednoducho preto, lebo to ja chcem,
- ♥ ak moja pomoc nespôsobí, že niekto iný kvôli tomu trpí (napríklad musím zrušiť vzácny čas s mojím dieťaťom, len aby som kamarátku zaviezla na letisko),
- ♥ ak nepocítim, že som využívaná, napríklad preto, že sa dotyčná osoba obracia na mňa opakovane s vecami, ktoré vie vybaviť aj sama,
- ♥ ak samotná aktivita, ktorou pomáham, naplní aj mňa láskou a radosťou
- ♥ ak moja odpoveď bude áno na otázku položenú sebe samej: Spravila by som to aj vtedy, ak sa mi potom dotyčný nijako neodvďačí a ani sa nepoďakuje?

V takýchto prípadoch riadi činy zranená časť duše Anny, ktorá vo svojom živote nedostala dosť ocenenia a lásky a preto si uznanie „kupuje“ dobrými skutkami. Pamätám si zo svojho života podobný scenár. Keď som už v manželstve necítila lásku a uznanie, všetok čas som vkladala do podnikania, v ktorom sa mi darilo. Dostávala som množstvo pochvalných mailov a uznaní a moje zranené Ja sa v nich kúpalo. Potrebovala som to na prežitie, lebo doma bol chlad a absencia prejavy láskyplnosti. V tom čase som ešte nebola na duchovnej ceste a nevedela som sa vedome napájať na svoje vyššie Ja, anjelov,



Boha ale ani na moje vnútorné dieťa. Intuitívne som nasávala lásku tým, že som sa rozdávala. Všetko som ochotne vybavila, spravila, urobila a nemala som dokonca ani pocit, že som využívaná. Chcela som to robiť, lebo moje vnútro pišťalo po úsmeve, objatí a vďačnosti, keď som niekomu s niečím pomohla.

Prehnaná nezištná pomoc

K tejto téme patrí aj nezvládnutá „nezištná pomoc“ od rodičov k deťom. Na terapiách často vidím, ako rodičia z čistej lásky kazia životy svojim deťom, dokonca ich brzdia vo vývoji. Tých prípadov je naozaj veľa, ale jeden z nich bol priam ukážkový. Obe, matka aj dcéra boli dostatočne prebudené a tak prišli na terapiu v jeden deň. Ich individuálne sedenia boli diametrálne odlišné. Matka riešila dcéru, ako jej pomôcť, lebo je krehká a je vo veku, kedy má vyletieť z hniezda a ona sa bojí, či to zvládne. Pred rokmi ju musela preložiť aj do inej školy, lebo bola taká zraniteľná, že by to v tej prvej, kde ju šikanovali, nezvládla a teraz sa o svoju dcéru enormne bojí, čo s ňou bude vo veľkom svete. Potom prišla jej dcéra, ktorej terapia pozostávala z toho, že zo seba vykričala hlboký hnev na matku, ktorá ju skoro dvadsať rokov držala vo vatičke, nedovolila jej zosilniť a pri najmenšom probléme riešila všetko namiesto nej. S hnevom v hlase vyčítala matke, že pri tom incidente v škole ju nemala hneď preložiť do inej školy, lebo takto jej zabránila vo vývoji duše, ktorou si musela prejsť pri riešení danej nepríjemnej situácie. A tak sa v nej hromadil strach, ale aj odpor k matke, ktorá jej nedala dýchať. Na jednej strane sa tešila, že konečne opustí rodinu, na druhej strane mala paniku, čo s ňou bude bez mamy. Tento príklad znie možno extrémne, ale bohužiaľ nie je vôbec ojedinelý. Sú dokonca aj prípady, kedy sa rodičia finančne starajú o svoje zdravé dospelé dieťa, namiesto toho, aby ho povzbudzovali v tom, aby našlo riešenie z problému, do ktorého sa dostalo. Nehovorím o jednorázovej výpomoci, ale o nepretrhutej pupočnej

šnúre a o tom, že svojmu dieťaťu vlastne nikdy nedovolili dospieť, aj keď dnes má 26 a viac rokov. V takýchto prípadoch rodičia buď preberajú na seba ich karmu, resp. si vytvárajú novú, no čo je možno ešte horšie, bránia svojmu dieťaťu prevziať zodpovednosť za svoj život.

Vyjsť z role obeť

Na záver jedna osobná skúsenosť terapeutky, no možno v tom nájdete inšpiráciu aj pre seba vo vzťahu s kamarátkou či kolegynou. Istej klientke som navrhla, aby sa vypísala zo svojich bolestí. Ako keby si písala denník a pokojne mi to môže poslať mailom. Nebol tam záväzok, že jej budem radiť, ale bola to forma podpory. Zo začiatku som jej odpovedala, niekedy stručne, niekedy obsérnejšie, ako mi to čas dovolil, alebo ako som to energeticky cítila. Po čase sa stalo, že som dostala veľmi podobný mail, ako spreď roka. Evidentne bola klientka znova v roli obeť a ľutovala sa. Na konci mailu sa ma spýtala, čo má robiť. Vtedy som jej odpísala, aby našla moje minulé odpovede, nech si ich prečíta, lebo platia presne rovnako, ako keby som ich písala dnes. Čiže som si nastavila hranice a nenechala som sa siahnuť do využívania. Svoj čas som si vážila viac, ako robiť zo seba papagája, či krmiť svoje ego tým, že som múdra a viem poradiť. Časom sa táto mladá žena znova ozvala. Poslala mi veľmi dlhý mail o tom, ako žije, čo ju bolí na dušu a aj keď už bola dostatočne vedomá, predsa ju trápili isté situácie, z ktorých nevedela ako von. A nato som jej napísala: Prosím, prečítaj si tento svoj mail s tým, že potom mi napíš odpoveď, ktorú by som ti napísala ja. Bola to úžasná hra, pretože klientka sama dokázala nájsť odpovede. Stačilo vystúpiť z role obeť a postaviť sa do pozície kamarátky, terapeutky, či niekoho, kto nie je emočne zainteresovaný. Túto techniku viete však použiť len u ľudí, ktorí prešli niekoľkými terapiami, resp. sú dostatočne prebudení a vedomí, no ešte niektoré rany krvácajú. Napokon, aj tak všetky odpovede sú v nás, len ich treba objaviť.

Ako naozaj pomôcť

♥ **Čo teda urobiť, ak vidíme človeka, ktorý síce neprosí o pomoc, ale záleží nám na ňom a vidíme, že ju potrebuje?** Ja sama robím dve veci. Poviem dotyčnému, napríklad: Vieš, že s tým mám skúsenosť, ak by si potreboval pomoc, pokojne sa na mňa obráť. No niekedy ani toto nepoviem, jednoducho sa len modlím. Prosím anjela múdrosti, aby môjmu blízkemu človeku dal múdrosť rozoznať, čo je preňho najlepšie na jeho ceste za Svetlom a tiež prosím Boha o milosť, aby jeho cesta bola plynulá a najmenej bolestivá.

♥ **Čo urobiť, ak nás poprosia o pomoc, ale vieme, že je to manipulácia či využívanie, alebo jednoducho máme iný program a nemôžeme sa venovať danej veci?** Povedzte jednoducho nie. Bez toho, že by ste klamali či vymýšľali dôvody, prečo nevyhovieť. Buď nemáte nato čas, alebo ste presvedčená, že to daná osoba zvládne aj sama, alebo jej odporučte niekoho iného, kto by mohol pomôcť. Nastavte si svoje hranice, je to váš život. A možno práve takto pomôžete priateľovi, či kamarátke nájsť nový smer, prísť k osvieteniu, či objaviť v sebe niečo nové, skryté, čo by bez tejto skúsenosti ani nevedela, že to dokáže.

Monika Jakubeczová

Štyridsať rokov som anjelov ignorovala. Až jedno leto prišlo neodbytné nutkanie čítať. Odložila som prácu, venovala som sa len čítaniu a meditácii. Od tej chvíle ma začali navštevovať anjeli. Otvorili sa mi nové dimenzie vnímania. Dnes žijem svoj ďalší život v spojení s anjeli. Svoj príbeh som zverejnila v knihách Prebudili ma anjeli, Život s anjeli a Kozmická láska. www.jakubeczova.sk

