

Jedna má studentka po návratu z kurzu v Austrálii použila všechna svá rozhořčení a vztek (během doby, kdy byla ve vaně) a zhubla o dvě velikosti. Na kurzu v Utahu jsem řekla, že lze zhubnout uvolněním lidské zášti, a další studentka zhubla stejným způsobem také o dvě velikosti.

Udělal jsem tedy totéž a neshodila jsem ani gram. Můj problém totiž nespočíval ve vzteku a zášti, ale ve smutku a trápení několika generací. V této knize najdete příklady přesvědčení, jež vám mohou bránit v dosažení ideální váhy a také v tom, abyste byli krásní a silní.

Při zpracování přesvědčení musíte obézní lidi zbavit domněnky, že je ostatní *odsuzují*. Odsuzování totiž vyvolává deprese, zejména u lidí se silnou intuicí. Vložte jim program: „Každé sousto jídla, které sním, obsahuje lásku a přinese mi spokojenost.“

Co se týče práce s přesvědčením a hubnutí, je třeba dávat pozor, abyste noprogramovali druhé (nebo sebe) na „ztrátu“ hmotnosti, neboť by ji pak hledali a znovu našli. Zkontrolujte tedy také historickou a genetickou úroveň, jestli zde nenajdete přesvědčení jako „být tlustý znamená být bohatý“ nebo nějaké problémy v souvislosti s mocí a bezpečím. Zvláště u žen narazíte na programy předků spojené s pocitem viny, znásilněním, pocitem, že sex je hrozný a s pocitem studu při zacházení se sexuální energií. Tyto programy je potřeba napravit. Jestliže nemáte otevřenou druhou (sexuální) čakru, může být pro vás hubnutí obtížné.

Pomáhá také intuitivní stimulace hypofýzy, kde se uvolňují hormony podporující hubnutí.

PŘESVĚDČENÍ A GENY

Z hlediska zpracování přesvědčení jsou problémy s hmotností uloženy mnohem hlouběji než jen na základní úrovni, kterou jsme si vybudovali v tomto životě. Bývají až na historické nebo genetické úrovni. Ale stejně jako v případě přesvědčení na základní úrovni, kam můžeme vkládat totéž dysfunkční chování a prožívat tytéž scénáře s určitými lidmi, tak se budou objevovat tytéž problémy a situace, dokud je nevyřešíme. To znamená, že lidé, s nimiž se v životě setkáváme, mohou napodobovat věci, s nimiž se snažili vypořádat již naši předkové, ale nedokázali je zcela vyřešit.

Někteří studenti skončí u povrchových základních přesvědčení a myslí si, že už nemají žádná další přesvědčení, která potřebují zpracovat. Jenže stále mohou mít ještě genetická přesvědčení, jež nebyla nikdy vyřešena. Někdy pomůže s hubnutím to, že se zamyslíte nad životem svých rodičů a nad tím, co víte o svých předcích.

Tyto záležitosti mohou souviset s událostmi, které prožili vaši rodiče, ale nemohli je dokončit ani vyřešit.

Pokud byli vaši rodiče štíhlí a vy jste tlustí, možná si v sobě nesete problémy, jež vám předali pouze vaši rodiče,

a nikoliv jejich předkové.

Myslím si například, že si moje matka nikdy neodpustila věci, které v minulosti udělala (anebo naopak neudělala).

Celý život hledala pravou lásku, ale nenašla ji.

Pravděpodobně proto, že prožila několik špatných vztahů a pak se rozhodla, že nebude riskovat další zklamání.

Věřím, že její touha najít lásku se přenesla na mě. Takže když jsem se zamilovala do Guye, bylo to, jako by se mi splnil matčin celoživotní sen. Odpustit si chyby z minulosti může znamenat výraznou změnu vás samotných i toho, jak ovlivňujete své děti.

Fascinovalo mě, když jsem viděla své studenty, jak po absolvování kurzu Theta léčení a poté, co vyřešili programy, jež zdělili po předcích, začali hubnout. Zbavili se generačních předsudků, o nichž netušili a kterým nerozuměli. Musíme si uvědomit, že DNA je mnohem složitější, než si myslíme. Jsou v ní uloženy vzpomínky, pocity a lekce, které se musíme naučit.

Mimochodem, co se týče ideální hmotnosti, předpokládám, že všichni chcete být štíhlí. Doporučuji vám, abyste si však místo toho dali za cíl být zdraví a silní.

V souvislosti se slovem „hubený“ byste totiž museli překonat příliš mnoho genetických programů. Jen považte:

hubený je přece člověk, který má hlad a je nemocný. Kdo nemá peníze, je obvykle hladový, nemocný a hubený.

Mohli byste pracovat celý den a vytahovat jedno staré i nové přesvědčení za druhým, nebo si prostě říct: „Jsem silný.“ „Silný“ pro mnohé lidi znamená „štíhlý“, ovšem to slovo postrádá negativní nádech, který se pojí s výrazem „hubený“ a jehož se naše podvědomí často chytí.

VRSTVY PŘESVĚDČENÍ

Věřím, že tento svět je větší iluze, než si dokážeme uvědomit. Všichni vytváříme zdání pro ostatní. A myslíme si, že jsme opravdu ta osoba, již vidíme v zrcadle.

Skutečně? Chci vás teď naučit, abyste měli rádi sami sebe a měli rádi své tělo, aby mohlo být takové, jaké chcete, místo abyste se zasekli na určité hmotnosti.

Prvním krokem, který tedy musíte v rámci našeho programu učinit, je zpracování přesvědčení, jež souvisejí s tím, že nemáte ideální váhu.

Dále v této kapitole najdete seznam přesvědčení, jež můžete energeticky otestovat, zda to nejsou právě ona, která vám brání zhubnout. Na tomto seznamu samozřejmě nenajdete úplně všechna přesvědčení, jež mohou lidé v souvislosti s obezitou mít. Lidé chtějí být obézní z mnoha různých důvodů – stejně jako z mnoha různých důvodů chtějí být hubení. Každý jsme jiný a každý máme jiná přesvědčení. Někteří dokonce mají duální systém přesvědčení. Příklady přesvědčení uvedené na seznamu jsou jen návodem, jak byste měli začít, ona příslovečná špička ledovce. A na každém přesvědčení, kvůli němuž

máte nadváhu, může být navázána celá řada dalších přesvědčení. Jakmile začnete shazovat kila, budete odkrývat další vrstvy, jednu po druhé. Jak je možné, že máme tolik vrstev přesvědčení? Jedním z důvodů je, že nepřibíráme najednou, ale postupně. I když to byla poměrně krátká doba, během níž jsem přibrala všechna ta kila, přece jen to trvalo několik měsíců a během té doby jsem zažívala spoustu různých pocitů. Vždy když přibereme, uzamkneme určitá přesvědčení ve fyzickém těle, a tím vytváříme vrstvu přesvědčení i další vrstvu hmoty. A naopak, když hubneme, postupně se zbavujeme jednotlivých vrstev (podobně jako cibule) a uvolňují se uložená přesvědčení a toxiny. Jakmile tedy sloupnete jednu vrstvu fyzické hmotnosti, vynoří se staré problémy, a tak to pokračuje, dokud se nezbavíte všech vrstev a s nimi souvisejících přesvědčení. Každá vrstva u každého člověka je jiná a u někoho se to projeví po zhubnutí dvou kilogramů, u někoho až po dvaceti. Možná jste ztratili někoho blízkého, když jste byli na určité váze, a ve chvíli, kdy se dostanete ne stejnou hmotnost, objeví se smutek. Všechny buňky v těle si totiž pamatují všechno, co jste prožili, a to i tukové buňky. To znamená, že některé naše problémy s nadváhou nemusí být takové, jak jsme si mysleli. I proto se stává, že nejprve pracně shodíme třeba pět kilo a pak se otočíme a najednou máme všechno zpátky. Pokud jsme se nezbavili přesvědčení a pocitů, které jsou s touto fyzickou vrstvou spojeny, opět přibereme. Proto je zpracování přesvědčení při hubnutí tak důležité. Bude to sice vyžadovat určitou psychickou námahu a spoustu času, ale výsledek bude stát za to.

PŘESVĚDČENÍ A INSTALACE

Následují příklady přesvědčení a instalací, která využijete při uvolňování vrstev. Až se prokopete ke klíčovému přesvědčení, zjistíte, že vůbec nemusí souviset s jídlem nebo nadváhou.

Energeticky otestujte klienta (nebo sebe) a uvidíte, jestli tam taková přesvědčení jsou. Všechny programy jako „Mám nadváhu“ nebo „Jsem tlustý“ musíte nahradit programem „Jsem štíhlý a silný“ nebo „Jsem zdravý“. Zjistíte, že přesvědčení v souvislosti s nadváhou jsou uložena přinejmenším na genetické úrovni. U některých kmenů, zejména havajských nebo indiánských, míval nejtlustší člověk zpravidla největší moc. Skrytá přesvědčení mohou být:

- „Mám moc, když mám nadváhu.“
- „Musím přibrat, abych byla více intuitivní.“
- „Jsem závažný.“