

Červenec

Průvodce ke kalendáři Proměny #7



**OBJEV SVOJI
SCHOPNOST
ROZZÁŘIT VŠE
KOLEM SEBE I
V SOBĚ**

Měsíčního Průvodce ke kalendáři pro vás připravily

Texty, Obrazy: Malířka Romana Rosa rosaart.cz

DOVOLENÁ ZE ŽIVOTA

Léto, prázdniny a dovolená. Čas kdy si dovolujeme odpočívat, dělat věci na které jinak nemáme čas a mnohdy prostě jen tak být.

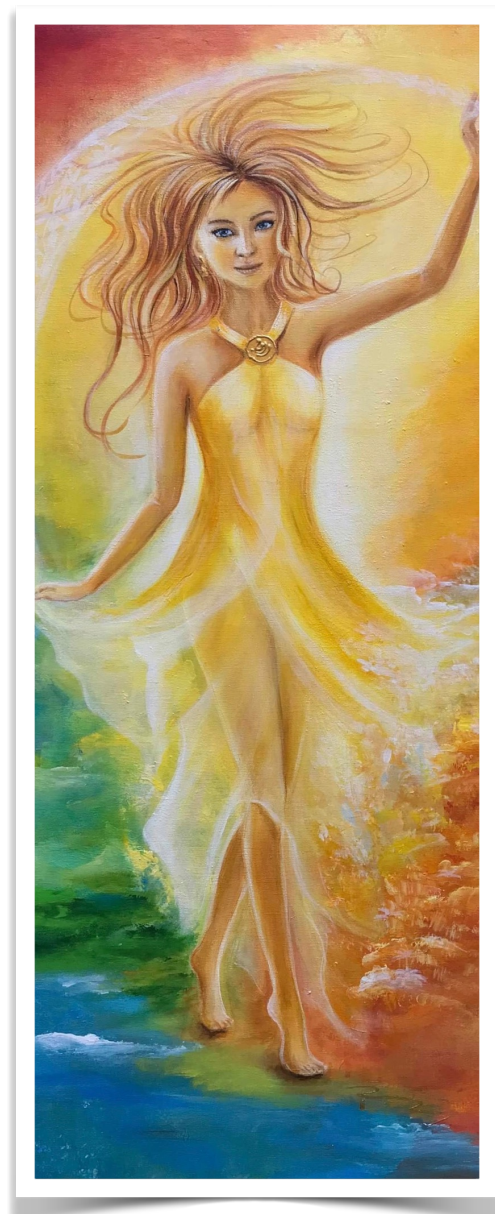
Užíváme si, že máme volno, setkáváme se s přáteli, jsme tak nějak uvolněnější, veselejší, usměvavější.

Máme pocit, že je to tím, že je krásné počasí, všude je plno slunce, spousta barev květin, neuvěřitelné množství vůní, chutí a skvělé nálady. Lidé jsou kolem nás také více usměvaví a vstřícnější.

Mohlo by se zdát, že právě proto je i nám samotným hezky.

Máme pocit, že je to právě tím hezkým počasím, dovolenou, že je to těmi okolnostmi, že to, co vidíme a vnímáme kolem nás, způsobuje, že se i my cítíme lépe.

Žijeme v iluzi, že takto se můžeme cítit jen o dovolené. Mýlíme se, když věříme myšlence, že okolnosti určují naší radost, naší schopnost být šťastní a spokojení ať se děje co se děje.



Nejsou to ty věci kolem nás, je to uvnitř... v nás!

VNÍMEJTE SE

Dívejte se nyní chvíli na obraz, který namalovala malířka Romana Rosa.

Vnímejte barvy, rozzářenou tvář té bytosti, pohyb ve kterém je. Sledujte oči, ruce, nohy.

V každém pohybu té bytosti je zachycena radost.

V každém kousku obrazu je namalována energie, kterou vám obraz posílá.

V každém kousíčku této zachycené bytosti je bouřlivá a nakažlivé nadšení ze života, které můžete vnímat i vy.

Každý den je stejná energie i v každém z nás.
Je to v tobě. Je to v každém z nás :)



ENERGIE 24/7

Vaším tělem proudí 24/7 energie, která pohání vše, co je uvnitř vás.

Energie, která způsobuje, že vám proudí krev v žilách, že vaše srdce tlučte, že vaše plíce dýchají...

Nic s tím nemusíte dělat, tohle se děje samo naprosto přirozeně.

Stejně tak proudí vaše myšlenky, naprosto samy bez jakéhokoli vašeho zásahu. Plynou přirozeně.

Stejně jako vás sama napadne myšlenka, že je dnes příšerný den, tak vás i sama napadne napadne, že je krásný den.

Stejně jako vás sama napadne myšlenka, že nejste tou rozzářenou bytostí tak vás i sama napadne myšlenka, že jí jste :)

V tu chvíli, kdy vás napadne myšlenka, že jste plní energie, je ve vás radost. Tu myšlenku vnímáte v podobě pocitů a záříte na celý svět.

Možná je to pro vás trochu matoucí. Možná se teď rozčilujete, že to není tak jednoduché. Ale je!
A možná tomu nevěříte :)

Právě, že je to tak jednoduché, tak tomu málokdo věří.



ZKUSTE SI...

Zadívejte se znovu na obraz.
Uvědomte si svoji vlastní energii. Zkuste vnímat jen svůj dech. Zkuste si představit krev jak koluje ve vašich žilách. Nechte svoje myšlenky proplouvat, jen si jich všímejte, co vše se vám teď „honí“ hlavou.

A zkuste se sami sebe zeptat.
Co mě nyní nejvíc štve? Co mi teď nejvíc vadí? Co můžu udělat, aby to bylo jinak?

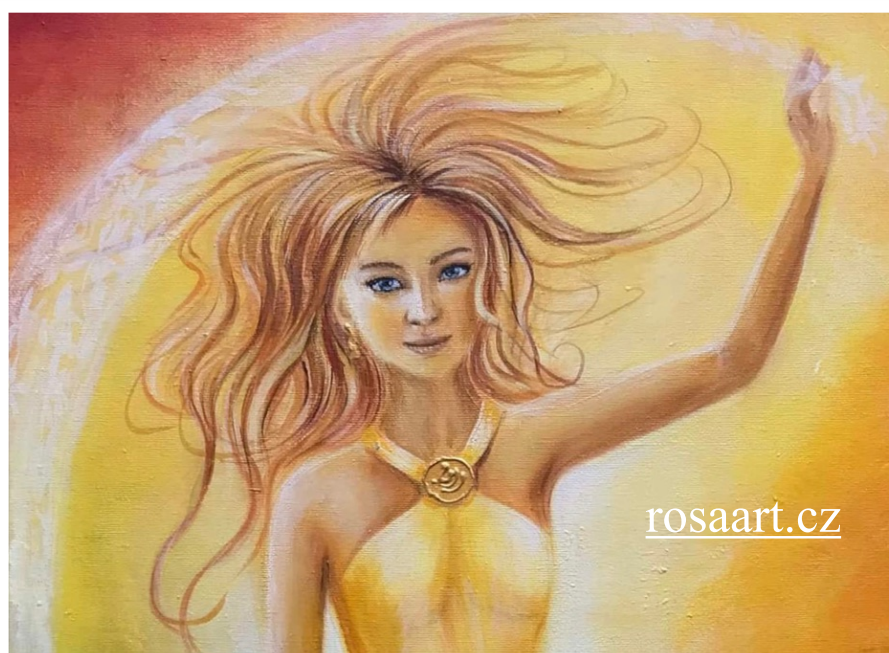
Víme to! Víme to všichni.
Už jsme o tom v Proměnách spolu mluvili. Na reálný

problém se najde vždy reálné řešení. Vše ostatní jsou naše myšlenky, které nás napadly a díky nim máme špatné pocity. Myšlenky měnit nemůžeme. To, co můžeme změnit je náš postoj k nim.

Nebrat je tak vážně :)

Zadívejte se znovu na obraz a nechte plavat to, co změnit nejde. Vše, co se vás kdy dotklo a čím se znovu a znovu a znovu ve svých myšlenkách zaobíráte.

Nechte to už prostě odejít!



rosaart.cz

MŮŽEŠ...

Zadívejte se znovu na obraz a uvědomte si svoji vlastní energii, která ve vás proudí. Jo jo i ve vás je, i když se možná tak necítíte, tak ta energie tam je :)

Tuhle energii vnímejte. Zadívejte se znovu na obraz, usmějte se na tu zářící bytost a s tímto obrazem ve své hlavě nyní kráčejte po světě. Kdykoli se budete cítit zmatení, unavení, vyčerpaní. Kdykoli se vás dotkne, že se věci dějí jinak než jste chtěli....

Vzpomeňte si na tu energii, která ve vás je, vzpomeňte si na

tento obraz plný radosti a nadšení.

Tohle jste vy!

Romana Rosa maluje tyto obrazy a při tvorbě těchto obrazů ji používají Bytosti. Můžete tomu věřit, nemusíte. :) Poselství, která jsou zapsána v těchto obrazech způsobují, že si někde na úplně jiné úrovni dokážeme uvědomit, co vše v nás je. Jak moc je každý z nás úžasnou Bytostí, která je plná radosti, nadšení a neuvěřitelných schopností. Že jsme všichni z té čisté energie a ta námi prostupuje. Můžeme jí využívat pro své životy.



Každý z nás může :)

Ne každý ale opravdu chce.
Jsem tu pro ty z vás, kdo chtějí.
Vaše ® Koučka Zdeňka.







ROMANA ROSA

**MALÍŘKA
OBRAZŮ VAŠÍ
DUŠE**

Maluji obrazy Vaší Duše. Je vskutku neuvěřitelné, kolik toho je ve vás ukryté. Poselství, které je v každém vašem obraze, vám pomáhá každý den vidět a uvědomovat si vaši vlastní sílu. Energie obrazu vás provází každý den,

Namaluji obraz i pro vás :)
Napište mi na: romana@rosaart.cz

Domluvíme si datum, kdy si spolu promluvíme o vašem obraze.
rosaart.cz

Romana Rosa