



**BELINDA**  
**GRACE**

Autorka bestselleru *Jasnozřivost*

**ŽIJTE**  
**V HOJNOSTI**

Proč stačí být takoví, jací jste

BELINDA GRACE

# ŽIJTE V HOJNOSTI

Proč stačí být takoví, jací jste

Copyright © BelindaGrace, 2011  
First published in 2011 by Rockpool Publishing  
[www.rockpoolpublishing.com.au](http://www.rockpoolpublishing.com.au)

*Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu nakladatele.*

Překlad © Kamila Hrubá, 2017  
Obálka © Jiří Miňovský – ARBE, 2017  
© DOBROVSKÝ s.r.o., 2017

ISBN 978-80-7585-359-2 (pdf)

BELINDA GRACE

# ŽIJTE V HOJNOSTI

Proč stačí být takoví, jací jste

Přeložila: Kamila Hrubá



*Pro Vicki – děkuji Ti  
za Tvého nespoutaného ducha.  
Vždy budeš velkou inspirací.*

# OBSAH

Úvod 7

## *KAPITOLA 1*

Není nic, co by s vámi nebylo v pořádku 11

## *KAPITOLA 2*

Nic nechybí 19

## *KAPITOLA 3*

Dělání a bytí 27

## *KAPITOLA 4*

Duchovní sobeckost 35

## *KAPITOLA 5*

O vděčnosti a soucitu 41

## *KAPITOLA 6*

Spojení s vnitřním dítětem 45

*Cvičení první: Spojení s vnitřním dítětem 48*

## *KAPITOLA 7*

Peníze, kariéra a dělání toho, co milujete 55

*KAPITOLA 8*

**Rodičovství – být, či nebýt?** 61

*Cvičení druhé: Pozvání dítěte* 70

*KAPITOLA 9*

**Přechodné fáze** 79

*Cvičení třetí: Jak se dostat z přechodné fáze* 85

*KAPITOLA 10*

**Návrat božského ženství** 93

*Cvičení čtvrté: Spojení s vaším božským ženstvím* 100

*KAPITOLA 11*

**Zasloužíte si vše dobré** 107

*KAPITOLA 12*

**Přijetí sebe sama – mantra odpuštění** 115

*Cvičení páté: Mantra odpuštění* 118

*KAPITOLA 13*

**Stříbrný vodopád** 125

*Cvičení šesté: Stříbrný vodopád* 129

*KAPITOLA 14*

**Proč jste sem přišli?** 133

*KAPITOLA 15*

**Ke Světlu** 145

*DOSLOV*

**Všichni si zasloužíme být milováni** 155

**O autorce** 159

## ÚVOD

**K**niha Žijte v hojnosti je plná poselství a moudrosti přicházejících od andělů. Pomohou vám cítit se dobře ohledně sebe samých a vašeho života právě tady a teď. Všichni bychom si přáli něčeho více nebo se živíme nadějí, že se jednoho dne určitá situace v našem životě zlepší nebo úplně změní. Pravdou ale je, že život – a štěstí – je nepřetržitě probíhající proces. Skutečně šťastní a spokojení lidé se naučili, jak přijmout momentální okolnosti a v každém okamžiku činit ta nejlepší možná rozhodnutí. Tímto způsobem dokáží vytvořit skutečnou hojnost.

Život je změna a změna je život. Život se neustále mění a mnoho lidí si vytváří nová utrpení, jen co dosáhnou vytyčeného cíle. Okamžitě si začnou dělat starosti, že ztratí, co získali. Naše mysl, která by se dala přirovnat k rozdivočelému opičákovi, si vždy nalezne nějaké nové starosti nebo nová přání, jestliže jí to dovolíme. Stačí se rozhlédnout kolem, abychom spatřili, jak moc tato mentalita ovlivňuje způsob, jakým žijeme. Mnoha lidem se skutečné štěstí a spokojenost jeví jako vzdálený ideál nebo něco, co k nám přichází pouze v prchavých okamžicích uprostřed všeho chaosu.

Andělé by vám rádi prozradili, že je na čase si uvědomit, že jste dokonalí a úplní právě takoví, jací jste. Takže až se



vaše rozdivočelá mysl opět jednou pustí do štěbetání a začne vám připomínat vše, co jste doposud nezískali nebo nezvládli, můžete se na tyto myšlenky usmát, odložit je a pokračovat v přijímání sebe samých a nadále si užívat života.

Je v lidské povaze přát si něco více nebo něco lepšího než to, co máte. Na tom jako takovém není nic špatného – pokud to vnímáte jako úhel pohledu a užíváte jako motivaci k neustálému vylepšování určitých aspektů vašeho života. Tyto přirozené touhy jsou ovšem velice snadno náchylné k manipulaci povrchními hodnotami, podporovanými naším hospodářským systémem, reklamou, politikou, předsudky, našimi vlastními nejistotami a tím, co si pro sebe určíme jako známky úspěchu.

Andělé jsou zde, aby vám pomohli navrátit se k vašemu jádru, ke středu a k pravdě vaší bytosti. Tak se můžete radovat ze všech výhod dobrého života, aniž byste se vzdali pravdy o vás samých a o tom, kým skutečně jste a co vaše srdce a vaši duši naplňuje smyslem. Jejich poselství zní: žijete v hojnosti a jste dokonalí přesně takoví, jací jste. Jejich darem je zpráva obsažená v této knize. Můžete si ji vryt do paměti a spojit s vaší vlastní pravdou o vás samých.

Andělé doufají, že se při čtení začne rozpouštět mlha sebekritiky a pochyb o sobě samých. Tak se vaše negativní přesvědčení začnou rozptylovat, abyste se mohli postupně uvolňovat a pocítit, že jste hodni lásky a přízně a zasloužíte si vše dobré. Přejí si, abyste si uvědomili, že se nacházíte na úžasně cestě. Stejně jako každý jiný turista i vy budete mít z cesty větší užitek, budete-li plně vnímat krásné výhledy a panoramata a méně se zabývat plánováním. Andělé vědí, že dobrý život je o harmonii a že v tomto světě, v naší realitě, je důležitá i pevná struktura. Nežádají vás tak, abyste odhodili

veškeré plány, ale spíše vás nabádají, abyste jich využili ve svůj prospěch a zařadili je tam, kam patří. Váš osobní rozvrh se tak může stát rámcem, v němž se váš život může odvíjet, a ne pravítkem, podle kterého měříte svou vlastní hodnotu.

Namasté, BELINDA GRACE

A handwritten signature in black ink that reads "Belinda Grace". The script is fluid and cursive, with the first letters of "Belinda" and "Grace" being capitalized and prominent.





KAPITOLA 1

NENÍ NIC, CO BY  
S VÁMI NEBYLO  
V POŘÁDKU

*Když s jemností, ale rázně,  
ukončíte bitvu ve vás samých,  
na povrch se začne dostávat vnitřní mír,  
který ve vás byl vždy přítomen.*

Když slýchávám lidi vyprávět o svých životech a o tom, jak sami sebe vnímají, často mě napadá, že se srovnávají s jakýmsi nemožným ideálem. Jestliže jste k sobě kritičtí, protože nemáte tělo atleta, tvář filmové hvězdy nebo bankovní účet aristokrata, neustále si vytváříte důvody, proč se cítit nešťastní se sebou samými a proč nebýt v životě spokojení.

Tímto způsobem sami sebe zraňujete a ničemu tím nepomáháte. Takový přístup vás nemotivuje. Je to něco úplně jiného než skutečná touha pečovat o své zdraví, vypadat dobře a vytvořit si v životě pohodlí po materiální stránce. Klíčem ke skutečnému pocitu neustálé hojnosti je vytěžit co nejvíce z toho, kým jste – milovat a oceňovat svou vlastní výjimečnost.

Andělé jsou si vědomi, že to možná zní jako opakování něčeho naprosto zřejmého, ale pravdou je, že jste neustále v přítomnosti sebe samých – nemůžete se sami sobě vyhnout a nemůžete přestat být sami sebou. Jako lidské bytosti máme k dispozici mnoho podob odporu a dočasného úniku. Například braní drog a pití alkoholu nejsou ničím novým – před dvěma tisíci lety byli Římané známí pro jejich dekadentní životní styl. Televize a jiné přístroje, které nám poskytují možnost zapomenout na realitu, jsou sice o něco novější, stále však živí tu samou touhu po úniku. Možná budou pokusy o zapomenutí nebo chvilkové zveličování nás samých skrze přebytek, fantazie a odmítání reality vždy součástí lidského chování a jednou z neustále přítomných možností, nemusíme se však stát jejich otroky.

Jakmile účinky těchto návykových látek nebo rozptýlení odezní, zůstanete opět sami se sebou. Jste to opět právě vy, kdo s vámi žije. Proč by to pro mnoho z nás mělo být tak obtížné, a pro některé lidi občas dokonce nesnesitelné? Andělé vidí, že vaše mysl, která by se dala přirovnat k rozdivočelému

opičákovi, se stále dokola snaží vás přesvědčit o tom, že nejste dost dobří a že jste měli udělat více nebo méně toho či onoho, říct něco jiného, neměli jste říkat nebo dělat jiné věci nebo že si o vás druzí lidé vytváří negativní představy a pocity. Proto by se vás rádi zeptali, zda by život nebyl snadnější a šťastnější, kdybyste každý den o něco více přijímali sami sebe a soustředili se na to, co je úžasné na této nádherné a výjimečné skládance tvořící bytost, jíž jste?

Možná byste se mohli přestat snažit sami sebe napravit a změnit a namísto toho dovolit vnitřnímu bohatství, které ve vás dřímá, se rozzářit. To je jistou cestou k hojnosti, štěstí, spokojenosti a zdraví na všech úrovních. Když s jemností, ale rázně, ukončíte bitvu ve vás samých, na povrch se začne dostávat vnitřní mír, který ve vás byl vždy přítomen.

Stejně jako vy i já jsem po mnoho let vedla válku vnitřních konfliktů. Jako dospívající jsem měla příšerné akné, na hlavě krátké hnědé kudrnaté vlasy, které bylo naprosto nemožné jakkoliv upravit, a neměla jsem téměř žádná prsa. Toužila jsem po nádherné pleti a dlouhé blondaté hřívě a věřila, že kdybych byla fyzicky přitažlivá, byla bych automaticky šťastnější. Přes tento vnitřní konflikt jsem se po pár letech přenesla, ale vždy jsem na sobě dokázala najít něco dalšího, co se mi nehodilo na mé honbě za tím, abych byla odlišná, nebo dokonce perfektní.

Představa dosažení určitého druhu dokonalosti je zajímavá a některé lidi může dovést k dosažení a vytvoření ohromných věcí. Andělé však zdůrazňují, že cesta za něčím, co je pro vás důležité a smysluplné, není totéž jako snažit se změnit nebo dát do pořádku. Být lidskou bytostí znamená žít v neustálém paradoxu. Neexistuje nic, co by s vámi nebylo v pořádku, přesto se vždy dá nalézt prostor a příležitost k růstu. Mluvíte-li dvěma jazyky, existuje mnoho dalších, které byste se mohli naučit.

Jestliže medituji patnáct minut denně, bylo by možná „lepší“, kdybyste meditovali třicet minut denně. Jestliže máte jeden dům, mohli byste pocítit touhu pořídit si ještě druhý, a třetí by se také mohl hodit. Jestliže jste vystudovali jeden obor, mohli byste si stále ještě zvolit další vzdělávání. S takovými nápady nebo aktivitami jako takovými není nic v nepořádku. Nenechte se však ovládnout představou, že budete milejším, hodnotnějším a přijatelnějším člověkem, když toho všeho dosáhnete.

Jste dokonalí přesně takoví, jací jste – právě nyní v tomto okamžiku – a přesto jste zároveň nekoneční. Andělé vás již nahlíží tímto nádherným způsobem, spatřují tuto pravdu. Proto vás žádají, abyste s nimi od nynějška souhlasili s tímto úhlem pohledu a přestali se na sebe dívat ze staré perspektivy zdůrazňující nedostatečnost. Rádi by vás znovu upozornili na paradox lidské existence a skutečnou motivaci, na jejímž základě byste ve svém životě měli podstoupit jakoukoliv změnu k lepšímu – a to proto, že tak můžete objevit něco nového o sobě samých.

Nezáleží na tom, jak velké nebo malé bude to, co podniknete. Měli byste přitom vycházet z čisté radosti, potěšení, vnitřní jistoty, a dokonce i nečekaného překvapení z objevení určitého aspektu vás samých a vaší kapacity. Když se sebeobjevování stane vaší prvotní motivací ke zkoušení něčeho nového nebo k dosažení určitých změn ve vašem životě, vyjdete vstříc novému a o mnoho pozitivnějšímu pohledu na sebe samé. Rozhodující je, jakým způsobem si zvolíte nahlížet sebe sama a proč se o něco budete snažit.

Andělé se vás tedy ptají: jak si pro sebe od nynějška volíte přistupovat k něčemu novému? Půjdete zítra do práce pouze proto, že potřebujete splatit hypotéku? Nebo byste tam mohli jít s touhou vydat ze sebe to nejlepší a těšit se ze svého přínosu?

Budete se nadále chovat podle stejných starých vzorců a věřit, že existuje nějaké jiné místo, kde byste právě měli být, nebo něco jiného, co byste měli dělat? Chcete nadále předstírat, že již dávno víte, co vám dnešní den přinese? Nebo byste namísto toho mohli otevřít oči a spatřit malé zázraky neustále se dějící kolem vás?

Přihlásíte se na taneční kurz proto, že si připadáte osamělí a potřebujete se dostat ven z domu? Nebo byste na tyto lekce mohli chodit s touhou objevit svou vášnivou a přitažlivou stránku, tak dlouho pohřbenou někde hluboko uvnitř vás? Chcete dobrovolně pracovat pro místní charitu, protože chcete pomoci všem těm chudým lidem, kterým se vede hůře než vám, a zajistit si tak dobrou karmu od Vesmíru? Nebo byste tam mohli jít s touhou zakusit ohromné bohatství vašich vlastních zdrojů, odvahy a soucitu? Měli byste chodit do fitness centra s motivací stát se přitažliví pro opačné pohlaví? Nebo abyste zvýšili svou tělesnou aktivitu, konečně odstranili ze svého jídelníčku hotová a přebytečná jídla a objevili, jak ohromně můžete vypadat a jak dobře se můžete cítit? Seznam příležitostí a možností, jak pozitivním způsobem změnit náhled na věc, je nekonečný.

Andělé by vám rádi sdělili, že jakmile se ke svému životu postavíte kreativně a s pozitivní motivací, vaše osobní hojnost začne klíčit ve všech oblastech. Pro mě je například psaní knih úžasnou připomínkou mé vlastní hojnosti. Zajisté dostávám určitou odměnu, když se mé knihy prodávají, a jsem ráda, že se jim na trhu plném konkurence tak dobře daří. Při psaní své první knihy jsem však neměla ani ponětí, zda bude úspěšná nebo jestli se vůbec někomu bude líbit. Ve skutečnosti jsem měla strach, že knihu i mě budou lidé kritizovat a bude to propadák. Dělal jsem si starosti, jestli nebudu muset vystupovat