

RUŠ je originální, unikátní česká metoda

Tuto knihu jsem napsal, aby se co nejvíc lidí na světě dozvědělo, že konečně existuje funkční, neobyčejně účinný, jedinečný systém, metoda RUŠ, díky níž se můžete elegantně a trvale zbavit svých problémů a konečně žít šťastně a plnohodnotně. Co s tím uděláte, to už je jenom na vás.

Čeho si na metodě RUŠ nejvíc vážím/cením?

Že „dělá“ člověka svobodného. Není pak závislý na nikom a na ničem, ani na sobě.

Že vyřeší jakýkoliv problém:

Psychický/emoční, fyzický/tělesný, mentální/myšlenkový.

A duchovní/spirituální.

Poznámka:

Chybějící končetina vám sice asi nenaroste, ale i bez ní budete úplně šťastní.

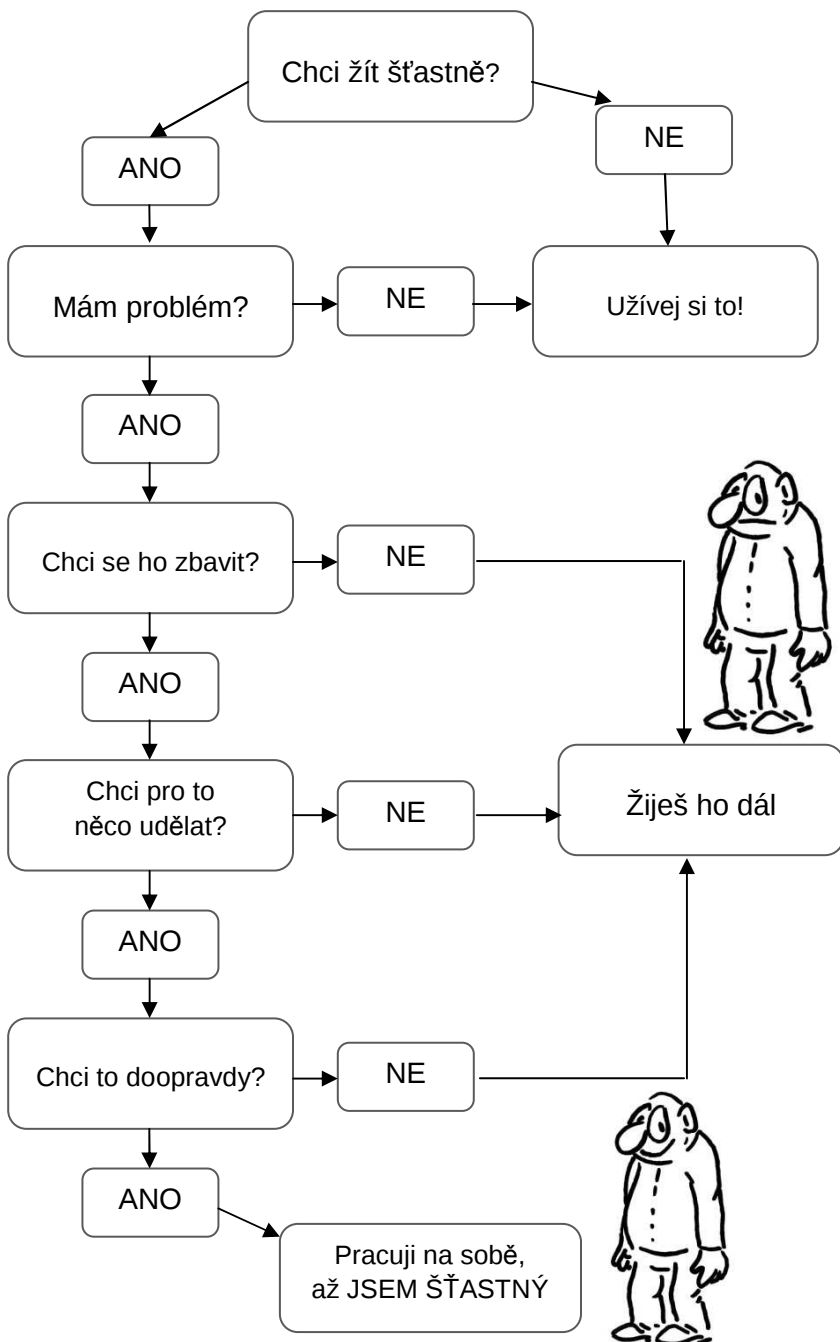
Metodu RUŠ vnímám jako dar pro lidstvo.

Je to klíč k takovému životu, po jakém každý toužíme.

Lidé začali RUŠce říkat různě: Osvobození/odpoutání od matrixu, Rychle k úplnému štěstí, Rychle, úplně a navždy, Řidičák na život, Návod pro člověka, Savo na problémy, Mercedes na psychiku, zRUŠ, co ti vadí, Trampoty zruš metodou RUŠ, Terapie přijetím, Terapie rozpuštěním problémů...a metoda na Nobelovu cenu.

RUŠka vede mimo jiné také k tomu, že člověk přestane odsuzovat, i sebe.

Co chci?



Budu šťastný, až...

Šťěstí je pocit uvnitř mne.

Už jsme si ujasnili, že chceme být šťastní. Řada z nás si myslí, že jeho štěstí je závislé na něčem nebo na někom: „Budu šťastný, když se mi to povede, až získám lepší postavení, až se zbavím dluhů, po operaci, až se ožením, rozvedu, až budu mít to vysněné auto, dům, až tchyně umře...“

Je jasné, že nový dům s bazénem mi pravděpodobně pocit štěstí přinese. Jenomže postupem času štěstí odezní.

Kde je vlastně ten pocit štěstí? Někde venku, mimo nás? Ne. Pocit štěstí je ve mně. Tak jako jakýkoli jiný pocit, ať už příjemný, nebo nepříjemný.

Z toho vyplývá smysluplná úvaha, že by bylo ideální mít pocit štěstí v sobě, ať se děje, co se děje.

Úplně „slyším“ vaše mozky, jak křičí různými způsoby, že to nejde! Jenomže ono to vážně jde. Teď jde jen o to, jestli budete dál věřit svým naučeným a přejatým frázím a dogmatům, anebo se rozhodnete být šťastní. To je jen na vás.

Za váš život jste zodpovědní jen a jen vy, nikdo jiný. Ani rodiče, ani sourozenci, ani partneři, ani sousedi, ani doktoři, ani léčitelé, ani bůh či Bůh, ani vláda, ani Vláda, ani Vláda ve vládě...

Blbý, co? Ale je to tak.

Každý z nás je zodpovědný za svůj šťastný život.

A je jenom na každém z nás, jak dlouho ještě: se budu trápit, budu nemocný, budu mít nepříjemné pocity jako strach, zlost, vztek, nenávisť, závist, žárlivost, pomstychtivost, a tak dále, a tak podobně – doplňte vaše problémy a pocity.

Anebo raději čtěte dál, ať víte, jak se toho zbavit.

Odkud se nepříjemné pocity berou?

Co mi vadí, je můj problém.

Odkud se nepříjemné pocity, které mám, berou?

To malé dítě si jednoho dne pomyslí nějakou negativní myšlenku: o někom, nebo o něčem, nebo o sobě. Jenomže konkrétní negativní myšlenka v nás vytváří konkrétní nepříjemnou emoci. A stejná konkrétní negativní myšlenka se projevuje nepříjemným pocitem v konkrétním místě v těle. Konkrétní emoce i konkrétní místo v těle je u každého naprosto individuální.

Příklad:

Strach bývá naše nejčastější nepříjemná emoce. Když se na setkáních s lidmi ptám, kde v těle sedí strach, odpovídají a ukazují někdy stejně, jindy různě: „Uprostřed hrudi, žaludek, v břiše, bedra, záda, celý člověk, podlamují se mi kolena...“ Inu, jsme každý originál.

Cvičení:

Ted' se prosím zastavte a zamyslete. Děkuji. Když máte strach, kde v těle ho cítíte vy?



Může to být i více míst. Může to být silný pocit, ale také velmi slaboučký, že si ho v běžném životě nemusíte uvědomovat.

Když si pomyslím tu konkrétní negaci poprvé, tak přitom v konkrétním místě v těle vzniká nepříjemný fyzický pocit. I když ho třeba nevnímám, vždycky to tak je.

Při té první negativní myšlence vzniká v tom konkrétním místě v těle disharmonie, nerovnováha. Je tam méně nebo více energie, než tam má být. Pokud si opakovaně myslím stejnou negaci,

Příklad:

Jsou mi tři roky a táta přijde domů z práce. Zle se na mne podívá a já si pomyslím „Je na mě zlej“. Tou mojí svobodnou myšlenkou vytvořím v sobě nepříjemný pocit a já „vím“, že je na mě táta zlej. Pak přijde brácha, který, nevím proč, nezaznamená tátův zlý pohled a srdečně se s ním přivítá. A já vytvořím další negaci „Má ho radši než mne“, nebo „Jeho má rád a mě ne“ a podobně. Přitom táta přišel rozmrzelý kvůli práci a já jsem to truhlík vztáhl na sebe. No řekněte, nejsme dokonalí, jak tou svojí myslí nádherně tvoříme?

Mimochodem, výše uvedenými programy vzniká jeden z více typů žárlivosti, která pak s námi „cvičí“ i v dospělosti.

Každý můj negativní program, to znamená myšlenka s nepříjemným pocitem, je ve mně dál, dokud v sobě ty nepříjemné pocity nějakým způsobem neodstráním/nezpracuji /nezvládnou tak, že už ze stejné myšlenky nemám žádný nepříjemný pocit.

Je to vlastně takový výukový program od vesmíru. Jako by nám ten vesmír říkal: „Karle, nebo Evo, nebo Hynku, Viléme, Jarmilo, tohle ti ještě způsobuje nepříjemný pocit, to ti brání v úplném štěstí, vyřeš si to v sobě!“



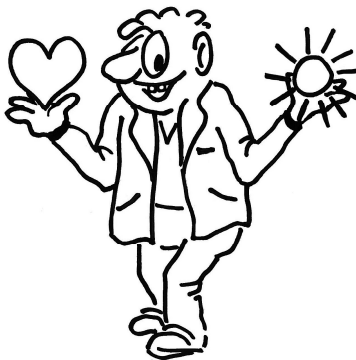
O úspěchu a rychlosti výsledků jakékoli činnosti, i čištění, rozhoduje

1. Záměr. Ten je vždy nejdůležitější v našem životě. Po dosažení prvního stupně vývoje člověka (viz **Vývoj jedince**) ho už ale nebudete potřebovat.

2. Efektivní, účinná práce na díle, které tvořím, nebo na sobě. Je potřeba pracovat tak, že se dílo vyvíjí. U čištění je mi stále lépe. Spousta lidí maká, ale výsledky nic moc. Buď není dobrá technika/postup, nebo ji/ho používám špatně, anebo mě brzdí nějaké moje vnitřní přesvědčení.

3. Počet negativních programů. Někdo jich má moc, jiný méně. Je to individuální. Prací na sobě jejich počet snižuji, až nemám žádný. Tím se mi daří ve zpracovávané oblasti lépe a lépe.

Po vyčištění všech negací jde všechno přirozeně, prakticky samo. To je pak x-tá dimenze mého Bytí! A o to jde.



NEGACÍ V TOBĚ JE KONEČNÝ POČET ☺.

Každá cesta se skládá z jednotlivých kroků.

A když přijde překážka, jenom udělej další krok.

Co nefunguje

Miliardy lidí na celém světě se trápí.

Když se tomu nepostaví čelem, problémy žijí průběžně dál.

Rozhodnutí, kdy své problémy vyřeší, je jenom a pouze na nich.

Naprostá většina lidí přistupuje ke svým problémům čtyřmi nefunkčními způsoby. Při používání kteréhokoli z uvedených způsobů se váš problém nevyřeší ani nezlepší, a navíc ztrácíte čas. Ale je to váš čas.

1. Útok

Útočím na tu, na toho, na ty, nebo na to, kdo nebo co mě zneklidňuje, nebo mi ztrpčuje/znepříjemňuje/zhoršuje život.

Slovně nebo fyzicky, nebo slovně i fyzicky, případně jinak.

Čím víc útočím, tím více rozdmýchávám/jitřím/zesiluji **svoje** nepříjemné pocity. Příště, až se mi to zase stane/přihodí, tak mám u toho horší pocity než dříve.

Protože jsem ty blbý pocity v sobě zvětšil.



Příklad:

Klientka, 65 let, ze Slovenska. Její manžel pije každý den víno. Už byl objedнан na protialkoholní léčbu, ale nakonec tam nešel. Každý den se s ním dohaduje a křičí na něj, aby nechlastal, že je notorik.

Příčina byla v jejím strachu, že manžel zemře a ona zůstane sama. To zažila v devíti letech, kdy jí zemřel táta. Vyřešili jsme to, a od té doby není protivná na svého manžela, aby ho paradoxně tlačila, ať co nejdříve zemře/se uchlastá.

Shrnutí

Nejprve stručně jak fungujeme:

Co se mi nelíbilo, to jsem pojmenoval takovou myšlenkou, která ve mně vybudila konkrétní nepříjemný pocit.

Tím jsem v sobě vytvořil negativní program. Jenže ten má tendenci se znovu a znovu uskutečnit/zrealizovat/stát/zhmožňovat, dokud ten „problém“ v sobě nezvládnou na jedničku.

Poznám to tak, že následně při stejné situaci jsem vnitřně na-prosto v klidu, bez jakéhokoli úsilí a přetvářky.

Celkovým cílem je, že jsem ve vnitřním klidu, ať se děje, co se děje. Ve všech oblastech života.

V takovém stavu si užívám každý okamžik života plnými doušky, s úžasnou intuicí. Je to přirozený dětský stav. Stačí pozorovat malinké dítě bez bloků/negací. Tak to je ten kýžený stav.

Vyřešením negací v sobě nejsem tedy „citově plochý/otupělý debílek“, jak se někdo s negacemi v sobě strachuje.

Naopak reaguji v zátěžové situaci lépe, než jiní, kteří jsou v takové situaci „na nervy“/na prášky/panikaři/nevědí co mají dělat a buď dělají „kraviny“ nebo nedělají nic...

A jak můžete poznat, jestli jste k tomu dětskému přirozenému stavu blízko? Jednoduše. Dokážete se opravdu od srdce zasmát? Zablbnout si jako malé dítě? Zaskákat si? Zařvat si jen tak z plných plic?

I mezi lidmi?

A teď obšírněji.

Každý toužíme po štěstí.

Ideální štěstí je vnitřní stav, nezávislý na nikom a na ničem okolo nás/„venku“.

Ve štěstí nám brání naše osobní nepříjemné pocity – emoční i tělesné.

Nepříjemné pocity jsme si vytvořili sami, svými negativními myšlenkami (v duchu/potichu) a negativními slovy (nahlas) v původní/první situaci/v dětství.

Po svojí vlastní negativní myšlence mám nepříjemný pocit. Tak silný, jak silně to v té chvíli prožívám, jak moc takovou situaci nemám zvládnutou, tak silný ten nepříjemný pocit v sobě mám. Příští obdobná situace mi už „jen“ jítí moji myšlenku, kterou jsem si zadal v té původní situaci, včetně všech průvodních nepříjemných pocitů.

Jinak řečeno v podobné situaci je moje svoboda už „válcována“ mými nepříjemnými pocity, které se ve mně jítí. Čím silnější mám blbé pocity, tím méně si můžu dělat to, co chci. Tím víc mě můj nepříjemný pocit usurpuje/ovládá.

Pochopte, že vůbec nezáleží na tom, jaká je/byla skutečnost, ale jak já ji vnímám/jak ji mám pojmenovanou v sobě.

Když mám nepříjemný pocit z nějaké fantazie/vymyšlenosti, tak se neukecávám, že se to nestalo, ale vyčistím to v sobě, jinak mě to pronásleduje/zatěžuje/dělá nesvobodným dál.

Ty negace ve mně mohly vzniknout (pro věřící na inkarnace: se zjitřit) v době od početí do max. 16 let.

Dám na radu Karla Nejedlýho, který mi radí po zkušenostech s více než s deseti tisíci klienty: vyřešení vztahů jde snadněji a podstatně rychleji, než vyřešení konkrétního problému.

Proto nepátrám ve svém znečištěném podvědomí (i když si myslím, jak jsem čistá/y) po příčinách současného problému, ale přednostně vyčistím svoje ZÁKLADNÍ VZTAHY.

Zadám si rozhodnutí/záměr „ŽIJU IDEÁLNĚ ŠŤASTNÝ ŽIVOT“, protože toto rozhodnutí zastřešuje/pokrývá/obsahuje úplně všechno, co si přeju, nebo bych si kdykoliv v budoucnu mohl přát. Pozor! Když poslechnu ty, kdo šíří, že nesmím mít záměr, tak mám před sebou jednu ze dvou cest: