



Začneme s úklidem

Co vám malý úklid přinese z praktického hlediska do vašeho života.

Méně je někdy více. Toto přísloví platí obzvlášť ve Feng Shuei, chceme-li vytvořit vzdušné bydlení s dostatkem čerstvé energie Cchi. Příliš mnoho nábytku a věcí doslova utlačí naši auru a oslabuje ji. V takovém bytě se cítíme jako na trní a snažíme se trávit co nejvíce času mimo domov. A přitom stačí tak málo...

Rozhlídněte se po svém bytěčku, domečku, vašem obydlí. Je na první pohled vše v pořádku? Vše čisté, uklizené, nehromadící se kupy různých věcí... Cítíte se tam dobře? Nebo máte spíš pocit, že je ve vás neklid, z toho co vidíte, cítíte spíše chaos... Začneme postupně, pomalu, kousek po kousku, místečko po místečku.

Předměty kolem nás ovlivňují nás a my zase máme tendenci promítnout do svého bytu, domova, své nitro. To dobré i to, „kde nás bota tlačí“. Stačí jen mít chuť vzít svůj život do svých rukou a začít se na věci dívat trošku jinýma očima. Na pomoc vám přichází tyto následující kroky ve vašem úspěšném prvním přístupu k očistě domova, a tím také vaší spokojenosti:

- odklíďte nežádoucí krámy a harampádí
- odklíďte nepotřebné papíry
- odklíďte emocionální veteš

Nejjednodušší je začít skříněmi, vašimi skříněmi plné nejen oblečení. Kdy jste naposledy měli tyhle džíny, svetr, halenu, kravatu, oblek, atd. na sobě? Dejte se s vervou do třídění a opravdu si uvědomte, co nezbytně potřebujete. Řekněte si, že třeba pro vás již nepotřebné věci udělají radost kamarádce, sestře, bratrovi... Udělejte si mejdan a darujte tyto pro vás nedůležité kusy oblečení, bot... Co skříň s oblečením vašeho miláčka – syna nebo dcery? Vaše kamarádky budou rády za tyto drobnosti. Pokud neznáte v okolí, komu by jste věci darovali, zajděte do nejbližší charity, uvítají vás s otevřenou náručí. A vy budete mít báječný pocit, veďte mi. A nový svetřík nebo boty k vám najdou záhy cestu.

Co vaše postel a prostor pod ní? Je tam spíš prach? Krabice se starými časopisy a fotkami? Stará kytara s rozlámanými strunami? Stroj na cvičení, na kterém jste se trápili jen v období těsně po jeho zakoupení? Nebo jiné nepotřebné krámy? Mám jednu radu. Pryč se vším. Prostor pod postelí má být volný, aby mohla dostatečně proudit energie, vy měli klidný spánek s nerušivými vlivy. Takhle s těmi všemi věcmi pod postelí nemůžete důkladně odpočívat, a znovu prožíváte dramata, které se na vás přenáší ze starých časopisů, fotek zachycujících pohrby, problémy s bývalým partnerem, hádky, negativní emoce, slzy... Zkuste na 21 dnů tento prostor pod postelí vyklidit a uvidíte, jak se vaše kvalita spánku zlepší, vaše vztahy s drahou polovičkou nebo nějaký ten nový vztah pomalu rozkvete.

Co vaše předsíň, vstupní hala? Působí vlídně, pohodově, esteticky a vítá vaše hosty dál do vašeho příbytku třeba k pozvání na kávu? Nezakopáváte tem v létě ještě o zimní kozačky a lyže? Co ty bedny od posledního nákupu připravené již pár dnů ne-li týdnů na vyhození? Věšáková stěna

překypující všemi možnými svršky, že není možné již něco dalšího pověsit? Určitě se nechcete stydět za vaši „bránu“ do vašeho bytu, která udělá obrázek celého bytu prvního dojmu komukoliv, kdo vstoupí. Proto s tím zkuste něco udělat, je to ve vašem zájmu. Prohlídněte si vaše vstupní dveře, zda jsou dobře umyté? Váš zvonek u dveří je viditelně označen vaším jménem? Pokud ne, udělejte to, podle Feng-Shuei vám přijdou pozitivní zprávy do života, z kterých budete mít užitek.

Co vaše potravinová špíz, lednice a mražák? Jsou tam jen čerstvé potraviny? Zboží v rámci záruční lhůty? Žádné divné pachy? Vyvětralá limonáda nebo víno? Proberte a vyhoďte vše, co již tam nemá dělat. Celý prostor dobře vytřete vlhkým hadříkem namočeným do vody s trochou octu. Špíz dobře vyvětrejte, vyčistěte od drobků, rozsypané mouky a cukru, nevlídně vyhlížejícího ovoce a zeleniny, otevřených starých konzerv...Jo, a pravidelně vynášejte odpadkový koš, nejlépe denně, zde je totiž velmi stagnující energie Cchi.

Co vaše kuchyňská linka a jídelní stůl? Kolik nepotřebných harampádí, starých nefunkčních přístrojů, prázdné slánky, tupých nožů se tam válí? Zamyslete se, proč již tak dlouho nemůžete sežvat svou rodinu k společnému obědu či večeři? Jídelní stůl je zaházený vším možným, co hned se nestihlo uklidit a nikdy se již taky nestalo a vznikají další a další hromádky. Odklidte to vše nepotřené na své místo a položte doprostřed krásnou vázu s čerstvě nařezanými květy. Na kuchyňskou linku postavte květináč s bylinkami, staré koření v kořenkách vyměňte za čerstvé, naaražujte mísu s krásně zralým ovocem. Budete mít z té změny radost nejen vy, uvidíte... A taky se těšte na čerstvý vítr, který vstoupí do vašeho příbytku.

Co vaše světla a lampy? Jsou všechny plně funkční? Svítíte často. Ano, měli by jste. Jednotlivé místa v bytě potřebují světlo, energii, aby mohla volně proudit a vám přinesla do života harmonii a radost, třeba i v podobě lepší kariéry a dávno vysněných cílů.

Co vaše dveře? Jdou všechny dobře zavřít na klidu, nikde nic nedře, vsazené sklo je čisté, není prasknuté. Zamysleli jste se někdy, když některé dveře třeba vržou, proč to? Třeba dveře do dětského pokojíku. Je vaše komunikace s dítětem jasná, čistá, bez hádek a roztržek? Proč vám nejdou dveře od ložnice dovřít? Je vše mezi vámi a vaším partnerem v pořádku? Udělejte s tím něco teď. Máte novou šanci dát nejen vašim vztahům ve vaší rodině.

Co vaše kvítka? Vypadají zdravě, hravě a šťastně? Ne, nemyslíte si to? Zkuste si s kvítky při zalévání popovídat, utrhněte uvadlý list či uschlé kvítko. Některé z nich zoufale potřebují nový větší květináč s čerstvou hlínou? Dopřejte jim to, odvděčí se vám svou krásou a nejen tím.

Co vaše koupelna? Tekoucí baterie. Umyvadlo, které neodtéká. Toaleta, která teče. Několik prázdných kotoučků od toaletního papíru. Staré kelímky se zažluklými krémy. Milióny krabiček od sprchových mýdel a šampónů, které již nepoužíváte, protože jste si právě „nutně“ koupili další. Zrcadlo, které zoufale potřebuje kousek vaší péče. Ta hromada špinavého prádla, na kterou zase „nezbyl“ čas. A taky ta hromada nevyžehleného...

Co dětský pokoj? Je to spíše skladiště, kde se válí hračky, které jsou rozbité, nefunkční, bez nových baterií nebo s kterými se již dávno vaše dítě nehraje... knížky, které nečte váš 13-ti letý potomek, ale jsou spíše vhodné pro předškolní věk? Co pracovní stůl v dětském pokojíčku? Je na něm vytvořena autodráha pro automobilové závody nebo jsou tam spořádané potřeby pro studium? Staré časopisy, sešity, papíry... Potřebuje je vaše dítě? Bude ještě někdy toto potřebovat? Co prostor pod postelí? Nespí vaše dítě na hromadách negativních informací z vašich starých novinových výstřižků, které jste v bedně od bot neměli kam schovat? Co stěny a obrázky či plakáty? Atd. Atd. Sledujte kousek po kousku. Působí tahle místnost na vás chaoticky, rušivě nebo spíše hravě a inspirativně? Myslíte, že vaše dítě tady může v klidu číst knížku, studovat? Zbavte se všeho již pro vaše dítě nepotřebné, darujte nebo úplně zlikvidujte to harampádí zbytečně zabírající místo. Přemýšlejte. Místo starých

pusťte do života vašich dětí nové možnosti, příležitosti. Umožněte svým dětem být hraví a tvořiví, budou dlouho i v dospělosti na toto i vás vzpomínat, že jste jim to umožnili a podporovali je.

Váš počítač je naplněn množstvím informací, souborů, fotek, obrázků.... Jak často čistíte svůj počítač od zbytečných a zastaralých souborů a informací? Zkuste to a uvidíte, jak k vám začnou přicházet nové a nové informace. Staré bude nahrazeno novými čerstvými a najdou si k vám cestu lépe.

Nezapomínáte ani na své domácí mazlíčky? Vyměňujte jim pravidelně pelíšky? Čistíte misky na jejich potravu a vodu? Vaše rybičky jsou zdravě vyhlízející v akváriu plném rostlin? Na akvárium by jste měli hodně dbát, je to živá proudící energie, ale potřebuje taky péči, pravidelnou údržbu, aby vám mohla přinášet do života pozitivní věci (peníze, lepší kariéru, atd.).

Co váš sklep nebo garáž? Je tam za ty roky natahaného všeho možného harampádí a veteše, jen tam není místo a prostor pro vaše kola, lyže a sánky? Přemýšlejte, k čemu vám to harampádí a veteš je! Úklid neodkládejte, začněte hned, pokud se svým životem chcete něco udělat. Čím dřív, tím lépe.

Předměty darované – od koho jsou? Fotky v rámečku - kdo na těch fotkách je? Byl ten člověk šťastný, když vám ten dárek daroval? Nebo se teď zrovna rozvádí nebo topí v dluzích? Nebo je to dárek od člověka, který vám nějakým způsobem někdy ublížil, emocionálně či fyzicky? Co ta stará kytice sušených růží? Jsou od vašeho bývalého přítele? Co tam ta kytka ještě dělá? Je to harampádí starých špatných vzpomínek. Vytrďte věci týkající se vaší minulosti, související s vašimi nezdary a starostmi. Očistěte mysl, zbavte se všech nepotřebných předmětů nebo starých fotek z ne zrovna šťastného období, pohřbů, z večírků s divným koncem. Když to ze začátku nedokážete, můžete je uklidit do hezké krabičky a uložit do sklepa na nějakou dobu. Pozorujte, co vám ta změna přinese do života.

Očista vede k uvolnění místa pro nové věci... pak už jen sledujte 21 dní - což je lhůta změn, po které to přijde...Pozorujte a pozorně vnímejte, co se kolem vás začíná dít... Mějte oči a uši nastřežené, buďte otevření novým zážitkům, pozitivním změnám...

A určitě si často připomínejte slova mystika, které vám jistě pomůžou na vaší cestě k harmonickému domovu:

NEBOJ SE POMALÝCH KROKŮ VPŘED. BOJ SE JEN ZŮSTAT STÁT.