K A R M A

 PROČ SEM PŘICHÁZÍME?

Člověk přicházející na tento svět se inkarnuje z "neprojeveného" světa (je to svět našeho "domova", svět, který ještě neumíme poznat našimi omezenými možnostmi poznání), aby na sobě pracoval, aby se v něčem zdokonalil, aby postoupil ve svém vývoji dál.

Většina lidí ale chápe život tak, že si chce užít všeho - lásky, jídla, odpočinku, přátel, tvorby, rodiny, zdraví a všeho ostatního. Ano, člověk má právo na skvělý život, ale jen za určitých podmínek. Chceme-li se vyvarovat problémů a neštěstí, musíme znát a dodržovat správná pravidla chování v životě. Základním pravidlem je vyvarovat se negativních emocí vůči okolí, tzn. konfliktních vztahů. Zajištění dlouhotrvajícího komfortu v životě, a to i s přispěním Vyšších sil, vyžaduje, abychom se naučili přijímat okolní svět takový, jaký je a ignorovali z pohledu jednotlivce jeho nedokonalost.

Abychom mohli pracovat na růstu svého nedokonalého „já“, přinášíme si s sebou určitou zátěž - v ezoterice se nazývá zralá neboli rodová karma. Je to jakési předurčení, ale není bezvýchodné. Vždy můžeme svou situaci změnit, ovlivnit, vždy můžeme najít východisko. Nebo alespoň pochopit, proč jsme se právě „takto“ narodili a smířit se.

Zdá se, že ještě větší vliv na náš život má karma získaná. Jde o nahromaděné negativní emoce, které si člověk nakupil během svého současného života. Důležité je pochopit, že člověk může mít názor na svět jakýkoliv, ale nesmí odsuzovat jiné lidi, že nesdílejí jeho názor, nesmí být nespokojený se světem, jaký je. Vše, co je, má nějaký svůj smysl a není to náhoda. Pokud v našich myslích existuje vyhraněná představa o tom, jaký má být svět, který nás obklopuje, nazýváme tento stav idealizací.

Idealizovat si cokoliv znamená připisovat tomu nadměrnou důležitost a prožívat negativní emoce v situaci, kdy se reálný svět neshoduje s naším ideálním modelem. Něco nás může otevřeně dráždit a rozčilovat. Mohou být také situace, kdy neprožíváme negativní emoce přímo, ale už při představě ztráty této věci. Je to vlastně jedno, jak prožíváme své idealizace. Jedno je ale jisté. Cokoliv si idealizujeme, o to rozhodně přijdeme. Říká se tomu karmická výchova a je to proces rozbití našich ideálů.

Duše přicházející na Zem si volí pobyt zde buď jako prožití očistce nebo odpočinku a osvícení. Úroveň této karmické výchovy závisí na vyspělosti duše. Hodně výchovy = očistec. Málo výchovy = odpočinek. Takto snáze pochopíme, proč se někdo narodí do materiálního blahobytu, do skvělých lidských vztahů, jako génius v nějaké tvorbě, a někdo do rodin postižených chudobou, válkami a násilím. Ale důležité je, jak s těmito podmínkami naloží. Vždy může z tohoto jednoho života odejít jako lepší než na něj přišel. Anebo horší..

Nezapomínejme, že na tomto světě jsme pouze na krátkém výletě. Těch několik desítek let je pouhý okamžik ve srovnání s délkou existence naší duše. Zároveň nezapomínejme, že náš život je exkurze. Máme možnost stát se člověkem, jít, dívat se a vyzkoušet si všechno. Napravit své hříchy. Všechno používat, ale vědět, že nic mi tu nepatří, není to můj svět. Narodil jsem se beze všeho a tak i odejdu.

#  CO JE TO KARMA?

Je to zákon akce a reakce, zákon příčiny a následku. Ukazuje nám, že nic na světě se neděje náhodou a že ani my se v žádné situaci neocitáme náhodou. Vše má pro nás nějaký smysl.

Vychází z přesvědčení, že lidský život není omezený. Člověk je jednota těla, duše a ducha - neboli vědomí, podvědomí a nadvědomí. Duše pracuje na svém vývoji, studuje, učí se. Člověk na této zemi není doma, jeho doma je někde jinde, kdesi v jiné dimenzi.

Co potom děláme tady? Tady jsme ve škole nebo v práci, jak tomu kdo chcete říkat. Sem se vracíme proto, abychom něco udělali pro zdokonalení sebe sama, abychom postoupili dál, abychom byli výš, abychom byli lepší. Vybíráme si místo i čas svého narození, vybíráme si, komu se narodíme.. Zkrátka vybíráme si takové podmínky svého pozemského života, bychom se pokusili v této "škole" splnit úkol, který jsme si stanovili "doma".

Učení o karmě je pro člověka velmi uklidňující. Učí člověka chápat životní situace jako důsledek něčeho konkrétního, zbavuje ho strachu před neznámou budoucností a ukazuje mu možnosti usměrňování jeho života. Díky učení o karmě člověk snáze pochopí smysl svého života, rozpomíná se na úkol, který sám sobě dal a naučí se vnímat značky, směrovky a ukazatele, které ho životem vedou. Dovede pochopit důvod problematických situací, které se mu přihodily, a dokáže předcházet situacím přicházejícím. V chaotickém a těžko předvídatelném světě, v jakém dnes žije většina lidí, dokáže dělat vědomá rozhodnutí.

#

#  ZÁKON KARMY

 „OKO ZA OKO, ZUB ZA ZUB“

Nebojte, nejde o nic krvavého, jen: „co zaseješ, to sklidíš“. Ale pokud si pořád říkáte: "Proč mi tenhle člověk ubližuje?", pak vězte, že jste mu nejspíš v minulém životě ubližovali vy a je načase vědět, jaké to je. Pak už snad nebudete ubližovat dál, ani vám pak nebude ubližováno. A jestli ano, máte ještě zažít určitou další karmickou zkušenost, kterou jste buďto úplně nepochopili, nepřijali, nebo vám z nějakého úhlu pohledu ještě chybí. Neřešte to, zbytečně se tím netrapte, mávněte rukou, odpusťte mu a jděte dál - on to nechtěl udělat, jen musel. Protože osud je osud a dohoda duší, je dohoda duší. A kdo by se pořád zaobíral tím, co mu kdy kdo provedl a proč, v životě jsou přece důležitější věci, třeba, kdo jsem já, co se mám ještě naučit, kam jdu a proč...

Karma se dá čistit v srdeční čakře v oblasti fyzického srdce. Pozveme si tam ty, kteří nějak ovlivňují buď nepříjemně, nebo až moc příjemně náš život a poprosíme je jednoho po druhém o odpuštění, sami jim odpustíme, odpustíme i sami sobě, dáme svobodu jim a poprosíme o tu svou. Pokud to provedeme opravdu z otevřeného srdce, je po karmě jednou pro vždy. Čistíme i emocionální stopy s tím spojené stejným způsobem. Jen karmický způsob života se většinou musí odžít – to je ta osudovost, kterou naše duše pro tento život naplánovala. Jsou to zkušenosti k nezaplacení, na které většinou už nikdy nezapomeneme, tudíž se nemusí opakovat. Pokud se nám je podaří přijmout, pochopit, pak můžeme tyto z hlediska člověka většinou nepříjemné věci prožít jen ve své mysli, tedy psychice a z karmického kruhu tak vyjít. To je v tomto životě záměrem mnoha lidí: zkusit žít šťastný život na Zemi a získat pochopení.

#  KARMICKÁ NÁDOBA

Člověk, přicházející na tento svět, si s sebou přináší karmickou nádobu, v níž se hromadí naše „hříchy“ - nespokojenost se životem, strach a jakékoliv negativní emoce vyvolané nesouladem mezi reálným životem a našimi idealizacemi. Můžeme si ji představit jako nádobu s potrubím, kudy „hříchy“ přitékají a potrubím, kudy odtékají.

**Prvním a největším "potrubím", kterým si plníme karmickou nádobu je idealizace pozemských hodnot.**
Sem patří:
 · víra, důvěra (nadměrná důvěra ve vyšší ideály a ostatní lidi)
 · moc (touha po moci a potěšení z ponižování jiných)
 · peníze a jiné materiální hodnoty (považovat svůj život bez peněz za nevydařený, pohrdat lidmi bez peněz)
 · duchovnost, nábožnost (chvástání se svou duchovností a pohrdání neduchovními lidmi)
 · popularita, sláva, vážnost, uctívání (vyvyšování se nad nepopulárními, přílišná touha po slávě, nespokojenost se svým postavením)
 · kariéra, budoucnost (pokud se nedaří naplánovaný úspěch, dostaví se hněv nebo zoufalství)
 · krása a přitažlivost (příliš si zakládat na svém vzhledu nebo se za něj odsuzovat, pohrdat nevzhlednými)
 · mravní normy, veřejné mínění (odsuzování za překračování mravních norem, pobuřování se nad amorálním chováním ostatních)
 · způsob života (nespokojenost se způsobem života toho druhého)
 · vztahy mezi lidmi (pobouření nad drsnějšími způsoby ve vztazích)
 · práce (nemožnost představit si život bez práce a kariéry)
 · rozvoj, vzdělání, intelekt (pohrdání nevzdělanými, idealizace rodičů na vzdělání svých dětí)
 · rozumné jednání lidí (negativní emoce vznikají, když se snažíte vysvětlit jiným lidem své postoje a očekáváte rozumnou reakci, ale ta není)
 · vlastní tělo a fyzické zdraví (trápení se nad svými neduhy, vyvyšování svého zdraví)
 · rodina, děti (idealizace fungování rodiny, lpění na svých hodnotách)
 · sex (nespokojenost s partnerem nebo se sebou pro nedokonalost)
 · schopnosti (nutnost dosažení úspěchu, jinak je život zbytečný nebo pohrdání neúspěšnými)
 · dokonalost (povyšování vlastní dokonalosti nad ostatní)
 · tvorba, kreativita (pohrdání netvůrčími osobami)
 · cíl (člověk se může snažit o dosažení jakýchkoliv pozemských hodnot, ale při neúspěchu nesmí klesat na duchu, není to totiž jeho životní cíl)

**Druhým "potrubím", kterým si plníme karmickou nádobu, přitékají nesprávné postoje.**Například:
 · zpupnost, ctižádostivost, nadhodnocení sama sebe (pocit vlastní důležitosti, pohrdání ostatními)
 · nespokojenost se sebou nebo s osudem (představy o vlastních schopnostech se neuskutečňují)
 · odsuzování lidí a pohrdání jimi (včetně sebe sama)
 · pocity křivdy
 · snaha kontrolovat okolí, panovačnost
 · žárlivost

**Třetí "potrubí"** - vědomé negativní činy (násilí, pomsta, výsměch, vražda, atd.)

**Čtvrté "potrubí"** - nesplnění karmického úkolu (člověk nesplní úkol, s nímž jeho duše přišla na svět)

Naštěstí se karmická nádoba nejen naplňuje - to bychom žili asi jen do patnácti let, ale také čistí. Ne náhodou se v tomto věku objevuje silný pocit křivdy, odsuzování, žárlivost a jiné negativní emoce. S těmito emocemi každý pracuje, každý různě dlouhou dobu, a tím si čistí svou karmickou nádobu.
První očistné "potrubí" - vědomé činy (soucit, milosrdenství, nezištné služby ušlechtilým cílům, dobročinnost, šíření poznatků, které mohou lidem usnadnit život a podobné věci pro dobro člověka)
Druhé očistné "potrubí" - kladné vlastnosti (dobrota, dobromyslnost, veselost, optimismus, smysl pro humor apod.)
Třetí očistné "potrubí" - vnější vlivy (očištění pomocí léčitele, očistných rituálů, má ale krátkodobý účinek)
Čtvrté očistné "potrubí" - splnění karmického úkolu (pokud člověk pracuje s láskou, pokud řeší problémy ve vztazích, pak si plní svůj karmický úkol)

Všechny výše jmenované vlivy na naplnění naší karmické nádoby souvisí s tímto životem, s našimi postoji a názory v současném našem životě. Těmto vlivům říkáme získaná karma. Stav průběžného naplnění vaší karmické nádoby lze určit podle událostí vašeho života, podle úrovně vašeho finančního a materiálního zajištění, úrovně vašeho bydlení, podle rodiny a uspokojení s rodinným životem, podle vztahů s rodiči, podle práce a spokojenosti s ní, podle pochopení svého životního poslání a jeho uskutečňování, podle zdravotního stavu a podle celkové vaší spokojenosti se životem.

Vlivům, které si přinášíme na tento svět už při svém narození, říkáme zralá karma. Stav naplnění karmické nádoby při příchodu na tento svět lze určit podle země a místa narození, rodiny, zdravotního stavu novorozence a podle výrazných charakterových vlastností. Jen málo z nás totiž opouští tento svět jako čisté duše s prázdnými karmickými nádobami. A protože karma je zákon akce a reakce, pravidlo, že nic nezůstane bez následků a vše se vám vrátí, co dáte, to přijmete, tak některé **důsledky** našich činů prostě nestačíme pocítit ještě v tomto životě a neseme si je s sebou do další inkarnace.

Takže - aplikujte uvedený model na sebe, zjistěte, která záklopka ve kterém potrubí nedoléhá, kudy vám hříchy nezadržitelně přitékají a kde byste měli povolit. Je potřeba řádnou dávku sebekritiky přiznat si to, co slyšet a vidět nechceme. Ale nezapomínejte, že člověk je na svůj životní úkol vždy sám, jen vy víte, co máte a nemáte dělat, jen vy si můžete pomoci nebo ublížit.

 Proto hledejte sebe sama!

#

#  KARMICKÁ DIAGNOSTIKA

Neboli vliv duchovních sil, vliv minulých životů či vliv prožitků a činů v tomto životě. Stav karmické zátěže pro tento život nesený z minulosti můžeme částečně určit stavem rodiny, do které se narodíme. Např. silná karmická zátěž – narodíme se do rodiny alkoholiků, ekonomicky i sociálně slabé a prožíváme bezcitné období dětství. Náprava chyb z minulosti je takřka vždy možná a nikdy není pozdě na sobě začít pracovat. Něco více v Karmologii.

Co je vlastně karma?
Je to zákon akce a reakce, zákon příčiny a následku. Ukazuje nám, že nic na světě se neděje náhodou a že ani my se v žádné situaci neocitáme náhodou. Vše má pro nás nějaký smysl.

Vychází z přesvědčení, že lidský život není omezený. Člověk je jednota těla, duše a ducha - neboli vědomí, podvědomí a nadvědomí. Duše pracuje na svém vývoji, studuje, učí se. Člověk na této zemi není doma, jeho doma je někde jinde, kdesi v jiné dimenzi.

Co potom děláme tady? Tady jsme ve škole nebo v práci, jak tomu kdo chcete říkat. Sem se vracíme proto, abychom něco udělali pro zdokonalení sebe sama, abychom postoupili dál, abychom byli výš, abychom byli lepší. Vybíráme si místo i čas svého narození, vybíráme si, komu se narodíme.. Zkrátka vybíráme si takové podmínky svého pozemského života, bychom se pokusili v této "škole" splnit úkol, který jsme si stanovili "doma".

Učení o karmě je pro člověka velmi uklidňující. Učí člověka chápat životní situace jako důsledek něčeho konkrétního, zbavuje ho strachu před neznámou budoucností a ukazuje mu možnosti usměrňování jeho života. Díky učení o karmě člověk snáze pochopí smysl svého života, rozpomíná se na úkol, který sám sobě dal a naučí se vnímat značky, směrovky a ukazatele, které ho životem vedou. Dovede pochopit důvod problematických situací, které se mu přihodily a dokáže předcházet situacím přicházejícím. V chaotickém a těžko předvídatelném světě, v jakém dnes žije většina lidí, dokáže dělat vědomá rozhodnutí.

Pokusme se o to i my. Staňme se pány vlastního života!

Proto hledejte sebe sama!

Karmu můžeme definovat jako výchovný systém lidské duše vycházející z norem chování, které stanovily Vyšší síly. Výchova probíhá klasickou metodou „biče a cukru“ - chováš se tak, jak je třeba, pak můžeš mít všechno, čeho se ti zachce, nechováš se tak, budeš potrestán. Vyšší síly neustále kontrolují všechny naše myšlenky a činy. Člověk se stále podrobuje výchově podle norem chování, které Vyšší síly stanovily. Nejběžnější oblasti naší výchovy jsou rodina, děti a práce. Přitom člověk může dělat všechno, co chce, nesmí však žádné události nebo hodnotě připisovat příliš velký význam, nesmí si nic idealizovat. (Idealizuješ si něco? Tak o to přijdeš!)

Člověk je nepřetržitě vychováván v rámci rodiny. V manželstvích z lásky partneři obvykle idealizují protichůdné hodnoty, čímž se vzájemně neustále vychovávají. To je jedna z hlavních příčin rodinných konfliktů. Také děti obvykle idealizují hodnoty, jež jsou v rozporu s hodnotami jejich rodičů. Tak probíhá jejich vzájemná výchova a rozklad idealizovaných hodnot. Dalším příznakem toho, že se podrobujete karmické výchově, je neúspěch a zmaření všech vašich pracovních plánů. Vyžaduje změnu postojů k plánům a jiným idealizovaným hodnotám a pak ve vaší situaci nastane obrat.

Jaké způsoby používá Příroda, Vyšší síly či Vesmír (jak tomu kdo chce říkat) při naší výchově?

1. konflikt s druhou osobou - přímým konfliktem s člověkem s protichůdnou hodnotovou orientací se tyto orientace navzájem ničí, přestáváme na nich lpět

2. vytvoření specifické situace, která dokazuje nesprávnost postojů člověka - nepřípustná je nespokojenost se stavem, který máme; jsem-li nespokojen se svou situací, dostanu se do situace mnohem tíživější (nejsem spokojen s výší svého příjmu - sníží se mi)

3. sami uděláte to, za co ostatní odsuzujete - tento způsob výchovy dostává člověka do takové situace, kdy bude nucen dělat skutky, za které kdysi odsuzoval jiné lidi; vy budete v postavení člověka, kterého jste kdysi odsuzovali

4. realizace programů z podvědomí - utvoření takové situace, kdy se realizují nesprávné postoje, které má člověk v podvědomí (na úrovní mentální nebo emocionální)
 a. realizace programů z dětství - dospělý člověk se snaží realizovat ve své nové rodině model vztahů, které viděl v dětství ve své rodině, ale to stejné chce i druhý z partnerů – tak se spustí výchovný proces
 b. mentální kletba - v dospělosti člověk realizuje programy, které do něj (do podvědomí) uložili rodiče v dětství; rodiče se domnívají, že dítě pouze napomínají, ale dítě si tento program nese hluboko uložen v podvědomí a tím si ovlivňuje život v dospělosti, nevěří si (Nic nedokážeš! Máš obě ruce levé! Trdlo! Nemehlo! Není na tebe spolehnutí!)
Patří sem i kladné programy, které rodiče ukládají do podvědomí svých dětí - Ty jsi jiný, lepší! Nejkrásnější! Nejchytřejší! Budeš vynikat v čemkoliv! - v dospělosti se snaží realizovat tyto programy, ale nedaří se, přichází nespokojenost a ještě větší blokáda za strany strážců.
 c. realizace získané zkušenosti - spočívá v realizaci negativní zkušenosti, již jste získali během svého plně vědomého života; dostanete velké peníze, budete s nimi mít velké nepříjemnosti, tak si vytvoříte program - velké peníze = nepříjemnosti a pak, i když se budete snažit peníze vědomě získat, vyšší síly vám je nedají, aby nebyly nepříjemnosti

5. nemoci - nemoc sama neničí nesprávné postoje, ale vytrhne vás z proudu běžných událostí, dává vám čas, abyste se zamysleli nad životem a jeho smyslem

Rychlost aplikace výchovných postupů závisí na vaší schopnosti reagovat na ně, tedy na naplnění vaší karmické nádoby. Čím plnější je karmická nádoba, tím méně váš strážce spěchá s karmickou výchovou, protože pokud nechápete předešlá poučení nebo na ně nedbáte, proč spěchat s dalším? K čemu pospíchat, když jste tak nevšímaví? Opatření se neruší, ale odkládá o měsíc, rok, desetiletí. Anebo do příštího života. Můžete si být jisti, že všechno je zaznamenáno a dřív nebo později vám bude předložen účet. Záleží jen na vás, kdy to bude, na vaší schopnosti vzít si ponaučení.

Určitě si teď říkáte: Co mám tedy vlastně dělat???

• Nežij příliš náročně. Prožívej a važ si krás, které přináší každodenní život. Východ slunce a krásné červánky jsou tu pro každého.
• Nehledej v sobě konflikty a nemoci. Nevrtej se sám v sobě. Drobných potíží si nevšímej. Často se upraví samy, když nedopustíme, aby nás vyděsily. Radši se starej o druhé, to pomáhá řešit vlastní duševní potíže a nejistoty.
• Miluj svou práci. Nejlepší je vybrat si rovnou takovou, kterou považuješ za zajímavou a důležitou.
• Zejména nudíš-li se v práci nebo tě rozčiluje, najdi si koníčka.
• Nauč se být spokojen. Kdo má dost a ví, že má dost, má víc než dost! Samozřejmě zdravá potřeba se neustále zdokonalovat a zlepšovat své prostředí je v pořádku.
• Měj rád své bližní. Uměj jim odpustit jejich chyby a komunikovat, mluvit a smát se s lidmi okolo sebe.
• Mluv s bližními přívětivě. A to i v situaci, kdy ti okolo jsou agresivní. Budou tvou reakcí příjemně překvapeni a ke zbytečnému konfliktu nedojde. Najdi slova uznání a komplimenty pro lidi okolo sebe.
• Kroť své sobectví. Člověk je tvor společenský a lidé známí svým egoismem se dostávají do izolace, nikdo s nimi nechce nic mít. Člověk známý svou obětavostí a rovným jednáním má všude dveře otevřené.
• Dělej rozhodnutí. Neznamená to vynechat pečlivé zvážení, ale také přílišné setrvávání v nerozhodnosti vyčerpává. Musíme se dopředu smířit s možností, že se občas rozhodneme špatně. Ale kdo nechce nikdy udělat chybu, nemůže nakonec dělat nic.
• Využij okamžiku! Je-li správní konstelace podmínek, nespoléhej se, že v budoucnu opět nastane. Pak by tě mohla mrzet definitivně ztracená příležitost.
• Hledej nové zážitky a podněty. Stačí připravit slavnostní tabuli i ve všední den, zajít si někam s přáteli. Všímej si krásných věcí okolo sebe. Udržuj přátelství s těmi, kdo ti jsou sympatičtí a setkávej se s nimi.
• Nauč se mít rád a vážit si sám sebe. Až se ti to podaří, nebudeš dělat věci, o kterých víš, že ti škodí.

Onemocnění fyzického těla je pouze projevem určitých poruch v jednom z lidských těl, proto je zpočátku třeba nalézt původ, příčinu onemocnění, a až poté léčit. Za zdravého člověka se může považovat ten, kdo má zdravé nejen své fyzické tělo, ale zároveň všechna těla jemnohmotná. Stav našeho zdraví určuje naše vědomí, náš vztah k životu.

#  KARMICKÁ VÝCHOVA

Karmu můžeme definovat jako výchovný systém lidské duše vycházející z norem chování, které stanovily Vyšší síly. Výchova probíhá klasickou metodou „biče a cukru“ - chováš se tak, jak je třeba, pak můžeš mít všechno, čeho se ti zachce, nechováš se tak, budeš potrestán. Vyšší síly neustále kontrolují všechny naše myšlenky a činy. Člověk se stále podrobuje výchově podle norem chování, které Vyšší síly stanovily. Nejběžnější oblasti naší výchovy jsou rodina, děti a práce. Přitom člověk může dělat všechno, co chce, nesmí však žádné události nebo hodnotě připisovat příliš velký význam, nesmí si nic idealizovat. (Idealizuješ si něco? Tak o to přijdeš!)

Člověk je nepřetržitě vychováván v rámci rodiny. V manželstvích z lásky partneři obvykle idealizují protichůdné hodnoty, čímž se vzájemně neustále vychovávají. To je jedna z hlavních příčin rodinných konfliktů. Také děti obvykle idealizují hodnoty, jež jsou v rozporu s hodnotami jejich rodičů. Tak probíhá jejich vzájemná výchova a rozklad idealizovaných hodnot. Dalším příznakem toho, že se podrobujete karmické výchově, je neúspěch a zmaření všech vašich pracovních plánů. Vyžaduje změnu postojů k plánům a jiným idealizovaným hodnotám a pak ve vaší situaci nastane obrat.

Jaké způsoby používá Příroda, Vyšší síly či Vesmír (jak tomu kdo chce říkat) při naší výchově?

1. konflikt s druhou osobou - přímým konfliktem s člověkem s protichůdnou hodnotovou orientací se tyto orientace navzájem ničí, přestáváme na nich lpět

2. vytvoření specifické situace, která dokazuje nesprávnost postojů člověka - nepřípustná je nespokojenost se stavem, který máme; jsem-li nespokojen se svou situací, dostanu se do situace mnohem tíživější (nejsem spokojen s výší svého příjmu - sníží se mi)

3. sami uděláte to, za co ostatní odsuzujete - tento způsob výchovy dostává člověka do takové situace, kdy bude nucen dělat skutky, za které kdysi odsuzoval jiné lidi; vy budete v postavení člověka, kterého jste kdysi odsuzovali

4. realizace programů z podvědomí - utvoření takové situace, kdy se realizují nesprávné postoje, které má člověk v podvědomí (na úrovní mentální nebo emocionální)
 a. realizace programů z dětství - dospělý člověk se snaží realizovat ve své nové rodině model vztahů, které viděl v dětství ve své rodině, ale to stejné chce i druhý z partnerů – tak se spustí výchovný proces
 b. mentální kletba - v dospělosti člověk realizuje programy, které do něj (do podvědomí) uložili rodiče v dětství; rodiče se domnívají, že dítě pouze napomínají, ale dítě si tento program nese hluboko uložen v podvědomí a tím si ovlivňuje život v dospělosti, nevěří si (Nic nedokážeš! Máš obě ruce levé! Trdlo! Nemehlo! Není na tebe spolehnutí!)
Patří sem i kladné programy, které rodiče ukládají do podvědomí svých dětí - Ty jsi jiný, lepší! Nejkrásnější! Nejchytřejší! Budeš vynikat v čemkoliv! - v dospělosti se snaží realizovat tyto programy, ale nedaří se, přichází nespokojenost a ještě větší blokáda za strany strážců.
 c. realizace získané zkušenosti - spočívá v realizaci negativní zkušenosti, již jste získali během svého plně vědomého života; dostanete velké peníze, budete s nimi mít velké nepříjemnosti, tak si vytvoříte program - velké peníze = nepříjemnosti a pak, i když se budete snažit peníze vědomě získat, vyšší síly vám je nedají, aby nebyly nepříjemnosti

5. nemoci - nemoc sama neničí nesprávné postoje, ale vytrhne vás z proudu běžných událostí, dává vám čas, abyste se zamysleli nad životem a jeho smyslem

Rychlost aplikace výchovných postupů závisí na vaší schopnosti reagovat na ně, tedy na naplnění vaší karmické nádoby. Čím plnější je karmická nádoba, tím méně váš strážce spěchá s karmickou výchovou, protože pokud nechápete předešlá poučení nebo na ně nedbáte, proč spěchat s dalším? K čemu pospíchat, když jste tak nevšímaví? Opatření se neruší, ale odkládá o měsíc, rok, desetiletí. Anebo do příštího života. Můžete si být jisti, že všechno je zaznamenáno a dřív nebo později vám bude předložen účet. Záleží jen na vás, kdy to bude, na vaší schopnosti vzít si ponaučení.

 Co mám tedy vlastně dělat???

• Nežij příliš náročně. Prožívej a važ si krás, které přináší každodenní život. Východ slunce a krásné červánky jsou tu pro každého.

• Nehledej v sobě konflikty a nemoci. Nevrtej se sám v sobě. Drobných potíží si nevšímej. Často se upraví samy, když nedopustíme, aby nás vyděsily. Radši se starej o druhé, to pomáhá řešit vlastní duševní potíže a nejistoty.

• Miluj svou práci. Nejlepší je vybrat si rovnou takovou, kterou považuješ za zajímavou a důležitou.

• Zejména nudíš-li se v práci nebo tě rozčiluje, najdi si koníčka.

• Nauč se být spokojen. Kdo má dost a ví, že má dost, má víc než dost! Samozřejmě zdravá potřeba se neustále zdokonalovat a zlepšovat své prostředí je v pořádku.

• Měj rád své bližní. Uměj jim odpustit jejich chyby a komunikovat, mluvit a smát se s lidmi okolo sebe.

• Mluv s bližními přívětivě. A to i v situaci, kdy ti okolo jsou agresivní. Budou tvou reakcí příjemně překvapeni a ke zbytečnému konfliktu nedojde. Najdi slova uznání a komplimenty pro lidi okolo sebe.

• Kroť své sobectví. Člověk je tvor společenský a lidé známí svým egoismem se dostávají do izolace, nikdo s nimi nechce nic mít. Člověk známý svou obětavostí a rovným jednáním má všude dveře otevřené.

• Dělej rozhodnutí. Neznamená to vynechat pečlivé zvážení, ale také přílišné setrvávání v nerozhodnosti vyčerpává. Musíme se dopředu smířit s možností, že se občas rozhodneme špatně. Ale kdo nechce nikdy udělat chybu, nemůže nakonec dělat nic.

• Využij okamžiku! Je-li správní konstelace podmínek, nespoléhej se, že v budoucnu opět nastane. Pak by tě mohla mrzet definitivně ztracená příležitost.

• Hledej nové zážitky a podněty. Stačí připravit slavnostní tabuli i ve všední den, zajít si někam s přáteli. Všímej si krásných věcí okolo sebe. Udržuj přátelství s těmi, kdo ti jsou sympatičtí a setkávej se s nimi.

• Nauč se mít rád a vážit si sám sebe. Až se ti to podaří, nebudeš dělat věci, o kterých víš, že ti škodí.