

28. dan

Se vam ob besedi karma naježi koža? Si to, kar seješ. Kar seješ, to žanješ. Torej če delate dobro, prejmete dobro? Te besede so pravzaprav v veliko zadoščenje, saj če delamo dobro, potem to tudi prejmemo.

In kje se potem navadno zatakne? Zatakne toliko, da ima beseda karma tako negativen prizvok. Karma pomeni tudi dobro. Saj če delamo dobro, prejmemo dobro. Vendar se tu skriva 'haklc'. Ni nujno, da to prejmemo v odnosu, v katerem si želimo. In zakaj se nam to dogaja?

Recimo, da se vedno znova najdete v odnosu, v katerem vi dajete, drugi pa samo sprejema. Občutek imate lahko, da ste vreča brez dna. Na vas se lepijo t. i. čustveni vampirji, ki srkajo in srkajo. In dokler tega ne ozavestite oz. ne postavite zdrave meje oziroma ne rečete ne, ko je to potrebno, boste še naprej delovali v karmični zanki.

Ko začnemo zavestno sprejemati odločitve, ki bodo drugačne od odločitev v preteklosti, se boste nekaj naučili. Osvobodili se boste vzorca in se odzivali bolj zdravo.

Torej gre pri karmi za zavestne odločitve.

In seveda za nenavezanost.

love
#mokiniyoga

28. dan

Ne pričakujte, res, prosim, ne pričakujte, da bodo ljudje, za katere ste naredili veliko dobrega, nujno hvaležni. Pravzaprav se bo vaša osebna in duhovna rast začela, ko boste morda izkusili ravno obratno. Ko nevednost preobrazimo v modrost. Ko nadgradimo svojo osebnost.

Velikokrat so ljudje potem namreč obupani, žalostni, razočarani in postanejo isti. Isti kot tisti čustveni vampirji. STOP.

Zelo pomembno je, da vemo, kdo smo, kam gremo in s kom gremo. Kaj je pomembno v našem življenju. Delajte dobro, ker je tako prav. Odpuščajte, ker veste, da je tako prav.

Vsi smo na tem svetu z namenom. In vsak nas lahko nauči veliko.

Morda je to postavljanje mej. Morda je to, da dokončno prepoznate svojo vrednost. Morda zato, da opustite vzorce iz otroštva. Morda zato, da dokončno rečete NE.

Da lahko rečete potem DA odnosom, ki bogatijo. Odnosom, ki temeljijo na spoštovanju. Odnosom, v katerih nas vodi ljubezen.

Katere stresne situacije doživljate znova in znova?

love
#mokiniyoga

28. dan

Prizori in ljudje se menjajo, toda tema ostaja enaka. Ker se situacija ponavlja, imate celo občutek, da veste že v naprej kako se bo končalo. Saj je tudi vaš odziv enak.

Tem situacijam pravimo karmični vzorci.

Lahko ste jih pridobili v otroštvu, lahko je to generacijskega izvora ali pa celo iz prejšnjega življenja. V Indiji namreč verjamejo v reinkarnacijo in ponovno rojevanje, dokler se ne naučimo lekcij življenja.

Ko se krog rojevanja konča, smo dosegli mokšo.

Kaj pa vaša družina? Lahko najdete podobne vzorce nekaj generacij nazaj? Ste že slišali, ko kdo pravi: "Isti je kot njegov oče in njegov stari oče."

Karmični vzorci so velikokrat povezani s težjimi lekcijami. Navadno je to alkoholizem, duševne bolezni, nagnjenost k samomoru, nasilje, nagnjenost k različnim odvisnostim. In to lahko "čistimo" za sedem generacij nazaj. Tako morda nekdo živi nepošteno življenje. Pa ima na videz vse. Nihče mu nič ne more. Ima materialno obilje, vse kar si svet poželi. Ja, karma ga lahko "udari" pri njegovih otrocih. Zaradi takega načina življenja, lahko karmični dolg plačuje njegov otrok.

Lahko v obliki bolezni ali karkoli drugega.

Ne želim vas prestrašiti. Spomnite se. Dobro se vrača z dobrim.

love
#mokiniyoga

28. dan

In najpomembneje je, da imamo pri karmi nadzor mi. Torej mi se odločamo, kako bomo živeli. In seveda vsi delamo kdaj napake, ampak potem se lahko odločimo, kaj bomo naredili s tem. Se bomo naučili lekcij ali bomo delali isto kot prej.

In kot je rekel genij Albert Einstein: "Norost je ponavljanje starega ravnanja in pričakovanje drugačnih rezultatov."

Danes razmislite o vaših karmičnih vzorcih in jih zapišite. Katere tri vzorce ste morda sprejeli za svoje, pa so generacijski in jih želite DANES PREKINITI.

1.

2.

3.

Vedno imate možnost izbire. Tu se skriva vaša moč. Ne obžalujte, ne krivite, ne bodite jezni. To življenje smo si izbrali sami, z razlogom. To je naše življenjsko poslanstvo, naša dharma. In mimogrede, dajte spomnite se, tudi vaših izjemnih karmičnih vzorcev.

love
#mokiniyoga