

1. adventní neděle

~ čas pro ohlédnutí začíná...

Kde jinde bychom měly začít s naším ponorem do končícího roku, než samy u sebe. Budeme se zaměřovat dovnitř, dívat se do své vlastní hloubky a probírat se našimi vlastními tématy. Skoro jako bychom otevřely skříň a rozhodovaly se: *co budu nosit i v budoucnu a v čem už se fakt necítím dobře..?*

V 1. adventu úplně **vynecháme naše blízké** (neboj, dostaneme se k nim později) a vezmeme si do úst a do naší mysli výhradně to malinké slovo **"Já"** - které by každopádně nemělo být malé **významem**, který mu ve svém životě dáváme. A s tím "vzetím do úst" to myslím doslovně. Poválej ho trošku po jazyku a zjisti: jak vlastně chutná Tvé letošní Já? Dobrý ročník? Takový, který bys chtěla ochutnávat každý rok? Nebo je tam někde nějaká pachut', která by se v dalších ročnících opakovat neměla?

*Moje dopisy jsou určené pro ženy a já vím, že máme velkou tendenci na sebe **zapomínat**. Že máme snahu dávat prostor spíš těm ostatním, ladit se na jejich potřeby a přání... a svoje vlastní odsouvat do pozadí.*

— o o o —

Takže pojďme na to:

Pomůžeme si numerologií a samotným **číslem Jedna**.

Jeho energie nese kvalitu úplného **základu** našeho **života**.

Nese energii **"Já jsem."** V hlubším smyslu **"Já jsem Tvůrce"**.

— o o o —

Během 1. adventního týdne se budeme ohlížet za uplynulým rokem ve smyslu toho, **jak jsme přistupovaly samy k sobě**. Jak jsme **utvářely** svůj vlastní život (*byly jsme to opravdu my, kdo ho tvořil?*). Podíváme se a naladíme i na své **tělo**. Nahlédneme do toho, jak jsme samy sobě **umožnily být Tvůrkyní** svého života.

Další kvalitou čísla 1 je Jednota. Jedno-duchost.

Jsmo **součástí** našeho prostředí, ať už ho chápeme v jakékoli šíři - dosad' si svůj domov, místo kde žiješ, nebo třeba celý vesmír - cokoli, kde právě **ted'** vnímáš **svůj** prostor jehož jsi součástí.

Jak tohle **místo** v uplynulém roce **působilo na Tebe a Ty na něj?** Byli jste v **souladu?** Jak se Ti dařilo být s ním v propojení? Je to Tvé **místo síly**, nebo naopak místo, které Tě o sílu připravuje?

Na všechny odpovědi si dej čas. Ladíme se ted' na celý **jeden rok**, je to dlouhý časový úsek. Vzpomínky nemusí přijít hned "na povel". Než si sedneš nad list určený pro Tvoje poznámky, v klidu si nech vše projít hlavou, procit' si to v těle... Jak jsi se vlastně **Ty** cítila v loňském roce? Ty jako člověk, Ty jako žena, Ty sama za sebe. Zaposlouvej se do pocitů, které se vynoří, dej prostor myšlenkám, vzpomínkám, celé energetické lince v jaké se nesl tento rok.

Možná se témata budou **postupně vynořovat** v průběhu celého týdne. Když se přihlásí o pozornost, zapamatuj si svoje myšlenky i pocity s nimi spojené a jak jen to půjde, zapiš si je do svých poznámek k tomuto týdnu. Jak budeš psát a rozhodovat se co už Ti neslouží a co v tomto roce ponecháš, budeš moct cítit velkou úlevu a uvolnění. To se Ti vrací energie, kterou jsi zanechala ve věcech a v tématech, která už Ti neslouží.

Energie 1. adventní neděle a celého následujícího týdne nás zve k zamyšlení, **kde ve své hierarchii hodnot máme samy sebe.**

Užij si **pokojné a laskavé putování** Tvým nitrem. Umožni si přímost a **upřímnost**, ale i **pochopení** pro věci, které se při zpětném pohledu **zdají být chybou**. Vždy děláme v dané chvíli to nejlepší, čeho jsme momentálně schopné... to co považujeme za nejlepší.

Cílem našeho adventního putování končícím rokem je jenom **ROZHODNOUT**, co už ve svém životě dál **nechceme**. Co s sebou nechceme nést, čím se nechceme zabývat, co nás na naší cestě až moc zatěžuje. Zatím se **nezabývej** příliš tím, **JAK** to chceš **jinak**. Na to budeme mít spoustu prostoru během 12 vánočních nocí. Ted' **čistíme svůj prostor a odkládáme** co už **dosloužilo**.

Přeji Ti nádherný začátek adventního času,

Líba Vaňková

Větrovy 96

39001 Tábor