

# PSYCH-K® evoluce vědomí TADY a TEĎ !



Newsletter novinek a příběhů PSYCH-K®

Prosinec 2022

SKAIKRU S.R.O. SIMONA HOVADÍKOVÁ

# PF 2023

do nového roku s magickým  
číslem sedm

ŠTASTNÉ A VESELÉ VÁNOCE

S ELEGANCÍ KOUZELNÍKA SMĚŘUJME  
NAŠI POZORNOST A ENERGII K  
NÁDHERNÉ RADOSTNÉ A KOUZELNÉ  
BUDOUCNOSTI .

Přišel Advent a s ním se lidé jako každý rok rozdělili do dvou skupin. Ta první vzdychá, zvyšuje své uklízení a nakupovací úsilí. Pečou i ti, co za celý rok nic neupekli. Počítají se peníze a s napětím plánují rodinná setkání. Stres narůstá. Hlavně všechno stihnout, nic nezapomenout a ať už je to za námi. Někteří z nich se naopak situaci vyhýbají, prohlašují, že od nikoho nic nechtějí, nikam nepůjdou, neuklízějí, případně pro jistotu odjedou pryč.

Ta druhá skupina miluje Vánoce. Kouká do svíček, prozpěvuje koledy, láskyplně balí dárečky, chodí po trzích se svařákem a věší jmelí. Krásné období zakončení roku, odpočinku, bilancování, plánování a zahřívání svého doupěte. Čas pro intenzivní bytí s nejbližšími a i sám se sebou.

Jak je to možné, že se prožívání Vánoc tak liší? Nejčastější důvod si přinášíme ze svého dětství. Tak jak se rodinná atmosféra svátků vepsala do našich srdcí, tak tam zůstává. Někdy hořká, zatížená úzkostí a zklamáním, jindy radostná, hluboká, s příslibem naplněných očekávání. To, co v sobě máme, předáváme dál. A tak, jak vytváříme my Vánoce nyní, tak se dále zapisují do srdcí našich dětí. A jejich dětí.

Přeji si, aby Vánoce byly pro všechny svátkem. Aby každý z nás dokázal najít cestu, jak uzdravit své bolesti a zklamání. Potom budou všechny domovy milujícím útočištěm. Pro Vás a Vaši Svatou rodinu.



# Máte čas? A existuje vůbec?

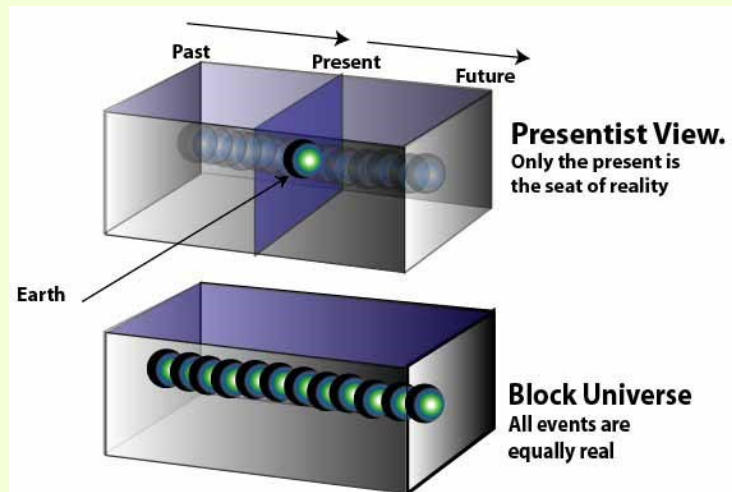
Čas je pravděpodobně pro většinu z nás natolik integrální součástí našich životů, že jej vnímáme hlavně v podobě jeho měřených hodnot, tedy sekund, minut, hodin, dní apod. Ale jak je to vlastně s jeho existencí jako takovou?

Pokud se začneme o fenomén času zajímat více, můžeme se dočíst, že vnímání času vzniká při uvědomování si změny. Něco nějak bylo a nyní je to jinak. Nestalo se to ihned, ale v nějakém "čase". Tím nejjednodušším nástrojem pro toto uvědomění jsou hodiny. Rafička byla na devítce a nyní je už na desítce. Změna. To nás však může přivést k zamyšlení nad tím, co se stane, pokud ze svého okolí odstraníme vše, co by nám umožňovalo tyto změny vnímat. Například když se rozhodneme absolvovat pobyt ve tmě, kde jedinými záchytnými vjemy nám bude denní přísun jídla, případně zvuky z okolí. I v tomto smyslově ne zcela deprivacním prostředí však již můžeme silně vnímat mizející představu času.



Fenomén času je pro mě jednou z věcí, nad kterou když přemýšlím, mívám pocity podobné rozjímání o nekonečnosti vesmíru, bytí po smrti fyzického těla a dalších oblastech, na které můj lidský mozek zjevně není úplně uzpůsoben a dostává se do zvláštního stavu, vnímatelného i na fyzické úrovni.

Na internetu lze nalézt spoustu zajímavých teorií, týkajících se fenoménu času. Nedávno jsem získal knihu *The Order of Time* (Řád času) od italského fyzika Carla Rovelliho [1], specialisty na výzkum kvantové gravitace. Autor ve třech částech postupně rozbíjí různé známé teorie vnímání času.



Dalším způsobem vnímání fenoménu času je tzv. Teorie blokového vesmíru autorky Dr. Kristie Miller [2] [3], kde je cestování časem možné, ale plynutí času je iluze. Podle této teorie je vesmír obřím blokem všech věcí, které se dějí kdykoli a na jakémkoli místě. Z tohoto pohledu minulost, přítomnost a budoucnost všechny existují – a jsou stejně skutečné.

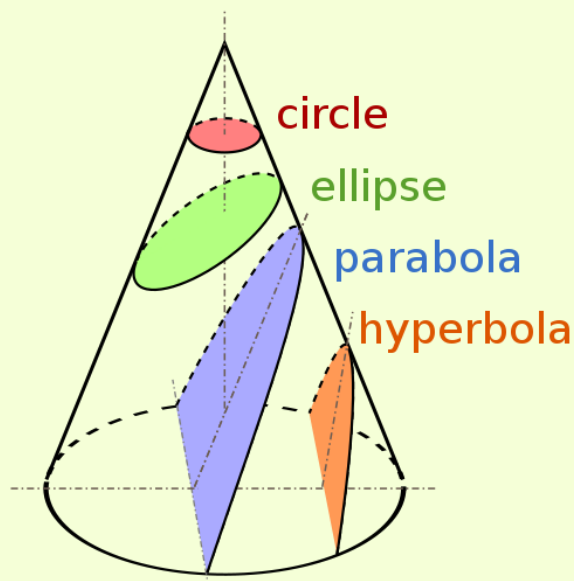
A jak vnímám čas já? Možná kombinací různých zdrojů a teorií, možná náhlým vnuknutím, jsem si ve své mysli začal tvořit svou teorii o času. Ve své prvotní verzi pak říká toto:

Existuje pouze přítomnost. Veškerá minulost i budoucnost (možná i veškeré naše předchozí i budoucí vtělení) existují také pouze nyní, ovšem my je nevnímáme. To, co vnímáme, je pouze přítomnost.

Představme si, že jsme jako rádiové přijímače, které jsou v jednom okamžiku naladěny pouze na jednu frekvenci, tedy přijímají pouze jednu stanicí a ostatní neslyší. V okamžiku (pro zjednodušení) bodu našeho "zrození v tomto životě" je naše rádio naladěno na vnímání našeho těla jako miminka, našeho okolí jako mámu a tátu, kteří nás opečovávají. "Postupem času" se přeladíme na vnímání reality, která odpovídá různým fázím našeho života.

Veškerá realita je však stále přítomna, naše úzkofrekvenční rádia ale snímají vždy jen tenké pásmo, které pak subjektivně vnímáme jako přítomnost.

Není jednoduché představit si, že můj svět je tvořen všemi fázemi mého života v jednom okamžiku. Kde všude jsou, kam by se všechny vlezly? Pomoci si lze příkladem z geometrie. Vezměme si trojrozměrný předmět, například kužel. My, v našem trojrozměrném vnímání, vidíme celý kužel. Pokud bychom však byli bytostmi dvourozměrnými, viděli bychom z kužele vždy jen určitý řez a tím pouze určitý dvourozměrný tvar. Podle toho, jak by byl řez veden, by to tedy mohl být kruh, elipsa, parabola, hyperbola nebo i trojúhelník. Když nyní přidáme jeden rozměr a aplikujeme stejný postup, můžeme jako trojrozměrné bytosti vnímat předměty, lidi, zvířata a vše v našem okolí jako jeden konkrétní řez vícerozměrnými tělesy. To, jak se v našem vnímání "v čase" proměňují, může být právě oním přeladováním na jinou frekvenci.



Tato představa mne pak vede k zamyšlení, jak by vypadalo naše vnímání, pokud bychom dokázali rozšířit pásmo našeho "rádia". Anebo co by se stalo s naší realitou, pokud bychom získali schopnost přijímat celé pásmo našeho současného pozemského života? Možná, že ovládnutí nastavení naší frekvence by umožnilo ono vysněné cestování časem. Ovšem, v souladu s teorií blokového vesmíru, bez možnosti jakýchkoliv změn.

Pokud bychom rozvinuli tyto úvahy ještě dál, mohli bychom si představit, že v každém okamžiku máme na výběr ještě další rozměr našeho bytí, toho co prožíváme. "Pouhým" přeladěním na jinou frekvenci si tak můžeme vybrat, zda budeme danou situaci vnímat jako problémovou, stresující, neutrální nebo inspirativní či obohacující. Při pohledu na náš život si pak můžeme zvolit, zda jej budeme prožívat jako příběh neúspěchů a zklamání nebo spokojenosti, růstu a štěstí.

Ve svém přemýšlení o čase jsem pak pokračoval i v jiných rovinách, například zda minulost, kterou jsme osobně nezažili, je skutečná nebo je to jen součástí prostředí, které je pro nás tvořeno za účelem vývoje a posunu duší, zažívajících lidskou zkušenost. To by však vydalo na samostatný článek.

Na závěr si dovoluji vložit citát z povídky Příběh tvého života od autora Ted Chiang (předloha pro film Příchozí, 2016), který celkový obraz doplňuje a uzavírá:

*"Vliv heptapodštiny se mi projevuje v paměti, ale není tak silný, aby mi zasahoval do vědomí. To se pořád suno po časové ose jako dřív. Tenký ohnivý prsteneček na cigaretě času. Jediný rozdíl je v tom, že popel vzpomínek se teď rozkládá jak za ním, tak i před ním. A oheň nemá co spalovat. Jsou chvíle, záblesky, kdy heptapodština přece jen převládne. Potom, pár zlomků vteřiny, vidím budoucnost a minulost jako jeden celek. Moje vědomí se promění z tenkého ohnivého prstence v padesát let širokou, souvislou plochu řeřavého uhlí, co doutná mimo ubíhající čas. V tom uhlí je zbytek mého života a celý tvůj život."*

Děkuji za váš čas :-)

**Bc. Martin Dvořák**

**Použité zdroje:**

[1] The Order of Time - Carlo Rovelli - <https://www.amazon.com/dp/073521610X>

[2] The block universe theory - <https://www.abc.net.au/news/science/2018-09-02/block-universe-theory-time-past-present-future-travel/10178386>

[3] Time Travel May be Possible with Block Universe Theory, Where Everything is Happening 'Now' - [https://www.youtube.com/watch?v=XkMyJf\\_7Azk](https://www.youtube.com/watch?v=XkMyJf_7Azk)

## **VÁNOČNÍ TRADICE, ZVYKY A NÁVYKY V RODOVÉ LINII.**

Jako malé dítě, okolo 3 let věku, jsem milovala Vánoce. Bylo to pro mne období radosti, vzrušení, mlsání cukroví, spousty světýlek, pohádek a pozornost rodičů, všech babiček, dědečků, bezpodmínečné lásky. Byla jsem ve svém světě her, absolutního štěstí a radosti.

Později pro mne Vánoce začaly představovat i shon, nervozitu, úklid a jedení cukroví a bramborového salátu až na Štědrý den.

Když mi bylo 26 let a já jsem byla poprvé vdaná, chystala jsem své první Vánoce. Aniž bych si to vůbec uvědomovala, začala jsem automaticky následovat rodinnou linii - tradici, přípravy svátků v roli ženy - manželky. Převzala jsem návyky a zvyky své maminky a babičky. Chtěla jsem mít vše naprosto dokonalé, napečené cukroví, umytá okna, kuchyni

i se vším nádobím v ní, srovnané skříně, úhledně zabalené dárky a večeři přesně v daný čas na stole. Povedlo se, hurá. K večeři jsem usedla totálně vyčerpaná, naštvaná, že vše není přesně tak jak jsem chtěla, jak jsem na to byla zvyklá. Ejhle i muž měl nějaké své naučené zvyky z domova! Místo první romantické štedrovečerní večeře jsem v slzách křičela, hroutila se pod tíhou zklamání a nenaplněného očekávání, myslím, že večeři jsem ani nedojedla.

### **A PROČ TOTO VŠECHNO ?**

Jela jsem automaticky v naučených podvědomých programech, které jsem převzala v dětství od své milující maminky, aniž bych si je uvědomovala!

Vůbec mi nedošlo, že **MÁM MOŽNOST VOLBY**, že to nyní může být jinak a já Vánoce opět mohu vnímat svou dětskou optikou.

PSYCH-K® přepisuje naučené sebelimitující podvědomé vzorce na ty, které nás podporují. Umožňuje transformovat vnímání stresujících situací i těch, které už proběhly.

**RODOVOU LINII JSEM JIŽ PŘEPSALA**, ne vše bylo špatné! Mému synovi s veškerou láskou a moudrostí, kterou nyní mám, předávám nový zvyk prožívání vánočních svátků. Mým poselstvím je radost, pohoda, klid, mlsání cukroví u pohádek, uklizená ne však naklizená sterilní domácnost, spoustu vánoční výzdoby a světýlek, to vše v bezpodmínečné lásce a popíjení domácího vaječnaku.

**DĚKUJI** své mamince a tatínkovi za nádherné Vánoce a veškerou lásku a sílu, kterou mi předali.

S láskou Lucie.

Facilitátor PSYCH-K®

Kouč životních cílů a snů.

<https://www.facebook.com/TerapieLucieVondrakova/>



# MOŽNOSTI VZDĚLÁVÁNÍ V PSYCH-K®



## Simona Hovadíková

průvodce světem PSYCH-K® a evoluce vědomí

Web: [simonaskaikru.cz](http://simonaskaikru.cz)

fb [@SimonaSkaikru](https://www.facebook.com/SimonaSkaikru)

tel: 608 833 423

Chcete si upevnit své znalosti, zopakovat si atmosféru seminářů, potkat nové přátele?

Pokud máte zájem, je možné si seminář zopakovat. Basic v ceně 5.000 Kč. Cenu opakování vyšších seminářů zjistím na požádání.

**Advanced Integration seminář** Praha od **18. - 21. května**, lektorka Brunhild Hofmann s překladem do češtiny. Organizace: Simona Hovadíková. Pro absolventy BASIC.

**Master facilitation seminář** Praha **22. – 24. září**, lektorka Brunhild Hofmann s překladem do češtiny. Organizace: Simona Hovadíková. Pro absolventy BASIC.

Bližší informace, ceny a rezervace na

## Plánované akce

**BASIC semináře v prvním půl roce 2023**

**BASIC** Malatiny, SR **3. - 5. března**,  
**16. – 18. června**

[www.oslobodsvojumysel.sk](http://www.oslobodsvojumysel.sk)

**BASIC** Praha, **17. – 19. března**

**BASIC** Brno, **9. – 11. června**

<https://simonaskaikru.cz/psych-k-workshopy/>

<https://simonaskaikru.cz/psych-k-workshopy/>

## Snaha plnit očekávání druhých

Blíží se Vánoce a já jsem za sebe moc ráda, že se mi po několika letech konečně podařilo odložit vzorec, že něco „musím“, že se to prostě očekává. Musím napéct cukroví, musím udělat vánoční úklid, musíme navštívit příbuzné během vánočních svátků, musím stihnout ještě to a ono, koupit tohle a tamto.

Uvědomila jsem si, že jsem poměrnou část života žila tak, abych učinila šťastné svoje okolí a tím jsem se odklonila od vlastních potřeb. Tento vzorec se samozřejmě promítal i do jiných oblastí mého života. Máte to podobně?

Často si totiž až ve zralém věku uvědomíme, že náš život žijeme tak, abychom učinili především šťastné naše rodiče, partnery, děti, kamarády... Uvědomíme si to až ve chvíli, kdy jsme schopni položit si, a odpovědět si, na

otázky, jako například: „Proč vůbec dělám to, co dělám“, „Co mi to přináší?“, „Má můj život smysl?“, „Je to vůbec moje přání?“, „Proč necítím žádné naplnění a radost?“ K tomuto sebedotazování nás většinou dovedou nepříjemné emoce, jako je stres, nervozita, pocity prázdnoty, nechuť do života, smutek, úzkost, apod. Není příjemné uvědomit si, že jsme podstatnou část života strávili snahou zavděčit se druhým. Srážka s realitou pak přichází v momentě, kdy jsme schopni na naše chování nahlédnout a rozhodneme se vše změnit. Je to přesně ta chvíle, kdy jsme připraveni zjistit, kdo jsme, co chceme, a jak žít svůj život co nejautentičtěji. Jde o moment, kdy konečně odmítneme neustále plnit očekávání druhých a začneme se více soustředit na vlastní pocity a potřeby. Vlastní emoce nám pak mohou být přesným kompasem. „Jak se cítím v této situaci s tímto člověkem?“, „Přináší mi to, co dělám, radost?“, „Co chci zažívat místo toho, co prožívám teď?“, „Jak se chci u toho cítit?“ Když na tom začneme vědomě pracovat a přepíšeme ve svém podvědomí vzorec „Co tomu řeknou ostatní?“, postupně se nám začnou do života přidávat momenty, situace i lidi, se kterými se cítíme dobře a náš život se krok za krokem začne přetvářet k vlastnímu obrazu. A právě metoda PSYCH-K nám v tom může pomoci, stejně tak, jako pomohla mně. Ve skutečnosti je ale úplně jedno, s jakou metodou pracujeme, protože nejdůležitější na tom je, aby ožila ta část nás samotných, která celou tu dobu čekala na odhalení. Jde o to, abychom mohli vykvést v ucelenou bytost. Stejně tak, jak to popsal v jednom ze svých moudrých rčení Jan Werich: „Když už člověk jednou je, tak má koukat, aby byl, a když kouká, aby byl a je, tak má být to, co je, a ne to, co není, jak tomu v mnoha případech je.“

Ze srdce přeji všem krásné Vánoce podle vlastních představ a přání.

S láskou,

Monika Novotná

[www.monikanovotna.cz](http://www.monikanovotna.cz)

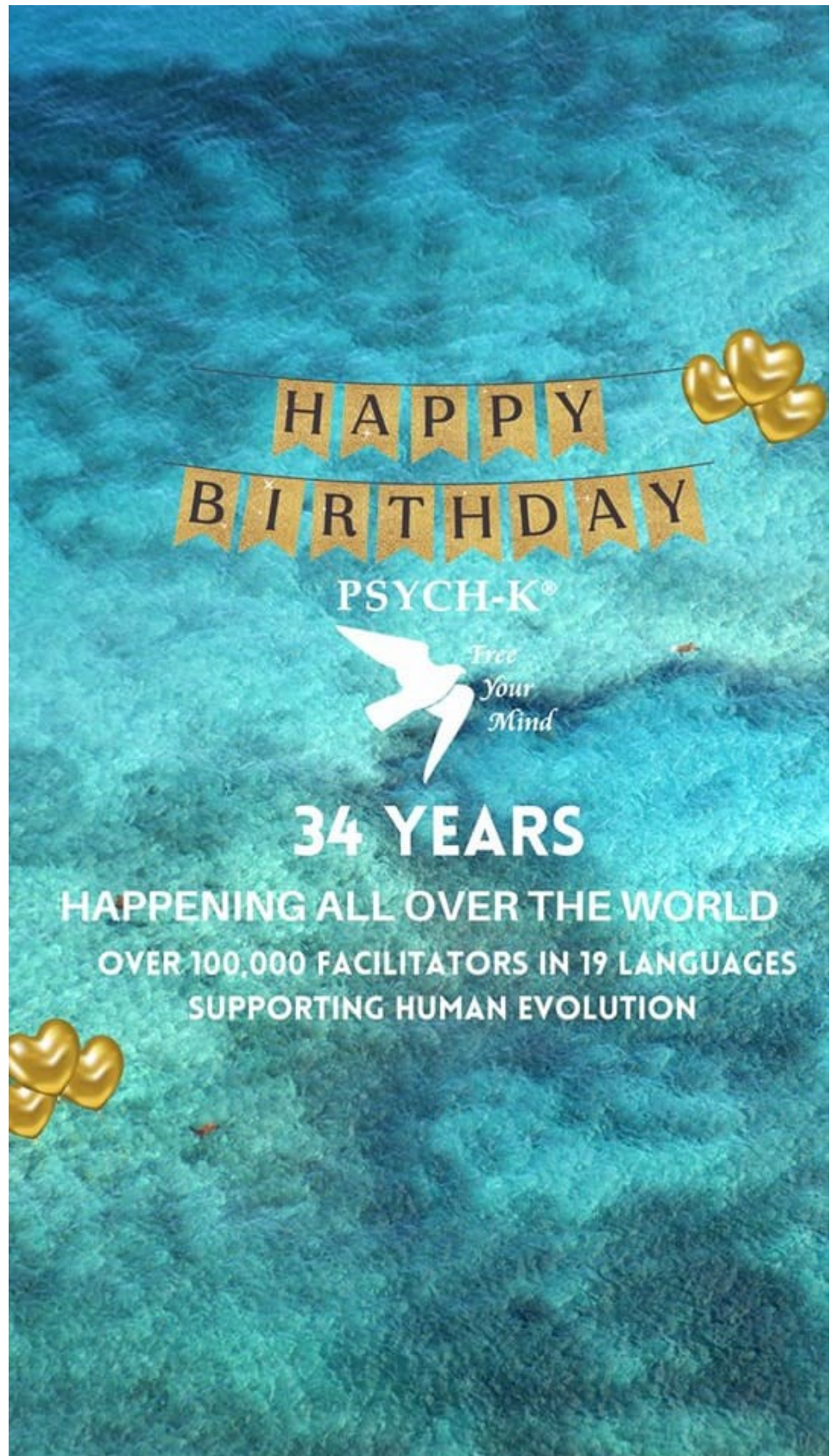


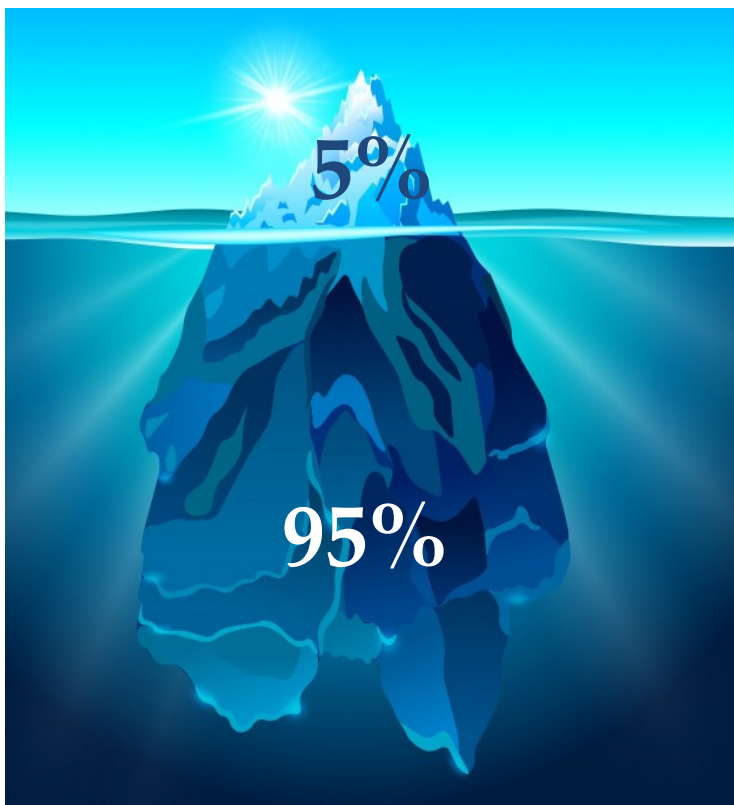
Dne 11.11. slavíme 34. narozeniny od okamžiku, kdy Rob Williams poprvé sdílel nádherný proces PSYCH-K®.

Od té doby si více než 100.000 lidí v 19. jazycích vybrali PSYCH-K® jako metodu pro osvobození svých myslí a zlepšení svých životů.

Díky Robu Williamsovi, zakladateli PSYCH-K® zažily tisíce lidí zázraky, při pře-programování svých životů a práci na svém bytí coby dokonalá a milující verze sama sebe.

Díky PSYCH-K® rodině po celém světě za odvahu vzít zodpovědnost za svůj život a tvoření nové budoucnosti nás lidí.





## Vědomá mysl

Průměrně 40 bitů informací za sekundu  
1-3 procesy současně  
Vůle, vzdělání, tvrdá práce, AHA moment

## Podvědomá mysl

Průměrně 40 milionů bitů informací za sekundu  
Tisíce procesů současně  
Opakování, energetická psychologie, (sebe)hypnóza

Řízením své vědomé i podvědomé mysli  
řídím svůj život na 100%

## KAM JDE POZORNOST, TAM JDE ENERGIE.

Podvědomí je jako náš životní taxikář. Nestačí mu říkat kam nechcete jet. Je potřeba konkrétně a jasně definovat KAM CHCETE DOVÉZT.



PSYCH-K®



The



**Na Vánoce nejvíc potěší dárek  
vyrobený dítětem...**

**...proto se chytám pořídít  
si Iphone a boty Nike.**



## **Seznam Affiliate Partnerů PSYCH-K®**

<b>Jméno</b>	<b>Telefon</b>	<b>kontakt</b>	<b>Místo</b>
Simona Hovadíková	420608 833 423	<a href="http://www.simonaskaikru.cz">www.simonaskaikru.cz</a>	Leskovec n.M.
Daniela Nováčková	420777993346	<a href="mailto:danuska.novackova@gmail.com">danuska.novackova@gmail.com</a>	Jeseník
Monika Slámová Macků	420724509962	<a href="http://www.podporujici-podvedomi.cz">www.podporujici-podvedomi.cz</a>	Brno, (Olomouc)
Kateřina Chramostová	420608443609	<a href="mailto:chramostovak@seznam.cz">chramostovak@seznam.cz</a>	Brno
Petra Sotolářová	420724522968	<a href="https://petrasotolarova.cz/">https://petrasotolarova.cz/</a>	Mor.kras, Brno
Andrea Šefčíková	420608924 878	<a href="http://www.zivotjakoduha.com">www.zivotjakoduha.com</a>	Most
Tereza Brangan	420603440633	<a href="http://www.terezabranan.com">www.terezabranan.com</a>	Říčany u Prahy
Monika Novotná	420606285843	<a href="http://www.monikanovotna.cz">www.monikanovotna.cz</a>	Beroun, Praha
Lenka Líšková	777 038 936	<a href="http://www.abymyslmelasmysl.cz">www.abymyslmelasmysl.cz</a>	Praha, Brno
Dana Ahern	421915512043	<a href="http://www.ahamoment.sk">www.ahamoment.sk</a>	Bratislava, SR
Lucie Krausová	603976131	Fcb <a href="http://lecrivepromeny.cz">lecrivepromeny.cz</a>	Hradec Králové
Lucie Vondráková	725701859	Fcb <a href="http://TerapieLucieVondrakova">TerapieLucieVondrakova</a>	Teplice, Úst. kraj
Štěpánka Strašíková	737274777	<a href="http://www.barevnacesta.cz">www.barevnacesta.cz</a>	Havlíčkův Brod
Vendula Příkladová	604977182	<a href="http://www.vendulaprikrylova.cz">www.vendulaprikrylova.cz</a>	Přerov, Olomouc