

MEDZINÁRODNÝ SUPERBESTSELLER PRELOŽENÝ DO VYŠE 30 JAZYKOV

JOSEPH NGUYEN

NEVERTE
VŠETKÉMU,
ČO SI
MYSLÍTE

Prečo sú myšlienky začiatkom
aj koncom nášho utrpenia

JOSEPH NGUYEN

NEVERTE
VŠETKÉMU,
ČO SI
MYSLÍTE

Prečo sú myšlienky začiatkom
aj koncom nášho utrpenia



ULTIMO PRESS

DON'T BELIEVE EVERYTHING YOU THINK

Copyright © 2022 Joseph Nguyen. Original English language edition

published by Joseph Nguyen, Florida, USA.

Arranged via Licensor's Agent: DropCap Inc. All rights reserved.

Slovak edition © 2023 by Ultimo Press

Z anglického originálu *Joseph Nguyen: Don't Believe Everything You Think* preložila Mariana Secci. V roku 2023 vydalo vydavateľstvo Ultimo Press, Bratislava.

www.ultimopress.eu

Translation © 2023 Mgr. Mariana Secci

Redakčné úpravy: Mgr. Alica Činčárová

Layout: Ultimo Grafix

Tlač: Finidr, s.r.o.

Všetky práva vyhradené.

Okrem použitia ukážok pre účely recenzie a kritiky žiadna časť tejto knihy nesmie byť reprodukováaná ani šírená v akejkoľvek forme alebo akýmikoľvek prostriedkami bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa.

ISBN 978-80-8289-021-4

*Pre Kennu, anjela na zemi, ktorý ma naučil,
čo je to skutočne bezpodmienečná láska...
a ako dokáže zmeniť svet*

Obsah

POĎAKOVANIE	IX
ÚVOD: Čo v tejto knihe nájdete, ako vyťažiť z jej čítania najviac	XI
1. Cesta k nájdeniu hlavnej príčiny utrpenia	1
2. Hlavná príčina každého utrpenia	5
3. Prečo vôbec premýšľame?	11
4. Myšlienky verzus myslenie	13
5. Ak cítime len to, čo si myslíme, nemali by sme myslieť pozitívne, aby sme sa tak cítili?	19
6. Ako sa nadobúda ľudská skúsenosť – tri princípy	23
7. Ak je myslenie hlavnou príčinou nášho utrpenia, ako prestaneme myslieť?	27
8. Ako by sa nám mohlo vôbec dať bez myslenia?	31
9. Ak prestaneme premýšľať, čo sa stane s našimi cieľmi, snami a ambíciami?	35
10. Bezpodmienečná láska a tvorenie	45

11. Čo urobíte potom, ako zažijete pokoj, radosť, lásku a naplnenie?	49
12. Nič nie je buď dobré, alebo zlé	53
13. Ako viete, čo robiť bez myslenia?	57
14. Ako nasledovať svoju intuíciu	61
15. Vytváranie priestoru pre zázraky	69
16. Čo sa stane, keď začnete nemyslieť (možné prekážky)	73
17. Čo teraz?	77
ZHRNUTIE NEMYSLENIA	81
Návod, ako nemyslieť	85
Ako zistíte, že sa nachádzate v stave nemyslenia	88
Návod, ako vytvoriť prostredie pre nemyslenie	89
Systém, ako odstrániť spúšťače myslenia	90
Systém, ako vytvoriť prostredie pre nemyslenie	92
Systém, ako začleniť nemyslenie do vašej práce	94
Návod, ako prekonať deštruktívne zlovyky/spôsoby správania	95

POĎAKOVANIE

Ďakujem ti, Sydney Banks, za to, že si sa podelil o princípy, na ktoré si prišiel, s celým svetom. Vďaka tebe som dokázal v sebe nájsť pravdu a teraz mám rovnaké privilégium podeliť sa o ňu so svetom.

Chcem sa poďakovať mojim učiteľom a mentorom, Joeovi Baileymu a Michaelovi Neillovi, že sa so mnou podelili o Tri princípy, ktoré mi navždy zmenili život. Máte moju nekonečnú vďačnosť za svoju štedrosť a láskavé srdce, ktoré neprestajne dáva. Som vám vďačný za všetko, čo robíte a neprestávate robiť pre druhých.

Ďakujem tiež všetkým svojim drahým priateľom a rodine (mame, otcovi, Anthonymu, Jamesovi, Christianovi, Bryanovi a mnohým ďalším) za to, že mi pomohli odhaliť vlastnú božskosť a za to, že ma povzbudili k napísaniu tejto knihy. Bez kohokoľvek z vás by táto kniha neexistovala. Vedzte, že vďaka vám vplyv, ktorý na mňa máte a na kohokoľvek, komu táto kniha niekedy príde pod ruku, je nekonečný a bude naďalej meniť životy budúcim generáciám.

Ďakujem, Kenna, za to, že si jednou z najrozkošnejších, najnespútanejších ľudí, akých som kedy stretol, ako aj za to, že si mi ukázala, čo je to skutočná nepodmienečná láska. Som ustavične pokorený tvojou krásou a nedokážem ti dostatočne poďakovať za dar, že nekonečne miluješ mňa ako aj každého, koho stretneš.

ÚVOD

ČO V TEJTO KNIHE NÁJDETE, AKO VYŤAŽIŤ Z JEJ ČÍTANIA NAJVIAC

Táto kniha vznikla preto, aby vám pomohla nájsť všetko, čo hľadáte a odpovede na všetky otázky, ktoré vás celý život trápili. Uvedomujem si, že je to dosť trúfale vyhlásenie, no čoskoro uvidíte, prečo si absolútne verím, keď to vravím.

Čo z hĺbky duše viem, je, že po prečítaní tejto knihy budete úplne iným človekom ako predtým. Jedinou konštantou je zmena. Rast je v živote nevyhnutným procesom a nebude možné, aby ste sa po prečítaní tejto knihy nezmenili.

„Nedokážeme zmeniť to, čo si neuvedomujeme, a keď si to uvedomíme, môžeme sa jedine zmeniť,“ povedala Sheryl Sandberg.

Nezáleží na tom, kto ste, odkiaľ pochádzate, aké je vaše zázemie, čoho ste sa dopustili a čo neurobili, aké máte alebo nemáte postavenie či majetok, či ste alebo nie ste z Marsu, môžete nájsť v živote absolútny pokoj, bezpodmienečnú lásku, dokonalé naplnenie a množstvo radosti. Sľubujem vám, že nie ste výnimkou, aj keď sa to tak môže javiť. Láska nepozná hranice. Na to, aby ste odhalili všetky odpovede, ktoré hľadáte, potrebujete len otvorenú myseľ a ochotné srdce.

A áno, ak pochopíte, čo sa v tejto knihe nachádza, prídete na nesmierne praktické rady a priame dôsledky, ktoré zažili mnohí klienti, ktorých

som viedol, ako napríklad dvoj až pätnásobný nárast príjmu, rapídny rozvoj podnikania, hlbšie a harmonickejšie vzťahy, prekonanie dlhoročných závislostí, spontánne zmiznutie ničivých návykov, zlepšenie zdravia, vitality a celkovej energie. Podobné zázraky sa mnohým, ktorí pochopili princípy v tejto knihe, stávajú denno-denne. A to je len špička ladovca. Ak by som mal spomenúť len niektoré zlepšenia a výsledky, ktoré ľudia dosiahli tým, že ich pochopili, polovicu knihy by zaplnili iba príbehy opisujúce tieto zázraky, ktoré sa odohrávajú každú deň.

Nemienim však spomínať žiadne z týchto „externých“ výsledkov, pretože to nie je hlavnou myšlienkou tejto knihy. Tieto fyzické prejavy sú vedľajším produktom vnútorného pochopenia toho, ako fungujú naše životné skúsenosti. V skutočnosti chceme tieto vonkajšie výsledky, ako peniaze a dôležitosť, pretože chceme vo svojom vnútri zažiť isté pocity, napríklad lásku, radosť, pokoj a naplnenie. Je to presne ten pocit, ktorý chceme vo svojom živote, nie fyzické veci, no finta spočíva v tom, že si nahovára-me, že nám tieto pocity prinesú fyzické veci. Tajomstvo leží v pociťovaní.

Táto kniha vám pomôže nasmerovať vás, aby ste pochopili, ako odhaliť pravdu, ktorú už poznáte vo svojom vnútri, a objaviť pocity, po ktorých pátrate celý svoj život.

Pozrime sa teraz na to, ako touto knihou postupovať.

Nečítajte túto knihu preto, aby ste získali viac informácií, čítajte ju preto, aby ste prenikli do podstaty vecí. Pochopenie (alebo múdrosť) môžete nájsť jedine vo vnútri. Preto sa tomu hovorí preniknutie do podstaty vecí (do jej vnútra). Na to, aby ste vo svojom živote našli všetko to, čo hľadáte, musíte nahliadnuť sami do seba a odhaliť múdrosť, ktorá už vo vás existuje. Všetky odpovede ležia v hĺbke vašej duše. Táto kniha je len návodom, ktorý vám pomôže hľadať na tom správnom mieste. Úprimne obdivujem každého, kto má ešte stále nádej, že to, čo hľadá, tam niekde musí byť. To znamená, že máte nádej. Bez nej nemáme nič, takže skutočnosť, že ste tu a čítate túto knihu, je dôkazom vašej viery, odvahy a sily. Viem so stopercentnou istotou, že nájdete to, čo hľadáte, pokiaľ budete pokračovať po tejto ceste s nádejou v srdci.

Chcem tiež, aby bolo jasné, že táto kniha nie je jediná, ktorá v sebe nesie pravdu. Pravda leží vo všetkom a v každom z nás. Na to, aby ste uvideli a zakúsili pravdu (spirituálne), sa musíte pozrieť za hranice formy (fyzična). Slová v tejto knihe nezosobňujú pravdu. Poukazujú NA ňu. Pozrite sa za hranice slov, aby ste uvideli pravdu. Pravda sa nedá zintelektualizovať; môžete ju len zažiť. Pravda leží v pocite, preto sa nedá sformulovať do slov.

Ak chcete nájsť pravdu, pozrite sa za hranice slov a **pátrajte po pocite.**

Mnohí z tých, ktorí objavili pravdu, opisujú daný pocit ako pocit dokonalého pokoja, bezpodmienečnej lásky a nepredstaviteľný pocit radosti. Ľudia ho tiež opisujú ako ten naj dôvernejšie známy aj neznámy pocit. Máte pocit, akoby ste sa konečne ocitli doma. Hľadajte tento pocit a potom úplne všetko pochopíte. V tejto knihe vám nepoviem nič, čo by ste už v hĺbke duše dávno nevedeli. Práve preto, keď zažijete pravdu, bude ten pocit dôverne známy aj neznámy.

Nesnažte sa na to prísť pomocou intelektu – nepodarí sa vám to. Len čo to začnete intelektualizovať, šliapli ste vedľa. Pravda nespočíva v zapamätaní si jednej alebo dvoch viet. To zvládne aj dieťa, napriek tomu pravdu nepochopí. Pravda prichádza v podobe pocitu. Z tohto pocitu vzíde múdrosť a pravda, ktorú hľadáte, čo vás oslobodí. A práve to v konečnom dôsledku hľadáme, nie?

To, čo vám v tejto knihe odhalím, bude pôsobiť jednoducho. Možno až príliš jednoducho a váš mozog (ego) sa s tým pokúsi bojovať, alebo sa to pousiluje skomplikovať. Povie si, že to nemôže byť také prosté. Keď nadíde ten čas, chcem, aby ste mali na pamäti, že pravda je vždy prostá. Zložité veci sa vždy dajú rozmeniť na drobné. Pravda sa nedá rozmeniť na drobné, preto je to pravda. Preto je pravda vždy jednoduchá. **Ak ju chcete nájsť, hľadajte jednoduchosť.**

Postavte sa k tejto knihe s otvorenou myslou a s čistým úmyslom v srdci, aby ste odhalili pravdu a nájdete všetko, čo ste hľadali.

Predtým, než sa pohneme ďalej, by som si chcel nájsť chvíľku a vyjadriť hlbokú vďačnosť za to, že ste tu a delíte sa so mnou o svoj čas a pozornosť. Sú to tie najcennejšie veci, ktoré môžete v živote niekomu venovať, takže vám za tento dar, ktorým zároveň obdarúvate aj samých seba, ďakujem. Nikdy nezabúdajte na vlastnú božskosť, pretože len prostredníctvom vlastnej božskosti máme v sebe ľudskosť.

S láskou a pravdou
Joseph