



# Osobná

**Kedy je najlepší čas na sériu o osobnej ročnej vibrácii ako v januári? Postupne si povieme, čo to je osobná ročná vibrácia, na čo nám slúži a ako ju môžeme využiť vo svoj prospech. Podme sa naladiť na našu vibráciu, aby sme sa cítili viac nabití energiou. Aby život hral v náš prospech a nie proti nám.**

**K**aždý z nás je iný. Niektorí si rád plánujú vopred, niektorí berie život ako príde a mnohí sme niekde uprostred. Keď je potrebné si určite záležitosti naplánovať (napr. doktorov, dovolenku, projekt), sadáme si k stolu, zoberieme kalendár (či už v PC, mobile, diári) a začneme hľadať ten najlepší, najvhodnejší deň. Samozrejme, zohľadňujeme pritom aj ľudí, ktorých sa to týka. Kolegov, rodinu. Niektoré okolnosti však nie je možné naplánovať vôbec. Udalosti, ktoré sa nám udejú, vkradnú do života a nám neostáva nič iné len zareagovať, prispôbiť sa, resp. neurobiť nič – v prípade šoku, keď nás to zastihne nepripravených.

Trénuje to našu flexibilitu, a to, ako veľmi sme schopní sa adaptovať na zmenu. Áno niektorí z nás (aj z pohľadu čísiel v dátume narodenia) nemajú radi zmeny, majú všetko naplánované, aby znížili svoj strach z budúcnosti.

## **Potreba všetko si naplánovať**

Prečo niektorí ľudia majú potrebu si naplánovať naozaj všetko? Doslova každý krok a to nielen seba, ale aj svojím blízkym? Keď je človek veľmi zameraný na plánovanie, hovorí to o jeho strachu zo zmeny. Strach, ktorý vychádza z nepoznaného. Strach z toho, čo by mohlo prísť, alebo čo by sa

mohlo stať, ak by si nenaplánoval dni, mesiace dopredu. Takto má pocit, že to má pod kontrolou a nič ho v živote nemôže prekvapíť. Pekne si odškrtáva a ide bod po bode. Ide si deň po dni a je spokojný, že všetko ide presne podľa jeho plánu. Vďaka tomu je v pohode, nemá strach, obavy a kráča životom v podmienkach, ktoré sú viacmenej nemenné. Až stereotypné. Lebo vie presne, čo ho čaká a kedy. Ak to prináša človeku istotu, je fajn byť takto nastavený. Avšak bráni životu, aby ho viedol. Bráni spontánnosti. Bráni životu, aby mu ukázal, že je fajn občas popustiť uzdu kontrole. Lebo práve vtedy, keď vychádzame z komfortnej zóny, sa začínajú diať veci. Práve vtedy narazíme na človeka, ktorého by sme inak nespoznali. Práve vtedy sa môžeme ocitnúť na mieste, kde sme predtým neboli. A môže nám to úplne obrátiť život naruby. A niekedy to môže stať naozaj za to. Nemyslíte?

# ročná vibrácia

## Ako sa otvoriť zmenám

Ako teda pomôcť človeku, ktorý potrebuje znížiť svoj tlak na seba a aby bol viac otvorený zmenám?

Postupne. Postupne si môže v rámci jedného mesiaca vyhradiť deň alebo víkend, keď nebude mať nič naplánované. Zo začiatku bude nesvoj, pretože bude mať pocit, že tie dni nevyužil efektívne a len sa tak „poflakoval“. Môže

sa jednoducho ráno zobudiť a rozhodnúť sa podľa toho, ako sa cíti. Idem tam. Idem tam. Alebo nechať iného člena rodiny, aby rozhodol, kde sa v daný deň vyberú a čo budú robiť. Postupne sa týmto cvičením bude znižovať jeho strach z neznámyho. A čím viac sa bude takto trénovať, tým lepšie.

Keď budú do jeho života vstupovať zmeny, bude ich schopný ľahšie prijímať, nebude vystresovaný, že čo sa deje. Iba sa zastaví, zhodnotí a buď sa prispôsobí novej situácii, alebo promptne nájde riešenie. No už ho to tak nerozhodí ako predtým.

## Energia aktuálneho roka

Viete o tom, že existuje spôsob, ako sa môžeme pripraviť na tento rok, ktorý sa práve začína? Nehovorím teraz o striktnom plánovaní. Ale skôr o energii daného roku. Pretože tak, ako starneme, mení sa aj vibrácia okolo nás. A tá má vplyv na to, ako sa v daných 12 mesiacoch cítime, čo prežívame, čím prechádzame. Každý rok sme totiž pod vplyvom osobnej ročnej vibrácie. Keď vieme, akú má esenciu, môžeme sa s ňou zladať a ísť v prúde. Samozrejme, to neznamená, že život bude stále gombička a budeme vidieť všade jednorozcov. Znamená to, že pochopíme určité súvislosti v živote a dokážeme na to ľahšie reagovať. Možno si hovoríte, že to nemá nič spoločné s prítomným okamihom, alebo naopak, je to práve tá cesta plánovania, o ktorej hovorím vyššie a ktorú by sme mali eliminovať. Avšak vedomie toho, že poznáme energiu daného roka, nám pomôže pochopiť seba a aj svojich blízkych. Pretože ak ste vy napríklad v roku, kedy máte chuť chodiť von, doslova

si užívať život, ale vaša polovička sa práve naopak nachádza v roku, keď potrebuje byť sama, môže medzi vami nastávať dusno. Ak však viete a poznáte osobnú ročnú vibráciu, pochopíte, že prečo chce byť partner doma... alebo prečo túži ísť častejšie do spoločnosti. A eliminujete zbytočné sumy, ktoré by u vás inak nastali. Pretože niekedy ani komunikácia a vysvetľovanie v páre nestačí. Jeden druhý nechápu a môže to zájsť až do

takých rozmerov, že sa začnú hádať, alebo vyčítať si jeden druhému, že ho/ju nemá rada.

## Naladíme sa na životné cykly

Podme sa viac naladiť na našu strunu, vibráciu, aby sme sa cítili viac nabití energiou a necítili sa tak vyčerpaní. Aby život hral v náš prospech a nie proti nám.

Podme vniesť do našich životov viac jasnosti, aby sme sa cítili spokojní. Aby sme netlačili na pílu vtedy, keď máme zvolniť. A naopak, aby sme kopli do vrtule, keď máme to na vhodný rok. Život sa vyvíja v cykloch. Tak ako sa strieda slnko s mesiacom, deň s nocou. A aj náš život nikdy nie je rovnaký. Keby ste si vypísali na papier dôležité udalosti, ktoré sa vám udiali počas života, začnete vidieť určitú podobnosť. Niektoré prichádzajú v cykloch. Niektoré v konkrétny rok. Je to náhoda? Alebo vás to má niečo naučiť? Áno. Je to pre vás čas, keď si máte prejsť určitou lekciou, aby ste sa naučili, že... A o pár rokov sa ocitnete v podobne vyzerajúcej situácii a je na vás, ako sa k tomu postavíte. Či využijete skúsenosti z minulých rokov (lebo ste dostali od života možnosť), alebo sa opäť zahráte na rybičku Dory z rozprávky Nemo a nebudete vedieť, čo robiť, lebo ste už pozabudli, ako na to. V ďalšom čísle časopisu Balans si postupne predstavíme každé číslo (1 – 9) osobitne. Aby ste sa vedeli nastaviť na rok, ktorý vás čaká. Aby ste vedeli viac pochopiť seba, svojich blízkych. Niekedy stačí tak málo k tomu, aby sme okolo seba vytvárali spokojné vzťahy. Aj o tom je náš život a jeho cyklickosť. A bola by škoda aby sme nevyužili tohto žolíka, ktorý je nám k dispozícii.

## Ako si vypočítame osobnú ročnú vibráciu

Príklad č. 1: Máme rok 2025 a náš dátum narodenia je 1. 3. 1977. Máme teraz január 2025. Osoba, ktorá má tento dátum narodenia sa nachádza v osobnej ročnej vibrácii číslo 3. Vypočítame to takto:

$$1 + 3 + 2 + 0 + 2 + 4 = 12 = 1 + 2 = 3.$$

Spočítame deň, mesiac a pripočítame predošlý rok, pretože daná osoba ešte nemala narodeniny v roku 2025. Až keď v marci bude oslavovať, vstúpi do osobnej ročnej vibrácie č. 4.

Príklad č. 2: Máme rok 2025 a náš dátum narodenia je 1. 1. 1966. Máme teraz január 2025. Osoba, ktorá má tento dátum narodenia, sa nachádza v osobnej ročnej vibrácii číslo 2. Vypočítame to takto:

$$1 + 1 + 2 + 0 + 2 + 5 = 11 = 1 + 1 = 2.$$

Spočítame deň, mesiac a pripočítame súčasný rok pretože daná osoba má narodeniny v januári 2025.

V obidvoch prípadoch po spočítaní nám vyšlo dvojčíferné číslo. V prvom príklade číslo 12 a v druhom číslo 11. Vždy pokračujeme v sčítaní až pokiaľ nedostaneme jednocíferné číslo.

## Lubica Farkasová



GALLUP Certified Strengths Coach a Numero-koučing. Pomáham odhaliť ľudský potenciál a dary s využitím numerológie. Zároveň identifikujem talenty

a silné stránky s použitím metodiky Gallup CliftonStrengths. Keď potrebujete poznať seba. Keď prešlapujete na mieste. Keď potrebujete znovuobjaviť integritu. Blízko mám aj k zdravotným témam k psychosomatike.

Viac o mne: [www.lubicafarkasova.sk](http://www.lubicafarkasova.sk) a [www.facebook.com/FarkasovaLubica](https://www.facebook.com/FarkasovaLubica)

