

**BERARDINO NARDELLA**

**Ako jednoducho  
splniť akékoľvek  
svoje želanie**



# **Берардино Нарделла** **Ako Jednoducho Splniť** **Akékoľvek Svoje Želanie**

*Ako Jednoducho Splniť Akékoľvek Svoje Želanie:*  
*ISBN 978-8-88-535628-3*

## **Аннотация**

Praktická príručka-esej, ktorá vás oboznámi s technikami na realizáciu vlastných želaní.

# Содержание

AK BY SI MAL MOŽNOSŤ SKUTOČNE REALIZOVAŤ SVOJE ŽELANIA, NECHCEL BY SI VEDIETĚ, AKO BY SA TO DALO SPLNIŤ?	6
ČO SÚ ŽELANIA A PREČO TÚŽIŤ PO NIEČOM?	11
PREČO PAPIER A PERO?	18
Конец ознакомительного фрагмента.	20

**BERARDINO NARDELLA**

**Ako jednoducho  
splniť akékoľvek  
svoje želanie**



**Berardino Nardella**

## **1. ČASŤ**

# AK BY SI MAL MOŽNOSŤ SKUTOČNE REALIZOVAŤ SVOJE ŽELANIA, NECHCEL BY SI VEDIETĚ, AKO BY SA TO DALO SPLNIŤ?

*Ak vyslovíš nejaké želanie, je to preto, že vidíš padať hviezdu...  
ak vidíš hviezdu, je to preto, že sa pozeráš na nebo...  
ak sa pozeráš na nebo, je to preto, že ešte v niečo veríš.*

*Bob Marley*

Nie je snáď jedným z najčastejších želaní, jedným z tých, ku ktorým sa uchýľuje väčšina osôb, ak nie celé ľudstvo, želanie realizovať svoje sny (tu treba toto slovo chápať ako želanie, ktoré sa dá dosiahnuť, ale aj

v jeho pravom slova zmysle, pretože s e n je niečo, čo má do činenia s bezvedomím a naše túžby začínajú nepriamo práve tam)

Pozeráme naň so silnými pocitmi, s obrovským očakávaním, ale súčasne aj ho vidíme ako niečo veľmi namáhavé, často dokonca ako niečo, čo sa nedá realizovať, čo je príliš mystické, príliš utopické, príliš imaginárne, aby sa dalo uskutočniť v našej modernej, konkrétnej, technickej sugestívnej realite, ktorá nás obklopuje.

Táto realita nás formuje, a preto nás mnohé veci už nedokážu

ohromiť tak, ako nás ohromovali voľakedy, ako to bývalo v detstve a už nie sme natoľko náchylní

k inováciám a zmenám, predovšetkým, keď to so sebou prináša rôzne povinnosti a zmeny alebo keď by sme sa dokonca museli vzdať svojho pohodlia, zdvihnúť svoje zadky z kresiel a nechať si ujsť svoj obľúbený seriál.

Napriek tomu si dovoľím povedať ti, že ak chceš realizovať svoje želania, nemusíš robiť nič mimoriadne ani prehnané, nemusíš sa namáhať, nemusíš investovať peniaze (okrem tých pár, čo si zaplatil za túto knihu).

Nemusíš mať žiadne zvláštne znalosti, neponúkam ti jogu ani meditácie, nie sú tu náboženské obmedzenia ani vekové hranice.

Povieš si, teda v podstate nemusím robiť vôbec nič a aj tak sa zrealizujú moje želania, to mi tu chce povedať?

Chápem, že si v rozpakoch, ale ja ti skutočne neponúkam žiadnu školu mágie, iba jednoduchú techniku, ktorá dokáže pohnúť vecami, dokáže vytvoriť príležitosti a dokáže zmeniť tvoj uhol pohľadu na svet.

V skutočnosti navrhujem dve techniky, a ty budeš môcť využiť tú, ktorá sa ti zdá vhodnejšia, alebo ktorá dokáže synergicky zosilniť výsledky a tak ich dosiahnuť v kratšom čase.

Nezdalo sa ti niekedy, že niečo neúspešne hľadáš, až kým si si neuvedomil, že to máš priamo pred nosom?

Podobne sa dá povedať, že to, čo potrebuješ na realizáciu svojich želaní, nie je nikde ďaleko, v žiadnom vzdialenom priestore a čase, ale máš to k dispozícii tu a teraz, máš to

prakticky pod nosom.

Tvoje túžby nemôžu byť v minulosti, pretože minulosť už jednoducho bola, dokonca možno povedať, že prvým motívom našich túžob, je práve minulosť, jej nevyriešené otázky, neuspokojené túžby a oľutované činy.

Naše želania kladieme v prvom rade do budúcnosti, ale takáto budúcnosť sa dá realizovať iba za podmienky, že to určíme už teraz, v prítomnosti, v ktorej žijeme a ver mi, nevymýšľam si nič zvláštne. Ak by medzi moje želania patrilo aj želanie vlastniť v budúcnosti kvitnúcu záhradu, v prítomnosti by som musel aspoň vyklčovať pôdu, pohnojiť ju, zasiať semená atď....

Poskytnem ti niekoľko slov na vysvetlenie, ale to neznamená, že musíš nevyhnutne vedieť „prečo“ všetko funguje, stačí ti jednoducho vedieť „ako“ to funguje.

Skúsím to vysvetliť na príklade: predstav si, že prídeš domov a vypínačom rozsvietiš svetlá.

Kto z nás presne vie, čo je to elektrina, ako a prečo funguje, ako to, že vďaka žiarovke dokáže vytvoriť svetlo, ako vlastne funguje žiarovka a aká je logika a postup pri rozsvietení svetla. Ako sa vlastne elektrická energia produkuje, ako sa dostane až do môjho domova?

A nakoniec, prečo svetlo prestane svietiť, keď nezaplatím účty?

Teraz však vážne, väčšina z nás o tom nevie absolútne nič, a nielen že o tom nič nevie, ani sa o to nezaujíma, pretože poznatky o tom, že žiarovku vynášiel istý Edison a podobné poznatky,



môžu byť užitočné na obohatenie našich všeobecných znalostí, ale v skutočnosti nie sú nevyhnutné. Mne stačí vedieť, že keď stlačím vypínač, rozsvieti sa svetlo a keď stlačím na opačnej strane, vypne sa a hotovo.

Preto ťa budem krok za krokom sprevádzať technikou, ktorá ti umožní jednoducho a konkrétne realizovať svoje želania a sám uvidíš, že je vhodná pre každého, nebudeš musieť robiť žiadne magické rituály ani si nič dodatočné kupovať, nebudeš musieť robiť žiadne zvláštne veci, ani veci, ktoré by sa pričili tvojim ideálom alebo presvedčeniu (teda, aby si ma lepšie pochopil, nebudem ťa posielat' vylúpiť banku ani nebudem chcieť, aby si kráčal po žeravom uhľí ...).

Všetko, čo budeš potrebovať, je pero, dva prázdne zošity (alebo zápisníky, alebo čokoľvek, na čo môžeš písať) a trochu trpezlivosti (snáď si neočakával, že dnes po niečom zatúžiš a zajtra sa ti to splní ...)

Ešte predtým si však musíme ozrejmiť jednu vec.

Táto kniha je výhradne praktická, jej cieľom nie je vyplniť strany dohadmi a predpokladmi, ale poskytnúť prostriedky nevyhnutné na konkrétne dosiahnutie svojich túžob, preto nám neostáva iné, iba to skúsiť.

Knihu som rozdelil do dvoch častí, pričom prvá je teoretická, druhá praktická.

Predložená teória poslúži na lepšie pochopenie mechanizmov a dosiahnutie svojich cieľov, ale zámerne nebude opísaná do najmenších detailov, v súlade s vyššie uvedenou metaforou o

vypínači.

Takže, viac než filozofickým rozpravám sa tu budeme venovať výučbe, ako si ten, kto uvedie do praxe moje návrhy, môže prostredníctvom silných prostriedkov doslova zmeniť život.

# ČO SÚ ŽELANIA A PREČO TÚŽIŤ PO NIEČOM?

*Túžba je polovicou života. Nezájujem je polovicou smrti Kahlil Gibran*

Túžiť po niečom, čo to znamená?

V slovníkoch nájdeme nasledujúce definície: intenzívna vôľa vlastniť alebo robiť niečo, čo poskytuje radosť a spokojnosť, pocit nedostatku nejakej veci, ktorá je dôležitá pre naše fyzické potreby alebo duševnú pohodu, intenzívny pocit, ktorý nás núti k snahe vlastniť, dosiahnuť alebo realizovať niečo, čo môže uspokojiť naše vlastné fyzické alebo duševné potreby, pocit oduševneného snaženia sa o niečo alebo očakávanie vlastnenia niečoho, snaženia sa o niečo alebo realizácia niečoho, čo je vhodné pre naše potreby alebo pre náš vkus, pohodu alebo nevyhnutnosti.

Takže želať si niečo predstavuje priamu aktivitu smerujúcu k dosiahnutiu predmetu túžby, a pokiaľ tento proces umožní dosiahnutie cieľa, výsledkom je pocit naplnenia a uspokojenia, v opačnom prípade sa môžu prejaviť pocity bolesti a frustrácie.

Kde sa však rodí želanie? Čo to presne je?

Etymológia termínu želať si je pomerne zaujímavý, a ako sa to často stáva pri význame podobných slov, odhaľuje svoj hlboký zmysel.

Slovo želanie, v tomto prípade talianske slovo desiderio, ktorého pôvod sa odvádza z latinčiny, tvorí predpona de- a podstatné meno –sidera; predpona de- môže mať význam „oddeliť niečo, oddialiť, neprítomnosť niečoho“, zatiaľ čo sidera predstavuje množné číslo slova sidus, teda hviezda.

Mohli by sme teda povedať, že želanie - desiderio znamená „prestáť sa pozeráť na hviezdy“ alebo „konštatovať neprítomnosť hviezd“.

Želanie teda znamená neprítomnosť hviezd, neprítomnosť smeru, ktorý ťa nevyhnutne privedie k pocitu stratenia sa, dezorientácii a, pravdepodobne, aj k stavu bez mučivej úzkosti.

Želanie v sebe preto obsahuje aj určité množstvo bolesti, pretože sa rodí z „neprítomnosti“ a veľkosť takejto neprítomnosti určuje rozsah tejto bolesti.

Takýmto spôsobom sa želanie postará o vznik nádeje, úsilia o dosiahnutie toho, čo nám chýba, čo je neprítomné a čo by sme v našom živote chceli mať pri sebe. Takže, súčasťou želania je nielen neprítomnosť, ale aj prítomnosť.

V skutočnosti, predpona de- má aj intenzifikačnú hodnotu, preto slovo „de-siderare (želať si)“ môže znamenať aj „pozeráť sa pozorne na hviezdy“, intenzívne, čakajúc a dúfajúc, že sa niečo stane.

Ľudia odjakživa vedia alebo veria, že sú pod vplyvom nejakých nadprirodzených, božských síl, pod vplyvom hviezd. Či je to pravda alebo nie (tu sa však nebudeme venovať tejto téme), existujú ľudia, ktorí veria horoskopom a myslia si, že charakter

a sklony osôb určujú postavenia hviezd.

Etymologický slovník talianskeho jazyka (ESTJ), ako doslovný význam slova, uvádza „prestáť dívať sa na hviezdy s cieľom čítať budúcnosť“, podľa Pianigianiho „odtrhnúť zrak od hviezd predpovedajúcich budúcnosť“, v podstate predpovedajúcich dobré znamenia. Etymológia, ktorú navrhuje Cardinali Borrelli: podľa „de-sum“, chýba mi, pociťujem nedostatok.

„Desiderantes“ boli vojaci, ktorí očakávali svojich druhov, ktorí sa po bitke ešte nevrátili do tábora.

Očakávať druhu, ktorý neprichádza, znamená čakanie, želanie znovu ho vidieť a objasť a vyjadruje aj určité znepokojenie pre jeho neprítomnosť.

Takže môžeme uvažovať, že termín de-siderio znamená aj „stáť pod hviezdami a očakávať“.

Nie náhodou má predpona „de“ v latinčine aj intenzifikačný význam, neznamená iba vzdialenie v zmysle predložky, a tu nachádzame pôvod klasického pozerania na hviezdy alebo vyslovenia želania pozerajúc na padajúcu hviezdu.

Sloveso „desiderare – želať“ má podobnosť so slovesom „considerare - zvážiť“, čo znamená preskúmať, pozorne prezrieť, brať ohľad na niečo, premýšľať, uvažovať.

Pôvod je veľmi podobný, tu je latinské slovo sidera skombinované s predponou „cum“, čo znamená „pozorovať hviezdy“ s cieľom s ich pomocou predpovedať budúcnosť.

Na tomto princípe funguje horoskop, v ktorom nájdeš „mesiac

je priaznivý, preto môžem ...“ alebo „hviezdy sú v tejto konštelácii na oblohe, preto ...“, toto všetko je „con-siderare – zväžiť“, naopak de-siderare ide nad tento rámec, „ja to chcem, aj keď hviezdy na nebi nie sú priaznivé“.

Naopak, neexistuje podobnosť v podstatných menách. desiderio – želanie zodpovedá slovu considerazione – zohľadnenie, kde prípona

–zione pripisuje slovu menej statický a viac aktívny význam.

Z práve uvedených citátov vyplýva, že slovo želanie je viazaná na neprítomnosť aj prítomnosť niečoho; rodí sa z nedostatku niečoho, ako aj práve kvôli danému nedostatku sa želanie vzbudzuje až tak, že je tento nedostatok je obsahom samotného želania.

Želať si je v podstate to, čo nás identifikuje, to, čo nás niekam vedie a priťahuje, to, čo nám umožňuje pozeráť na hviezdy s očakávaním nájdenia správnej cesty, teda s túžbou nájdenia správneho smeru, po ktorom by sme sa mali vydať.

V želaní by sa paradoxne mohlo stať irelevantným dosiahnutie alebo nedosiahnutie predmetu želania. To, čo je dôležité, je samotný pocit túžby, a to preto, že predstavuje určitý druh energie, ako sa generuje automaticky a sama osobe rastie a poháňa človeka určitým smerom.

Želanie v skutočnosti poháňa k určitej méte, poháňa človeka prekonávať prekážky a vyznačovať si vlastnú trasu, cestu, ktorú musí prejsť každý z nás, aby sa dostal k vytúženému cieľu, ale nakoniec nezáleží na tom, či sa dosiahne až vytúžený

vrchol, to, čo je dôležité, je samotná cesta. Horolezec pocíti nekonečnú radosť a uspokojenie z dosiahnutia vrcholu, ale radosť a uspokojenie budú úmerné trase stúpania, ktoré bude musieť prekonávať, vynaloženému úsiliu na prekonávanie problémov, tomu, že sa dostal nad rámec svojich pomyselných schopností.

To, na čom záleží, je želanie, pretože želaný predmet je už súčasťou túžby po želanom subjekte a iba vďaka danému želanu vznikol a existuje postup jeho dosiahnutia a týmto spôsobom nás naše želanie núti vzdať sa našej aktuálnej pozície a vydať sa smerom k želanej, čím sa stáva hnacou silou našej cesty.

Táto cesta, ktorú nás núti vykonať naše želanie, vzhľadom na to, že musíme prekonať naše obavy a strach, nám umožní pochopiť, prečo túžime po niektorých veciach. V skutočnosti, poznanie, prečo chceme určité veci, nám pomôže odhaliť časti nášho vnútra, v ktorých dané želanie vzniklo.

„Ak vieš, prečo niečo chceš, nájdeš aj spôsob ako to dosiahneš“.

Želanie je úzko späté s úkonmi, ktoré vedú k jeho realizácii. Nie je možné uvažovať s akciou tam, kde neexistuje žiadny cieľ a je nemysliteľné, aby existoval cieľ, ak chýba želanie.

Želať si teda indikuje, že očakávame niečo, čo chceme, aby prišlo a čo nám chýba a že zaujmeme postoj očakávania, ktorý nám otvára nekonečné priestory.

S želaním niečoho sa skracuje vzdialenosť medzi nami a udalosťou, aj keby to bola obrovská vzdialenosť, takže metaforicky stojíme na začiatku nejakej cesty, trasy, ktorú

máme prekonať. My dospelí sme však túto trasu skrátili, spolu s priestorom a časom, čím sa naše želania premenili na presné, konkrétne, okamžité potreby, ktoré chceme rýchlo uspokojiť. Chodníček nádejí, bohatý na emócie pri očakávaní nedefinovateľného sme premenili na ľahko prekonateľnú diaľnicu, na ktorej máme už naprogramované výjazdy.

Želanie znamená „byť“, zatiaľ čo potreba „mať“.

Želania sa však tiež navrhuje, zvažuje, prepočítava v čase na nájdenie riešení, pokusov o jeho dosiahnutie a pokiaľ nepripravíš svoju myseľ na čakanie, staneš sa otrokom peňazí, úspechov, moci, slávy, potešenia.

Týmto spôsobom nevyhradzujeme našim želaniam čas a priestor, aby sme cítili a predstatovali si stále očarujúcejšiu budúcnosť, nevidíme príležitosti, ktoré nám ponúka život, stojíme a pritom veríme, že utekáme, že máme všetko a ihneď a potom zistíme, že nemáme prakticky nič.

Ak chceš viesť uspokojujúci život, je dobré urobiť pár krokov dozadu, pripraviť sa na rozbeh, poskytnúť mysli čas na oddych a celkove si chvíľku odpočinúť.

Takže, pre čo sa rozhodneme, poskytneme priestor našej fantázii a vrátime sa k lietaniu na jej krídlach, ako sme to robievali v detstve, keď sa nám zdalo, že je všetko na dosah, že by sme mohli uskutočniť čokoľvek, keď nás očarovala každá rola a každý predmet?

Vo chvíľach, kedy môžeme byť sami sebou a predstavujeme si, že sme iní, v rôznych situáciách a okolnostiach, máme odvahu



veriť, že tieto sny dokážeme splniť?

Takže výsledkom poslednej analýzy je, že želať si je žiť, že želať si je užitočné a vo vysokej miere slúži aj pre vlastnú fyzickú, mentálnu a duševnú rovnováhu.

Dospeli sme k stavu, kedy mnohé osoby želania považujú (a tu sme použili obe slovesá spojené s “hviezdami”) za niečo, čo by sa nemalo robiť, za čo by sa mali hanbiť, čo nestojí za vynaloženým časom, dokonca za niečo, čoho nie sú hodní. To všetko preto, lebo nás od detstva učili, prostredníctvom toho, čo všeobecne môžeme nazvať našimi traumami, že by sme mali prestať túžiť a snívať, pretože to všetko je iba hlúpe a nebezpečné konanie.

Predstavujeme si, no vzhľadom na nemožnosť realizácie iba maríme želania a zhoršujeme si náš život, vytvárame si problémy a choroby, ničíme si našu kreativitu.

Stávame sa slepými, aj keď vidíme a hluchými, aj keď počujeme, napriek tomu, že tento svet, pokiaľ sa naň dívame správnym spôsobom, je obrovský, plný možností, radosti a šťastia, pokiaľ to dokážeš postrehnúť.

Dovoľ mi teda predstaviť ti túto knihu a techniku s radosťou, s nádejou a, prečo nie, aj s určitosťou, že ti poslúžia, aby si mohol žiť svoj život čo najlepšie a najkrajšie.

# PREČO PAPIER A PERO?

*Nedostatok želaní je znakom končiacej mladosti a prvou a veľmi vzdialenou výstrahou skutočného konca života.*

*Goffredo Parise*

Aj toto je zvláštna otázka, na ktorú sa môže zdať zbytočné alebo bezvýznamné odpovedať. Napriek tomu má svoj význam.

Používaním počítača, tabletu a smartfónu na čítanie a písanie sa mení nielen kapacita mozgu vzhľadom na pozornosť a schopnosť koncentrovať sa, ale aj jeho aktivita a modifikujú sa tiež spojenia v mozgu.

U detí sa, napríklad, preukázalo, že písanie nejakého písmena rukou aktivuje určité oblasti mozgu, zatiaľ čo pri stláčaní klávesov na klávesnici k tomu nedochádza.

Uchopenie pera okrem toho „zapne“ motorické mozgové zóny aktivované aj čítaním, čím dochádza k pozitívnej sinergii dokázanej experimentmi, ktoré uskutočnila Karin James na Univerzite v Bloomington v štáte Indiana.

Podľa Jamesovej „sú u dospelých zóny aktivované čítaním zhodné so zónami, ktoré aktivujú u detí pozorujúcich samostatné písmeno naučené pri písaní rukou. U detí, ktoré dané písmeno vedia iba stlačiť na klávesnici, k tomu nedochádza”.

Možno teda povedať, že písanie na papier napomáha zlepšeniu čítania, pretože prispieva k posilneniu mozgových oblastí, v ktorých sa rozpoznávajú tvary písmen, alebo v ktorých

sa k slovám pridružujú zvuky.

Je jasné, že toto všetko neslúži na realizáciu želaní, je to iba jeden z dôvodov, prečo je dôležité písať rukou.

Robenie si poznámok rukou, perom na papier, napomáha zvnútorneniu a zapamätaniu si informácií do budúcnosti, ako to potvrdzujú aj výsledky nedávneho výskumu Univerzity v Princetone.

Tí, ktorí majú skúsenosti s ezoterikou, už určite vedia, že atrament používaný na písanie „nasiakne“ naším bytím, ostane v ňom stopa po našej „duši“.

Ja sa vyhýbam takýmto duchovným témam, pretože nie sú spojené s témou knihy, a, predovšetkým, to nie sú pojmy, ktoré by ovplyvňovali úspešnosť našej techniky. Nám stačí vedieť, že je lepšie písať, čo je v našej ére dôležitejšie aj preto, že je to zvyk, ktorý sa pomaly, ale iste vytráca.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.