

# JAK MÍT PENÍZE

JARKA MATUŠKOVÁ





## O AUTORCE

Jmenuji se Jarka Matušková a jsem společně s mou kamarádkou a kolegyní Hankou Mokrou autorkou jedinečné terapeutické metody JIH - Jasně Informace Hned emočním naciťováním.

Základy této metody začaly vznikat před 10 lety a vlastní pojmenování vzniklo v roce 2014.

V roce 2015 metoda JIH získala svou ochrannou známku.

Jsem autorkou mnoha projektů, které mají svůj základ v metodě JIH a díky tomu jsou tyto projekty velmi účinné.

Mým hlavním a jediným záměrem je přinášet úlevu a pochopení života pro jeho mnohem jednodušší žití.





## **OBSAH**

### **Šest zabijáků vašich peněz**

- Nemůžu**
- Nejde to**
- Nemám**
- Co bude**
- Co bylo**
- kontrola**

### **Pár slov na závěr**

# PENÍZE - RADOST NEBO STRES

Když je nemáme, stresujeme se. Když je máme, stresujeme se, že je nebudeme mít. Když je má někdo jiný, závidíme mu. Když je máme my, máme strach, že nám je někdo jiný bude závidět.

Je tolik mýtů ohledně peněz. Spousta lidí řekne, že je vlastně ani nepotřebuje, že si vystačí s málem. Je to opravdu tak, nebo jen pod vlivem nedostatku zvolili postoj šetřivosti a skromnosti. Mnozí budou říkat, že nic nepotřebují. Potom se ale stanou situace, kdy musí ustávat pocit smutku a marnosti, když nemohou svým dětem dopřát zahraniční pobyt se školou.

Peníze jsou pro dnešní život alfou a omegou výměny, která probíhá ve všech oblastech vašeho života.

.Není oblast, která by peníze nepoužívala a nepotřebovala.

Zkusila jsem najít oblast života, kde peníze nejsou potřeba. V dnešním světě je vše postaveno na směně, na výměně peněz. Neberte mne, prosím, za slovo v tom smyslu, že bez peněz nejde žít. Určitě máte okolo sebe spoustu výjimečných lidí, kteří vám velice rádi pomohou, podají pomocnou ruku. O těch teď nemluví. Mluví o penězích, které potřebujete na jídlo, bydlení, teplo, vodu, vzdělání. Možná namítnete, že se neplatí na některých školách. Ano, možná máte pravdu, ale určitě zaplatíte za pomůcky, za obědy, za kroužky.



Peníze jsou potřeba pro život, protože jsme si je jako lidé pro svůj život dali na první místo. Možná máte pocit, že se v oblasti peněz cítíte špatně a možná máte pocit, že za to mohou peníze svou energií. Možná vás hluboce zklamalo, ale peníze nejsou na vině. Je několik aspektů, které zastavují vaši hojnost a brání vám v přijímání hojnosti čehokoliv. Na vině nejsou věci, které vám chybí. Na vině je vaše ztotožnění se 6-ti spolehlivými zabijáky vaší prosperity a hojnosti.

Dala jsem si tu práci ve svém životě a pojmenovala jsem šest postojů, které mi bránily být spokojená ve všem a všude.

Pojďme se tedy společně projít šesti postoji, které vám spolehlivě žerou vaši hojnost, aniž byste o tom měli to nejmenší tušení.

Šest postojů, které jsou tolik zafixované ve vašem myšlení, že vlastně ani nevíte, že je používáte. Připravte se tedy na společnou cestu a otevřete své vnímání pro objevení souvislostí. Když teď pochopíte, jak hluboce vám tato přesvědčení ztrpčují život, potom jste zvládli tu nejtěžší část cesty. Když víte, co je důvodem vašeho nepohodlí, potom se s touto informací pracuje mnohem lépe, než když jste uvěznění v hlubokém nevědomí.



## ZABIJÁK VAŠÍ HOJNOSTI ČÍSLO 1.

# NEMŮŽU

NEMŮŽU sehnat práci, protože je veliká nezaměstnanost. NEMŮŽU mít víc peněz, protože mi je nikdo za mou práci nedá. NEMŮŽU si moc vybírat, protože na mou práci čeká spousta dalších.

NEMŮŽU si moc vyskakovat, protože nemám vzdělání.

Proč je toto přesvědčení tak silné? Protože hlavní roli v rozhodování a přistoupení ke změně hraje strach a panická hrůza ze selhání a z návazného nedostatku. Když začnu hledat něco jiného, když dám výpověď, když vyjevím svou nespokojenost, selhal jsem.

NEMŮŽU je opravdu pevný pilíř stagnace a řehole nejvyššího řádu. V tomto rozpoložení žije převážná část lidí. Možná někde uvnitř sebe cítí, že by jejich život měl vypadat jinak, ale jejich okolí, zaměstnavatelé a rodina jim jasně potvrzují to, co už dávno vědí. NENÍ MOŽNÉ cokoliiv změnit.

NEMŮŽU mít víc peněz. NEMŮŽU si říct za svou práci a za svou službu víc, protože potom ke mně nebude nikdo chodit. NEMŮŽU si říct víc, protože oni sami nemají. Za to, co umím, mi stejně nikdy nikdo nezaplatí. NEMŮŽU mít víc peněz, protože nemám vzdělání. To je přece, jasné. NEMŮŽU se postavit na vlastní nohy, protože je hodně velká konkurence. NEMŮŽU podnikat, protože to je velký risk, a to si NEMŮŽU dovolit.

Představte si, že vaše situace se může postupně změnit. Představte si, že každá situace má řešení a vše začíná u vás v hlavě. Ano, čtete dobře.

# VŠECHNO ZAČÍNÁ A KONČÍ VAŠÍ HLAVOU

Rozum vám říká, že to není možné, vy přece máte důkazy, že je všechno marné. Možná jste i zkusili něco změnit, ale cena byla moc vysoká. Možná jste se pokusili něco udělat jinak, okolí vás ale přesvědčilo, že máte zcestné iluze. Pravda je taková, že každá změna musí začít ve vaší hlavě. Vaše mysl je velice důmyslná záležitost. Dokáže vykonstruovat spoustu situací a také velice rychle reaguje na vaše pocity.

Vaše myšlenka vytvoří rychlostí blesku reakci ve formě pocitu a ten vás potom vede k dalším myšlenkovým pochodům. Nejsilnější pocit, na který je lidstvo zvyklé je pocit strachu. Sevřený žaludek, stažený hrudník, pocit plného žaludku, nebo naopak potřeba se přecpávat, aby se přebil ten divný pocit, který v sobě máte. Je to jako začarovaný kruh, mysl vytvoří situaci, na situaci zareaguje tělo svými pocity, ty potom nutí mysl k dalším návazným myšlenkám.



**NEPROPADEJTE PANICE, MYSL JE JEN NÁSTROJ,  
KTERÝ SE DÁ POSTUPNĚ PŘEVÉST DO STAVU  
POMOCNÍKA, MÍSTO ABY VÁM PUSTOŠIL ŽIVOT.**

## **JAK NA TO**

Uvědomte si, že jste ten, kdo určuje, čím se vaše hlava bude zaobírat. Dokonce jste ten jediný autor vašich vědomých myšlenek. Hlava vás vždycky zkusí nasměrovat do myšlenek strachu a paniky. Vždycky budete mít v hlavě našeptávače - rozum, který vás chce přechytračit na stranu strachu, paniky, ale také pocitu nedostatku, výčitek a hodnocení. To ale není ta správná cesta. Vaším úkolem je uvědomovat si, nad čím přemýšlíte. Představte si, že každá vaše myšlenka k sobě přitahuje stejnou.

Pokud o sobě přemýšlíte jako o člověku, který nemá valné možnosti, ve vašem životě budete zažívat situace, kdy nebudete mít opravdu moc na výběr. Tím si ale sám sobě podkopáváte hojnost a radost ze života, protože tím získáváte jasný důkaz, že je svět nespravedlivý a vy nemáte žádné lepší možnosti. Přitom je to vaše myšlenka, která je tím ničitelem. Je potřeba vnímat, jak se cítíte ve svém životě a dát ve své hlavě jasný povel ke změně.

## **NEPOMÁHÁ UNYLÉ ŠKEMRÁNÍ, BUDETE SE MUSET JASNĚ VYJEVIT.**

Přesvědčování rozumu neprobíhá v tichosti a klidné atmosféře. Jděte někam, kde budete sám a tam se klidně rozčilujte, nadávejte, křičte, plačte nad nespravedlností života. A potom udělejte jasné rozhodnutí, že to chcete jinak a začněte se rozhlížet kolem sebe, jaké máte další možnosti.

Dívejte se a hledejte, potkávejte lidi, kteří se mají tak, jak vy se chcete mít.



## NEJDE TO

**„TOLIK POTŘEBUJI ZMĚNU,  
ALE TO VÍŠ, NEJDE TO.  
MÁM RODINU, DĚTI.“**

Je jedno v jakém lidském odvětví máte pocit, že TO NEJDE změnit.

V životě kromě smrti neexistuje situace bez možnosti řešení. Hlavní atribut v hledání dalších možností je opět vaše mysl. Je to o tom, jak danou situaci vnímáte.

**Jste v dané situaci oběť, nebo ten, kdo ví.**





## JAK NA TO

Ano, je určitá věc, která vás srazila na kolena. Všechno, v co jste doufal se zhroutilo. Máte právo na pocit marnosti, ale jen dočasně. Potom je potřeba se znovu narovnat, nadechnout a zavelet do boje. Nemyslím tím, že máte jít někoho zabít. Myslím tím, do boje se svou hlavou.

Potřebujete změnit vidění celé situace. Potřebujete připustit, že všechno má řešení a když je teď čas, kdy ho nevidíte, přece neznamená, že neexistuje. Každá situace má své řešení a tím je jiný úhel pohledu.



**DOBŘÁ ZPRÁVA JE, ŽE VŠECHNO MÁ SVÉ ŘEŠENÍ  
A JE POTŘEBNÉ ZAČÍT SE ZMĚNOU PŘÁVĚ TEĎ.  
PROSTĚ NENÍ NA CO ČEKAT.**

Podívejte se do svých myšlenek a změňte postoj k dané situaci. Přestaňte se litovat a začněte hledat další možnosti. Jen si dejte dobrý pozor na emoci, ve které přemýšlíte. Jestli jste naštvaný tak, že nemůžete ani dýchat a vidíte všechno v rudých barvách, potom se na to raději vykašlete. Budete si do svého života přitahovat situace, kdy zase budete muset vidět rudě „o)))

Zklidněte se, uvědomte si, že se najde řešení a začněte ho hledat. Zkoušejte, motivujte se. Těšte se na okamžik, až se začne situace měnit. Radujte se z každé maličkosti, kterou zvládnete vyřešit, něco změnit, někam se poposunout. Je to moc důležité, protože tím se přestanete nimrat v tom, jak vám bylo ublíženo, nebo jak hrozně jste selhal. Opak je pravdou. Jste jenom na další křižovatce a volíte další směr.

**RADUJTE SE Z KAŽDÉ MALIČKOSTI, KTEROU  
ZVLÁDNETE VYŘEŠIT, NĚCO ZMĚNIT, NĚKAM SE  
POPOSUNOUT.**



## ZABIJÁK VAŠÍ HOJNOSTI ČÍSLO 3.

# NEMÁM

„BUDU ŠTASTNÝ, AŽ...“

"TEĎ NA TO NEMÁM...."

Hluboké přesvědčení o nedostatku.

NEMÁM čas, slušnou práci, peníze. NEMÁM ty možnosti, co mají všichni ostatní.

Váš život vám nabízí tolik důkazů o tom, že vám něco chybí, že něco NEMÁTE..



## JAK NA TO

Jasná informace o tom, že vám něco chybí, není důkazem vašeho selhání, ale otázkou, jestli se vám to tak líbí. Pokud se vám vaše NEMÁM protiví, nechcete v tomto nedostatku žít, potom udělejte všechno pro změnu ve vaší hlavě. Slovo NEMÁM a pocit nedostatku a nespravedlivosti vymažte ze své mysli. Prostě ho vyměňte za chuť objevovat nové možnosti. Začněte snít a jděte za svým snem. Udělejte všechno proto, abyste našli novou motivaci, chuť a možnosti. Dívejte se na svůj život jako na cestu, která vás někam směřuje.

Chcete mít víc peněz? Ok! Ve vaší hlavě potřebujete mít potřebu objevovat další možnosti. Vypněte mozek na hledání viníků vašeho nepohodlí. Dobře, stalo se.

Jaké mám další možnosti? Učte se vidět svůj život z toho lepšího úhlu pohledu. Dívejte se na lidi, kteří mají tisíc důvodů to vzdát a přece jsou mega úspěšní a ostatní je obdivují.

Že je to pěkná blbost?



**PTEJTE SE: „CO ONI NEMAJÍ A JÁ MÁM?  
JAK SE ONI CÍTÍ A CO VLASTNÍ JINÉHO NEŽ JÁ?“**

### **ODPOVĚĎ JE JEDNODUCHÁ**

Hledají další možnosti pro své MÍT.

Hledají řešení na své životní situace a je fajn se od těchto lidí učit vidět řešení a měnit své vnímání. Je fajn vidět cestu, místo hledání ublížení a viníky vzniklého nepohodlí.

**Pro inspiraci se podívejte na tento odkaz:**

<http://www.lifewithoutlimbs.org/about-nick/bio/>

## CO BYLO CO BUDE



Možná to znáte. Nemůžete usnout, v hlavě se vám honí milion myšlenek. Pořád přemýšlíte, kde se stala chyba, co jste měl udělat jinak, kdo za to může. Když se vám konečně podaří usnout, přijde náhlé probuzení a kolotoč myšlenek jede nanovo.

Perpetuum mobile v přímém přenosu. Hlavou se vám honí myšlenky, kde jste mohl ušetřit, změnit své rozhodnutí a rovnou „Hup“ a jste v budoucnosti. „Hlavně, aby se nestalo!“

Začarovaný kruh, který cyklí stále dokola marnost, ublížení, strach, paniku a pocit selhání.

### **PROČ ZROVNA JÁ**

V životě to chodí tak, že se neustále opakuje to, o čem jste přesvědčení, že to tak musí být. Hluboké přesvědčení o marnosti vašich možností, o nestabilitě státu, ve kterém žijete, vykořisťování v oblasti mzdy, nezaměstnanosti. Je přece tolik důkazů, že to nemůžete změnit, že nemáte žádné možnosti.

Tato hluboká přesvědčení zasahují do vaší budoucnosti a ta se potom musí projevovat v těch situacích a podmínkách, o kterých jste skálopevně přesvědčený..

# PODĚKUJTE SI ZA TO, ŽE JSTE VŠECHNO DO TEĎ ZVLÁDLI A ŽE JE MOŽNOST JÍT DÁL.

To, co bylo, už prostě nemůžete změnit. Maximálně se z těchto situací můžete poučit, a to je váš jediný úkol. Poučte se ze své vlastní minulosti. Přestaňte osnovat svou budoucnost na základě strachu, pocitu viny z minulosti.

Poděkujte si za to, že jste byli schopni všechno zvládnout a objevujte své další možnosti. Udělejte rozhodnutí o tom, jak chcete, aby váš život vypadal dál. Dívejte se na možnosti, které se před vámi objevují teď, hledejte je, inspirujte se pro svou budoucnost.



## KONTROLA

Kontrolovat je jistě dobré v okamžiku, kdy vlastníte firmu, dáváte prosperitu ostatním lidem.

Je potřebné kontrolovat, je ale také potřeba znát míru kontroly. V rozsahu firmy je moc dobře vědět, co se kde děje. Neustálá kontrola jakéhokoliv pohybu všech účastníků vašeho života vám však přinese jen a jen trápení.

Kontrola peněz je fajn, je však nemožné neustále kontrolovat tok peněz.

Můžete si dělat dokonalý soupis příjmů a výdajů. Jistě budete úspěšní ve své dokonalosti kontroly nad tokem peněz, dáte mi však určitě za pravdu, že to není moc o svobodě. Znovu opakují, že peníze jsou oběživo, a tak přichází a odchází a je důležité i v tomto případě uvolnit svou potřebu kontroly.

I energie peněz potřebuje mít volnost. Důležitější, než kontrola je uvědomění, že je moc fajn se naučit s touto energií zacházet pro spokojenost všech zúčastněných..

**KDYŽ NAHRADÍTE KONTROLU  
VÍROU A DŮVĚROU, BUDE VÁM  
MNOHEM, MNOHEM LÍP.**



# PÁR SLOV NA ZÁVĚR

Peníze jsou energie jako každá jiná. Je moc fajn vědět, jak na to. Pro vaši hojnost je moc důležité si uvědomit svou vlastní hodnotu a přijmout skutečnost, že vše je přijímání a vydávání. Je dobré chápat souvislosti mezi vašim postojem k vám samotným, k vašim pocitům a myšlenkám. Je to cesta a vývoj, je to obnovování vaší vlastní prosperity.

Je důležité měnit sebe, je dobré vědět, že na to nemusíte být sami. Připravila jsem pro vás několik možností najít svou vlastní prosperitu. Přijměte fakt, že je to nový způsob vnímání vašeho života a možností.





# ZVU VÁS K LEPŠÍ CESTĚ ŽIVOTEM S METODOU JIH

Pro další posun je připravena velmi aktivní forma živého online kurzu:

## **Osm týdnů pro život**

Staňte se odběrateli mého YouTube kanálu:

**Jarka Matušková**

Sledujte naši skupinu na Facebooku:

**Životní koučink s autorkami metody JIH**

Těším se na vás

**Jarka Matušková**

autorka metody JIH

