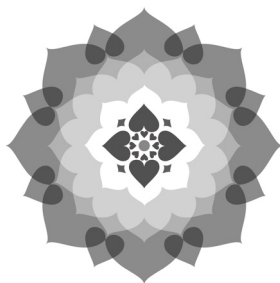


Csillagvirág
Lélekcsillámok



Csillagvirág
Lélekcillámok



Életöröm – Egészség – Jólét Kft.
Budapest
2013

A könyv Pető Csilla (Csillagvirág) írásai alapján készült.

A kiadvány sem részben, sem egészben nem sokszorosítható a kiadó írásos engedélye nélkül!

Szerkesztés: Pető Csilla (Csillagvirág)

Grafikai munka, tördelés: Ludván Zsolt

Lektorálás: Csorba - Simon Eszter

A könyv kiadója: Életöröm – Egészség – Jólét Kft.

1133 Budapest, Kárpát u. 12.

ISBN 978-963-08-6397-1

Kontakt: csillagvirag@kyara.hu

TARTALOMJEGYZÉK

ELŐSZÓ	9
KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS	10
HOGYAN HASZNÁLD A KÖNYVET	11
CSILLAGVIRÁG	12
AZ ÉLET A LÉLEK TÁNCA	13
VARÁZSTÜKÖR	16
ÖNISMERET	19
LÉGY ÖNMAGAD	20
ÖNISMERET A TITOK?	21
A SAJÁT LELKEDRŐL, AZAZ RÓLAD!	23
A TE UTAD!	26
KELL MA A CSEND	27
A VÁLASZOK BENNED VANNAK	28
VEDD ÉSZRE A LEHETŐSÉGEKET	29
A LEGGYENGÉBB LÁNCSZEM	30
A MÉLYSÉG TITKA	31
RAGYOGÓ GYÉMÁNT VAGY	32
ÉRZELMEK	35
ÉRZELMI LÉTRA	36
A SZABADSÁG ÉRTÉKE	37
ISMERD FEL, MIT ÉRZEL	39
DERMESZTŐ FÉL – ELEM	40
ÉRZELMEINK ÉS A FÉL – ELEM	41
A TÉTOVÁZÁS FOKMÉRŐJE	43
NE RAGASZKODJ	45
SZERETET	49
A SZERETET ÓCEÁNJA	49
FELTÉTEL NÉLKÜLI SZERETET	50
SZER – TARTÁS	50
MEGNYÍLNI A SZERETETNEK	52
EGY KÖNNYCSEPPNYI SZERETET	53
SZERETETTEL TELJES PILLANAT	54
FIGYELEM, MINT ENERGIA	56
SZERETETGYŰRŰ	58



KOMMUNIKÁCIÓ	61
SEGÉLYKIÁLTÁS	62
ŐSZINTÉN, AZ Ő SZINTJÉN	63
A SZAVAK EREJE	64
TEREMTÉS A SZAVAKKAL	65
A SUTTOGÁS	66
DÖNTÉS	69
MILYEN OPCIÓID VANNAK?	70
FÉLELEMKELTÉS MŰVÉSZI FOKON	71
INSTANT MEGOLDÁS CSAK NEKED	72
VÁLTOZÁS	75
KOMFORTZÓNA 3.1.	76
VÁLTOZNI CSUDIJÓ	77
BÉKLYÓ	78
MIÉRT FÉLSZ AZ ÚJ HELYZETEKTŐL?	79
ÁLLÍTSD ÁT A POTMÉTERED!	81
LEBONTHATÓ KORLÁTOK	83
A GONDOLAT, AMI MEGÁLLÍT	85
A VÁLTOZÁS, ÁLLANDÓ	86
ELVÁRÁSOK	89
MEGVÁLTOZTÁL	90
CSALÓDTAM BENNED	91
HOGYAN BOSSZANTANAK FEL MÁSOK?	92
ZÁRD KI A KÜLVILÁGOT!	93
BIZALOM	94
PÁRKAPCSOLAT	97
A TÜKÖR TÖRVÉNYEI	98
EGYÜTTREZGÉS	98
A PÁRKAPCSOLATRÓL MÁSKÉPP	99
EMBERI KAPCSOLATOK	100
MITŐL VÁLIK EGY KAPCSOLAT, PÁRKAPCSOLATTÁ?	101
MITŐL MŰKÖDIK EGY PÁRKAPCSOLAT?	102
CSILLAGOK TALÁLKOZÁSA	103



ILLÚZIÓK ÉS ÁLMOK	107
CSATATÉR? – VALÓBAN CSATATÉR?	108
AZ ÉN MÁTRIXOM A TE ÉLETED?	109
ROMOK VAGY PAGODÁK?	110
JELENLÉT	113
A LELKED CSENDJÉBEN	114
ÉLJ BOLDOGAN	114
EGY KÜLÖNLEGES NAP MARGÓJÁRA	116
A PILLANAT VARÁZSA	118
MÚLT – JELEN – JÖVŐ	120
A MAI NAP, EGY ÚJ KEZDET	121
MÓKUSKERÉK	122
AZ ÉLET ESSZENCIÁJA	123
A LEGNAGYOBB ÉRTÉK AZ EMBER	124
ÉRTÉKES EMBERI KAPCSOLATOK	126
BOLDOGSÁGOM ÚTJÁN	128
HASZNÁLD A TITKOT	129
JELEK	130
CSILLAGVIRÁGOS ZÁRÓ SZEMLÉLŐDÉS	133
ÚJ KEZDET	134
TE VAGY A FÉNY	135
UTÓSZÓ	136
A TE LÉLEKCSILLÁMAID	137



Csillagvirág

Lélekcillámok

ELŐSZÓ

Már nem is emlékszem mikor kezdődött, egyszer csak írni kezdtem. A gondolatok és szavak nagyon mélyről törtek fel... A felszín sekélyességét ritkán érintették.

Szeretném kicsit megmutatni, hogyan lásd másképp a világot, hogy az élet egy nagyszerű lehetőség.

Azért születtem, hogy boldog legyél!

Szeretnék egy másik szemüveget is a kezébe adni, amivel az eddiginél kicsit másképp látod majd a Téged körülvevő világot!

Verseim, írásaim Neked szólnak, hogy megérezd a lét nagyszerűségét, és könnyedén meg tudd tenni az első lépést a változás útján!

„Új nap talál ránk, közel már,
Ha a hajnali fény, ahogy múlik az éj az égre száll,
Van időd, hogy átírd a Sors könyvét,
Bennünk a holnap, s tőlünk szép!”

Fame c. musical



KÖSZÖNETNYÍLVÁNÍTÁS

Szeretnék köszönetet mondani, a fiamnak, Andrásnak, aki sok nehézségen ment keresztül miattam, mert követtem el hibákat. Egymást választottuk ebben a létidőben, hogy tanulhassunk, mint anya és gyermek egymástól. Hiszem, hogy az ő bölcsessége, sok mindenre tanít engem.

Köszönöm neki a sok szeretetet és türelmet.

Köszönet a Húgomnak, Verának, aki el tudja viselni, hogy a nővére egy igazi „Bak” és így is mindig szeret és támogat mindenben.

Köszönet Édesanyámnak, aki egész életét arra szentelte, hogy megteremtsen mindent.

Köszönet Apinak is, aki saját lányaként segített mindig, bármilyen meghökkentő ötleteim is voltak.

Köszönet Édesapámnak, aki már nem él, de az ő általa kapott nehézségekből is sokat tanultam.

Köszönet egy nagyon különleges barátnak, akit nagyon szeretek, Köves Tamásnak, az egyik példaképem, már nagyon régóta!

Köszönet a barátaimnak, akik szeretnek és elfogadnak ilyen Csillagvirágosnak, és életem minden pillanatában, számíthatok rájuk.

Köszönet Editnek, Böbinek, Hajninak és Ildikónak, Timinek, Esztinek, és azoknak is, akiket név szerint nem említettem. Azoknak az embereknek, akik megbíztak bennem, hozzám fordultak és fordulnak tanácsért, akik gyógyulni jöttek hozzám, segítettek abban, hogy megváltozzon az értékrendem. Arra tanítottak, hogy mindig tegyek mindent úgy a saját életemben, hogy a „lámpást”, melyet az égiek a kezembe adtak, méltón vihessen, és mindig utat mutathassak. Hittel, hitelesen!



HOGYAN HASZNÁLD A KÖNYVET?

1. Első lépésben olvasd el a könyvet.
2. Második lépésben olvasd el újra és kezdj el jegyzetelni.
3. Kezdd el írni a könyv végén a saját Lélekcsillámjaidat.
4. Kezdd azzal a területtel, ami jelenleg a legtöbb problémát jelenti életedben.
5. Tűzz ki célokat és írd le őket!
6. Változtass, lépésről-lépésre!
7. Légy következetes, és csinálj mindent rendszeresen.
8. Vedd észre az apró változásokat is, írd le őket.
9. Teremtsd meg azt a jövőt, amiben boldogan tudsz élni.
10. Ne halogass, kezd el még ma!
11. Vedd kezvedbe az életed irányítását!



Csillagvirág

Lelkem minden szava
Igazgyöngyként ragyog
Csillagok virága én vagyok.

Verseim az érzésekről szólnak,
Az emberek ha olvassák dalolnak.
Átölelnék, szeretnek Téged.
Melegítik a lelked, mint a csillag fénye.

Hajnali harmatcsepp a réten,
Sugárzó napfény tündököl az égen.
Szivárvány hídon szárnyal a lélek,
Az éjszakában a Hold milyen fényes.

A csendben a szív dobban,
A csendben csak a szem mesél,
A csendben az érintéstől jó a vágy,
A csendben a csendtől más a világ.

A szeretet, az érzések
Néha nagyon mélyek.
A mélyben találd az igaz szépséget.
A mélység veszélyes is lehet
De az igazgyöngyöket ott leled.

Lelkem minden szava
Igazgyöngyként ragyog
Csillagok virága én vagyok.



AZ ÉLET A LÉLEK TÁNCA

Az élet a lélek tánca...

Eljött a pillanat és a táncterem ajtói kinyíltak...

Hatalmas fény és hatalmas tér... első pillanatban a szemednek kell megszoknia, hogy a fény csak úgy árad!

Csodálkozó, ámuló tekintettel nézel körül a színes forgatagban.

Bizonytalan vagy mindenben: hogyan kell viselkedned, kivel beszélj, kivel táncolj?

Téged kérnek-e fel, vagy éppen Neked kell felkérni majd valakit?! Meg kell ismerned a táncolási szokásokat, meg kell tanulnod a szabályokat, a lépéseket, a táncokat.

Keresed az ismerős arcokat, és tekinteteket és már majdnem sírva fakadsz, mert nagyon egyedül érzed itt Magad!

De egy kedves, szerető szempár vigyáz rád! A szíved érzi és tudja ki Ő! Az édesanyád!

Rajta keresztül érkeztél ide! Sokat mesélt neked erről a helyről és most segít, hogy megtanuld a lépéseket. Szíve minden szeretetével azt üzeni, hogy minden lépésed lesni fogja és mindig melletted lesz, ha új lépést kell majd tanulnod!

Ha nem is látod mindig, akkor is ott lesz veled! Elég, ha tudod, hogy van egy szál, ami összeköt Benneteket, ebben a létidőben.

Az első tánclépések bizonytalanok, csetlesz-botlasz a parketten, de lépésről-lépésre könnyebb és egyszerűbb!

Már egyre inkább magabiztosabb vagy és szebben táncolsz, többet mosolyogsz!

A táncod a végtelenség tánca, a szerelem tánca, a szabadság tánca, az élet tánca!

Keringők, salsak, tangók és testvéreik kerülnek bele a táncrendedbe.

Ne feledd soha, minden táncnak megvan a maga ideje, hossza és van hozzá ruha is. Viselj minden tánchoz más ruhát és éld meg az érzést. Ha kell légy nyugodt és türelmes, amikor gyermekeddel táncolsz, szeretettel teli, amikor



szüleidet, testvéred kéred fel, szenvedélyes és érzéki, amikor szerelmed karjaiban mozogtok együtt a tánc ritmusára, empatikus és figyelmes, amikor öregekkel lépegetsz és irányít, ha előrébb szeretnél jutni életedben. Mindig a megfelelő lépéseket tedd meg!

Csodálatos.

Vannak, akikkel könnyedén lejtéd a táncod, mert érzed a ritmust, a másik embert már az első lépésnél, az első rezdülésnél! És azt érzed, hogy bárcsak sose lenne vége ennek a táncnak! Ha fejlődni szeretnél, keress olyan táncost Magad mellé, aki tanít és mutass neki olyan lépéseket, amiktől majd ő fejlődik!

Hagyd, hogy szabadon vezessen a ritmus, a dallam,! Akkor a táncod végtelen lesz vele!

Vannak, akikkel csak rövid ideig táncolsz, mert minden lépésnél mindenki más irányba lépne egyet és egyre darabosabb a mozdulat! Megálltok és elbúcsúztok...

De a lélek tovább táncol, hiszen amíg áramlik és mozgás van, addig él!

Néha leülhetsz egy-egy pillanatra, körbenézhetsz és dönt-hetsz, mit és kivel táncolj majd tovább! De táncolnod kell!
TE VAGY A LEGJOBB TÁNCOS AZ ÉLETEDBEN!

Gyönyörű vagy ott a fényben a parkett közepén!

EZ MOST A TE TÁNCOD! TÁNCOLD SOKÁIG, MOSOLLYAL, SZERETETTEL, BOLDOGAN!

Sose gondolkozz azon, hogy vannak-e jobb vagy kevésbé jó táncosok! Csak Te légy jó!

Hidd el és tudd, hogy jó vagy, a LEGJOBB!!!

Tárd ki két karod és forogj, perdülj és légy nagyon boldog, aztán ha kell, állj meg és vegyél új lendületet, forogj tovább! Rajtad múlik, meddig táncolsz, rajtad múlik, kiket választasz a táncrendbe!

Minden úgy tökéletes, ahogy Te szeretnél!

Emlékszel? Amikor beléptél, nyitottan tekintettel körbe mindenfelé, de most se ülj le a sarokba, mert ott kevesebb a Fény...



Gyere, megmutatok neked egy másik táncot!
Talán ez könnyebb, most erre van szükséged, de ne állj meg,
kérlek!
Ha már nem táncolsz sokat és gyorsan, mutasd meg a fiatalok-
loknak, tanítsd őket!
Légy a tánctanáruk!
Mikor belépsz az utolsó terembe, fáradtan, szótlánul, érzed
már, hogy halkul a zene...
Körbenézel, és gondolatban búcsút veszel, azoktól, akik
igazán közel állnak hozzád! Pihened kell...
Találsz egy hintaszéket és beleülsz, lágyan ringat, a ritmus
megmarad...
Lehunyorod a szemed és látod Magad már kívülről, ahogy
elalszol...
Tovalibbensch a másik terembe, ahol még mindig fényár van
és ezzel a csodálatos fénnel repülsz tovább. Visszanézel a
hintaszékre és már csak a táncruha pihen rajta...
A tánc sosem ér véget... A lélek táncol életeken át!
Másik testben, másik ruhákban!
ÉL ÉS ÉL ÉS SZÁRNYAL!!!
A lélek szabad, a lélek szeretettel teli, a lélek gyönyörű, a
lélek boldog!
A LÉLEK AZ ÉLET TÁNCÁT JÁRJA FÁRADHATATLA-
NUL!
...hát táncra fel...!

Budapest, 2009. április 24.

Csillagvirág



VARÁZSTÜKÖR

Tükröm, tükröm! – mondd meg nékem...és a tükör így válaszol!

Gyönyörű vagy ma reggel! :) Mosolygósak a szemeid és a belső szépséged, kívül is sugárzó! :)

Az alakod tökéletes és ma reggel igazán vonzó vagy! Vizsgáld meg, milyen érzések vannak benned?

Figyelj, sorolom: szeretet, harmónia, nyugalom és energiák, amik az egész napra erőt adnak!

Szép vagy! Mondtam már? Látom csóválod a fejed! DE bizony! Szép vagy, tökéletes!

Fogadd el Magad! Te, ma, itt és most, így vagy a legszebb!!!

Igen, minden nap írni fogok Neked, aki éppen ebben a pillanatban olvasod ezt az írást!

....és addig mondom majd ezt, amíg el nem hiszed!

Hányszor nézel elégedetten a tükörbe? Vagy inkább elégedetlenül csóválod a fejed!

A mai nap legyen az első, amikor belenézel és látod, milyen ragyogó vagy!

Amikor azzal küzdesz nap, mint nap, hogy elégedetlen vagy, akkor nagyon sok felesleges időt és energiát fecsérelsz el.

Ezt az időt és energiát inkább használd arra, hogy töltekezzel!
Az eredmény nem fog elmaradni!

Ötletek egy mosolygós, reggeli napinduláshoz:

Amikor kinyitod a szemed, mosolyogj!

Idd meg a reggeli kávét vagy teát, nyugodtan.

Meditálj és jógázz egy kicsit.

Tusolj le és érezd, ahogy feltöltődsz pozitív energiákkal.

Reggelizz valami finomat.

Amikor kilépsz ma az utcára, mosolyogj rá az emberekre és figyeld meg, hogy hányan mosolyognak vissza. :)



Mi tart vissza, hogy kipróbáld, milyen minden reggel mosolyogva indulni?

Tégy egy próbát még ma!

...és ha elindultál, akkor semmi és senki nem tud megmen-
teni attól, hogy egy sokkal boldogabb életet élhess!

INDULHATUNK?

