

Metoda RUŠ

Byla vyvinuta českým terapeutem Karlem Nejedlým a jejím základem byla hlubinná regresní terapie. Stejně jako regresní terapie vychází z poznatku, že každý současný problém je spojen s paměťovým záznamem v minulosti prožitých traumat, mnohdy pocházejících z rodových programů či minulých životů. Málokdo ví, že náš mozek je vlastně biopočítač. Sbírá, třídí a zpracovává takové množství různých informací, že si to ani neumíme představit (průměrný člověk využívá jen asi 6 až 8% mozkové kapacity). A co dělá zbývající část mozku? Na základě všech shromážděných údajů a dosavadních zkušeností jednotky zvané člověk sám sestavuje programy, podprogramy a vytváří samostatně celý operační systém. Bohudík nebo spíše bohužel? Mozek si nepamatuje jen to pěkné, ale úplně všechno.

Jakmile prožijeme nějakou událost, která byla obtížná, nepříjemná, stresující nebo dokonce životu či zdraví nebezpečná, mozek spustí poplašný systém a vytvoří program za účelem záchrany dat (hardwaru čili člověka a softwaru čili mozku), tento program pak v mozku spí až do té doby, než se dostaneme do situace, která má podobné indicie. Tehdy se spustí. A člověk začíná mít problémy různého druhu (záleží na typu vytvořeného programu): fobie, zdravotní problémy (alergie, ekzémy, bolesti zad, úzkosti a jiné), dyslexie atd., narušené mezilidské vztahy včetně partnerských, malá sebejistota apod.

Některé problémy se táhnou celými generacemi nebo dokonce mnoha našimi inkarnacemi a my se jich nemůžeme zbavit. Naštěstí máme techniky, která nám mohou pomoci jako např. kineziologie, techniky emoční svobody (EFT), regresní terapie nebo metoda RUŠ.

RUŠ znamená **R**ychlá a **Ú**činná změna **S**kutečnosti.

Je principiálně velmi jednoduchá, elegantní a rychlá.

Na rozdíl od regresní terapie není potřeba uvádět klienta do změněného stavu vědomí, ale lze jít prakticky ihned na „věc“. Vodítkem, které nás spojí s příčinou daného problému jsou naše vlastní pocity, které nás zavedou přesně do toho místa a času, kde došlo k narušení našeho softwaru nějakým nepříjemným či traumatickým zážitkem. Naše podvědomí nám ukáže jaké negace jsou příčinou našich současných potíží, tyto se pak následně přijmou a zpracují a je to hotovo :-).

Od klienta se pouze očekává vědomá snaha na svém problému chtít zapracovat a vyčistit jej.

A s čím nám tato metoda může pomoci? Prakticky s čímkoliv: fobie, úzkosti, vztahové problémy, snížené sebevědomí, alergie, jiné nemoci, traumata, chudoba atd.

Platí zde obdobné principy jako u regresní terapie.

Úleva je prakticky okamžitá, mozek i duše se vyčistí a uleví se jim. Chceme-li žít šťastný život, pak je to jedna z nejjednodušších a nejkrásnějších cest, jak toho dosáhnout.