

INTEGRACE

Integrace je okamžik, kdy se duše přestává dívat na své prožitky jako na něco vnějšího a začíná je vnímat jako součást sebe. Po všech inkarnacích, lekcích, volbách a setkáních přichází chvíle, kdy se vědomí obrací dovnitř a začíná skládat jednotlivé části svého příběhu do jednoho celku. Integrace není o tom, že se duše stává „dokonalou“, ale o tom, že se stává pravdivou, že přestává odmítat části sebe, které byly dlouho nepochopené, potlačené nebo bolestivé.

V procesu integrace se duše učí vidět své zkušenosti bez odporu. To, co dříve vnímala jako chybu, selhání nebo trest, se najednou ukazuje jako přesně ta zkušenost, kterou potřebovala, aby se mohla stát celistvější. Integrace je tedy hluboké přijetí toho, co bylo. Ne jako rezignace, ale jako pochopení. Je to okamžik, kdy se bolest mění v moudrost a kdy se zranění stává branou k větší citlivosti a síle.

Integrace také znamená návrat k přítomnosti.

Duše přestává utíkat do minulosti, kde se snažila pochopit, co udělala špatně, nebo do budoucnosti, kde doufala, že jednou bude „lepší“. Místo toho se usazuje v tom, co je právě teď. V přítomnosti se totiž všechny části její cesty spojují. Přítomnost je jediný prostor, kde může duše skutečně cítit sama sebe, kde může slyšet svůj vlastní hlas a kde může být v kontaktu se Zdrojem, který ji nese.

